



Odporúčania

o rozsahu a obsahu komplexného školenia pre potenciálnych dobrovoľníkov a dobrovoľníčky vo veku nad 50



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

*Tento projekt bol financovaný s podporou Európskej Komisie.
Táto publikácia reprezentuje výlučne názor autora a Komisia
nezodpovedá za akékoľvek použitie informácií obsiahnutých
v tejto publikácii.*



Tento materiál vykresľuje sériu odporúčaní pre manažovanie dobrovoľníkov a dobrovoľníčok vo veku nad 50 rokov. Odporúčania vyplývajú z praktických skúseností partnerských organizácií zapojených do projektu Erasmus+ „Podpora aktívneho starnutia prostredníctvom dobrovoľníctva – WEActiveVol“. Počas tohto projektu partneri preskúmali tému dobrovoľníctva prostredníctvom výmeny názorov, znalostí, skúseností a osvedčených postupov.

Tento dokument je jedným z výsledkov projektu. Obsahuje popisy základných prvkov, ktoré tvoria minimálne požiadavky na prípravu komplexného školenia dobrovoľníkov a dobrovoľníčky vo veku nad 50 rokov. Odporúčania sú určené pre vyučujúcich, školiteľov, trénerov, koordinátorov dobrovoľníkov, odborníkov pracujúcich v danej oblasti dobrovoľníctva a aktívneho starnutia s cieľom poskytnúť hodnotné informácie o tom, ako pripraviť školiaci program ušitý na mieru potrebám ľudí vo veku nad 50.

Ciele základného školenia pre dobrovoľníka dobrovoľníčky vo veku nad 50

Každá aktivita v rámci školenia začína stanovením cieľov vzdelávania. Tu je niekoľko cieľov vzdelávania, na ktorých sa partneri dohodli:

- vysvetliť dobrovoľníkom úlohu a dôležitosť dobrovoľníctva;
- poskytnúť dobrovoľníkom a dobrovoľníckam rovnakú úroveň porozumenia dobrovoľníckemu projektu (informácie, ciele projektu a činnosti, atď.) a organizácie;
- spoznať sa navzájom a pomôcť vybudovať tím dobrovoľníkov a dobrovoľníčok;
- zvýšiť povedomie spolupatričnosti v rámci skupiny/organizácie;
- umožniť dobrovoľníkom a dobrovoľníckam pracovať s rôznymi cieľovými skupinami;
- rozvinúť niektoré zručnosti potrebné pre špecifickú dobrovoľnícku činnosť, ak je to potrebné.

Investícia do školenia pre dobrovoľníkov a dobrovoľníčky vo veku nad 50 so sebou prináša naplnenie dlhodobých cieľov, ako napr.:

- oboznamovať ich s osobnými zručnosťami, povzbudiť ich, aby boli aktívnejší, podporiť ich sebavedomie a poskytnúť im podporu, aby sa chopili iniciatívy;
- podporiť ich, aby ich angažovanie bolo dlhodobé.



Administratívne aspekty školení

Z logistického uhla pohľadu, seminár venovaný osobám vo veku nad 50 by mal zahŕňať tieto elementy:

- trvanie: 1 deň alebo najviac 2. Každý seminár dlhší ako dva dni by nemusel byť tak efektívny pre dobrovoľníkov v tomto veku;
- hodín/deň: 4 - 6 hodín/deň. Viac ako 6 hodín denne by mohlo byť príliš unavujúce, ak by to bolo menej ako 4 hodiny, nedosiahli by sa ciele uvedené na začiatku dokumentu.
- min/max. počet účastníkov: 5 -15 dobrovoľníkov/dobrovoľníčok. Spoločným názorom partnerov je, že skupina by mala byť limitovaná na maximálne 15 účastníkov, aby bola zabezpečená priama komunikácia medzi dobrovoľníkmi a dobrovoľníčkami.

