

SeniorVlog

ΕΜΠΝΕΟΝΤΑΣ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΟΝΤΑΣ ΤΟΥΣ
ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΥΣ
ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ VLOGGERS ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΤΑΚΤΗΣΟΥΝ
ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



**Οδηγός καθοδήγησης και συστάσεις για την
υποστήριξη των ανώτερων Vloggers**

Τελική έκδοση

**SENIOR
VLOG**





Συνεργάτες

PCG Polska (Πολωνία)

Aproximar - Cooperativa de Solidariedade Social, CRL (Πορτογαλία)

Anziani e Non Solo (Ιταλία)

Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου (Κύπρος)

Exelia (Ελλάδα)



Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΧΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΧΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



INDEX

ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΘΟΔ'ΗΓΗΣΗΣ SENIORVLOG

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Μαθησιακά αποτελέσματα για τους μέντορες
Πώς να χρησιμοποιήσετε αυτόν τον οδηγό

ΜΟΝΤΕΛΟ ΚΑΘΟΔ'ΗΓΗΣΗΣ

Τι είναι η καθοδήγηση
Διαδικασία καθοδήγησης
Ρόλοι και αρμοδιότητες καθοδήγησης
Χαρακτηριστικά και διαδικασίες καθοδήγησης
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ καθοδήγησης για seniorvlog 10

ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ ΚΑΘΟΔ'ΗΓΗΣΗΣ 12

ο κύκλος καθοδήγησης 12

1. Γνωριστείτε μεταξύ σας 13
2. Μπείτε στη σχέση 13
3. Τρέχουσα κατάσταση 13
- 3.1. Συστάσεις για τους μέντορες του SeniorVlog 13
4. Στόχοι και αποτελέσματα 14
5. Παράδοση, καθοδήγηση και 14
6. Αξιολόγηση 14
7. Κλείσιμο 14

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΙΑ Μ'ΕΝΤΟΡΕΣ 15

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ Μ'ΕΝΤΟΡΑ ΣΤΟ SENIORVLOG 16

ΑΝΑΦΟΡΕΣ 19





ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ SENIORVLOG

Το SeniorVlog είναι ένα έργο 31 μηνών που βασίζεται σε μια εταιρική σχέση συνεργασίας για την εκπαίδευση ενηλίκων μεταξύ πέντε εταιρών και χωρών: PCG Polska (Πολωνία), Anziani e Non Solo (Ιταλία), Arroximar (Πορτογαλία), Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου (Κύπρος) και Exelía (Ελλάδα). Το έργο στοχεύει στη βελτίωση της ζωής των ηλικιωμένων ενηλίκων, προετοιμάζοντάς τους να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητες του Διαδικτύου και να γίνουν πιο ορατοί στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Το SeniorVlog θα προωθήσει την ανάπτυξη κοινωνικών και βασικών ικανοτήτων, θα προσφέρει ευκαιρίες για συμμετοχή στην κοινωνική ζωή και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, καθώς και θα παρέχει στρατηγικές καθοδήγησης και παρακίνησης για τους Μέντορες και τους Εκπαιδευτές, καθώς και για τους τελικούς συμμετέχοντες.

Το SeniorVlog περιλαμβάνει τέσσερα αποτελέσματα έργου (PR):

1. Μια συγκριτική έκθεση,
2. Ένα πρόγραμμα κατάρτισης,
3. Ένας οδηγός καθοδήγησης,
4. Ένας διαδικτυακός οδηγός.

Το παρόν έγγραφο παρέχει μια προκαταρκτική έκδοση του οδηγού καθοδήγησης.

Το πρόγραμμα SeniorVlog περιλαμβάνει ένα μέρος κατάρτισης (PR2) και μια καθοδηγητική υποστήριξη (PR3) από εκπαιδευτές ενηλίκων. Αυτή η προσέγγιση προσφέρει μια δομημένη πορεία για να εξοπλίσει τους ενήλικες εκπαιδευόμενους, και ταυτόχρονα χρήστες του Διαδικτύου, με βασικές ψηφιακές ικανότητες και δεξιότητες που τους επιτρέπουν να γίνουν Vloggers ορατοί στην κοινότητα του Διαδικτύου. Το πρόγραμμα θα δώσει την ευκαιρία να συνδεθούν διαφορετικά στυλ vlogging, θέματα και διαγενεακές και διεθνείς συζητήσεις vlogging. Το καινοτόμο πρόγραμμα κατάρτισης και καθοδήγησης SeniorVlog σκοπεύει να βοηθήσει τους ηλικιωμένους να αναπτυχθούν και να μοιραστούν το πάθος τους, τις γνώσεις τους, να αποκτήσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση ως πάροχοι περιεχομένου και τεχνογνωσίας. **Στόχος της υποστήριξης με την καθοδήγηση είναι η δημιουργία ενός ασφαλούς χώρου εργασίας και διαπροσωπικών σχέσεων**, όπου το χάσμα των γενεών θα έχει την ευκαιρία να μειωθεί χάρη σε στοιχεία παιχνιδιοποίησης, ενθάρρυνση του διαγενεακού διαλόγου. Ως εκ τούτου, ο **στόχος αυτού του οδηγού καθοδήγησης¹ είναι να παρέχει λεπτομερείς πληροφορίες και κατευθυντήριες γραμμές για συγκεκριμένα αποτελέσματα καθοδήγησης**, όπως η προώθηση των ικανοτήτων vlog μεταξύ των ηλικιωμένων πολιτών. Πρόκειται για έναν πόρο που απευθύνεται σε εκπαιδευτές ενηλίκων, οι οποίοι θα επιτελέσουν το ρόλο του Μέντορα, για να τους προετοιμάσει για το ρόλο τους.

¹ Θα χρησιμοποιήσουμε τον ορισμό του λεξικού για τον οδηγό, ως "ένα βιβλίο που δίνει χρήσιμες πληροφορίες για ένα συγκεκριμένο θέμα" (Merriam-Webster, n.d.)



Ο αναμενόμενος αντίκτυπος είναι η αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας των μεντόρων και η παροχή υψηλής ποιότητας υποστήριξης στη μαθησιακή διαδικασία των ηλικιωμένων πολιτών. Οι Εκπαιδευτές/Μέντορες του προγράμματος θα μάθουν νέες μεθόδους υποστήριξης των ηλικιωμένων ενηλίκων στη μαθησιακή τους πορεία.



