

ПОСЛАНИЦИ НА МОБИЛНОСТИ В
КЪСНА ВЪЗРАСТ

Работна тетрадка към Модул 4



SASSI
Later-life Careers

www.sassi-llc.eu



Въведение

Съдържание

1. ВЪВЕДЕНИЕ	3
3. СТРУКТУРА НА МОДУЛА	4
4. РАЗДЕЛИ	5
4.1 Раздел 1: Предимствата на работата и обучението в чужбина	5
4.1.1. Резултати от обучението	5
4.1.2 Описание	6
4.1.3 Групова дейност	7
4.2 Раздел 2: Видове мобилности	9
4.2.1 Резултати от обучението	9
4.2.2 Описание	10
4.2.3 Групова дейност	12
4.3 Раздел 3: Ролята на посланика	13
4.3.1 Резултати от обучението	13
4.3.2 Описание	15
4.3.3 Групова дейност	17
4.4 Раздел 4: Мобилностите на практика	19
4.4.1 Резултати от обучението	19
4.4.2 Описание	21
4.4.3 Групови дейности	21
4.5 Раздел 5: Открий своята мобилност	26
4.5.1 Резултати от обучението	26
4.5.2 Описание	27



1. ВЪВЕДЕНИЕ

Целта на Модул 4 "Посланици на мобилности в късна възраст" е да популяризира предимствата на мобилността и професионалния опит (които обикновено са притежание на младите хора) за пренасочване на кариерата и повишаване на квалификацията сред по-възрастните работници, хората в пенсионна възраст и търсещите работа. Иновативните подходи за предоставяне на професионален опит (включително стажове за мобилност, краткосрочен опит за обучение чрез мобилност, краткосрочни командировки, проектно базиран професионален опит и доброволчески опит) се разглеждат като тактика за стимулиране на професионалното съживяване и промяна. Целта на тези преживявания е да се усвоят нови умения, да се преследват страсти и интереси или просто да се обмисли нова насока на кариерата - както в контекста на националната, така и на интернационалната мобилност.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ НА МОДУЛА

Понастоящем по-голямата част от проектите за мобилност са насочени към обмен на млади хора и/или висше образование. Посланиците могат да се борят за придобиване на професионален опит и стажове за мобилност в сферата на ПОО, за да подобрят межкултурното обучение и мобилността в по-късен етап от живота си. Те ще подчертават ползите от трансграничната работа, особено в контекста на цифровата търговия и за "по-възрастните предприемачи", и ще се застъпват за включването на краткосрочни интернационални практики за работа/учене за по-възрастните хора. Възможността да изпитат учебна дейност в рамките на мобилността или да работят в други организации в ЕС може да:

- подобряване на сътрудничеството;
- разкриване на нови възможности за бизнес и съвместни предприятия;
- насърчаване на межкултурното разбирателство и диалог чрез подобряване на разбирането на други култури и държави.

Дългосрочната цел е да се насърчат нови форми на мобилност на персонала, като на специалистите по човешки ресурси и професионално образование и обучение се даде възможност сами да се включат в програмите на ЕС за мобилност, и същевременно се ангажират целевите групи. Те ще бъдат мотивирани да подобрят межкултурното обучение и опита в областта на мобилността за по-възрастните работници и ще могат да подобрят както количеството, така и качеството на професионалното ориентиране. Създавайки повече защитници на интернационалната работа, те на свой ред ще служат като посланици на мобилността.

За посланиците резултатът следва да бъде:

- по-задълбочен анализ на концепцията за посланиците като защитници на мобилността на работното място и на межкултурното обучение на възрастните хора и представяне на икономическата и социалната обосновка



- по-задълбочен анализ на финансираните и търговските възможности за краткосрочна мобилност с цел работа и обучение за възрастни, и по-специално за възрастни хора, т.е. чрез доброволческа дейност, творчески отпуск и трудов стаж
- определяне, документиране и съгласуване на ползите от работата и ученето в други държави от гледна точка на работодателя, отделния човек и домакина
- подробно определяне на ролята на посланиците
- определяне и позоваване на разширените компетенции, от които те ще се нуждаят
- предоставяне на програма за електронно обучение, подкрепена от вебинари и ръчник за прилагане с цел повишаване на квалификацията на посланиците за това как да управляват трудов стаж в областта на мобилността (включително интернационален опит), ангажиране на работодателите, за да се оценят ползите от този подход за съживяване на кариерата и подпомагане на по-възрастните работници, "непенсионерите" и търсещите работа лица при достъпа до стажове
- адаптиране и създаване на ресурси за използване от посланиците, достъпни в SASSI HUB.

За специалистите по човешки ресурси и професионално образование и обучение този модул дава възможност за практическо използване на посланиците за мобилност в по-късна възраст с цел обучение на нови посланици. Той също така предоставя възможност на учителя сам да стане посланик.

3. СТРУКТУРА НА МОДУЛА

Модулът се състои от 5 раздела, всеки от които съответства на глава от ръководството "Посланици на мобилности в късна възраст". За вас като учител има материал за самообучение, придружен от въпроси за самоанализ и допълнително четене. Има и групова дейност, в която упражнявате умения, свързани със знанията, предадени в материала за самообучение.

