

## **Nabór na wolontariusza**

### **Facylitator spotkań grupy SMART RECOVERY (współprowadzenie grupy dla osób zmagających się z uzależnieniem)**

#### **I. Opis projektu:**

Od 2017 roku organizacja Feniks prowadzi spotkania grupy dla osób uzależnionych, oparte na programie SMART Recovery. Spotkania odbywają się w języku polskim i adresowane są do polskiej mniejszości mieszkającej w Szkocji. SMART Recovery jest programem mającym na celu pomóc ludziom w walce z ich uzależnieniami. Program obejmuje pracę z osobami uzależnionymi od substancji psychoaktywnych, takich jak alkohol, nikotyna, narkotyki oraz hazard, seks, jedzenie, zakupy i samookaleczenia. Nazwę programu, SMART (Self-management and Recovery Training), z języka angielskiego tłumaczymy jako 'Trening zarządzania sobą i powrotu do zdrowia'.

Program SMART powstał w 1994 roku w Stanach Zjednoczonych. Stopniowo stawał się popularny za sprawą spotkań ogólnoswiatowej sieci samopomocy, podczas których uczestnicy otrzymywali pomoc od innych osób, mających problem z uzależnieniami.

SMART działa jako organizacja non-profit w wielu krajach, takich jak: Stany Zjednoczone, Wielka Brytania, Kanada i Australia.

Zbiorowe podejście do tematu uzależnień okazuje się być właściwe dla każdej osoby. Badania różnych metod walki z uzależnieniami oraz opinie terapeutów wskazują, że wzajemne wsparcie i zarazem leczenie uzależnień skutecznie pomaga wielu ludziom.

SMART Recovery pomaga uczestnikom zarządzać i decydować, w jaki sposób reagują na głód uzależnienia; budować ich motywację do zmiany stylu życia oraz oferuje zestaw sprawdzonych narzędzi i technik, pomagających w walce z uzależnieniami. Program SMART Recovery składa się z czterech punktów:

- 1) Budowanie i utrzymywanie motywacji.
- 2) Radzenie sobie z impulsami i zachciankami.
- 3) Zarządzanie myślami, uczuciami i zachowaniami.
- 4) Zachowanie równowagi życiowej.

**Spotkania odbywają się raz w tygodniu, w środy w godzinach 19:00-21:00, są w pełni darmowe dla uczestników, grupa jest otwarta.**

Każde spotkanie prowadzone jest wspólnie przez dwóch wolontariuszy.

**Miejsce: Obecnie spotkania odbywają się online na ZOOM**

Więcej informacji o programie:

Strona SMART Recovery: [www.smartrecovery.org.uk](http://www.smartrecovery.org.uk)

## **Facylitator spotkań grupy SMART RECOVERY**

### **- opis roli wolontariusza i wymagań:**

#### **OPIS ROLI WOLONTARIUSZA:**

##### **Zadania główne:**

- Przestrzeganie kodeksu postępowania facylitatorów  
<https://smartrecovery.org.uk/facilitators-code-of-conduct/>
- Ukończenie autoryzowanego szkolenia dla facylitatorów
- Prowadzenie spotkań zgodnie ze strukturą SMART Recovery Meeting
- Prowadzenie spotkania wstępnego z osobami zainteresowanymi dołączeniem do grupy, w celu przedstawienia zasad Programu

##### **Zadania administracyjne:**

- Pomoc w rejestracji nowych uczestników grupy
- Pomoc w przeprowadzeniu ewaluacji projektu
- Pomoc w zbieraniu informacji o innych przydatnych usługach, np. doradztwo w zakresie zadłużenia i pieniędzy, bank żywności, porady dotyczące zasiłków, porady mieszkaniowe, usługi doradcze, itp.

##### **Facylitacja spotkania grupy**

- Rozpoczęcie spotkania - zachęcenie uczestników do podzielenia się z innymi refleksjami/wydarzeniami od ostatniego spotkania
- Zapewnienie, że Wstępna Deklaracja (the Opening Statement) jest czytana na każdym spotkaniu

- Przedstawianie Wytycznych Spotkań grup SMART Recovery (the Meeting Guidelines)
- Ustalanie z grupą tematów spotkania
- Zainicjowanie i moderowanie dyskusji grupowej
- Rozwiązywanie pojawiających się trudności w pracy z grupą, w tym rozwiązywanie problemów wynikających z trudnych zachowań uczestników grupy, angażowanie grupy w proces rozwiązywania problemów
- Zapewnienie, że przynajmniej jedno narzędzie SMART jest używane na każdym spotkaniu.
- Zakończenie dyskusji z podsumowaniem i zebraniem informacji zwrotnych od każdego z uczestników

