



Πρόγραμμα καθοδήγησης μεταξύ ομοτίμων FAITH Οδηγός

Feeling Safe to Transact Online In the Third Age

www.faith-project.eu



Με συγχρηματοδότηση από το
πρόγραμμα «Erasmus+»
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ο παρών οδηγός δημιουργήθηκε με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή του παρόντος εγγράφου δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτό. Αριθμός έργου σύμβασης: 621403-ERP-1-2020-1-EL-EPPKA3-IPI-SOC-IN

Καλώς ήρθατε στο πρόγραμμα καθοδήγησης μεταξύ ομοτίμων (peer-to-peer mentoring) του έργου FAITh (Feeling SAfe to Transact Online In the Third Age). Ο οδηγός αυτός σχεδιάστηκε για οργανισμούς και άτομα που επιθυμούν να υλοποιήσουν μια μαθησιακή παρέμβαση για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, βασισμένη στο peer-to-peer mentoring. Παρουσιάζει ένα πεδίο εφαρμογής του mentoring και κατευθυντήριες γραμμές για τη χρήση του ως μεθόδου για μία εκπαιδευτική εμπειρία ελκυστική, ουσιαστική και αποτελεσματική. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας με βάση το μαθησιακό υλικό του έργου, ή μπορεί να προσαρμοστεί σε οποιοδήποτε άλλο θέμα ενδιαφέροντος και να χρησιμοποιηθεί σε διάφορα εκπαιδευτικά πλαίσια.



ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ



ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ FAITH

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ – ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

- ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΜΕΝΤΟΡΑΣ;
- ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΓΙΝΕΤΕ ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΜΕΝΤΟΡΑΣ;
- ΜΟΝΤΕΛΑ MENTORING
- ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΥ ΜΕΝΤΟΡΑ
 - ο Δεξιότητες επικοινωνίας
 - ο Ανάγκες και προτιμήσεις των εκπαιδευομένων
 - ο Ανταλλαγή προσωπικών ιστοριών
 - ο Εποικοδομητική ανατροφοδότηση
 - ο Δημιουργία θετικού μαθησιακού κλίματος
 - ο Απαντώντας σε ερωτήσεις
 - ο Πριν από το κλείσιμο
- ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ - ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ FAITH

-ΨΗΦΙΑΚΗ ΜΑΘΗΣΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

A. ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ

- ο ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
- ο ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
- ο ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ MENTORING

B. ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ

- ο ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΙΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΕΣ
 - Τραπεζικές μεταφορές μέσω διαδικτύου και ηλεκτρονικές αγορές
 - Οδηγίες για ασφάλεια κατά τη χρήση του διαδικτύου

- ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ MENTORING ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΟΔΟΥ

- ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗΣ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ

- ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΤΟΠΙΚΗ ΑΓΟΡΑ ΚΑΙ ΜΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1: Εξατομικευμένο Σχέδιο Καθοδήγησης



Ο παρών οδηγός αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της δραστηριότητας που σχεδιάστηκε από το έργο FAITH (αριθ. 621403), το οποίο χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Ο Οδηγός δεν αντικατοπτρίζει κατ' ανάγκη τη γνώμη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, της Γενικής Διεύθυνσης Απασχόλησης, Κοινωνικών Υποθέσεων και Ένταξης.

Οι συγγραφείς του οδηγού είναι οι εξής:

Τσέλη Αναστασία Λαζαρίδου, lchelsea@50plus.gr (50plus Hellas) και
Αλεξάνδρα Κουφούλη, koufouli.a@symplexis.eu (Symplexis)

Παρουσίαση:

Theodor Grassos, grassos@bk-con.eu (BK Consult GbR)

Ιδιαίτερες ευχαριστίες οφείλονται επίσης στους εταίρους του έργου, για τη συμβολή τους για τη σύνταξη των κατευθυντήριων γραμμών και την υλοποίηση του προγράμματος.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το πρόγραμμα, επισκεφθείτε τη διεύθυνση:

www.faith-project.eu

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ FAITH

Ο κόσμος μας αλλάζει ραγδαία. Η ψηφιακή τεχνολογία έχει τεράστιο αντίκτυπο στον τρόπο με τον οποίο κρατάμε επαφή με τους οικείους μας, έχουμε πρόσβαση σε υπηρεσίες, ψωνίζουμε, πληρώνουμε τους λογαριασμούς μας και περνάμε τον ελεύθερο χρόνο μας.

Ο ψηφιακός αποκλεισμός των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας με χαμηλές βασικές ψηφιακές δεξιότητες συνεπάγεται άνιση πρόσβαση στις Νέες Τεχνολογίες και στο διαδίκτυο, που σήμερα θεωρούνται απαραίτητα για την πλήρη συμμετοχή του ατόμου στην κοινωνία. Καθώς ένας αυξανόμενος αριθμός υπηρεσιών υπάρχει διαθέσιμος μόνο στο διαδίκτυο, οι Ευρωπαίοι μεγαλύτερης ηλικίας υποχρεώνονται να χρησιμοποιούν ψηφιακές υπηρεσίες για να έχουν πρόσβαση στην υγεία, την κοινωνική φροντίδα, την εκπαίδευση, την οικονομία, αλλά και για να εκτελούν καθημερινές εργασίες όπως αγορές, συναλλαγές με τράπεζες ή το δημόσιο, ταξίδια κ.λπ. Ωστόσο, ένας μεγάλος αριθμός ανθρώπων στην Ευρώπη έχει πολύ χαμηλή ή καθόλου ικανότητα χρήσης τέτοιων τεχνολογιών, ενώ ένα μεγάλο ποσοστό δεν έχει χρησιμοποιήσει ποτέ υπολογιστή ή το διαδίκτυο (Ageing Europe - Looking at the lives of older people in the EU Eurostat 2019).



Το **FAITH** (Feeling SAfe to Transact Online In the Third Age) είναι ένα ευρωπαϊκό πρόγραμμα Erasmus+ με εταίρους από το Βέλγιο, τη Γερμανία, την Ελλάδα, την Ιταλία, την Κύπρο και την Πορτογαλία. Στοχεύει στην πρόληψη και την καταπολέμηση της ψηφιακής περιθωριοποίησης των ατόμων 55 ετών και άνω, ενισχύοντας τις ικανότητές τους και οικοδομώντας την εμπιστοσύνη και την αυτοπεποίθησή τους στη χρήση του διαδικτύου και των νέων τεχνολογιών για ηλεκτρονικές συναλλαγές, ως ένα μέσο βελτίωσης της ποιότητας ζωής τους. Με τον τρόπο αυτό, η σύμπραξη FAITH θα υλοποιήσει ένα καινοτόμο πρόγραμμα καθοδήγησης, το οποίο βασίζεται στις αρχές της παρακίνησης και της ομότιμης υποστήριξης, ενώ θα εμπλέκει άτομα από το οικογενειακό / οικείο περιβάλλον των συμμετεχόντων, οικοδομώντας παράλληλα συνεργασίες με το τοπικό δίκτυο υπηρεσιών και την τοπική αγορά.

Για το σκοπό αυτό, οι κύριοι στόχοι του έργου FAITH είναι:

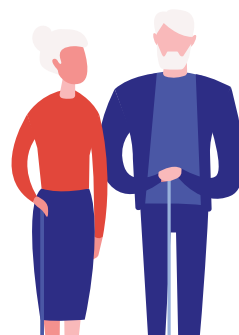
- Ανάπτυξη των ψηφιακών δεξιοτήτων των ατόμων 55+ για την πραγματοποίηση μιας σειράς ηλεκτρονικών συναλλαγών, αυξάνοντας συγχρόνως το αίσθημα εμπιστοσύνης και ασφάλειας που νιώθουν χρησιμοποιώντας το διαδίκτυο.
- Παρακίνηση των ατόμων 55+ να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για ηλεκτρονικές συναλλαγές με την υποστήριξη συνομηλίκων που έχουν ψηφιακές γνώσεις και που ως θετικά πρότυπα θα γίνουν οι ψηφιακοί τους μέντορες.
- Η ευαισθητοποίηση των μελών της οικογένειας ή των φροντιστών των συμμετεχόντων, σχετικά με το ρόλο τους στην ενσωμάτωση των ψηφιακών τεχνολογιών στην καθημερινή ζωή των οικείων τους.

- Η ευαισθητοποίηση και η ανάπτυξη δεξιοτήτων των επαγγελματιών της τοπικής κοινότητας και της αγοράς σχετικά με τις ανάγκες ψηφιακής ένταξης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας και τους αποτελεσματικούς τρόπους προσέγγισής τους μέσω προϊόντων και υπηρεσιών φιλικών προς την ηλικία τους.
- Η ευαισθητοποίηση των ατόμων 55+ σχετικά με τις δυνατότητες και την ευκολία των ηλεκτρονικών συναλλαγών, ενημερώνοντας παράλληλα πολιτικούς και όργανα λήψης αποφάσεων σε τοπικό, εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο, σχετικά με την ανάγκη λήψης μέτρων για τον ψηφιακό εγγραμματισμό των γενεών μεγαλύτερης ηλικίας.

Οι μέντορες ως θετικά πρότυπα αποτελούν τον ακρογωνιαίο λίθο του έργου FAITH, καθώς θα είναι η κινητήρια δύναμη για την υλοποίηση του προγράμματος καθοδήγησης. Η καθοδήγηση (mentoring) είναι μία αναγνωρισμένη πρακτική στον τομέα της εκπαίδευσης και της δια βίου μάθησης, καθώς επιτρέπει τη δημιουργία ενός μαθησιακού περιβάλλοντος που βασίζεται στα κίνητρα, τις ανάγκες και την εμπειρία, με πολλαπλά οφέλη τόσο για τους μέντορες και τους εκπαιδευόμενους.