Когато предоставяте съдържанието на обучаващите се, ги насочвате към съответната глава от "Посланици на мобилности в късна възраст", която съдържа съдържание и въпроси, предназначени за потенциалните посланици. Подобно на това, което ви се е наложило да преминете с групови дейности, за да задълбочите разбирането си по темата, трябва да ги проведете с вашите обучаеми - в този случай обаче ролята ви се променя от участник във фасилитатор. Силно препоръчително е сами да преминете през дейностите, преди да ги представите на обучаемите.



4. РАЗДЕЛИ

4.1 Раздел I: Предимствата на работата и обучението в чужбина

4.1.1. Резултати от обучението

За учителите:

След като завършите този модул, вие ще:

- можете да насърчите мотивацията на обучаващите се да станат посланици на мобилността в по-късна възраст
- можете да разкажете за ползите от работата и обучението в чужбина
- разгледате мобилността в контекста на кариерното развитие
- разберете работата в мрежа като възможност за обмен на ноу-хау и за достъп до нови пазари
- видите иновативния потенциал на мобилността
- обмислите комуникационни стратегии за мобилността.

За вашите обучаеми:

Тема 1. Могат ли по-възрастните работници да бъдат мобилни?

- Разберете целта на мобилността на работното място
- Разберете, че по-възрастните работници участват в мобилността
- Признайте ползите от работата и обучението в чужбина

Тема 2. Мобилностите като продължаващо професионално развитие

- установяване на необходимостта от учене през целия живот
- разглеждане на мобилността в контекста на кариерата
- определяне на мястото на мобилността в развитието на уменията

Тема 3. Мобилността като мрежови съдове

- признават ползите от разрастващата се международна професионална мрежа
- разбират работата в мрежа като възможност за обмен на ноу-хау и за достъп до нови пазари



Тема 4. Мобилност и иновации

- see mobilities under the lens of best practice exchange
- запознайте се с най-новите разработки
- вдъхнете се от потенциала за иновации у дома

4.1.2 Описание

Всяка част от този модул се основава на глава от Наръчника на посланика за мобилност в по-късна възраст. Подготвили сме презентация с раздел, посветен на насърчаването на мотивацията на обучаемите, както и същността на ключовата информация, която трябва да знаете, за да я предадете на вашите обучаеми. За по-задълбочено разбиране, моля, прочетете съответната глава, както и предложените допълнителни ресурси. Презентацията има следната структура:

- Въведение
- Мотивиране на обучаемите
- Предимства на мобилността
- Мобилност и учене
- Мобилност и работа в мрежа
- Мобилност и иновации

Накрая ще ви поканим да помислите върху следните въпроси:

- Кои аспекти на мобилността са от най-голямо значение за вас в собствения ви професионален опит?
Ако трябва да изберете ключова "точка за продажба" на нова аудитория, каква би била тя?
- Познавате ли добри примери за по-възрастни работници, които са се възползвали от мобилността? Къде можете да откриете такива?
- Какви организации могат да бъдат ваши съюзници, които също се възползват от мобилността на по-възрастните служители?

Допълнителни ресурси за четене включват:

- Харвардски университет. Изследване на целите на обучението. Насърчаване на мотивацията:
<https://ablconnect.harvard.edu/fostering-motivation>
- Европейски съюз (2014 г.). Проучване на въздействието на програмата "Еразъм". Ефекти от мобилността върху уменията и пригодността за заетост на студентите и интернационализацията на висшите учебни заведения
- SASSI Working On Erasmus+ Project. CPD за кариерни консултанти, работещи с възрастни хора. Модул 4. Мобилност на работното място за съживяване на кариерата.
- Работете здравословно в Австралия. Подкрепа за застаряващата работна сила:



<https://www.workhealthyaustralia.com.au/how-to-support-your-older-workers/>

- Brooks R., Waters J. (2011) Student Mobilities, Migration and the Internationalization of Higher Education (Мобилност на студентите, миграция и интернационализация на висшето образование). Palgrave Macmillan London
- Съвет на Европа. Езикова интеграция на възрастни мигранти (Linguistic Integration of Adult Migrants, LIAM). Формално, неформално и самостоятелно учене
- Европейски съюз (2014 г.). Проучване на въздействието на програмата "Еразъм". Ефекти от мобилността върху уменията и пригодността за заетост на студентите и интернационализацията на висшите учебни заведения
- ЮНЕСКО (2021 г.). Преосмисляне на нашето бъдеще заедно: нов социален договор за образованието
- BusinessBalls. Съвети и техники за създаване на бизнес мрежи за събития и уебсайтове за създаване на мрежи: <https://www.workhealthyaustralia.com.au/how-to-support-your-older-workers/>
- Creative Enso (2021 г.). Как пътуването повишава креативността и благосъстоянието: <https://www.thesavvyglobetrotter.com/how-travel-broadens-the-mind-and-increases-creativity/>
- Опитният пътешественик по света (2023 г.). Как пътуването разширява кръгозора и повишава креативността: <https://www.thesavvyglobetrotter.com/how-travel-broadens-the-mind-and-increases-creativity/>

4.1.3 Групова дейност

Групова дейност към Раздел 1

Име	Моите мобилности
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> • Размисъл за ролята, която мобилността е изиграла в професионалния ви живот • Изследване на ползите от различните видове мобилност • Открийте как мобилността е повлияла на другите <p>Вдъхновете се да демонстрирате ползите от мобилността на други хора</p>
Вид дейност	Самоанализ + групова дискусия
Времева рамка	70 мин.



