



Εγχειρίδιο Εκπαιδευτή:
Ενότητα 5
Σεμινάρια Ενδυνάμωσης των Άλλων
(Empower Others) για
Επαγγελματίες Υποστήριξης

Αναπτύχθηκε από την Inova Consultancy, UK (Inova Συμβουλευτική, ΗΒ
Αύγουστος 2016

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Εισαγωγή	3
2. Συνοπτική Επισκόπηση της Μεθοδολογίας του Εκπαιδευτικού Προγράμματος Empower.....	Error! Bookmark not defined.
3. Μαθησιακά Αποτελέσματα.....	6
4. Ο Ρόλος του Εκπαιδευτή.....	8
5. Δομή των Σεμιναρίων	9
5.1 Εισαγωγή στο Σεμινάριο.....	9
5.2 Απαιτήσεις Αξιολόγησης.....	9
6. Δομή των Εκπαιδεύσεων	10
6.1 Συστάσεις.....	10
6.2 Ασκήσεις Προθέρμανσης.....	10
6.3 Βασικοί Κανόνες Συμπεριφοράς ή Πώς Θέλουμε να Δουλέψουμε Μαζί	11
7. Αξιολόγηση	13
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ	14
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1: Πακέτο Μαθητή για τους Επαγγελματίες Υποστήριξης.....	14
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: Φυλλάδια PowerPoint για τους Εκπαιδευτές	14

1. Εισαγωγή

Σε καιρούς οικονομικής δυσπραγίας, όπως η τρέχουσα ευρωπαϊκή ύφεση, οι Υπηρεσίες Υποστήριξης ευάλωτων ενηλίκων και ειδικά γυναικών σε όλη την Ευρώπη, συχνά κόβονται. Τα στατιστικά δεδομένα συνεχίζουν να δίνουν μία ζοφερή εικόνα των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι ευάλωτες γυναίκες, τα οποία ενδεχομένως τις εμποδίζουν να γίνουν οικονομικά ή εκπαιδευτικά δραστήριες. 1 στις 4 γυναίκες στην Ευρώπη βιώνει ενδοοικογενειακή βία καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής της και περίπου το 6-10% των γυναικών υφίστανται ενδοοικογενειακή βία σε ένα δεδομένο έτος (Council of Europe, 2002). Το 68% των θυμάτων εμπορίας ανθρώπων (trafficking) είναι γυναίκες (2013, Eurostat). Γι' αυτό, υπάρχει διαρκής ανάγκη να προσφέρουμε υψηλής ποιότητας υποστήριξη και εκπαίδευση στις ευάλωτες γυναίκες που βρίσκονται σε κίνδυνο αποκλεισμού από την αγορά εργασίας. Ο φορέας εξακολουθεί να βασίζεται σε εθελοντές που εργάζονται με ευάλωτες γυναίκες με σκοπό την παροχή αναγκαίας στήριξης στα πεδία της προσωπικής ενδυνάμωσης, της αυτοπεποίθησης και της απασχολησιμότητας ή των επιχειρηματικών δεξιοτήτων. Οι Επαγγελματίες Υποστήριξης, οι οποίοι εργάζονται για να προσφέρουν στήριξη στις ευάλωτες γυναίκες έχουν παραβλεφθεί όσον αφορά στο είδος και την ποικιλία της επιμόρφωσης που τους παρέχεται. Αν και προσφέρεται ειδική κατάρτιση στους Επαγγελματίες Υποστήριξης που εργάζονται με τις ευάλωτες γυναίκες, οι Επαγγελματίες Υποστήριξης αναφέρουν ότι νιώθουν λιγότερο ικανοί να ενισχύσουν και να παρέχουν πληροφόρηση και καθοδήγηση σε θέματα που σχετίζονται με την απασχολησιμότητα και τη γυναικεία επιχειρηματικότητα.

Το EMPOWER (Εκπαιδευτικό Υλικό για Επαγγελματίες που προσφέρουν Ευκαιρίες για Απασχολησιμότητα και την Προσαρμοστικότητα των ευάλωτων γυναικών) αποσκοπεί να γεφυρώσει αυτό το χάσμα αναπτύσσοντας καινοτόμα εκπαιδευτικά προγράμματα μεικτής μάθησης και για τις δύο ομάδες-στόχους (τους Επαγγελματίες Υποστήριξης και τις ίδιες τις ευάλωτες γυναίκες) μέσω του Εκπαιδευτικού Προγράμματος EMPOWER (εξάσκηση γνώσεων, δεξιοτήτων και ικανοτήτων σε εργαλεία και μεθόδους για ενίσχυση αυτοπεποίθησης και συνειδητοποίησης των δυνατών σημείων για απασχολησιμότητα) και των Προγραμμάτων των Κύκλων Ενδυνάμωσης (EMPOWER Circles Programmes) (ενεργή μάθηση και αυξημένος βαθμός αναστοχασμού για επιτυχία).

