

JAK BÝT EKO- AKTIVNÍ



**Příručka pro školitele a aktivisty, kteří chtějí
změnit planetu k lepšímu**



www.ecoactiveforplanet.eu

CONSORTIUM

Na projektu ECO-ACTIVE FOR PLANET se podílí konsorcium odborných organizací z pěti zemí:

- Polsko: **Polská asociace školitelů nevládních organizací – STOP** (www.stowarzyszeniestop.pl)
- Polsko: **Federace polských potravinových bank** (www.bankizywnosci.pl)
- Česká republika: **Asociace českých andragogů – AOA** (www.aocr.cz)
- Lotyšsko: **Lotyšská asociace permakultury – LPB** (www.permakultura.lv)
- Finsko: **Finská nadace celoživotního vzdělávání – KVS** (www.kansanvalistusseura.fi)
- Belgie: **Zelená evropská nadace – GEF** (www.gef.eu)



Banki Żywności



AUTOŘI:

Agnieszka Borek, Weronika Felcis, Céline Huart, Łukasz Jaroń, Aleksandra Jasińska, Kateřina Krausová, Katarzyna Lipka-Szostak, Ivana Mariánková, Marcin Mitzner, Lenka Prokopová, Carla Urbano, Bartłomiej Walczak.



Tato publikace podléhá licenci [Creative Commons Uved'te autora-ShareAlike 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) (CC BY-SA 4.0).



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



Podpora Evropské komise pro vydání této publikace neznamená podporu jejího obsahu, který odráží pouze názory autorů, a Komise nenesे odpovědnost za jakékoli použití informací v ní obsažených.

Obsah

- 4** Úvod do manuálu
- 5** Kapitola 1: Formování ekologického myšlení – jaké kompetence potřebujeme k ochraně naší planety?
- 7** Kapitola 2: Jak vytvářet a poskytovat působivé školení?
- 14** Kapitola 3: Jak se vzdělávají dospělí? Jak můžou školitelé podpořit dospělé, aby se vzdělávali co nejlépe?
- 20** Kapitola 4: Uvědomělá rétorika pro změny
- 23** Kapitola 5: Management emocí: účastníci & školitelé
- 30** Kapitola 6: Permakultura pro školitele: Jak připravit a vést workshopy inspirované permakulturními principy?
- 44** Kapitola 7: Jak měřit dopad? Evaluace vzdělávání
- 47** Kapitola 8: Skutečný vliv školitele: realistické změny, realistické naděje, sociální spravedlnost
- 52** Kapitola 9: Jak bychom měli pracovat v roli školitelů?
- 67** Kapitola 10: Nástroje, metody a nápady pro eko-aktivní školení a workshopy:
 - 68** Ekologická stopa
 - 71** Znej svou budoucnost! Užij si krásné zítřky– MEGATREND CARDS
 - 76** Karty a herní desky s příběhem
 - 80** Ekofestival
 - 85** Eko-expedice
 - 89** Hra principů
 - 95** Hora
 - 99** Chuť poznávat – workshopy vaření s překvapením
 - 102** Udržitelná doprava
 - 104** Permakulturní principy v akci
- 107** Poznámka na závěr

Úvod

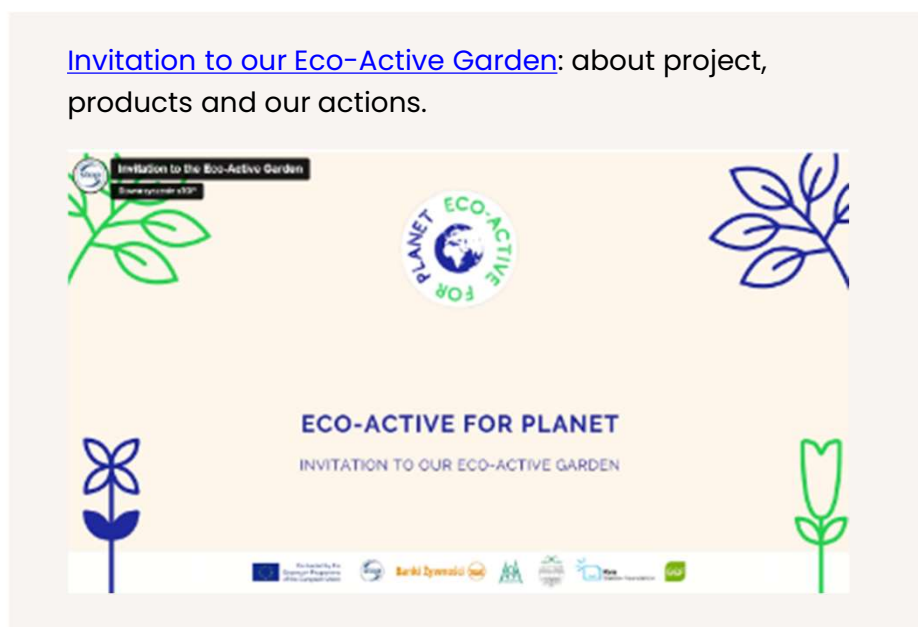
Příručka je určena pro ty, kteří chtějí splnit svou roli při vzdělávání dospělých, jak mohou chránit naši planetu.

Příručka slouží k:

- Inspiraci pro školitele a vzdělávací aktivisty, aby efektivněji ovlivňovali lidi k podílení se na záchraně životního prostředí.
- Povzbuzování školitelů, aktivistů a všech občanů, aby hráli svou roli při šíření dobrých ekologických návyků.
- Podpoře a vybavení školitelů a vzdělávacích aktivistů potřebnými znalostmi a dovednostmi tak, aby občané byli více aktivní pro planetu.
- Podpoře školitelů a vzdělávacích aktivistů v jejich rozvoji profesních kompetencí souvisejících s motivací ostatních lidí k aktivitě pro planetu.
- Předávání osvědčených postupů školitelům a vzdělávacím aktivistům a k vybavení je praktickými nástroji podporujícími utváření dobrých ekologických návyků mezi lidmi.

V příručce najdete:

- Seznam ekologických kompetencí, které zahrnují hodnoty ekologických postojů.
- Některé klíčové zásady a pravidla, jejichž cílem je pomoci odborníkům při provádění jejich vzdělávací činnosti týkající se životního prostředí.
- Soubor nástrojů popisující dobrou praxi a přístupy, které můžete využít v oblasti aktivního občanství a ochrany životního prostředí.
- Věříme, že tyto informace budou užitečné pro vaši ekologickou činnost. **Nechte se inspirovat ekologickými nápady a řešeními!**





KAPITOLA 1

Utváření ekologického myšlení – jaké kompetence jsou třeba k ochraně naší planety?

V současné době čelíme mnoha obavám ve vztahu k životnímu prostředí. Environmentální problémy, jako jsou globální oteplování, kyselé deště, znečištění ovzduší, likvidace odpadu, poškozování ozonové vrstvy, znečištění vody, změny klimatu a mnoho dalších, ovlivňují každou zemi. V posledních několika desetiletích se znepokojivým tempem zvýšilo zneužívání naší planety a celkově zhoršilo životní prostředí. Důsledné a řádné vzdělávání a podpora veřejnosti může vést ke zvýšení ekologického povědomí, změně každodenní praxe lidí, ovlivnění spoluobčanů a většího tlaku na politiky tak, aby došlo ke změně zelené politiky.

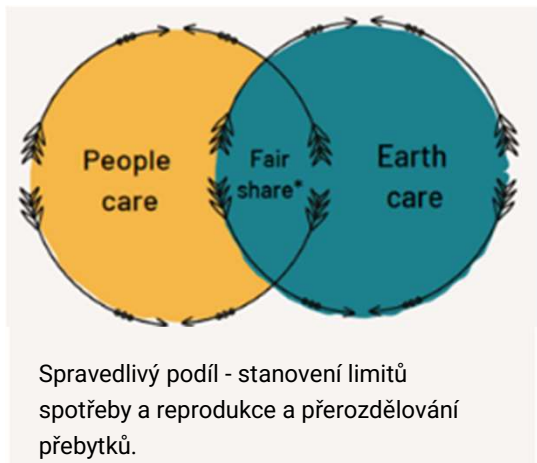
Je třeba aktivního občanství, abychom mohli předcházet změnám klimatu a chránit životní prostředí. My jako školitelé, vzdělávací aktivisté a občané bychom měli být vybaveni nezbytnými znalostmi, dovednostmi, hodnotami a postoji v takové míře, abychom byli aktivní pro blaho planety.

Věříme, že občanský aktivismus pro řádný přechod k planetárnímu zdraví začíná etickými volbami ve všech dimenzích našeho života. Zejména my školitelé a aktivisté musíme formovat ekologické myšlení a rozvíjet kompetence související s ochranou životního prostředí a podporou občanů tak, aby byli aktivní pro planetu na místní úrovni.

Z tohoto důvodu jsme identifikovali a popsali základní a pokročilé environmentální kompetence sestávající ze znalostí, praktických dovedností a postojů. Pro snížení ekologické stopy jsou třeba základní kompetence uplatňované v každodenním životě. Pokročilé kompetence potřebují lidé, kteří chtějí pracovat na změně postojů a prosazování ekologických hodnot. To je také úroveň kompetencí pro aktivisty a profesionály, kteří pracují se skupinami na systematictější úrovni a potřebují lépe porozumět složitosti vzájemných vazeb mezi sociálními, ekonomickými a environmentálními problémy. Jsou to lidé, kteří jdou příkladem k lepšímu světu.

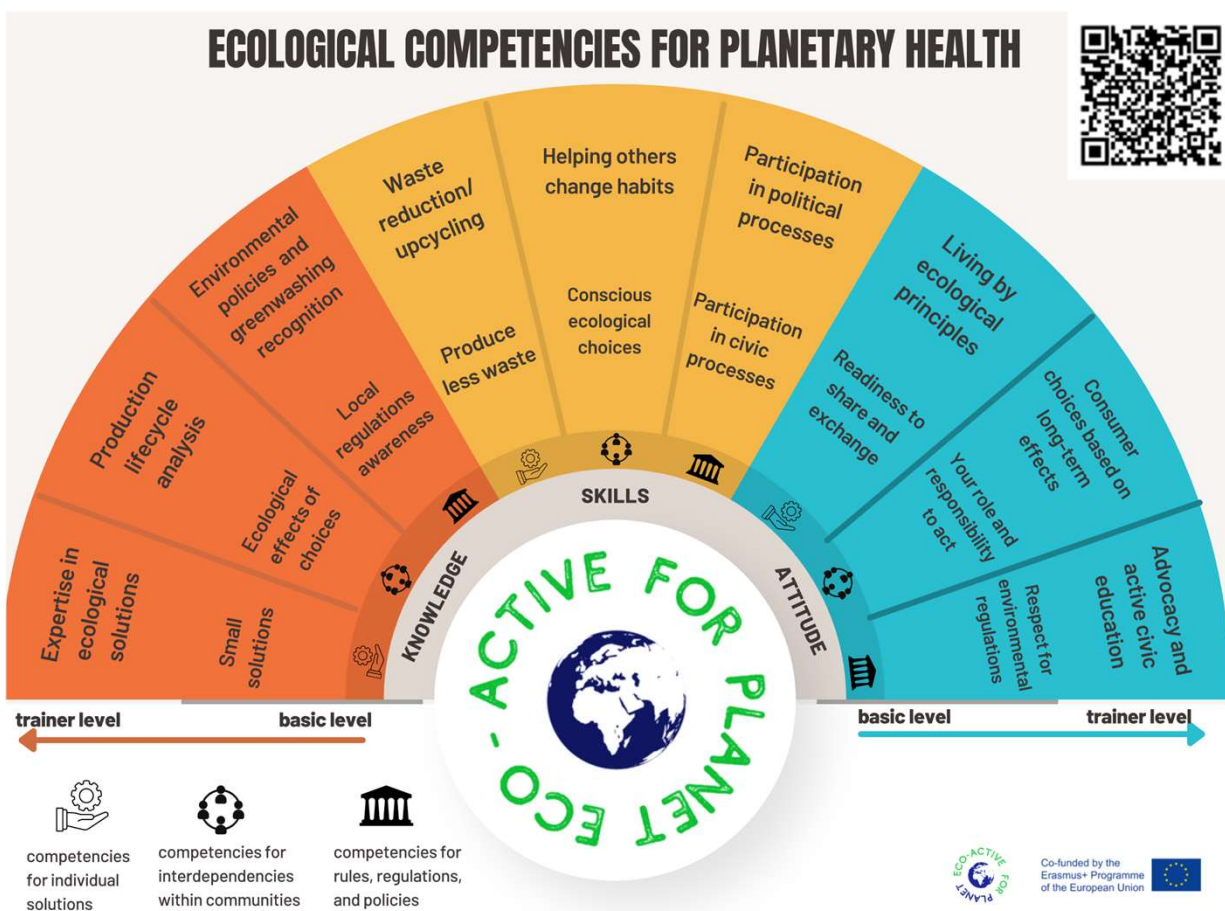
To je také úroveň kompetencí aktivistů a odborníků, kteří pracují se skupinami, u nichž je větší pravděpodobnost, že budou ovlivněny systémovými problémy, a kteří mohou potřebovat lépe porozumět složitosti vazeb mezi sociálními, ekonomickými a environmentálními problémy. Jsou také těmi, kdo mají jít příkladem za lepší životní prostředí ve světě.

Představené kompetence souvisejí se třemi základními etickými hodnotami, které jsou uvedeny v permakulturních principech, ale lze je nalézt i v širším spektru duchovních a filozofických tradic po celém světě.



Vizuálně jsou uspořádány do tvaru vějíře. Kompetence na každé úrovni jsou rozděleny do tří typů - **znalosti**, **dovednosti** a **postoje** - a také podle oblasti dopadu:

- Kompetence týkající se individuálních, každodenních řešení
- Kompetence týkající se vzájemných závislostí v rámci společenství
- Kompetence týkající se obecných pravidel, předpisů a zásad.



KE STAŽENÍ: [Ekologické kompetence](#)

KAPITOLA 2

Jak vytvářet a poskytovat působivé školení?

Jak motivovat lidi k učení

Oblast motivace je jednou z nejlépe prozkoumaných a existuje mnoho teorií, které byly ověřeny praxí. Motivace dospělých k učení v jakékoli oblasti je specifickou součástí tohoto "balíčku". Než tedy přejdeme k motivaci k učení, je užitečné připomenout si základní teoretická východiska.

Motivace je vnitřní psychologický proces, který vzniká z potřeby a který vede k požadovanému vnitřnímu stavu. Tento proces může být iniciován interně nebo externě - lidské chování je tedy ovlivňováno vnitřními motivy nebo vnějšími podněty. Motiv (pobídka) je podnět/síla, která podněcuje jednotlivce k zapojení se do fyzické nebo psychologické aktivity a která se spojuje do širších komplexů.



Motivy a pobídky vedou ke dvěma základní reakce:

- Chceme něco získat,
- Chceme se něčemu vyhnout.

Rozdíl mezi motivací a motivem

Motivace vyjadřuje proces, zatímco motiv vyjadřuje hypotetickou dispozici k tomuto procesu (primární - hlad, žízeň, sex; emocionální - motiv udržení bezpečí nebo motiv agrese; sekundární - motiv sociálního kontaktu, motiv moci atd.).

Pokud tedy chceme lidi motivovat, musíme znát jejich motivy.



Motivace dospělých k učení

Specifickým rysem dospělých ve vztahu ke vzdělávání je, že musí mít cíle. Zde lze tyto cíle považovat za období motivů.

Mohou to být například:

- Snaha o osobní rozvoj;
- Výhody;
- Samostatná výdělečná činnost.

Dospělá osoba tedy musí mít ze vzdělávání nějaký užitek, protože řeší svou aktuální situaci nebo své potřeby. To dokládá i výzkum, který provedli Milada Rabušicová, Roman Rabušic a Klára Šedová (2005) mezi dospělými, kteří se po určité době, po ukončení řádné školní docházky, začali znovu vzdělávat. Z výzkumu vyplynuly zajímavé informace.

Formální vzdělání

Formální vzdělávání je vzdělávání, které je ve **školách záměrně a systematicky realizováno vyškoleným učitelem, a je tedy definováno právními předpisy.**

1) Respondenti byli v drtivé většině motivováni k návratu k formálnímu vzdělávání vnitřní motivací:

- Vyhledka na lepší zaměstnání (53 %).
- Osobní rozvoj (25 %)

2) Vnější motivace představovala mnohem menší část formálního vzdělávání.

- Požadavek zaměstnavatele (12 %)
- Vliv lidí v komunitě (4 %)

Neformální vzdělávání

Neformální vzdělávání je definováno jako vzdělávání, které probíhá mimo formální (školní) vzdělávací systém. Cílem je rozvíjet životní zkušenosti, dovednosti a postoje. Neformální vzdělávání poskytují instituce, které mohou mít různé formy. Patří mezi ně odborné, jazykové, rodinné, volnočasové, zájmové a občanské vzdělávání, osobnostní rozvoj a práce s PC.

- Více než polovina respondentů, kteří se účastnili odborného vzdělávání (67 %), byla motivována pracovním důvodem.
- Pouze třetina (38 %) však uvedla, že je motivují vnější důvody.

Vnější motivace byla také často uváděna (méně často než u odborného vzdělávání) u občanského a zájmového vzdělávání. Důvodem je tlak okolí, např. zaměstnavatelem požadované zlepšení jazykové úrovně.



Obecně lze z výzkumu vyvodit následující závěry: motivace k učení je v drtivé většině vnitřní, kdy samotný proces učení přináší žákovi potěšení. Neformální učení je převážně motivováno vyhlídkou na profesní uplatnění a velmi často se vztahuje k neprofesním cílům. Slouží také k uspokojování vzdělávacích potřeb jednotlivce a k rozvoji jeho osobnosti a je založeno na jeho hodnotové orientaci.

Nic z výše uvedeného však nevylučuje možnost, že motivace ke vzdělávání je souběhem obou motivačních proudů současně. Nejsilnější vnitřní motivaci ke vzdělávání sdílejí ambiciózní (často mladší) lidé, kteří chtějí uspět v profesním životě, a lidé s přirozeným zájmem o své okolí a společnost. Vnější motivací k dalšímu vzdělávání je nepochybně ztráta zaměstnání nebo nejistota zaměstnání.

Překážky v motivaci k učení

Motivace dospělého k učení může být oslabena překážkami, kterých si je dospělý vědom. Jedinec pak zvažuje, zda by byl schopen překážky překonat a dosáhnout úspěchu, což může vést k poklesu motivace nebo k úplnému odrazení od dalšího vzdělávání.



Vnější (situační) překážky

Aktuální situace jednotlivce (např. nedostatek peněz, časová náročnost péče o člena rodiny atd.). Například starší lidé mohou být méně motivovaní: další vzdělávání pro ně představuje investici času a peněz.



Vnitřní (osobnostní) překážky

Ty jsou založeny na negativním vnímání sebe sama jako vzdělaného člověka. (např. nepotřebuji se vzdělávat, mé znalosti a dovednosti jsou dostatečné; jsem příliš starý; nikdy jsem se neuměl dobře učit atd.)



Institucionální překážky

překážky ze strany institucí (např. nevyhovující rozvrh hodin ve škole, špatná dopravní dostupnost do místa vzdělávání atd.).

Podle Rabušice respondenti výše uvedeného průzkumu nejčastěji uváděli, že důvodem jejich neúčasti na dalším vzdělávání je nedostatek finančních prostředků (53 %) a nedostatek času kvůli vysokému pracovnímu nasazení (48 %). Nejčastěji zmiňovanou vnitřní bariérou je pocit, že vzdělávání již pro respondenty nemá smysl (49 %). Institucionální bariéry byly zmíněny jen minimálně.

Vliv osobnostních charakteristik na motivaci k učení a vzdělávání.

Lidé se liší v tom, jakým způsobem získávají nové informace a osvojují si nové dovednosti. Tyto rozdíly vyplývají z jejich vrozených potřeb a osobnostního nastavení. Pokud hovoříme o motivaci v neformálním vzdělávání, typ osobnosti člověka a jeho charakteristiky budou mít jistě vliv na to, jaký typ vzdělávání si člověk může zvolit, jaké metody mu nejlépe vyhovují a jak ke vzdělávání a učení obecně přistupuje. Existují různé typologie: Známa a v praxi velmi dobře použitelná je teorie J. Plamínka (Plamínek, Jiří: Tajemství motivace, Grada, 2015). **Rozděluje lidi podle motivace na 4 základní typy.** Na základě velmi jednoduché metodiky lze tyto typy rozpoznat a v průběhu vzdělávání pak toto rozpoznání může usnadnit další práci a především podpořit vnější motivaci těchto lidí.

Objevovatelé



Nejvíce je přitahuje překonávání překážek a přijímání výzev. Překonávání překážek prožívají průzkumníci jako soutěž se sebou samými, jako překonávání výkonnostních limitů. Mají mnoho nápadů a jsou kreativní. Konflikt pro ně není prostředkem k ovládnutí druhého, ale k obraně svého území.

Usměřovače



Láká je možnost ovlivňovat ostatní lidi. Jsou velmi citliví na hierarchickou strukturu společnosti a mají potřebu zapojit do těchto struktur lidi kolem sebe. Na začátku vztahu vás usměřovači testují, často tím, že vás nebo vaši práci zpochybňují, aby zjistili, kam zapadnete v jejich podání světa. Usměřovači jsou rádi středem pozornosti, umí dobře prodávat své nápady a přesvědčovat ostatní. Rádi nadšeně soutěží.

Slad'ovatelé



Jedná se o typy lidí, kteří se zaměřují na stabilitu a efektivitu. Pro tyto jedince se vše točí kolem lidí, jejich vztahů, toho, jak se cítí ve světě, a míry jejich spokojenosti. Není pro ně důležité hierarchie; spíše je zajímavá povrch – kdo je s kým, proč a jak.

Rádi také mluví a diskuse s nimi bývá nepoměrně vstřícnější a příjemnější než s jinými typy. Rádi kladou otázky a mají ve zvyku naslouchat odpovědím, výrazně jim nevadí, když máte jiný názor, dokáží velmi dobře porozumět druhým lidem a mají vysoce vyvinutou empatii. Snaží se, aby prostředí, ve kterém žijeme, bylo dokonalé, příjemné, lidské a chápající.

Zpřesňovatelé



Jedná se o racionální část populace, která je kombinací orientace na užitek i stabilitu. Bývají spolehliví, pečliví a přísní na sebe i své okolí.

Mají rádi, když je jejich práce dobře organizovaná; mají pořádek ve svých věcech i na pracovišti; vyžadují jasné zadání a precizně je plní. Důležité jsou pro ně normy a pravidla. Mají tendenci chovat se standardně, předvídatelně a správně. Obvykle je zajímavají čísla a rádi analyzují data. Neradi riskují.

Tyto typy osobnosti lze identifikovat na základě jejich reakcí na 4 typy situací:

- Reakce na pochvalu;
- Reakce na kritiku;
- Reakce na stres;
- Reakce na nespravedlnost.

Vzhledem k tomu, že školitel nemá dostatek času na důslednou analýzu všech výše uvedených situací, a navíc kritika nebo nespravedlnost může mít negativní vliv na průběh školení, doporučuje se sledovat reakce účastníků na pochvalu školitele.

Následující reakce jsou charakteristické pro jednotlivé typy:

CHARAKTERISTIKA REAKCE	Usměrňovatelé	Objevovatelé
	Sladčovatelé	Zpřesňovatelé
	<ul style="list-style-type: none"> • Zveličování • Uplatňování vlivu 	<ul style="list-style-type: none"> • Krátké přijetí • Netrpělivost
	<ul style="list-style-type: none"> • Rozptýlenost 	<ul style="list-style-type: none"> • Radost • Rozpaky

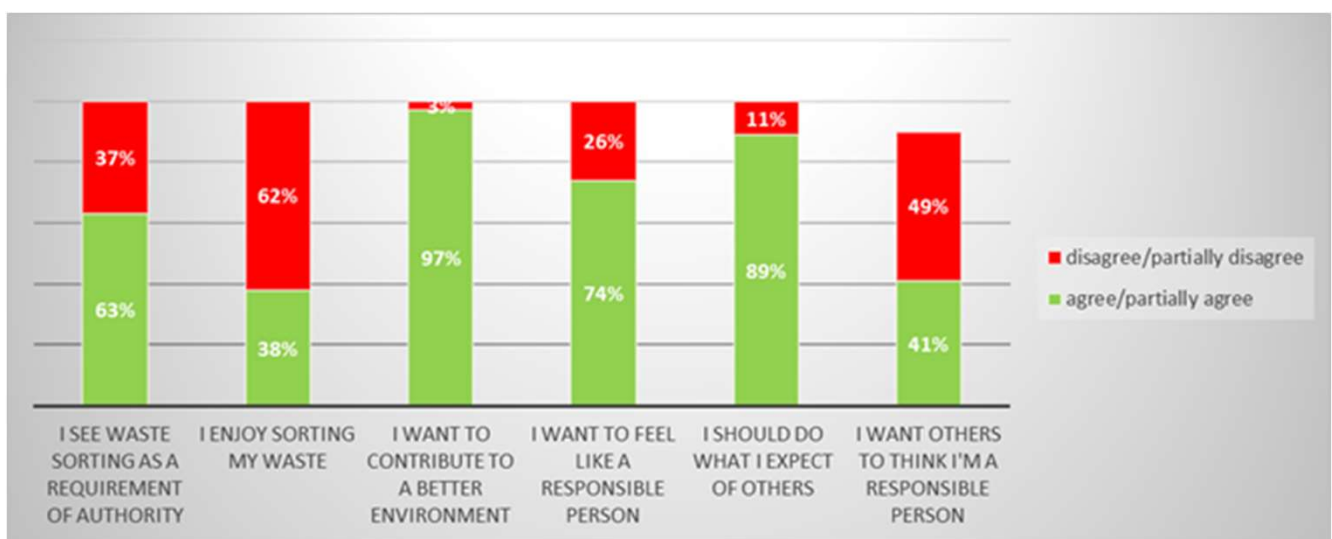
Závěrečné shrnutí

Je důležité poznamenat, že **motivace k neformálnímu vzdělávání je individuální a závisí na více faktorech**. Neexistuje žádný univerzální způsob, jak motivaci podpořit a vyvolat; klíčová je spíše cílová skupina, na kterou se tvůrce obsahu a následně školitel nebo učitel zaměří.

Níže uvádíme několik návrhů, jak koncipovat vzdělávací akci, aby motivovala potenciální studenty k účasti:

- Titulek nabídky by měl být marketingovým tahem, který zaujme na první pohled, ale zároveň by měl odpovídat obsahu akce.
- Jasně nastíňte cíl akce a uveďte přidanou hodnotu nebo přínos, který akce účastníkům přinese.
- Při plánování vzdělávací akce odstraňte překážky hned na začátku, abyste předešli zbytečné ztrátě motivace.
- Při výběru metod berte v úvahu různé typy osobností a styly učení, které jim vyhovují. Pokud je metodika příliš jednostranná, zájem některých osobnostních typů může klesnout a počet potenciálních studentů nebo těch, kteří by kurz dokončili, se může snížit.
- Nebojte se prozradit některé metody i obsah; pro mnoho uchazečů je důležité, aby je učení bavilo. Představení nebo zveřejnění výukových metod může k dosažení tohoto cíle přispět.
- Přizpůsobit interakce/metody školitele motivačním a osobnostním typům účastníků během školicí akce, aby se zvýšila motivace během školení a případně motivovala k další účasti nebo dalšímu školení.

V oblasti životního prostředí je motivace ke vzdělávání podobná motivaci k pro-environmentálnímu chování. Lidé s pro-environmentálním chováním mají také tendenci mít pro-environmentální postoje (a naopak). Tito lidé tedy budou více motivováni ke vzdělávání v této oblasti, i když motivy mohou být u každého člověka jiné, jak ukázala studie Bruvolla, Halvorsena a Nyborga (2002). Ve své studii položili otázky více než tisícovce lidí v Norsku, aby zjistili důvody a motivace lidí pro třídění odpadu. Jejich výsledky jsou znázorněny níže.

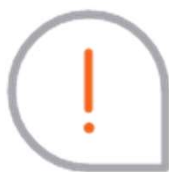


Zajímavá je vnější motivace v podobě požadavků úřadů. I zde se však ukazuje, že motivace k proenvironmentálnímu chování funguje nejlépe a nejsnáze, pokud vychází zevnitř - z osobního přesvědčení člověka o správnosti a nutnosti takového chování.

KAPITOLA 3

Jak se vzdělávají dospělí? Jak můžou školitelé, podpořit dospělé v tom, aby se vdělávali co nejlépe?

My, lidé, se musíme zabývat mnoha otázkami životního prostředí. Jako školitelé a ekoaktivisté musíme podporovat ostatní lidi v rozvoji jejich ekokompetencí. Jak to můžeme dělat efektivně? Musíme se řídit některými zásadami, které lze čerpat z poznatků o vzdělávání dospělých a které nám mohou pomoci při plánování a vedení vzdělávacích aktivit.



Na základě předpokladů Malcolma Knowlese o učení dospělých a cyklu zkušenostního učení Davida Kolba uvádíme v tomto článku:

- Potřeby dospělých v oblasti vzdělávání;
- Struktura procesu učení.

Co se dospělí potřebují naučit?