<p>Необходими материали</p>	<p>Разпечатки на карти: От Европа: https://pixabay.com/illustrations/map-cartography-relief-map-1804891/ От света: https://pixabay.com/vectors/map-world-geography-continent-117174/ Флипчарт, химикалки</p>
<p>Въведение</p>	<p>This activity invites participants to reflect on their own history of mobilities and the impact they had on their professional development.</p> <p>Mobilities can serve as a tool of professional development, a place to gain new competences.</p> <p>Mobilities are a place where new contacts are made, thus one's professional network is grown.</p> <p>Mobilities are where people from different backgrounds meet, ideas are exchanged, and innovation is born.</p>
<p>Описание на дейността</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Представете ролята на мобилностите в професионалното развитие на човека (вж. въведението).2. Раздайте карти на участниците. След това, индивидуално, всеки от тях трябва да посочи на картата всички места, които е посетил в нетуристическо качество (професионално, учебно, доброволческо и т.н.) От всички места участниците трябва да изберат три, които смятат за най-значими за тях.3. За всеки от трите избора участниците трябва да помислят върху следните въпроси:<ul style="list-style-type: none">• Защо това пътуване беше важно за мен?• Какви умения развих там?• Кои са хората, които срещнах там? Все още ли поддържам връзка с някои от тях?• Промени ли се по някакъв начин погледът ми върху професионалната ми роля?4. Участниците се смесват, срещат се по двойки и обсъждат един от своите избори. След това сменят партньорите си, обсъждат втория си избор и се сменят за трети път. <p>С участието на всички участници запишете на флипчарта всички начини, по които мобилността им е повлияла. Опитайте се да групирате отговорите заедно.</p>



Дебрифинг	<p>Дискусия в групата. Можете да използвате следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none">• Виждате ли сега по различен начин ролята на мобилността в професионалния си живот?• Чухте ли нещо, което ви изненада? <p>Чувствате ли се по-добре подготвени да убедите другите в тези ползи?</p>
Адаптиране към онлайн режим	<p>Участниците могат да работят заедно на дъската Miro (https://miro.com/), където картата вече е качена, и да записват идеите си на листчета в дъската. Обсъждането по двойки може да се извърши в стаи за почивка, като се сформират двойки на случаен принцип, които трябва да бъдат допълнително рандомизирани за всяка стъпка.</p>
Съвети за учителя	<p>Някои участници може да се нуждаят от насърчаване в началната фаза, за да могат да си спомнят мобилностите, които са им повлияли най-много. Това се случва или чрез насочващи въпроси в голямата група, или чрез индивидуални интервенции за тези, които изглежда се затрудняват.</p> <p>Трябва да се следи добре времето, за да се гарантира, че и двамата участници в двойката имат възможност да се изкажат.</p>

4.2 Раздел 2: Видове мобилности

4.2.1 Резултати от обучението

За учителите:

След като завършите този модул, вие ще:

- разберете колко е важно целите на обучението да се съгласуват с видовете мобилност
- бъдете мотивирани да съветвате по-възрастните работници относно подходящите за тях видове мобилност
- сте запознати с различните видове краткосрочни и дългосрочни мобилности, както и с доброволството
- сте помислили върху тези мобилности в контекста на по-възрастните работници
- прецените плюсовете и минусите в контекста на по-възрастните работници



За вашите обучаеми:

Тема 1. Краткосрочни мобилности

- Разберете целта на мобилността на работното място
- Запознайте се с различните видове краткосрочна мобилност
- Разсъждавайте върху тази мобилност в контекста на възрастните работници
- Преценете плюсовете и минусите в контекста на възрастните работници

Тема 2. Дългосрочни мобилности

- Запознайте се с различните видове дългосрочни мобилности
- Разсъждавайте върху тези мобилности в контекста на възрастните работници
- Преценете плюсовете и минусите в контекста на възрастните работници

Тема 3. Доброволчески мобилности

- Запознайте се с ползите от доброволчеството и доброволческите мобилности
- Разсъждавайте върху тези мобилности в контекста на възрастните работници
- Преценете плюсовете и минусите в контекста на възрастните работници

4.2.2 Описание

Всяка част от този модул се основава на глава от Наръчника на посланика за мобилност в по-късна възраст. Подготвили сме презентация с раздел, посветен на напътствията за бъдещия посланик, както и същността на ключовата информация, която трябва да знаете, за да я предадете на вашите обучаеми. За по-задълбочено разбиране, моля, прочетете съответната глава, както и предложените допълнителни ресурси.

Презентацията има следната структура:

- Въведение
- Насочване на бъдещия посланик
- Краткосрочни мобилности
- Дългосрочни мобилности
- Доброволчество
- Саморефлексия
- Допълнителни ресурси



Накрая ще ви поканим да помислите върху следните въпроси:

- Можете ли да обясните на потенциалните кандидати какво прави един посланик?
- Кои са качествата, които правят един посланик добър?
- Кои са ключовите аспекти на уменията да се насърчават мобилностите в по-късна възраст?
- Можете ли да се сетите за други посланици, които насърчават различни практики за професионално развитие? Какво са правила най-успешно сред тях?