Το EMPOWER είναι μία κοινοπραξία οργανισμών με μακρά πείρα και εξειδίκευση αποτελούμενη από 4 χώρες-εταίρους (Ηνωμένο Βασίλειο, Λιθουανία, Ελλάδα και Ισλανδία) που όλοι εργάζονται στο πεδίο του Φύλου και της Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης. Η κοινοπραξία των εταίρων αποτελείται από δύο ΜΚΟ Κοινωνικής Φροντίδας (ΚΜΟΠ και SIF), μία ΜΜΕ που εξειδικεύεται σε έργα ισότητας των φύλων (INOVA) και μία μεγάλη Διεύθυνση Εργασίας (VMST). Το EMPOWER εστιάζει σε μία εκπαίδευση βάσει δυνατών σημείων και σε ένα εκπαιδευτικό πρόγραμμα για εθελοντές και αμειβόμενους Επαγγελματίες Υποστήριξης που συνεργάζονται με οργανισμούς που ασχολούνται με ευάλωτες γυναίκες καθώς επίσης με τις ευάλωτες γυναίκες που ενισχύουν στις χώρες-εταίρους.

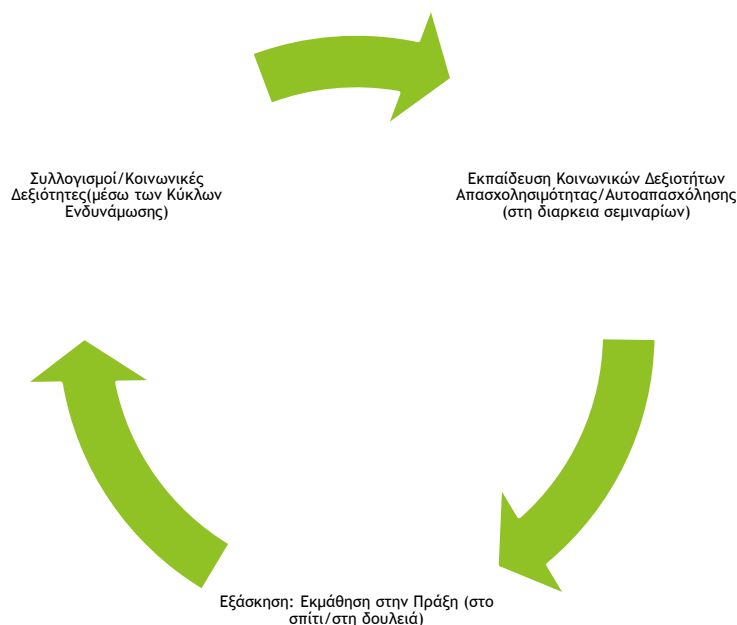
Οι στόχοι του EMPOWER θα είναι να:

- Εφοδιάσει τους Επαγγελματίες Υποστήριξης (αμειβόμενους και εθελοντές), οι οποίοι εργάζονται με ευάλωτες γυναίκες, με την αναγκαία εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων που καλούνται να μεταδώσουν στις γυναίκες με σκοπό να αυξήσουν τις ευκαιρίες απασχολησιμότητας και επιχειρηματικότητάς τους.
- Εφοδιάσει τις ευάλωτες γυναίκες με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση, πίστη και προσαρμοστικότητα για να πετύχουν οικονομικά.

2. Συνοπτική Επισκόπηση της Μεθοδολογίας του Εκπαιδευτικού Προγράμματος Empower

Η προσέγγιση του εκπαιδευτικού προγράμματος Empower είναι ένας επαναλαμβανόμενος κύκλος μάθησης (βλέπε Σχήμα 1) για τους συμμετέχοντες (Επαγγελματίες Υποστήριξης και τις ευάλωτες γυναίκες με τις οποίες εργάζονται), όπου η ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων (μέσω σεμιναρίων) συμπληρώνεται στη συνέχεια με την εξάσκηση σε αυτές τις δεξιότητες στον πραγματικό κόσμο και επανέρχεται για περαιτέρω μελέτη στους Κύκλους Μάθησης.