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το παρόν παραδοτέο είναι οργανωμένο σε τρία κεφάλαια, τα οποία καλύπτουν τα κύρια μέρη των γνώσεων και των πληροφοριών για τους Μέντορες: (1) ΜΟΝΤΕΛΟ ΜΕΝΤΟΡΙΑΣ, ένα θεωρητικό υπόβαθρο σχετικά με την έννοια της καθοδήγησης, τη διαδικασία καθοδήγησης και τα χαρακτηριστικά της, συμπεριλαμβανομένου ενός τμήματος με τις πιο σχετικές δεξιότητες για τους μέντορες- (2) ΣΤΑΔΙΑ ΜΕΝΤΟΡΙΑΣ, μια λεπτομερής περιγραφή κάθε σταδίου μιας διαδικασίας καθοδήγησης, με συγκεκριμένες κατευθυντήριες γραμμές που πρέπει να χρησιμοποιούνται από τους μέντορες και σχετικές γνώσεις- και (3) ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ, τα οποία παρουσιάζουν ορισμένα μέσα που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι μέντορες κατά τη διάρκεια της διαδικασίας, είτε για διαδικαστική/διοικητική βάση, είτε για την ενεργοποίηση του προβληματισμού.

Ο στόχος αυτού του εγγράφου είναι να δώσει στους μέντορες μια ευανάγνωστη πηγή και μια πηγή γνώσεων, καθοδήγησης και συμβουλών, ώστε να μπορέσουν να γίνουν μέντορες για το vlogging. Αυτές οι κατευθυντήριες γραμμές συνάδουν με τις αρχές του mentoring ως αναπτυξιακής διαδικασίας και συνάδουν με το εκπαιδευτικό πρόγραμμα SeniorVlog.

Το κεφάλαιο 1 για το ΜΟΝΤΕΛΟ ΜΑΝΤΟΡΙΑΣ απευθύνεται επίσης στους επόπτες των Μεντόρων. Αυτοί είναι οι υπεύθυνοι έργων των εταιρών (ή συναφείς ρόλοι) που θα καθοδηγήσουν τους εκπαιδευτές ενηλίκων στην εμπειρία τους ως μέντορες. Ο επόπτης μέντορας είναι κάποιος που είναι διαθέσιμος για συζήτηση σχετικά με τη διαδικασία της καθοδήγησης, αν και μπορεί να μην είναι ειδικός στο συγκεκριμένο θέμα, αλλά μάλλον κάποιος που επιβλέπει ολόκληρη τη διαδικασία της καθοδήγησης και συμμορφώνεται με τις αρχές της.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΜΑΘΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΕΝΤΟΡΕΣ

Χρησιμοποιώντας αυτόν τον οδηγό, οι εκπαιδευτές ενηλίκων θα αποκτήσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στη διαδικασία καθοδήγησης και στο ρόλο τους ως μέντορες. Θα είναι σε θέση να παρακολουθήσουν μια συζήτηση καθοδήγησης, αξιοποιώντας την εμπειρία τους για την ανάπτυξη του ανώτερου ενήλικου εκπαιδευόμενου, να αξιοποιήσουν στο έπακρο τη σχέση καθοδήγησης και να καθοδηγήσουν τους εκπαιδευόμενους στο ταξίδι τους.

Όπως αναφέρθηκε σε προηγούμενα έργα και προγράμματα για την υποστήριξη των εκπαιδευτών ενηλίκων ώστε να γίνουν μέντορες (MEGAN, MPATH, Parent'R'Us), υπάρχουν ορισμένες δεξιότητες που απαιτούνται για την προώθηση μιας αποτελεσματικής διαδικασίας καθοδήγησης. Πολλές φορές, οι εκπαιδευτές ενηλίκων διαθέτουν ήδη αυτές τις δεξιότητες, αλλά χρειάζεται να τις κινητοποιήσουν ή/και να τις ανακυκλώσουν από προηγούμενες μαθησιακές εμπειρίες. Διαστάσεις όπως η Επικοινωνία (ενσυναίσθηση, διεκδικητικότητα), η Ανθεκτικότητα (στρατηγικές αντιμετώπισης, εύρεση εναλλακτικών σκέψεων), η Συστημική Επίγνωση (ατομική ανάπτυξη και επιρροή διαφορετικών πλαισίων), η Διαχείριση Συγκρούσεων (διαχείριση άγχους, αντιμετώπιση συγκρούσεων) ή η Επίγνωση του Μέντορα είναι οι πιο σχετικές. Για τους σκοπούς του παρόντος οδηγού, δίνεται έμφαση στην τελευταία, παρόλο που υπάρχουν γενικές συστάσεις που αφορούν τις άλλες διαστάσεις.

Τα μαθησιακά αποτελέσματα για τους SeniorVlog Mentors μπορούν να απαριθμηθούν ως εξής:



- Αναγνωρίζουν την πορεία ζωής κάθε μαθητή και τη σημασία του εκπαιδευτικού πλαισίου, χρησιμοποιώντας το ως πηγή για τη μαθησιακή διαδικασία,
- Υποστηρίξτε τους διαφορετικούς μαθητές και δώστε προσοχή στις στάσεις και τις επιλογές τους ταυτόχρονα, διατηρώντας μια ομάδα με κίνητρα και άνεση να εκφραστεί,
- Ενισχύστε τη συνεργασία μεταξύ διαφορετικών μαθητών, παρέχοντάς τους χώρους για να ενδυναμωθούν,
- Σεβαστείτε το εύρος του ρόλου του μέντορα, θέτοντας όρια στη σχέση μέντορα-μέντορα.

ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΑΥΤΟΝ ΤΟΝ ΟΔΗΓΟ

Αυτός ο οδηγός είναι μια ευανάγνωστη πηγή για τους εκπαιδευτές ενηλίκων. Θα πρέπει να το χρησιμοποιήσουν ως μια πρώτη επαφή με το mentoring για να κατανοήσουν τις γνώσεις που κρύβονται πίσω από τη διαδικασία. Είναι πολύ σημαντικό οι εκπαιδευτές ενηλίκων να είναι σε θέση να διακρίνουν τον ρόλο του μέντορα από αυτόν του ίδιου του εκπαιδευτή ή άλλων τύπων ρόλων, όπως του συμβούλου ή του προπονητή. Η ανάγνωση αυτού του Οδηγού πριν από τη συμμετοχή σε μια διαδικασία καθοδήγησης θα αυξήσει την αποτελεσματικότητά της, αλλά και θα δώσει στους εκπαιδευτές μια ασφάλεια για το τι αναμένεται από αυτούς.

Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας καθοδήγησης, ο παρών Οδηγός προσφέρει επίσης μια ποικιλία συστάσεων και εργαλείων, τα οποία μπορούν να εξυπηρετήσουν διαφορετικά στάδια της καθοδήγησης, καθώς και διαφορετικά είδη διαδικασιών και προφίλ καθοδήγησης. Οι εκπαιδευτές ενηλίκων μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτόν τον Οδηγό για διαβούλευση όταν προκύπτουν προκλήσεις ή όταν υπάρχει παρανόηση σχετικά με μια συγκεκριμένη στάση, αλλά και για την αντιγραφή φυλλαδίων προς τους καθοδηγούμενους που εξυπηρετούν ένα συγκεκριμένο βήμα που θέλουν να επιτύχουν ή να επεξεργαστούν.

