

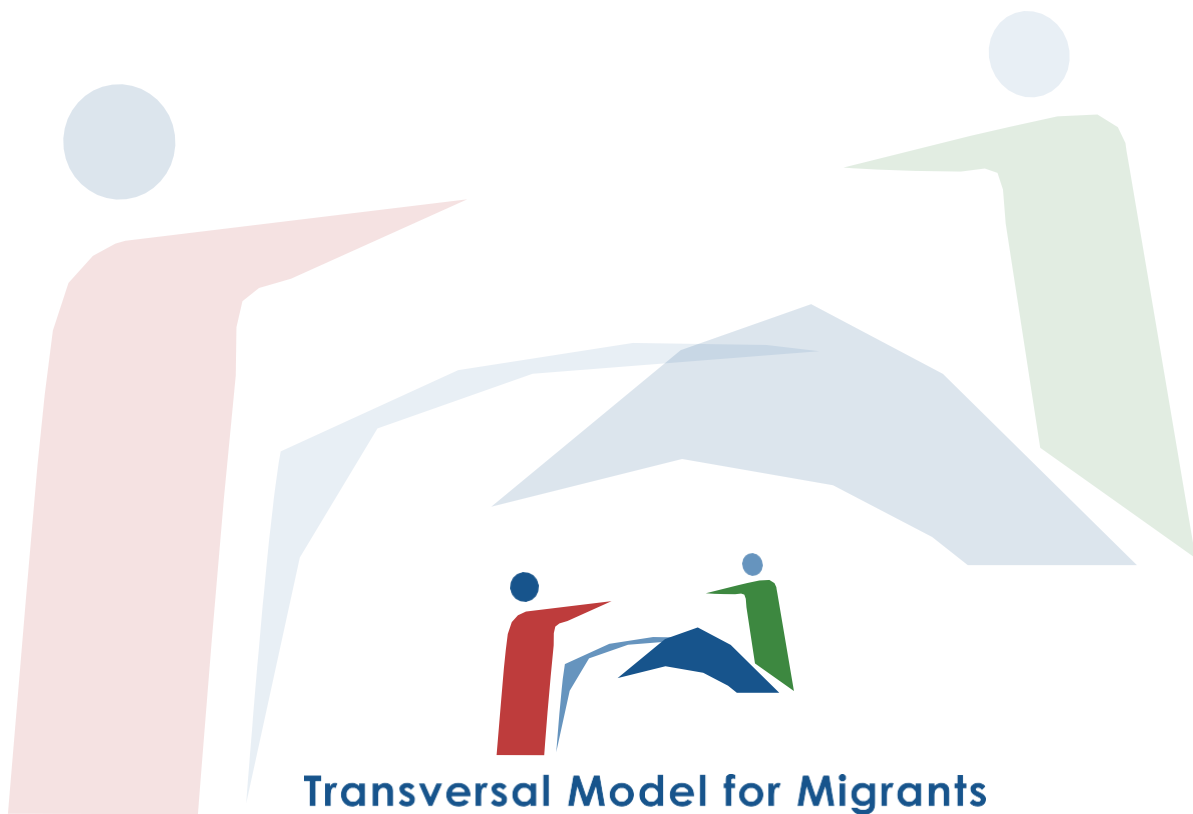


ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

TRANSVERSAL MODEL FOR MIGRANTS

2018-1-FR01-KA202-048007

Κεφάλαιο στ) ΕΥΕΛΙΞΙΑ



Transversal Model for Migrants



ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ ΟΡΩΝ	3
Κεφάλαιο στ) ΕΥΕΛΙΞΙΑ	4
Πρακτική άσκηση: Υπερβολική Πρόληψη	7
Παιχνίδι ρόλων: Ας δημιουργήσουμε μια νέα εταιρία!	9
Πρακτική άσκηση: Κινητικότητα εντός της χώρας υποδοχής	12
Πρακτική άσκηση: Κινητικότητα εκτός της χώρας υποδοχής	14





ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ ΟΡΩΝ

EQF	Το ευρωπαϊκό πλαίσιο προσόντων (European Qualification Framework - EQF) είναι ένα εργαλείο μετάφρασης που βοηθά στην κατανόηση και τη σύγκριση των τίτλων σπουδών που απονέμονται σε διαφορετικές χώρες και σε διαφορετικά συστήματα εκπαίδευσης και κατάρτισης, το οποίο αποτελείται από οκτώ επίπεδα.
EQF επίπεδο 5	Το EQF επίπεδο 5 έχει σχεδιαστεί για να βελτιώσει τις ικανότητες των ατόμων που ήδη εργάζονται και να τους παρέχει προηγμένες τεχνικές, εγκάρσιες και / ή διαχειριστικές δεξιότητες.
Συμβουλές	Προτάσεις για την πρακτική εφαρμογή του μαθησιακού υλικού.
Γνώσεις (επίπεδο 5)	Πρόκειται για εξειδικευμένες, πραγματικές και θεωρητικές γνώσεις σε ένα πεδίο εργασίας ή μελέτης και συμβουλές για τη συνειδητοποίηση των ορίων αυτής της γνώσης.
Μαθησιακά αποτελέσματα	Τα μαθησιακά αποτελέσματα είναι δηλώσεις που περιγράφουν σημαντικά και ουσιαστικά ορόσημα μάθησης που πρέπει να επιτευχθούν, και μπορούν να αποδειχθούν αξιόπιστα στο τέλος της εκπαίδευσης. Στο ευρωπαϊκό πλαίσιο προσόντων, ως μαθησιακά αποτελέσματα περιγράφονται οι γνώσεις, οι δεξιότητες, η ευθύνη και η αυτονομία.
Ευθύνη και αυτονομία (επίπεδο 5)	Μέσα εξάσκησης της διαχείρισης και εποπτείας στο πλαίσιο δραστηριοτήτων εργασίας ή μελέτης όπου υπάρχει απρόβλεπτη μεταβολή της εξέτασης και ανάπτυξη των επιδόσεων του εαυτού και άλλων.
Δεξιότητες (επίπεδο 5)	Πρόκειται για μια ολοκληρωμένη γκάμα γνωστικών και πρακτικών δεξιοτήτων που απαιτούνται για την ανάπτυξη δημιουργικών λύσεων σε αφηρημένα προβλήματα.