Σχήμα 1. Επαναλαμβανόμενος Κύκλος Μάθησης στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα Empower



Ως τμήματα του EMPOWER project (Εκπαιδευτικό Υλικό για Επαγγελματίες που προσφέρουν Ευκαιρίες για την Απασχολησιμότητα και την Προσαρμοστικότητα των ευάλωτων γυναικών) δύο πιλοτικές φάσεις των Σεμιναρίων Empower θα πραγματοποιηθούν σε τέσσερις χώρες-εταίρους:

1. Ηνωμένο Βασίλειο – INOVA
2. Ισλανδία – VMST
3. Λιθουανία – Social Innovation Fund
4. Ελλάδα – ΚΜΟΠ

Κάθε Σεμινάριο Empower θα περιλαμβάνει τον ελάχιστο αριθμό των 10 συμμετεχόντων από καθεμιά από τις επόμενες ομάδες-στόχους:

1. Επαγγελματίες Υποστήριξης (αμειβόμενοι και/ή εθελοντές) που εργάζονται με ευάλωτες γυναίκες.
2. Οι ίδιες οι ευάλωτες γυναίκες.

Μία καταρτισμένη εκπαιδευτρια θα διευκολύνει την ομάδα κάθε χώρας, μετά από τη συμμετοχή σε σεμινάριο επιμόρφωσης των εκπαιδευτών στην Ελλάδα (Νοέμβριος 2016) που θα διοργανωθεί από εκπαιδευτές της Inova (UK).

Οχτώ Σεμινάρια Empower (διάρκειας μισής μέρας το καθένα) θα λάβουν χώρα για καθεμιά από τις 2 ομάδες-στόχους και για καθεμιά από τις δύο πιλοτικές φάσεις που διενεργούνται για λογαριασμό του Empower.

Μετά από κάθε Σεμινάριο, οι συμμετέχοντες θα συμπληρώνουν ένα έντυπο αξιολόγησης και η εκπαιδευτρια θα καθαρογράφει τις σημειώσεις τους σύμφωνα με τη δική της άποψη. Η εκπαιδευτρια θα κρατήσει όλα τα έντυπα αξιολόγησης στο τέλος κάθε μαθήματος. Στο τέλος του τελευταίου σεμιναρίου, οι συμμετέχοντες θα συμπληρώσουν ένα έντυπο αξιολόγησης του τελικού αποτελέσματος. Η εκπαιδευτρια θα γράψει μία Συνοπτική Έκθεση στα αγγλικά, η οποία θα συνοψίζει τα ατομικά έντυπα αξιολόγησης ανά μάθημα, τα έντυπα αξιολόγησης του τελικού αποτελέσματος και τις σημειώσεις/εμπειρίες της εκπαιδευτριάς τους. Η Συνοπτική Έκθεση θα πρέπει να περιέχει ενδιαφέροντα αποσπάσματα από τους συμμετέχοντες (από τα μαθήματα ή από τα σχόλια της αξιολόγησης) και αρχεία ήχου /φωτογραφίες των σεμιναρίων όπου είναι εφικτό. Επίσης, θα χρειαστεί να συμπεριληφθούν όλες οι υπογεγραμμένες λίστες παρακολούθησης. Αυτή η Συνοπτική Έκθεση θα πρέπει να έχει έκταση περίπου 10 σελίδες Α4 και θα πρέπει να σταλεί στον Υπεύθυνο της Εκπαιδευτικής Δράσης, του οργανισμού Inova UK γραμμένη στα αγγλικά. Σημειωτέον ότι τα σεμινάρια θα πρέπει να αξιολογηθούν και να written up χωριστά ως αναφορά από την έκθεση των Κύκλων Ενδυνάμωσης (Empower Circles).

3. Μαθησιακά Αποτελέσματα

Κεφάλαιο 1:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- γνωρίζουν τους παράγοντες παρακίνησης των γυναικών με σκοπό να γίνουν οικονομικά δραστήριες,
- γνωρίζουν τους οργανισμούς, τα προγράμματα, τα εργαλεία στη χώρα τους και σε όλη την Ευρώπη που θα μπορούσαν να βοηθήσουν τις ευάλωτες γυναίκες να επιλύσουν τα προβλήματά τους: να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση, προσαρμοστικότητα και να πιστέψουν στον εαυτό τους για να πετύχουν οικονομικά,
- γνωρίζουν πώς να χρησιμοποιούν τα πρότυπα-ιστορίες επιτυχίας προκειμένου να παρακινήσουν τις ευάλωτες γυναίκες να γίνουν οικονομικά ανεξάρτητες.