Krátká odpověď na tuto otázku může znít: **dospělí potřebují přístup založený na kompetencích, který se zaměřuje na učení namísto výuky**¹. Tento postoj zastává Malcolm Knowles ve svém vlivném díle o vzdělávání dospělých "The Modern Practice of Adult Education. Od pedagogiky k andragogice", která se pravděpodobně stala nejznámější a jednou z nejvlivnějších knih v této oblasti. Knowles zdůraznil: "V této knize se objevuje mnoho příkladů, které se týkají vzdělávání a výchovy:

“ Vzdělávání dospělých se musí zaměřit především na poskytování zdrojů a podpory pro samostatné zájemce². ”

¹ M. S. Knowles, The Modern Practice of Adult Education. From Pedagogy to Andragogy (Cambridge, The Adult Education Company, New York, 1980, s. 43).

² Ibidem, s. 19.

Učení dospělých je převážně procesem sebeřízení. Dospělý účastník vzdělávání přebírá odpovědnost za diagnostiku svých potřeb, plánování procesu, stanovení obsahu, výběr metod, výběr zdrojů a hodnocení. Nejedná se o typický proces ve třídě a lze jej snadno začlenit do každodenních činností.

Knowlesovy známé **předpoklady o dospělých a jejich učení** se vyvíjely 30 let a nyní se skládají ze 6 bodů:

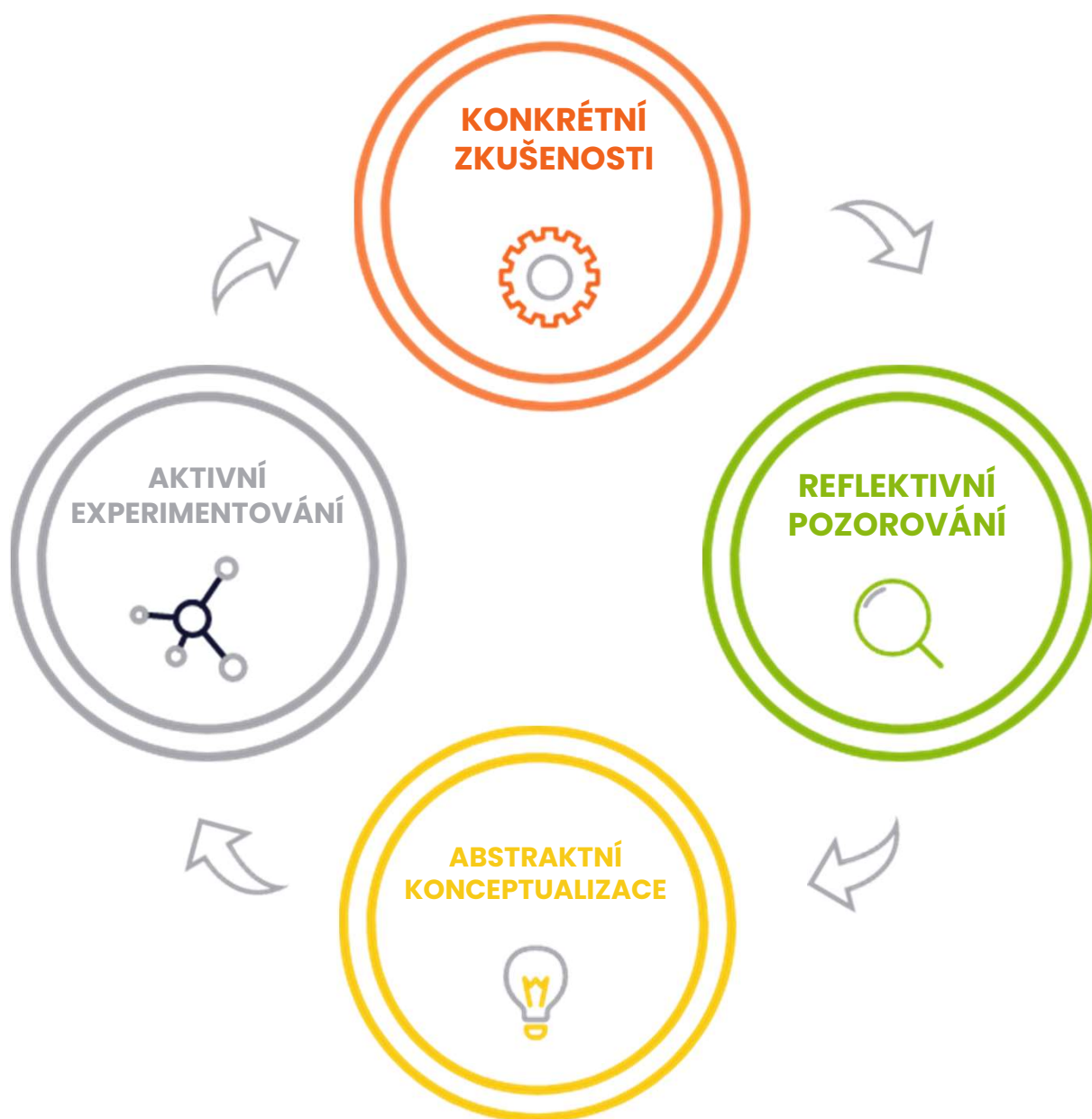
- 1. Sebepojetí**
Dospělí jsou zvyklí na sebeurčení a vzdělávání dospělých to musí ve svém přístupu zohlednit.
- 2. Zkušenosti**
Dospělí přinášejí do vzdělávání zkušenosti, které by měly být uznány jako cenný zdroj.
- 3. Připravenost k učení**
Dospělí jsou buď více, nebo méně motivováni k učení/dalšímu studiu v závislosti na svém individuálním a sociálním kontextu.
- 4. Orientace na učení**
Pro dospělé je učení o řešení problémů a aby bylo vzdělávání považováno za správné využití času, je třeba prokázat, že se jedná o řešení problémů.
- 5. Potřeba vědět**
Dospělí si musí uvědomit, proč něco potřebují vědět. Jaký je přínos učení?
- 6. Motivace**
Vnitřní motivace je u dospělých studentů nejsilnější, i když jejich vnitřní touha po učení může být utlumena životními zkušenostmi.³

Jak strukturovat proces učení dospělých?

Struktura, kterou bychom chtěli navrhnout, je tzv. **teorie zážitkového učení (ELT – Experiential Learning Theory)**, známá především z prací Davida Kolba. Připomíná Knowlesovy předpoklady o učení dospělých tím, že staví na zkušenostech, posiluje reflexivní myšlení o našem procesu učení a zaměřuje se na praktické důsledky a aplikace. Je to také pravděpodobně jedna z nejlivnějších a nejčastěji používaných metastruktur ve vzdělávání dospělých.

³ Jak cituje St. Clair R, Käpplinger B., op. cit. s. 271.

Model navržený Davidem Kolbem, vložený do EST, se skládá ze čtyř fází. Účastník musí získat **zkušenost**, **reflektovat tuto zkušenost**, **formulovat abstraktní konceptualizaci** a nakonec s touto konceptualizací **aktivně experimentovat**. Vychází z Kolbova chápání učení. Jak poznamenal: "Učení je proces, v němž se znalosti vytvářejí transformací zkušeností"⁴. Klíčový je zde dualismus dyád: akce/reflexe a zkušenost/abstrakce. Informace musí být přijímány experimentováním a následně transformovány interpretací a odpovídajícím jednáním. Je nutné tvůrčí napětí mezi všemi čtyřmi mody.



⁴ tamtéž, s. 49

Jaké jsou hlavní předpoklady ELT ⁵?

ELT se zaměřuje na učení jako na proces, na rozdíl od behaviorálního zaměření na výsledky. Jak upozornil Kolb: "Tendence definovat učení z hlediska výsledků se může stát definicí neučení, v procesním smyslu z toho plyne, že neschopnost modifikovat myšlenky a návyky v důsledku zkušenosti znamená špatně se adaptovat."⁶

Učení je nepřetržitý proces založený na zkušenostech. Znalosti jsou přeneseny a testovány zkušenostmi. **To znamená, že všechny procesy učení jsou procesy opětovného učení.** Představa studujícího se jedince podle Carta Blanca, že tento jedinec je prázdná nádoba, která by měla být naplněna znalostmi, již neplatí. Každý jedinec vstupuje do procesu učení s určitými znalostmi. Tento soubor znalostí potřebuje reinterpretaci a často je třeba jej rozšířit. Z toho vyplývá, že pedagog není tím, kdo pouze poskytuje nové rezervoáry znalostí – musí být schopen stavět na stávajícím rezervoáru. V přístupu ELT je nezbytné nejen zavádět nové věci, ale také odstraňovat nebo upravovat ty staré. Existují dva hlavní mechanismy přijímání nových a starých myšlenek: integrace a nahrazování. Poznatky získané prostřednictvím integrace jsou silněji propojeny s individuálními schémata vnímání. Substituce může vést zpět k dřívějším myšlenkám nebo kognitivnímu nesouladu.

Během vzdělávacího procesu by měly být vyřešeny konflikty mezi radikálně odlišnými způsoby adaptace. Napětí nebo konflikt je prvkem povahy vzdělávání. Každá z výše popsaných fází Kolbova cyklu vyžaduje schopnost snížit napětí: schopnost vnímat konkrétní zkušenost bez předpojatosti, pozorovat tuto zkušenost z různých úhlů, vytvářet koncept, který integruje pozorování do konzistentní teorie a používat tuto teorii při rozhodování a řešení problémů.



V ELT je učení součástí holistického procesu adaptace na svět. Učení je tedy více než jen činnost obvykle spojovaná s učebnou. **Probíhá v každé fázi lidského života a je nepřetržitým procesem, který spojuje různé sféry.**

Z širší perspektivy lze učení vnímat jako proces **celoživotního vývoje v rámci přizpůsobování se světu.** Z praktického hlediska tento předpoklad posiluje potřebu využívat při učení a výuce zkušenosti z různých životních situací.

⁵ tamtéž. str. 37 a následující.

⁶ tamtéž. s. 37

Vdělávání zahrnuje transakce mezi žákem a reálným prostředím. ELT věnuje zvláštní pozornost dvojí specifičnosti zkušenosti. Na jedné straně je to subjektivní, vnitřní proces, ale na druhé straně má objektivní, sociální rozměr. Jak shrnuje Kolb: "Učení v tomto smyslu je aktivní, sebeřízený proces, který lze aplikovat nejen ve skupinovém prostředí, ale i v každodenním životě."⁷

Vzdělávání je proces vytváření znalostí. Toto vytváření probíhá na pomezí objektivní, společenské zkušenosti (akumulované do kultury) a individuální, subjektivní zkušenosti. Praktickou instancí je zohlednění předmětu.

Praktické tipy pro školitele a vzdělávací ekoaktivisty

Chovejte se k účastníkům jako k cenným zdrojům znalostí.

Oceňte jejich předchozí zkušenosti tím, že jim dáte prostor, aby se o ně během sezení podělili. Zvažte životní filozofii účastníků a seznamte se s jejich hlavními přesvědčeními o soukromém životě, profesní činnosti atd.

- Můžete to udělat tak, že je požádáte, aby se podělili o své myšlenky/zkušenosti spojené s vaší vzdělávací ekologickou aktivitou (např. s čím si spojíte permakulturu/environmentální stopunulový odpad?).
- Požádejte účastníky o komentáře k zadání práce. Pokuste se pochopit, jak se na diskutovaný problém dívají ze svého úhlu pohledu nebo perspektivy kontextu místa bydliště. Využijte jejich závěry k vyplnění mezery mezi ekokoncepty a přesvědčením účastníků.
- Poskytněte účastníkům prostor, aby se podělili o své pocity a postřehy ze zážitku/aktivity, které během sezení probíhají. Můžete položit následující otázky:
 - Co se stalo? Jak jste pracovali, diskutovali atd.?
 - Jaké jsou vaše pocity z toho, co jste již zažili?
 - Co jste pozorovali? Co vás překvapilo?

Dejte účastníkům na výběr

- Můžete je požádat, aby si vybrali, jaký případ chtějí analyzovat nebo jak chtějí danou situaci řešit.
- Můžete se zeptat účastníků, zda chtějí pracovat s novou myšlenkou nyní, nebo ji raději odložit na konec. Uložte tyto myšlenky do „skupinové paměti“ nápadů, které nebyly kontrolovány, a domluvte se, kdy se k problému vrátíte.

⁷ Tamtéž, s. 48.

Ved'te účastníky k samostatnosti v rámci jejich produktivity.

- Proberte s účastníky všechny jejich pochybnosti a otázky. Účastníci se nenaučí věc, kterou nemají možnost prodiskutovat.
- Na začátku sezení požádejte účastníky, aby uvedli hlavní výzvy své praxe, týkající se ekologických témat.
- Umožněte účastníkům zažít a budovat/rozvíjet své znalosti tím, že budou všechny zkušenosti reflektovat.

Ved'te účastníky při vyvozování závěrů, které mohou přesahovat rámec dobře známé zkušenosti. Ukažte, co je správné ve vztahu k chování, odvoláním se na znalosti, které je vysvětlují.

Můžete jim položit následující otázky:

- Jaký je váš hlavní dojem z této aktivity?
- Jak to souvisí s vašimi dalšími zkušenostmi se zvyšováním našeho negativního dopadu na planetu?

Procvičte nové znalosti v praxi. Můžete požádat účastníky, aby na konci shrnuli, co se naučili o ekologických kompetencích a jaké možnosti praktické aplikace zaznamenali ve svém životě.

Můžete jim položit následující otázky:

- Co jste se z této zkušenosti naučil?
- Jaké ekologické kompetence jste si díky této zkušenosti/činnosti osvojili?
- Jaké změny byste rádi zavedli do svého každodenního života?

Bibliografie

- Knowles, M. (1984). Andragogika v akci. San Francisco: Jossey-Bass.
- Knowles, M. (1984). The Adult Learner: (3. vydání). Houston, TX: Gulf Publishing.
- Kolb, David A (2015), „Zážitkové učení“, Pearson Education, <https://qr.go.page.link/cNi7M>.
- Knowles, M. Moderní praxe vzdělávání dospělých. From Pedagogy to Andragogy, Cambridge The Adult Education Company, New York, 1980.
- Schneider Corey Marianne, Corey Gerald, Corey Cindy. (2018). Skupiny: Groups: Process and Practice, Edition 10 (Vol. 10e). Cengage Learning.
- St. Clair R, K pplinger B. Alley or Autobahn? Hodnocení 50 let andragogick ho projektu. Adult Education Quarterly. 2021;71(3):274-6. doi:10.1177/07417136211027879
- TEAL Center Fact Sheet no. 11: Adult Learning Theories, 2011, s. 1. <https://web.archive.org/web/20171215125941/http://communitycolleges.wy.edu/Data/Sites/1/commissionFiles/abe/training/abe-ntt/mod-6-articles/ntt---module-6---fs-11-teal-center-adult-learning-theory-fact-sheet-air-logo-rev12-06-11.pdf>.
- "Vzd lávání mimochodem, p ru ka pro vzd lavadce aktivisty pracuj c  s lidmi s n zk mi kompetencemi", s. 13-17. https://edu-btw.eu/wp-content/uploads/2020/10/Manual_EDU-BTW.pdf

KAPITOLA 4

Rozumný jazyk změny

Rétorice veřejné debaty o ekologických problémech dominují metafory katastrofy a apokalypsy. Existuje tedy způsob, jak mohou školitelé a aktivisté úspěšně přesvědčit ostatní, že změna je možná?

Všudypřítomnost tématu ekologie způsobila, že mnozí z nás jsou vůči němu "imunní". Od útlého věku jsme pravidelně zaplavováni hesly o "ekologii", "záchraně planety" a "ochraně životního prostředí", ale ve skutečnosti je považujeme za prázdná slova. Běžně se setkáváme s názorem, že ekologie se snaží vynutit změnu chování a návyků, ale zároveň zapomíná na to, co takovou změnu činí možnou a účinnou: na emoce a individuální motivace. Pokud nedokážeme účinně apelovat na emoce lidí, nevytvoříme klima pro změnu a neprorazíme hradbu truismů, které se po školeních, lekcích a seminářích okamžitě zapomínají.

Polská básnířka a akademická pedagožka Julia Fiedorczuková poznamenala, že "klimatická krize je krizí představitivosti". Když se mluví o ekologických problémech světa, v jazyce převládají metafory války, katastrofy a apokalypsy. Je to atraktivní a spektakulární vyprávění, které odkazuje na obrazy z hollywoodských filmů a apeluje na velmi silné emoce: strach, úzkost, nejistotu. Má však i svou temnou stránku: ukazování problému jako mocného a přemáhajícího provokuje k úvaze: "Pokud je problém nevyhnutelný, pak se nedá nic dělat". Proto je jednou z největších výzev při prosazování ekologických změn vytvoření pozitivního narativu, který ukazuje, že taková změna je ve skutečnosti možná.



Ekologické kompetence a nástroje workshopu představené v této publikaci podporují **nový způsob diskuse o ekologických změnách: způsob založený na citlivosti, uvědomění a komunitě**. V procesu workshopů a vzdělávání je nesmírně důležité zdůraznit dějinnost: **"I vy můžete dělat důležité věci"**.

Jazyk a atmosféra, které vytváříme při rozhovoru o ekologii, jsou stejně důležité jako vědecké a technické objevy. Umožňují změny ve společenských vztazích a směřování ke spravedlivějšímu světu – citlivé společenství, které je zodpovědné za každého svého člena, za svá společná rozhodnutí, za přírodu a budoucnost.

Ekologie jako vědní obor se zaměřuje na studium struktury světa a hlubokých vztahů mezi jeho prvky. Ale teprve když člověk skutečně pocítí, že on, ostatní lidé, zvířata a životní prostředí jsou rozhodujícími a vzájemně závislými součástmi téhož světa, jeho myšlení o ekologii se nenávratně změní. Potřeba pečovat o planetu už nebude abstrakcí poháněnou strachem a začne být životním stylem, jehož hlavními aspekty jsou empatie a všímavost. Proč tedy při rozhovoru o velké změně nepoužít metody převzaté z meditace nebo cvičení mindfulness?

Všudypřítomnost tématu ekologie způsobila, že mnozí z nás jsou vůči němu "imunní". Od útlého věku jsme pravidelně zaplavováni hesly o "ekologii", "záchraně planety" a "ochraně životního prostředí", ale ve skutečnosti je považujeme za prázdná slova. Běžně se setkáváme s názorem, že ekologie se snaží vynutit změnu chování a návyků, ale zároveň zapomíná na to, co takovou změnu činí možnou a účinnou: na emoce a individuální motivace. Pokud nedokážeme účinně apelovat na emoce lidí, nevytvoříme klima pro změnu a neprorazíme hradbu truismů, které se po školeních, lekcích a seminářích okamžitě zapomínají.

Polská básnířka a akademická pedagožka Julia Fiedorczuková poznamenala, že "klimatická krize je krizí představitivosti". Když se mluví o ekologických problémech světa, v jazyce převládají metafory války, katastrofy a apokalypsy. Je to atraktivní a spektakulární vyprávění, které odkazuje na obrazy z hollywoodských filmů a apeluje na velmi silné emoce: strach, úzkost, nejistotu. Má však i svou temnou stránku: ukazování problému jako mocného a přemáhajícího provokuje k úvaze: "Pokud je problém nevyhnutelný, pak se nedá nic dělat". Proto je jednou z největších výzev při prosazování ekologických změn vytvoření pozitivního narativu, který ukazuje, že taková změna je ve skutečnosti možná.

Tipy na jazyk naděje a agentury



Věnujte pozornost způsobu, jakým řešíte ekologická témata.

Jaké emoce chcete v divácích vyvolat? Co vlastně vyvoláváte? Jaké emoce cítíte vy sami? Trénujte svou všímavost jak při koučovací práci, tak mimo místnost, kde probíhá seminář. Za tímto účelem můžete sáhnout po prvcích cvičení mindfulness nebo... poezie. Vědecké výzkumy potvrzují, že čtení poezie pomáhá lépe se propojit s vlastními emocemi, rozvíjí citlivost, kritické myšlení a podporuje sebereflexi.



Dělejte si přestávky.

Dovolte sobě i ostatním mluvit "mimo téma". Volné poznávání druhých lidí je dobrým tréninkem empatie a soucitu.



Zpomalte.

Všímejte si okolí: ptáků za oknem, rostlin rostoucích mezi popraskanými dlažebními deskami. Dovolte si být zvědaví a těšte se z maličkostí.



Věnujte pozornost tomu, co cítíte jako jednotlivec i ve skupině.

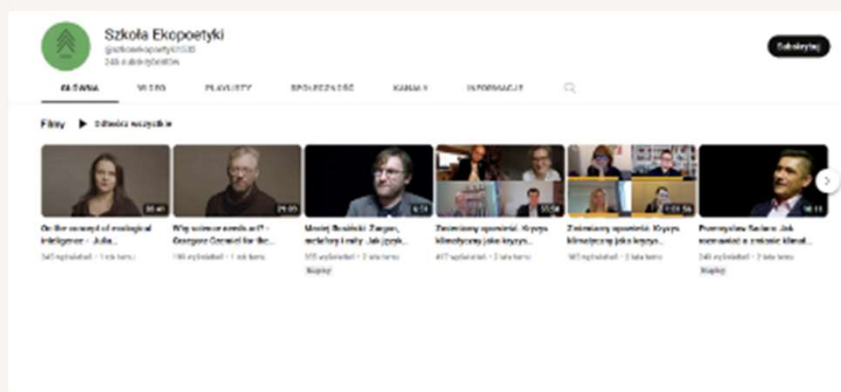
Pojmenujte emoce, které se objevují během workshopů a aktivit. Ušlechtlí to identifikaci jednotlivých motivací a postará se o případné obavy či úzkost.

Pro nalezení nových metafor a nahrazení jazyka katastrofy jazykem naděje je vhodné hledat inspiraci v ekopoetice a ekokritice. Původně šlo o směr literární vědy, který se zaměřoval na analýzu fungování vztahů mezi člověkem a přírodou v literárních textech. Brzy se však ukázalo, že ekopoetiku lze chápat mnohem širěji: jako perspektivu myšlení a mluvení o tom, co je lidské a ne-lidské, umožňující nově definovat místo člověka ve světě.



Další informace o něm najdete na:

Minipřednášky Školy ekopoetiky na YouTube:
[SZKOŁA EKOPOETYKI](#) (k dispozici jsou anglické titulky)



Výše uvedená esej Julie Fiedroczuk a Gerarda Beltrana: (volně ke stažení; text je k dispozici v polštině, angličtině a španělštině).



KAPITOLA 5

Management emocí: účastníci & školitelé

Změna klimatu je příkladem takzvaných zákeřných problémů, které nemají jednoduché řešení. Naším cílem je naučit se žít se změnou klimatu a s pocity, které v rámci změny klimatu máme.

Slova: emoce, pocity a afekty používáme velmi uvolněným způsobem.



Co je to pocit?

- Pocit je energie a akce
- Pocit je individuální i komunitní věc.
- Pocit transformuje informace. Vypovídá o světě a o osobě, která tyto pocity prožívá.
- Pocit nás upozorňuje, že v situaci je něco významného.
- Pocit nás nutí reagovat

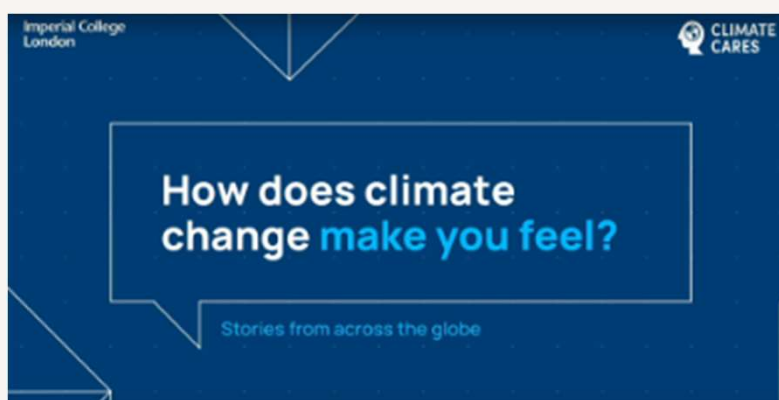
Pedagogové a školitelé jsou v obzvláště zodpovědném postavení, protože mohou buď podpořit, nebo utlumit procesy řešení klimatických pocitů studentů/účastníků.

Emoce souvisejí s kognitivními i dovednostními cíli v klimatické výchově. Schopnost identifikovat a zpracovávat emoce pomáhá lidem lépe se vypořádat s kognitivně složitými jevy.

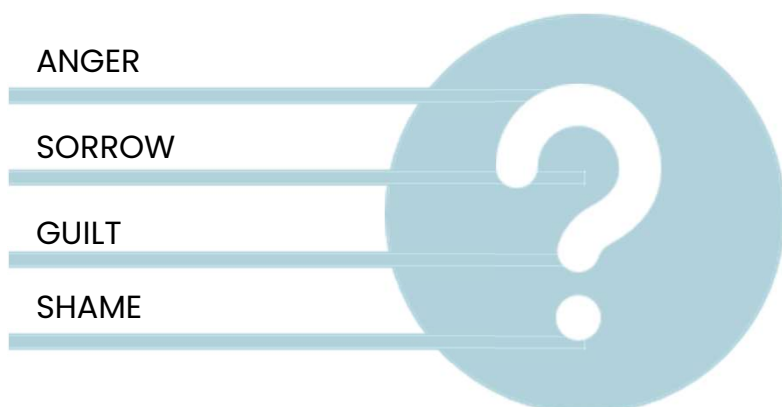
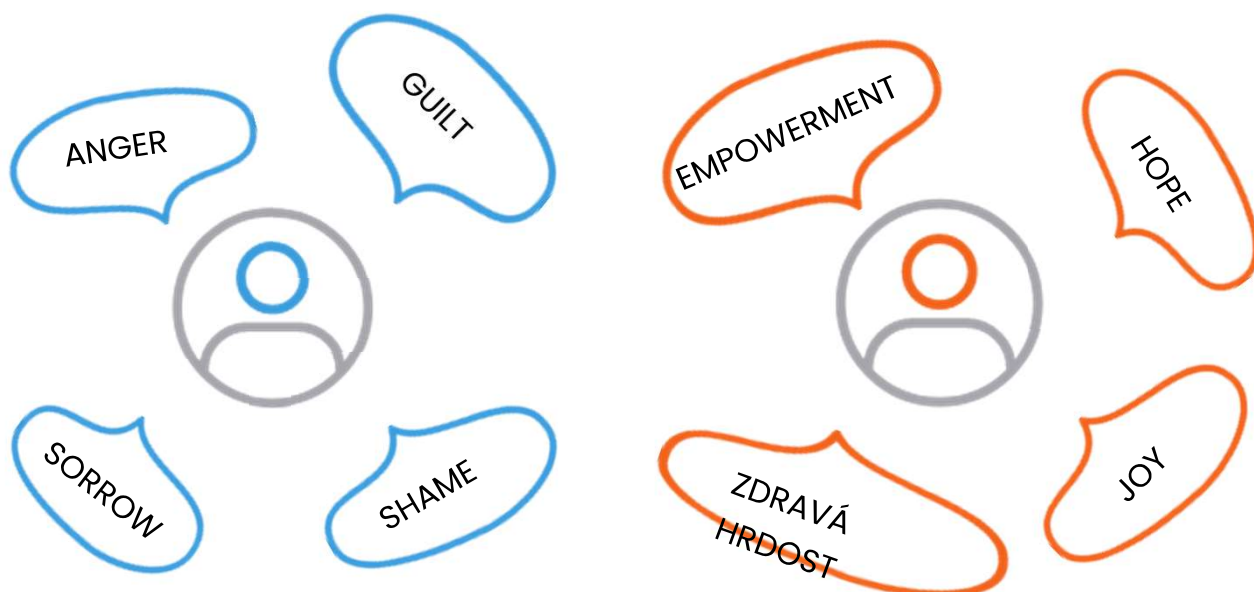


Institut globálních zdravotnických inovací:

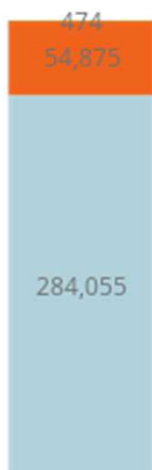
[Jak se cítíte po změně klimatu?](#)



EMOCE A ZMĚNA KLIMATU



**KLIMATICKÁ
ÚZKOST NEBO
HNACÍ SÍLA
AKTIVITY A
RADOSTI.**



Víte, kolik existuje studií o duševním zdraví a změně klimatu?

Zajímavé je, že jak změna klimatu, tak duševní zdraví byly hodně studovány samostatně, ale ne příliš často společně.

Podle PudMedu počet článků publikovaných v letech 2011-2021:

- **Duševní zdraví:** 284 055
- **Změna klimatu:** 54,875
- **Duševní zdraví a změna klimatu:** 474

Školitel

Je důležité a relevantní, aby si pedagogové uvědomovali své vlastní emoce a strategie zvládnání, protože bez zvládnání vlastních pocitů hrozí větší riziko vyčerpání. Je možné mít cynické pocity, které budou mít nežádoucí vliv na výuku i učení. **Školitelé a pedagogové by si měli být vědomi toho, jak důležité je vypořádat se s emocemi, jako je hněv a nenávisť**, a jejich psychologickou dynamikou. Podle psychologických výzkumů existuje velmi dobrá šance změnit hněv na sílu, což může pomoci přeměnit apatii v aktivitu na podporu společnosti.

Boj proti změně klimatu může také vyvolat pocity radosti, posílení, hodnoty a hrdosti. Bylo zjištěno, že pocity posílení a radosti často vyžadují, aby byly odpovídajícím způsobem řešeny pocity viny, bezmoci a smutku.



Čím více ekologická krize a povědomí o ní postupuje, tím více pozornosti je třeba věnovat těžkým emocím. Pro lepší zvládnání je velmi důležité umět být dostatečně hrdý a spokojený s dobrými skutky a snahami.

