



Rekomendacijos

dėl išsamaus mokymo kurso
apimties potencialiems vyresniems
nei 50 metų savanoriams



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

*Šis projektas finansuojamas remiant Europos Komisijai.
Šis leidinys atspindi tik autoriaus požiūrį, todėl Komisija
negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame pateikiamos
informacijos naudojimą.*



ONKENTES
KOZPONT
ALAPITVANY



CENTRUM
DOBROVOLNICTVA

INICIATYVU
TINKLAS

Voluntariat
Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca

Šioje medžiagoje pateiktos rekomendacijos dėl darbo su savanoriais vyresniais nei 50 metų. Rekomendacijos sukurtos remiantis partnerių organizacijų, dalyvaujančių Erasmus+ "Ways to enhance active aging through volunteering – WEActiveVol" (liet. "Būdai skatinti žmones išlaikyti aktyvumą vyresniame amžiuje, dalyvaujant savanoriškoje veikloje - WEActiveVol") projekte, patirtimi. Projekto metu partneriai studijavo savanorės temą dalindamiesi idėjomis, žiniomis, praktika bei gera patirtimi.

Šis dokumentas yra vienas iš projekto rezultatų. Jį sudaro esminių elementų aprašymai, kurie yra būtini, rengiant išsamią mokymo programą, savanoriams, vyresniems nei 50 metų. Rekomendacijos skirtos pedagogams, instruktoriams, treneriams, savanorių koordinatoriams, praktikams, dirbantiems savanoriškos veiklos ir aktyvaus amžėjimo srityje. Šiame dokumente pateikiama vertinga informacija apie tai, kaip parengti mokymo programą, pritaikytą vyresnių nei 50 metų žmonių poreikiams.

50+ amžiaus savanorių, bendrojo mokymo kurso tikslai

Bet kokia mokymo veikla pradedama nustatant mokymosi tikslus. Štai keli mokymosi tikslai, kuriuos nustatė partneriai:

- savanoriams paaikškinti savanoriškos veiklos vaidmenį ir svarbą;
- savanoriams suteikti supratimą apie organizaciją ir savanorystės projektą (informacija, projekto tikslai, veikla, ir panašiai);
- supažindinti su kitais savanoriais ir padėti kurti savanorių komandą;
- ugdyti priklausymo grupei/ organizacijai jausmą;
- sudaryti sąlygas savanoriams dirbti su skirtingomis tikslinėmis grupėmis;
- jei reikia, ugdyti tam tikrus įgūdžius, reikalingus specifinei savanorių veiklai.

Investavimas į vyresnių nei 50 metų savanorių mokymo organizavimą padeda pasiekti keletą ilgalaikių tikslų, pavyzdžiui:

- padėti jiems atpažinti asmeninius įgūdžiais, padrasinti juos būti aktyvesniais, paskatinti jų pasitikėjimą savimi ir palaikyti jų norą imtis iniciatyvos;
- remti jų dalyvavimą kaip ilgalaikį įsipareigojimą.



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



Administraciniai mokymo kursų aspektai

Logistikos požiūriu, mokymosi sesija, skirta 50+ žmonėms turėtų būti sudaryta iš šių elementų:

- trukmė: 1 diena, daugiausiai - 2. Bet kas, trunkantis ilgiau nei dvi dienas, gali būti ne efektyvu tokio amžiaus savanoriams;
- valandų per dieną: 4 - 6 valandos per dieną. Daugiau 6 valandų per dieną gali būti varginančios; bet kas, trunkantis mažiau nei 4 valandas, neatitiktų dokumento pradžioje minėtų tikslų.
- min./maks. dalyvių skaičius: 5-15 savanorių. Tai bendras partnerių požiūris, kad grupė turi būti apribota iki maksimaliai 15 dalyvių, kad būtų palengvintas tiesioginis savanorių bendravimas.

Bendras 50+ amžiaus savanorių mokymo kurso turinys

Šiame dokumente neaprašomi specifiniai įgūdžiai reikalingi tam tikroms savanoriškoms veikloms (tokioms kaip darbas su vaikais, grafikos supaprastinimas ar gimtosios kalbos mokymas ir panašiai). Mūsų tikslas yra suteikti turinį bendrai mokymo sesijai, kuris galėtų būti naudingas bet kuriam, vyresniam nei 50 metų amžiaus savanoriui.