Κεφάλαιο 2:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- γνωρίζουν πώς να χρησιμοποιούν την ανάλυση SWOT στη διάρκεια της εκπαίδευσης «Ενδυνάμωσε τον εαυτό σου» (Empower yourself),
- γνωρίζουν πώς να βοηθούν τις ευάλωτες γυναίκες να θέτουν τους στόχους τους,
- γνωρίζουν πώς να διευκολύνουν τις ευάλωτες γυναίκες να αξιολογούν τις κοινωνικές τους δεξιότητες σε συνδυασμό με τις κοινωνικές και αστικές, να μαθαίνουν πώς να μαθαίνουν, το αίσθημα της πρωτοβουλίας και της επιχειρηματικότητας και τις ψηφιακές ικανότητες.

Κεφάλαιο 3:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- έχουν κατανοήσει καλύτερα πώς να βοηθούν τις εκπαιδευόμενες να αναγνωρίζουν τα δυνατά τους σημεία και πώς να τα αξιοποιήσουν στο έπακρο ενώπιον πιθανών εργοδοτών /στην έναρξη μίας επιχείρησης,
- έχουν κατανοήσει πώς να ενισχύουν τις εκπαιδευόμενες να συνειδητοποιούν τις προσωπικές και εργασιακές τους αξίες και να θέτουν προτεραιότητες ως προς το τι θέλουν να αποκομίσουν από μία δουλειά/τη διεύθυνση μίας επιχείρησης.

Κεφάλαιο 4:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- κατανοήσουν καλύτερα πώς να βοηθούν τις εκπαιδευόμενες στο να έρθουν σε επαφή με θετικές ιδέες για το μέλλον τους και να αρχίσουν να βλέπουν με μεγαλύτερη αισιοδοξία τις μελλοντικές τους δυνατότητες,
- μπορούν να ενισχύουν τις εκπαιδευόμενες στο να παρουσιάζουν με θετικό τρόπο τον εαυτό τους σε δουλειές/επιχειρηματικές ευκαιρίες,
- έχουν τα εργαλεία υποστήριξης των εκπαιδευόμενων με καθοδηγούμενη χαλάρωση με σκοπό να βοηθήσουν τον εαυτό τους και τις γυναίκες σε αγχωτικές καταστάσεις, όπως οι συνεντεύξεις για δουλειά.

Κεφάλαιο 5:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- ενισχύσουν την ικανότητά τους να βοηθήσουν τις γυναίκες να βελτιώσουν την απασχολησιμότητά τους,
- έχουν κατανοήσει καλύτερα πώς να βοηθούν τις εκπαιδευόμενες να παρουσιάζουν τον εαυτό τους,
- αυξήσουν τις γνώσεις τους και θα κατανοήσουν καλύτερα πώς να βοηθήσουν τις εκπαιδευόμενες να αναπτύξουν τις δεξιότητες επικοινωνίας, παρακίνησης και συνέντευξης που διαθέτουν,
- καθοδηγήσουν τις εκπαιδευόμενες στον τρόπο σύνταξης Βιογραφικού Σημειώματος.

Κεφάλαιο 6:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- ενισχύσουν την ικανότητά τους να βοηθήσουν τις γυναίκες να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους για επιχειρηματικότητα ή ενδοεπιχειρηματικότητα,
- αυξήσουν τις γνώσεις τους και θα κατανοήσουν καλύτερα πώς να βοηθήσουν τις εκπαιδευόμενες στη λήψη αποφάσεων, την ηγεσία και τον επιχειρηματικό σχεδιασμό,
- κατανοήσουν καλύτερα τη Μεθοδολογία του Επιχειρηματικού Καμβά,
- μάθουν τις πιο σχετικές και σύγχρονες πηγές άντλησης πληροφοριών σχετικά με την επιχειρηματικότητα και την ενδοεπιχειρηματικότητα και θα μπορούν να τις προτείνουν στις εκπαιδευόμενες.

Κεφάλαιο 7:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- αναγνωρίζουν τους παράγοντες που διευκολύνουν την προσαρμοστικότητά τους καθώς και των εκπαιδευόμενων,
- μπορούν να βοηθούν τις εκπαιδευόμενες να βελτιώσουν την προσαρμοστικότητά τους,
- μπορούν να χρησιμοποιούν τα εργαλεία στην ιστοσελίδα,
- μπορούν να διδάξουν τις εκπαιδευόμενες πώς να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τον χρόνο.