Ενότητα 6) ΕΥΕΛΙΞΙΑ



ΕΝΟΤΗΤΑ 6	ΕΥΕΛΙΞΙΑ				
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	Να κατανοήσετε την ευελιξία της κυριαρχίας, το πνεύμα πρωτοβουλίας και την κινητικότητα στην εργασία				
ΩΡΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	6 ώρες	ΤΥΠΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	Πρόσωπο με πρόσωπο	ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΥ	Εκπαιδευτές/ Προπονητές
ΥΠΟ-ΕΝΟΤΗΤΑ	Μετά την ολοκλήρωση αυτής της ενότητας, οι εκπαιδευτές και οι προπονητές που δουλεύουν με μετανάστες θα είναι σε θέση να ...				
ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΟΤΗΤΑ	ΓΝΩΣΗ	ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ		ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ	
	<ul style="list-style-type: none"> να περιγράψουν με ευκολία την κατάσταση να αναγνωρίζουν τις αποτελεσματικές αλλαγές ή τις διαφορετικές προσεγγίσεις σχετικά με μια κατάσταση Να σχετίζουν την ευελιξία και τους νέους τρόπους εργασίας / διαχείρισης να καταγράψουν γιατί η ευελιξία έχει καταστεί απαραίτητη στον εργασιακό χώρο της σημερινής εποχής 	<ul style="list-style-type: none"> να αναγνωρίζουν τους τρόπους με τους οποίους θα είναι πιο ενεργοί στην εργασία να χρησιμοποιούν έννοιες ενεργητικής διαχείρισης, χτίσιμο ομάδας, προσαρμοστικότητα, ενσυναίσθηση, αυτό-ανάλυση, λήψη αποφάσεων σε καταστάσεις να δημιουργούν και να αξιολογούν διαφορετικές προοπτικές και σενάρια 	<ul style="list-style-type: none"> δέσμευση έκφρασης μιας αίσθησης πρωτοβουλίας να έχει την ευθύνη για την προσαρμογή των ομάδων στο πλαίσιο των διαδικασιών/εργασιών να ξεπερνούν τις καταστάσεις και τις υποθέσεις να αποφασίσουν την καλύτερη εναλλακτική λύση σε μια κατάσταση αναλύοντας τις αλλαγές 		
ΜΕΣΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	<i>Πρακτική άσκηση: Υπερβολική ενεργητικότητα</i>			<i>Παιχνίδι ρόλων: Ας δημιουργήσουμε μια νέα εταιρεία</i>	
ΧΡΟΝΟΣ	90 λεπτά			90 λεπτά	
ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ	ΓΝΩΣΗ	ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ		ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ	
	<ul style="list-style-type: none"> να αναγνωρίζουν προσωπικά εννοιολογικά εμπόδια Να καταγράψουν τις προστιθέμενες αξίες της κινητικότητας στο εργασιακό πλαίσιο ανάπτυξης 	<ul style="list-style-type: none"> να εξερευνούν νέες εναλλακτικές να αναλύουν τις εγκάρσιες ικανότητες που απαιτούνται για την παγκόσμια κινητικότητα να επαναπροσδιορίζουν στόχους 	<ul style="list-style-type: none"> να αξιολογούν μια κατάσταση και να βάζουν σε δράση δύο στόχους να αναζητούν για καλύτερες λύσεις υπολογίζοντας και τους εξωτερικούς παράγοντες να είναι υπεύθυνοι για τη δια βίου μάθηση και 		



	<ul style="list-style-type: none"> να προβληματίζονται σχετικά με την κινητικότητα στην σταδιοδρομία τους ως επαγγελματική λύση 	<ul style="list-style-type: none"> να σχεδιάζουν στρατηγικές 	την αναβάθμιση των δεξιοτήτων τους
ΠΟΡΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ	<i>Πρακτική άσκηση: Κινητικότητα εντός της χώρας υποδοχής</i>	<i>Πρακτική άσκηση: Κινητικότητα εκτός της χώρας υποδοχής</i>	<i>Συμβουλές: Τι πρέπει να κάνετε και τι όχι σχετικά με την ευελιξία</i>
ΧΡΟΝΟΣ	<i>60 λεπτά</i>	<i>90 λεπτά</i>	<i>30 λεπτά</i>