Αυτός ο οδηγός είναι μια πρώτη προσπάθεια να παράσχει υποστήριξη στους εκπαιδευτές ενηλίκων που γίνονται μέντορες στο vlogging για ηλικιωμένους και είναι ανοιχτός για βελτιώσεις και προσθήκες. Όλοι όσοι εργάζονται με αυτόν τον Οδηγό πρέπει να τον χρησιμοποιούν με ευελιξία και την ανάγκη προσαρμογής του σε συγκεκριμένα πλαίσια και συνθήκες in-loco. Επικρατεί η βασική αρχή "*ένα μέγεθος δεν ταιριάζει σε όλους*".



ΜΟΝΤΕΛΟ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ

Το mentoring είναι μια γνωστή μέθοδος και προσέγγιση, αλλά είναι επίσης σύνηθες να συγχέεται ο ορισμός και η έννοια του με άλλες παρεμβάσεις- επιπλέον, υπάρχει πολύ λιγότερη έρευνα και δομή για το mentoring ενηλίκων. Ο παρών οδηγός χρησιμοποιεί τον ορισμό του mentoring ως καθοδήγηση και συμβουλές προς την κατεύθυνση της ανάπτυξης προσωπικών και επαγγελματικών δεξιοτήτων, βασιζόμενος σε μια διαπροσωπική σχέση μεταξύ δύο ατόμων. Θεωρείται μια υποστηρικτική διαδικασία, με καθορισμένη συχνότητα και περιορισμένο χρόνο. Τα δύο άτομα συνδέονται μεταξύ τους, καθώς θεωρεί ότι υπάρχει ένας που μπορεί να προσφέρει κάποιου είδους γνώση, υποστήριξη, βοήθεια (ο μέντορας) σε έναν άλλο που θα επωφεληθεί και θα αναπτυχθεί από αυτή την εμπειρία (ο καθοδηγούμενος) (Mpath- Tolan et al, 2008). Η καθοδήγηση θεωρείται ότι είναι μια "ειδική" σχέση μεταξύ δύο ατόμων: είναι η ανταλλαγή εμπειριών και ο χώρος για μάθηση που θέτει την καθοδήγηση στο επίκεντρο των συνδυασμένων παρεμβάσεων (Gardiner, 1998).

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

Ένα μοντέλο καθοδήγησης είναι ένα δομημένο πρόγραμμα στο πλαίσιο του οποίου λαμβάνουν χώρα διάφορες διαδικασίες καθοδήγησης (μέντορας - καθοδηγούμενος(-οι)). Το μοντέλο mentoring παρέχει τη λογική αλληλουχία των δραστηριοτήτων που αναλαμβάνει ένας πάροχος ή μια υπηρεσία mentoring, εξασφαλίζοντας την τυπικότητά του, αλλά και την αξιοπιστία του. Αποτελείται από 7 φάσεις, όπως ορίζεται στο Σχήμα 1:

ΣΧΗΜΑ 1. ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ: ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ. ΠΗΓΗ: M4ALL ΤΗΣ ΑΠΡΟΧΙΜΑΡ.

MENTORING: PROCESS MAP



Το μοντέλο καθοδήγησης εφαρμόζεται μέσω της ανάπτυξης αυτών των φάσεων, από τις προπαρασκευαστικές δραστηριότητες (φάσεις 1, 2,3), τη συνεχή παράδοση (4,5,6) και την επακόλουθη αξιολόγηση (φάση 7).

ΡΟΛΟΙ ΚΑΙ ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

Το πρόγραμμα mentoring του SeniorVlog περιλαμβάνει 3 κύριους ρόλους, όπως και τα υπόλοιπα προγράμματα mentoring. Κάθε ρόλος έχει ένα σύνολο χαρακτηριστικών και αρμοδιοτήτων στο πλαίσιο της διαδικασίας καθοδήγησης. Υπάρχουν οι εξής:

- **Επόπτες ή μέντορες:** είναι μέλη του προσωπικού των εταιρών/διαχειριστές έργων, που έρχονται σε επαφή με την ανάπτυξη και την εφαρμογή του SeniorVlog. Επιτελούν κρίσιμο ρόλο στην υλοποίηση των φάσεων του μοντέλου καθοδήγησης, ιδίως εκείνων που σχετίζονται με την πρόσληψη μεντόρων, την εκπαίδευσή τους, την αντιστοίχιση και την παρακολούθηση. Οι επόπτες είναι αυτοί που προσφέρουν συνεχώς συμβουλές στους μέντορες και διασφαλίζουν την επίτευξη των αρχών του μοντέλου, των χαρακτηριστικών του, των διαδικασιών και των στόχων του,
- **Μέντορες:** Εκπαιδευτές/εκπαιδευτές ενηλίκων, εθελοντές ή μέλη εταιρών που έχουν γνώσεις, εμπειρία ή δεξιότητες σχετικές με την προσωπική ανάπτυξη των ηλικιωμένων,








τις ΤΠΕ, το vlogging ή τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης² και ενδιαφέρονται να υποστηρίξουν τους ενήλικους ενήλικες εκπαιδευόμενους στο SeniorVlog,

- **Mentees:** ενήλικες ενήλικες εκπαιδευόμενοι, εγγεγραμμένοι στο πρόγραμμα κατάρτισης SeniorVlog (PR2).

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

Το προτεινόμενο μοντέλο είναι ένα τυπικό μοντέλο καθοδήγησης και **το πεδίο εφαρμογής του περιορίζεται στην υποστήριξη των ενήλικων εκπαιδευόμενων που αναπτύσσουν ψηφιακές δεξιότητες, ιδίως στην παραγωγή περιεχομένου**. Τα χαρακτηριστικά του προγράμματος καθοδήγησης SeniorVlog είναι τα εξής:

| | | | |
|---|------------------|--|---|
|  | Τυπολογία | Μη ομότιμοι | Οι μέντορες είναι εκπαιδευτές ενηλίκων και οι καθοδηγούμενοι είναι ανώτεροι εκπαιδευόμενοι- δεν έχουν κοινά χαρακτηριστικά |
|  | Σχέση | 1-1 | Κάθε μέντορας θα εργάζεται με 1 μαθητευόμενο κάθε φορά, αν και 1 μέντορας μπορεί να συνεργαστεί με περισσότερους από έναν μαθητευόμενους. Λόγω της ανάγκης για εγγύτητα, το όριο θα πρέπει να είναι 2 μέντορες που εργάζονται σε μια ομάδα. |
|  | Εστίαση | Προσανατολισμός σε στόχους και ανοιχτό τέλος | Η διαδικασία καθοδήγησης έχει ένα συγκεκριμένο στόχο να επιτύχει (να εξοπλίσει τους ηλικιωμένους για vlog), αν και μπορεί να εμφανιστούν και άλλοι ειδικοί για το mentee |
|  | Διάρκεια | 4 έως 6 μήνες | Ο μέντορας και ο καθοδηγούμενος συναντώνται για αυτή την περίοδο, αν και η συχνότητα είναι ευέλικτη (τουλάχιστον 1 φορά το μήνα). |
|  | Μορφή | Πρόσωπο με πρόσωπο & Online | Προτιμώμενη επιλογή είναι η πρόσωπο με πρόσωπο, αν και το εικονικό περιβάλλον μπορεί να αποτελέσει πλεονέκτημα για την υποστήριξη της ανάπτυξης των σχετικών δεξιοτήτων. |