Η κύρια ομάδα-στόχος και τελικοί ωφελούμενοι του έργου FAITH είναι άτομα 55+ στην Κύπρο, την Ελλάδα, την Ιταλία και την Πορτογαλία και κατ' επέκταση σε ολόκληρη την Ευρώπη, τα οποία παρουσιάζουν χαμηλές δεξιότητες στη χρήση ψηφιακών τεχνολογιών και στις ηλεκτρονικές συναλλαγές, γεγονός που αυξάνει τον κίνδυνο της ψηφιακής τους περιθωριοποίησης και τελικά της κοινωνικής τους απομόνωσης.

Επομένως, ο στόχος δεν είναι μόνο να βελτιωθούν οι γνώσεις και οι ικανότητες των ατόμων 55+, αλλά κυρίως να παρακινηθούν να συμμετάσχουν και να εμπλακούν ενεργά για να ξεπεράσουν τα εμπόδια που αντιμετωπίζουν στη χρήση του διαδικτύου για τις συναλλαγές τους.



ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ

“

ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ
ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

”

Αυτή η ενότητα παρέχει μια γενική κατανόηση του τι είναι και πώς λειτουργεί η καθοδήγηση μεταξύ ομοτίμων (peer-to-peer mentoring), ενώ παράλληλα τονίζει σημαντικές παραμέτρους που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά την καθοδήγηση των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Στόχος της είναι να εφοδιάσει τους μέντορες με τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη μεγιστοποίηση της μαθησιακής διαδικασίας και να κατανοήσουν καλύτερα το ρόλο τους ως μέντορες.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΜΕΝΤΟΡΑΣ;

Περισσότερες από τρεις δεκαετίες ερευνών για το mentoring δεν έχουν ακόμη συγκλίνει σε έναν ορισμό του. Αυτό δεν αποτελεί έκπληξη, δεδομένης της ποικιλομορφίας των σχέσεων που ταξινομούνται ως mentoring. Διάφοροι κλάδοι, όπως της ιατρικής, της νομικής, των επιχειρήσεων και της εκπαίδευσης, έχουν ιστορικά στηριχθεί στο mentoring. Ο μέντορας είναι ένας έμπιστος σύμβουλος, ένα άτομο που προσφέρει υποστήριξη σε κάποιον που τη χρειάζεται. Οι μέντορες δίνουν στους καθοδηγούμενους τα απαραίτητα εργαλεία για να πετύχουν τους στόχους τους και να ξεπεράσουν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν. Η διαφορά μεταξύ ενός εκπαιδευτή και ενός μέντορα είναι ότι ένας εκπαιδευτής ενθαρρύνει τους εκπαιδευόμενους να αναζητήσουν τις δικές τους λύσεις, αλλά ένας μέντορας θα δώσει επίσης συμβουλές **με βάση τη δική του εμπειρία**. Η καθοδήγηση είναι σημαντική επειδή βοηθά τους ανθρώπους να συνειδητοποιήσουν τις δυνατότητές τους, επιτρέποντάς τους να πετύχουν τους στόχους τους πιο γρήγορα απ' ό,τι θα έκαναν μόνοι τους, καθώς είναι ευκολότερο φυσικά να πετύχουν κάτι με την υποστήριξη και την καθοδήγηση ενός έμπειρου μέντορα.

Το mentoring ως όρος και πρακτική δεν είναι καθόλου καινούριο. Όπως μπορούμε να δούμε στην Οδύσσεια του Ομήρου, ο Οδυσσέας άφησε τον φίλο του **Μέντορα** να φροντίζει τον γιο του Τηλέμαχο, ως κηδεμόνα και σύμβουλο. Σύμφωνα με τη μυθολογία, η θεά Αθηνά έπαιρνε συχνά τη συμβολική μορφή του Μέντορα για να καθοδηγήσει τον Τηλέμαχο, αποδεικνύοντας τη βαρύτητα της έννοιας.

Το mentoring -δηλαδή η καθοδήγηση- από ομοτίμους, είναι μια σχέση μεταξύ ατόμων που βρίσκονται στο ίδιο στάδιο καριέρας ή στην ίδια ηλικία, στην οποία το ένα άτομο έχει μεγαλύτερη εμπειρία από το άλλο σε έναν συγκεκριμένο τομέα. Η καθοδήγηση από ομοτίμους μπορεί να προσφέρει μεγαλύτερες ευκαιρίες για ενσυναίσθηση και αίσθηση ισότητας και εμπειρογνωμοσύνης. Η βιβλιογραφική έρευνα που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του Πακέτου Εργασίας 2 του προγράμματος FAITH, βρήκε την άποψη για την καθοδήγηση από ομοτίμους των O’Neil και Marsick πιο αντιπροσωπευτική για το έργο και τους στόχους του:

“περισσότερο αμφίδρομη διαδικασία από την παραδοσιακή καθοδήγηση συχνά απουσιάζουν από την εξίσωση οι διαφορές στα επίπεδα εμπειρίας και η δύναμη του παραδοσιακού μέντορα. Αυτές οι διαφορές μπορούν να έχουν πρόσθετα οφέλη. Η έλλειψη ιεραρχικής σχέσης μπορεί να διευκολύνει την επικοινωνία, την αμοιβαία υποστήριξη και τη συνεργασία, καθώς και να έχει ως αποτέλεσμα προσωπικά οφέλη, όπως η αμοιβαία μάθηση, η έκθεση σε διαφορετικές οπτικές και η φιλία. Το είδος της αλληλεπίδρασης που επιτρέπεται στην καθοδήγηση από ομοτίμους παρέχει περισσότερες ευκαιρίες ώστε η σχέση να γίνει μετασχηματιστική”.

Ο ρόλος του μέντορα είναι να υποστηρίζει την ανάπτυξη και την εξέλιξη του καθοδηγούμενου, αξιοποιώντας τις γνώσεις του και την εμπειρία του. Ο ψηφιακός μέντορας του προγράμματος FAITH είναι κάποιος που έχει το κίνητρο και τη θέληση να υποστηρίξει τους συνομηλίκους του να κατανοήσουν τα οφέλη της πρόσβασης στο διαδίκτυο και να τους εμπνεύσει να μάθουν νέες δεξιότητες.

Εξ ορισμού, ο μέντορας είναι ένα πρότυπο, ένα πρόσωπο που οι άλλοι θαυμάζουν και σέβονται. Αλλά με την αναγνώριση έρχεται και η ευθύνη. Οι μέντορες περιμένουν από τον μέντορα να θέσει τα πρότυπα για τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η ευθύνη δεν πρέπει να λαμβάνεται απερίσκεπτα. Προκειμένου να οικοδομήσουν εμπιστοσύνη και σεβασμό μέσα στην ομάδα, οι μέντορες θα πρέπει να διασφαλίζουν ότι τα λόγια τους συνάδουν με τις πράξεις τους και να κάνουν πάντα ό,τι μπορούν για να ενεργούν με απόλυτη ακεραιότητα.

ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΓΙΝΕΤΕ ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΜΕΝΤΟΡΑΣ;

Το να είσαι μέντορας είναι ένα πολύ ικανοποιητικό ταξίδι. Τα οφέλη από τη συμμετοχή μπορεί να είναι τόσο κοινωνικά όσο και συναισθηματικά, αλλά ίσως το πιο σημαντικό είναι ότι κάνετε τη διαφορά στη ζωή κάποιου άλλου!

Ένας ψηφιακός μέντορας στο πρόγραμμα FAITh βοηθά συνομηλίκους με χαμηλές βασικές ψηφιακές δεξιότητες να αναπτύξουν τις ικανότητές τους για να εκτελούν καθημερινές εργασίες στο διαδίκτυο και να συμβαδίζουν με τις ραγδαίες αλλαγές που συμβαίνουν στον κόσμο γύρω μας. Ως αποτέλεσμα, ο μέντορας προωθεί τα δικαιώματα στην αυτονομία και την ανεξαρτησία και συμβάλλει στην ευαισθητοποίηση των ενδιαφερομένων σχετικά με το ρόλο του ψηφιακού αλφαριθμητισμού στην αύξηση της κοινωνικής ένταξης και συνοχής.

Με την ενεργή γήρανση ως θεμέλιο του προγράμματος, το FAITh θα συνδέσει την ψηφιακή ενδυνάμωση με την ανεξάρτητη και αυτοδιαχειριζόμενη διαβίωση των συμμετεχόντων. Ωστόσο, η διαδικασία του mentoring μπορεί να κάνει και τον μέντορα πιο ενεργό, να ενισχύσει τις ηγετικές του ικανότητες και να βελτιώσει την αυτοεκτίμησή του, ενώ θα του δώσει την ευκαιρία να συνδεθεί με τους ανθρώπους που θα βοηθήσει και να κάνει νέους φίλους.

Επιπλέον, ένας από τους καλύτερους τρόπους μάθησης είναι η διδασκαλία. Η διδασκαλία βοηθά κάποιον να ενισχύσει τις γνώσεις που ήδη έχει, αλλά τον βοηθά επίσης να μάθει νέες δεξιότητες. Για παράδειγμα, οι μέντορες μπορούν να βελτιώσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες και να μάθουν πώς να είναι καλύτεροι ακροατές.

ΜΟΝΤΕΛΑ MENTORING

Τα περισσότερα μοντέλα mentoring βασίζονται στην προσωπική επαφή. Ωστόσο, το mentoring σε ομάδες ή ακόμη και εξ αποστάσεως μέσω διαδικτύου μπορεί να είναι επωφελές, ανάλογα με τις περιστάσεις. Κάθε τύπος mentoring έχει τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματά του, είτε πρόκειται για την παραδοσιακή καθοδήγηση ενός προς έναν, όπου αντιστοιχεί ένας εκπαιδευόμενος σε έναν μέντορα, είτε για την ομαδική καθοδήγηση όταν ένας μόνο μέντορας αντιστοιχεί σε μία ομάδα εκπαιδευομένων, είτε για την εξ αποστάσεως καθοδήγηση κατά την οποία οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να βρίσκονται σε διαφορετικές τοποθεσίες.