Školitel a společné učení a společné cítění

Pedagogové by se měli odvážit učit se z hlediska emočního světa. Společné učení může být přínosné jak pro školitele, tak pro účastníky.

Pokud pedagog uzná existenci emocí, ukáže se studentům jako důležitý vzor.

Některé pedagogické a etické výzvy



Sebereflexe školitele:

- Jak obratně dokážu sledovat tón a vývoj rozhovoru?
- Do jaké míry mohu pozorovat emocionální reakce účastníků?
- Jak dobře dokážu brát v úvahu své emocionální stavy a jejich dopady?

Otázky, které je třeba zvážit při plánování setkání

- Kdy a jakými metodami je vhodné požádat účastníky, aby se zabývali svými emocionálními reakcemi na ekologickou krizi?
- Jak se změní hierarchické vztahy a dynamika, pokud se jedná o typickou emocionální krajinu? Jaká je pak role školitele?
- Jaká je hranice mezi osobní a profesní rolí školitele?
- Jak zajistit, aby situace sloužila účastníkům z velmi odlišných prostředí a věkových skupin?
- Je školitel povinen poskytnout účastníkům bezpečný prostor, aby se mohli vypořádat se svými pocity a emocemi?
- Je k dispozici podpora ze strany institucí a organizací pro školitele nebo účastníky?
- Jak může školitel, který si vyzkoušel důležitost a účinnost práce s emocemi, povzbudit ostatní, aby udělali totéž?

Jak zvládat klimatické vzdělávání v rámci emoce:



11 tipů, jak diskutovat o klimatických emocích:

- Dejte prostor pro diskusi.
- Ptejte se na to, co si lidé myslí a co cítí o klimatických změnách a klimatické nouzi.
- Pozorně naslouchajte a ukažte, že jste slyšeli, co ostatní říkají.
- V případě potřeby uveďte několik příkladů slov, která lze použít při popisu klimatických emocí.
- Poskytněte informace o tom, jak regulovat emoce.
- Nezapomeňte, že nemusíte vědět nebo vyřešit všechno.
- Pokud to nevíte, přiznejte se.
- Vyberte si úroveň osobnosti, která vám vyhovuje.
- Sledujte emocionální atmosféru události.
- Zvažte, jak zvládnete praktický provoz.
- Ukončete sezení něčím posilujícím a regeneračním.

Diskusní témata týkající se klimatických emocí



Úzkost

- Různé formy úzkosti. Jaké všechny emoce se mohou skrývat za úzkostí?
- Jaký druh úzkosti je ochromující?
- Jaký druh úzkosti může vést k pozitivní změně?



Beznaděj

- Když někdo řekne "Není naděje!", jaké obecné emoce to může vyvolat? (Zoufalství, beznaděj, hněv, hořkost, smutek, znechucení, cynismus, deprese?)
- Jak lze předejít vyčerpání nebo klimatickému vyhoření?



Strach a obavy

- Jaké jsou výhody strachu? (Identifikace nebezpečí, regulace činností k jejich předcházení)
- Jaká může být nevýhoda útěku před strachem (strachem ze strachu)?
- Obavy z klimatu: čeho přesně se bojíme v souvislosti se změnou klimatu?



Lítost, smutek

- Debata o tom, proč je dnes zármutek často skrytý.
- Úvaha o tom, jak by se lidé mohli konstruktivně vyrovnat s různými formami smutku.



Vina

- Jaký druh viny je ochromující?
- Jaký druh viny je dojemný a dobře vedený?
- Jak si můžete vybudovat dostatečně dobré svědomí v otázkách klimatu?



Nedostatečnost, bezmoc

- Pocit nedostatečnosti/bezmoci je velmi častý a není důvod se za něj stydět.
- Úvaha o tom, jak by se tyto pocity daly zmírnit (např. rozdělení problémů, spolupráce, laskavost k sobě i ostatním).



Hněv

- Jak by se dal hněv konstruktivně využít?
- Co se dá dělat, když jste řádně rozhořčeni?
- Proč se mnoho lidí cítí frustrováno ze změny klimatu?
- Jak lze frustraci zmírnit?

Diskusní témata týkající se klimatických emocí



Radost

- Pokud si uvědomujete vážnost klimatické krize, můžete ještě prožívat radost? Proč?
- Jaké věci nebo události mohou vyvolat klimatickou radost?



Povzbuzení

- Jaké věci nebo zážitky vám dávají pocit síly?
- Pocit sounáležitosti: jaké pocity sounáležitosti přináší sílu (spojení s přírodou, spojení s ostatními)?



Zdravá hrdost

- Je těžké mluvit o zdravé hrdosti? Proč?
- Jak lze posílit zdravou hrdost?
- Jaký je vztah mezi pocitem viny a pýchou?



Naděje

- Je naděje něco hlubšího než optimismus nebo pesimismus?
- Jaké mohou být výhody optimismu? A může být pesimismus užitečný?



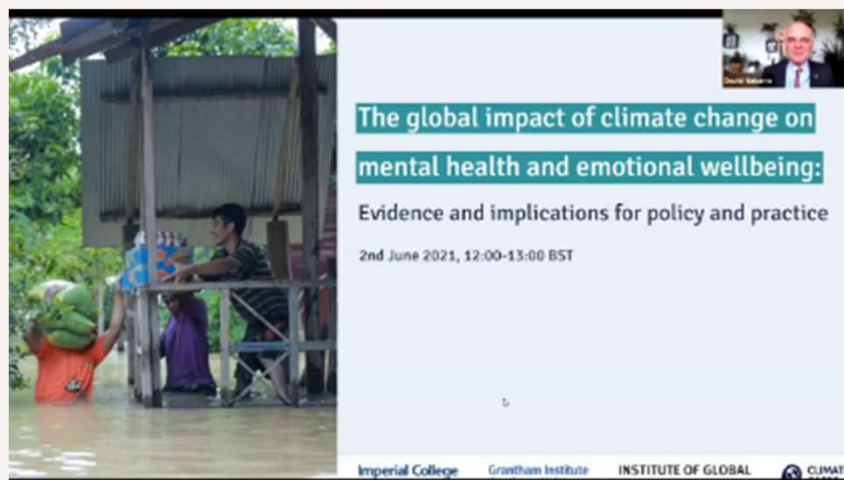
Z blogu Eco-Anxiety and Hope:

[10 doporučení pro lidi s ekologickou úzkostí](#)



Z Institutu globálních zdravotnických inovací:

[Globální dopad změny klimatu na duševní zdraví a emoční pohodu](#)





Několik jednoduchých nápadů, jak lépe vnímat a zvládnout své emoce

- Konfrontujte své emoce. Nesnažte se je ignorovat nebo skrývat.
- Identifikujte a označte své emoce. Použijte výše uvedený seznam jako nápovědu. Místo toho, abyste říkali: „Jsem naštvaný“, zkuste si říct: „To, co cítím je hněv.“ Neoznačujte sebe, ale své emoce.
- Přijměte své emoce. Tak to teď je. Dýchejte. Tak to teď je. Udělejte si z toho mantra. Snažte se mluvit sami se sebou, jako byste mluvili se svým milovaným přítelem. Udělali jste, co bylo ve vašich silách.
- Uvědomte si pomíjivost svých emocí. Dovolte si být svědky a pozorovat tyto pocity s laskavou pozorností a trpělivostí. Můžete si položit tyto otázky, které vám pomohou vcítit se do sebe:
 - "Co a kde je to za pocit?"
 - "Co potřebuji teď?"
 - "Jak o něj mohu pečovat?"
- Ptejte se a zkoumejte. Zeptejte se sami sebe: Co mě spustilo? Co způsobuje tyto pocity? Odkud tento nepříjemný pocit pramení?
- Dejte průchod svým emocím. Nemusíte své emoce ovládat.

KAPITOLA 6

Permakultura pro školitele: Jak připravit a vést workshopy inspirované permakulturními principy?

Běžně si myslíme, že permakultura je určena pro zahradničení, i když principy designu lze aplikovat na mnoho aspektů: organizaci podniku, školy, rodiny a také na sebe sama, naše vzorce a zvyky. Principy permakultury mohou podpořit i naše vize a sny. Existuje odvětví zvané "sociální permakultura", které popisuje práci s lidmi a jejich vzájemné vztahy. **Školení jsou jich plná, vyžadují designové a adaptační dovednosti – tak proč se neinspirovat permakulturními principy*?**

Každému principu se budeme věnovat, počínaje inspirací pro přírodu, konkrétními informacemi o tom, **jak se vztahuje na vzdělávací ekosystém**, a tipy pro školitele, jak se připravit a aplikovat na cestách. Důrazně doporučujeme prověřit a vybrat to, co je relevantní pro váš kontext.



Pro začátek zde nabízíme jednoduchou strukturu:

- Pozorování místa, kde se nacházíte;
- Uvědomit si, kam chcete jít;
- Určení kroků, které k tomu vedou.

Plakát Etika a zásady permakulturního designu a další materiály ke stažení zdarma:

www.permacultureprinciples.com



Permaculture Ethics

- 1. Care of the Earth
 - 2. Care of People
 - 3. Fair Share
- ### & Design Principles
- 1. Observe & interact
 - 2. Catch & store energy
 - 3. Obtain a yield
 - 4. Apply self-regulation & accept feedback
 - 5. Use & value renewable resources & services
 - 6. Reduce to match
 - 7. Design from patterns to details
 - 8. Integrate rather than segregate
 - 9. Use small & slow solutions
 - 10. Use & value diversity
 - 11. Use edges & value the marginal
 - 12. Creatively use & respond to change



Zdroj: www.permacultureprinciples.com / CC BY-NC-ND 3.0

* Článek vychází z 12 permakulturních principů obsažených v knize Essence of Permaculture od Davida Holmgrena, která je přístupným úvodem do konceptu permakultury i principů: <https://permacultureprinciples.com/resources/free-downloads/>.



1. Pozorování a jednej....

"Krása je v oku pozorovatele"

Pozorovat lze všemi smysly. Lenochoď špatně vidí a před výběrem večere si přiblíží k obličejům listů stromů, aby si přičichl k jejich čerstvosti.

Ve skupinovém ekosystému může být všechno: křehkost, odolnost, vzrušení, nuda i obavy.... **Nová skupina bude procházet fázemi, aby dosáhla lehkosti a spolupráce.** Stávající skupina může přijít spolu s minulým napětím. Skupina, která se neschází často, může potřebovat čas, aby si na sebe zvykla. V novém prostředí může být zapotřebí čas k orientaci a nalezení bezpečí. Jako školitele se nás všechny tyto složky (nová skupina, nové místo, nový obsah) také dotýkají. Na druhou stranu, v semináři, který jsme vedli mnohokrát, se může stát, že nás naše řeč přenesla k tomu, abychom pokračovali v "rutinním" vysvětlování, aniž bychom si všimli známek celkového zmatku nebo odloučení účastníků. **Začátek workshopu může skutečně připravit půdu pro to, aby se všichni uvolnili a cítili se bezpečně k účasti.**

PŘÍPRAVA

- Kontrola: co na sobě vidím nebo cítím; co cítí mé tělo; jakou mám intuici ohledně tohoto konkrétního tréninku? Můžete zkontrolovat, co bylo na programu během předchozích setkání; jaká byla pravidla skupin; smlouvy; milníky atd.
- Buďte upřímně zvědaví na skupinu: co víte a co můžete pozorovat kolem sebe?

ZAČÁTEK WORKSHOPU

- Nestrukturovaný, spojovací čas na začátku: např. 15 minut na příchod, orientaci a samostatné podání šálku teplého nápoje.
- Čas odbavení: rozšířená verze je kolo toho, jak se cítíme v danou chvíli. Pro velkou skupinu můžete vytvořit dvojice, které se budou střídavě dělit.
- Objevte prostor a osobně komunikujte s některými účastníky: např. při cvičení "pohled do zrcadla" ve dvojici, kdy jedna osoba zavře oči a je bezpečně vedena druhou osobou v prostředí, a když chce průvodce druhému něco ukázat, řekne: "Teď se podívej do zrcadla". Osoba, která je vedena, otevře oči a několik sekund je pozoruje, pak je opět zavře a pokračuje. Po pěti minutách se dvojice vymění.

BĚHEM WORKSHOPU

Pokud pozorujete, že situace začíná být napjatá (např. konverzace je stále hlasitější a někteří účastníci se cítí nepříjemně):

- Nabídněte přestávku nebo tři společné hluboké nádechy. Zeptejte se: "Vidí někdo, co se ve skupině děje?"

Pokud je skupina odpojená a unavená (pasivní účast, zívání):

- "Všiml jsem si, že ... (fakta) - všiml si toho ještě někdo? Můžeme s tím něco udělat?" Např. přestávka, změna činnosti, kruh sdílení apod.

Vaším úkolem jako školitele je nabídnout přestávky, které budou zároveň příležitostmi k tomu, abyste program přizpůsobili možnostem skupiny.



2. Zachytit a uschovávej energii...

"Kuj železo, dokud je žhavé"

Před zimou zvířata, která přezimují, ukládají teplo ve svém těle. Na jaře stromy využívají tlak vody v půdě a sluneční sílu, aby vytáhly mizu na vrchol.

Ve skupině energie přichází a odchází, často synchronizovaně. **Zachyťme slabé okamžiky, abychom nabídli regenerační aktivity** (odpočinek, jídlo, čerstvý vzduch, slunce, tělesná cvičení, hudba, podnětné rozhovory, meditace), **a vysoké vrcholy pro intenzivní nebo náročné činnosti** (vstřebávání nových poznatků, naslouchání, brainstorming a rozhodování). Samozřejmě záleží na každém jednotlivci a energie se zvyšuje, když se cítíme spojeni se svým cílem. **Podstatné je také sledovat energii školitele.** Pokud se bude skupina dlouhodobě vyvíjet společně, je užitečné zabývat se tím, jak nám společné setkávání může obnovit energii.

PŘÍPRAVA

- Postarejte se o své osobní potřeby: dostatek spánku, jídla, školení pro lektory, abyste byli lépe připraveni na výzvy, které vás čekají.
- Na základě svých zkušeností a informací o skupině si položte otázku: jaká činnost by nejlépe vyhovovala tomuto specifickému času a prostoru.
- Zapište si program školení a sdílejte ho s účastníky.
- Naplánujte si možnosti, jak dobít svou vlastní energii prostřednictvím aktivit (např. užít si chvíli ticha, procházky, zdřímnout si).

BĚHEM WORKSHOPU

- Pro začátek můžete vytvořit cvičení, které naši energii spojí (a pozvedne). Například si vyhradte 3 minuty na vzájemné představení podáním ruky a oznámením jmen všech účastníků.
- Stejně tak po přestávce pomáhá mobilizace těla společným dýcháním nebo krátkým energizérem k návratu ke skupinové energii.
- Vyzvěte účastníky, aby se postarali o své vlastní potřeby: např. každý má právo zazvonit na přestávku nebo se jít na chvíli nadýchat čerstvého vzduchu.
- Nabídněte cvičení, které na to upozorní: "Jaká je právě teď úroveň vaší vitality?", "Jak dobíjíte energii?", "Jakým způsobem bychom mohli jako skupina dobít energii pro tuto chvíli společně?"
- Vytvářejte menší skupiny, abyste se více soustředili a vytvořili bezpečný prostor.
- Nabídněte volitelnou aktivitu: "Kdo je ochoten se dobrovolně ujmout role zapisovatele?"



3. Získávej výnos...

"Nemůžeš pracovat s prázdným žaludkem."

Podívejte se na krávu, kozu a bizona... pasoucí se zvířata tráví většinu svého času jídlem a pracují na dosažení cíle, na získání výnosu ze sklizně.

Ve skupině se může obecná motivace čas od času měnit. Skupinu mohou ovlivnit i vnější prvky (např. nedostatek světla v zimě, momentální politické prostředí atd.). **Mít cíl, dosahovat kroků k němu a oslavovat je jsou skvělé motivační faktory.** V procesu učení to může být předávání znalostí, které je významné z hlediska zisku. Může to být také přátelství, hra a inspirace získaná při tréninku. Jde o to: existuje něco před a něco po. **Školitel na něj může upozornit, aby podpořil jeho sklizení** ("Nemůžeme mít prospěch z toho, co nesklízíme").

PŘÍPRAVA

- Dokážete vyjmenovat, co účastníci získají? Dokážete tento seznam rozšířit o bonusové zisky, které mohou přijít na cestě?
- Kdykoli je to možné, pracujte s reálným kontextem (např. s problémy, kterým účastníci čelí), aby praxe vedla k reálným výsledkům, které lze následně využít.

BĚHEM WORKSHOPU

- Zeptejte se účastníků, čeho chtějí prostřednictvím workshopu dosáhnout, sestavte seznam a poté se skupinou ověřte, čeho bude možné dosáhnout.
- Zmiňte se o vítězstvích a zároveň zrekapitulujte, co bylo vykonáno.
- Pozvat k hledání vlastních způsobů oslav (inspirací může být metoda Dragon Dreaming).
- Společně diskutujte o účincích práce, poskytněte zpětnou vazbu a ptejte se skupiny, aby z ní lidé měli užitek (emocionální a intelektuální).
- Vyhodnocení na závěr: závěrečný kruh s otázkou: "Co si přinesete domů?".



4. Využijte samoregulaci a přijměte zpětnou vazbu...

"Hříchy našich otců přetrvávají až do sedmého pokolení."

Koevoluce hmyzu a květin je výsledkem přijímání zpětné vazby a samoregulace po celá desetiletí. Jedno semínko přenesené přes oceán člověkem nebo ptákem otevírá celou novou kapitolu rostlinnému druhu a společenstvím, do kterých dorazí.

Školitel získá **hodně při poslechu účastníků a tím může zlepšit formát, obsah školení nebo logistiku**. Účastníci se také mohou cítit obohaceni tím, že dostanou komentáře k tomu, jak se zhostili své role. Učí se také tím, že dostávají připomínky ke svému chování týkající se pokynů. Typicky extrovertní dlouhý řečník může být v některých případech užitečný a zabrat prostor a energii potřebnou k vyslechnutí všech hlasů. Součástí zpětné vazby je také všimání si světlých stránek příspěvků lidí.

S praxí je možné a osvobozující naslouchat zpětné vazbě, aniž bychom se cítili kritizováni, a je zde dostatek prostoru pro ocenění a to, čeho si na druhém vážíme.

PŘÍPRAVA

- Zvažte, zda si přečíst poznámky a zpětnou vazbu od účastníků z minulého školení: jak je můžete realizovat? Jak můžete sledovat svůj pokrok?

BĚHEM WORKSHOPU

- Školitel může na začátku stanovit pokyny, které vytvoří hranice a rámce pro komunikaci a zpětnou vazbu. (Např. v úvodním kruhu nemluvíme dvakrát, dokud se všichni nevyjádří).
- Jakým způsobem můžete získat zpětnou vazbu od účastníků? Např. po skončení aktivity otevřete prostor pro sdílení s otázkami (Co bylo náročné? Co bylo snadné?) nebo požádejte o hodnocení zvednutím ruky pro vysokou spokojenost a spuštěním ruky k zemi pro nízkou spokojenost; zmínit anonymní obálku na daném místě; vyhrazený čas na konci školení s konkrétními otázkami; krátký dotazník zasláný e-mailem po skončení. Čím blíže k zážitku, tím lépe.
- Z pozorování si poznamenejte, co funguje dobře a co ne.



5. Využívej obnovitelných zdrojů a služeb a važ si jich... "Nechte přírodu, ať se o vše postará"

Rostliny v podstatě rostou pomocí slunce, vody a koloběhu energie v nich. Můžeme si také připomenout koně, který je oceňovaný pro svou krásu, přepravu zboží, lidí, pozemní práce, produkci hnoje, rekreační a terapeutické účely.

Lidé jsou hodnotnými subjekty a můžeme ocenit a využít jejich vstupy mnoha způsoby. Jedním z nich je volná výměna znalostí a dovedností. Ve skupině je často přítomna potřeba být užitečný a **tato energie, katalyzovaná, může přinést uspokojení a vynikající úspěchy.** Můžeme také upozornit na naše využívání zdrojů: jak využíváme naši energii? Co jste ochotni dát? Přijímat? Kdy toho bude příliš mnoho? Souvisí to s principem "zachytit a uložit energii", pozorovat úroveň své energie a odmítnout požadavek, když jsou naše baterie vybité, je moudré. Jako trenér můžete potřebovat pomoc od spolupracovníků - doporučuje se nežádat příliš mnoho od příliš málo lidí příliš dlouho a být vždy připraven slyšet ne.

PŘÍPRAVA

- Zamyslete se nad zdroji potřebnými k provedení školení: která část je obnovitelná? Které nejsou? Jak můžete snížit množství neobnovitelných zdrojů?
- Jste si vědomi obnovitelných zdrojů skupiny? Lze je využít ve vaší dílně? Např. zeptejte se skupiny, zda by někdo nechtěl oživit ice-breaker nebo energizér (upřesněte načasování a připravte nápady, pokud se nikdo nepřihlásí).

BĚHEM WORKSHOPU

- Na úvod se můžete zeptat: "Kdo má zkušenosti nebo znalosti týkající se tohoto tématu?"
- Vytvořte plakát s názvem "Obnovitelné služby/zdroje, které jsem připraven poskytnout skupině", například sdílení aut, diskuse na toto téma, zapůjčení konkrétního nástroje nebo knihy atd.
- Podporovat vzájemné učení zájemců.
- Vytvářejte propojená cvičení a aktivity - například energizéry mohou být tematicky propojeny s tím, co se bude dít po nich, a tak znovu využít energii skupiny.



6. Nevytvářej odpad...

"Všechno je k něčemu dobré"

Srst z divokých zvířat sbírají ptáci jako stavební materiál pro svá hnízda. Mrtvý strom představuje bufet a hotel pro mnoho hmyzu, hub a bezobratlých živočichů.

Mezi účastníky, ale i mezi školiteli může někdy vyvstat pocit, že ztrácíme čas, jdeme špatným směrem nebo že naše vstupy nejsou oceňovány. Na druhou stranu **mít jasno v účelu, být viděn a slyšen a být svědkem toho, jak lze snadno skloubit různorodost vstupů, je fascinující proces.**

Víme, že můžeme odmítat, snižovat, znovu používat a recyklovat, což uplatňujeme na hmotné statky. Rozšířme své znalosti o **opravu, převýchovu, opětovné darování, doplňování a přemýšlení, abychom pomohli nevytvářet žádný odpad v našich vztazích a na cestě za poznáním.** Produkce bez odpadu může být také o údržbě.

PŘÍPRAVA

- Jasné sdělení cíle, obecných činností a formátu (délka, velikost skupiny atd.).
- Sebereflexe toho, jak využíváte svůj čas a jaké jsou nejlepší podmínky pro to, abyste časem neplytvali. Například upřednostnění osobních schůzek před online, pokud je to možné.

ZAČÁTEK WORKSHOPU

- Začněte tím, že účastníkům připomenete, "proč" jsme dnes tady - otevřete prostor pro otázky k objasnění.
- Vyzvěte účastníky, aby se v úvodním kole podělili o svá očekávání nebo obavy. Lze také ve dvojicích doplnit větu: "Jsem tady, navzdory....".

BĚHEM WORKSHOPU

- Použijte metodu, která dává stejný prostor pro vyjádření myšlenek a názorů.
- Buďte připraveni se přeorientovat, když se čas protahuje v neproduktivní debatě.
- Při rozhodování se zmiňte o tom, že nápady, které zůstaly stranou, lze odložit na později nebo v kompostu přetvořit (obrazně řečeno).
- Skupinová reflexe: kde se ztrácí můj čas? Jak tomu mohu zabránit? Co se mohu naučit ze svých neúspěchů v seminářích? Jak je lze využít?
- Na závěr shrňte výstupy a prodiskutujte další kroky. Pokud nejsou žádné plánovány, otevřete diskusi: "Je tu někdo nebo skupina, která cítí potřebu posunout to, co jsme udělali, dál?".



7. Navrhuj od celku k detailům...

"Nebýt schopen pro stromy vidět les"

Vidíme spirálu v kapradí a skořápce. Podobně kořeny a větve stromů jsou všechny stejného tvaru, ale detaily jsou odlišné, a tím dělají rozdíl mezi tisíci různými druhy.

Protože každý plán je jedinečný, má každá skupina svá specifika, která se v čase mění. Pokud lze aplikovat obecný úspěch na tréninkový plán, je rozhodující věnovat pozornost úpravám a hledání vhodných detailů. Může se také stát, že se jako školitelé příliš zaměříme na detaily a zapomeneme na celkový obraz.

Naopak v detailech může být lákavé zvolit strategii pro její krátkodobé výsledky a přínosy (např. jednorázové nádoby na piknik), i když to může diskreditovat dlouhodobý úspěch. Je uklidňující nakreslit jeden velký obrázek s ohledem na budoucnost, aby bylo možné jej důsledně přibližovat a oddalovat. Existující vzory workshopů mohou být inspirativní pro nalezení toho, který je vhodný pro váš kontext. Zde je příklad **Spirály života** z knihy **Práce, která znovu spojuje**⁹: 1. Přijďte s vděčností, 2. Ctění naší bolesti, 3. Vidění novými očima 4. Vděčnost. Jít vpřed.

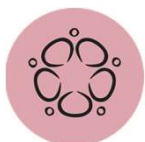
⁹ Spirála práce, která znovu spojuje, založená na učení Joanny Macy:
<https://workthatreconnects.org/spiral/>.

PŘÍPRAVA

- Získáte inspiraci k využívání teorií, modelů a struktur skupinových procesů k identifikaci skupin a k hospodárnějšímu přizpůsobení se jejich potřebám.
- Při navrhování školení si před zadáním podrobností shromážděte klíčová sdělení, etické zásady a obecnou strukturu. Tento velký plán si uschovejte jako vodítko na později.
- Pokud máte informace o skupině (velikost skupiny, věk, kultura, očekávání), myslete na ně při plánování detailů.
- Jako trenér možná znáte vzorec návyku, který je důležité řešit, abyste předešli matoucím situacím. Zeptejte se různých školitelů; využijte sílu komunity.

BĚHEM WORKSHOPU

- Zde se hodí fráze "cítit a přizpůsobit" namísto "zabránit a kontrolovat": buďte připraveni změnit některé detaily s ohledem na velký plán.
- Reflexe se skupinou: Jaké jsou zde zákonitosti? Jaké jsou mé užitečné vzorce (návyky, chování) a co bych chtěl/a změnit?



8. Dej přednost začleňování před oddělováním...

"Více rukou ulehčí práci"

Bakterie v symbióze s kořeny rostlin vytváří neúžasnější továrnu na přeměnu atmosférického dusíku na potravu pro rostliny. Mravenčí kopec a včelí úl spolupracují se společným účelem.

Všichni jsme zažili frustraci ze stagnace při úkolu, který by byl mnohem rychlejší, kdybychom ho dělali sami. Jak se říká: "Příliš mnoho kuchařů zkazí vývar". **Spojení mezi jednotlivými prvky je skutečně stejně důležité jako prvky samotné.** A právě zde hraje roli školitel.

Inkluzivní a vstřícný přístup při práci se skupinami umožňuje všem zúčastnit se a rozhodnutí mají větší šanci být následně realizována. Na individuální úrovni náš přístup, který spojuje hlavu, ruce a srdce, může přiblížit našemu potenciálu.

PŘÍPRAVA

- Podívejte se na svůj program. Dokážete propojit aktivity s předměty?
- Střídáte aktivaci hlavy (brainstorming), rukou (manipulace s předměty, pohyb) a srdce (sdílení/poslouchání pocitů)?
- Před plánováním podskupin zvažte jejich výhody (více prostoru pro rozhovor, sebeorganizace, větší prostor pro sdílení) a nevýhody (paralelní aktivity mohou účastníky zbytečně rozdělit).
- Sebereflektujte svá privilegia a zkoumejte dynamiku moci.

BĚHEM WORKSHOPU

- Začněte uvítacím dopisem.
- Pozorně naslouchejte každé drobné myšlenku, i té, která je sdělena neobratně nebo nevhodně, protože by mohla obsahovat chybějící "diamant", kdyby byla přeformulována (někteří lidé mají horší vyjadřovací schopnosti).
- Pokud si všimnete izolace/vyloučení, přemýšlejte, jak je řešit v soukromí nebo v rámci skupiny se záměrem "integrovat, nikoli segregovat" ve prospěch celé skupiny a procesu učení.



9. Využívej malá a pomalá řešení

"Cesta k vítězství je pomalá a rozvážná"

Strom roste, každý rok přibývají buněčné vrstvy dřeva. Můžeme pozorovat různé strategie: průkopnické druhy se objevují jako první: rychle rostou, ale také umírají dříve než ostatní. Přípravují prostor pro pomalu rostoucí stromy, které budou produkovat silnější dřevo a vytrvají delší dobu.

Ve vzdělávacím ekosystému, kde je čas často omezen, **je lákavé upřednostnit kvantitu před kvalitou** a vtěsnat aktivity do časového rámce, přestože účastníci vykazují známky únavy nebo potřeby strávit informace. **"Méně je více" často platí, i když je ve společnosti méně ceněno a může vyvolat frustraci ohledně očekávání účastníků.**

Joanna Macy ve své podpoře školitelům, kteří předávají "Práci, která spojuje", připomíná, že **cílem je dlouhodobost**. Účastníci, kteří projeví zklamání bezprostředně po školení, mohou mít nový náhled jeden den, týden nebo rok poté a mít z něj užitek (stejně jako semínko potřebuje čas, aby vyklíčilo). Tato zásada je také výzvou k řešení uzlů napětí postupnou metodou: jeden malý krok za druhým.