Κατά τη διάρκεια των διαδικασιών καθοδήγησης, οι επόπτες του SeniorVlog διαθέτουν ένα σύνολο διαδικασιών που συμμορφώνονται με τα στοιχεία των φάσεων του μοντέλου. Κάθε φάση διαθέτει αποδεικτικά στοιχεία ότι έλαβε χώρα και πώς. Οι επόπτες είναι υπεύθυνοι να διασφαλίζουν ότι όλοι οι ενήλικοι ενήλικοι εκπαιδευόμενοι αντιστοιχίζονται με έναν μέντορα και ότι οι διαδικασίες ξεκινούν. Ο πίνακας 1 συνοψίζει τις κύριες διαδικασίες.

² Για το SeniorVlog, οι Μέντορες είναι εκπαιδευτές ενηλίκων που παρέχουν το μάθημα κατάρτισης SeniorVlog. Οι εταίροι έχουν την ευελιξία να προσκαλέσουν το ίδιο άτομο ή να προσκαλέσουν άλλους εθελοντές που πιστεύουν ότι μπορούν να κάνουν τη διαφορά.



ΠΙΝΑΚΑΣ 1. ΚΥΡΙΕΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΟΥ ΧΑΡΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΩΝ/ΒΗΜΑΤΑ ΤΟΥ MENTORING

| | |
|-------------------------------------|---|
| Έναρξη του προγράμματος | <p>Ενημερώστε τους mentees. Πρόκειται για τους ενήλικους ενήλικες εκπαιδευόμενους, οι οποίοι συμμετέχουν στο πρόγραμμα κατάρτισης και καθοδήγησης.</p> <p>Στρατολογήστε τους μέντορες. Διαδώστε το πρόγραμμα καθοδήγησης και συνδεθείτε με το τοπικό δίκτυο για να εντοπίσετε τους εθελοντές που ενδεχομένως θα γίνουν μέντορες.</p> |
| Εκπαίδευση μεντόρων | <p>Οργανώστε την εκπαίδευση των μεντόρων, σύμφωνα με τον οδηγό mentoring. Η εκπαίδευση θα πρέπει να περιλαμβάνει ποικίλα πρακτικά εργαλεία για τους μέντορες που θα αναπτύξουν με τους καθοδηγούμενους, αλλά και να καλύπτει τις ενότητες της εκπαίδευσης του SeniorVlog.</p> |
| Ασορτί | <p>Προσδιορίστε ποιος θα συνεργαστεί με ποιον. Αυτό γίνεται με βάση τις προσωπικότητες, τις ικανότητες, τις εμπειρίες, τα ενδιαφέροντα ή την ηλικία, το φύλο. Δεν υπάρχει ενιαία απόδειξη για την επιτυχία.</p> |
| Εισαγωγή | <p>Αυτή είναι η επίσημη έναρξη των διαδικασιών καθοδήγησης.</p> <p>Οργανώστε μια πρώτη εισαγωγική συνεδρία για την υποδοχή και την παρουσίαση των μεντόρων και των καθοδηγούμενων. Η συνεδρία αυτή μπορεί να γίνει με κάθε ζευγάρι ξεχωριστά ή σε μια ομάδα μεντόρων και καθοδηγούμενων. Μπορείτε να συζητήσετε τις προσδοκίες και τα όρια.</p> |
| Διαδικασία καθοδήγησης | <p>Κατά τη διάρκεια των τακτικών συναντήσεων μεταξύ μέντορα και καθοδηγούμενου, οι επόπτες πρέπει να κάνουν περιοδικό έλεγχο και με τους δύο για να αξιολογήσουν αν η διαδικασία και η σχέση κυλάει.</p> |
| Παρακολούθηση και υποστήριξη | <p>Να είστε διαθέσιμος ως επόπτης για επικοινωνία και βοήθεια καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος.</p> <p>Καλέστε τους μέντορες και τους προστατευόμενους ατομικά για να διασφαλίσετε την ιδιωτικότητα. Αξιολογήστε και συζητήστε τις διαδικασίες τους, τις υποθέσεις τους, τις προκλήσεις και τις δυσκολίες και τις στρατηγικές που θα χρησιμοποιήσουν. Μπορείτε επίσης να οργανώσετε ομαδικές συναντήσεις για να ανακεφαλαιώσετε τα εργαλεία ή να αναπτύξετε δραστηριότητες παρακίνησης.</p> |
| Κλείσιμο και αξιολόγηση | <p>Αυτή είναι μια στιγμή κλεισίματος για αυτοκριτική και αξιολόγηση. Προσδιορίστε τους τομείς βελτίωσης για το μέλλον.</p> |



Πηγή: Οδηγίες M4All της Aproximar



ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΘΟΔΉΓΗΣΗΣ ΓΙΑ SENIORVLOG

Το πρόγραμμα καθοδήγησης SeniorVlog συνδυάζεται με μια δομημένη κατάρτιση, η οποία παρέχεται πριν ή κατά τη διάρκεια των συνεδριών καθοδήγησης. Αυτό το πρόγραμμα καθοδήγησης σκοπεύει να αποτελέσει ένα συμπληρωματικό και ιδιαίτερα πολύτιμο μέρος του προγράμματος SeniorVlog, με στόχο την επιτάχυνση των γνώσεων, αλλά και τη στενότερη υποστήριξη των ενήλικων εκπαιδευομένων από έναν έμπειρο μέντορα. Δεν πρόκειται για μια κλασική εκπαίδευση πληροφορικής, αλλά για μια πιο πρακτική διαδικασία, στην οποία η εγγύτητα, η εγγύτητα και η σχέση είναι το κλειδί.