Všeobecný obsah školenia pre dobrovoľníkov vo veku nad 50

Tento dokument nepojednáva o konkrétnych zručnostiach pre konkrétne dobrovoľnícke činnosti (ako napr. práca s deťmi, alebo grafická podpora či vyučovanie rodného jazyka, atď.). Naším zámerom je poskytnúť obsah pre všeobecný seminár, ktorý by mohol byť nápomocný pre každého dobrovoľníka/dobrovoľníčku vo veku nad 50 rokov. Niektorí navrhli nasledujúce témy, ktoré by mohli byť zakomponované do školenia:

O dobrovoľníctve:

- predstaviť koncept aktívneho starnutia;
- teoretické východiská dobrovoľníctva (definície, koncepty a prax);
- základné právne informácie o dobrovoľníctve: zmluva o dobrovoľníctve, dochádzkové listiny/pracovné výkazy, popisy práce;
- typy dobrovoľníctva;
- práva a povinnosti dobrovoľníkov a dobrovoľníčok a hostiteľských organizácií;
- prínosy dobrovoľníctva;
- motivácia k dobrovoľníctvu;
- prekážky angažovania sa v dobrovoľníctve.

Praktické informácie o dobrovoľníckych aktivitách:

- všeobecné aspekty projektu: ciele dobrovoľníckeho projektu, kľúčové ukazovatele výkonu, poslanie;
- časový rámec činností;
- poskytnúť inšpiratívne príklady z praxe;
- propagácia dobrovoľníckej činnosti;
- školenie o tom, ako zvládať ťažké situácie, ako jednať s problémami a konfliktami (konkrétne príklady, situácie, atď.)
- o prijímateľoch dobrovoľníckej činnosti.

Iné:

- komunikácia medzi členmi dobrovoľníckych skupín (komunikačné kanály, pravidlá, atď.);
- otázky a odpovede.

Pracovné postupy pre základné školenie dobrovoľníkov a dobrovoľníčok vo veku nad 50

Projektový tím vo všeobecnosti odporúča používať interaktívne metódy, aby dobrovoľníci a dobrovoľníčky nadobudli pocit, že môžu slobodne hovoriť medzi sebou, podeliť sa o svoje skúsenosti a vyjadriť svoje názory a návrhy. Tu je niekoľko metód, ktoré by sa mohli použiť:

- brainstorming - tvorivá technika nových myšlienok,
- cvičenie na podporu budovania tímu,
- diskusie,
- stimulátory energie,
- rozprávanie o predchádzajúcich skúsenostiach,
- práca vo dvojiciach → niekto nový + niekto skúsený,
- hranie rolí,
- praktické semináre,
- rozprávanie príbehov,
- elektronické školenie,
- návšteva hostiteľskej organizácie,
- videá, filmy,
- hry,
- improvizácia,
- učenie zážitkom.

Práca s dobrovoľníkmi a dobrovoľníčkami vo veku nad 50

Nižšie sú uvedené tipy a triky ako zapojiť dobrovoľníkov a dobrovoľníčky, ktoré majú viac ako 50 rokov.

Čo má robiť koordinátor dobrovoľníkov pre dobrovoľníkov a dobrovoľníčky:

- vyučovať/informovať tých, ktorí sú starší ako 50 rokov, ako sa začať angažovať do dobrovoľníckej činnosti;
- rešpektovať ich limity (fyzické/zdravotné/súvisiace s ich energiou);
- organizovať pravidelné stretnutia skupiny;
- objasniť očakávania;
- poskytnúť im slobodu zvoliť si svoje dobrovoľnícke činnosti/neh sa môžu vybrať;
- poskytovať neustálu spätnú väzbu o tejto práci;
- poskytnúť rôzne možnosti dobrovoľníckej činnosti;
- venovať čas diskusii o problémoch;
- organizovať aktivity na budovanie tímu;
- poskytovať príležitosti pre učenie a osobný rozvoj dobrovoľníkov a dobrovoľníčok;
- umožniť im používať svoje osobné znalosti/zručnosti;
- zabezpečiť, aby sa zapájali spolu s mladými dobrovoľníkmi a dobrovoľníčkami;
- poskytnúť im platformu na rozhovor s inými ľuďmi o tom, čo robia;
- poskytnúť im verejné uznanie ich práce (v novinách, na internete, atď.);
- chápať, že sú viac než len dobrovoľníci - sú potenciálni náboroví pracovníci nových dobrovoľníkov, vyslancov a obchodných pracovníkov vášho projektu.

Ako konať v pozícii koordinátora/koordinátorky dobrovoľníkov a dobrovoľníčok vo veku nad 50:

- poďakovať im za ich prácu;
- byť trpezlivý;
- oceniť dôležitosť a efektivitu času a úsilia dobrovoľníkov a dobrovoľníčok;
- podporiť ich;
- byť flexibilný.