Mentoring ενός προς έναν

Το παραδοσιακό δυαδικό μοντέλο καθοδήγησης περιλαμβάνει ένα πιο έμπειρο άτομο που συνδυάζεται με ένα λιγότερο έμπειρο, προκειμένου να παρέχει γνώσεις, υποστήριξη και ενθάρρυνση. Επειδή πρόκειται για ένα “οικείο” μοντέλο, οι περισσότεροι τείνουν να αισθάνονται πιο άνετα με αυτό. Αυτό το μοντέλο επιτρέπει -και μάλιστα ενθαρρύνει- τον μέντορα και τον καθοδηγούμενο να αναπτύξουν μια προσωπική σχέση. Αυτή η υποστήριξη και η προσοχή από τον μέντορα είναι συχνά ευπρόσδεκτες από τους άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, τα οποία μπορεί να έχουν λίγους ανθρώπους για να συσχετισθούν κοινωνικά και ως αποτέλεσμα να υποφέρουν από μοναξιά. Επιπλέον, το μοντέλο αυτό προσφέρει μια προσέγγιση προσαρμοσμένη στις προσωπικές ανάγκες του συμμετέχοντα.

Μειονεκτήματα του «one-to-one mentoring»

- Η επιτυχία του παραδοσιακού μοντέλου έγκειται στην καλύτερη δυνατή αντιστοίχιση μεταξύ του μέντορα και του εκπαιδευόμενου. Αν δεν υπάρχει χημεία, απλά δεν θα λειτουργήσει.
- Ένα πρόβλημα μπορεί να είναι η έλλειψη ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας που μπορούν να χρησιμεύσουν ως μέντορες.
- Group mentoring

Mentoring σε ομάδες

Πολλοί θεωρούν ότι η προσωπική φύση του mentoring είναι το κύριο πλεονέκτημά της, οπότε είναι λογικό να αναρωτιέται κανείς γιατί κάποιος να προτιμά την καθοδήγηση σε ομάδες. Ενώ στις ομάδες η προσέγγιση μπορεί να είναι λιγότερο προσωπική, υπάρχουν αρκετά χαρακτηριστικά που αντισταθμίζουν τα μειονεκτήματά της:

- **Αλληλεπίδραση μεταξύ των εκπαιδευομένων:** Το mentoring σε ομάδες δίνει τη δυνατότητα για μεγαλύτερη έκθεση σε πολλαπλά επίπεδα εμπειρίας και γνώσης, καθώς κάθε συμμετέχων φέρνει τις δικές του ικανότητες στην ομάδα.
- **Αύξηση του αριθμού των συμμετεχόντων:** Η καθοδήγηση σε ομάδες έχει πολλά από τα οφέλη της παραδοσιακής προσέγγισης, ενώ ταυτόχρονα αυξάνει τον αριθμό των ατόμων που επωφελούνται από τη διαδικασία, σε αντίθεση με τους περιορισμούς ενός προγράμματος δυαδικού mentoring.

Μειονεκτήματα του mentoring σε ομάδες:

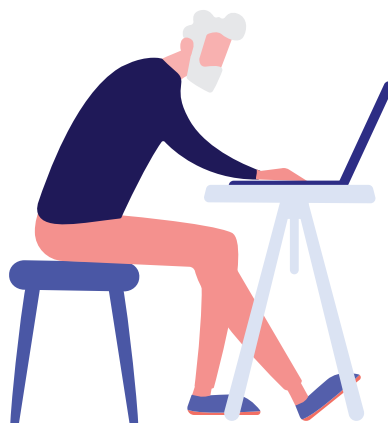
Κάθε μέλος έχει διαφορετικές ανάγκες που πρέπει να εξισορροπούνται με τις συνολικές ανάγκες της ομάδας.

Δεν προσφέρει την “προσωπική” σχέση του one-to-one mentoring.

Ο προγραμματισμός των συνεδριάσεων μπορεί να είναι μια πρόκληση δεδομένου του αριθμού των μελών της ομάδας.

Ο ανταγωνισμός εντός της ομάδας μπορεί να διαταράξει τη διαδικασία.

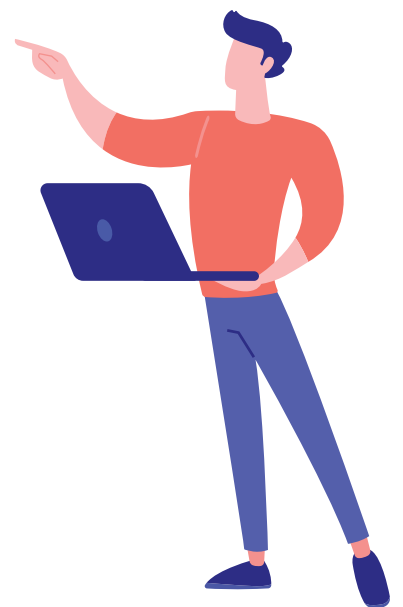
Οι μέντορες πρέπει να κατανοούν και να αισθάνονται άνετα με τη δυναμική και τις διαδικασίες της ομάδας.



Mentoring εξ αποστάσεως

Υπάρχουν ελάχιστες αναφορές σε peer-to-peer mentoring παρεμβάσεις για άτομα μεγαλύτερης ηλικίας σε διαδικτυακό περιβάλλον. Δεδομένου όμως του αυξανόμενου αριθμού ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας που χρησιμοποιούν ψηφιακά μέσα, υπάρχει και αυξημένο ενδιαφέρον για τη διερεύνηση των διαδικτυακών μοντέλων και των πιθανών πλεονεκτημάτων τους σε ένα πλαίσιο mentoring από ομοτίμους. Με βάση την προηγούμενη εμπειρία των εταίρων του προγράμματος που παρείχαν ευκαιρίες μάθησης σε άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, είναι ασφαλές να πούμε ότι, εκτός από τα συνήθη οφέλη του mentoring για τον γενικό πληθυσμό, η διαδικτυακή εκδοχή του έχει κάποια δικά της οφέλη και για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας:

- Οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι σε διαφορετικές τοποθεσίες έχουν τη δυνατότητα να μάθουν ο ένας από τον άλλο. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό στην εποχή του covid-19, όπου οι μεγαλύτεροι σε ηλικία συμμετέχοντες διστάζουν να μετακινηθούν και να παρακολουθήσουν μαθήματα σε μία αίθουσα με άλλα άτομα.
- Το mentoring εξ αποστάσεως επιτρέπει ευέλικτες ώρες συναντήσεων. Καθώς τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας υιοθετούν ολοένα και περισσότερο έναν πιο ενεργό τρόπο ζωής, συμμετέχουν σε πολλές δραστηριότητες και έχουν πολυάσχολο πρόγραμμα.
- Η εξ αποστάσεως καθοδήγηση επιτρέπει σε περισσότερα άτομα να συμμετέχουν σε ένα πρόγραμμα, με αποτέλεσμα την ευρύτερη διάδοση των οφελών του.



Μειονεκτήματα του mentoring εξ αποστάσεως

- Οι προκλήσεις στην επικοινωνία: Η διαδικτυακή επικοινωνία είναι περιορισμένη όσον αφορά τη γλώσσα του σώματος και τις εκφράσεις του προσώπου. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα όταν χρησιμοποιούνται για επικοινωνία το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο και οι τηλεφωνικές κλήσεις.
- Η έλλειψη χημείας: Οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι που δεν έχουν τη δυνατότητα να αλληλεπιδράσουν δια ζώσης, μπορεί να έχουν αδυναμία στο να δημιουργήσουν το κατάλληλο κλίμα.
- Τεχνολογικά προβλήματα. Οι τεχνολογικές αποτυχίες μπορεί να απογοητεύσουν και τις δύο πλευρές και ενδεχομένως να προκαλέσουν μια τεταμένη σχέση.

Καταλήγοντας, υπάρχουν διάφορα μοντέλα mentoring για να επιλέξει κανείς, ανάλογα με διάφορους παράγοντες, όπως οι ανάγκες των εκπαιδευομένων, ο αριθμός των διαθέσιμων μεντόρων και το αν οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να συναντιούνται σε τακτική βάση. Για τους σκοπούς του έργου FAITH, προτείνουμε να χρησιμοποιούνται τεχνικές ατομικού και ομαδικού mentoring, που θα μπορούν να συμπληρώνονται από συναντήσεις εξ αποστάσεως.



ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΥ ΜΕΝΤΟΡΑ

Πολύ σημαντικές ιδιότητες ενός καλού μέντορα είναι η υπομονή και η ενεργητική ακρόασης. Οι πιο αποτελεσματικοί μέντορες αντιλαμβάνονται τι συμβαίνει, αξιολογούν το σημείο στο οποίο βρίσκεται ο εκπαιδευόμενος και στη συνέχεια τον καθοδηγεί στο σωστό δρόμο. Η καθοδήγηση αφορά τόσο τη συμβουλευτική όσο και τη μεταφορά γνώσεων και συμπεριφορών. Επιπλέον, το κίνητρο ενός καλού μέντορα είναι επιθυμία να βοηθήσει τους συνομηλίκους του να πετύχουν τους στόχους τους και να λάβει ικανοποίηση από την προσφορά του. Το καθήκον ενός καλού μέντορα είναι να υποστηρίζει με τρόπο που να έχει νόημα για τους εκπαιδευομένους- είναι σημαντικό να έχει πάντα κατά νου το συμφέρον τους, να προσφέρει ενθάρρυνση και υποστήριξη, ενώ παράλληλα να μοιράζεται γνώσεις και εμπειρίες ζωής.