Допълнителните ресурси за четене включват:

- Мислите за промяна в живота? Бихте ли стажували на 50+ години?", Magenta Financial Planning, 2020:
<https://magentafp.com/thinking-of-a-life-change-would-you-intern-at-50/>
- Уроци от един 60-годишен стажант , Forbes, 2010:
<https://www.forbes.com/consent/ketch/?toURL=https://www.forbes.com/2010/08/31/internship-career-transition-forbes-woman-leadership-work-experience.html>
- Как творческите отпуски променят както работниците, така и работодателите, Кари Ром Назер, CharterWorks:
<https://www.charterworks.com/dj-didonna-sabbaticals/>
- Командировки: най-мощното обучение за работа, за което не сте чували - Лорън Мун и Сара Гоф-Дюпон, Atlassian, 2021 г.:
<https://www.atlassian.com/blog/teamwork/what-is-secondment-benefits>
- Изследвания: Кира Шабрам, Мат Блум и DJ ДиДонна, Harvard Business Review, 2023 г., The Transformative Power of Sabbaticals:
<https://hbr.org/2023/02/research-the-transformative-power-of-sabbaticals>
- Прекъсване на кариерата на 50 години (с причини и съвети), Редакционен екип на Indeed, 2023 г.:
<https://uk.indeed.com/career-advice/career-development/taking-career-break-at-50>
- 11 смислени начина, по които възрастните хора могат да станат доброволци точно сега, от Дженифър Лагеман на Forbes, 2023 г.:
<https://www.forbes.com/health/healthy-aging/volunteer-opportunities-for-older-adults/>
- 9 ползи от доброволчеството за възрастни хора от VantageAgeing, 2022:
<https://vantageageing.org/blog/benefits-older-adults-gain-volunteering/>
- Ползи от доброволчеството на по-възрастните за благосъстоянието: Gil-Lacruz, María I. Saz-Gil, Ana I. Gil-Lacruz, 2019
- Service Civil International: Доброволчеството за мир от 1920 г. насам -
<https://sci.ngo/>



4.2.3 Групова дейност

Групова дейност към Раздел 2

Име	"За" и "против" мобилността на възрастните работници: Световно кафене
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> запознайте се с различните видове мобилност и ги разберете помислете за мобилността в контекста на възрастните работници и преценете кои от тях са подходящи за вашите потенциални клиенти
Вид дейност	Презентация + Световно кафене
Времева рамка	70 мин.
Необходими материали	Хартия за флипчарт, цветни химикалки, PPT презентациите към Глава 2 на Ръководството - Видове мобилност
Въведение	След като навлязоха в темата за мобилността от лична гледна точка и обмислиха собствената си история и въздействието на мобилността върху професионалното и личното им развитие, участниците се приканват да помислят за плюсовете и минусите, които различните видове мобилност могат да имат за по-възрастните работници.
Описание на дейността	<ol style="list-style-type: none"> В почивката преди дейността обособете залата за обучение като кафене с 3 маси и достатъчно столове наоколо. Поставете по един флипчарт на всяка маса. Напишете 3-те теми за обсъждане: 1. Краткосрочни мобилности на работното място 2. Дългосрочни мобилности на работното място 3. Доброволчество Започнете с представянето на няколко различни вида мобилности, като се облекнете на вече обсъденото в предишната дейност и давате конкретни примери, когато е приложимо. Ако желаете, използвайте презентацията. Разделете групата на 3 по-малки групи и поканете по една група на всяка маса. Обяснете на участниците, че трябва да обсъдят помежду си и да изброят на флипчарта плюсовете и минусите, които съответният вид мобилност има за по-възрастните работници.



	<p>4. Участниците трябва да се завъртят по масите и да се уверят, че всеки е допринесъл за всяка от 3-те теми - независимо в каква конфигурация, на малките групи.</p> <p>5. Когато всички 3 кръга приключат, помолете хората да определят по един говорител на маса, който да представи пред останалите всеки флипчарт.</p> <p>Обобщете груповите приноси и задайте на участниците въпросите за дебрифинг от слайдовете.</p>
<p>Дебрифинг</p>	<p>Дискусия в групата. Можете да използвате следните въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познавате ли по-възрастни работници, които са участвали в какъвто и да е вид мобилност? • Кои от тези видове мобилност смятате, че са приложими за вашата страна? • Познавате ли компании, които предлагат мобилност на работното място за своите служители? • Намирате ли някоя от тези дейности за подходяща/привлекателна за някой от вашите клиенти? Защо не? <p>Имате ли клиенти/приятели, които биха се заинтересували от подобна възможност за обучение? Бихте ли желали да я популяризирате?</p>
<p>Адаптиране към онлайн режим</p>	<p>Участниците можеха да работят заедно в индивидуални стаи, пишайки на дъски Miro (https://miro.com/).</p>
<p>Съвети за учителя</p>	<p>По време на кръговете в кафенето трябва да се следи добре времето, за да може дискусията да се поддържа жива. Уверете се, че всички са включени и имат възможност да говорят в по-малките групи .</p>

4.3 Раздел 3: Ролята на посланика

4.3.1 Резултати от обучението

За обучители:

След като завършите този модул, вие ще:

- Разберете значението на преподаването чрез пример



- Познавате характеристиките на посланика на мобилността в по-късна възраст
- Разбирате причините за приемане на ролята на посланик
- Знаете как да популяризирате ползите и да помагате за преодоляване на пречките пред мобилността в по-късна възраст
- Бъдете в състояние да оцените текущото положение и нуждите на по-възрастния работник
- Знаете как да подкрепите разработването на план за действие и да получите достъп до неговия напредък
- Разбирате добавената стойност на разказването на истории
- Получите представа за развитието на културните неразбирателства и конфликти

За вашите обучаеми:

Тема 1. Кои са посланиците на мобилността в по-късна възраст?