Κεφάλαιο 8:

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι συμμετέχοντες (*Επαγγελματίες Υποστήριξης*) θα:

- χρησιμοποιούν τη μεθοδολογία των SMART στόχων,
- βοηθούν τις ευάλωτες γυναίκες να δουλεύουν πάνω στους στόχους τους χρησιμοποιώντας SMART στόχους,
- βοηθούν τις εκπαιδευόμενες να δουλεύουν με κολάζ.

4. Ο Ρόλος του Εκπαιδευτή

Ο ρόλος σας ως εκπαιδευτής των σεμιναρίων Empower είναι να διευκολύνετε τη συμμετοχή και τη μάθηση των συμμετεχόντων. Προς υπόμνηση, αναμένεται από εσάς να μοιράζεστε τις αξίες της αποτελεσματικής διοργάνωσης που περιλαμβάνουν:

<i>Να Ακούτε</i>	Να κάνετε ερωτήσεις για να δείξετε ότι πραγματικά καταλαβαίνετε τις έγνοιες και τις ανησυχίες των εκπαιδευόμενων. Μην κάνετε εικασίες για τους εκπαιδευόμενους βάσει της εμφάνισης, του παρελθόντος κτλ.
<i>Να Ρωτάτε</i>	Μη λέτε στους εκπαιδευόμενους τι θα ακολουθήσει αλλά ρωτήστε τους αν είναι έτοιμοι να προχωρήσουν.
<i>Να Μοιράζεστε</i>	Να ενθαρρύνετε τους εκπαιδευόμενους να απευθύνουν μερικές φορές τον λόγο ο ένας στον άλλο και όχι μόνο σε εσάς. Να μοιράζεστε σχετικές πληροφορίες και εμπειρίες που τυχόν έχετε.
<i>Να προεδρεύετε</i>	Να κρατάτε τους εκπαιδευόμενους προσηλωμένους στην εργασία/στο θέμα κατά τη διάρκεια συζητήσεων. Να ζητάτε διευκρινίσεις από τους εκπαιδευόμενους.
<i>Να αξιολογείτε</i>	Να εκτιμάτε τα δυνατά σημεία και τις εμπειρίες των εκπαιδευόμενων. Να ενθαρρύνετε τις προσπάθειες των εκπαιδευόμενων να είναι ανοιχτοί στις αλλαγές.
<i>Να αντιμετωπίζετε προκλήσεις</i>	Να αντιμετωπίζετε ανάλογα ενοχλητικές ή προκατειλημμένες συμπεριφορές.

5. Δομή των Σεμιναρίων

5.1 Εισαγωγή στο Σεμινάριο

Αξίζει να επαναλάβετε τις προσδοκίες σας σχετικά με την εχεμύθεια στους συμμετέχοντες. Υπενθυμίστε τους ότι όλα όσα λεχθούν στο σεμινάριο θα πρέπει να παραμείνουν εκεί. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό αν λάβουμε υπόψη το προβληματικό παρελθόν που έχουν πολλές από τις γυναίκες που θα παρακολουθήσουν τα σεμινάρια. Ως εκπαιδευτής θα μπορούσατε να συζητήσετε στην εισαγωγή με τις συμμετέχουσες τα εξής:

- Τι προσδοκίες έχουμε για τη δεκτικότητα και την ειλικρίνεια;
- Σε τι επίπεδο αυτογνωσίας/αναστοχασμού φιλοδοξούμε να φτάσουν οι εκπαιδευόμενες;
- Παρακολούθηση: Εξηγήστε τις προσδοκίες που έχετε σχετικά με την παρακολούθηση, ενημερώστε τις για τις απουσίες, τη συνέπεια, την επικοινωνία μαζί σας ή με τις άλλες γυναίκες, αν υπάρχουν προβλήματα, την ανταλλαγή μηνυμάτων σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης.
- Εξηγήστε τις προσδοκίες σας σχετικά με τη δουλειά που θα πρέπει να κάνουν μεταξύ των συναντήσεων π.χ. να μπου online στη Μαθησιακή Ζώνη (Learning Zone).

Για μία επισκόπηση κάθε κεφαλαίου παρακαλώ δείτε το **Παράρτημα 1 – Σχέδια Μαθήματος**, τα οποία προσφέρουν μία λεπτομερή επισκόπηση του κάθε κεφαλαίου και προτεινόμενο χρόνο διεξαγωγής, συμπεριλαμβανομένης της πληροφόρησης για τις πηγές που απαιτούνται από τον εκπαιδευτή.