Για να γίνει κάποιος μέντορας, πρέπει να είναι σε θέση να προσαρμόσει την προσέγγισή του στη συγκεκριμένη ομάδα που καθοδηγεί. Είναι πολύ σημαντικό να μπορεί κανείς να προσδιορίζει αν μια διδακτική προσέγγιση λειτουργεί ή όχι και να ξέρει πώς να κάνει αλλαγές στην πορεία και να προσαρμόζεται όταν χρειάζεται.



Άλλα σημεία που πρέπει να προσέχετε:

Δεξιότητες επικοινωνίας

Κάθε μέντορας χρειάζεται τις κατάλληλες επικοινωνιακές δεξιότητες για να έχει μια πετυχημένη σχέση μέντορα-εκπαιδευόμενου. Η κύρια προτεραιότητα ενός μέντορα είναι να βρίσκεται στη “θέση” του εκπαιδευόμενου, να ακούει και να δίνει ανατροφοδότηση. Για να το εξασκήσει αυτό, ο μέντορας θα πρέπει να επικεντρωθεί στην ενεργητική ακρόαση. Όταν ένας εκπαιδευόμενος αναφέρει μια ανησυχία, ο μέντορας θα πρέπει να του δίνει ιδιαίτερη σημασία. Οι άτομα μεγαλύτερης ηλικίας συχνά φοβούνται το διαδίκτυο, τις ηλεκτρονικές συναλλαγές ή μερικές φορές ακόμη και τη χρήση ενός κινητού τηλεφώνου ή ενός tablet, επειδή πιστεύουν ότι μπορεί να το βλάψουν. Ο μέντορας πρέπει να ακούσει αυτούς τους φόβους και να προσπαθήσει να τους εξαλείψει. Επίσης, πολλές φορές ανησυχούν μήπως επιβαρύνουν τον μέντορα με όλες τις ερωτήσεις τους. Για το λόγο αυτό, χρειάζονται συνεχή διαβεβαίωση ότι οι μέντορες δεν έχουν πρόβλημα να βοηθήσουν, αρκεί βέβαια η επικοινωνία αυτή να γίνεται σε ένα ορισμένο πλαίσιο.

Ανάγκες και προτιμήσεις των συμμετεχόντων

Για να δημιουργηθεί ένα μαθησιακό περιβάλλον αμοιβαίας εμπιστοσύνης και σεβασμού, είναι σημαντικό να γίνονται ερωτήσεις στους εκπαιδευόμενους σχετικά με τις ανάγκες και τις προσδοκίες τους από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα, τι τους ενδιαφέρει και τι τους ευχαριστεί. Όταν κάνετε ερωτήσεις, ανακαλύπτετε τι θα πρέπει να τονίσετε κατά τη διάρκεια της διαδικασίας. Ερωτήσεις όπως: “Τι είναι πιο σημαντικό για εσάς να μάθετε;” ή “Τι φοβάστε περισσότερο όταν χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο;” μπορεί να είναι πολύ χρήσιμα για την εμπειρία μάθησης. Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να ενθαρρύνονται να μπαίνουν στο διαδίκτυο με τον δικό τους ρυθμό. Το ταξίδι στον άγνωστο ψηφιακό κόσμο μπορεί να είναι πολύ τρομακτικό και να προκαλεί άγχος στα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, πρέπει να καταλάβουν ότι δεν πειράζει να πάρουν το χρόνο τους και να κάνουν λάθη!

Ανταλλαγή προσωπικών ιστοριών

Η ανταλλαγή ιστοριών δείχνει στους εκπαιδευόμενους ότι ο μέντορας καταλαβαίνει τις ανησυχίες τους. Βοηθά επίσης στη δημιουργία ενός μαθησιακού περιβάλλοντος εμπιστοσύνης και προσωπικής σύνδεσης με τους συμμετέχοντες.

Για παράδειγμα, ο μέντορας μπορεί να μοιραστεί με τους καθοδηγούμενους το πώς ο ίδιος αγωνίστηκε με τις νέες τεχνολογίες και το διαδίκτυο, τι έκανε για να το ξεπεράσει και πώς αυτό έκανε τη ζωή του ευκολότερη.

Εποικοδομητική ανατροφοδότηση

Ανατροφοδότηση είναι οι πληροφορίες που μπορεί να δώσει ο μέντορας στους εκπαιδευόμενους σχετικά με την πρόοδό τους, που θα τους βοηθήσουν να βελτιωθούν και να πετύχουν τους μαθησιακούς τους στόχους. Η καλύτερη στιγμή για ανατροφοδότηση είναι όταν οι συμμετέχοντες εξασκούνται σε αυτό που έμαθαν, ώστε να έχουν χρόνο να εφαρμόσουν τις προτάσεις του μέντορα και να βελτιωθούν. Ιδανικά, η ανατροφοδότηση είναι συνεχής και διαρκής καθ' όλη τη διάρκεια της μαθησιακής διαδικασίας, μέχρι να επιτευχθούν οι στόχοι. Όταν δίνετε ανατροφοδότηση, είναι σημαντικό να τονίζετε **πρώτα κάτι θετικό**. Οι άνθρωποι δεν χρειάζεται να γνωρίζουν μόνο τι κάνουν λάθος, αλλά και τι κάνουν σωστά, ώστε να συνεχίσουν να το κάνουν. Επίσης, ο μέντορας θα πρέπει να αξιοποιεί τις δικές του εμπειρίες για να δείχνει ενσυναίσθηση και κατανόηση. Η κατανόηση του πώς αισθάνονται οι εκπαιδευόμενοι είναι ιδιαίτερης σημασίας για τη σύνδεση μαζί τους σε βαθύτερο επίπεδο. Για παράδειγμα, αν ο εκπαιδευόμενος μπερδεύεται από όλες τις πληροφορίες που δέχεται, ο μέντορας θα πρέπει να επιβραδύνει ή ακόμη και να κάνει μια μικρή παύση. Αν ο εκπαιδευόμενος το χειρίζεται τη νέα γνώση αρκετά καλά, μπορεί να πάει λίγο παραπέρα.

Όταν δίνετε ανατροφοδότηση, πρέπει να έχετε κατά νου **να μην φέρνετε ποτέ τον μαθητευόμενο σε δύσκολη θέση** και να είστε πάντα συγκεκριμένοι.

Δημιουργία θετικού μαθησιακού περιβάλλοντος

Είναι σημαντικό να δημιουργηθεί ένα μαθησιακό περιβάλλον εμπιστοσύνης και αμοιβαίου σεβασμού, όπου οι συμμετέχοντες θα αισθάνονται άνετα και θα υποστηρίζονται. Ακολουθούν ορισμένες συμβουλές για το πώς να το πετύχετε αυτό:

- Γνωρίζοντας τους συμμετέχοντες και δημιουργώντας σχέσεις μαζί τους.
- Ενθαρρύνοντας τις κοινωνικές σχέσεις μεταξύ των συμμετεχόντων. Η ομαδική αλληλεπίδραση είναι πιο ζωντανή όταν η συζήτηση διευρύνεται σε ολόκληρη την ομάδα.
- Δείχνοντας ότι ενδιαφέρετε για την επιτυχία τους και ότι είστε διαθέσιμοι να τους υποστηρίξετε.

Απαντώντας σε ερωτήσεις

Στο τέλος των συναντήσεων, είναι καλή ιδέα να επιστήσετε την προσοχή των εκπαιδευομένων σε όσα διδάχθηκαν, κάνοντας μια ανασκόπηση των κύριων σημείων και μια σύντομη εισαγωγή στο περιεχόμενο της επόμενης συνάντησης. Οι συμμετέχοντες είναι πιθανό να έχουν κάποιες ερωτήσεις σχετικά με αυτά που μόλις έμαθαν. Όσο προφανείς και επαναλαμβανόμενες και αν είναι οι ερωτήσεις τους, δεν πρέπει ποτέ να αγνοούνται. Στην πραγματικότητα, θα πρέπει να ενθαρρύνονται, καθώς βασίζονται στη σχέση εμπιστοσύνης που υπάρχει με τον μέντορα και στη χαλαρή ατμόσφαιρα στην οποία οι συμμετέχοντες δε διστάζουν να κάνουν ελεύθερα ερωτήσεις. Ένας καλός τρόπος οργάνωσης αυτής της φάσης του μαθήματος για να γίνει πιο αποτελεσματική, είναι να προετοιμάσετε έναν “πίνακα ερωτήσεων” για κάθε μάθημα, στον οποίο ο μέντορας μπορεί να καταγράφει όλες τις ερωτήσεις που τίθενται, χωρίς να χρειάζεται να τις απαντήσει όλες, καθώς ορισμένες μπορεί να μην σχετίζονται άμεσα με ό,τι διδάχτηκε. Μπορείτε να εξηγήσετε ότι οι ερωτήσεις θα απαντηθούν όταν τεθεί το συγκεκριμένο θέμα. Αυτό σας επιτρέπει να αναβάλλετε την απάντηση σε ερωτήσεις που δεν είναι σχετικές, χωρίς να αγνοείτε τις απορίες των εκπαιδευομένων.

Πριν από το κλείσιμο

Στο τέλος της συνάντησης, καλό είναι να δίνετε στους συμμετέχοντες μια εργασία για το σπίτι, ώστε να προσπαθήσουν να εφαρμόσουν όσα έμαθαν. Τα πρώτα λεπτά της επόμενης συνάντησης θα μπορούσαν να αφιερωθούν στην επανάληψη του υλικού της προηγούμενης και στην απάντηση τυχόν ερωτήσεων που έχουν ακόμα οι εκπαιδευόμενοι.



ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το mentoring δημιουργεί ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη και εξέλιξη. Κάθε συνάντηση θα πρέπει να στοχεύει σε αυτό, εστιάζοντας σε θέματα που βοηθούν τον εκπαιδευόμενο.

Οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι έχουν την υποχρέωση να συμπεριφέρονται μεταξύ τους με αξιοπρέπεια και σεβασμό. Το mentoring είναι μια σχέση που δομείται με τη συμβολή και των δύο πλευρών. Ο μέντορας δεν είναι αποκλειστικά υπεύθυνος για τη δημιουργία μιας πετυχημένης σχέσης. Πρέπει να είναι ευέλικτος, ειλικρινής, ανοιχτός και δεκτικός σε ανατροφοδότηση. Αντίστοιχα, ο εκπαιδευόμενος πρέπει να είναι πρόθυμος και ικανός να αναλάβει δράση για την επίτευξη των στόχων του, να επενδύσει στη μάθηση και να κάνει βήματα προς την αναγκαία αλλαγή. Πρέπει επίσης να είναι πρόθυμος να δώσει ανατροφοδότηση και να μιλήσει ανοιχτά για τη διαδικασία μάθησης.

Μερικές συμβουλές:

- Να θυμάστε ότι ο μέντορας παίζει σημαντικό ρόλο και πρέπει να ενεργεί αναλόγως.
- Θα πρέπει να είστε υπομονετικοί: τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να μην έχουν συνηθίσει να συμμετέχουν σε μαθησιακές δραστηριότητες και δεν είναι πάντα εξοικειωμένα με τους υπολογιστές και το διαδίκτυο.
- Ποτέ μην υποθέτετε ότι επειδή εσείς δείξατε κάτι στους συμμετέχοντες, εκείνοι το έχουν κατακτήσει.
- Να θυμάστε να είστε ευγενικοί, ακόμη και όταν ένας εκπαιδευόμενος είναι ενοχλητικός.
- Μην κάνετε εσείς όσα θα έπρεπε να κάνουν οι συμμετέχοντες. Πρέπει να μαθαίνουν (και να κάνουν λάθη) μόνοι τους.
- Αν έχετε αμφιβολίες, ρωτήστε τον εκπαιδευτή σας στο έργο - μη διστάσετε να δείξετε ότι δε γνωρίζετε κάτι.
- Αν διαφωνήσετε με κάποιον εκπαιδευόμενο, εξηγήστε το πρόβλημα στον εκπαιδευτή σας, αλλά μην κατηγορήσετε κανέναν γι' αυτό.

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ

“

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ FAITH

”

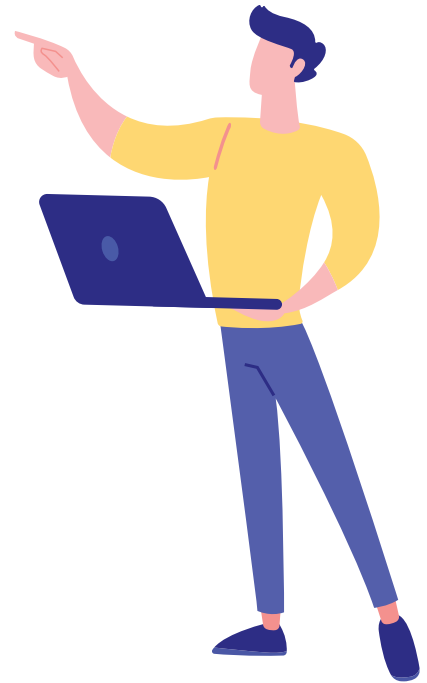
Το πρόγραμμα καθοδήγησης FAITH στοχεύει στην καταπολέμηση της ψηφιακής περιθωριοποίησης των ατόμων 55+. Οι εταίροι του προγράμματος FAITH έχουν αναπτύξει αυτό το καινοτόμο πρόγραμμα για καθοδήγηση μεταξύ ομοτίμων, για την υποστήριξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας μέσα από τον ψηφιακό εγγραμματισμό τους, ώστε να αισθάνονται μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στη χρήση του διαδικτύου για τις συναλλαγές τους.

Αλλά δεν είναι μόνο αυτό: προκειμένου να έχει μεγαλύτερο και ουσιαστικότερο αντίκτυπο, το έργο αξιοποιεί την υποστήριξη των μελών της οικογένειας και των φροντιστών των συμμετεχόντων. Επίσης απευθύνεται στις υπηρεσίες που είναι διαθέσιμες για τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας (εκπαίδευσης, αναψυχής, κοινωνικής και υγειονομικής περίθαλψης κ.λπ.) αλλά και στην τοπική αγορά (επιχειρήσεις, εταιρίες κ.λπ.), υπογραμμίζοντας τη σημασία του ρόλου τους στη διατήρηση της κοινωνικής ένταξης των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Αυτό θα εξασφαλίσει ένα υποστηρικτικό και βιώσιμο πλαίσιο για την επίτευξη του κύριου στόχου του έργου, δηλαδή της ψηφιακής ένταξης για όλους.



Το πρόγραμμα σχεδιάστηκε για να υλοποιηθεί πιλοτικά σε μικρή κλίμακα σε 4 χώρες- εταίρους, δηλαδή την Κύπρο, την Ελλάδα, την Ιταλία και την Πορτογαλία. Η καινοτομία του προγράμματος FAITH έγκειται στο γεγονός ότι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία μέντορες θα βοηθούν τους συνομηλίκους τους μέσω της διαδικασίας mentoring. Μέσα σε μια περίοδο 7 μηνών, οι εκπαιδευόμενοι θα καθοδηγούνται από τους ψηφιακούς μέντορές τους μέσα από το μαθησιακό υλικό του έργου, ενώ θα ενθαρρύνονται να συμμετέχουν ενεργά, όχι μόνο στην ίδια τη μάθηση, αλλά και στον καθορισμό των δραστηριοτήτων από τις οποίες θα επωφεληθούν. Σύμφωνα με τις βασικές αρχές της διδασκαλίας των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας, το FAITH είναι εξαιρετικά ευέλικτο και όλες οι δραστηριότητες εξαρτώνται από τις ανάγκες και τις προτιμήσεις κάθε μεμονωμένου συμμετέχοντα. Για το λόγο αυτό, ένα λεπτομερές πρόγραμμα των ομαδικών δραστηριοτήτων καθοδήγησης θα σχεδιαστεί από τους μέντορες με την υποστήριξη των εκπαιδευτών τους και σε συνεργασία με τους εκπαιδευόμενους, καθορίζοντας τις δραστηριότητες που θα πραγματοποιηθούν σε ατομικές ή ομαδικές συναντήσεις. Το αποτέλεσμα θα είναι ένα εξατομικευμένο σχέδιο καθοδήγησης για κάθε ωφελούμενο, το οποίο θα αποτελείται από δια ζώσης και διαδικτυακές συναντήσεις, ευαισθητοποίηση της οικογένειας και την οικοδόμηση συνεργασιών με ενδιαφερόμενους φορείς.

Οι ακόλουθες ενότητες παρουσιάζουν μια επισκόπηση των διαφόρων πτυχών που συνθέτουν το πρόγραμμα mentoring FAITH, δηλαδή μια περιγραφή του υλικού και των προτεινόμενων δραστηριοτήτων που σχεδιάστηκαν για την αντιμετώπιση των ψηφιακών αναγκών των εκπαιδευομένων, κατευθυντήριες γραμμές για τη διαχείριση της διαδικασίας mentoring και την παρακολούθηση της προόδου των συμμετεχόντων, συμβουλές για την ενίσχυση της εμπιστοσύνης των μελών της οικογένειας και των φροντιστών, αλλά και για τη δημιουργία συνδέσμων με την τοπική αγορά και τους επαγγελματίες, με απώτερο σκοπό τη μεγιστοποίηση των θετικών αποτελεσμάτων του προγράμματος.



ΨΗΦΙΑΚΗ ΜΗΘΗΣΗ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Η ψηφιακή μάθηση αποτελεί τον πυρήνα του έργου. Εισάγει τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας στον ψηφιακό κόσμο, βοηθώντας τα να αισθάνονται άνετα και να νιώθουν αυτοπεποίθηση όταν χρησιμοποιούν το διαδίκτυο.

Τα μαθήματα χωρίζονται σε δύο βασικές ενότητες:

- Μία για μάθηση δια ζώσης, που καλύπτει βασικές δεξιότητες ΤΠΕ και διαδικτύου
- Μία αφιερωμένη στις ψηφιακές συναλλαγές και την ασφάλεια κατά τη χρήση του διαδικτύου.

Οι μέντορες πρέπει να διευκολύνουν τους μαθητές να εξετάσουν το υλικό, ανάλογα με τις ανάγκες και τις προτιμήσεις τους και το ρυθμό που επιθυμούν να ακολουθήσουν, ενώ παράλληλα να απαντούν σε ερωτήσεις που μπορεί να προκύπτουν. Για παράδειγμα, εάν οι συμμετέχοντες έχουν ήδη λογαριασμό ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, δεν θα χρειαστεί να αναφερθούν σε αυτό το μέρος. Αντίστοιχα, αν φαίνεται να δυσκολεύονται με κάποιο θέμα, π.χ. πώς να πραγματοποιούν αγορές στο διαδίκτυο, μπορείτε να αφιερωθεί περισσότερος χρόνος και προσπάθεια σε αυτό.



A. ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ

Όσον αφορά στις ομαδικές δραστηριότητες, τουλάχιστον τρία εργαστήρια για τη χρήση του διαδικτύου και τις ηλεκτρονικές συναλλαγές θα διεξαχθούν δια ζώσης σε κάθε χώρα με μικρές ομάδες των 5 συμμετεχόντων σε κάθε μία (3-5 ημέρες εκπαίδευσης). Τα εργαστήρια βασίζονται στο εκπαιδευτικό υλικό που αναπτύχθηκε από τη σύμπραξη FAITH και είναι διαθέσιμο στην πλατφόρμα του έργου

<https://elearning.faith-project.eu/>

Εκεί υπάρχουν παρουσιάσεις Power Point που συμπληρώνονται από δραστηριότητες σε μορφή παιχνιδιού, με στόχο να τους βοηθήσουν να αναπτύξουν τις ψηφιακές τους δεξιότητες και να γνωρίσουν ορισμένες από τις πολλές ευκαιρίες που προσφέρει το διαδίκτυο. Περιγράφοντας τις βασικές ικανότητες που θα επιτρέψουν στους συμμετέχοντες να χρησιμοποιούν τις συσκευές τους (υπολογιστή/tablet/ smartphone) με τον πιο αποτελεσματικό και φιλικό προς την ηλικία τους τρόπο, τα εργαστήρια παρέχουν τεχνικές οδηγίες και εργαλεία για να παραμείνουν «συνδεδεμένοι» με τον κόσμο, ενώ παράλληλα εισάγουν τους συμμετέχοντες στον κόσμο των ψηφιακών συναλλαγών.

ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το πρόγραμμα που παρουσιάζεται παρακάτω, δίνει έναν αρχικό προσανατολισμό για τα εργαστήρια που θα πραγματοποιηθούν δια ζώσης. Μπορούν να διεξαχθούν από εκπαιδευτή ή από/με τη συμβολή των μεντόρων. Ανάλογα με το επίπεδο ψηφιακού εγγραμματισμού των συμμετεχόντων, οι ενότητες μπορούν να προσαρμοστούν ή να συνδυαστούν με οποιονδήποτε τρόπο που να ανταποκρίνεται καλύτερα στις ανάγκες τους. Ωστόσο, στις δραστηριότητες που περιγράφονται στην ΠΡΩΤΗ ΗΜΕΡΑ για να γνωριστούν μεταξύ τους οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι, είναι σημαντικό να είναι παρόντες όλοι οι μέντορες και όλοι οι εκπαιδευόμενοι.

ΠΡΩΤΗ ΗΜΕΡΑ

Γνωριμία/ Καταγραφή προσδοκιών και προβληματισμών / Εισαγωγή στο πρόγραμμα FAITH / Ταίριασμα μεντόρων και μαθητευομένων / Καθορισμός βασικών κανόνων

ΔΕΥΤΕΡΗ ΗΜΕΡΑ

Βασικές δεξιότητες Internet

ΤΡΙΤΗ ΗΜΕΡΑ

Κάνοντας τις συσκευές ευκολότερες για ΕΣΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ ΗΜΕΡΑ

Οργάνωση/Λήψη εφαρμογών. Είναι πιο εύκολο από ό,τι νομίζετε!

ΠΕΜΠΤΗ ΗΜΕΡΑ

Εισαγωγή στις ηλεκτρονικές συναλλαγές/ Σχεδιασμός εξατομικευμένων σχεδίων mentoring

Ακολουθεί μια επισκόπηση των θεμάτων:

ΗΜΕΡΑ 1

Ας γνωριστούμε!

Η δραστηριότητα αυτή αποσκοπεί στη δημιουργία συνοχής στην ομάδα και στην εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τους ψηφιακούς μέντορες. Βοηθά όλους τους συμμετέχοντες να χαλαρώσουν και να ενταχθούν στην ομάδα, ενώ παράλληλα χτίζει εμπιστοσύνη.

Χαρτογράφηση των προσδοκιών και των προβληματισμών

Οι συμμετέχοντες, μέντορες και εκπαιδευόμενοι, εκφράζουν τις προσδοκίες τους από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα, καθώς και τις ανησυχίες τους. Κάθε συμμετέχων γράφει τις προσδοκίες/ανησυχίες του σε χρωματιστά post-it και τα τοποθετεί σε ένα flip chart ή σε έναν λευκό πίνακα, ενώ ακολουθεί μια ομαδική συζήτηση. Αυτό είναι ένα σημαντικό βήμα, καθώς παρέχει κρίσιμες πληροφορίες σχετικά με τις ανάγκες τους, υποδεικνύοντας πού πρέπει να γίνει αλλαγή στην έμφαση, το περιεχόμενο ή την κατεύθυνση του μαθήματος- και για να δούμε στο τέλος του μαθήματος, αν οι προσδοκίες έχουν εκπληρωθεί. Είναι επίσης μια πολύ καλή ευκαιρία να συζητηθούν οι ανησυχίες τους στην ομάδα και να αντιμετωπιστούν, κάνοντας όλους τους εμπλεκόμενους να αισθάνονται πιο άνετα για τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα.

Εισαγωγή στο πρόγραμμα FAITH

Αφού δημιουργηθεί μια άνετη ατμόσφαιρα ενεργής συμμετοχής, παρουσιάζεται στους συμμετέχοντες το έργο: περί τίνος πρόκειται και τι να περιμένουν:

1. Τι πρόκειται να μάθουν (οριζόντια θέματα χρήσης των ΤΠΕ και του διαδικτύου)
2. Γιατί η γνώση αυτή είναι σημαντική γι' αυτούς (για να είναι αποτελεσματικοί και αυτόνομοι)
3. Πώς είναι δομημένα τα μαθήματα (η εκπαίδευση δια ζώσης και στη συνέχεια το υλικό που προσφέρεται για εκπαίδευση εξ αποστάσεως)
4. Ο ρόλος του ψηφιακού μέντορα

Αντιστοίχιση των Μεντόρων με τους εκπαιδευόμενους

Η σωστή αντιστοίχιση μεντόρων και εκπαιδευομένων είναι πολύ σημαντική για την επιτυχία του προγράμματος. Προκειμένου να δημιουργηθούν ισχυρές σχέσεις mentoring, οι προτιμήσεις των εμπλεκόμενων ατόμων θα πρέπει να αποτελούν σημαντικό στοιχείο αυτής της διαδικασίας. Όταν οι συμμετέχοντες έχουν κάποιο λόγο στην επιλογή του μέντορα/εκπαιδευομένου τους, είναι πιο πιθανό να επενδύσουν στη διαδικασία, βελτιώνοντας τις πιθανότητες να είναι κατάλληλη η αντιστοίχιση και επωφελής για το πρόγραμμα. Το επίπεδο των δεξιοτήτων των συμμετεχόντων στις ΤΠΕ και οι προτιμώμενες χρονικές ζώνες για τις συναντήσεις μπορούν να καθορίσουν το ταίριασμα, καθώς και τα αποτελέσματα των προηγούμενων δραστηριοτήτων γνωριμίας, όπου οι συμμετέχοντες δήλωσαν τις προσδοκίες και τις ανησυχίες τους. Επιπλέον, οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι μπορεί να ζητούν κάποιον με το ίδιο φύλο, που κατοικεί στην ίδια περιοχή ή να έχει κάποιο άλλο χαρακτηριστικό. Εμπειρίες ζωής και ενδιαφέροντα. (π.χ. χόμπι, τρόπος ζωής και οικογενειακή σύνθεση) μπορούν να οδηγήσουν σε ισχυρές σχέσεις. family makeup) can lead to strong relationships.

Καθορισμός των βασικών κανόνων

Το κλειδί για κάθε πετυχημένο πρόγραμμα mentoring είναι η κοινή κατανόηση του πώς, πότε και πόσο συχνά θα γίνεται η επικοινωνία. Είναι σημαντικό να καθοριστούν οι χρόνοι αυτοί από την αρχή και να τηρηθούν. Μόλις οι μέντορες ταιριάξουν με τους εκπαιδευομένους τους, όλα τα μέρη θα πρέπει να συμφωνήσουν σχετικά με τους όρους και τα όρια της επικοινωνίας τους και να θέσουν τους κανόνες συμπεριφοράς, προκειμένου να ξεκινήσει η σχέση στη σωστή κατεύθυνση.



ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

Το υλικό για εκπαίδευση δια ζώσης αποτελείται από 4 ενότητες σχετικά με τις βασικές ψηφιακές ικανότητες, μαζί με μια εισαγωγή στις ηλεκτρονικές συναλλαγές ¹.

Ενότητα 1.1: Βασικές δεξιότητες διαδικτύου

Σκοπός αυτής της ενότητας είναι να εξοικειωθούν οι συμμετέχοντες με εργαλεία πλοήγησης στο διαδίκτυο, λήψης φωτογραφιών και εγγράφων, δημιουργίας λογαριασμών ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και χρήσης τους για την αποστολή μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου με συνημμένα αρχεία.

Οι συμμετέχοντες εισάγονται στις δυνατότητες του διαδικτύου και στον τρόπο με τον οποίο χρησιμεύει στις καθημερινές δραστηριότητες. Έχοντας κατά νου τις αρχές της συμμετοχικής μάθησης, οι συμμετέχοντες καλούνται να σκεφτούν τρόπους με τους οποίους το διαδίκτυο μπορεί να διευκολύνει την καθημερινότητά τους και να τους μοιραστούν με την υπόλοιπη ομάδα.

Ενότητα 1.2: Κάνοντας τις συσκευές σας εύκολες για ΕΣΑΣ

Η Ενότητα 2 παρέχει τα εργαλεία και τις γνώσεις ώστε οι συμμετέχοντες να προσαρμόζουν εύκολα τις συσκευές τους για να πραγματοποιούν ηλεκτρονικές συναλλαγές με άνετο, εύκολο και ασφαλή τρόπο. Δίνονται οδηγίες με εύκολα βήματα για το πώς να προσαρμόζουν τις ρυθμίσεις τους ανάλογα με τη συσκευή που χρησιμοποιούν, δηλαδή αν πρόκειται για υπολογιστή ή tablet/ smartphone.

¹Λεπτομερής οδηγός σχετικά με το περιεχόμενο των ενοτήτων και τον τρόπο χρήσης τους μπορεί να βρεθεί στον «Οδηγό για τον Εκπαιδευτή/Μέντορα» του έργου.