Πρακτική άσκηση: Υπερβολική ενεργητικότητα

<p>Εισαγωγή</p>	<p>Οι εργαζόμενοι στην πραγματική εργασία πρέπει να προσαρμοστούν όσο το δυνατόν γρηγορότερα, προκειμένου να παραμείνουν παραγωγικοί και να ανταποκριθούν στον απαιτητικό εργασιακό χώρο.</p> <p>Αυτό δεν είναι μόνο μια έννοια αλλά μια πραγματικότητα όπου οι εργαζόμενοι πρέπει να αλληλοεπιδρούν με διαφορετικές καταστάσεις (ενεργή διαχείριση, χτίσιμο ομάδας, προσαρμοστικότητα, ενσυναίσθηση, αυτό-ανάλυση, λήψη αποφάσεων σε κατάσταση), περιβάλλοντα και χώρους. Σε αυτό το πλαίσιο, οι διευθυντές και οι εργαζόμενοι πρέπει να δημιουργήσουν μια συνεχή προσαρμογή, που ονομάζεται ευελιξία.</p> <p>Αυτή η δραστηριότητα δείχνει τα όρια για τους εργαζόμενους όταν υπάρχει υπερβολική αλληλεπίδραση ή ενεργητικότητα. Δείχνει ότι οι υπερβολές που προκαλούνται από την υπερβολική ενεργητικότητα / αλληλεπίδραση στον επαγγελματικό κόσμο μπορούν να επηρεάσουν την ευημερία και την υγεία των εργαζομένων. Για παράδειγμα: επαγγελματική εξουθένωση, αποτυχία, ενέργεια που επενδύεται για τίποτα ιδιαίτερο, οχλήσεις για τους άλλους..</p>
<p>Εργασία</p>	<p>Αυτή η άσκηση γίνεται σε μικρές ομάδες, αλλά μπορεί επίσης να γίνει σε αυτό-κατευθυνόμενη δραστηριότητα, χρησιμοποιώντας την έννοια της άσκησης SWOT.</p> <p><u>Βήματα</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ο εκπαιδευτής σχεδιάζει το σχέδιο SWOT πάνω στο άσπρο πίνακα ή σε ένα ατομικό χαρτί και ζητά από τους συμμετέχοντες να αναφέρουν: <ul style="list-style-type: none"> - Το πλεονέκτημα του να είσαι ενεργός (δύναμη) για τον εαυτό σου - Το πλεονέκτημα του να είσαι ενεργός (ευκαιρία) για το περιβάλλον 2. Μόλις τελειώσετε, ρωτήστε αντίστοιχα την ομάδα ποιο θα μπορούσε να είναι το πρόβλημα που προκαλείται από αυτή την ενεργητικότητα: <ul style="list-style-type: none"> - Το μειονέκτημα του να είσαι ενεργός (αδυναμίες) για τον εαυτό σου - Το μειονέκτημα του να είσαι ενεργός (απειλή) για το περιβάλλον 3. Στην ομάδα, προσπαθήστε να περιγράψετε τις τέσσερις καταστάσεις, σε σχέση με την ευελιξία. Προσπαθήστε να το καταλάβετε όταν τα προβλήματα που συνδέονται με την υπερβολική ενεργητικότητα μπορεί να είναι προβληματικά και αντίστοιχα όταν είναι καλή για τον εαυτό σας ή για την εταιρεία. 4. (προαιρετικά): προσπαθήστε να βρείτε μερικές λύσεις ή καλύτερη στάση σχετικά με τα προβλήματα που περιγράφονται: <ul style="list-style-type: none"> - να αναλύσουν τις καταστάσεις - να αναγνωρίσουν και να ταξινομήσουν διαφορετικές προσεγγίσεις σχετικά με μια κατάσταση - καταγραφή νέων τρόπων εργασίας / διαχείρισης να αναλύσουν τον τρόπο και τον λόγο για τον οποίο η ευελιξία έχει καταστεί ουσιαστική στον εργασιακό χώρο του σήμερα
<p>Ανατροφοδοτικές ερωτήσεις</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Έχουν οι συμμετέχοντες μία συγκεκριμένη άποψη για τη ενεργητικότητα ή ακολουθούν διαφορετικές προσεγγίσεις ανάλογα με την κατάσταση; - Έχουν βιώσει αυτά τα είδη καταστάσεων; - Τι κάνατε ή τι έπρεπε να κάνουν; - Ποιες είναι οι προκλήσεις του να είσαι ενεργός; - Ποιο είναι το κύριο συμπέρασμα της συμμετοχής στο παιχνίδι ρόλων; - Ποιες δεξιότητες αποκτήθηκαν από τους συμμετέχοντες;