- Запознаване с основните характеристики на посланика за мобилност в по-късна възраст
- Проучване на различни гледни точки за това кой може да бъде избран за посланик

Тема 2. Отговорности и конкретни задачи на посланика: Ползите

- разбиране на предизвикателствата, пред които са изправени възрастните хора, свързани с мобилността
- познаване на начините за популяризиране на ползите

Тема 3. Отговорности и конкретни задачи на посланика: Преодоляване на бариерите

- Осъзнаване на различни стереотипи, свързани с програмите за мобилност
- Идентифициране на различни бариери, с които възрастните хора могат да се сблъскат по отношение на плановете за мобилност
- Знание как да подкрепят хората при преодоляването на тези бариери

Тема 4. Отговорности и конкретни задачи на посланика: Планиране и осъществяване на мобилност

- умение за оценка на текущата ситуация
- умение за съпоставяне на потребностите и очакванията
- умение за подпомагане на определянето на местата за настаняване и разработването на план за действие



Тема 5. Посланикът като разказвач на истории

- Разбиране, че всеки може да бъде разказвач на истории
- Разбиране на добавената стойност на разказването на истории
- Превръщане в модел за подражание чрез собствената си история
- Смелост да разкажете историята си

Тема 6. Разберете значението на межкултурните компетентности за мобилността

- Разбиране как културата формира възприятието
- Осъзнаване на това как хората правят предположения въз основа на стереотипи за раса, етническа принадлежност и националност
- Проникване в еволюцията на културното неразбиране
- Знание как да анализирате корпоративната култура на дадена компания

4.3.2 Описание

Всяка част от този модул отговаря на глава от Ръководството за посланици на мобилности в по-късна възраст. Подготвили сме презентация със същността на ключовата информация, която трябва да знаете, за да я предадете на вашите обучаеми. За по-задълбочено разбиране, моля, прочетете съответната глава, както и предложените допълнителни ресурси. Презентацията има следната структура:

- Въведение
- Кой са посланиците на мобилността?
- Популяризиране на ползите от мобилността
- Преодоляване на пречките
- Планиране и осъществяване на мобилността
- Посланикът като разказвач на истории
- Значението на межкултурните компетентности
- Саморефлексия
- Допълнителни ресурси

Накрая ще ви поканим да помислите върху следните въпроси:

- Можете ли да обясните на потенциалните кандидати какво прави един посланик?
- Кой са качествата, които правят един посланик добър?
- Кой са ключовите аспекти на уменията да се насърчават мобилностите в по-късна възраст?



- Можете ли да се сетите за други посланици, които насърчават различни практики за професионално развитие? Какви са били най-успешните практики?

Допълнителните ресурси включват:

- Европейска платформа за възрастните хора (AGE Platform Europe); www.age-platform.eu (достъпно през юли 2023 г.)
- Работен консорциум SASSI: The Ambassadors Manual for Mobility in Workplace Learning (Наръчник на посланиците за мобилност на работното място)
- Hoback, Noah Gilbert: Barriers Impacting Travel Patterns of Adults 55-Years and Older (Бариери, влияещи върху моделите на пътуване на възрастни на 55 и повече години) (2022 г.); <https://www.proquest.com/openview/86bf11249787ec707f598ce75152ea9/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Sippli Khira et al (2021 г.): Предизвикателства, произтичащи за по-възрастните работници от участието им в интервенция на работното място, насочена към работоспособността: качествено проучване от Германия, in: International Archives of Occupational and Environmental Health том 94, страници 919-933 (2021 г.; достъп през юни 2023 г.): <https://link.springer.com/article/10.1007/s00420-020-01639-x>
- Когнитивни предразсъдъци: <https://medium.com/tradecraft-traction/flashcards-to-learn-168-cognitive-biases-4c37f3418f15>
- Курс по творческо писане "Истории, които ни правят" на д-р Хана Стивънс и д-р Уил Бъкингам, Wind and Bones, 2021 г.: <https://www.windandbones.com/posts/the-stories-that-make-us/>
- The Mit Press Reader: <https://thereader.mitpress.mit.edu/understanding-personal-space-proxemics/>
- Шестте измерения на Хофстеде: https://www.youtube.com/watch?v=yKKruTRQ_2A
- Прозрения на Хофстеде: <https://www.hofstede-insights.com/country-comparison-tool>
- Future Learn: <https://www.futurelearn.com/info/courses/intercultural-communication/0/steps/11039>
- Концепцията за културата на айсберга: <http://www.msdt.k12.in.us/msd/wp-content/uploads/2011/10/iceburgofculture.pdf>



4.3.3 Групова дейност

Групова дейност към Раздел 3

Име	Създаване на перфектния опит в областта на мобилността
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> • Преодоляване на вътрешните (вкл. ирационални) страхове от предстоящото преживяване на мобилността. • Улесняване на определянето на цели за преживяването на мобилността.
Вид дейност	Групова визуализация
Времева рамка	<p>Въведение: 2 минути</p> <p>Визуализация: 4 минути</p> <p>Дебриф: 5 минути</p>
Необходими материали	Удобно място за всички членове на групата
Въведение	<p>Като въведение очертайте ползите от визуализацията. Можете да използвате примерите, дадени в упражнението "Големи мечти":</p> <p><i>"Съществува все повече литература, която свързва способността ни да си представяме и визуализираме потенциални бъдещи сценарии с нашата способност да разгадаваме тенденциите, да идентифицираме ключовите фактори и в крайна сметка - да осъществяваме промени.</i></p> <p><i>Визуализацията влияе не само на когнитивното, но и на афективното ниво. Участието в дейности по визуализация може да окаже измеримо въздействие върху нивата на отдаденост към даден проект."</i></p>
Описание на дейността	<ul style="list-style-type: none"> • Намерете тихо място, където можете да седнете в спокойна позиция. Затворете очи и направете няколко дълбоки, успокояващи вдишвания. • Подгответе на сцената: Представете си, че е първият ден от вашата мобилност. Обмислете през кой сезон е, времето и всички събития или дейности, които бихте искали да включите.