Ενότητα 1.3: Οργάνωση

Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας συχνά μπερδεύονται από τις πολυάριθμες δυνατότητες των ψηφιακών τους συσκευών και αποθαρρύνονται εύκολα. Αυτή η ενότητα παρέχει στους συμμετέχοντες εργαλεία για να δημιουργούν και να διαχειρίζονται αρχεία στις συσκευές τους και να διατηρούν το χώρο εργασίας τους τακτοποιημένο, ώστε να μπορούν να βρουν ό,τι έχουν όταν το χρειάζονται, νιώθοντας παράλληλα σίγουροι για αυτό.

Οι συμμετέχοντες εισάγονται στους βασικούς κύριους φακέλους που έχει ήδη η συσκευή τους, όπου μπορούν να αποθηκεύουν αρχεία ανάλογα με τον τύπο τους (έγγραφα, εικόνες, μουσική, βίντεο, λήψεις).

Ενότητα 1.4: Λήψη εφαρμογών: Είναι πιο εύκολο από ό,τι νομίζετε!

Οι εφαρμογές είναι διαθέσιμες για να κάνουν τη ζωή μας ευκολότερη – μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως παιχνίδια, υπηρεσίες GPS και εντοπισμού θέσης, για την παρακολούθηση παραγγελιών και αγορές εισιτηρίων. Ωστόσο, με τόσες πολλές εφαρμογές, είναι εύκολο να πελαγώσει κανείς. Αυτή η ενότητα δίνει πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο διαχείρισης των εφαρμογών, δίνοντας στους συμμετέχοντες την ευκαιρία να εξοικειωθούν με αυτές και να τις αξιοποιήσουν στο έπακρο.



ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ MENTORING

Αφού οι συμμετέχοντες γνωρίσουν το πρόγραμμα και τα θέματα που πραγματεύεται, κάθε μέντορας θα βοηθήσει τους εκπαιδευομένους του να δημιουργήσουν το προσωπικό τους σχέδιο mentoring που θα αποτελέσει το βασικό οδηγό τους. Οι μέντορες και οι εκπαιδευόμενοι θα επιλέξουν τα θέματα που είναι πιο κατάλληλα για τις ανάγκες του εκπαιδευόμενου. Τα σχέδια mentoring μπορούν φυσικά να αναθεωρηθούν κατά τη διάρκεια της διαδικασίας, ανάλογα με την πρόοδο των εκπαιδευομένων.

Το εξατομικευμένο σχέδιο mentoring θα περιέχει όλες τις πληροφορίες που χρειάζεται ο μέντορας ως οδηγό για τις συναντήσεις, όπως τις ώρες συνάντησης, τον τόπο και τη διάρκεια των συναντήσεων, το είδος της συνάντησης (π.χ. δια ζώσης ή μέσω διαδικτύου) και φυσικά οι θεματικές που θα εξεταστούν.

Β. ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΕΞ ΑΠΟΣΤΑΣΕΩΣ

Η εκπαίδευση FAITH προβλέπεται ως μία δυναμική διαδικασία κατά την οποία οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται ενεργά να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο και να πραγματοποιούν ηλεκτρονικές συναλλαγές, ενώ παράλληλα αναπτύσσουν μια νέα κατανόηση μέσω της πρακτικής εξάσκησης και ασκήσεων που καλλιεργούν την κριτική σκέψη. Το εκπαιδευτικό υλικό για εκπαίδευση εξ αποστάσεως έχει σχεδιαστεί για την περαιτέρω ανάπτυξη των ψηφιακών δεξιοτήτων των ατόμων 55+ ώστε να είναι σε θέση να πραγματοποιούν ηλεκτρονικές. Στην πλατφόρμα του έργου υπάρχουν ασκήσεις και άλλες δραστηριότητες που μπορούν να εκτελεστούν σε διαφορετικά επίπεδα δυσκολίας, ώστε οι χρήστες να αξιολογήσουν τις νεοαποκτηθείσες δεξιότητές τους.

Οι μέντορες θα πρέπει:

- Να καθοδηγούν τους συμμετέχοντες μέσα από το εκπαιδευτικό υλικό σύμφωνα με το εξατομικευμένο πρόγραμμα mentoring που έχουν σχεδιάσει με τους εκπαιδευόμενους
- Να απαντούν σε ερωτήσεις που μπορεί να προκύψουν
- Να ενεργούν ως θετικά πρότυπα
- Να μοιράζονται τις δικές τους εμπειρίες



ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΙΣ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΣΥΝΑΛΛΑΓΕΣ

Αφού ολοκληρωθούν δια ζώσης συναντήσεις και οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν άνετα τις ψηφιακές συσκευές τους, είναι απαραίτητη η εισαγωγή στα επόμενα βήματα του έργου, ώστε να γνωρίζουν τι να περιμένουν και τι θα μάθουν. Το εκπαιδευτικό υλικό που παρουσιάζεται στη συνέχεια έχει σχεδιαστεί για την περαιτέρω ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων ώστε να είναι σε θέση οι συμμετέχοντες να πραγματοποιούν διαδικτυακές συναλλαγές.

Αποτελείται από 2 ενότητες: μία για τις τραπεζικές συναλλαγές και τις ηλεκτρονικές αγορές και μία για την ασφάλεια κατά τη χρήση του διαδικτύου.

Τραπεζικές μεταφορές μέσω διαδικτύου και ηλεκτρονικές αγορές

Αυτό το κεφάλαιο προσφέρει εργαλεία και οδηγίες για τραπεζικές συναλλαγές μέσω διαδικτύου, πώς λειτουργούν και τι μπορούν να προσφέρουν. Ακόμα, γίνεται αναφορά σε εναλλακτικές μεθόδους πληρωμής και στις διαδικτυακές αγορές.

Αποτελείται από 5 ενότητες:

- **Ενότητα 2.1: Κουρασθήκατε να μένετε στο περιθώριο; Αδράξτε την ευκαιρία να γίνετε ψηφιακοί!** Οι συμμετέχοντες θα δουν πώς μπορούν να δημιουργήσουν έναν ηλεκτρονικό τραπεζικό λογαριασμό και να πραγματοποιούν βασικές τραπεζικές συναλλαγές στο διαδίκτυο.
- **Ενότητα 2.2: Θέλετε να στείλετε ένα δώρο; Δείτε αυτές τις εναλλακτικές λύσεις!** - Εναλλακτικές μέθοδοι ηλεκτρονικών συναλλαγών προκειμένου να τις χρησιμοποιούν με ασφάλεια και αυτονομία στην καθημερινή ζωή.
- **Ενότητα 2.3: Ψωνίστε online, ΤΩΡΑ! Είναι ΕΥΚΟΛΟ!** - μια εισαγωγή στον κόσμο των ηλεκτρονικών αγορών και των ηλεκτρονικών καταστημάτων.
- **Ενότητα 2.4: Κάντε online τα ψώνια στο σούπερ μάρκετ ΤΩΡΑ, είναι ΕΥΚΟΛΟ!** - Βήμα προς βήμα online αγορές σούπερ μάρκετ.
- **Ενότητα 2.5: Δημόσιες υπηρεσίες** – Ποιες είναι διαθέσιμες και πώς μπορούν να αξιοποιηθούν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Οδηγίες για ασφάλεια κατά τη χρήση του διαδικτύου

Αυτό το κεφάλαιο εισάγει τους εκπαιδευόμενους στο θέμα της ασφάλειας, με στόχο να αναγνωρίζουν τις απάτες όταν χρησιμοποιούν το διαδίκτυο και να προστατεύονται κατά τις ηλεκτρονικές συναλλαγές τους. Παρουσιάζονται εργαλεία για την προστασία των συσκευών τους και τη διαχείριση προσωπικών πληροφοριών και δεδομένων μέσω πρωτοκόλλων ασφαλείας, προκειμένου οι εμπειρίες τους στον κυβερνοχώρο να είναι όσο το δυνατό πιο ασφαλείς και χωρίς άγχος.

Οι 4 ενότητες για το θέμα αυτό είναι:

- **Ενότητα 3.1: Προστατέψτε τις συσκευές σας! Είναι εύκολο!** - Με συμβουλές για να παραμένουν οι συσκευές ασφαλείς ακολουθώντας εύκολα βήματα.
- **Ενότητα 3.2: Ασφαλείς τραπεζικές συναλλαγές και αγορές στο διαδίκτυο!** - Για ασφαλείς ηλεκτρονικές συναλλαγές και ηλεκτρονικές αγορές.
- **Ενότητα 3.3. Μένουμε ασφαλείς από απάτες** - Τυπικές μέθοδοι απάτης και τρόποι αναγνώρισης σχετικών απειλών, καθώς και συμβουλές για ασφάλεια κατά τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.
- **Ενότητα 3.4: Ψευδείς ειδήσεις και πώς να τις εντοπίζετε** - Ο ρόλος των ψευδών ειδήσεων και πώς διακρίνονται στο διαδίκτυο.