Πλάνο Δράσης	<ul style="list-style-type: none">- Πόσο συχνά αντιμετωπίζετε παρόμοιες καταστάσεις στην καθημερινή σας ζωή;- Είναι ευκολότερο να καθοδηγήσετε άλλους για το πώς να ενεργήσετε με δέσμευση, αλλά φροντίζοντας για τη προσωπική αλλά και για την ευημερία της ομάδας;- Είναι το μοντέλο λειτουργικό; Μπορεί να εφαρμοστεί σε καθημερινές καταστάσεις; <p>Εάν θα διδάξετε αυτή τη δραστηριότητα, τι θα κάνατε διαφορετικά; Πώς να χρησιμοποιήσετε την ενεργητικότητα με φροντίδα και αυτογνωσία;</p>
---------------------	--





Παιχνίδι ρόλων: Ας δημιουργήσουμε μια νέα εταιρεία

<p>Εισαγωγή</p>	<p>Ο στόχος είναι να καταδείξει κανείς πώς η ευελιξία μπορεί να προκαλέσει θετική αλλαγή για να παίξει ως κίνητρο για τους συμμετέχοντες να είναι πιο ενεργητικοί. Ένας από τους καλύτερους τρόπους να είμαστε ενεργητικοί είναι η δημιουργία εργασίας ή επιχείρησης.</p>
<p>Σενάριο</p>	<p>Οι συμμετέχοντες θα δοκιμάσουν τις δημιουργικές ιδέες τους να εισέλθουν, όχι συλλογικά, αλλά σε ομάδες των δύο.</p> <p>Η κατάσταση που περιγράφεται είναι η ακόλουθη: ένας μετανάστης έρχεται σε ένα κέντρο κατάρτισης (σύμβουλος) για να περιγράψει ένα έργο για δημιουργία μιας εταιρείας.</p> <p>Οι δεύτεροι παίκτες θα είναι ο εκπαιδευτής που συμμετέχει σε ανταλλαγή απαντήσεων για να εξασφαλίσει τον ρεαλισμό του έργου.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Οι ερωτήσεις πρέπει να είναι: - Τι είδους επιχείρηση σκοπεύετε να δημιουργήσετε; - Ξέρετε την αγορά; - Έχετε εμπειρία σε αυτό; - Έχετε την υποστήριξη της οικογένειάς σας; - Ποια πρέπει να είναι η θετική πτυχή της ζωής σας; - Πόσο θα προσαρμόζατε το προϊόν σας, την υπηρεσία στη χώρα; - Γνωρίζετε ότι οι πελάτες μπορούν να περιμένουν να προσαρμόσετε την ανάγκη τους; - Πόσο μπορείτε να προσαρμοστείτε για να έχετε επιτυχία; <p>Ο εκπαιδευτής θα κάνει ό, τι είναι δυνατόν για να πείσει τον μετανάστη για τα οφέλη της δημιουργίας της δικής του επιχείρησης (περισσότερη ελευθερία, περισσότερη αυτονομία και περισσότερη ευθύνη). Θα τονίσει επίσης την ανάγκη προσαρμογής της αγοράς και των πελατών όσον αφορά την έννοια της ευελιξίας.</p>
<p>Ρόλοι</p>	<p>Πείτε στους συμμετέχοντες (εκπαιδευτές, προπονητές, κοινωνικούς λειτουργούς ...) να χωριστούν σε ομάδες δύο ατόμων.</p> <p>Σε κάθε ζευγάρι, ένας από τους δύο παίζει το ρόλο του μετανάστη και του άλλου από τον συνοδεύοντα εκπαιδευτή. Ο μετανάστης παρουσιάζει ένα έργο δημιουργίας επιχειρήσεων. Ο εκπαιδευτής συζητά μαζί του και τον ρωτάει σχετικά με το επιχειρηματικό σχέδιο, τη σκοπιμότητά του και τη βιωσιμότητά του, καθώς και σχετικά με τα ενεργά βήματα που θα πρέπει να αναλάβει ο μετανάστης.</p> <p>Κάθε ζεύγος γράφει ένα σύντομο σημείωμα σχετικά με τις ερωτήσεις και τις απαντήσεις και στη συνέχεια προετοιμάζεται για ανταλλαγή με μια μεγάλη ομάδα αργότερα.</p> <p>Κάθε διώρυμος παρουσιάζει το έργο του και τις βασικές ερωτήσεις που τίθενται.</p>
<p>Ανατροφοδοτικές Ερωτήσεις</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ποια ήταν τα κύρια ερωτήματα που έθεσαν άλλοι; - Μήπως η έννοια όπως πρωτοβουλία αναφέρθηκε κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού; - Περιγράφοντας τη δημιουργία της εταιρείας, πόσο σημαντική θα ήταν στην περίπτωση αυτή να την αξιολογήσετε; - Πώς και πότε η αίσθηση της πρωτοβουλίας είναι το κλειδί της επιτυχίας; - Πόσο μακριά μπορείτε να προσαρμόσετε το σχέδιό σας; - Περιγράψτε πώς θα πρέπει να υπερνικήσετε καταστάσεις και υποθέσεις;