5.2 Απαιτήσεις Αξιολόγησης

Εξηγήστε στις γυναίκες ότι απαραίτητη προϋπόθεση συμμετοχής στο πρόγραμμα EMPOWER είναι να συμφωνούν να λάβουν μέρος στην αξιολόγηση. Στο τέλος των σεμιναρίων, χρειάζονται οι φόρμες αξιολόγησης. Βοηθά πολύ αν μπορείτε να τις λάβετε συμπληρωμένες στο τέλος. Το ποσοστό ανταπόκρισης δεν είναι πολύ καλό αν επιτρέψετε στις εκπαιδευόμενες να πάρουν τις φόρμες αξιολόγησης στο σπίτι τους. Δώστε τους επαρκή χρόνο στο τέλος του μαθήματος για να τη συμπληρώσουν (η αξιολόγηση είναι ενσωματωμένη στα σχέδια μαθήματος). Στην αρχή κάθε συνάντησης ζητείται από τις συμμετέχουσες να υπογράψουν στο παρουσιολόγιο. Αυτό είναι ένα σημαντικό αρχείο και αποδεικνύει στο ΕΣ (ΕC) ότι πραγματοποιήθηκε το μάθημα. Παρακαλούμε φυλάξτε το και επιστρέψτε σκαναρισμένα αντίγραφα στον οργανισμό Inova μαζί με τη Συνοπτική Έκθεσή σας. Αν είναι δυνατόν, παρακαλείστε, επίσης, να τραβήξετε φωτογραφίες αν συμφωνούν οι συμμετέχουσες να συμπεριληφθούν φωτογραφίες τους στη Συνοπτική Έκθεση.

6. Δομή των Εκπαιδεύσεων

6.1 Συστάσεις

Στη διάρκεια του πρώτου μαθήματος, οι συστάσεις μεταξύ των εκπαιδευόμενων μπορούν να είναι σύντομες καθώς είναι πιθανό ότι πολλές συμμετέχουσες (από την ομάδα-στόχο των ευάλωτων γυναικών) θα νιώθουν αγχωμένες να μιλήσουν ενώπιον της ομάδας. Μην ξεχάσετε να συστηθείτε και να μιλήσετε στην ομάδα για το ιστορικό σας ως εκπαιδευτής. Επίσης, θα χρειαστεί να παρουσιάσετε σύντομα στους μαθητές το έργο Empower και να τους εξηγήσετε ότι αυτό είναι ένα πιλοτικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα που λαμβάνει χώρα στο Ηνωμένο Βασίλειο, την Ελλάδα, την Ισλανδία και τη Λιθουανία με σκοπό τη στήριξη των γυναικών και των Επαγγελματιών Υποστήριξης, ώστε οι πρώτες να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες για απασχολησιμότητα και επιχειρηματικότητα.



Ιδέες για τους εκπαιδευτές:

- **Συζητήσεις ανά ζευγάρι:** Χωρίστε την ομάδα σε ζευγάρια (5 λεπτά) και ζητήστε τους να ρωτήσουν ο ένας τον άλλο γιατί ήρθαν σε αυτό το μάθημα και τι ελπίζουν να αποκομίσουν από αυτό.
- **Αφίσες:** Ζητήστε από όλους να χρησιμοποιήσουν μαρκαδόρους και πολύχρωμα στυλό για να σχεδιάσουν μία αφίσα που να απεικονίζει τον εαυτό τους/κάτι που πραγματικά απολαμβάνουν να κάνουν. Δώστε 10 λεπτά στους εκπαιδευόμενους για την άσκηση και ζητήστε τους να κολλήσουν τις αφίσες στην αίθουσα και να παρουσιάσουν στην υπόλοιπη ομάδα ένα χαρακτηριστικό της αφίσας.

6.2 Ασκήσεις Προθέρμανσης

Οι ασκήσεις προθέρμανσης βοηθούν τους ανθρώπους να:

- χαλαρώνουν και να γνωρίζονται μεταξύ τους.
- ξεπερνούν τα εμπόδια και να αναπτύξουν εμπιστοσύνη μεταξύ τους.
- προκαλούν αλλαγή της ατμόσφαιρας της εκπαίδευσης π.χ. μείωση έντασης, αύξηση ετοιμότητας.
- διασκεδάζουν.
- επανακτούν τη συγκέντρωση και την αυτοσυγκέντρωσή τους π.χ. μετά το μεσημεριανό γεύμα.