PŘÍPRAVA

- Zvolte raději malé než velké: než uspořádáte velký seminář, uspořádejte menší.
- Plánování délky a počtu aktivit: Máte po zvážení předchozích zkušeností tendenci stanovovat nereálné časové rozvrhy? Nepřepíňujte program aktivitami a dejte lidem čas, aby si je mohli projít po emocionální i kognitivní stránce.

BĚHEM WORKSHOPU

- Nevnučujte se s větším záměrem, soustřeďte se na menší kroky.
- Přehodnoťte svůj plán: vždy se můžete podívat na svůj plán a rozhodnout se ho zjednodušit, ale zachovat podstatu a hlavní sdělení. Nezmiňujte se o tom, že účastníci "vynechají" část programu.
- Vyskytne se problém (např. technický): zaveďte malý brainstorming řešení. "Jaký by byl nejjednodušší způsob, jak to nyní vyřešit?"



10. Využívej rozmanitosti a važ si jí...

"Nesázejte všechno na jednu kartu"

Horský zajíc si oblékl bílý plášť na zimu, který mu dává větší šanci přežít. V našem žaludku žije kolem 300 až 500 různých druhů bakterií, které pomáhají našemu organismu trávit, vytvářejí protilátky, chrání před patogeny, podporují naši imunitu, a dokonce provádějí určitou údržbu.

Všimli jste si, že skupinu tvoří velmi různorodí lidé s různými osobnostmi, dovednostmi, znalostmi a prioritami. Looby Macanamara¹⁰ přirovnává skupinu k zahradě, kde každý jedinec je rostlinou se svými vlastnostmi, výnosy a potřebami k rozkvětu. Některé mají rády slunce a nevadí jim vítr, zatímco jiné potřebují bohatou půdu a chráněné místo. Přínos některých může být v podzemí tím, že vyživují půdu, jiné jsou esteticky kvetoucí a průkopnické, rády prorážejí novou půdu.

Pozorujeme také, že rostliny se liší v různých fázích svého vývoje: jiné zdroje potřebuje semeno, semenáček, rostlina a dospělý strom. V zahradě se rostliny mohou vzájemně podporovat, pokud se pro každou najdou vhodné niky. Stejně tak ve **skupině může každý člověk přispět jedinečným způsobem, pokud dostane prostor**. Skupinová dynamika tvoří strukturu půdy a jednou ze složek, která je vždy vítána, je organická hmota. V našem případě **by touto organickou hmotou bylo naslouchání a respekt**.

¹⁰ Looby Macnamara, People & Permaculture – designing personal, collective and planetary well-being, Permanent Publications; 2019th edition

PŘÍPRAVA

- Spojit různorodé aktivity, aby se splnily různé způsoby učení (např. vizuální materiál, individuální úkoly, skupinové diskuse).
- Pokud skupinu znáte, můžete vyjmenovat, v čem je rozmanitá a jak byste to mohli v rámci workshopu ocenit?

BĚHEM WORKSHOPU

- Dejte příležitost učit se ze zkušeností druhých.
- Možná obdržíte od účastníka návrh, který byste nezohlednili nebo si ho nevěšili v rozdílnosti názorů. Než nápad odmítnete, stojí za to ověřit, zda je můžeme smysluplně sloučit. "Jak bychom mohli využít různorodých názorů?".
- Reflexe našich rolí ve skupině individuálně, pak podle podskupin rolí: "Ve skupině hlavně...", "Jak je to užitečné?", "Jak je to neužitečné?". , "Jsou nějaké změny, které bych chtěl/a udělat?". Příklady rolí: přinášet nápady, vést, pečovat o harmonii, pozorovat, vtipkovat, spojovat a kritizovat.
- Použijte šest De Bonových myšlenkových klobouků¹⁰ a kreativně brainstormujte tak, aby vám tento formát pomohl zamyslet se nad hodnotou různých rolí.



11. Využijte okrajů a važ si okrajových systémů...

"Nemyslete si, že jste na správné cestě jen proto, že je dobře vyšlapaná."

Příroda vzkvétá na okrajích: podívejte se na okraje lesa, břehy rybníka nebo korálový útes, který hostí čtvrtinu veškerého mořského života.

Okraje jsou rozhraním mezi dvěma ekosystémy. Je to místo produktivity, kde se dějí věci, i když je řídké. **Okraje mohou být stejně dynamické jako** příliv a odliv v oceánu. Je to například v rámci naší schopnosti vymanit se z komfortní zóny. Je to také v rámci hranic, které sobě i druhým nastavujeme a které pomáhají pěstovat respekt. Může být také v čase, například v pauze mezi nádechem a výdechem nebo v přestávce mezi činnostmi, kdy může dojít k nejzajímavějším diskusím. Prolínání mezi předměty je někdy těžké zvážit v jeho složitosti, ale o to více se vztahuje k reálnému životu. A konečně, ve společnosti považujeme některé lidi za "marginální"; definujeme je jako existující na okraji společnosti, což může být způsobeno malým počtem dotyčných osob nebo vzdáleností od toho, co je považováno za "normu". **Existují místa pro růst.**

¹⁰ Šest myšlenkových klobouků: Jak zlepšit rozhodování, s příklady, Matthew Channel: <https://www.tsw.co.uk/blog/leadership-and-management/six-thinking-hats/>

PŘÍPRAVA

- Jaké jsou okraje vašeho školení? (např. přestávky, chodba přiléhající k výukovému prostoru) Jak na ně můžete upozornit a vyzvat (explicitně či implicitně) účastníky, aby je dobře využili?
- Připravte si jeden příklad inspirativního chování na okraji společnosti, který se vztahuje k probíranému tématu.
- Kontrola: Jaká je vaše připravenost improvizovat? Kdybyste objevili něco nového (na hranici svých znalostí), nevadilo by vám, kdybyste se tím řídili?

BĚHEM WORKSHOPU

- Sebereflexe: kde jsou hranice mých komfortních zón? Jak mohu tyto hranice rozšířit? Jaké jsou hranice mého chápání? Jak mohu rozšířit svou ochotu setkávat se s druhými, abych se od nich učil?
- Brainstorming: uveďte jedno destruktivní "normalizované" chování (např. vynášení potravinového odpadu na skládku) a shromážděte alternativy. Napadá vás nějaké alternativní chování jen velmi málo lidí?



12. Na přicházející změnu reaguj a využij ji tvořivě...

"Vize není vidět věci tak, jak jsou, ale jak budou."

Housenka pomalu požírá svůj list a připravuje se na to, aby se stala majestátním motýlem schopným uletět mnoho kilometrů v jednom dni.

Všichni jsme zažili semináře, kdy nic nešlo podle očekávání: počet účastníků neodpovídá přihlášeným, materiál je neúplný, místo slunečného počasí prší, jak bylo předpovězeno, a nejasná komunikace vyvolává očekávání jiného formátu.

V těchto případech **je změna nevyhnutelná a záleží na tom, jak se s ní vypořádáme:** podívejte se na novou situaci a zjistěte, co se s ní dá dělat. Z okamžiků zmatku a nedostatku inspirace pak pomáhá **zaměřit se na směr, kterým se chcete se skupinou vydat.** Váš plán byl jednou z cest, která je nyní nedostupná nebo ve výstavbě. Jakou novou cestu můžete nabídnout? Je také přijatelné znát pouze první krok ve směru a nechat se vést serendipitou. Může se otevřít mnoho možností; **je to nová půda pro učení s lekcí důvěry a reflexe.**

PŘÍPRAVA

- Zamyslete se nad obecným směřováním: jaká je vize související s tímto školením? Kam chci skupinu přivést?
- Cvičte se v nelpění na svém známém plánu: kde a jak se bráním změně? Máte plán B a plán C a jste jim otevřeni?
- Můžete na podporu své kreativity přinést různé materiály, které se hodí pro alternativní plány?

BĚHEM WORKSHOPU

- Když si všimnete, že je potřeba něco změnit, zastavte se, zamyslete se, pak se ujistěte, že je změna potřebná, a potvrďte své tušení skupině.
- Dejte účastníkům prostor pro přizpůsobení, hledání nového a jeho přijetí - změna je vždy emočně problematická a také potřebují vědět, že mohou k novému směru, který vidí, něco říci.
- Chcete-li vytvořit alternativní plány, spojte se s iniciativou "produkuje bez odpadu" a využijte některé své aktivity v jiném formátu.



Oregon State University Ecampus:

[Permakulturní principy](#)



Ikony permakulturních principů použité v článku navrhl David Holmgren. Zdroj: www.permacultureprinciples.com



KAPITOLA 7

Jak měřit dopad? Evaluace vzdělávání

Ve vzdělávání se **evaluací obvykle rozumí zkoumání kvality nebo hodnoty vzdělávacího programu nebo jeho částí**. Umožňuje vyvozovat závěry o celkové účinnosti studia. Slouží lektorům a organizacím k získání zpětné vazby od účastníků a jako zdroj informací pro případné změny obsahu i formy vzdělávání. Z časového hlediska ji můžeme realizovat:



Před zahájením nebo na začátku vzdělávací aktivity.

V této fázi se provádí hodnocení, jehož cílem je poznat účastníky, jejich počáteční znalosti a dovednosti a jejich očekávání.

Tip: Na začátku si může školitel/vzdělávací aktivista ověřit, co již účastníci o tématu a principech vědí, a to tak, že jim položí vhodné otázky týkající se permakulturních principů nebo preferencí účastníků (například během seznamovacích aktivit). Podle toho může operativně přizpůsobit obsah nebo formu tak, aby účastníkům více vyhovovala.



Během vzdělávací aktivity. Provádí se zejména u dlouhodobějších vzdělávacích programů. Zjišťuje zejména názory účastníků na vzdělávací program a jeho součásti, např. na lektora, výukové prostředí, didaktické metody a techniky, pomůcky, studijní materiály apod. Výsledky se obvykle využívají pro případné korekce téhož kurzu.

Na konci vzdělávací aktivity. Zpravidla se zaměřuje na zjištění reakcí účastníků na vzdělávací program a výsledků jejich učení, např. zda byly splněny cíle vzdělávací aktivity.



Po skončení vzdělávací aktivity (po delší době). V některých případech je také žádoucí zjistit, zda účastníci přenesli to, co se naučili, do svého pracovního života – co využili a co se nenaučili – a na základě těchto informací pak provést změny v následujících, stejných nebo podobných vzdělávacích programech a aktivitách. V neformálním zájmovém vzdělávání je to poměrně obtížné, lektor se s účastníky po skončení aktivity často neseťkává.



Pro hodnocení neformálního zájmového vzdělávání je možné využít všechny výše uvedené typy hodnocení; jedním z praktických nástrojů pro realizaci hodnocení je model vytvořený v 60. letech 20. století Donaldem L. Kirkpatrickem, který lze s drobnými úpravami velmi dobře využít i pro neformální vzdělávání.

Kirkpatrick identifikoval čtyři úrovně hodnocení kurikula:

- Reakce
- Učení
- Chování
- Výsledky

Hodnocení by mělo vždy začínat první úrovní (reakce) a postupovat přes druhou, třetí a čtvrtou úroveň. Každá následující úroveň začíná od předchozí a navazuje na ni nebo na informace v ní získané. **Pro neformální vzdělávání je vhodné použít první tři úrovně.**

REAKCE

Na této úrovni hledáme odpovědi na otázky: líbilo se jim to?

Měření reakcí účastníků, např. jejich spokojenosti se vzdělávacím programem a jeho jednotlivými částmi. Měření a zjišťování reakcí je pro neformální zájmové vzdělávání velmi důležité. To, zda se účastníkům vzdělávání líbí, je v tomto případě důležitým motivačním faktorem pro účast na dalším vzdělávání a je velmi důležité pro doporučení vzdělávání a kurzů účastníky dalším osobám.

Reakce účastníků obvykle měříme jako zpětnou vazbu na konci programu pomocí pozorování, rozhovorů a/nebo dotazníků – metody, které lze přizpůsobit podle složení nebo počtu účastníků. Hodnocení na této úrovni je velmi subjektivní a to, jaké informace účastník získá, závisí do značné míry na tom, na co a jak jsou otázky kladeny. Klíčovou roli zde hrají také očekávání účastníků. Z tohoto důvodu je dobré provést před zahájením školení krátké hodnocení, aby lektor mohl zjistit očekávání účastníků.

Tip: V případě vzdělávání v oblasti ekologických kompetencí je vhodné zjistit, zda vzdělávání účastníky bavilo, co se jim na aktivitách nejvíce líbilo a co naopak nejméně.

I když údaje získané na této úrovni hodnocení nevypovídají o celkové účinnosti vzdělávacího programu, jsou pro organizátora a lektory velmi cenné.

UČENÍ

Na této úrovni hledáme odpovědi na otázky: naučili se?

Prostřednictvím evaluace na úrovni vzdělávání získávají účastníci i lektor zpětnou vazbu o změnách ve znalostech, dovednostech a postojích, které nastaly v důsledku účasti na vzdělávacím programu. Zjišťujeme tedy, zda byly splněny stanovené cíle vzdělávací aktivity.

Hodnocení na této úrovni se obvykle provádí různými formami ústních, písemných nebo praktických zkoušek. Přestože se v této fázi hodnocení doporučují různé formy testů a zkoušek, pro neformální zájmové vzdělávání je vhodná jiná forma hodnocení. Všechny nástroje jsou navrženy tak, aby byly v souladu se zásadami permakultury. Aby bylo možné ověřit, zda účastníci prostřednictvím vzdělávací aktivity pochopili určitou zásadu, nebo se ujistit, že se vzdělávací aktivita na tuto princeznu skutečně zaměřuje, může se učitel při hodnocení na tyto zásady zaměřit.

Tip: Pro větší skupiny jsou vhodné například kartičky s jednotlivými zásadami, které účastníci na konci přiřadí k činnosti, kterou dokončili. U menších skupin je možné ověřit pochopení tématu například prostřednictvím diskuse na konci vzdělávací aktivity nebo hraním rolí, což je také možné.

CHOVÁNÍ

Na této úrovni hledáme odpovědi na otázky: Použili ji v praxi?

Hodnocení chování zjišťuje, zda se naučené dovednosti přenesly do praxe a zda se chování účastníků po absolvování vzdělávacího programu změnilo. Zjišťujeme tedy "přenos" naučeného do života účastníka nebo absolventa vzdělávací aktivity.

Na této úrovni mají lektor a organizátor neformálního zájmového vzdělávání obvykle omezené možnosti zjistit, zda účastníci využili získané znalosti a dovednosti. Na základě rozhovorů a dotazování na konci vzdělávací aktivity může lektor od účastníků zjistit jejich budoucí záměry a plány a to, kde nebo jak chtějí získané znalosti a dovednosti využít.

Tip: Zde je vhodný prostor pro školitele/vzdělávacího aktivistu, aby účastníkům poskytl praktické tipy a doporučení pro využití získaných znalostí a dovedností.

KAPITOLA 8

Skutečný vliv školitele: realistické změny, realistické naděje, sociální spravedlnost

Dnešní doba je v Evropě i mimo ni bezpochyby náročná. Dopady pandemie Covid, stále se zhoršující stav naší planety a krize v oblasti lidských práv, energetiky a potravin způsobená ruskou invazí na Ukrajinu odhalily nedostatky modelů 20. století a posilují potřebu změny politických přístupů a vizí společnosti.

V této souvislosti narůstají pocity ekologické úzkosti a bezmoci, zatímco společnosti se stále více polarizují. Uprostřed ekologické nouze, geopolitických turbulencí a hlubokých sociálních nerovností se stále hlasitěji ozývá volání po změně.



Přechod k otevřené a spravedlivé společnosti s ohledem na lidská práva a planetární hranice vyžaduje pochopení, že ekologické politiky jsou neúplné, pokud nejsou hluboce propojeny s účastí aktérů občanské společnosti a občanů, zejména těch, na které dopadá klimatická nespravedlnost.

K ekologičtější budoucnosti mohou jistě přispět i individuální kroky, které povedou ke změně každodenních návyků a sníží ekologickou stopu. Zároveň se jedná o volbu, která je dostupná pouze těm privilegovanějším z nás. **Naše socioekonomické zázemí a místo bydliště mohou mít zásadní vliv na to, co můžeme dělat a co je snadno dostupné za alternativní možnosti.** A vzhledem k tomu, že hrozbu takového rozsahu prostě není možné řešit jako jednotlivce, je třeba, aby potřebné změny (jako je přechod na obnovitelné zdroje energie, spotřeba menšího množství masa a více lokálních a ekologických potravin atd.) přijala celá společnost, aby se skutečně změnily. **Jak se tedy vypořádat s těmito nerovnostmi, abychom společně čelili této výzvě?**



Zjednodušeně řečeno, je zapotřebí **strukturální změna současného systému založeného na extraktivismu a nadměrném využívání zdrojů, odklon** od diskurzu zpoždění, který přenesl veškerou tíhu a odpovědnost za probíhající ekologickou krizi na bedra jednotlivce.

Jelikož je stále zřejmější, že důsledky změny klimatu již nejsou abstraktní hrozbou budoucnosti, ale skutečností dnešní doby, stojí za to se zamyslet nad následující otázkou: **jak lze zvýšené povědomí o klimatické krizi a potřebě spravedlivého přechodu přimět k činům?** Nebo jinými slovy, proč i v kontextu zvýšené informovanosti a určitého mainstreamingu otázek souvisejících se změnou klimatu stále chybí smysluplná akce?

Případ pro (neformální) vzdělávání

Pedagogové v Evropě – ať už jsou to učitelé, školitelé nebo neformální facilitátoři – jsou v pozici, kdy mohou přímo komunikovat se zásadní generací: generací, která nese břemeno budování jiné budoucnosti Evropy – takové, která promění slib míru a prosperity ve skutečnost. Budoucnost, která uznává, že programy sociální spravedlnosti a klimatu jsou neoddělitelné, a která je demokratičtější.

Úkol, který před námi stojí, je obrovský, ale stejně tak i dynamika. Mobilizace sociálních hnutí v posledních letech sice jasně ukazuje, že občané požadují zelenější budoucnost, ale mnozí se ztrácejí ve vlnách dezinformací a dezinformačních kampaní a ve stále častějších pokusech o "green-washing" ze strany vlád a korporací.

Pokud je hlavním úkolem vzdělávání pomáhat jednotlivcům orientovat se v životě a rozpoznat a naplnit jejich potenciál, je ekologické vzdělávání nepostradatelné pro přípravu naší společnosti na zásadní změny, které musíme provést, abychom mohli čelit dnešním a zítřejším výzvám.

Zelení pedagogové proto hrají významnou roli při vedení občanů při přechodu k zelenější, spravedlivější, mírumilovnější a otevřenější společnosti.

Vzdělávání založené na hodnotách

Jedním z klíčových rozměrů vzdělávání v oblasti ekologie je otázka hodnot. Zelené školení a (neformální) vzdělávání bude mít takový dopad, jaký bude mít na základě hodnot. Jak se totiž můžeme v nedemokratickém třídním prostředí učit o významu občanské participace a demokracie při prosazování zelené agendy?





Zásadní zelené hodnoty, které je třeba zohlednit při tvorbě plánů školení



- 1. Autonomie** – účastníci školení mají prostor definovat svou vzdělávací cestu a v klíčových okamžicích jsou požádáni o svolení. Například pokud školení probíhá v delším časovém horizontu, účastníci se podílejí na rozhodování o úpravě programu.
- 2. Demokracie a aktivní účast** – klíčem k efektivnímu ekologickému vzdělávání je zajistit, aby byly vyslyšeny všechny hlasy. To vyžaduje, aby pedagogové zvážili různé způsoby, jakými mohou účastníci poskytovat své příspěvky (písemné a ústní, individuální a skupinová práce atd.), a také pečlivě moderovali diskuse ve velkých skupinách, aby zajistili, že různé skupiny nebo hlasy budou mít prostor k vyjádření.
- 3. Nenásilí** – v rámci školení podporujte prostředí, kde každý může být sám sebou a kde je každý vítán. V tréninkové třídě by se také každý měl cítit bezpečně. Inkluzivita a bezpečnost jdou tedy ruku v ruce.
- 4. Ekologie** – všímavost k dopadu ekologických změn nejen na člověka, ale i na ostatní druhy, což může mít v konečném důsledku vliv na lidské zdraví. To také znamená zabývat se vzájemnými souvislostmi mezi různými problémy prostřednictvím systémového myšlení a podporovat formáty a prostor pro kritickou reflexi, otázky a diskuse o tom, jak je vzdělávací agenda propojena s dalšími oblastmi života a práce účastníků.
- 5. Udržitelnost** – ve vzdělávacím projektu se udržitelnost týká nejen obsahu, který je účastníkům poskytován, ale také použitých materiálů, jídla podávaného o přestávkách nebo délky trvání sezení. Pro zajištění udržitelnosti je zásadní věnovat pozornost pohodě, potřebám a úrovni energie účastníků.

Vzdělávání v oblasti ekologie: Role a omezení

Vzdělávání o zelených otázkách plní dvě hlavní funkce:

Může jednotlivce vybavit znalostmi, které mu umožní porozumět současnosti, dovednostmi a postoji potřebnými k budování odolnosti a zvládnání nejistoty.

Změna klimatu je bezpochyby "jednou z největších výzev naší doby" a s rostoucí informovaností dětí a mladých lidí (Clayton, 2018) se stávají zranitelnějšími vůči ekoúzkosti a problémům s duševním zdravím. Je proto zásadní vybudovat u této cílové skupiny porozumění tématu a umožnit osobám pečujícím o děti (učitelům, rodičům, organizátorům komunit, prarodičům atd.) získat správné informace, aby je mohly podpořit.

Vzdělávání o ekologických tématech také pomáhá občanům podnikat kroky ke spoluvytváření jejich budoucnosti.

Když se veřejná debata rozvíjí kolem témat, jako je jaderná energie, vliv větrných mlýnů na přírodní ekosystémy nebo geopolitika energetiky, může být snadno přetěžké zůstat informovaný a angažovaný. To s sebou nese riziko buď špatné informovanosti (občané se ztrácejí v mnoha protichůdných sděleních a nakonec jsou zaplaveni dezinformačními kampaněmi), nebo neangažovanosti (občané nevědí, čemu mají věřit, a stávají se neaktivními). Školení a vzdělávání o ekologických řešeních proto může pomoci rozšířit dialog a účast širších skupin společnosti na nejzásadnější diskusi naší doby.



Obě funkce se vzájemně doplňují a měly by zůstat v rovnováze: přílišné zaměření na první z nich může vést k bagatelizaci problému a jeho omezení na individuální jednání. Přílišné zaměření na druhou může vést k zanedbávání individuálních potřeb a k vyhoření z aktivismu.

Vyvážený vzdělávací projekt povede k jasnému pochopení konkrétní výzvy související se změnou klimatu, jejího propojení s dalšími tématy, k zásadním úvahám na individuální úrovni, ale také k rozvoji kritického myšlení o tom, jak může společnost najít odpovědi odolné vůči budoucnosti. Rovněž bude dosaženo správné rovnováhy mezi pochopením naléhavosti změny klimatu a zároveň uznáním individuálních omezení a podporou pocitu sounáležitosti a společenství.

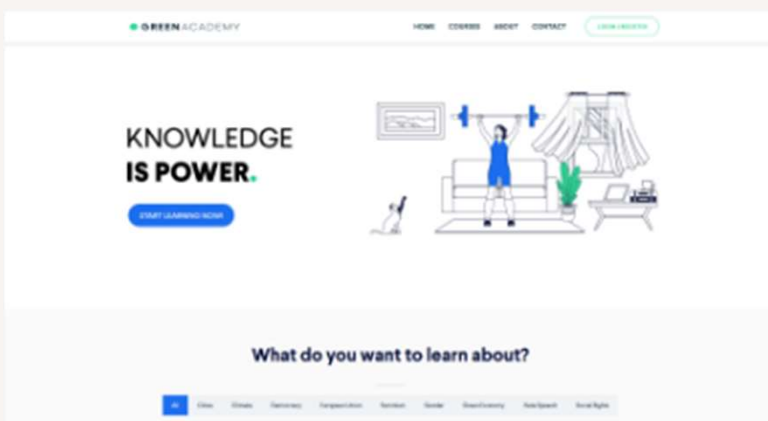
Zelený trenér si také musí zkontrolovat, jak si stojí v těchto dvou dimenzích. Naučit se školicí materiál musí být doplněno procesem sebereflexe a pochopením rovnováhy mezi individuálními potřebami, reakcemi a zpracováním postojů a pocitů, které mohou být vyvolány uvědoměním si, že naše planeta je v zoufalé situaci. Uvědomění si, že proces vzdělávání nemůže vyřešit a nevyřeší problémy, kterými se zabýváme, ale představuje odrazový můstek pro další úvahy a budoucí činnost účastníků, zároveň minimalizuje tlak na hledání konečných řešení kolosálních problémů.



ZELENÁ AKADEMIE

Zelená akademie je vzdělávací platforma [Evropské zelené nadace](#) (GEF). Je určena všem, kteří se podílejí na zeleném hnutí i mimo něj, a umožňuje ekologicky smýšlejícím Evropanům, aby se organizovali, vzdělávali a byli připraveni překonávat každodenní výzvy i ty, které nás čekají.

www.green-academy.eu



KAPITOLA 9

Jak bychom měli pracovat v roli školitelů?

Jak máme my, odborníci na vzdělávání a aktivisté, přistupovat ke svým profesním aktivitám týkajícím se klimatických a environmentálních výzev? Jakými standardy bychom se měli řídit?

To jsou klíčové otázky. Při práci školitele je důležité dodržovat určitý standard chování. To nám, školitelům, dává správnou "páteř" a signály, kam se v naší práci ubírat. V dnešní době je zvláštní doba, kdy se všeho dotýká starost o naše přirozené prostředí. Proto není volbou, ale nutností zahrnout do naší práce ekologický kodex postupů. My jako školitelé jsme majáky, které drží světlo výchovy pro různé sociální skupiny. Máme také možnost těmto skupinám vštěpovat ekologické znalosti. Navíc je chceme nejen učit ekologii, ale také jako školitelé musíme jít svým vlastním přístupem příkladem. Musíme lidem ukázat možnosti, jak se chovat, aby to naší planetě více prospělo.



Kodex chování vzdělávacích aktivistů pro planetu byl vytvořen jako seznam zásad a pravidel, které mají pomoci pracovníkům ve vzdělávání řídit jejich činnost týkající se životního prostředí – poslání a hodnot pedagogů.

Identifikovali jsme tři důležité součásti kodexu chování: školitele, obsah školení a prostředí školení.

Navrhujeme Kodex chování vzdělávacích aktivistů pro planetu. Věříme, že tento kodex může být "nástrojem" vzdělávání a sociální změny. Může podpořit:

- Sdílení ekologických znalostí mezi školiteli a vzdělávacími aktivisty;
- Systém podmíněné výživy, fair trade, slow food (místní ekologická potravinová hnutí a příklady dobré praxe);
- Šíření myšlenky ochrany planety každý den a při každé vzdělávací aktivitě.



1-1

Rozvíjejte ekologické kompetence

Aby mohl školitel předávat ekologické znalosti a návyky ostatním, musí tyto kompetence nejprve získat. Navíc ekologičtějšímu životnímu stylu lze vyučovat jak v rámci ekologického semináře, tak i v rámci zcela nesouvisejícího školení, např. kurzu počítačového programování. Ekologické kompetence jsou univerzální a nejlépe se sdílejí v akci.

Klíčové otázky:

POPIS

- Které ekologické činnosti provádíte ve svém každodenním životě?
- Vidíte nějakou souvislost mezi předmětem vašeho školení a určitými ekologickými tématy? Existuje způsob, jak byste se jimi mohli během školení zabývat?
- Pokud jde o způsob organizace a vedení seminářů, dokážete účastníkům přesvědčivě vysvětlit význam malých ekologických akcí?

PROČ JE TO DŮLEŽITÉ

- Školitel má obvykle určitou míru kontroly nad plánováním, přípravou a vedením školení. Dosažení vysoké úrovně ekologických kompetencí pomáhá v každé fázi procesu.
- Kromě odborných kompetencí a znalostí školitelů pomáhají ekologické kompetence vytvářet ekologičtější prostředí pro aktivity a přinášejí přidanou hodnotu jak pro účastníky, tak pro komunitu.

PRAKTICKÝ PŘÍKLAD

Při navrhování seminářů a organizování prostředí pro školení se ekologické kompetence hodí v každé fázi přípravy. Čím rozsáhlejší jsou ekologické znalosti a dovednosti, tím větší je šance, že školení jako celek bude organizováno a vedeno udržitelným způsobem.

Účastníci například často očekávají tiskoviny a dárky rozdávané během kurzu. Pokud se školitel rozhodne od jejich používání upustit a může nabídnout spolehlivé a důvěryhodné vysvětlení, proč je to důležité, může takové rozhodnutí účastníky ovlivnit a změnit jejich budoucí chování.

Bez ohledu na téma je nezbytné začít školení se znalostmi založenými na vědeckých faktech, abyste si byli jisti znalostmi, které předáváte, a byli schopni odpovídat na otázky účastníků. Důležité jsou znalosti o konkrétním tématu školení, o tom, jak souvisí s jinými eko-tématy a jak se týká účastníků. Nejde o to znát vše z oboru, ale dosáhnout cílů školicí/vzdělávací aktivity s ohledem na kontext účastníků (zkušenosti, kompetence, potřeby, zvyky atd.).