Изберете мястото и си го представете възможно най-живо.

- **Използвайте сетивата си:** Визуализирайте сцената възможно най-ярко:
 - **Зрение:** Какво виждате около себе си? Представете си цветовете, детайлите и цялостната атмосфера на заобикалящата ви среда.
 - **Звук:** Какво чувате? Чува ли се смях, природни звуци или музика? Опитайте се да пресъздадете слуховото изживяване.
 - **Докосване:** Какво е усещането от въздуха върху кожата ви? Усещате ли топлината на слънцето или лекия бриз?
 - **Ухание:** Има ли някакви аромати във въздуха? Това може да е аромат на цветя, храна или друг приятен аромат.
 - **Вкус:** Ако става дума за местна храна или напитка, представете си нейния вкус и текстура.
- **Дейности:** Представете си дейностите, в които ще участвате по време на мобилността.
- **Емоции:** Докато визуализирате как се развива мобилността ви, се съсредоточете върху емоциите, които изпитвате - радост, удовлетворение и задоволство от тази перфектна мобилност.
- **Преодоляване на предизвикателства:** Ако по време на съвършената мобилност възникнат някакви предизвикателства, визуализирайте как се справяте с тях с грация и увереност. Това може да ви помогне да развиете устойчив начин на мислене.
- **Изразяване на благодарност:** Като приключите с визуализацията, отделете момент, за да изпитате благодарност за положителните преживявания и емоции, които сте си представили по време на бъдещата си мобилност.



	<p>Отворете очи: Бавно отворете очи и направете още няколко дълбоки вдишвания. Помислете за положителните чувства и образи, които изпитахте по време на упражнението.</p>
<p>Дебрифинг</p>	<p>Обучителят обяснява на групата, че това упражнение може да им помогне да започнат ново пътуване с положителна нагласа и ясно чувство за цел. Обучителят добавя, че редовното участие в тази практика може да допринесе за подобряване на фокуса, намаляване на стреса и подобряване на цялостното благосъстояние.</p> <p>Обсъждане:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как се почувствахте? - Като имате предвид "въображаемия" си мобилен опит - Какво беше най-доброто от тази мобилност? Защо бихте я препоръчали на някой друг? <p>Ако се си помислите за преживяването, което току-що изпитахте, сещате ли се за конкретен ресурс, който би ви помогнал да се насладите най-много на мобилността си?</p>
<p>Адаптиране към онлайн режим</p>	<p>Същият подход, само че с 30 секунди по-дълго време за настройване, когато очите са затворени. Обучителят не трябва да се страхува да оставя интервали/паузи между изреченията и да дава време на групата да визуализира отделните стъпки в упражнението.</p>
<p>Съвети за учителя</p>	<p>Кажете на обучаваните, че не е необходимо да се притесняват, ако визуализацията не е кристално ясна в началото. Необходима е практика и с течение на времето образите ще станат по-ярки.</p> <p>Покажете това видео, преди да пристъпите към упражнението, за да намалите до минимум напрежението, свързано с визуализацията:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=9z5pc0TPB_k (Източник: Headspace curated from Youtube).</p>

4.4 Раздел 4: Мобилностите на практика

4.4.1 Резултати от обучението

За учителите:

След като завършите този модул, вие ще:



- можете да подпомагате избора на подходяща мобилност, основана на нуждите на по-възрастните служители
- знаете как да търсите информация относно правните изисквания за мобилност
- можете да помагате на другите да определят личните си области на усъвършенстване
- можете да популяризирате ползите от наблюдението и доказването на развитието на компетентността на по-възрастните предприемачи.

За вашите обучаеми:

Тема 1 - Избор на подходяща мобилност:

- познавате потенциалните ползи от мобилността на възрастните предприемачи
- познавате основните възможности за мобилност
- познавате източниците на информация относно предприемаческата мобилност
- знаете да избирате подходяща мобилност въз основа на реалните нужди

Тема 2 - Правни изисквания за мобилност

- Познаване на съответните правни изисквания за планиране на мобилността
- Знаете какви ресурси да използвате, когато търсите информация относно правните изисквания за планиране на мобилността

Тема 3 - Определяне на областите за подобрене

- да бъде мотивиран да участва в мобилност
- да бъде мотивиран да учи
- да може да си постави реалистична цел за учене
- да може да определи личните си области на усъвършенстване

Тема 4 - Наблюдение и доказване на развитието на компетентността

- мотивиране на по-възрастния предприемач да следи и доказва развитието на своите компетенции
- разбиране на ползите от наблюдението и доказването на развитието на компетентностите на по-възрастните предприемачи
- разбиране на концепцията за компетентност
- познаване компонентите на компетентността