Οι μέντορες μπορούν να είναι οποιοδήποτε πρόσωπο σχετίζεται με το θέμα της εκπαίδευσης ενηλίκων: δεν είναι υποχρεωτικό να είναι εκπαιδευτές πληροφορικής ή κοινωνικοί εκπαιδευτές, πτυχιούχοι ή έμπειροι. Οι μέντορες απαιτείται να διαθέτουν ένα σύνολο δεξιοτήτων, κυρίως δε να έχουν προσωπικές και κοινωνικές ικανότητες που μπορούν να χρησιμοποιήσουν για να καταστούν διαθέσιμοι στον ανώτερο εκπαιδευόμενο ενήλικα και να συνδεθούν και να εμπλακούν μαζί του. Αυτή είναι η πιο κρίσιμη ικανότητα, καθώς η καθοδήγηση βασίζεται στην προσωπική σύνδεση. Ως εκ τούτου, οι επόπτες του προγράμματος καθοδήγησης πρέπει να ασχοληθούν με αυτό το σύνολο δεξιοτήτων για να αναζητήσουν τα καταλληλότερα άτομα για να γίνουν Μέντορες SeniorVlog (MPATH, 2016). Το σύνολο των δεξιοτήτων περιλαμβάνει γενικές δεξιότητες, όπως η επικοινωνία, η συστημική ευαισθητοποίηση ή η ανθεκτικότητα, και ειδικές δεξιότητες, όπως η ανθρωποκεντρικότητα, η ευελιξία και η μη κριτική ικανότητα (Σχήμα 2).

ΣΧΗΜΑ 2. ΣΥΝΟΛΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΕΝΤΟΡΕΣ ΣΤΟ SENIORVLOG

Οι **γενικές δεξιότητες** θεωρείται ότι υπάρχουν σε πολλούς ρόλους, συμπεριλαμβανομένου του εκπαιδευτή. Για το πρόγραμμα καθοδήγησης, και με βάση προηγούμενα προγράμματα καθοδήγησης (MPATH, 2016) οι δεξιότητες πλαισιώνονται σε:

- Επικοινωνία - να κάνετε ερωτήσεις, να μιλάτε με σαφήνεια, να είστε διεκδικητικοί και ενσυναισθητικοί, ενεργός ακροατής,
- Ανθεκτικότητα - εξέταση των πραγμάτων με αντικειμενική ματιά, πρόβλεψη των προβλημάτων, αναζήτηση λύσεων, αυτορρύθμιση των συναισθημάτων,
- Συστημική επίγνωση - βλέπει το ευρύτερο πλαίσιο του καθοδηγούμενου, βλέπει πέρα από αυτά που λέει ο καθοδηγούμενος, προωθεί ένα καλό περιβάλλον για μάθηση και ανάπτυξη, σέβεται τις προοπτικές και τις ιδέες των άλλων, εξετάζει το vlogging και τη διαδικασία του ως την επιρροή που μπορεί να έχει στη ζωή του ανώτερου.

Οι συγκεκριμένες δεξιότητες συνδέονται με μια συγκεκριμένη στάση που πρέπει να έχουν οι μέντορες - με έμφαση στην ανδραγωγική και το σεβασμό στη συνεργασία με ενήλικες εκπαιδευόμενους (όχι παιδιά). Αυτό είναι σχετικό για τους ενήλικες εκπαιδευόμενους μεγαλύτερης ηλικίας, προκειμένου να ευδοκιμήσουν και να προχωρήσουν προς την κατεύθυνση της δημιουργίας ψηφιακού περιεχομένου. Οι δεξιότητες αυτές περιγράφονται ως εξής:



- Ανθρωποκεντρική - φροντίδα για τη διαδικασία και όχι για την τεχνολογία, αναζήτηση του ατόμου και της προστιθέμενης αξίας της εμπειρίας, ενθάρρυνση της προσπάθειας και όχι της τελειότητας, προσοχή στον ανώτερο ενήλικα εκπαιδευόμενο ως άτομο (Illes, Platts & Wall, 2007),
- Ευελιξία - προσαρμογή στις αλλαγές, προσαρμογή σε διαφορετικές απαιτήσεις και πλαίσια, μετάβαση από το ένα έργο στο άλλο (Rosenblatt, 2011),
- Μη επικριτική - αποφυγή στερεοτύπων για τους ενήλικους εκπαιδευόμενους, απομάκρυνση από τον ηλικιακό ρατσισμό, αναγνώριση των ιδεών και των συναισθημάτων των εκπαιδευομένων, μη κριτική ούτε περιορισμός της προόδου και της ανάπτυξης (APA, 2023).



ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΗΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

Το mentoring περιλαμβάνει μια διαδικασία 7 σταδίων για τη σχέση μεταξύ μέντορα και καθοδηγούμενου. Παρόλο που υπάρχει μια σταθερή παρουσίαση και περιγραφή των σταδίων, δεν υπάρχει ένα άκαμπτο πλαίσιο σταδίων: μπορεί να συμβαίνουν ταυτόχρονα ή ο μέντορας και ο καθοδηγούμενος να περνούν από ένα στάδιο, χωρίς να έχουν ολοκληρώσει το προηγούμενο.

ΠΙΝΑΚΑΣ 2. ΣΤΑΔΙΑ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

| Στάδιο | Στιγμιότυπο |
|--|--|
| 1. Γνωριστείτε μεταξύ σας | Παρουσίαση του μέντορα και του μαθητευόμενου |
| 2. Μπείτε στη σχέση | Δημιουργία εμπιστοσύνης |
| 3. Τρέχουσα κατάσταση | Διάγνωση |
| 4. Στόχοι και αποτελέσματα | Δράσεις |
| 5. Παράδοση, καθοδήγηση και υποστήριξη | Η ίδια η διαδικασία, οι στρατηγικές παρακίνησης και η υποστήριξη εγγύτητας |
| 6. Αξιολόγηση | Τι έχουμε κερδίσει |
| 7. Κλείσιμο | Τερματισμός |

Οι επόμενες ενότητες είναι αφιερωμένες στην προετοιμασία των μεντόρων για το ρόλο τους, συμπεριλαμβανομένου του καθορισμού ορισμένων στρατηγικών για κάθε στάδιο της διαδικασίας καθοδήγησης. Λάβετε υπόψη ότι πρόκειται για γενικές στρατηγικές και ότι κάθε μέντορας πρέπει να προσαρμόζει και να εισάγει την απαραίτητη ευελιξία ώστε να προσαρμόζεται στους στόχους και το προφίλ του καθοδηγούμενου.



1. ΓΝΩΡΙΣΤΕΪΤΕ ΜΕΤΑΞΥ ΣΑΣ

Στόχος αυτού του σταδίου είναι τόσο ο μέντορας όσο και ο καθοδηγούμενος να κάνουν μια παρουσίαση του εαυτού τους, η οποία όμως υπερβαίνει το απλό όνομα, την ηλικία, το επάγγελμα. Ο σκοπός ΔΕΝ είναι να διεξαχθεί συνέντευξη, αλλά να μπουν στη ζωή και των δύο και να μάθουν τι μπορούν να μοιραστούν και να προσφέρουν στη σχέση.

Οι πιο συνηθισμένες στρατηγικές είναι οι προτροπές συζήτησης ή η ανάλυση καρτών εικόνων για να διερευνήσετε τι σκέφτεται ή αισθάνεται ο καθένας. Το να βγείτε μια βόλτα σε ένα πάρκο (στη φύση) ή να έχετε ένα λιγότερο επίσημο περιβάλλον μπορεί να βοηθήσει να σπάσει ο πάγος.