Klíčové otázky:

- Jste si jisti svými znalostmi o tématu školení?
- Jsou vaše znalosti založeny na vědeckých faktech?
- Jste připraveni na otázky účastníků?
- Znáte aktuální právní předpisy týkající se tohoto tématu?
- Znáte nejnovější výzkumy/údaje týkající se tohoto tématu? Můžete uvést nějaké aktuální údaje?
- Víte, jak řešení/legislativa nebo absence řešení/legislativy související s tématem ovlivňuje život lidí/společenský život/životní prostředí?
- Víte, co bylo v souvislosti s tématem školení projednáno na místní/regiónální/národní/globální úrovni?
- Jaké názory/trendy se v poslední době objevily v souvislosti s tímto tématem?

POPIS

Znalosti založené na vědeckých faktech jsou klíčem k:

- být legitimní jako školitel, jako zdroj znalostí během školení.
- Posílení postavení účastníků pomocí vědeckých faktů v době falešných zpráv a konspiračních teorií.
- Potřeba znát své schopnosti a plnit úkoly, které nepřesahují vaše znalosti.
- Lidé spoléhají na ekologické kompetence školitelů/pedagogů. Nejlepší by bylo mít odpovídající znalosti, aby bylo možné uspokojit potřeby účastníků při rozvoji jejich ekokompetencí.

**PROČ JE TO
DŮLEŽITÉ?**

Před školením/vzdělávací aktivitou můžete:

- Prozkoumejte téma, abyste mu porozuměli:
 - Nejnovější výzkumy a údaje týkající se tohoto tématu;
 - Názory odborníků a neodborníků na toto téma.
- Vytvořte si seznam potenciálních nejčastějších otázek týkajících se tématu a zkontrolujte, zda znáte odpovědi.

**PRAKTICKÝ
PŘÍKLAD**

- Nakreslete širší obrázek, abyste zjistili, jak vaše téma souvisí s dalšími problémy, které mají dopad na lidi/sociální problémy/životní prostředí.
- Analyzovat potřeby účastníků v souvislosti s tématem s ohledem na jejich kompetence a místní kontext.

Co měřit: Cítíte se jistí v odpovědích na otázky týkající se tohoto tématu?

Jaký druh ukazatele měřit: vaši schopnost jasně komunikovat o vědeckých faktech a schopnost odpovídat na otázky.

1-3

Bud'te vzorem (nejen) během školení

Jako školitel/edukátor musíte být v souladu s ekologickým poselstvím, které účastníkům předáváte. Učení není jednoduchý mechanismus předávání a přijímání informací mezi školitelem/odborníkem a účastníky. Mnoho lidí se učí pozorováním. Pozorují vás během školení i po něm. Jste pro účastníky autentičtější, působivější a přesvědčivější, když žijete a dýcháte zelenými hodnotami.

POPIS

Klíčové otázky:

- Co máte na sobě a co to o vás vypovídá? Vzhled na účastníky vždy zapůsobí.
- Co váš životní styl a úroveň spotřeby vypovídají o tom, že se řídíte/neřídíte ekologickými hodnotami?

PROČ JETO
DŮLEŽITÉ?

Podle sociálně kognitivní teorie Alberta Bandury se prostor vyplňuje na základě vnějších tlaků a omezení. Lidé pozorují, napodobují a rozvíjejí specifické sociální prostředí. Učí se nové informace a chování pozorováním ostatních lidí.

Tato teorie říká, že když lidé pozorují model chování a jeho důsledky, zapamatují si ho a používají ho jako návod k dalšímu chování. Pozorování modelu může diváka také přimět k tomu, aby se zapojil do chování, které se již naučil.

PRAKTICKÝ
PŘÍKLAD

Proveďte sebehodnocení svých ekologických kompetencí, abyste zjistili, jak jste s ekologickým poselstvím srozuměni.

Než se rozhodnete pro trénink/ekoaktivitu, položte si otázku:

- Řídím se v každodenním životě hodnotami souvisejícími s daným tématem?
- Jak mohu sám sebe použít jako příklad k formování/ovlivnění cílů školení účastníků?

Spolupráce trenérů by měla probíhat nejméně na třech úrovních:

1. Organizační úroveň

- Znáte organizaci, kterou na školení zastupujete?
- Jak dobře znáte organizaci? Hodnoty, etické zásady atd.
- Jaké informace byste potřebovali od své organizace?
- Víte, kde v organizaci najdete všechny důležité informace?
- Je ve vašem kurzu něco, co by mohlo zpochybnit program udržitelného rozvoje organizace? Pokud ano, víte, jak postupovat, aby došlo ke změně?

2. Mezi školiteli

- Znáte další organizace/školitele? Kolik máte kontaktů?
- Podělili jste se o osvědčené postupy v oblasti ekologických kompetencí? Jste schopni je vyzvat k novým nápadům?

3. Mezi školiteli a zúčastněnými stranami

Klíčové otázky udržitelné budoucnosti:

- Je možné, abyste společně s žáky a partnery reformovali společnost?
- Je možné, abyste podporovali environmentální odpovědnost zainteresovaných stran?
- Je možné, abyste zapojili zúčastněné strany do činností, které podporují udržitelný blahobyt?

POPIS

PROČ JE
TO DŮLEŽITÉ?

- aby všichni pracovali podle stejných zásad a postupů.
- Aktuální materiály pro školitele
- Transparentnost a vzájemná podpora
- Osvědčené postupy, které lze snadno sdílet a internalizovat.

PRAKTICKÝ
PŘÍKLAD

- Úroveň organizace: organizace má zavedený postup (například šablonu) při náboru a seznamování školitelů se zásadami, praxí a postupy organizace.
- Platforma, kde je možné sdílet osvědčené postupy, zavádění postupů do praxe, příklady a například návštěvy různých organizací.
- Vlastní "banka" zúčastněných stran školitelů. Tato banka obsahuje informace o různých zúčastněných stranách, které lze kontaktovat. Například Hodina Země = kontakt na konkrétní elektrárenskou společnost.



2-1

Respektujte místo

POPIS

Promyslete si, kde se školení bude konat. Zvyšte propojení s místními specifiky, podpořte místní organizace a oceňte místní zdroje.

Klíčové otázky:

- Čím je místo specifické?
- V jakém typu krajiny se nachází?
- Jak vypadá budova a pokoje?
- Je možné alespoň pro část školení využít venkovní prostory?
- Jak je řešena dodávka elektřiny a vody nebo nakládání s odpady?
- Existují v oblasti místní podniky, jejichž výrobky lze použít?

Po zodpovězení otázek zapracujte informace a navrhnete školení s ohledem na místo a jeho okolí. Dobrá volba místa školení prohlubuje spojení lidí s přírodou a krajinou, ve které se nachází, i když jen na omezenou dobu. Smyslem místa konání je, že lidé jsou také přírodními bytostmi, přirozeně zasazenými do živého světa a propojenými jemnou sítí vztahů se vším, co jej utváří.

PROČ JE
TO
DŮLEŽITÉ?

- Být příkladem (*exempla trahunt*) - inspirace a motivace účastníků k napodobování po návratu ze školení.
- Dobrá praxe z okolí, případně viděná na vlastní oči - lidé zjistí, že to jde a není to tak těžké.
- Možnost odpovědí týkajících se technické, organizační podpory - jak by se dala uplatnit jinde.
- Nevědomé učení, získávání návyků a jejich přenášení do každodenního života.

PRAKTICKÝ
PŘÍKLAD

- Místo nejlépe na venkově, ne ve velkých městech (pokud možno středisko ekologické výchovy).
- Budovy s ekologicky šetrným provozem (zelená střecha, vytápění z obnovitelných zdrojů, rekuperace tepla, solární energie, automatické zhasínání světel, **třídění odpadu**, sběrače dešťové vody, suché toalety, není třeba měnit ručníky každý den atd.).

- **Venkovní učebna, vnitřní nábytek, dekorace z udržitelných zdrojů**

Tučně jsou **zvýrazněny** věci, které lze zajistit, i když prostor není zcela vyhovující – třídění odpadu během školení, vybavení učebny a prostor pro venkovní část školení.

Inspirovat se můžete u nás ve Slunákově (Centrum ekologických aktivit – slunakov.cz), v Horce nad Moravou – budova, učebna vnitřní i venkovní (www.otevrenazahrada.cz).

2-2

Používejte udržitelnou dopravu

POPIS

Při přemýšlení o dopravě se zamyslete nad tím, jaké možnosti máte k dispozici a zda se při jejím výběru rozhodujete nejlépe.

Klíčové otázky:

- Jak využíváte vy a ostatní různé druhy dopravy?
- Nabídlí jste různé možnosti cestování?
- Jsou k dispozici udržitelnější možnosti?
- Je nutné cestovat, nebo můžete místo toho využít online vybavení?
- Nabízíte všem účastníkům rovné příležitosti?

PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?

Doprava:

- Je významným spotřebitelem energie, možná hlavním spotřebitelem energie?
- Způsobuje znečištění ovzduší – plyny CO₂, NO_x a SO_x – a také pevné částice?
- Způsobuje hluk?

Potenciální negativní dopady dopravy na životní prostředí lze vyjmenovat takto:

- Zhoršování kvality ovzduší a emisí skleníkových plynů
- Zvýšená hrozba globální změny klimatu
- Degradace vodních zdrojů
- Hluk a ztráta a fragmentace stanovišť

PRAKTICKÝ PŘÍKLAD

Rozhodněte se:

- Osobní seminář: je to nutnost? Zdůvodněte svou odpověď
- Veřejná doprava: je k dispozici? Přemýšleli jste o rovnosti?
- Online setkání: zvládnete to? (Technická podpora/dostatek zkušeností)

Následná aktualizace...

Co měřit

- Jak využíváme dopravu při cestě na kurzy?
- Jak využíváme dopravu během kurzů?

Jak získat informace a kde je získat

- Dotaz pro školitele a účastníky
- Shromažďování informací a vytváření statistik

Jaký druh ukazatele měřit

- Procentuální podíly počtu školitelů a účastníků využívajících různé druhy dopravy
- Procentuální podíl lidí, kteří chodí pěšky, jezdí na kole, autobusem nebo vlakem, vlastním autem, letadlem atd...

2-3

Přemýšlejte o pracovních materiálech

Zamyslete se nad tím, jaké materiály/nástroje při školení použijete, proč je použijete, jak je použijete a co účastníkům sdělujete.

K výuce neodmyslitelně patří papíry, složky, obálky, pera, tužky, nůžky a lepidlo. I tyto drobné předměty lze připravit s ohledem na životní prostředí. Kritéria, která nám mohou pomoci při rozhodování, jsou například: materiálová a energetická náročnost výroby, recyklovatelnost, biologická rozložitelnost, zdravotní (ne)nebezpečnost a dopravní vzdálenost od výrobce ke spotřebiteli.

POPIS

Klíčové otázky:

- Z čeho je vyroben?
- Jaké jsou jeho ekologičtější alternativy?
- Mohu ji recyklovat nebo znovu použít?
- Mohou si účastníci přinést vlastní nářadí a/nebo si vzít domů to, které již mohou mít k dispozici?

Pokuste se najít ekologická řešení ve školící místnosti: magnetické tabule nebo tabule, nejlépe elektronické, nikoli tištěné materiály atd.

PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?

Příklady jsou známé k tahání (Exempla trahunt) - účastníci budou inspirováni a motivováni k napodobování používání ekologických nástrojů a materiálů po návratu ze školení. Lidé zjistí, že to lze udělat poměrně snadno, protože uvidí mnoho příkladů dobré praxe na vlastní oči a budou si je moci doslova "osahat" v praxi. Vidět, co bylo vyzkoušeno, vytváří u účastníků proces nevědomého učení, který vede ke snadnějšímu osvojení návyků, a tím i schopnosti přenést je do každodenního života.

Aby navrhovaná opatření a řešení fungovala, je třeba, aby je přijalo co nejvíce účastníků, kteří musí vědět, co se dělá a proč. Zejména u málo známých opatření a řešení je třeba co nejvíce informací a vysvětlení. Propagujte své ekologické kroky - na některé neobvyklé věci je třeba účastníky předem upozornit. Všechny ekologické postupy vhodně propagujte a vysvětlete - v pozvánkách, na plakátech, na místě, v organizačních pokynech atd.

Před zahájením školení může mít velký dopad na životní prostředí v podobě vytištěných plakátů, suvenýrů a propagačních předmětů. Opět platí, že čím méně materiálních předmětů, tím ekologičtější - to platí zejména pro různé "zbytečné" suvenýry.

Níže jsou uvedeny nejdůležitější body, které je třeba mít na paměti při přípravě školicích materiálů, které jsou navíc poměrně snadno dostupné a levné:

- Používejte recyklovaný, nechlorovaný papír.
- Počet kopií každého dokumentu omezte na minimum.
- Kopírujte a tiskněte na obě strany papíru a nevyhazujte papír, dokud nevyužijete obě strany.
- Psací potřeby - používejte tužky z přírodních materiálů (dřevo FSC, bambus, pšeničná vlákna, kukuřičné listy, papír).
- Ořezávátka, sešivačky - volte raději kovové než plastové. Používejte celokovové nůžky (žádné plastové).

Internetový obchod s kancelářskými potřebami šetrnými k životnímu prostředí, kde jsou u každého výrobku uvedeny všechny chemické látky, které obsahuje (v němčině): www.memo.de

PRAKTICKÝ PŘÍKLAD

2 - 4

Vyberte vhodné občerstvení

Koncepci občerstvení na semináři je třeba řešit komplexně na čtyřech úrovních: potraviny, nápoje, obaly na potraviny a nápoje a nakládání s potravinovým odpadem.

Klíčové otázky:

- Můžete využít místní zdroje?
- Je nutné mít balené občerstvení?
- Co uděláte se zbytky?

POPIS

Celkově optimální je využívat místní zdroje, tj. místní zemědělce, a to buď přímo, nebo prostřednictvím farmářských trhů. Tímto způsobem je splněna jak podmínka kvality ekologického zemědělství, tak podmínka fair-trade.

Co se týče nápojů, nejjednodušší a často i nejoceňovanější je voda z místních zdrojů - ze studní. Z té lze připravit i další nápoje - domácí limonády z místního ovoce nebo čaje z místních bylin. Příjemným zpestřením programu může být vlastní sběr ovoce nebo bylinek účastníky. Co se týče kávových nápojů, lze použít jak kávu (zde je nutné, aby se

zkontrolujte označení eko a fair-trade) a náhražky z místních produktů (čekanka, obilí atd.). Místní víno, které se často vyrábí jako produkt ekologického zemědělství, by bylo skvělým doplňkem večerního programu, stejně jako místní lihoviny.

Pokud jde o obaly na potraviny a nápoje, je třeba se vyhnout jednorázovým obalům. Pokud nakupujete suroviny od zemědělců, můžete používat textilní sáčky a speciální opakovaně použitelné sáčky na zeleninu a ovoce. U nápojů používáme skleněné obaly, tj. vratné a recyklovatelné lahve. Podobná pravidla platí i pro servírování. Lze používat dřevěné příbory, papírové talíře a šálky, ale mnohem vhodnější je klasické používání skleněného a porcelánového omyvatelného nádobí.

PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?

- Atraktivita seminářů - Semináře se zajímavým jídlem z místních produktů jsou zajímavější a atraktivnější, zejména pro zahraniční účastníky.
- Celková pohoda účastníků - občerstvení splňující ekologické limity představuje obecně lehčí jídlo a chutnější pokrmy a nápoje. Naopak například používání jednorázových plastových příborů a nádobí vždy vyvolává určitou nespokojenost účastníků.

Ekonomické důvody - je levnější používat standardní porcelánové a skleněné nádobí, stejně jako je levnější připravovat čaje, limonády nebo čerstvé šťávy z nasbíraných bylinek a ovoce. Ve skutečnosti můžete často nakoupit produkty překvapivě levně od místních zemědělců.

PRAKTICKÝ PŘÍKLAD

Níže uvedené věci lze zajistit téměř vždy - jde o minimální práci s velkým efektem: **klasické omyvatelné nádobí a příbory, kohoutková voda ve džbánu s plátkem citronu nebo snítkou máty, mísy se sezónním ovocem, lněné ubrousky atd.**

Inspiraci najdete zde: **Veronica - centrum Hostětín (CZ):**

www.hostetin.veronica.cz **Sonnetor (CZ):** Ekologické bydlení s ekologickým provozem, pěstování ovoce a zeleniny, moštárna: Pěstování bylinek a výroba čaje včetně výkupu bylinek od sběračů a drobných pěstitelů, čajovna a fairtradová kavárna. www.sonnetor.com



3-1

Plánujte s ohledem na využívání obnovitelných zdrojů

POPIS

Začněte tím, jaký dopad byste chtěli, aby toto školení mělo na cílovou skupinu a její potřeby/charakteristiky a na zvolené téma. Ponechte určitý prostor pro otevřený proces bez předem daného výsledku. Při hledání řešení mějte nejprve nízké ambice a očekávání s malými a pomalými řešeními a nechte si čas na jejich otestování. Neplývejte energií na krátkodobé pohledy na vaše akce; raději se zaměřte na dlouhodobý a smysluplný dopad.

Dobrá vize a širší perspektiva jsou nezbytné pro nastavení správného tónu od samého počátku.

Klíčové otázky:

- Jak můžete ušetřit energii na dopravu a elektřinu, aniž byste snížili kvalitu práce? Můžete využívat obnovitelné zdroje energie?
- Ověřili jste si, jaké jsou zdroje místo školení? Přemýšleli jste o tom, jak je začlenit nebo jak tomu přizpůsobit školení?
- Víte, jaké zdroje by si účastníci mohli přinést a sdílet je s ostatními účastníky školení? To zahrnuje dovednosti, ale také materiály, fyzické předměty a úsilí ve fázi přípravy. Naplánujte to včas.
- Připravili jste virtuální prostor pro sdílení zkušeností a reflexí po školení?

PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?

- Výběr obnovitelných zdrojů energie a dalších zdrojů nejenže pomůže snížit dopad na planetu, ale také vytvoří inkluzivnější prostředí a nerozdělí účastníky z různých sociálních vrstev. Uvážlivé využívání obnovitelných zdrojů je také v souladu se zásadami permakultury. Zacházení s lidskými zdroji jako s obnovitelnými zdroji - pochopení, že lidská energie a potenciál mohou dosáhnout svých hranic, pokud nejsou podporovány.
- Aby nedošlo k vyhoření školitelů, je třeba vytvořit vzájemný tok energie mezi školitelem a účastníky, povzbuzovat účastníky k tomu, aby přispívali vlastními nápady, dále rozvíjeli získané dovednosti a vzájemně se v procesu učení podporovali a sdíleli. Společně vytvořený výsledek je považován za obnovitelný, protože znalosti jsou sdílené a nezávisí pouze na školiteli.

**PRAKTICKÝ
PŘÍKLAD**

Workshop stavby raketových kamen využívá pouze přírodní materiály; po skončení workshopu jsou všichni účastníci pozváni do skupiny WhatsApp, kde aktivně sdílejí své nápady a budují podpůrnou komunitu. Když účastníci sami vytvářejí projekty na stavbu raketových kamen, je jim nabídnuta pomoc ostatních členů skupiny a znalosti jsou sdíleny nezávisle na školiteli. Galerie workshopu: www.facebook.com/Smiltenei.un.Latvijai

3-2

Zakomponujte praktický aspekt

POPIS

Učí cenné a prakticky využitelné dovednosti. **Neučte pouze proč, ale také jak.** Povzbuzujte účastníky, aby přicházeli s vlastními praktickými řešeními, ptejte se na jejich zkušenosti, využívejte potenciál polykultur a využijte různorodých účastníků.

Využijte potenciál k vytvoření dobré symbiózy a vždy oceňujte kolektivní inteligenci. Zejména proto, že témata týkající se ekologické/klimatické krize, které čelíme, mohou vyvolávat úzkost, strach a pocity zbytečnosti, měl by školitel učit/školit s cílem udržitelných a konkrétních akčních bodů/metod. To umožní účastníkům cítit se zmocnění k činnosti a být ekologicky aktivní.

Klíčové otázky:

- Dokážete se při tvorbě tréninku inspirovat přírodou?
- Jsou cíle školení konkrétní a udržitelné akční body/ tipy?

**PROČ JE
TO DŮLEŽITÉ?**

Vytvořením praktického výsledku přináší kurz smysluplnost a užitečnost a podněcuje účastníky k tomu, aby získané znalosti vhodně aplikovali v každodenním životě, což vede k obohacení a rozvoji původního konceptu. Hotový produkt slouží také jako příklad pro budoucí školení. Prakticky uplatněná dovednost se snadno zapamatuje, a proto má pro účastníka větší hodnotu.

Cíl: udržitelné a konkrétní akční body/metody

- Účastníci se cítí oprávněni jednat
- Účastníci i školitelé jasně vidí konkrétní a trvalé důsledky/účinky školení, což je velmi motivující a poutavé. (*Co dnes změníme?*)
- Skupina spolupracuje na společném cíli.

PRAKTICKÝ PŘÍKLAD

Vytvoření historického zahradního záhonu v muzeu v rámci školení Seed Savers. Účastníci se sami zapojují do procesu, nikoliv se jen učí pozorováním.

Tradiční šindelářské dílny probíhají na skutečných střeších, které později slouží místní komunitě. Účastníci získají dovednost, zatímco praktický výsledek školení má praktické využití. http://skaidu-meistarklase.mozello.lv/skaidu_meistarklases/skaidu_darbnicu_fotostasti/2018-fotostasti/params/group/103519/

Účastníci musí odejít s několika nápady, které mohou velmi snadno udělat, a s pocitem, že společně něco dokázali.

Následná aktualizace...

Co měřit

- Dokážete si jasně představit, jaký bude konkrétní výsledek (výsledky) tohoto školení?
- Jsou tyto akční body udržitelné?

Jaký druh ukazatele měřit

- Účastníci odcházejí ze školení s několika konkrétními akčními body.

3 – 3

Přizpůsobte se situaci

V přírodě není nic stálé. Vše se mění, vyvíjí. Proto je pro ekologicky smýšlejícího trenéra při facilitaci zásadní schopnost pozorovat a přizpůsobovat se na základě toho, co pozoruje. Přijít dobře připraven je důležité, ale klíčové je vždy zůstat flexibilní a umět rychle reagovat na situaci na základě zpětné vazby a potřeb účastníků. Prvním úkolem školitele je vytvořit bezpečný a otevřený prostor pro výměnu názorů, vyzvat ke zpětné vazbě, kritickému myšlení, otázkám a reakcím. Školitel musí být vždy otevřený, schopný sebereflexe a přijímat zpětnou vazbu.

Klíčové otázky:

- Když se podíváte na podmínky školení, jak vytvoříte bezpečný prostor pro diskusi, kde se účastníci budou cítit svobodně, aby mohli kriticky přemýšlet a klást otázky?
- Jak zajistíte, aby účastníci měli během školení možnost získat zpětnou vazbu? Naplánovali jste v programu konkrétní časy pro zpětnou vazbu?
- Jste připraveni přijmout tuto zpětnou vazbu a využít ji k sebereflexi?
- Plánujete si chvíle, kdy se můžete na chvíli zastavit a pozorovat reakce, řeč těla a dynamiku skupiny?

POPIS

	<ul style="list-style-type: none"> • Jste schopni nejen přijímat zpětnou vazbu, ale také být dostatečně flexibilní, abyste změnili směr a přizpůsobili se jí (i kdyby to znamenalo zrušení původních plánů)?
<p>PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ignorování potřeb a reakcí účastníků během školení by vedlo k jejich znechucení, frustraci a obecně k negativním reakcím. • Odmítnutí školitele přijmout zpětnou vazbu a být otevřený tomu, aby se podle ní přizpůsobil, přímo ohrožuje úspěch školení a je v rozporu s klíčovou hodnotou inkluzivity. • Být ekologicky aktivní pro planetu znamená naslouchat a přizpůsobovat se, a proto i ekologicky aktivní trenér musí naslouchat, pozorovat a přizpůsobovat se.
<p>PRAKTICKÝ PŘÍKLAD</p>	<p>V místnosti je mnoho frustrovaných účastníků, kteří se nezapojují do vámi navrhovaných aktivit.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vyberte krátkou aktivitu, kterou mohou účastníci provádět v menších skupinách/párech. • Udělejte krok zpět a jen pozorujte. • Chápete, z čeho pramení napětí? • <u>Pokud se tak stane</u>, věnujte chvíli času kompletnímu přeuspořádání sezení, abyste se přizpůsobili, například změnou dynamiky skupiny a/nebo provedením činnosti, která sníží napětí (nebo dokonce navrhnete přestávku). • <u>Pokud nedokážete</u> určit zdroj problému, promyslete, jakým způsobem nebo v jakém okamžiku jej nejlépe zastavit, a vyzvěte všechny ke zpětné vazbě. • Po návratu ke skupině klidně přiznejte napětí a navrhnete krátkou přestávku. • Po přestávce si nechte chvíli na zpětnou vazbu nebo navrhnete jiný program pro zbytek školení a požádejte účastníky o souhlas. <p style="text-align: right;">Využijte místních zdrojů</p> <p>V přírodě není nic stálé. Vše se mění, vyvíjí. Proto je pro ekologicky smýšlejícího trenéra při facilitaci zásadní schopnost pozorovat a přizpůsobovat se na základě toho, co pozoruje. Přijít dobře připravený je důležité, ale klíčové je vždy zůstat flexibilní a schopný rychle reagovat na situaci na základě zpětné vazby a potřeb účastníků. Prvním úkolem školitele je vytvořit bezpečný a otevřený prostor pro výměnu názorů, vždy vybízet ke zpětné vazbě, kritickému myšlení, otázkám a reakcím. Školitel musí být vždy otevřený, schopný sebereflexe a přijímat zpětnou vazbu.</p>
<p>3-4</p>	
<p>POPIS</p>	

Klíčové otázky:

- Když se podíváte na podmínky školení, jak vytvoříte bezpečný prostor pro diskusi, kde se účastníci budou cítit svobodně, aby mohli kriticky přemýšlet a klást otázky?
- Jak zajistíte, aby účastníci měli během školení možnost získat zpětnou vazbu? Naplánovali jste v programu konkrétní časy pro zpětnou vazbu?
- Jste připraveni přijmout tuto zpětnou vazbu a využít ji k sebereflexi?
- Plánujete si chvíle, kdy můžete udělat krok zpět a pozorovat reakce, řeč těla, dynamiku skupiny?
- Jste schopni nejen přijímat zpětnou vazbu, ale také být dostatečně flexibilní, abyste změnili směr a přizpůsobili se jí (i kdyby to znamenalo zrušení původních plánů)?

**PROČ JE
TO DŮLEŽITÉ?**

- Ignorování potřeb a reakcí účastníků během školení by vedlo k jejich znechucení, frustraci a obecně k negativním reakcím.
- Odmítnutí školitele přijmout zpětnou vazbu a být otevřený tomu, aby se podle ní přizpůsobil, přímo ohrožuje úspěch školení a je v rozporu s klíčovou hodnotou inkuzivity.
- Být ekologicky aktivní pro planetu znamená naslouchat a přizpůsobovat se, a proto i ekologicky aktivní trenér musí naslouchat,

pozorovat a přizpůsobovat se.
Před školením si můžete udělat průzkum místních kulturních akcí a vzdělávacích projektů, které se v dané oblasti konají. Projděte si nabídky místních komunitních center, divadel a knihoven. Projděte si místní noviny, cestovní průvodce nebo webové stránky městských úřadů. Vyhledejte příklady dobré praxe v dané oblasti. Máte-li možnost, můžete se sami zúčastnit místní akce, abyste lépe poznali místní komunitu.

**PRAKTICKÝ
PŘÍKLAD**

Zkuste najít inspirativní lidi z místní společnosti: někoho, kdo by mohl být vzorem. Tuto osobu můžete představit jako dobrý příklad nebo ji kontaktovat a zjistit, zda by si nechtěla popovídat o místních perspektivách.

Poskytněte příklady místní osvědčené praxe, aby z nich mohli těžit i účastníci.

KAPITOLA 10

Nástroje, metody, nápady pro eko-aktivní školení a workshopy

Tato kapitola obsahuje nástroje pro prezentaci příkladů vzdělávacích aktivit zvyšujících ekologické kompetence. Všechny byly vypracovány na základě praktických zkušeností a vyzkoušeny pedagogy pracujícími s různými cílovými skupinami.

Soubor nástrojů poskytuje přehled učebních osnov, které se zaměřují na:

- Zapojení lidí do ochrany životního prostředí na místní úrovni
- Různá environmentální témata: plýtvání potravinami, recyklace a omezování plastů, znečištění ovzduší a individuální dopady (doprava, spalování v pecích atd.), udržitelná energie atd.
- Formují správný postoj účastníků.

Všechny prezentované aktivity a související s principy permakultury (viz kapitola 6: Permakultura pro školitele: Jak připravit a vést semináře inspirované principy permakultury?)

Vložili jsme ikony, které vám usnadní orientaci mezi jednotlivými aktivitami:



COMPEXITY



**VELIKOST
SKUPINY**



AGE



ČAS



PRINCIPY PERMAKULTURY

Čísla vás informují o tom, s jakými konkrétními permakulturními principy daná činnost souvisí.

1. Pozorování a interakce
2. Zachytávání a ukládání energie
3. Získat výnos
4. Uplatňovat seberegulaci a přijímat zpětnou vazbu
5. Využívání a zhodnocování obnovitelných zdrojů a služeb
6. Neprodukovat žádný odpad
7. Návrh od vzorů k detailům
8. Integrovat, nikoliv oddělovat
9. Používejte malá a pomalá řešení
10. Využívejte a oceňujte rozmanitost
11. Použijte hrany a oceňte okrajové hodnoty
12. Kreativně využívat změny a reagovat na ně

Ekologická stopa

Představila Ivana Mariánková, Asociace andragogických expertů ČR (AOA)

Chcete objevit svůj potenciál v ekologickém chování?



průměr



+ 12



4-20



60 min.