- познаване наличните инструменти, които могат да наблюдават и доказват развитието на компетентността

4.4.2 Описание

Всяка част от този раздел се основава на глава от Наръчника на посланика за мобилност в по-късна възраст. Подготвили сме презентация със същността на основната информация, която трябва да знаете, за да я предадете на вашите обучаеми. За по-задълбочено разбиране, моля, прочетете съответната глава, както и предложените допълнителни ресурси. Презентацията има следната структура:

- Въведение
- Избор на подходяща мобилност
- Правни изисквания за мобилност
- Определяне на областите на усъвършенстване
- Наблюдение и доказване на развитието на компетентността
- Размисъл

Накрая учителят приканва да разсъждавате върху следните въпроси:

- Как можете да помогнете за определяне на възможните цели за учене на по-възрастен работник, който обмисля мобилност?
- Знаете ли как да насърчавате самостоятелното учене? Какви въпроси трябва да задавате?
- Знаете ли къде да намерите информация за правните аспекти на мобилността?
- Обмисляли ли сте какви инструменти могат да се използват за оценка на напредъка в ученето?

4.4.3 Групови дейности

Групова дейност 1 към Раздел 4

Име	Дискусия - най-добрият тип мобилност за мен
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> • Идентифициране на възможно най-много видове мобилност • Споделяне на възможно най-много вдъхновяващи идеи



Вид дейност	1)Обсъждане по двойки 2)Групово обсъждане
Времева рамка	60 мин. (30 мин. обсъждане по двойки, 30 мин. дебрифинг)
Необходими материали	<ul style="list-style-type: none">● Мобилни устройства● Интернет връзка● Флипчарт (или дъска)● Самозалепващи се листчета
Въведение	Обучителят представя дейността по време на презентациите, свързани с различните видове мобилност, пригодността на всеки вид мобилност за различни хора и др. Обучителят обяснява целта на дейността.
Описание на дейността	Участниците се разделят по двойки и обсъждат какво би било най-подходящо за тях и защо. Те могат да използват интернет, за да открият или проверят информацията. Обсъждат предимствата и недостатъците на различните видове мобилност и всеки избира най-подходящия за него.
Дебрифинг	Всички двойки представят избраните от тях два вида мобилности в общата група. Фасилитаторът подчертава най-съществените характеристики на отделните примери.
Адаптиране към онлайн режим	По време на онлайн сесиите общата стая на Zoom може да се използва за групово работно, а интерактивните онлайн дъски (jamboard) - за споделяне на информация по двойки и в отделни стаи.
Съвети за учителя	Обучителят е в ролята на фасилитатор.



Групова дейност 2 към Раздел 4

Име	План Практически аспекти на мобилността
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> • Запознайте се с различни важни практически аспекти при планирането на мобилността
Вид дейност	<p>1)Обсъждане по двойки</p> <p>2)Групово обсъждане</p>
Времева рамка	60мин.(30 мин. дискусия по двойки, 30 мин. дебрифинг)
Необходими материали	<ul style="list-style-type: none"> • Мобилни устройства • Интернет връзка • Флипчарт (или дъска) • Самозалепващи се листчета
Въведение	Обучителят представя дейността по време на презентации, свързани с различни практически и правни аспекти на планирането на мобилността.
Описание на дейността	Участниците се разделят по двойки и обсъждат практическите аспекти на конкретна мобилност (организация на пътуването, договорни въпроси, застраховка и др.). Всяка двойка е свободна да реши какъв вид мобилност ще планира. Тя може да бъде измислена или реалистична.
Дебрифинг	Всички двойки представят своя списък с най-важните правни и практически аспекти в общата група. Фасилитаторът подчертава най-важните характеристики на отделните примери.
Адаптиране към онлайн режим	По време на онлайн сесиите общата стая в Zoom може да се използва за групова работа, а интерактивните онлайн дъски (jamboard) - за споделяне на информация по двойки и в пленарната група.
Съвети за учителя	Обучителят е в ролята на фасилитатор.



Групова дейност 3 към Раздел 4

Име	Извлечете най-доброто от мобилността си - идентифицирайте областите за подобрене
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> • Определяне на конкретни и осезаеми цели и области за подобрене по време на мобилността
Вид дейност	Обсъждане по двойки
Времева рамка	30 мин.
Необходими материали	<ul style="list-style-type: none"> • Мобилни устройства • Интернет връзка
Въведение	Обучителят представя дейността и областите, които ще се обсъждат по двойки.
Описание на дейността	<p>Участниците обсъждат по двойки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определете минимум 3 - 5 теми, свързани с работата/бизнеса/личния живот, в които биха могли да се усъвършенстват - техните индивидуални нужди. • Всяка тема ще бъде отнесена към предварително обсъждана област - знания/дейност/нагласа. • Ще обсъдят какво влияние ще окаже тя върху избора на конкретна мобилност. Всеки човек разказва на своя партньор за това коя компетентност е най-важна за него в момента
Дебрифинг	Пленарният дебрифинг е доброволен. Всеки, който желае да сподели своята компетентност, която иска да подобри, е свободен да го направи.
Адаптиране към онлайн режим	По време на онлайн сесиите стаята на Zoom може да се използва за групова работа, а интерактивните онлайн дъски (jamboard) - за споделяне на информация по двойки и в общата група.
Съвети за учителя	Ако хората решат да запазят съдържанието на дискусиите по двойки за себе си, учителят не ги принуждава да споделят с групата. Могат да се задават въпроси, свързани с процеса (например: Какво беше трудно по време на дискусиата ви, беше ли лесно да