Εργαλεία αναφοράς: Αρχικές προσδοκίες και προφίλ

2. ΜΠΕΪΤΕ ΣΤΗ ΣΧΕΣΗ

Η οικοδόμηση των στοιχείων για τη σχέση είναι ένα κρίσιμο στάδιο. Η εμπιστοσύνη μεταξύ τους (μέντορας και καθοδηγούμενος) αποτελεί τη βάση της διαδικασίας. Αυτή η εμπιστοσύνη δεν συμβαίνει με τη μία και μπορεί να χρειαστούν μερικές συνεδρίες (εβδομάδες...) για να νιώσουν άνετα ο ένας με τον άλλον τόσο ο μέντορας όσο και ο καθοδηγούμενος. Ο ρόλος του μέντορα είναι να διασφαλίσει ότι υπάρχει ένας ασφαλής και ανοιχτός χώρος για τον καθοδηγούμενο και να ενθαρρύνει αυτά τα στοιχεία εμπιστοσύνης. Οι μέντορες μπορούν να προτείνουν κάποιες ασκήσεις οικοδόμησης εμπιστοσύνης, όπως το να καλέσουν τους μεντορευόμενους να περπατήσουν με κλειστά μάτια και να καθοδηγούνται από τους μέντορες. Ανεξάρτητα από αυτές τις βραχυπρόθεσμες ενέργειες, η αξιοπιστία καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου θα αποδειχθεί μακροπρόθεσμη στρατηγική.

3. ΤΡΕΧΟΥΣΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Ο μέντορας πρέπει να κατανοήσει τις λεπτομέρειες της κατάστασης του μαθητευόμενου: τι γνωρίζει ήδη για το vlogging; Ποιες προκλήσεις ή δυσκολίες αντιμετωπίζει; Τι θέλει να κάνει με τις γνώσεις που απέκτησε; Υπάρχουν περισσότερο τεχνικές ανάγκες ή προσωπικές;

Κατά την αξιολόγηση της τρέχουσας κατάστασης του μαθητευόμενου είναι επίσης σημαντικό να αναγνωριστεί τι είδους εξοπλισμό διαθέτει στο σπίτι του: αλλά και το είδος της υποστήριξης που λαμβάνει από το κοινωνικό του δίκτυο υποστήριξης (οικογένεια, φίλοι). Εάν κάποιος δεν αναγνωρίζεται σε μια διαφορετική δραστηριότητα, το πιθανότερο είναι ότι δεν θα χρησιμοποιήσει τις δεξιότητες ή δεν θα εξασκήσει τη δραστηριότητα.

Εργαλεία αναφοράς: Αυτοανάλυση/ Προσωπικά

3.1. ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΈΝΤΟΡΕΣ ΤΟΥ SENIORVLOG

Το πρόγραμμα SeniorVlog Mentoring ξεχωρίζει για την ομάδα-στόχο του και τον στόχο του: να βοηθήσει στη δημιουργία ατόμων που επηρεάζουν τους ηλικιωμένους. Υπάρχει μια μεγάλη αγορά όταν μιλάμε για influencers, ωστόσο υπάρχει λιγότερη γνώση και μικρότερο ποσοστό influencers



όταν μιλάμε για ηλικιωμένους. Κατ' αυτόν τον τρόπο και με στόχο την ενίσχυση όλης αυτής της διαδικασίας μάθησης και καθοδήγησης, υπάρχουν ορισμένες συστάσεις που θα πρέπει να λάβει υπόψη του ο μέντορας.

Εργαλεία αναφοράς: στο SeniorVlog

4. ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Τελειοποίηση των στόχων- καθορισμός των μέτρων που πρέπει να ληφθούν- εντοπισμός των εμποδίων- αναζήτηση λύσεων- συνεχής παρακολούθηση. Λαμβάνοντας υπόψη τη θεωρία του Kolb για τη βιωματική μάθηση, το πρόγραμμα SeniorVlog Mentoring αντιμετωπίζει τις αρχές του εστιάζοντας στη διαδικασία (και όχι στις τεχνολογικές συσκευές και τον εξοπλισμό πληροφορικής), στις προηγούμενες εμπειρίες των μαθητών, βλέποντας το ευρύ φάσμα των λειτουργιών που επηρεάζονται από τη μάθηση (συμπεριλαμβανομένων των συναισθημάτων), αναγνωρίζοντας το άτομο και το περιβάλλον του. Τα αποτελέσματα του Seniorvlog mentoring, αν και προσαρμοσμένα και προσαρμοσμένα σε κάθε ηλικιωμένο ενήλικα εκπαιδευόμενο, μπορούν να περάσουν πάνω από τα στάδια της σύλληψης και του ενεργού πειραματισμού του κύκλου του Kolb (Kolb & Kolb, 2013).

Εργαλεία αναφοράς: Σχέδιο δράσης

5. ΠΑΡΑΔΟΣΗ, ΚΑΘΟΔ'ΗΓΗΣΗ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

Πρακτικές πληροφορίες, από το περιεχόμενο της κατάρτισης σε συμβουλές, συστάσεις και άμεσες οδηγίες. Αυτό είναι συχνά το στάδιο που καταλαμβάνει το μεγαλύτερο μέρος των συνεδριών, υπό την προϋπόθεση ότι τα προηγούμενα στάδια είναι αποτελεσματικά. Κατά τη διάρκεια των συνεδριών καθοδήγησης, ο μέντορας και ο καθοδηγούμενος μπορούν να ασχοληθούν με πολύ συγκεκριμένα θέματα που αφορούν τον καθοδηγούμενο, τη ζωή και τη διαδικασία του/της για να προσπαθήσει να γίνει vlogger και δημιουργός ψηφιακού περιεχομένου: τι θα κάνει ο ανώτερος με τις γνώσεις που απέκτησε- για τι επιθυμεί να μιλήσει ο ανώτερος στο vlogging- πώς να σχεδιάσει/ συγκεκριμένα και πραγματικά βήματα- μεταξύ άλλων. Τα περιεχόμενα των συνεδριών καθοδήγησης είναι πολύ ευέλικτα και καθοδηγούνται από την καθοδήγηση.

Εργαλεία αναφοράς: Τι θέλω από το Vlogging; Βήματα που πρέπει να ακολουθήσω για να το πετύχω- Walkabout: ενεργοποίηση της δημιουργικότητας

6. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Κατανόηση του αν η διαδικασία καθοδήγησης (κάθε ζεύγος) λειτούργησε καλά και αν παράγαγε τα προγραμματισμένα αποτελέσματα, ή ποια ήταν η συμβολή της καθοδήγησης στην επιτευχθείσα κατάσταση του καθοδηγούμενου. Η αξιολόγηση επιτρέπει επίσης την κατανόηση της αποτελεσματικότητας του προγράμματος mentoring στο σύνολό του.