1, 4, 7, 9, 11

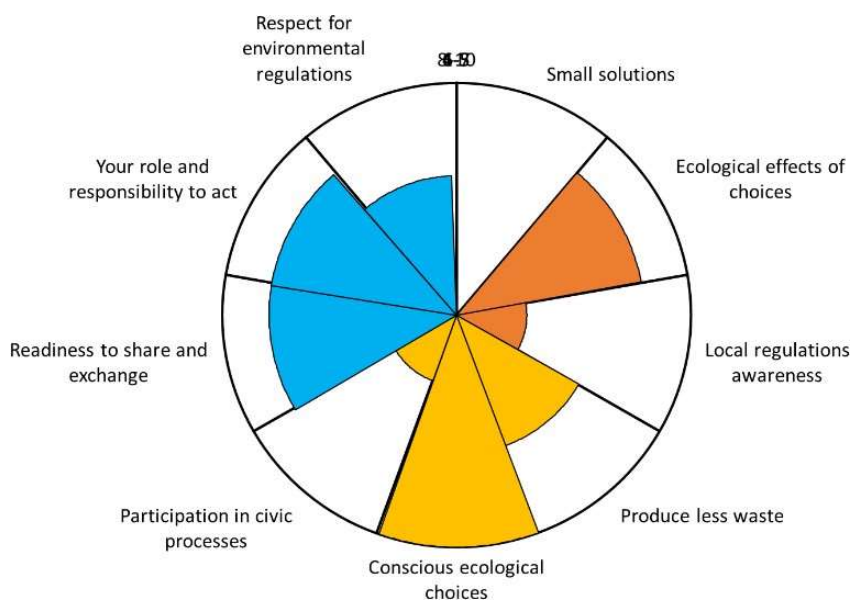
BENEFITY

- Zjistíte svůj osobní status v environmentálním chování.
- Najdete své silné stránky
- Mohl by být určen možný prostor a cíle pro zlepšení.

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

Hlavní ekologické kompetence spojené s tímto cvičením:

- Ekologické dopady volby
- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat



KOMPLEXNOST

PRŮMĚRNÁ - Na přípravu úkolu potřebujete více času a materiálů a potřebujete více zkušeností s jeho realizací; můžete potřebovat různé materiály a aktivita je složitější na vysvětlení účastníkům.

VĚKOVÉ ROZSAHY	Minimální nebo maximální věková hranice není stanovena, protože aktivity lze provádět s mladí (od 12 let) i dospělí.
VELIKOST SKUPINY	Metodu lze použít ve skupině nejméně 4 účastníků, maximálně 20 osob.
ČAS	Na tuto metodu doporučujeme 60 minut, včetně vysvětlení a následné diskuse.
PERMAKULTURNÍ PRINCIPY	<input type="checkbox"/> Pozorování a interakce (1) <input type="checkbox"/> Uplatňovat seberegulaci a přijímat zpětnou vazbu (4) <input type="checkbox"/> Design od vzorů po detaily (7) <input type="checkbox"/> Používejte malá a pomalá řešení (9) <input type="checkbox"/> Použijte hrany a oceňte okrajovou hodnotu (11)
METODOLOGIE	Pro seznámení se základními pojmy můžeme použít metodu brainstormingu.
CÍLOVÁ SKUPINA	Práce s touto metodou cvičení je vhodná pro všechny typy účastníků bez ohledu na jejich dovednosti. Neexistuje žádné omezení, předpoklad nebo doporučené prostředí pro její použití.
SPECIFICKÉ CÍLE	<input type="checkbox"/> Porozumět pojmům ekologická stopa a udržitelnost. <input type="checkbox"/> Uvědomit si, jak životní styl ovlivňuje velikost ekologické stopy. <input type="checkbox"/> Porozumět souvislostem mezi zeměmi a jejich ekologickou stopou. <input type="checkbox"/> Změřit svou osobní ekologickou stopu a porovnat ji s ostatními a s průměrnou ekologickou stopou své země a ostatních zemí. <input type="checkbox"/> Motivovat účastníky ke snížení vlastní ekologické stopy a případně i ekologické stopy jejich rodiny a přátel.
MATERIÁLY	Část 1, 3: tabule nebo flipchart, fixy, papíry, tužky. Část 2: počítač (chytrý telefon) připojený k internetu, datový projektor
POSTUP KROK ZA KROKEM	<p>Část 1: Co je ekologická stopa?</p> <p>Účastníci budou dotázáni: "Co si představujete pod pojmem ekologická stopa?"</p> <p>Všechny nápady zaznamenávejte na tabuli nebo flipchartový papír. Nehodnotíme ani nekritizujeme. Pokud je skupina velká, můžeme ji rozdělit na menší skupiny. Další možností je, že účastníci nejprve "brainstormují" na vlastním papíře a pak své nápady porovnají ve dvojicích. Poté následuje zápis nápadů na společný flipchart. Tento postup pomáhá těm stydlivějším nebo pomalejším, kteří jinak nevyužívají své šance a pouze se pasivně zapojují - pozorují, poslouchají, nemluví.</p> <p>Když nám dojdou nápady, roztřídíme je a porovnáme se skutečným obsahem pojmu ekologická stopa (ekologická stopa je měřítkem toho, jak udržitelný je náš životní styl, tj. jakou stopu, vyjádřenou v globálních hektarech na osobu, zanechává náš životní styl a s ním spojená spotřeba přírodních zdrojů v globálním měřítku. Lidé žijící v různých částech Země vytvářejí různou ekologickou stopu). Více informací: www.footprintnetwork.org</p> <p>Část 2: Výpočet ekologické stopy</p> <p>Tuto část lze provést v několika variantách:</p>

A. Účastníci otevřou odkaz na svém telefonu a sami vyplní dotazník (všichni účastníci musí mít mobilní datové připojení nebo připojení Wi-Fi).

B. Dotazník promítnete pomocí dataprojektoru a vyplníte údaje účastníka nebo své vlastní, jako příklad.

Diskuse o výsledcích: uvědomte si, že ne všichni jsou ochotni se o výsledky podělit, a buďte opatrní v soutěžení mezi účastníky - cílem není ukázat, kdo je nejlepší a nejhorší. Cílem je vyvolat diskusi a pomoci účastníkům individuálně najít potenciál ke zlepšení a své silné stránky v dané oblasti.

Část 3: Jak snížit ekologickou stopu?

Vyzvěte účastníky k diskusi:

- Co je možné ovlivnit a co je mimo jejich kontrolu? Která z nabízených možností vede k nejmenší ekologické stopě a proč?
- Co je pro vás nejjednodušší/nejtěžší změnit, abyste snížili svou osobní ekologickou stopu, a proč?
- Plánujete nějaké změny k lepšímu? Jaké a kdy?

**DOKUMENTY,
MATERIÁLY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUISEJÍCÍ S
NÁSTROJEM.**



Více informací a kalkulačku pro výpočet ekologické stopy najdete na webových stránkách **Global Footprint Network**: www.footprintnetwork.org.

JAK TO FUNGUJE?



Tým KVS: Zkušenosti s používáním nástroje ekologické stopy.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým AOA: Zkušenosti s používáním nástroje ekologické stopy.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Poznejte svou budoucnost! Přeji vám skvělý zítřek - MEGATREND CARDS

Představila Carla Urbano, Finská nadace celoživotního vzdělávání (KVS)

Prodiskutujte svou cestu ekologickými megatrendy pro planetu



náročné



10-99



2 - 4 na
diskusi



30 - 90 min.



7, 8, 12

BENEFITY

- Zvyšte své povědomí o megatrendech.
- Naučte se rozpoznávat složité problémy a rozvíjejte své znalosti a dovednosti diskutovat o nich.
- Prozkoumejte alternativy a řešení obtížných otázek.

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

Řešené kompetence se liší v závislosti na vytvořených a použitých kartách. Tyto kompetence jsou navzdory tématu dobře řešeny:

VĚDOMOSTI

- Ekologické dopady volby
- Malá řešení

ATTITUDE

- Vaše role a odpovědnost jednat
- Životní styl podle ekologických zásad
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Volba spotřebitele na základě dlouhodobých účinků

DOVEDNOSTI

- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Pomáhat ostatním změnit návyky

PERMAKULTURNÍ PRINCIPY

- Design od vzorů po detaily (7)
- Spíše integrovat než oddělovat (8)
- Kreativně využívat změny a reagovat na ně (12)

METODIKA

Pomocí karet Megatrendy se připravte na složitost udržitelné budoucnosti.

Jak budou vypadat léta 2020? Jaké trendy budou mít největší vliv na naši budoucnost a jaká napětí existují mezi různými megatrendy naší doby?

čas? Seznam **Megatrendy 2020 společnosti Sitra** poskytuje přehled otázek, které bychom měli řešit.

se v nadcházejících letech zaměříme.

Karty trendů podněcují a rozšiřují vaše myšlení a pomáhají vám přicházet s novými nápady a představovat si, jak by mohla vypadat budoucnost. Vše, co potřebujete, jsou karty trendů, tužka, papír a pár přátel! Podrobnější pokyny najdete na instruktážní kartě.

CÍLOVÁ SKUPINA

Každý, kdo má zájem o udržitelnou budoucnost

SPECIFICKÉ CÍLE

Spíše než pochopení jednoho megatrendu je důležitější porozumět širšímu fenoménu, s nímž souvisí, a způsobu, jakým je spojen s dalšími trendy. Orientace (nastavení mysli) na udržitelnou budoucnost vám pomůže pochopit význam všech permakulturních principů.

Megatrendy zdůrazňují 5 trendů:

1. Ekologická rekonstrukce je naléhavou záležitostí
2. Populace stárne a diverzifikuje se
3. Vztahová síla posiluje
4. Technologie se stává součástí všeho
5. Ekonomika hledá směr

Karty trendů společnosti Sitra obsahují různé trendy, které podle našeho názoru již ovlivňují náš život, a tím i naši budoucnost. Součástí jsou také popisy napětí mezi jednotlivými trendy.

Karty trendů nelze použít k předvídaní budoucnosti. Místo toho může použití karet podnítit a rozšířit vaše myšlení a pomoci vám přijít s novými nápady a představit si, jak by mohla budoucnost vypadat. Vše, co potřebujete, jsou karty trendů, tužka a papír. Dobrým nápadem je také požádat o pomoc několik kolegů nebo přátel.

MATERIÁLY

Karty Megatrends, pero, papír

POSTUP KROK ZA KROKEM

Vyberte si z dostupných karet Megatrends ty nejvhodnější pro vaši skupinu:

1. Zamyslete se nad tím, jaké trendy nebo změny v životním prostředí můžete pozorovat nebo předvídat. Můžete o nich přemýšlet ve velkém nebo v malém měřítku, v závislosti na vašem publiku.
2. Můžete také navrhnout vlastní příklad karet, vhodný pro danou skupinu.
3. Označte tyto trendy nebo změny ve dvou různých skupinách:
 - a) **Napětí** mezi dvěma různými možnostmi
 - b) **Velká změna, která** může nastat v budoucnosti.

Příklady témat napětí vs. změna:

1. **Napětí** - Dvě společnosti mají odlišnou představu o plastu.
2. **Změna** - Dvě společnosti se rozhodují, jaký typ oběda nabídnou svým zaměstnancům.
3. **Změna** - Vnímat cestování (přesun z místa na místo) jako příležitost ke cvičení oproti zbytečnému trávení času čekáním, než se někam dostanete.
4. **Napětí** - vnímání domácích mazlíčků (koček a psů atd.) jako environmentálního problému vs. účinného nástroje proti osamělosti.

PŘÍKLAD

Pro první diskusi si můžete vybrat 6 karet:

1. Vnímání přírody jako zdroje a její vnitřní hodnoty
2. Zvýšení množství odpadu
3. Nárůst extrémních povětrnostních jevů
4. Korporace vs. vlády rozhodující o technologiích
5. Spravedlivý nebo nerovný přechod k udržitelné společnosti
6. Environmentální povědomí vs. environmentální akce

<p style="text-align: center;"><i>TENSION</i></p> <p style="text-align: center;">CORPORATIONS VS GOVERNMENTS DECIDING ON TECHNOLOGY</p> <p>The adoption of technology changes technology in significant ways, which is why it is important to pay attention to who decides on its development: corporations, governments or people, or perhaps all of them together? In addition to addressing individual technologies, consideration should also be given to the ecosystems they form and their combined effects.</p>	<p style="text-align: center;">INCREASE IN EXTREME WEATHER PHENOMENA</p> <p>Climate change leads to an increase in extreme weather phenomena. Floods and droughts will become more common, as will increasingly intense storms. The variability of weather conditions will create pressure on agriculture and infrastructure in particular.</p>
<p style="text-align: center;"><i>TENSION</i></p> <p style="text-align: center;">ENVIRONMENTAL AWARENESS VS ENVIRONMENTAL ACTION</p> <p>Environmental awareness among people has increased, but its impact is not yet sufficiently reflected in actions. It is possible that a growing number of people will change their habits, but it is also possible that scepticism towards changes in the environment will increase. The tension between awareness and action may also lead to deeper polarisation between those who demand action and those who belittle it. The best way to prevent this polarisation is collective discussion and co-operation aimed at achieving fair and socially acceptable change in society.</p>	<p style="text-align: center;"><i>TENSION</i></p> <p style="text-align: center;">SEEING NATURE AS A RESOURCE VS HAVING INTRINSIC VALUE</p> <p>Nature is still often seen as a resource that we, as humankind, are free to use as we wish. The opposite view is that we are part of nature, just as the other forms of life on Earth are, and we should act in a way that leaves space for others.</p>
<p style="text-align: center;"><i>TENSION</i></p> <p style="text-align: center;">A FAIR OR UNEQUAL TRANSITION TO A SUSTAINABLE SOCIETY</p> <p>Responding to the ecological sustainability crisis requires significant changes to society's structures and practices. How large are the changes that can be achieved, and how fast can they be put into action? How will we ensure that the transition to a sustainable society is equal and fair?</p>	<p style="text-align: center;">INCREASE IN THE AMOUNT OF WASTE</p> <p>Approximately 0.7 kilograms of waste per person is created around the world each day. In Finland, this figure is 1.4 kilograms. The amount of waste is predicted to increase by 75% globally by 2050. Circular economy solutions can significantly reduce the amount of waste.</p>

Karty můžete používat 7 různými způsoby:

STUDIE. Přečtěte si balíček karet trendů a zjistěte, jaké myšlenky vás napadají ohledně trendů a napětí. Jsou vám povědomé? Které z nich jsou již patrné? Které jsou překvapivé?

PRIORITIZUJTE. Náhodně si z balíčku vytáhněte 3-6 karet a seřadte je podle svého názoru. Pokud pracujete společně s ostatními, prodiskutujte a porovnejte způsob, jakým každý z vás určuje priority karet trendů. Upozorní vaše diskuse na nějaká společná témata? Shodujete se na prioritách?

VYTVORIT PŘÍBĚH. Nakreslete 3-6 karet a vytvořte z nich příběh o budoucnosti. Zařaďte do něj témata, která se týkají vaší práce nebo jiných aspektů vašeho života. Podělte se o svůj příběh s ostatními.

ŘEŠIT. Vyberte si z balíčku kartu napětí. Zamyslete se nad tím, jak by se napětí dalo vyřešit: je jedna z obou stran napětí silnější, dal by se najít nový směr, nebo bude stav napětí pokračovat - a co by to znamenalo?

SEN. Táhněte 3-6 karet trendů. Na základě karet vytvořte obrázek nejlepší možné budoucnosti tak, že popíšete budoucnost něčeho, co je pro vás důležité, v kombinaci s vylosovanými kartami.

INVENT. Táhněte 3-6 karet. Na základě nápadů, které získáte z karet, vytvořte budoucí službu, řešení, výrobek nebo postup související s předměty vašeho zájmu, který by je vylepšil.

BÝT PŘEKVAPEN. Vytáhněte si 3-6 karet a vymyslete k nim zcela opačné scénáře. Co by se muselo stát, aby se opačný scénář stal skutečností? Dokážete najít překvapivé perspektivy? Podělte se s ostatními o své nejzajímavější a nejprekvapivější nápady. Zamyslete se nad tím, jak moc je daný scénář představitelný.

Podívejte se na video týmu KVS o používání karet Megatrend:



[**PODÍVEJTE SE NA VIDEO**](#)



**DOKUMENTY,
MATERIÁLY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUISEJÍCÍ S
NÁSTROJEM.**



Megatrendy krátce:
www.sitra.fi/en/topics/megatrends/



Karty Megatrend ke stažení (64 karet + návod):
www.sitra.fi/en/publications/megatrend-cards-2020/

Příklad 6 karet k diskusi (pdf): [STÁHNOUT](#)

JAK TO FUNGUJE?



Tým potravinových bank: Zkušenosti s používáním nástroje Megatrend Cards.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým LPB: Zkušenosti s používáním nástroje Megatrend Cards.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Karty a desky pro vyprávění příběhů

Představila Federace polských potravinových bank



průměr



+7



10-25



30-45 min.



1, 8, 9, 10

UVEDL/A

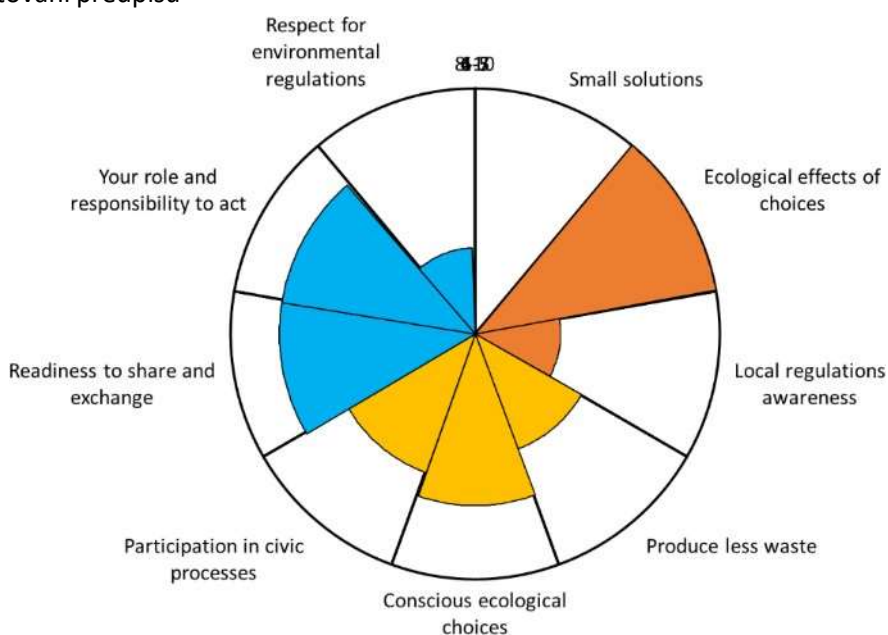
Nástroj byl představen v národním vzdělávacím projektu s názvem „EkoMisja“ („EcoMission“), spolufinancovaném Národním fondem pro ochranu životního prostředí a vod. Vypracován byl Federací polských potravinových bank.

PŘÍNOS

- Rozvíjení představivosti
- Poskytněte prostor pro výměnu znalostí a zkušeností. Své ekologické nápady nebo řešení můžete konfrontovat s ostatními účastníky.
- Naučte se a zavádějte drobná praktická ekologická řešení do každodenního života.
- Buďte kreativnější ve svém ekologickém životě

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

- Ekologické dopady volby
- Produkuje méně odpadu
- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Účast na občanských procesech
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat
- Respektování předpisů



PERMAKULTURNÍ PRINCIPY

- Pozorování a interakce (1)
- Spíše integrovat než oddělovat (8)
- Používejte malá a pomalá řešení (9)
- Využití a hodnotová rozmanitost (10)

METODOLOGIE

Vyprávění příběhů je metodou vytváření sdíleného vyprávění, které může mít výchovný dopad a zároveň slouží jako způsob výměny zkušeností a integrace. Hlavní výhodou této metody je umožnění účastníkům osvojit si znalosti prostřednictvím známých a oblíbených forem, jako jsou stolní hry nebo obrázkové karty.

Tato metoda umožňuje skupinovou práci lidem s různým zázemím a kognitivními schopnostmi. Cílem je podnítit představivost účastníků, nechat je navrhnout vlastní řešení problému a vytvořit příležitost k diskusi.

CÍLOVÁ SKUPINA

V závislosti na vyprávěcích kartách nebo deskách je tento nástroj nejvhodnější pro děti (7-12 let) nebo dospívající a dospělé (nad 16 let).

SPECIFICKÉ CÍLE

- Inspirace k tvůrčímu myšlení a reflexi vlastních návyků a vlivu na životní prostředí
- Vytvoření příležitosti ke sdílení znalostí a zkušeností.
- Podpora ekologického povědomí a malých individuálních změn životního stylu.

MATERIÁLY

Sada desek nebo karet na vyprávění příběhů a pera a papír na poznámky.

POSTUP KROK ZA KROKEM

1. Rozdělte účastníky do menších skupin. Každá skupina dostane dvě malé obrázkové karty nebo příběhové desky.
2. Vyzvěte členy skupin, aby hovořili o situacích zobrazených na obrázcích, co nejpřesněji je definovali a diskutovali o tom, zda a jak souvisejí s jejich vlastními zkušenostmi.
3. Po uplynutí stanoveného času týmy představí své karty s příběhy a shrnou svou diskusi.
4. Po všech prezentacích školitel shrne cvičení tak, že ukáže velkou kartu, která zahrnuje všechny menší karty rozdané skupinám a doslova ilustruje problém ve větším obraze. Školitel zdůrazní vztahy mezi jednotlivými scénami - mohou improvizovat nebo použít připravené komentáře obsažené ve scénáři.

Při poslední aktivitě školitel vyzve skupinu, aby vypracovala doporučení k řešení problémů, o kterých se diskutovalo. Doporučení lze zapsat na flipchart.

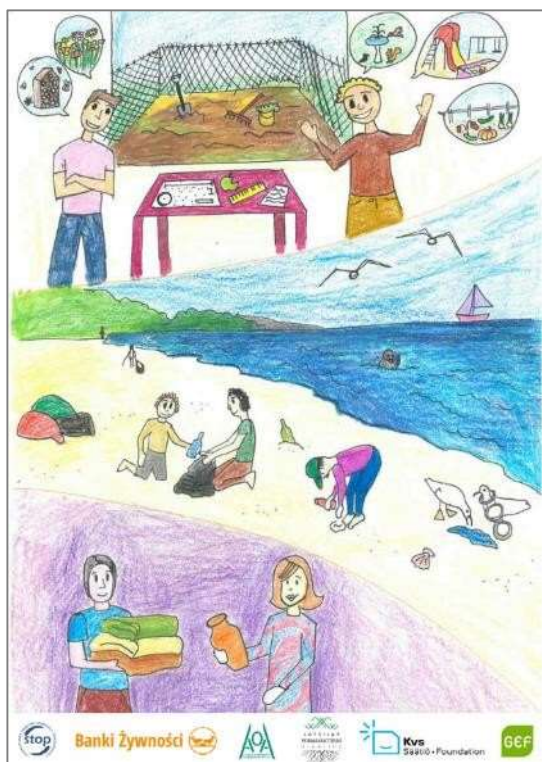
DOKUMENTY, PODKLADY, WEBOVÉ STRÁNKY SOUVISEJÍCÍ S NÁSTROJEM



Webové stránky projektu "EcoMission" (v angličtině)

Polština): www.niemarnuje.bankizywnosci.pl

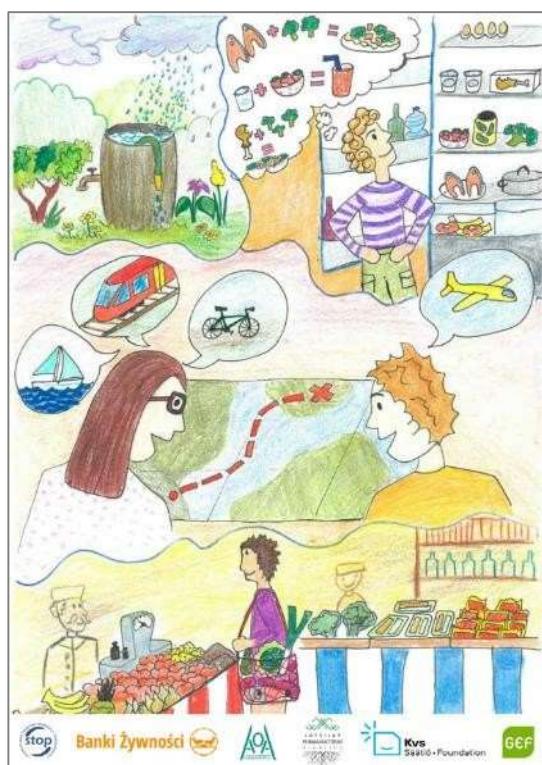
Vyprávěcí karty: [Stáhněte si 4 karty \(pdf\)](#)



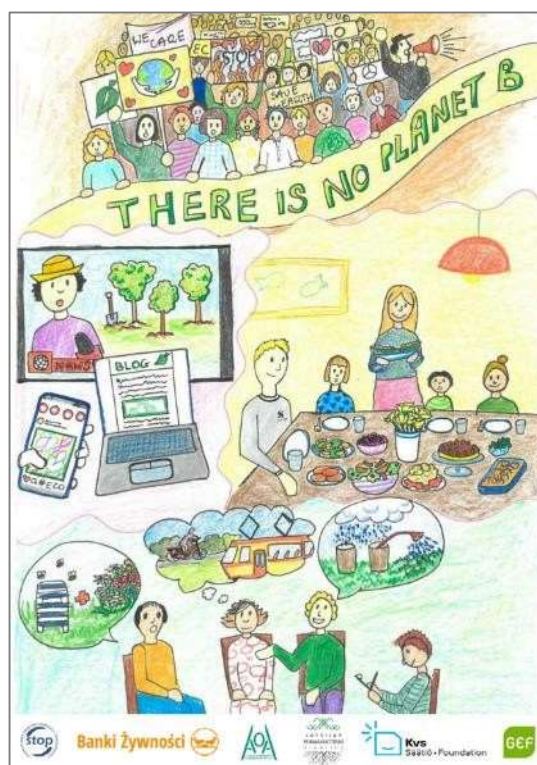
KARTA EMPATIE



KARTA VŠÍMAVOSTI



**UPOZORNŮJÍCÍ
KARTA**



**KARTA
INFLUENCE**

JAK TO FUNGUJE?



Tým STOP: Zkušenosti s používáním karet pro vyprávění příběhů během workshopu s mladými lidmi a jejich přizpůsobení vlastním potřebám.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým potravinových bank: Co jsou to storytellingové karty a jak je používat?

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým potravinových bank: Shrnutí workshopů pro seniory ze září 2022, během nichž byly použity karty příběhů a nástroj ekologické stopy.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Eko-festival

Představily Céline Huart a Weronika Felcis, Lotyšská permakulturní asociace (LPB).



náročné



bez omezení



**20 až 100 a
více**



1 až 2,5 dne



**1, 3, 5, 6, 8,
9, 10, 12**

PŘÍNOS

Zapojením se do ekofestivalu získáte:

- Inspirujte se příběhy/znalostmi/dovednostmi vedoucích workshopů a jejich způsoby, jak žít s vaším tématem (příklad: permakulturní principy v místní komunitě).
- Získejte praktické znalosti tím, že budete dělat věci rukama.
- Setkání mnoha účastníků s různou úrovní zkušeností a z různých prostředí, kteří si mohou vyměňovat zkušenosti, navazovat kontakty a společně oslavovat.
- Objevte lokalitu a přispějte k jejímu rozvoji praktickými výstupy.
- Zažijte smysluplnou ekologickou akci založenou na dobrovolnické práci.

KOMPLEXNOST

POŽADAVKY - organizační tým (minimálně 3-4 osoby) se zapojuje 7-8 měsíců předem; destinace/místo se připravuje 1-3 dny před akcí v závislosti na potřebách. Během akce - navíc pro organizační tým - povede 10-15 "odborníků" jednu nebo více aktivit. Dobrovolníci před festivalem a během něj jsou vždy užiteční.

VĚKOVÉ ROZMEZÍ

Minimální ani maximální věková hranice není stanovena, protože aktivity lze provádět jak s mladými, tak s dospělými. Některé aktivity mohou vyžadovat velmi dobré fyzické předpoklady, ale vždy existuje možnost pozorování nebo volby paralelního programu. Specifické aktivity mohou být zaměřeny pouze na děti.

VELIKOST SKUPINY

Od 30 do 200 osob

ČAS

Doporučujeme časový rámeček 1 a půl dne.