	<ul style="list-style-type: none">- Αποφασίστε για την καλύτερη εναλλακτική λύση σε μια κατάσταση, συμπεριλαμβανομένης της ανάλυσης των αλλαγών.
--	--





Πρακτική άσκηση: Κινητικότητα εντός της χώρας υποδοχής

<p>Εισαγωγή</p>	<p>Η αγορά εργασίας εντός των εθνικών πλαισίων μπορεί να κινηθεί πολύ, και οι άνθρωποι πρέπει να προσαρμοστούν στη ζήτηση. Μετά την εξέταση της νομικής κατάστασης, οι μετανάστες πρέπει να συνειδητοποιήσουν ένα πραγματικό σημείο αναφοράς για να αποφασίσουν σε ποιο χώρο εργασίας θα πρέπει να εργαστούν ή να ζήσουν. Προτείνεται να αναλυθούν οι επιλογές κινητικότητας σε 3 κατευθύνσεις: θέση, περιοχή ή τομέας, και γεωγραφικά, που ονομάζεται κινητικότητα κάθετη, οριζόντια ή γεωγραφική.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Κάθετη κινητικότητα, όταν αλλάζει η απασχόληση, αναβάθμιση και υποβάθμιση. - Η οριζόντια κινητικότητα αναφέρεται στις αλλαγές μεταξύ θέσεων εργασίας σε διάφορους τομείς οικονομικής δραστηριότητας. - Η γεωγραφική κινητικότητα αναφέρεται στις μεταβολές των τόπων εργασίας και διαμονής. <p>Αυτό σημαίνει, για παράδειγμα, ότι ακόμη και αν η αγαπημένη τους πόλη είναι η Χ, θα πρέπει να σκεφτούν να πηγαίνουν εκεί όπου η αγορά εργασίας είναι περισσότερο προσαρμοσμένη στις ικανότητες και τις δεξιότητες τους. Αυτό το παιχνίδι ρόλων αντιμετωπίζει τη συνειδητοποίηση αυτών των δυνατοτήτων κινητικότητας και πρέπει να βοηθήσει τον εκπαιδευτή να αντιμετωπίσει τον προσανατολισμό των μεταναστών.</p>
<p>Εργασία</p>	<p><u>Βήματα</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Πείτε στους συμμετέχοντες να χωριστούν σε ομάδες τεσσάρων ατόμων 2. Εντός των ομάδων, δείτε ένα πρόγραμμα κινητικότητας: <ul style="list-style-type: none"> - Καθιέρωση του έργου: πού; Για τι? Πότε? Πως? - Λαμβάνοντας υπόψη τα ανωτέρω στοιχεία, επιδιώξτε να καταρτιστεί ένας οδικός χάρτης που θα προσδιορίζει τον τύπο κινητικότητας, είτε κάθετα, οριζόντια είτε γεωγραφικά, ιδίως στην περίπτωση της κυκλικής μετανάστευσης. - Κατηγοριοποίηση όλων των απαιτήσεων.
<p>ε Ερωτήσεις</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Έχετε βιώσει ποτέ αυτές τις καταστάσεις; - Έχετε σκεφτεί ότι η κινητικότητα θα μπορούσε να είναι από το ένα πεδίο δραστηριότητας σε ένα άλλο; - Θα πάτε σε άλλη πόλη; Εάν ναι, ποιο πρόβλημα βλέπετε; Τι πλεονέκτημα βλέπετε επίσης; - Τι έκανες ή τι έπρεπε να κάνεις;
<p>Πλάνο Δράσης</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Τι μάθατε; - Ποιο θα είναι το πιο σημαντικό για το σχέδιο δράσης σας σε αυτή την κατάσταση;