Ιδέες για τους εκπαιδευτές:

People Bingo: Το People Bingo είναι ένα τονωτικό παιχνίδι που περιλαμβάνει επικοινωνία και ομαδικό πνεύμα. Είναι διασκεδαστικό, ενεργητικό, χαρούμενο και προκαλεί χειροπιαστά αποτελέσματα και εξαιρετικό ενδιαφέρον. Οι εκπαιδευτές πρέπει να προετοιμάσουν μία κάρτα BINGO (με 6 τετράγωνα) με διαφορετικές ιδιότητες-χαρακτηριστικά γνωρίσματα σε κάθε τετράγωνο. Έπειτα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έχουν 10-15 λεπτά για να βρουν κάποιον

που να μπορεί να υπογράψει ένα κουτάκι στην κάρτα. Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να διαβάσουν τους ακόλουθους κανόνες στους εκπαιδευόμενους προτού ξεκινήσουν.

- Κάθε άτομο πρέπει να υπογράψει το όνομά του στην πρόταση που ισχύει γι' αυτό στην κάρτα απάντησης.
- Κάθε πρόταση πρέπει να υπογραφεί από ένα μόνο άτομο.
- Κάθε πρόταση πρέπει να υπογραφεί από ένα διαφορετικό άτομο.
- Μπορείτε να υπογράψετε το χάρτινο δελτίο σας μόνο μία φορά.

Μόλις η κάρτα απαντήσεων γεμίσει, φωνάξτε BINGO! Και ο εκπαιδευτής σας θα ελέγξει τις απαντήσεις και το έπαθλο!

Η Ιστορία της Ζωής μου:

1. Προετοιμάστε έναν αριθμό σκίτσων (ένα για κάθε συμμετέχοντα) μιας «ιστορίας-ασπίδας» ('story-shield'), που θα χωρίσετε σε έξι μέρη, σε μεγάλα φύλλα χαρτιού.
2. Βάλτε την ομάδα να καθίσει σε έναν κύκλο και μοιράστε τα σκίτσα και τα στυλό.
3. Αρχίστε με τον εαυτό σας ως αρχηγό της ομάδας και συμπληρώστε τα διαφορετικά μέρη της ασπίδας με τις ακόλουθες πληροφορίες για τον εαυτό σας:
 - α. το όνομά σας,
 - β. τον τόπο γέννησής σας,
 - γ. την ιδανική σας δουλειά,
 - δ. το αγαπημένο σας χόμπι,
 - ε. την αγαπημένη σας μουσική/ τον αγαπημένο σας τραγουδιστή και
 - στ. το αγαπημένο σας φαγητό.
4. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν τις «ασπίδες» τους με τον ίδιο τρόπο που το κάνατε και εσείς.
5. Οι συμμετέχοντες κρατούν τις «ασπίδες» τους μπροστά τους και διαβάζουν δυνατά στην ομάδα τι έχουν γράψει πάνω σε αυτές. Έπειτα, οι «ασπίδες» τοποθετούνται στον τοίχο καθ' όλη τη διάρκεια του μαθήματος.

Με ποιο Ζώο μοιάζω;

Κόψτε διάφορες εικόνες ζώων και απλώστε τις όλες πάνω στο τραπέζι (μπορείτε να κάνετε αντίγραφα) και ζητήστε από τους εκπαιδευόμενους να επιλέξουν το ζώο που πιστεύουν ότι τους αντιπροσωπεύει περισσότερο. Ζητήστε τους να εξηγήσουν στην ομάδα γιατί επέλεξαν το συγκεκριμένο ζώο.

6.3 Βασικοί Κανόνες Συμπεριφοράς ή Πώς Θέλουμε να Δουλέψουμε Μαζί

Η ανάπτυξη βασικών κανόνων συμπεριφοράς για μία εκπαιδευτική ομάδα είναι ένας πολύ σημαντικός τρόπος διασφάλισης ότι η ομάδα αρχίζει να δουλεύει με έναν τρόπο που ταιριάζει στη μεθοδολογία. Πιθανά θέματα συζήτησης στο πλαίσιο ανάπτυξης των βασικών κανόνων συμπεριφοράς θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν:

- Εχεμύθεια και σεβασμός
- Παρακολούθηση και δέσμευση
- Χρήση του χρόνου
- Αμφιβολία και επίπεδα προκλήσεων
- Παροχή ανατροφοδότησης
- Στυλ επικοινωνίας
- Διαφορετικά είδη βοήθειας προς την ομάδα- τι θα προτιμούσαν οι εκπαιδευόμενοι.
Τι βοηθά; Τι δημιουργεί εμπόδια;