## **WYMAGANIA WZGLĘDEM WOLONTARIUSZA:**

### **Wymagania personalne:**

- Umiejętności interpersonalne;
- Umiejętność angażowania innych osób w pracę grupy;
- Dobre umiejętności organizacyjne i zarządzania czasem;
- Umiejętność pracy w zespole, chęć współpracowania z innymi, zarówno wolontariuszami, jak i pracownikami dla dobra projektu SMART Recovery i członków grupy;
- Zaangażowanie w wartości leżące u podłoża programu SMART Recovery;
- W przypadku wcześniejszego uzależnienia, bycie na etapie życia, w którym własny proces zdrowienia został zakończony
- Samomotywacja, możliwość regularnego zaangażowania w spotkania grupy

## SMART Recovery

- Znajomość języka angielskiego na poziomie pozwalającym na ukończenie treningu the SMART Recovery Facilitator

### **Wymagania pożądane:**

- Doświadczenie w pracy z grupą
- Doświadczenie w pracy zespołowej, współprowadzeniu warsztatów itp.
- Doświadczenie facylitacji spotkań online

### **Wymiar czasowy wolontariatu i miejsce spotkań**

Oczekujemy, że wolontariusz współprowadzący grupę SMART Recovery poświęci **około 3 godzin, co dwa tygodnie** na przygotowanie oraz współprowadzenie grupy. Przygotowanie do spotkania może wymagać dodatkowego nakładu czasu na przejrzanie materiałów SMART.

Wolontariusz będzie umawiał się również na indywidualne spotkania wprowadzające do grupy i programu SMART z osobami zainteresowanymi dołączeniem do grupy. Spotkania te mogą być organizowane w dowolnym terminie zaproponowanym przez wolontariusza.

Dodatkowo raz w miesiącu wolontariusz weźmie udział w spotkaniu superwizyjnym. Z uwagi na charakter grupy preferowalibyśmy, żeby wolontariusz mógł podjąć się współprowadzenia grupy przez **okres minimum 6 miesięcy**.

## **Korzyści wynikające z wolontariatu w roli Facylitator spotkań grupy SMART Recovery:**

- Możliwość zdobycia cennego doświadczenia pracy z grupą
- Możliwość poznania programu SMART Recovery i uczenia się od doświadczonego w prowadzeniu spotkań grupy SMART wolontariusza
- Możliwość rozwoju osobistego
- Poznanie od środka działalności naszej organizacji i jej projektów
- Możliwość brania udziału w spotkaniach wolontariuszy Feniksa - spotkaniach roboczych i towarzyskich
- Możliwość brania udziału w dodatkowych treningach organizowanych przez Feniksa lub naszych partnerów
- Możliwość uzyskania referencji

### **Opis procesu wyboru wolontariusza:**

1. Przesłanie zgłoszenia: Po zapoznaniu się z powyżej zamieszczonym opisem roli wolontariusza, prosimy o przesłanie CV oraz listu motywacyjnego na adres [aleksandra.szczygielska@feniks.org.uk](mailto:aleksandra.szczygielska@feniks.org.uk)

**Osoby zgłaszające swoją kandydaturę prosimy o zapoznanie się ze strukturą programu SMART Recovery dostępną na stronie [www.smartrecovery.org.uk](http://www.smartrecovery.org.uk)**

**W zgłoszeniu prosimy podać kontaktowy numer telefonu oraz adres email.**

2. Rozmowa: Po pozytywnym rozpatrzeniu aplikacji wybrane osoby zostaną zaproszone na rozmowę z zespołem Feniksa zaangażowanym w projekt SMART Recovery.
3. Referencje: Kandydata na wolontariusza poprosimy o podanie dwóch osób, które wystawią mu referencje
4. Ukończenie treningu the SMART Recovery Facilitator - każdy facylitator grupy SMART musi ukończyć trening the SMART Recovery Facilitator dostępny bezpłatnie online. Trening jest w języku angielskim.
5. PVG - przed rozpoczęciem współprowadzenia grupy SMART sprawdzimy PVG wolontariusza. Feniks pomaga też w aplikacji do PVG.

Pytania związane z projektem i wolontariatem prosimy kierować mailowo na adres [aleksandra.szczygielska@feniks.org.uk](mailto:aleksandra.szczygielska@feniks.org.uk)