Πρακτική άσκηση: Κινητικότητα εκτός της χώρας υποδοχής

<p>Εισαγωγή</p>	<p>Η δραστηριότητα αυτή τείνει να ευαισθητοποιήσει το γεγονός ότι η οικονομία στην Ευρώπη είναι παγκόσμια. Θα πρέπει να γίνει γνωστό σε αυτό το πλαίσιο ποια ειδική μικροοικονομία ή ιδιαιτερότητα εξακολουθούν να υπάρχουν στην Ευρώπη.</p> <p>Η μετακίνηση εντός της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή ακόμη και εκτός είναι δυνατή μόνο εάν οι μετανάστες έχουν αυτό το είδος εξουσιοδότησης. Μόλις αποφάσισαν να εγκαταλείψουν την πραγματική χώρα υποδοχής, χρειάζονται βοήθεια από επαγγελματίες για να διαβάσουν τον χάρτη πορείας, ο οποίος μπορεί να περιλαμβάνει επαφή με πρεσβείες και γραφεία μετανάστευσης.</p>
<p>Εργασία</p>	<p><u>Βήματα</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Πείτε στους συμμετέχοντες να χωριστούν σε ομάδες τεσσάρων ατόμων. 2. Βάλτε τα ονόματα της κατάστασης σε ένα χαρτί και ζητήστε να επιλέξουν ένα σενάριο (δεν γνωρίζουν τι γράφεται στο χαρτί). 3. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να αναθεωρήσουν την κατάσταση από την άποψη: <ul style="list-style-type: none"> - Των γονέων τους - Των παιδιών τους (αν υπάρχουν) - Των συγγενών τους (θα μπορούσαν να είναι φίλοι) 4. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να φανταστούν και να μοιραστούν το πώς θα νιώθουν αν ήταν σε αυτό το ρόλο. 5. Συζητήστε με ολόκληρη την ομάδα τις ερωτήσεις που προτείνονται παρακάτω, αν είστε στο ρόλο. Διαφορετικά σενάρια πρέπει να παιχτούν: <ul style="list-style-type: none"> - Μια ομάδα αποφασίζει να πάει σε μια χώρα με την 'ίδια γλώσσα'. - Μια ομάδα αποφασίζει να μεταβεί σε μια χώρα με μια νέα γλώσσα, αλλά με συγγενείς που ήδη ζουν εκεί. - Μια ομάδα αποφασίζει να επιστρέψει στη χώρα από την οποία προέρχονται. - Μια τελευταία ομάδα αποφασίζει, μια άγνωστη χώρα. 6. Καθορίστε το έργο: πού; Για τι? Πότε? Πως? 7. Δημιουργήστε λίστα με πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα για κάθε κατάσταση. 8. Καταχωρίστε όλες τις απαιτήσεις (λίστα εργασιών). 9. Στο τέλος του παιχνιδιού κάθε ομάδα θα δώσει μια ανατροφοδότηση στους άλλους. Οι εκπαιδευτές θα μπορέσουν να συνοψίσουν και να δημιουργήσουν ένα παγκόσμιο όραμα για την κατάσταση της ομάδας.