Εργαλεία αναφοράς: Ερωτηματολόγιο τελικής αξιολόγησης (ικανοποίηση και αποτελέσματα)





7. ΚΛΕΙΣΙΜΟ

Καθώς πρόκειται για μια πολύ στενή σχέση, η καθοδήγηση χρειάζεται να σχεδιάσει ένα κλείσιμο, έναν όρο λήξης της σχέσης. Αυτό το στάδιο υποστηρίζει τη σημασία της καθοδήγησης, αποφεύγοντας παράλληλα την εξάρτηση και την εξουθένωση. Το κλείσιμο μιας διαδικασίας καθοδήγησης μπορεί να γιορταστεί με τα επιτεύγματα που επιτυγχάνουν μαζί ο μέντορας και ο καθοδηγούμενος. Οι επόπτες του προγράμματος καθοδήγησης μπορούν επίσης να αναγνωρίσουν τη διαδικασία και τα αποτελέσματα, δημιουργώντας μια στιγμή συντροφικότητας μεταξύ όλων των συμμετεχόντων.

Εργαλεία αναφοράς: Επιστολή προς τον εαυτό μου



ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΜΈΝΤΟΡΕΣ

Πολλές φορές μια διαδικασία καθοδήγησης βασίζεται αποκλειστικά σε καταστάσεις συνομιλίας μεταξύ μέντορα και καθοδηγούμενου. Για ορισμένους σκοπούς, η καθοδήγηση επωφελείται από τη χρήση εργαλείων, τα οποία συνήθως συνδημιουργούνται και καθορίζονται από μεθόδους σχεδιαστικής σκέψης. Τα εργαλεία αυτά χρησιμεύουν ως βάση για την ενεργοποίηση του προβληματισμού και της συζήτησης, επιτρέποντας την καλύτερη κατανόηση των πραγματικών ζητημάτων.

Εκτός από τα παραπάνω, το SeniorVlog περιλαμβάνει ένα τεχνικό μέρος, το οποίο μπορεί να αποσπάσει την προσοχή από το αναπτυξιακό μέρος του προγράμματος. Εκτός από την επιμόρφωση των ηλικιωμένων στη δημιουργία ψηφιακού περιεχομένου, **το πρόγραμμα καθοδήγησης θα επικεντρωθεί στις φιλόδοξες ανάγκες των ηλικιωμένων και στα κίνητρά τους για vlog**, καθώς και στη δημιουργία μιας διαδρομής για το μέλλον τους, με πτυχές όπως η κληρονομιά. Τα εργαλεία που παρουσιάζονται ακολουθούν αυτό το σκεπτικό, αν και ορισμένα από αυτά δεν είναι υποχρεωτικά για τους μέντορες.

1. Συμφωνία
2. Εγγραφή συνεδρίας
3. Αρχικές προσδοκίες και προφίλ
4. Σχέδιο δράσης
5. Αυτοανάλυση/ Προσωπικά
6. 5-4-3-2-1 Τεχνική γείωσης (5 αισθήσεις)
7. Η κληρονομιά μου
8. Τι θέλω από το Vlogging; Βήματα που πρέπει να κάνω για να
9. Walkabout: ενεργοποίηση της δημιουργικότητας
10. Ερωτηματολόγιο τελικής αξιολόγησης (ικανοποίηση και αποτελέσματα)
11. Επιστολή προς τον εαυτό μου

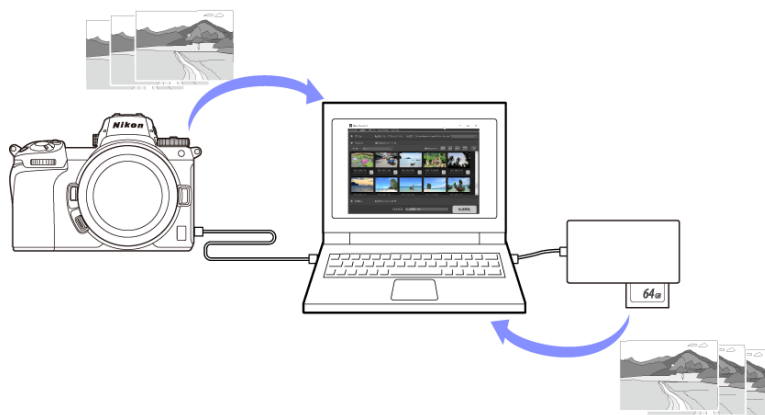
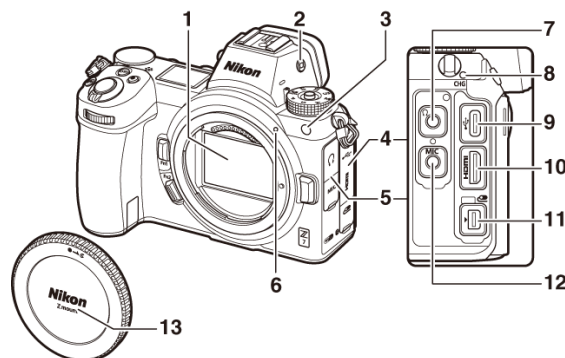
Για να συμβουλευτείτε ή να κατεβάσετε τα εργαλεία του SeniorVlog, επισκεφθείτε [τον επίσημο ιστότοπο](#).



ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΜΕΝΤΟΡΑ ΣΤΟ SENIORVLOG

Το SeniorVlog έχει ως στόχο να ενδυναμώσει τους ηλικιωμένους με δεξιότητες ώστε να γίνουν φορείς επιρροής μέσω κατάρτισης και καθοδήγησης.

Αυτή η διαδικασία καθοδήγησης, όπως αναφέρεται στον Οδηγό καθοδήγησης και στις συστάσεις για την υποστήριξη των Ανώτερων Vloggers, περιλαμβάνει μια αλληλουχία βημάτων και όλα αυτά είναι σημαντικά για την επιτυχία της διαδικασίας καθοδήγησης. Παράλληλα, είναι επίσης σημαντικό να εξοπλιστούν οι μέντορες με προσωπικές και ομαδικές δεξιότητες. Δηλαδή, η ανάπτυξη αυτής της κατάρτισης και της καθοδήγησης προορίζεται για μια συγκεκριμένη ομάδα-στόχο, τους ηλικιωμένους, οι οποίοι παρά το γεγονός ότι έχουν κάποιες ψηφιακές δεξιότητες, δεν σημαίνει ότι όλοι οι άνθρωποι βρίσκονται στο ίδιο επίπεδο γνώσεων ή έχουν τις ίδιες τεχνικές δεξιότητες, γι' αυτό είναι σημαντικό να τονιστεί: Η διαδικασία VS τεχνολογία (Colombo, & Gonzalez, 2022).