PERMAKULTURNÍ PRINCIPY

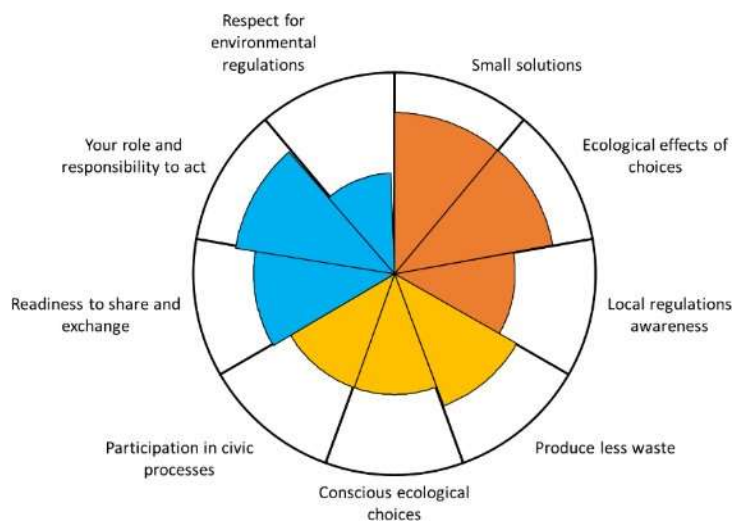
- Pozorování a interakce (1)
- Získat výnos (3)
- Využívání a zhodnocování obnovitelných zdrojů a služeb (5)
- Nevzniká žádný odpad (6)
- Spíše integrovat než oddělovat (8)
- Používejte malá a pomalá řešení (9)
- Využití a hodnotová rozmanitost (10)
- Kreativně využívat změny a reagovat na ně (12)

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

V kontextu permakulturního festivalu jsou hlavní ekologické kompetence spojené s touto událostí jsou:

ZÁKLADNÍ ÚROVEŇ:

- Malá řešení
- Povědomí o místních předpisech
- Produkujte méně odpadu
- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat



ÚROVEŇ TRENÉRA:

- Odbornost v oblasti ekologických řešení
- Snížení množství odpadu/upcyklace
- Pomáhat ostatním měnit návyky
- Život podle ekologických zásad

METODOLOGIE

Tato metoda souvisí se zkušenostním učením, učením založeným na praxi a vzájemným učením.

Zážitkové učení se týká celého festivalu: účasti na setkáních, praktické práce, ale také dojíždění, stravování a společného bydlení.

Tyto podmínky jsou vhodné pro získání nových znalostí a dovedností, zamyšlení se nad vlastním životním stylem, setkání a diskusi s podobně smýšlejícími lidmi, inspiraci a nakonec i vědomé rozhodnutí ke změně.

Vzájemné učení probíhá během sezení s vyváženým poměrem výuky a diskusí; přístup školitele k němu vybízí a znalosti a zkušenosti každého jednotlivce jsou oceňovány. Vzájemné učení může být hlavní náplní například při panelové diskusi na jedno konkrétní téma. Prostor pro sdílení a večerní program jsou také vhodné k podpoře diskusí, které mají pokračovat.

Výuka založená na praxi probíhá v rámci workshopů s aplikací na místě. Materiály a nářadí jsou připraveny tak, aby umožnily aktivitu maximálního počtu osob. Pokyny jsou minimální před zahájením pak na základě postupu a dotazů účastníků.

CÍLOVÁ SKUPINA	Tento nástroj je vhodný pro všechny typy účastníků bez ohledu na věk nebo dovednosti. Jedním z omezujících faktorů je časová investice nutná k účasti na festivalu.
SPECIFICKÉ CÍLE	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Přinést povědomí o alternativách a místních příležitostech pro ekologické zemědělství. volby ("toto existuje, děje se to zde")<input type="checkbox"/> Inspirujte se tím, že děláte společně, přispíváte drobnými řešeními ("to je ono, děláme to").<input type="checkbox"/> Vytvoření impulzu, který bude katalyzovat akci a změnu ("dnes jsem tady, zítra budu...").<input type="checkbox"/> Model akce s minimem odpadu a ekologické postoje ("když to dokážeme, pak to zvládnete")
MATERIÁLY	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> V přípravné fázi: platforma pro šíření informací o akci (webové stránky, sociální sítě, mailing list), společný dokument pro organizaci sdílení aut.• Pro akci: hostitelské místo s venkovním prostorem a prostorem pod střechou, toalety a systém mytí rukou, přístup k vodě, lavičky nebo židle, místo pro stanování a vaření.<input type="checkbox"/> Volitelné: tištěný program, mapa místa, mikro a ozvučení, plakáty a fixy, fotoaparát.

ZÁSADY PRO FESTIVAL BEZ ODPADU

POSTUP KROK ZA KROKEM

Před akcí jsou zveřejněny informace o tom, co by si účastníci měli vzít s sebou a jak mohou nabídnout nebo najít sdílení automobilů. Na permakulturním festivalu se obvykle požaduje, aby si účastníci přivezli: osobní sklenici/misku/příbor, potraviny bez obalu a materiál na spaní. Na místě je k dispozici voda, jsou organizovány samoobslužné mycí stanice a místa na vaření, k dispozici jsou koše na tříděný odpad.

Připomínka, že si ceníme sdílení místo plýtvání. Zmínka předem pomáhá účastníkům, aby se co nejlépe připravili.

OSVĚDČENÉ POSTUPY PRO POŘÁDÁNÍ EKOLOGICKÉHO FESTIVALU:

1. Začněte s webem (nebo weby).

Z otevřené výzvy vyplývá, že hostitel sděluje svou ochotu přijmout festival. Organizační tým (včetně hostitele) zjišťuje: Jaké jsou charakteristiky místa a dovednosti lidí, kteří tam žijí? Jaké jsou potřeby a zájmy majitelů místa? Z toho vyplyne obecné téma nebo žádoucí praktický výstup. (Příklad: majitel obklopený konvenčními poli si přeje vytvořit přírodní větrolam a zajímá se o potravinový les. Festival může mimo jiné zahrnovat přednášku o pesticidech, praktickou výsadbu stromů a keřů, plánovací sezení potravinového lesa a panelovou diskusi s odborníky).

2. Připravit různé aktivity pokrývající různá témata, formáty a cílové skupiny.

Příklady: workshop pro malé skupiny o sociální permakultuře, moderovaná panelová diskuse o změně klimatu s velkým publikem, praktický workshop o peci na pizzu s malým vedením, dětská hra o principech permakultury s využitím celého pozemku, řemeslné dovednosti předváděné 1 nebo 2 osobám najednou, série mini-

prezentace projevů z projektů účastníků, prostor pro výměnu semen s jedním k dispozici odborník, přednášky pro začátečníky i pokročilé...)

3. Zařadte kulturní večer

Jediný úspěšný prvek pro sblížení lidí a zvýšení spolupráce během akce i po ní. Příklad: koncert místních hudebníků, vedené taneční kroky, sdílení písní u táboráku...

4. Buďte kreativní ohledně formátu

Vzhledem k situaci Covid-19 se lotyšský festival permakultury v roce 2021 konal na pěti místech během dvou různých víkendů. Ve skupinách 30-40 účastníků byla zaznamenána důvěrná atmosféra a snazší interakce mezi účastníky ve srovnání s festivalem 100-200 účastníků na jednom místě. V roce 2022 bylo rozhodnuto pokračovat na více místech spojených s obecným tématem relevantním pro danou lokalitu. (Příklad: stanoviště obklopené lesem se bude zabývat potravinovým lesem, udržitelným lesním hospodařením a divokými jedlými rostlinami. Stanoviště v hlavním městě se bude zabývat městskou permakulturou a základy etických principů. Místo na produkční farmě se bude zabývat ekologickou velkovýrobou potravin. Místo v ekologické vesnici se bude zabývat životem v ekologické komunitě.)

5. Organizovat podporu mezi zkušenými a začínajícími organizátory akcí.

V minulosti se vyskytly určité potíže s nalezením nového místa, které by bylo ochotné festival pořádat, a také únava z "výchozího" místa a zúčastněných osob. Pomohlo zmenšit velikost festivalu, aby se podařilo přesvědčit nová místa, aby se přihlásila. Pro přípravu festivalu 2022 je k dispozici 6 organizačních týmů spojených s 6 místy a 1 osoba zodpovědná za komunikaci v médiích, na sociálních sítích a na webových stránkách. Společné vlákno na Telegramu pomáhá hledat řešení s ostatními týmy. Dva zkušení organizátoři se navíc připojili k týmům s menšími zkušenostmi, aby aktivizovali skupinu. Všichni v přípravné fázi jsou dobrovolníci a mají vlastní motivaci. Vstupné vybrané na festivalech slouží k pokrytí nákladů na pořádání.

6. Spoluvytváření dlouhodobého pohledu na festival

Opakující se festival se stejným tématem (nebo několika tématy) může představovat kotvu pro praktikující, kteří přicházejí rok co rok. Festival jim dobíjí baterky, protože to, co dělají, je oceňováno, patří do skupiny a může jim to dodat sílu na celý rok. Kontinuita akce je symbolem toho, že praxe je živá.

INSPIRACE PRO DALŠÍ OBLASTI POUŽITÍ

Jiná témata než permakultura a návrh praktických výstupů pro dané místo. Festival:

- UMĚNÍ A DIVADLO:** umělecká díla vytvořená na místě (malované stěny, sochy) nebo nová skupina, která se učí spolupracovat (divadelní představení).
- RUČNÍ ŘEMESLO S MÍSTNÍM MATERIÁLEM:** práce s vlnou, hlinou, dřevem a dalšími částmi rostlin při výrobě hudebních nástrojů, textilu, nádobí.
- CIRKULÁRNÍ EKONOMIKA:** workshopy upcyclace založené na místním odpadu (příklad: plastová láhev), kavárna oprav, skupinová práce na analýze životního cyklu

**DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ STRÁNKY
SOUVISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM**



Webové stránky lotyšské permakultury festival s programy předchozích festivalů (v lotyštině): www.permakultura.lv/festivals



[Fotoalbum z 5. festivalu permakultury v Zadini](#)

JAK TO FUNGUJE?



Tým LPB: Zkušenosti s pořádáním ekologického festivalu v Lotyšsku.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Eko-expedice

Představiла Agnieszka Borek, Asociace školitelů nevládních organizací (STOP)



náročné



+12



4-20



Několikátý
enní
proces



1, 9

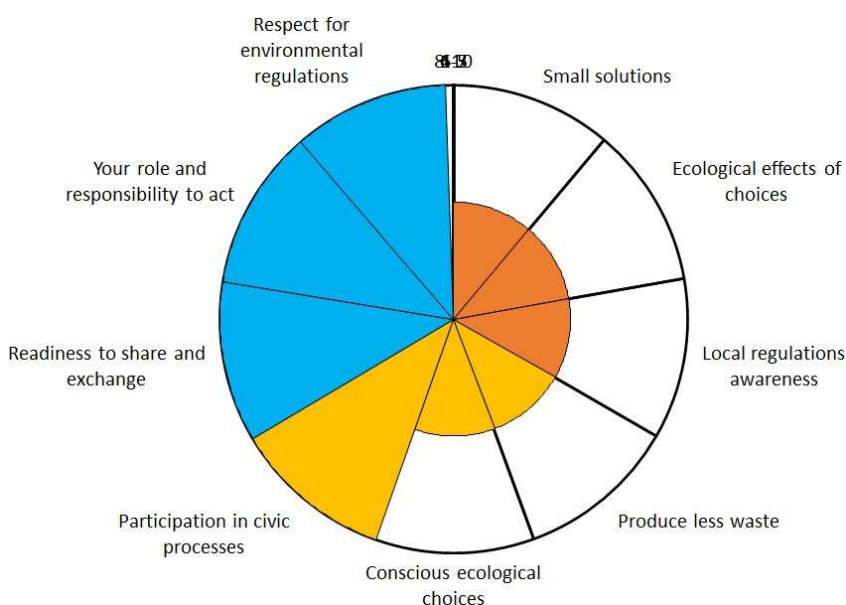
PŘÍNOS

Budete:

- Uved'te, sdílejte a diskutujte o hlavních environmentálních problémech, kterým čelíte ve svém okolí.
- Rozhodněte se s ostatními lidmi, jak se vypořádat s uvedeným problémem/y životního prostředí, co můžeme společně udělat pro jeho/jejich vyřešení.
- Setkávejte se a trávejte čas s lidmi, kteří se chtějí starat o životní prostředí ve vašem okolí.
- Buďte schopni dosáhnout změny ve svém okolí tím, že budete jednat s ostatními lidmi, kteří se chtějí starat o životní prostředí podle svých představ.

EKOLOGICKÉ KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

- Respektování předpisů v oblasti životního prostředí
- Vaše role a odpovědnost jednat
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Účast na občanském procesu



PERMAKULTURNÍ PRINCIPY

- Pozorování a interakce (1)
- Používejte malá a pomalá řešení (9)

METODOLOGIE

Ekoexpedice umožňuje účastníkům učit se prostřednictvím prožitku a rozvoj ekologických kompetencí, praktické jednání v terénu - mimo školící místnost. Účastníci si zahrají na ekovýzkumníky a zkoumají místní problémy.

CÍLOVÁ SKUPINA

Tento nástroj je vhodný pro všechny skupiny účastníků. Neexistují žádné předpoklady ani doporučené prostředí, ve kterém jej lze používat. Všichni účastníci by měli být členy stejné místní společnosti.

SPECIFICKÉ CÍLE

- Identifikace hlavních místních environmentálních problémů na místní úrovni (jedním z jejich výsledků bude seznam klíčových místních environmentálních problémů předložený místním orgánům, místním představitelům a dalším zúčastněným stranám a zveřejněný na sociálních sítích).
- Zajištění dialogu s občany o ekologických otázkách.
- Ukázka toho, co může každý z nás udělat pro neutralizaci dopadu na životní prostředí.
- Podněcování individuálních iniciativ obyvatel k ochraně životního prostředí a budování pocitu spoluzodpovědnosti za přírodu.

MATERIÁLY

Zařízení pro nahrávání (např. chytré telefony) a pořizování poznámek.

POSTUP KROK ZA KROKEM

SÉRIE EXPEDIČNÍCH WORKSHOPŮ MIMO TŘÍDU.

K dosažení cíle lze použít různé metody. Jednou z nich je **participativní video (PV)**, při němž skupina vytváří vlastní video. Hmatatelným výsledkem ekoexpedice bude video (nebo fotografie/článek/jiné) s hlasem účastníků o jejich pohledu na otázky ochrany přírody a životního prostředí v místním kontextu. **Výstupy budou využity pro zvýšení environmentálního povědomí obyvatel (pomocí sociálních médií).**

Existuje mnoho možností, jak proces spustit. Jednu z možností najdete níže. Celý proces lze rozdělit do 2-4 schůzek.

KROK 1 - ÚVOD (cca 1 h)

1. Úvod a libovolný ice-breaker, který se vám líbí.
2. Školitel vysvětlí cíle a postup a poté shromáždí od účastníků zpětnou vazbu a návrhy:
 - a. Jsme zde, abychom identifikovali hlavní místní problémy v oblasti životního prostředí v našem okolí. Výsledkem naší práce by měl být seznam hlavních místních problémů životního prostředí. Rozhodneme se, jak tento seznam využít pro dobro naší společnosti a životního prostředí. Můžeme například zvážit prezentaci místním úřadům, místním představitelům a dalším zúčastněným stranám, zveřejnění na sociálních sítích. Jak se vám tento nápad líbí?
 - b. Na začátku se podělíme o své myšlenky týkající se místních problémů a výzev v oblasti životního prostředí. Poté se rozhodneme, jakým způsobem chceme shromáždit myšlenky a názory ostatních členů naší společnosti. Mám několik nápadů, které vám chci představit. Pokud se vám budou líbit, můžeme se vydat touto cestou. Těším se na vaše nápady a diskusi o nich. Společně se rozhodneme, jak chceme postupovat. Jak se vám tento nápad líbí?

KROK 2 - MAPOVÁNÍ PROBLÉMŮ ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ (cca 1 h)

1. Aktivita v malé skupině. Školitel: Jaké jsou problémy životního prostředí v naší obci? Diskutujte o nich ve 3-4 lidech. Napište jeden problém/problém na jeden list papíru.
2. Shromáždění výsledků skupinové činnosti.
3. Diskuse o mapě ve velké skupině. Školitel: Co si myslíte o této mapě? Chybí na obrázku něco? Jaké jsou podle vás nejpalčivější problémy?

KROK 3 - PLÁNOVÁNÍ EKOLOGICKÉ VÝLETU (cca 1,5 h)

1. Sbírání nápadů, jak získat názory ostatních občanů. Školitel: Pojdme shromáždit názory ostatních občanů na problémy životního prostředí. Jak to můžeme udělat? Koho bychom se měli zeptat? Jaké otázky chcete položit je? Jak je chcete "zaznamenat" (můžeme zvážit pořízení nějakého záznamu, shromáždění nějakých prohlášení pro jejich budoucí šíření? Jak je chceme prezentovat a komu? Čeho chceme prezentací konkrétním zúčastněným stranám dosáhnout?
2. Rozhodování o podrobnostech ekoexpedice: Co? Kde? Kým?
3. Založení ekovýzkumné expedice (může být druhou částí schůzky 1 nebo během schůzky 2).

KROK 4 - EKOLOGICKÁ VÝZKUMNÁ EXPEDICE

1. Čas závisí na plánu a úrovni ambicí.
2. Skupina sbírá názory občanů podle svého plánu.

KROK 5 - REFLEXE EKOLOGICKÉ VÝZKUMNÉ EXPEDICE

1. Sdílení individuálních zkušeností. Školitel: Jak se vám líbil ekologický výzkum? Jaké z něj máte pocity a myšlenky?
2. Vyvození některých závěrů. Školitel: Jaké poznatky jste získali o ekologických problémech díky ekologickému výzkumu-expedici? Jaké jsou hlavní závěry?

KROK 6 - VYUŽITÍ

1. Plánování Následné kroky. Školitel: Jak můžeme tyto znalosti využít pro místní společnost a životní prostředí? Kdo by měl znát závěry? Jak je můžeme prezentovat/šířit?
2. Rozhodování o následných podrobnostech: Co? Kde? Kdo to provede?

KROK 7 - NÁSLEDNÁ OPATŘENÍ

1. Provádění plánu (zpracováno v kroku 6).

KROK 8 - HODNOCENÍ

1. Diskuse ve skupině. Příklady otázek, které je třeba položit:

- a. Co jsme se dozvěděli?
- b. Čeho jsme dosáhli?
- c. Co nám uniklo?
- d. Co se vám během procesu líbilo?
- e. Co se vám nelíbilo?
- f. Jak můžeme tuto zkušenost využít pro budoucí aktivity?
- g. Jaké nové aktivity na ochranu životního prostředí/řešení environmentálních problémů bychom měli podniknout?

**DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUVISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM**



Prezentace o participativním videu a jeho použití:

www.storyap.eu/methodologies



Video o semináři PV s tipy pro pedagogy:

www.videoineducation.eu/participatory-video.

JAK TO FUNGUJE?



Tým AOA: Zkušenosti s používáním nástroje Eco- Expedition během workshopu.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým KVS: Zkušenosti s používáním nástroje Eco- Expedition

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Hra principů

Představil Marcin Mitzner, Asociace školitelů nevládních organizací (STOP)



průměr



16+



9-16



180 min.



všechny

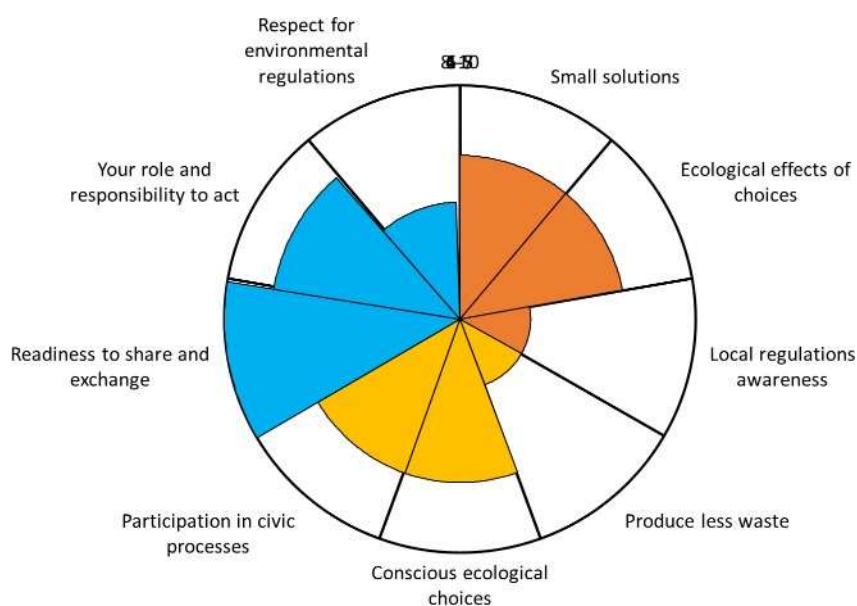
PŘÍNOS

Budete:

- Bavte se hrou s ostatními lidmi.
- Zjistěte více a pochopte více o permakultuře.
- Rozvíjejte své ekologické kompetence

EKOLOGICKÉ KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat
- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Účast na občanském procesu
- Malá řešení
- Ekologické dopady volby



METODOLOGIE

Samotná hra je založena na teorii her Rogera Cailloise (*Man, Play and Games* by Roger Caillois), zážitkovém modelu učení a metodice Dragon Dreaming.

Další informace:

- [Principy herního designu: Cailloisovy kategorie](#) (YouTube)
- Co je to zážitkové učení? - www.experientiallearninginstitute.org
- Metodika Dragon Dreaming - www.dragondreaming.org

CÍLOVÁ SKUPINA Ekologičtí nováčci, pracovníci a dobrovolníci nevládních organizací, projektové skupiny.

SPECIFICKÉ CÍLE

- Vzájemné poznávání
- Pochopení praktických důsledků principů permakultury
- Dosažení kompromisu v otázce změny životního prostředí
- Interpretace nové situace, jejího kontextu a dynamiky

MATERIÁLY

- Papír, fixy, flipchart
- Vytisknuté karty (počet karet v sadě, vytiskněte je podle pokynů níže):
 - Principy permakultury (12)
 - Úvod do hry (1)
 - Nová kapitola (1)
 - Karty odpovědí (5)
 - Následné karty (5)
 - Krizové karty (8)

**POSTUP
KROK ZA
KROKEM**

Hra Principy je rozdělena do 5 hlavních kroků: Úvod, čtyři hlavní kroky, které jsou inspirovány technikou Dreaming Dragon, a shrnutí.

I. ÚVOD - 15 minut

Představení struktury hry a hlavních pravidel.

II. SEN - 45 minut

Karty: Permakulturní principy (jedna karta pro každého účastníka), Úvod do hry (1 na skupinu), Nová kapitola (1 na skupinu)

1. **Rozdělte** hráče do skupin po 3-5 lidech.
2. Každému z účastníků **dejte** jeden z principů permakultury pro každého účastníka ve skupině. Mohou být náhodné nebo vámi vybrané před hrou. Principy mají hráčům pomoci představit si a popsat herní svět.
3. **Přečtěte** hráčům následující úvod ke hře:

Na břehu Kaspického moře žije kolonie mírumilovných švábů. Několik stovek jedinců využívalo oázu s dostatkem potravy, vody a bezpečí po mnoho ročních období a cyklů. Neodrazení vážnějšími hrozbami si švábi vytvořili společenství založené na rovnosti, vzájemné podpoře a porozumění. Vy se stáváte autory kroniky komunity.

4. Školitel/facilitátor: V rámci skupiny **si společně přečtěte** Zásady, které jste obdrželi. Jak jim rozumíte? Jak vidíte jejich úlohu? Popisují Zásady fungování komunity, nebo ne? Popište své

vize tohoto světa. Můžete si vytvořit mapu nebo si hlavní prvky příběhu napsat na plakát.

- Po 30 minutách požádejte účastníky, aby se o své vize **podělili se** zbytkem skupiny. Takto vytvořili své kolonie a začali svůj příběh.
- Společně s účastníky **vytvořte společný seznam 12 permakulturních principů** - všechny je napište na tabuli a požádejte je, aby rozvíjeli své chápání jednotlivých frází. V průběhu hry tak vytvoříte společný slovník Principů.
- Pak si přečtete následující popis Nové kapitoly:

*Jednoho dne se situace dramaticky změnila... Začalo to tím, že máky rostly níže než obvykle, pak tráva změnila barvu a ztratila vitalitu. Po několika dnech kolonií obletěla znepokojivá zpráva - řeka, která přinášela životodárnou vodu, začala mizet. Bez pitné vody se oáza promění ve vyprahlou poušť.
Komunita se spojuje - je čas rozhodnout, co s tímto problémem udělat.*

III. PLÁNOVÁNÍ - 45 minut

Karty: (5 karet na skupinu)

Každé skupině dejte pět karet odpovědí. Tato část začíná **diskusí ve skupinách o možných reakcích na krizi**. Skupina se snaží vybrat reakci na základě popisu své komunity a svých karet Permakulturních principů. Mohou si vybrat z následujících možností:

1. Migrace

Země dává znamení, je třeba je respektovat. Mizející voda je hrozbou pro nás všechny. Jedinou odpovědí je cesta do našeho nového domova. Máte zvolit si směr a jít s nadějí, že najdeme nové místo k životu.

2. Odklonění řeky

Červené vlajky jsou pobídkou ke změně. Nepropadejme panice, musíme začít bojovat za náš domov. V sázce jsou stovky metrů podzemních tunelů, složité stavby a mnoho generací kolonií. Kolem je život - je třeba hledat další řeky a nasměrovat vody k nám. Sami to nezvládneme? Určitě najdeme spojence! Pojdme se pustit do hledání.

3. Reorganizace spotřeby

Tato změna je pouze dočasným problémem. Deště budou padat, slunce bude schovat za mraky a náš domov čeká další renovace. Nervózní reakce by byla chybou. Musíme se připravit na těžké období, ale za chvíli bude lépe. Je třeba snížit spotřebu vody a začít s přídělí.

4. Hledání zdroje problému

Skutečnost, že vody nemusí být dostatek, je fakt. Pokud takové riziko existuje, je třeba s tím něco udělat. Myšlenka na opuštění domova je však příliš velkou obětí a nesmíme dopustit, aby někdo zemřel.

v důsledku této tragédie. Musíte připravit průzkumnou skupinu a vyslat ji po řece, aby zjistila, co se mohlo stát. Díky tomu budeme moci odpovídajícím způsobem reagovat.

5. Přírodní výběr

Je čas žít, je čas zemřít a co je mezi tím. Méně vody znamená méně života. Ale je to špatně? Proč bojovat s nevyhnutelným? Postavme se svému strachu a smiřme se s ním.

Je důležité, aby **výběr souvisel s principy, které získali v první části hry**. Mohou si vybrat více odpovědí, promíchat je a určit priority.

Po práci ve skupinách požádejte týmy, aby znovu **představily své volby se zdůvodněním**.

IV. DĚLÁNÍ - 45 minut

Karty: (5 karet na skupinu), nepovinné - Krize (8 karet na skupinu)

Každá skupina obdrží otázky týkající se zvolené reakce na krizi. Zeptejte se na účastníky, aby odpověděli na ty, které si vybrali (možné množné číslo).

1. Migrace

- Jak se připravujete na cestu?
- Co po sobě zanecháte?
- Jak si zvolíte směr jízdy?
- Jak změna ovlivní komunitu?
- Kam jedete?

2. Odklonění řeky

- Jak organizujete hledání vody?
- Co slibujete zbytku kolonie?
- Jak chcete řeku přesměrovat?
- Co jste schopni obětovat?

3. Reorganizace spotřeby

- Jak určujete priority při přidělování vody?
- Jak udržíte naději a pořádek?
- Co když se situace nezlepší?
- Co se může v důsledku tohoto rozhodnutí změnit?
- Co když bude hladina vody nadále klesat?

4. Hledání zdroje problému

- Jak organizujete cestu?
- Jak velkou naději si s cestou spojíte?
- Co když zdroj problému nenajdete?
- Co mohlo způsobit narušení vodní hladiny?
- Jak tento problém vyřešíte?

5. Přírodní výběr

- Jaký bude dopad tohoto rozhodnutí?
- Je přijetí adekvátní odpovědí? Jak dlouho?
- Co když bude hladina vody nadále klesat?

d. Co může toto rozhodnutí změnit?

Po práci ve skupinách požádejte týmy, **aby znovu představily své volby se zdůvodněním.**

VOLITELNĚ (krizové karty)

Pokud skupina pracuje dobře a efektivně, můžete jim předložit další dilemata k řešení (Záleží na vás nebo na skupině, kolik krizových karet chcete, např. jednu, dvě nebo tři):

1. **Vzpoura** - komunita nechce dodržovat zvolené metody řešení krize.
2. **Nemoc** - záhadný virus decimuje komunitu.
3. **Válka** - náhlý útok jiného kmene znemožní pokračovat v dosavadní cestě.
4. **Hlad** - zdroje se vyčerpávají mnohem rychleji, než se očekávalo.
5. **Záplavy** - náhlé deště vedou k zaplavení celé oblasti.
6. **Nová myšlenka** - někdo říká, že krizi lze řešit jinak, a komunita je rozdělena.
7. **Dominantní druh** - ve společenstvu se objevuje silnější druh, který představuje hrozbu, ale neútočí.
8. **Nové prostředí** - teplota klesá pod kritické hodnoty, objevují se mrazy a zdroje jsou stále vzácnější

V. Oslava - 45 minut

1. Požádejte skupiny, aby vytvořily **shrnutí příběhu**.
Jak to dopadlo? Jak komunita oslavila konec krize (nebo její fáze). Každá skupina-komunita si připravuje vlastní vizi ukončení. Požádejte je, aby o své cestě hovořili v rámci skupiny. Jaké byly její nejtěžší části? Co vás na ní nejvíce bavilo? Jak ji ovlivnily principy permakultury?
2. Po skončení práce ve skupinách požádejte týmy, aby znovu **představily své volby se zdůvodněním.**
3. Nyní je čas na pořádnou **oslavu**. Požádejte každou skupinu, aby vymyslela způsob, jak společně oslavit konec hry. Mohou použít jakýkoli způsob, například: tančit, zpívat, křičet, povídat si, kreslit atd.