7. Αξιολόγηση

Κάθε σεμινάριο θα πρέπει να αξιολογηθεί από όλους τους συμμετέχοντες στο τέλος της εκπαίδευσης συμπληρώνοντας μία φόρμα αξιολόγησης της εκπαίδευσης που θα πρέπει να παραδοθεί στην Εκπαιδεύτρια. Στο τέλος του εκπαιδευτικού προγράμματος όλοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει επιπλέον να συμπληρώσουν μία Φόρμα Αξιολόγησης Τελικών Αποτελεσμάτων και να την επιστρέψουν στην Εκπαιδεύτρια.

Η εκπαιδεύτρια θα μπορούσε να γράψει στον Χαρτοπίνακα (Flipchart) μία πρόταση όπως:

«Το καλύτερο πράγμα από το σημερινό σεμινάριο ήταν...»

ή

«Το μόνο πράγμα που θα αποκομίσω/θυμάμαι από το σημερινό σεμινάριο είναι...»

και να ζητήσει από τους συμμετέχοντες να γράψουν ένα θετικό μήνυμα σε ένα χαρτάκι post-it και να το κολλήσουν στον χαρτοπίνακα πριν φύγουν. Όλοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι ελεύθεροι να δουν τα χαρτάκια post-its των άλλων. Μία εναλλακτική αξιολόγηση είναι να βάλετε τις παραπάνω προτάσεις σε έναν χαρτοπίνακα και να ζητήσετε από κάθε συμμετέχοντα να σχεδιάσει το περίγραμμα της παλάμης του με χρωματιστό στυλό και να γράψει μέσα στο αποτύπωμα της παλάμης του τα καλύτερα πράγματα που θα θυμάται από τα σεμινάρια.

Στη διάρκεια του τελευταίου μαθήματος, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να συμπληρώσουν την Άσκηση Προφίλ Κοινωνικών Δεξιοτήτων, την οποία επίσης συμπλήρωσαν στη διάρκεια του πρώτου μαθήματος. Στο τελευταίο σεμινάριο, θα πρέπει να διατεθεί χρόνος από την Εκπαιδεύτρια για να συζητηθούν οι αλλαγές στα προφίλ κοινωνικών δεξιοτήτων π.χ. οποιεσδήποτε βελτιώσεις στην εμπιστοσύνη των δεξιοτήτων, μειώσεις κτλ.

Στο πλαίσιο του τελευταίου μαθήματος, η εκπαιδεύτρια μπορεί να επιλέξει να κάνει μία «τελετή λήξης» με τους συμμετέχοντες, όπου θα λάβουν πιστοποιητικά ολοκλήρωσης της επιμόρφωσης και ακόμη θα πραγματοποιήσουν μία τελική εργασία, όπως π.χ. «Ελευθερώστε τα Μπαλόνια-Στόχους/Εμπόδια».

Ελευθερώστε τα Μπαλόνια-Στόχους/Εμπόδια

Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να γράψουν έναν στόχο που θέλουν να συνεχίσουν να επιδιώκουν μετά το πέρας των σεμιναρίων Empower ή ένα εμπόδιο που πιστεύουν ότι έχουν προσπαθήσει να ξεπεράσουν πάνω σε ένα μπαλόνι. Οι συμμετέχοντες μπορούν να βγουν έξω και να ελευθερώσουν τα μπαλόνια στον ουρανό ή αν αυτό δεν είναι εφικτό, μπορούν να σκάσουν το μπαλόνι με μία καρφίτσα ως σχήμα μεταφοράς για την επίτευξη του στόχου/ξεπέρασμα του εμποδίου.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1: Πακέτο Μαθητή για Επαγγελματίες Υποστήριξης

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: Φυλλάδια PowerPoint για τους Εκπαιδευτές



EMPOWER

Women

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το έργο παρακαλώ επικοινωνήστε:

Empower Project Co-ordinator:

Inova Consultancy

Sheffield, UK

www.inovaconsult.com

office@inovaconsult.com

**Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το έργο EMPOWER παρακαλώ
επισκεφθείτε την ιστοσελίδα: empowerwomen.eu**

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας έκδοσης δε συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντανακλά τις απόψεις μόνον των δημιουργών, και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δε φέρει ουδεμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτό.