Apie savanorystę:

- Pristatyti aktyvaus amžėjimo sąvoką.
- Teoriniai savanorystės pagrindai - apibrėžimai, idėjos ir praktika.
- Pagrindinė teisinė informacija apie savanorystę: savanorių sutartis, darbo laiko apskaitos žiniaraščiai, darbo aprašymai.
- Savanorystės rūšys.
- Savanorių ir priimančiosios organizacijos teisės ir atsakomybės.
- Savanorystės nauda.
- Motyvacijos savanoriškam darbui išsiaiškinimas.
- Suprasti, kokios yra kliūtis/barjerai dalyvauti savanoriškoje veikloje.



Praktinė informacija apie savanorišką veiklą:

- Bendri projekto aspektai: savanorių projekto tikslai, pagrindiniai veiklos rodikliai, misija;
- Veiklos trukmė;
- Pateikti įkvepiančius pavyzdžius iš praktikos;
- Savanorių veiklos plėtra;
- Mokymai, kaip elgtis sudėtingose situacijose, kaip spręsti problemas ir konfliktus (konkretūs pavyzdžiai, situacijos ir pan.);
- Apie tuos, kurie gauna naudos iš savanoriškos veiklos.

Kita:

- Komunikacija tarp savanorių grupės narių (komunikacijos tarpininkai, taisyklės ir pan.);
- Klausimai ir atsakymai.

50+ amžiaus savanorių bendro mokymo kurso darbo metodai

Projekto komanda dažniausiai rekomenduoja naudoti interaktyvius būdus, kad savanoriai galėtų laisvai bendrauti ir susipažinti su kitais savanoriais, dalintis asmenine patirtimi ir išreikšti savo idėjas ir pasiūlymus. Štai keli būdai, kuriuos galima naudoti:

- minčių lietus,
- komandos formavimo pratimai,
- debatai,
- aktyvūs žaidimai,
- kalbėti apie ankstesnę patirtį,
- dirbti porose → nauji dalyviai + patyrę dalyviai,
- vaidmenų žaidimai,
- seminarai,
- istorijų pasakojimas,
- e-mokymai,
- apsilankymai priimančioje organizacijoje,
- vaizdo įrašai, filmai
- žaidimai,
- improvizacijos,
- mokymasis iš praktikos.



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca

Darbas su 50+ amžiaus savanoriais

Žemiau yra pateikti keli patarimai ir gudrybės, kaip įtraukti į savanorišką veiklą vyresnius nei 50 metų asmenis. Šie patarimai sukaupti ir pateikti, remiantis ilgamete, organizacijų vykdančių savanoriškas veiklas, patirtimi.

Ką savanorių koordinatorius turi daryti, dirbdamas su savanoriais, kurie yra vyresni nei 50 metų:

- Mokyti/informuoti tuos, kurie yra vyresni nei 50 metų amžiaus, kaip pradėti dalyvauti savanoriškoje veikloje;
- Gerbti jų ribas (fizinės/sveikatos/energijos);
- Organizuoti reguliarius grupės susitikimus;
- Sužinoti savanorių lūkesčius;
- Leisti jiems savarankiškai, laisvai pasirinkti savanorystės veiklą;
- Pasiūlyti teikti nuolatinis atsiliepimus apie veiklą;
- Pasiūlyti skirtingas savanorystės galimybes;
- Skirti laiko aptarti problemas;
- Organizuoti komandos formavimo užsiėmimus;
- Sukurti mokymosi ir asmeninio tobulėjimo galimybes savanoriams;
- Leisti jiems naudotis savo asmeninėmis žiniomis/įgūdžiais;
- Palengvinti jų bendradarbiavimą su jaunesniais savanoriais;
- Sukurti aplinką, kad jie galėtų kalbėti su kitais žmonėmis apie tai, kuo jie užsiima;
- Pasiūlyti gauti viešą jų darbo pripažinimą (laikraštyje, internete ir pan.);
- Suprasti, jog jie yra daugiau, nei tiesiog savanoriai - jie taip pat yra potencialūs darbdaviai naujiems savanoriams, ambasadoriai ir rinkodaros specialistai.

Kaip turi elgtis savanorių koordinatorius, dirbdamas su savanoriais, kurie yra vyresni nei 50 metų:

- Dėkoti jiems už jų darbą;
- Būti kantriems;
- Vertinti savanorių laiko ir pastangų svarbą ir naudą;
- Palaikyti juos;
- Būti lankstiems.



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca



Wojewódzki Urząd Pracy
w Katowicach



ONKENTES
KOZPONT
ALAPITVANY



Eszterca



CENTRUM
DOBROVOLNICTVA



INICIATYVU
TINKLA'S



Voluntariat
Centrul de Voluntariat Cluj-Napoca