Εκτός από τις τεχνολογικές γνώσεις πρέπει να ληφθούν υπόψη και τα εμπόδια (Ramada, 2021):



- Η να
- ο



διδακτέα ύλη της κατάρτισης μπορεί μην είναι κατάλληλη για όλους τους ανώτερους εκπαιδευόμενους, οπότε καθοδηγούμενος μπορεί να αισθάνεται ότι δεν έχει θρέψει αρκετές γνώσεις για να ξεκινήσει τη διαδικασία καθοδήγησης. Ο

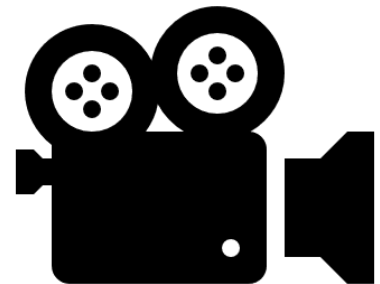
καθοδηγούμενος θα πρέπει να λάβει

υπόψη του.

- Ο μέντορας θα πρέπει να κάνει μια έρευνα για τις ανάγκες και τις προσδοκίες. Για να μπορέσει να τις ευθυγραμμίσει με τους στόχους που έχουν τεθεί.



- Η αρχική φάση της καθοδήγησης αποδεικνύεται πάντα η πιο δύσκολη για τους τελειόφοιτους, οπότε για να διατηρήσει το κίνητρο, ο μέντορας θα πρέπει να υπενθυμίζει και να συζητά με τους τελειόφοιτους την ισχυρή συμβολή που θα προσφέρει ο



που θα μπορούσε να τους vlogger.



- Η πρώτη συνεδρία θα πρέπει επίσης να χρησιμοποιηθεί για την προσομοίωση και την προετοιμασία του τρόπου

με τον οποίο ο μέντορας θα πρέπει να έχει πρόσβαση σε μια διαδικτυακή συνεδρία, ώστε να είναι κατάλληλα προετοιμασμένος για αυτές τις συνεδρίες.

- Στην περίπτωση της διαδικτυακής ή τηλεφωνικής καθοδήγησης, θα να προβλέπονται συγκεκριμένες ώρες συναναστροφή μεταξύ μέντορα και καθοδηγούμενου. Ο μέντορας θα πρέπει να δώσει το απαραίτητο ερέθισμα για την έναρξη αυτής της στιγμής, ενισχύοντας τον δεσμό τους.



πρέπει για τη

δώσει το



- Εάν είναι δυνατόν, συνιστάται να διασφαλιστεί ότι ο προστατευόμενος έχει κάποιου είδους υποστήριξη στο σπίτι, σε περίπτωση που αντιμετωπίζει προβλήματα που δεν μπορεί να λύσει κατά τη διάρκεια των διαδικτυακών συνεδριών ή της αυτόνομης εκτέλεσης εργασιών.
- Ο καθοδηγούμενος μπορεί να αποθαρρυνθεί αν τα καθήκοντα είναι πολύ περίπλοκα, ο μέντορας πρέπει να προσαρμόζει τα καθήκοντα στον καθοδηγούμενο. Εάν είναι απαραίτητο, να παρέχει διαθεσιμότητα για να διατηρήσει περισσότερη επαφή με τον μέντορα, προκειμένου να αυξήσει τη δέσμευσή του με τη διαδικασία.
- Βεβαιωθείτε ότι τόσο το υλικό που προορίζεται για χρήση από τον μέντορα όσο και ο μέντορας είναι κατάλληλο και για τους δύο.
- Συχνά τα πολιτισμικά εμπόδια μπορεί να αποτελέσουν πρόκληση στην καθοδήγηση, είναι σημαντικό ο μέντορας να διατηρεί την εστίαση στους στόχους και την κληρονομιά που επιθυμεί ο καθοδηγούμενος. Ωστόσο, για την πραγματικότητα του μέντορα μπορεί να μην είναι το περιεχόμενο ή ο στόχος με τον οποίο ο μέντορας ταυτίζεται περισσότερο, ο μέντορας μπορεί να θέλει να προσεγγίσει μια διαφορετική ομάδα-στόχο ή άλλα πλαίσια.
- Ο μέντορας θα πρέπει να διαφωτίσει τον καθοδηγούμενο ότι πρόκειται για μια εξελικτική διαδικασία, αρχικά τα καθήκοντα θα πρέπει να εκτελούνται με πιο συγκεκριμένους στόχους και να εξελίσσονται σε πιο σύνθετα καθήκοντα. Υπάρχει ένα μονοπάτι που πρέπει να ακολουθηθεί για την επίτευξη του τελικού στόχου, αυτή η διαδικασία πρέπει να περιγραφεί και να δοθεί ανατροφοδότηση.
- Σε περίπτωση δυσκολιών που αντιμετωπίζει ο μέντορας είναι σημαντικό να τις αναφέρει στον επόπτη.



ΑΝΑΦΟΡΕΣ

American Psychological Association (2023). APA Dictionary of Psychology. Available from: <https://dictionary.apa.org/>

Aproximar (2021). M4ALL Program. Mentoring for All.

Bradbury, L. U. (2010). Educative mentoring: Promoting reform-based science teaching through mentoring relationships. *Science Education*, 94(6), 1049-1071.

Colombo, L., & Gonzalez, C. (2022). *Digital competencies in seniors: benefits, opportunities, and limitations*. 2022 XII International Conference on Virtual Campus (JICV). <https://doi.org/10.1109/jicv56113.2022.9934319>

Gardiner, C. (1998) Mentoring: Towards a Professional Friendship, *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 6:1-2, 77-84, DOI: 10.1080/0968465980060107.

Illes, K., Platts, J. and Wall, S. (2007). Choices and Responsibilities: A Human Centric Approach to University-Industry Knowledge Transfer. A paper presented at the British Academy of Management Conference 2007 (BAM2007), Warwick Business School.

Kolb, A. Y. & Kolb, D. (2013). THE KOLB LEARNING STYLE INVENTORY- Version 4.0. A Comprehensive Guide to the Theory, Psychometrics, Research on Validity and Educational Applications. Experience Based Learning Systems, Inc.

MEGAN Project (2013). Evaluation of the Mentoring for Excluded Groups and Networks (MEGAN) European Project.

Merriam-Webster. (n.d.). Guidebook. In *Merriam-Webster.com dictionary*. Retrieved October 17, 2022, from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/guidebook>.

MPATH Project (2016). Mentor's profile and competences tool.

MPATH Project (2017). IO4 - Mentoring model to support SMEO's workers retention.

Ramanda, A. (2021). *Princípios orientadores para o ensino de competências digitais para um público sénior em contexto pandémico covid-19*. (Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto).

Rosenblatt, Z. (2001). Teachers' Multiple Roles and Skill Flexibility: Effects on Work Attitudes. *Educational Administration Quarterly*. 37 (5).

SeniorVlog (2022). Project Application.

Tolan et al. (2008) Mentoring Interventions to Affect Juvenile Delinquency and Associated Problems, The Campbell Collaboration.





SENIOR VLOG

