



Ajánlások

az 50 év feletti potenciális önkénteseket
célzó általános képzések kidolgozásához



Ways to enhance active aging through volunteering – WEActiveVol

Erasmus+ Strategic Partnership

2016-1-PL01-KA204-026166



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

A projektet az Európai Bizottság támogatta. A kiadványban (közleményben) megjelentek nem szükségszerűen tükrözik az Európai Bizottság nézeteit és az Európai Bizottság felelőssége nem terjed ki a jelen kiadványban (közleményben) megjelentek információkra.



ONKENTES
KOZPONT
ALAPITVANY



CENTRUM
DOBROVOLNICTVA



INICIATYVU
TINKLÁS

Voluntariat
Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca

Szakértői anyagunk az 50 éven felüli önkéntesek bevonásával, képzésével és koordinációjával kapcsolatban fogalmaz meg javaslatokat. A javaslatok a "Ways to enhance active aging through volunteering – WEActiveVol" (Az aktív időskor elősegítése önkéntesség által – WEActiveVol) c. Erasmus+ projektben részt vevő szervezetek gyakorlati tapasztalataiból származnak. A projekt során a partnerszervezetek ötletek, tudások, tapasztalatok és jó gyakorlatok cseréjén keresztül tárták fel az önkéntesség e területét.

Ez a dokumentum egyike a projekt számos eredményének. Bemutatja az 50 éven felülieknek szóló általános jellegű képzések kidolgozásának minimum követelményeit tartalmazó alapelemeket. Az ajánlásokat képzők, oktatók, coachok, önkéntes-koordinátorok és az önkéntesség területén dolgozó gyakorlati szakemberek figyelmébe ajánljuk azzal a céllal, hogy értékes információt nyújtsunk arról, milyen szempontok mentén érdemes kidolgozni egy az 50 éven felüli emberek igényeihez igazított képzési programot.

Az 50 éven felülieknek szóló általános képzés céljai

Minden képzési tevékenység a tanulási célok megfogalmazásával kezdődik. Az alábbiakban felsorolunk néhány, a projektpartnerek által megfogalmazott tanulási célt:

- felvázolni az önkéntesek szerepét, valamint az önkéntesség jelentőségét;
- érthetően bemutatni az önkénteseknek az általuk választott programot (információk, projektcélok és -tevékenységek stb.), valamint a szervezetet;
- megismerni egymást, építeni az önkéntesek csapatát;
- erősíteni a csoporthoz/szervezethez tartozás érzését;
- felkészíteni az önkénteseket különböző célcsoportokkal való együttműködésre;
- amennyiben szükséges, az adott önkéntes tevékenységhez kapcsolódó speciális képességek fejlesztése.

Az 50 éven felüliek képzésébe tett beruházás több hosszú távú cél megvalósulását segíti elő, így pl.:

- személyes képességeik felismerése, aktivitásuk serkentése, önbizalmuk fejlődése, valamint kezdeményezőképességük erősödése;
- hosszú távú elköteleződésük elősegítése.



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



ONKENTES
KOZPONT
ALAPITVANY



CENTRUM
DOBROVOLINICTVA



Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca

Szervezési szempontok a képzéshez

Az 50 éven felülieknek szánt képzés, szervezési szempontból, javaslatunk szerint a következő elemekből tevődik össze:

- időtartam: maximum 1 vagy 2 nap. A két napnál hosszabb időtartam nem hatékony ennél a korosztálynál;
- napi óraszám: 4-6 óra. Napi 6 óránál több túlságosan fárasztó lehet, 4 óránál kevesebb azonban nem éri el az anyag elején említett célokat;
- résztvevők száma: 5-15 fő. A partnerek közös álláspontja szerint a csoport méretét 15 fő körül kell maximalizálni annak érdekében, hogy biztosítható legyen az önkéntesek közti direkt kommunikáció.