VI. SHRUTÍ - čas závisí na potřebách skupiny

Nakonec shromážděte všechny hráče a požádejte je, aby se podělili o své dojmy ze hry. Co si z ní odnesli? Co bylo na ní nejdůležitější a co naopak nejtěžší? Do jaké míry mohou být principy permakultury pro účastníky užitečné v jejich každodenním profesním i soukromém životě?

DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUVISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM



Hra Principy a prezentace s návodem: [KE STAŽENÍ \(.zip\)](#)

JAK TO FUNGUJE?



Tým STOP: Film shrnující workshopy pro seniory, které proběhly v říjnu 2022 v Polsku s využitím hry Game of Principles.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým STOP: Zkušenosti s používáním hry Principy v seminář pro vedoucí pracovníky.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Hora

Představila Ivana Mariánková, Asociace andragogických expertů ČR (AOA)

Chcete se dozvědět, jak zlepšit svou cestu k dosažení ekologických cílů?



jednoduchý



bez omezení



6-20



40-60 min.



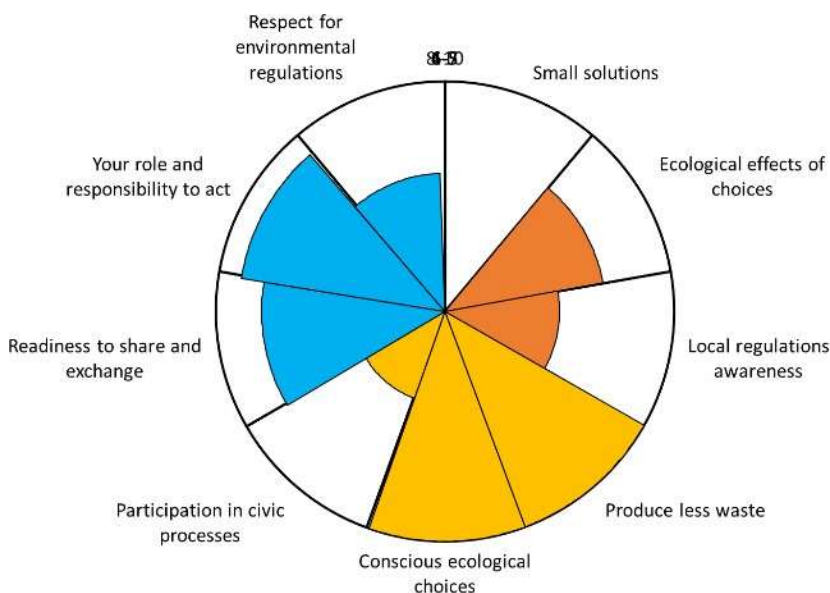
1, 7, 9, 11

BENEFITY

- Přehledná vizualizace procesu
- Snadnější nastavení milníků
- Uvědomění si možných překážek
- Zvyšování motivace k nastoupení cesty a dosažení cíle.

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

- Ekologické dopady volby
- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat
- Produkuje méně odpadu



KOMPLEXNOST

JEDNODUCHOST - Nepotřebujete mnoho materiálu, příprav ani zkušeností. Potřebujete pouze papír a tužky, nemusíte připravovat učebnu ani pravidla hry/cvičení jsou poměrně jednoduchá.

VĚKOVÉ ROZSAHY

Minimální ani maximální věková hranice není stanovena, protože aktivity lze provádět jak s mladými, tak s dospělými.

VELIKOST SKUPINY	Metodu je možné použít ve skupině (každý účastník si vylosuje svou "horu" na ve stejnou dobu a poté si navzájem prezentují výsledky) nebo individuálně (školitel/účastník individuálně).
ČAS	Pro tuto metodu doporučujeme časový rámec 45-60 minut, včetně vysvětlení a následné diskuse.
PERMAKULTURNÍ PRINCIPY	<input type="checkbox"/> Pozorování a interakce (1) <input type="checkbox"/> Design od vzorů po detaily (7) <input type="checkbox"/> Používejte malá a pomalá řešení (9) <input type="checkbox"/> Používejte hrany a oceňte okrajové (11)
METODOLOGIE	<p>Metoda patří do kategorie technik škálování. Škálování nejčastěji pomáhá měřit efektivitu spolupráce a zjistit, jak se účastníci posouvají k cíli. Jedná se samozřejmě o subjektivní měření. Může to být jedna z technik, která může účastníky odradit od další spolupráce. Stupnici se doporučuje používat v případě, že se účastníci vyjadřují abstraktně nebo nesrozumitelně. Stupnici lze použít různými způsoby, aby vyhovovala konkrétním osobám.</p> <p>V případě horské metody se jedná o metaforický nástroj, který účastníkům umožňuje lépe si představit svůj cíl a vnést do situace širší okolí. Kreativní znázornění cíle a cesty k němu, např. pomocí grafických symbolů, které představují překážky na cestě, navíc vyvolá hlubší prožitky a zvýší motivaci.</p> <p>Tento nástroj se doporučuje v případě, že účastníci používají vizuální jazyk ve smyslu "neumím si to dobře představit" nebo "nevím, jak by to vypadalo".</p> <p>Tato metoda může odhalit aspekty, které by jinak zůstaly nepovšimnuty. Díky této technice si také účastníci ještě více uvědomí, že mají život ve svých rukou, že mnoho věcí již bylo vykonáno a že jsou na cestě k řešení. Představa kýženého stavu na vrcholu hory nebo na konci cesty má tendenci podpořit motivaci účastníků změnit svůj život a vytvořit něco nového.</p>
CÍLOVÁ SKUPINA	Práce s touto metodou cvičení je vhodná pro všechny typy účastníků bez ohledu na věk nebo dovednosti. Neexistuje žádné omezení, předpoklad nebo doporučené prostředí pro její použití. Jedná se o metodu, která je pro účastníky snadno pochopitelná a také snadno vizualizovatelná.
SPECIFICKÉ CÍLE	<input type="checkbox"/> Sledování pokroku účastníků v jejich rozvoji. <input type="checkbox"/> Hledání řešení problému <input type="checkbox"/> Hodnocení dovedností a schopností účastníků <input type="checkbox"/> Zakotvení v tom, o čem účastníci přemýšlejí, co popisují a jak se vyjadřují. <input type="checkbox"/> Zvyšování motivace (vím, proč to dělám)
MATERIÁLY	Potřebujete jen čistý list papíru, tužky, pastelky, fixy.
POSTUP KROK ZA KROKEM	<p>Tuto metodu lze použít při jakémkoli typu semináře s jakýmkoli tématem. Můžete se například zeptat: Co mohu udělat, abych byl/a více ekologicky aktivní (v práci nebo v rodině)?</p> <p>Školitel vyzve účastníka, aby nakreslil horu nebo kopec. Poté školitel klade otázky ve smyslu:</p>

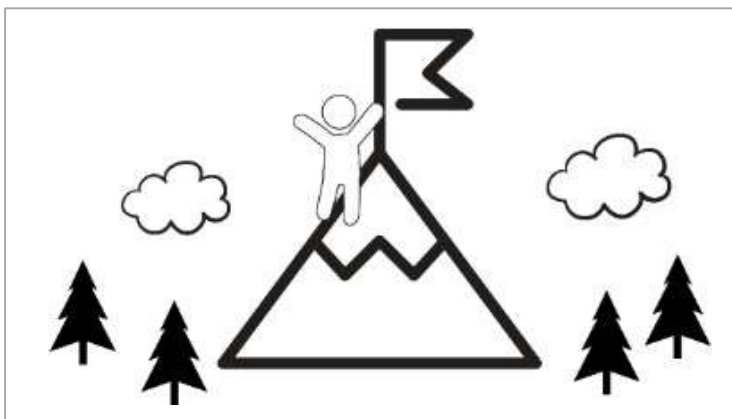
1. Kdybyste měli vylézt na tuto horu, co by bylo **na jejím vrcholu**? Nakreslete ji. (Např. zlepšení třídění odpadu)
Případně - Kdyby tato hora představovala náš trénink a vrchol hory váš cíl, co by bylo na samém vrcholu? Nakreslete to.
2. **Kde se právě nacházíte?** V jaké části výstupu na horu? Nakreslete svou postavu na úbočí hory. (Např. rozhodl jsem se začít s tříděním odpadu).
3. Co odtamtud **vidíte**? Nakreslete to.
4. Jak **se tam nahoře cítíte**? Nakreslete to (např. výraz obličeje jako emoji - smutný, šťastný, neutrální, překvapený, vyděšený...).
5. Jak jste **se dostal tak vysoko**?
6. Co vám **pomohlo** se tam dostat?
7. Jaké **překážky** jste museli překonat? (např. musel jsem si pořídit nádoby na každý druh odpadu).
8. Co vás dostane **ještě výš**? Co uděláte pro to, abyste se dostali ještě výš?

Účastníci **nakreslí přidané symboly, náčrtky nebo slova** jako vizuální připomínky věcí, které se objevily v reakci na výše uvedené otázky.

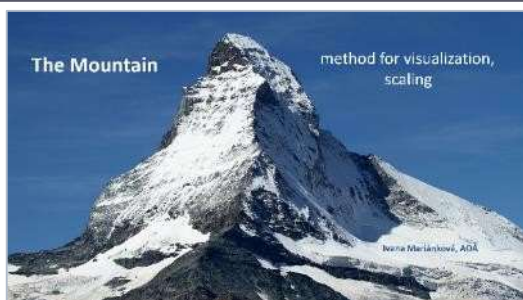
Po nějaké době (další trénink) je vhodné zkontrolovat pohyb na hoře/kopci, vrátit se k obrázku a zeptat se na význam:

1. V čem vám pomohla kresba hory?
2. Kde se právě nacházíte?
3. Co vás přimělo k tomu, abyste se přestěhovali tak, jak jste se přestěhovali? (např. v analýze ekologické stopy jsem viděl/a tuto oblast jako potenciální).
4. Je cíl (vrchol hory) stále stejný nebo se změnil? atd.

Příklad jednoduchého závěrečného obrázku



**DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUVISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM**



Nástroj je popsán v: Sarah Gornall, Mannie Burn.

Prezentace hory:
[STÁHNOUT](#)

JAK TO FUNGUJE?



Tým KVS: Zkušenosti s používáním nástroje Mountain.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



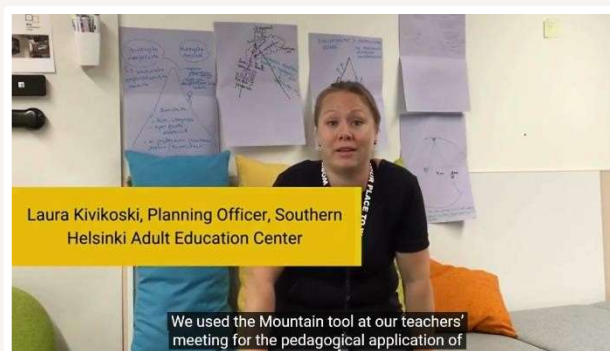
Tým KVS: Zkušenosti s používáním nástroje Mountain - Jak se vám tato aktivita líbila? -

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým KVS: Zkušenosti s používáním nástroje Mountain - Jak lze nástroj využít ve výuce?

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým KVS: Zkušenosti s používáním nástroje Mountain během setkání učitelů?

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Tým LPB: Zkušenosti s používáním nástroje Mountain.

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Chuť poznávat – workshopy vaření s překvapením

Představil Łukasz Jaroń, Federace polských potravinových bank.



průměrné
až náročné



7 - 107



3-15



1-3 hodiny



1, 5, 6

ÚVOD

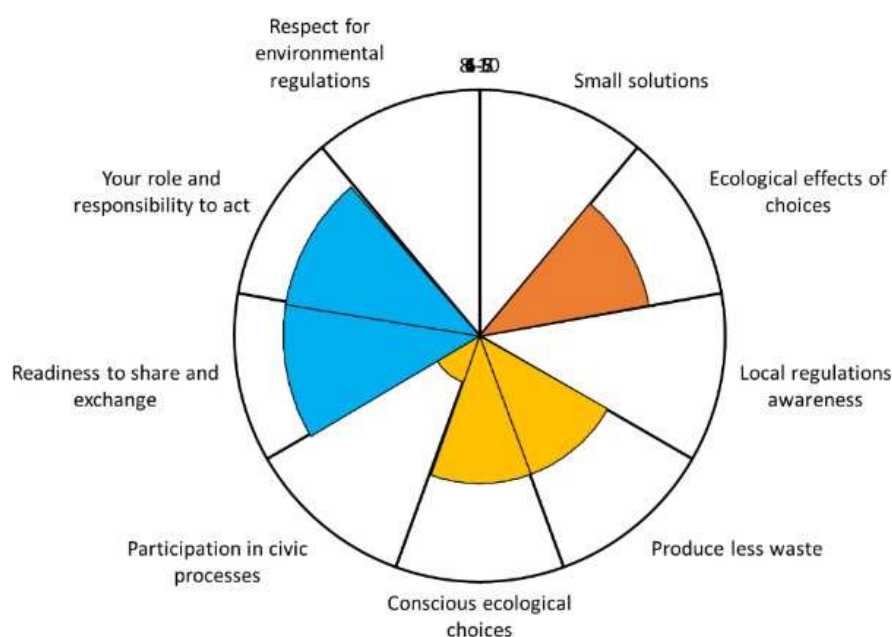
Tento nástroj byl použit jako doprovodné opatření v rámci programu EU FEAD 2014-2020 a v rámci dalších vzdělávacích projektů, které jsou určeny zejména pro ty nejchudší.

BENEFITY

Ať už jste domácí kuchař, nebo šéfkuchař s michelinskou hvězdou, vždy se najde místo pro zlepšení. Pojďme se společně učit jeden od druhého a zdokonalovat se ve vaření s menším množstvím odpadu. Je to zdravé pro nás, pro planetu a... pro naše peněženky. ~~A kdo by odmítl chutné jídlo zdarma!~~

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

- Ekologické dopady volby
- Produkuje méně odpadu
- Vědomá ekologická rozhodnutí
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat



PERMAKULTURNÍ PRINCIPY

- Pozorování a interakce (1)
- Využívání a zhodnocování obnovitelných zdrojů a služeb (5)
- Nevzniká žádný odpad (6)

METODOLOGIE

Cvičení vychází z tradičního a velmi účinného způsobu získávání znalostí: **pozorováním a praxí**. Zdůrazňuje také příležitost, kterou vytváří společná příprava pokrmů: socializace a výměna znalostí.

Když učíme lidi o zdravé výživě a bezodpadovém vaření, je nevhodnější jít jim příkladem a okamžitě jim dát ochutnat (slovní hříčka) znalosti a dovednosti, které si odnesou.

CÍLOVÁ SKUPINA

Tato forma workshopů je vhodná pro všechny skupiny účastníků. Doporučujeme **předem zjistit případná dietní omezení účastníků**. Pro zajištění pohodlných pracovních podmínek se doporučuje, aby se workshopy konaly v prostorách vybavených pomůckami pro vaření, základním přístupem k tekoucí vodě a elektřině atd.

SPECIFICKÉ CÍLE

- Vytváření bezpečného a přátelského prostoru pro učení a výměnu životních zkušeností.
- Výuka vaření a zdravé výživy poutavým a efektivním způsobem.
- Propagace ekologického vaření a vegetariánské/veganské stravy.

MATERIÁLY

Čerstvé potraviny, koření a další kuchyňské potřeby, kuchyňské náčiní, pera a papír na poznámky.

POSTUP KROK ZA KROKEM

1. Při plánování semináře si školitel **stanoví téma, např.** výživné saláty, alternativy masa, nápady na zdravé snídaně atd. Školitel připraví jídelníček a obstará produkty v množství dostatečném pro nasycení všech účastníků s ohledem na politiku nulového odpadu workshopu.
2. **Prostor pro seminář musí být uspořádán tak, aby umožňoval interakci, např.** jeden společný stůl pro všechny účastníky a školitele, u kterého mohou pracovat, jíst a diskutovat.
3. Po příchodu všech účastníků je školitel poučí o tématu. dílky a **popíše výhody jídel, která** budou připravovat. Poté **rozdělí úkoly** - úklid, krájení, smažení, vaření atd. tak, aby každý účastník měl co dělat.
4. Školitel mezitím iniciuje **společnou diskusi** (nebo facilituje diskusi v menších skupinách) na zadané téma a/nebo účastníkům poskytuje rady ohledně stravování a vaření.
5. Když je jídlo hotové, **každý účastník dostane porci jídla** a při sezení u stolu jsou účastníci vyzváni, aby se podělili o svůj názor na jídlo a jeho přípravu. Školitel zdůrazňuje zdravou hodnotu jídla a skutečnost, že při jeho přípravě bylo vynaloženo velké úsilí, aby nedocházelo k nadměrnému plýtvání.

TIPY A NÁVRHY

Dílna se může skládat z **jednoho nebo několika pokrmů**, v závislosti na zvolené téma. Je důležité poskytnout účastníkům čas na setkání a představení. přísně "vzdělávací" část nenápadným způsobem. Školitel se také může rozhodnout, zda

chce předem stanovit téma diskuse, např. "Dnes budeme sdílet nápady na veganské snídaně a povídání o významu snídaně pro zdravou výživu. dieta".

Jídla **nebudou příliš náročná** na přípravu a budou **levná**, aby si je mohli dovolit i účastníci s nízkými příjmy. Doporučuje se také **používat místní produkty**, aby účastníci mohli jídlo snadno reprodukovat ze surovin dostupných v jejich okolí.

**DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUVISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM**

Recepty na veganská bezodpadová jídla najdete na internetu, ale zde je několik tipů, jak začít s hledáním:



Lakomý vegan:

www.thestingyvegan.com



Levný líný vegan:

www.thecheaplazyvegan.com



The Simple Veganista:

www.simple-veganista.com

Udržitelná doprava

Představila Carla Urbano, Finská nadace celoživotního vzdělávání (KVS)

Jaká je vaše skutečná barva dopravy?



jednoduchý



dospělí



3-10



30 minut



1, 8, 11

BENEFITY

- Zvyšování porozumění diskutované udržitelné dopravě
- Porozumění různým názorům a jejich důvodům.
- Společná diskuse o tématech před rozhodováním nebo v rámci příprav.
- Posílení pocitu začlenění mezi lidmi, kteří pocházejí z různých prostředí nebo organizací.
- Zapojení lidí do probíraného tématu
- Předcházení konfliktním situacím nebo jejich zprostředkování

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

VĚDOMOSTI

- Ekologické dopady volby
- Malá řešení

DOVEDNOSTI

- Pomáhání ostatním při úpravě návyků
- Vědomá ekologická rozhodnutí

ATTITUDE

- Život podle ekologických zásad
- Připravenost ke sdílení a výměně
- Vaše role a odpovědnost jednat

PERMAKULTURNÍ PRINCIPY

- Pozorování a interakce (1)
- Spíše integrovat než oddělovat (8)
- Použijte hrany a oceňte okrajovou hodnotu (11)

METODOLOGIE

Cvičení může být naplánováno jako součást úvodní části nebo na libovolném místě kurzu. Během cvičení se používají karty pro facilitaci diskuse TIMEOUT.

Hraní rolí o způsobech, jakými se rozhodujeme o způsobu dopravy - debata nebo jen posezení u ohně (SITRA)

Možnost diskutovat s ostatními účastníky o jejich volbě způsobu dopravy.

CÍLOVÁ SKUPINA Práce s tímto cvičením je vhodná pro všechny skupiny účastníků.

SPECIFICKÉ CÍLE

- Dovednosti konstruktivní diskuse
- Zapojení všech účastníků tím, že převezmete obě role, roli učitele i žáka.
- Kromě osvojení si dovedností potřebných pro tuto metodu slouží cvičení jako prolomení ledů a integruje účastníky.

MATERIÁLY Příklad rolí nebo skupiny osob: FACILITÁTOR 1-2 osoby, ekoaktivní osoba, neekoaktivní osoba, aktivní osoba, neaktivní osoba

**POSTUP
KROK ZA
KROKEM**

1. Vytiskněte si a předem prostudujte karty Timeout s praktickými tipy, jak je používat.
 2. Udělejte si poznámky: na co byste chtěli upozornit před zahájením rozhovoru.
 3. Připravte se na těžké chvíle předem. V kartách Timeout je k dispozici mnoho dobrých tipů.
 4. Facilitátor napíše na tabuli různé role (příklady výše) a téma. diskuse, kterou je udržitelná doprava
 5. Výběr rolí. Může se jednat i o skupinu osob, které používají stejnou roli. Aktivních účastníků (nebo skupin) může být 2-6 a ostatní mohou pozorovat a později komentovat.
 6. Facilitátor vysvětlí/připomene účastníkům základní pravidla konstruktivní konverzace: dialog je konstruktivní a rovnocenný způsob diskuse. Jeho cílem je porozumět druhým, nikoli však dosáhnout jednomyslnosti. Dialog přináší v nejlepším případě nepředvídatelné poznatky a nové myšlení.
 7. Užijte si konstruktivní konverzaci a nezapomeňte být sami sebou!
-

**DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ STRÁNKY
SOUISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM**



SITRA - Nástroj Timeout:
www.sitra.fi/en/timeout



Karty pro facilitaci diskuse TIMEOUT:
www.sitra.fi/en/cases/note-cards-leading-diskuse/

Permakulturní principy v akci

Představil tým Eco-Active. Popis Joanna Zaremba, Asociace školitelů nevládních organizací



jednoduchý/prů
měrný



mladí lidé,
dospělí



více než 8



60 min.



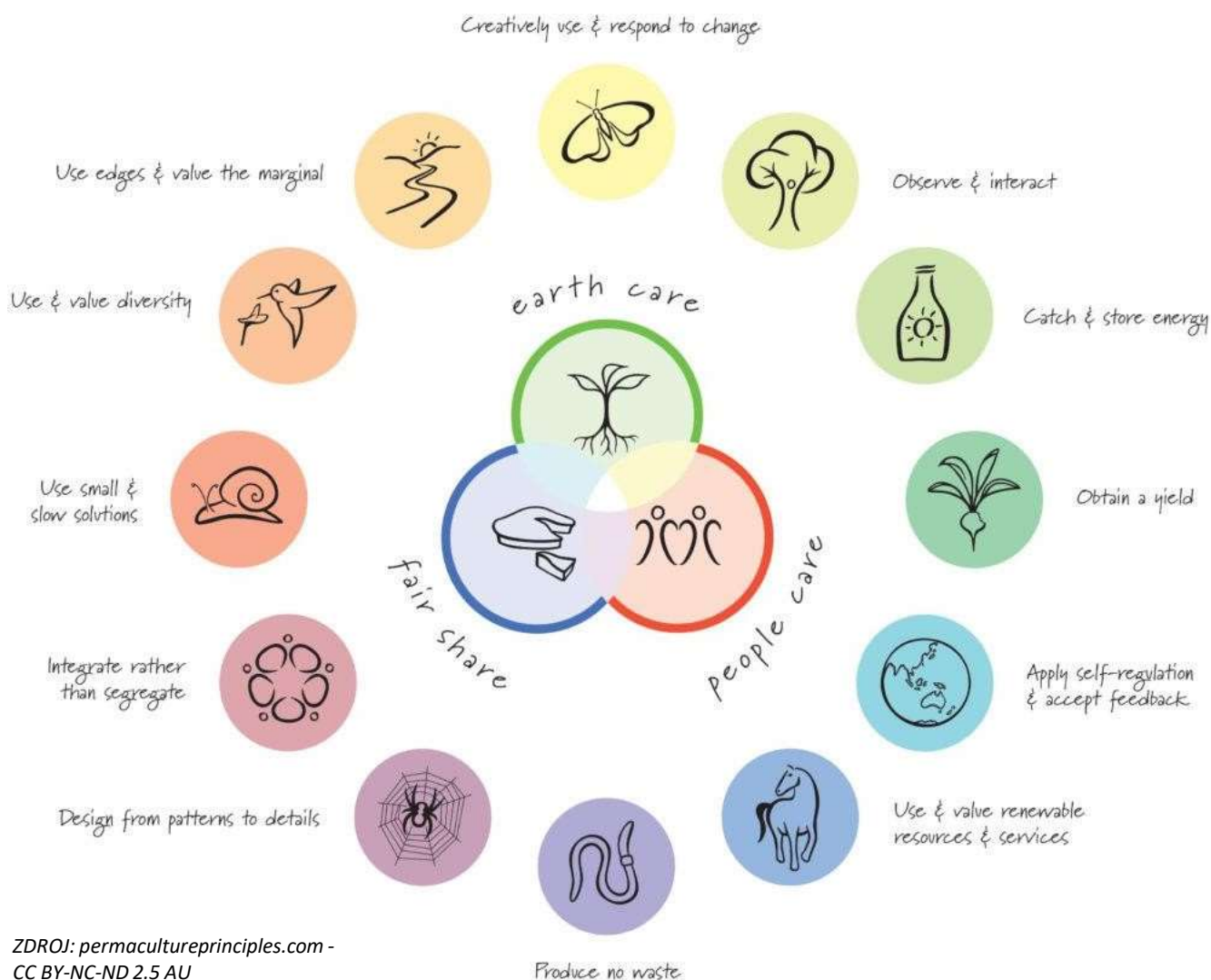
všechny

KOMPETENCE, KTERÝMI SE NÁSTROJ ZABÝVÁ

- Schopnost kriticky myslet a činit ekologická rozhodnutí v každodenním životě.
- Umět žít podle některých zásad ekologického životního stylu.

METODOLOGIE

Cílem cvičení je zábavnou a jednoduchou formou ukázat jednotlivé prvky, hlavní principy permakultury, abyste si je lépe a rychleji osvojili.



Práce ve skupinách, vybraných podle metody např. odečtení až 5 (s většími) nebo až 4 s menší skupinou, zejména v mezinárodním prostředí.
týmu - nejen proto, aby se lépe poznali a prozkoumali nové materiály a nová jména, ale také proto, aby z metaúrovně pozorovali fázi formování týmu, vznik přirozeného vůdce a proměnlivost životního cyklu skupiny.

CÍLOVÁ SKUPINA Práce s tímto cvičením je vhodná pro všechny skupiny účastníků. Neexistují žádné předpoklady ani doporučené prostředí, ve kterém by mohlo být použito. Potřebujeme pouze místo v místnosti nebo venku, aby každá skupina mohla volně pracovat, aniž by se navzájem rušily.

SPECIFICKÉ CÍLE

- Vzájemné seznámení účastníků; možnost pracovat ve smíšeném multikulturním týmu, kde se chápání specifických principů permakultury může lišit, což bude přidanou hodnotou.
- Pozorování, komentování a domýšlení reprezentací jiných skupin vede k upevnování nových pojmů a k pozorování nového pohledu, který se liší od našeho.
- Shoda na dramatických prvcích v každé skupině a způsobu jejich prezentace je dalším prvkem cvičení pro práci ve skupině a ve skupině.

MATERIÁLY Pouze popis jednotlivých principů permakultury rozdaný na kartičky nebo zasláný na telefony účastníků.

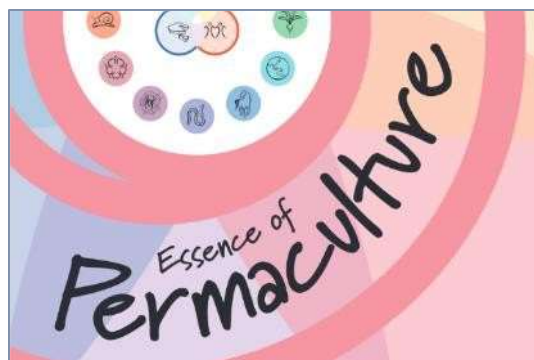
POSTUP KROK ZA KROKEM

1. Rozdejte předem připravené materiály o principech permakultury (nebo je rozdělte mezi účastníky pomocí chytrých telefonů).
2. Poskytněte instrukce ke cvičení (s co nejjednodušší slovní zásobou - aby instrukcím rozuměl každý bez ohledu na jazykovou úroveň).
3. Pokyn: rozdělte účastníky do skupin (zvolte atraktivní způsob rozdělení). Každá skupina má za úkol představit získaný princip permakultury pomocí slovních hříček a dramatických prvků tak, aby jej ostatní skupiny mohly uhodnout. Počet principů pro skupinu závisí na počtu skupin a času, který máte k dispozici.
4. Pracujte ve skupinách po dobu 20 minut a poté představte jiné skupině svou verzi popisu pohybu daného principu. Ostatní skupiny sledují vaši inscenaci a hádají, ke kterému permakulturnímu principu se vztahuje.
5. Po představení všech skupin můžete ještě jednou shrnout pravidla permakultury (pokud je to nutné).

**DOKUMENTY,
PODKLADY,
WEBOVÉ
STRÁNKY
SOUVISEJÍCÍ
S NÁSTROJEM**



Zásady permakulturního designu:
www.permacultureprinciples.com



Podstata permakultury - shrnutí
konceptu a principů permakultury:
[STÁHNOUT](#)

JAK TO FUNGUJE?



Tým AOA: Zkušenosti se
začleněním aspektu principů
permakultury do workshopu

[PODÍVEJTE SE NA VIDEO](#)



Poznámka na závěr

Naší snahou je podpořit vztah k životnímu prostředí kolem nás, všimnout si problémů a řešit tyto problémy na individuální nebo místní úrovni.

Chceme splnit naši roli ve vzdělávání lidí o tom, jak mohou jejich malé kroky, podpořené o drobné snahy ostatních, hrát velkou roli při ochraně naší planety.