	формулирате и планирате? Как мислите, че това може да ви помогне? и т.н.).
--	--

Групова дейност 4 към Раздел 4

Име	Как ще разберете, че сте постигнали целите си?
Цели на обучението	<ul style="list-style-type: none"> • Определяне на конкретни и осезаеми цели • Създаване на прости показатели и източници на проверка • Възможност за измерване на собствения напредък
Вид дейност	Индивидуална работа + обсъждане в общата група
Времева рамка	60 мин.
Необходими материали	<ul style="list-style-type: none"> • Мобилни устройства • Химикалка и хартия/бележник • Интернет връзка
Въведение	Обучителят представя дейността и областите, които трябва да се разработят индивидуално, а след това да се обсъдят по двойки.
Описание на дейността	Участниците получават информационни материали (отпечатани или в електронен вид). На всяко лице се предоставят 30 минути за попълването им. Резултатите (дори и да не са напълно попълнени) се представят в общата група.
Дебрифинг	Отчетът в общата група отново е доброволен. Всеки, който желае да сподели своята компетентност, която иска да подобри, и начините за това, е свободен да го направи. Споделянето на информация ще послужи като вдъхновение за останалите членове на групата при евентуална промяна или финализиране на техните шаблони след обучението.
Адаптиране към онлайн режим	По време на онлайн сесиите може да се използва стая за групова работа и интерактивни онлайн дъски (jamboard) за споделяне на информация по двойки и в общата група.



Съвети за обучителя	Ако хората решат да запазят съдържанието на индивидуалната работа за себе си, учителят не ги принуждава да го правят. Могат да се задават въпроси, свързани с процеса. Той трябва да е подготвил няколко примера за добри практики за всеки случай, ако няма достатъчно материал от индивидуалната работа, който да бъде споделен.
------------------------	--

4.5 Раздел 5: Открий своята мобилност

4.5.1 Резултати от обучението

За учителите:

След като завършите този модул, вие ще:

- Можете да определяте ролята на посланика
- Разбирате възможностите и вариантите за мобилност
- Познавате различните източници на финансиране
- Разбирате как работи базата данни за мобилност на SASSI и можете да търсите и намираете мобилности самостоятелно
- Можете да разработите цялостна и стабилна комуникационна стратегия за мобилности, съобразена с нуждите на целевите групи.

За вашите обучаеми:

Тема 1. Проучване на възможностите за мобилност

- Разбиране на възможностите и вариантите за мобилност
- Проучване на процесите за кандидатстване

Тема 2. База данни за мобилност на SASSI

- Разбиране на това какво представлява базата данни, в този случай свързана с мобилностите на SASSI LLC
- Разбиране на обосновката, целта и задачите на базата данни за мобилност на SASSI LLC
- Разбиране на начина, по който работи базата данни за мобилност на SASSI, и способност за самостоятелно търсене и намиране на мобилности
- Способност за напътстване на по-възрастните предприемачи при търсенето и избора на мобилности



- Активен принос към актуализирането на базата данни за мобилност на SASSI

Тема 3. Насочване на мобилността

- Разбиране на това какво представлява комуникационният план
- Осъзнаване на целите на комуникационния план
- Способност за разработване на цялостна и надеждна комуникационна стратегия за мобилност, съобразена с нуждите на целевите групи
- Способност за определяне на подходи за подчертаване и насърчаване на трудовата мобилност на по-възрастните работници
- Разбиране на организацията и графика на комуникационната стратегия по прост начин

4.5.2 Описание

Всеки раздел от този модул се основава на глава от Наръчника на посланика за мобилност в по-късна възраст. Подготвили сме презентация с раздел, посветен на насърчаването на мотивацията на обучаемите, както и същността на ключовата информация, която трябва да знаете, за да я предадете на вашите обучаеми. За по-задълбочено разбиране, моля, прочетете съответната глава, както и предложените допълнителни ресурси. Презентацията има следната структура:

- Въведение
- Ролята на посланиците
- Проучване на възможностите за мобилност
- Източници на финансиране
- Търсачка за мобилности на SASSI
- Насочване на пътуването
- Въпроси за самоанализ
- Допълнителни ресурси

Накрая ще ви поканим да помислите върху следните въпроси:

- Какви са начините, по които посланикът може да подкрепи по-възрастния предприемач при избора на мобилност?
- Кои са най-добрите начини за намиране на конкретни мобилности? Смятате ли, че базата данни за мобилност на SASSI е ефективен инструмент за намиране на възможности за мобилност?
- Кои са основните елементи на един комуникационен план? Как посланиците биха могли да изготвят ефективен план за достигане до по-възрастните предприемачи?



www.sassi-llc.eu



Тази работа е лицензирана под лиценза Creative Commons Признание-Споделяне на споделеното 4.0 International License. За да видите копие на този лиценз, посетете <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> или изпратете писмо до Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

ПАРТНЬОРИ:



Съфинансирано от
Европейския съюз

Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче принадлежат изцяло на техния(ите) автор(и) и не отразяват непременно възгледите и мненията на Европейския съюз или на Европейската изпълнителна агенция за образование и култура (EACEA). За тях не носи отговорност нито Европейският съюз, нито EACEA.