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΜΕΝΤΟΡΙΝΓΚ ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΟΔΟΥ

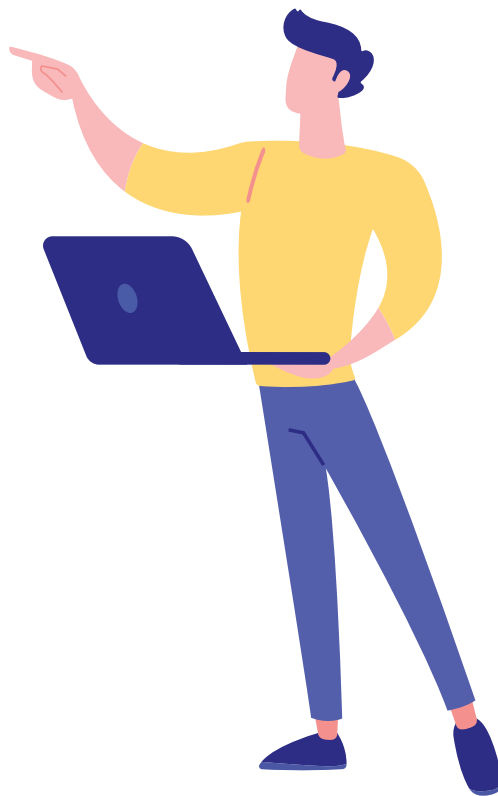
Η αξιολόγηση του εκπαιδευόμενου δεν αποτελεί στοιχείο του mentoring, παρά μόνο η παρακολούθηση της προόδου του εκπαιδευόμενου. Η εμπιστοσύνη είναι απαραίτητη σε μια σχέση mentoring και είναι επιτακτική ανάγκη ο μέντορας να αντιμετωπίζεται ως έμπιστος ομότιμος και όχι ως αξιολογητής ή κριτής. Οι ψηφιακοί μέντορες μαζί με την υποστήριξη των εκπαιδευτών τους θα παρακολουθούν και θα υποβάλλουν αναφορές σχετικά με την πρόοδο του κάθε εκπαιδευόμενου (τουλάχιστον 2 αναφορές ανά εκπαιδευόμενο, μία ενδιάμεση και μία τελική), για να γνωρίζουν αν το πρόγραμμα έχει φτάσει τους στόχους του.

Οι εκπαιδευόμενοι θα συμμετέχουν συνεχώς και θα έχουν λόγο στη διαμόρφωση ή την αλλαγή οποιασδήποτε πτυχής του ατομικού τους προγράμματος mentoring, ώστε να διασφαλίζεται ότι το πρόγραμμα είναι κατάλληλο και αποτελεσματικό. Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας, οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να αξιολογήσουν τις υπηρεσίες που έλαβαν και να εκφράσουν τη γνώμη και τις απόψεις τους σχετικά με τη συμμετοχή τους. Αυτό θα επιτευχθεί με ένα ερωτηματολόγιο σχεδιασμένο για να αξιολογήσει τη χρησιμότητα του προγράμματος, το βαθμό ικανοποίησή τους από τη συμμετοχή τους, αλλά και την αυτοπεποίθηση και την εμπιστοσύνη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας στις ΤΠΕ πριν και μετά την παρακολούθηση του προγράμματος.

Είναι επίσης σημαντικό να πραγματοποιείται αυτό-αξιολόγηση από τον μέντορα κατά τη διάρκεια των συναντήσεων, προκειμένου να διαπιστωθεί αν το σύστημα mentoring είναι λειτουργικό και αν πρέπει να γίνουν αλλαγές.

Ερωτήσεις που πρέπει να θέτει ο μέντορας για αυτό-αξιολόγηση:

1. Απαντώ σε ερωτήσεις;
2. Δίνω ευκαιρίες για ερωτήσεις / διευκρινίσεις;
3. Εκφράζω τα συναισθήματα και τις σκέψεις μου για ένα θέμα που συζητείται;
4. Σέβομαι τις ιδέες και τα συναισθήματα του εκπαιδευόμενου, ακόμη και αν δε συμφωνώ;
5. Ελέγχω τις υποθέσεις μου;
6. Ενθαρρύνω τους προστατευόμενους να αναζητήσουν τις δικές τους λύσεις;
7. Η γλώσσα που χρησιμοποιώ είναι αξιολογική ή επικριτική;



ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗΣ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ

Οι μέντορες αναμένεται να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο, όσον αφορά την ευαισθητοποίηση και την ανάπτυξη δεξιοτήτων των μελών της οικογένειας και του άμεσου περιβάλλοντός των συμμετεχόντων. Ενεργώντας ως θετικά πρότυπα, θα συναντηθούν με τους οικείους των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας για να ενισχύσουν την αυτοπεποίθησή τους, προκειμένου να τα υποστηρίξουν να αποκτήσουν τις απαραίτητες ψηφιακές δεξιότητες για τη διενέργεια ηλεκτρονικών συναλλαγών σε καθημερινή βάση. Οι συναντήσεις αυτές αποσκοπούν επίσης στο να αποκτήσουν μία βαθύτερη κατανόηση σχετικά με το ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει η οικογένεια ώστε να παραμείνουν ψηφιακά ενταγμένοι τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας που επηρεάζουν.

Οι συναντήσεις αυτές θα πραγματοποιούνται υπό την επίβλεψη των εταίρων του έργου, είτε στο χώρο του ενδιαφερόμενου είτε σε εξωτερικό ειδικό χώρο, ανάλογα με τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους (λαμβάνοντας επίσης υπόψη τους περιορισμούς υγείας/κινητικότητας ή άλλα εμπόδια και προκλήσεις). Κατά τη διάρκεια αυτών των συναντήσεων, οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να λάβουν εξατομικευμένες πληροφορίες, θέτοντας παράλληλα ερωτήσεις και διευκρινίζοντας θέματα που τους απασχολούν.

Επιπλέον, στο πλαίσιο του έργου θα διοργανωθεί μία εκδήλωση με τίτλο “Let’s brunch”, για τη διάχυση του προγράμματος mentoring σε ένα ευρύτερο κοινό. Αυτό αναμένεται να διαδώσει πληροφορίες και να ευαισθητοποιήσει ακόμα περισσότερο σχετικά με τον ρόλο της οικογένειας και της κοινότητας στην υποστήριξη των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας να παραμείνουν ψηφιακά ενταγμένοι και να αποτρέψουν την απομόνωση και την ψηφιακή περιθωριοποίηση.

ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΤΟΠΙΚΗ ΑΓΟΡΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

Η οικοδόμηση ενός πλαισίου κοινωνικής ένταξης για όλους, δεν θα ήταν πλήρης αν δεν συνδέονταν οι ψηφιακές δεξιότητες για συναλλαγές με τον πραγματικό επιχειρηματικό κόσμο. Η επόμενη δραστηριότητα αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του προγράμματος FAITH, καθώς περιλαμβάνει την ευαισθητοποίηση και την ανάπτυξη ικανοτήτων των επαγγελματιών και των εκπροσώπων των τοπικών αγορών. Στοχεύει στην παροχή λύσεων για την ανάπτυξη και την προσφορά νέων υπηρεσιών με επίκεντρο το δυναμικό και ολοένα αυξανόμενο κοινό των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Το κύριο κίνητρο θα είναι η μεγαλύτερη κατανόηση που θα αποκτήσουν οι τοπικές επιχειρήσεις και οι πάροχοι υπηρεσιών, όσον αφορά τις ανάγκες και τις συμπεριφορές των πελατών μεγαλύτερης ηλικίας. Ως αποτέλεσμα, θα έχουν την ευκαιρία να δημιουργήσουν την κατάλληλη υποδομή και διαδικτυακά προϊόντα φιλικά προς την ηλικία των πελατών τους, γεγονός που θα συμβάλει στην επέκταση των επιχειρήσεών τους και σε πρόσβαση σε μεγαλύτερο εύρος πελατείας.



Στο πλαίσιο αυτής της δραστηριότητας, οι τοπικές επιχειρήσεις και οι πάροχοι υπηρεσιών θα παρακολουθήσουν ένα εκπαιδευτικό σεμινάριο που θα τους εισαγάγει στην έννοια του φιλικού περιβάλλοντος για τις μεγαλύτερες ηλικίες (πολιτικές, συστήματα, υπηρεσίες, προϊόντα, τεχνολογίες), ώστε να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους και να αυξήσουν την ικανότητά τους να προσφέρουν υπηρεσίες και προϊόντα που ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες των πελατών. Οι εταίροι θα εξηγήσουν το σκοπό του προγράμματος αναδεικνύοντας τις ανάγκες και τις προτιμήσεις των ατόμων μεγαλύτερης ηλικίας. Αντίστροφα, οι εταίροι θα μάθουν περισσότερα για το τι είναι διαθέσιμο στην αγορά όσον αφορά τα προϊόντα και τις υπηρεσίες που θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν από την ομάδα-στόχο.

Επιπλέον, θα διοργανωθούν Ημέρες Ενημέρωσης (Info Days) με τη συμμετοχή των Ψηφιακών Μεντόρων και των εκπαιδευομένων, ώστε να διαδοθεί ένα ισχυρότερο μήνυμα σχετικά με τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει η συμμετοχή τους στη ζωή και την ευημερία των πολιτών όλων των ηλικιών. Στη συνέχεια θα γίνουν συντονισμένες ενέργειες παρακολούθησης για την προσέλκυση εκπροσώπων της τοπικής αγοράς σε συγκεκριμένες παρεμβάσεις του προγράμματος, ιδίως στα θεματικά εργαστήρια που θα πραγματοποιηθούν στο πλαίσιο του προγράμματος mentoring για την ασφάλεια στο διαδίκτυο, τις ηλεκτρονικές αγορές και γενικά τα συστήματα διαχείρισης συναλλαγών.



Βιβλιογραφικές αναφορές

Clutterbuck D., Megginson D. (2005) Techniques for Coaching and Mentoring: Routledge

Clutterbuck, D. (2014) Everyone Needs A Mentor: CIPD London: Kogan Page

Jarvis, P. (2001) Learning in Later Life, London: Kogan

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

Όνομα Μέντορα:

Όνομα Εκπαιδευμένου/ης:

Στοιχεία Επικοινωνίας

Αριθμός τηλεφώνου:

Email:

Μέσα κοινωνικής δικτύωσης:

Θεματικές		
Συχνότητα/διάρκεια συναντήσεων		
Τύπος συναντήσεων		
Συναντήσεις	Ημερομηνία	Περιγραφή
Σημειώσεις -Αποτελέσματα		



www.faith-project.eu



Με συγχρηματοδότηση από το
πρόγραμμα «Erasmus+»
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Ο παρών οδηγός δημιουργήθηκε με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή του παρόντος εγγράφου δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτό. Αριθμός έργου σύμβασης: 621403-EPP-1-2020-1-EL-EPPKA3-IPI-SOC-IN