Ανατροφοδοτικές Ερωτήσεις	<ul style="list-style-type: none">- Έχετε βιώσει ποτέ αυτές τις καταστάσεις;- Έχετε σκεφτεί ότι η κινητικότητα δεν θα μπορούσε να είναι δυνατή όσον αφορά την κατάσταση του μετανάστη;- Θα αφήσετε πραγματικά τη χώρα υποδοχής σας για μια καλύτερη κατάσταση; Εάν ναι, ποιο πρόβλημα βλέπετε; Τι πλεονέκτημα βλέπετε επίσης;- Θα προσαρμοζόσασταν σε αυτήν την κατάσταση, θα λαμβάνατε υπόψη την άποψη της οικογένειάς σας;- Πώς σχεδιάζετε τον αναδρομικό σχεδιασμό;
Πλάνο Δράσης	<ul style="list-style-type: none">- Ποιο θα είναι το πιο σημαντικό για το σχέδιο δράσης σας σε αυτή την κατάσταση;- Αναγνωρίσατε τον εαυτό σου με οποιονδήποτε από τους χαρακτήρες στο παιχνίδι ρόλων;- Πώς αντιδράτε συνήθως όταν αλλάζει κάτι στο περιβάλλον;- Πιστεύετε ότι έχετε αρκετή ευελιξία και προσαρμοστικότητα; Σε τι βρίσκετε εύκολο να προσαρμοστείτε και σε τι δύσκολο;- Τι νομίζετε ότι πρέπει να κάνετε, για να μην αντιμετωπίσετε την κατάσταση;





Συμβουλές: Τι πρέπει να κάνετε και τι όχι σχετικά με την ευελιξία

Δοκιμάστε το	Αποφύγετέ το
<input checked="" type="checkbox"/> Να γνωρίζετε τις καταστάσεις των μεταναστών (προσωπικά και εντός της επιχείρησης ή ακόμα και εντός της χώρας στην οποία ζείτε).	<input checked="" type="checkbox"/> Αποφύγετε το φόβο, την αποχή και τον δισταγμό.
<input checked="" type="checkbox"/> Προσαρμόστε τον εαυτό σας στο περιβάλλον.	<input checked="" type="checkbox"/> Αποφύγετε να είστε υπερβολικά θεωρητικοί.
<input checked="" type="checkbox"/> Ανάπτυξη δεξιοτήτων της ενσυναίσθησης.	<input checked="" type="checkbox"/> Μην πάρετε τα πράγματα ως προσωπικά.
<input checked="" type="checkbox"/> Εμπιστευθείτε τον εαυτό σας.	<input checked="" type="checkbox"/> Μην βλέπετε την κατάσταση ότι θα διαρκέσει για πάντα.
<input checked="" type="checkbox"/> Αναπτύξτε την αυτο-ισορροπία σας.	<input checked="" type="checkbox"/> Μην σπαταλάτε όλη την ενέργειά σας.
<input checked="" type="checkbox"/> Να είστε ενεργός	<input checked="" type="checkbox"/> Μην είστε πολύ ενεργός.
<input checked="" type="checkbox"/> Να είστε ικανός για αυτο-προσαρμογή.	<input checked="" type="checkbox"/> Μην αποφασίζετε μόνο με συναισθήματα.
<input checked="" type="checkbox"/> Να είστε σε θέση να εργαστείτε με ανθρώπους από διαφορετικά περιβάλλοντα.	<input checked="" type="checkbox"/> Μην κρίνετε πολύ γρήγορα.
<input checked="" type="checkbox"/> Ακολουθήστε το προσωπικό σας ένστικτο.	<input checked="" type="checkbox"/> Μην κλείνετε τον εαυτό σας στο εξωτερικό περιβάλλον.





Erasmus +

Το έργο Transversal Project for Migrants, 2018-1-FR01-KA202-048007, χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Το περιεχόμενο του προγράμματος εκπαίδευσης αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.