Az 50 éven felüliek képzésének általános tartalma

Anyagunk nem tér ki a konkrét önkéntes tevékenységekhez (pl. gyermekekkel való munka, facilitáció vagy nyelvtanítás) szükséges speciális képességek kérdésére. Célunk, hogy egy olyan általános jellegű képzési tartalmat határozzuk meg, mely bármely 50 éven felüli önkéntes számára hasznos lehet. A javasolt témák, a teljesség igénye nélkül:

Az önkéntességről:

- Az aktív idősödés koncepciójának bemutatása;
- Az önkéntesség elméleti háttere – definíciók, koncepciók és gyakorlat;
- Az önkéntességgel kapcsolatos alapvető jogi ismeretek: önkéntes szerződés, időbeosztás, feladatköri leírások;
- Az önkéntesség típusai;
- Az önkéntes és a fogadó szervezet jogai és kötelezettségei;
- Az önkénteskedés hozadékai;
- A résztvevőket önkéntességre indító motivációk;
- Az önkéntes elköteleződés útjában álló esetleges blokkok, akadályok feltárása.

Gyakorlati információk az önkéntes tevékenységekről:

- a projekt általános aspektusai: célok, fő indikátorok, küldetés;
- a tevékenység időkerete;
- inspiráló gyakorlati példák bemutatása;
- az önkéntes tevékenységek disszeminációja;
- felkészítés nehéz helyzetekre, a problémák és konfliktusok kezelésére (konkrét példák, helyzetek);
- az önkéntes tevékenység kedvezményezettjei.

Egyéb:

- kommunikáció az önkéntesek csoportján belül (kommunikációs csatornák, szabályok stb.);
- kérdések és válaszok.

Az 50 éven felüliek általános képzésének módszertana

Projektcsapatunk alapvetően az interaktív módszerek használatát javasolja; ezek elősegítik, hogy az önkéntesek bátran beszélgessenek egymással, megosszák saját tapasztalataikat, s elmondják ötleteiket, javaslataikat. Az alábbiakban felsorolunk néhány alkalmazható módszert:

- brain storming (ötletelés),
- csapatépítő feladatok,
- viták,
- energetizáló gyakorlatok,
- korábbi tapasztalatok megosztása,
- páros munka → újak + régiek,
- szerepjátékok,
- műhelybeszélgetések,
- story-telling (történetmesélés),
- e-képzés,
- a fogadó szervezet felkeresése,
- videók, filmek,
- játékok,
- improvizáció,
- tapasztalati alapú tanulás.

50 éven felüliekkel végzett munka

Az alábbiakban néhány olyan tippet és trükköt mutatunk be, melyekkel elősegíthetjük az 50 éven felüli önkéntesek bevonását és megtartását.

Önkéntes-koordinátorként mit tehetünk az 50 éven felüli önkéntesekért?

- tájékoztassuk/készítsük fel őket arra, hogy miként kapcsolódhatnak be az önkéntességbe;
- legyünk tekintettel korlátaikra (fizikai, egészségi, energia stb.);
- rendszeresen szervezzünk csoporttalálkozókat;
- tisztázzuk az elvárásokat;
- tegyük lehetővé, hogy maguk válasszák meg önkéntes tevékenységüket;
- adjunk folyamatos visszajelzést a munkájukról;
- ajánlunk fel különféle önkéntes lehetőségeket;
- legyen időnk beszélgetni velük a problémáikról;
- szervezzünk csapatépítő tevékenységeket;
- adjunk lehetőséget az önkéntesek tanulására és személyes fejlődésére;
- tegyük lehetővé, hogy hasznosítsák személyes tudásaikat és képességeiket;
- kössük össze őket fiatalabb önkéntesekkel is;
- biztosítsunk számukra felületet, ahol és amikor másokkal is beszélhetnek arról, amit csinálnak;
- tegyük közzismertté a munkájukat (újság, Internet stb.);
- értsük meg, hogy többek egyszerű önkénteseknél – maguk is potenciális toborzók: új önkénteseket, „nagyköveteket”, hírvivőket vonhatnak be a projektbe.

Miként cselekedjünk az 50 éven felüli önkéntesek koordinátoraként?

- köszönjük meg a munkájukat;
- legyünk türelmesek;
- értékeljük az önkéntes által felajánlott idő és erőfeszítés jelentőségét;
- támogassuk őket;
- legyünk rugalmasak.



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



ONKENTES
KOZPONT
ALAPITVANY



CENTRUM
DOBROVOLNICTVA



Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



ONKENTES
KOZPONT
ALAPITVANY



Esztercsa

CENTRUM
DOBROVOLNICTVA



INICIATYVU
TINKLÁS



Voluntary
Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca