



Οδηγός Χρήσης

Πώς να χρησιμοποιήσετε το εκπαιδευτικό
εγχειρίδιο & το διαδικτυακό σεμινάριο



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



UNIVERSITY OF TARTU
Johan Skytte Institute of
Political Studies

Περιεχόμενα:

Σχετικά με το Έργο TISOVA	3
Τι είναι η κακοποίηση ηλικιωμένων;	5
Σχετικά με το Διαδικτυακό Σεμινάριο	7
<i>Διαφορετικά ενότητες μάθησης</i>	<i>8</i>
Για επαγγελματίες	9
Για εθελοντές	9
Για ηλικιωμένους	9
Πως μπορεί να χρησιμοποιηθεί;	11
<i>Ως ένα ανεξάρτητο εκπαιδευτικό πρόγραμμα</i>	<i>11</i>
<i>Σε μεμονωμένα μέρη</i>	<i>11</i>
<i>Ως μέρος κατά-πρόσωπο εκπαίδευσης</i>	<i>12</i>
Πώς να διεξάγετε την εκπαίδευση;	13

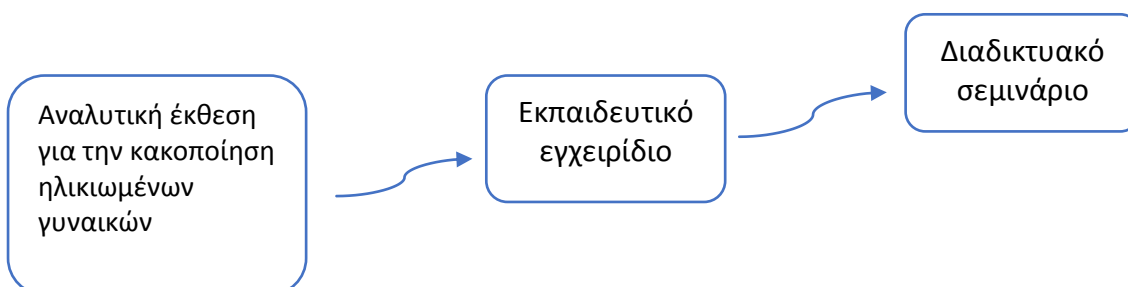
Σχετικά με το Έργο TISOVA

Οι ηλικιωμένοι άνθρωποι μπορούν συχνά να εκτίθενται σε παραμέληση, σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική, ιδρυματική και οικονομική κακοποίηση. Όλες αυτές οι μορφές βίας μπορούν να ασκηθούν από τον σύζυγο/ σύντροφο, τα ενήλικα τέκνα, τα εγγόνια, άλλους συγγενείς ή φροντιστές. Συνεπώς, είναι εξαιρετικά σημαντική η άμεση και αποτελεσματική επικοινωνία με τα κέντρα φροντίδας ηλικιωμένων, καθώς επίσης και τους ίδιους τους ηλικιωμένους σχετικά με την αναγνώριση και την υποστήριξη ηλικιωμένων θυμάτων βίας.

Το Ευρωπαϊκό Έργο «Erasmus+ TISOVA» ξεκίνησε το 2017 για την αντιμετώπιση αυτού του θέματος. Το TISOVA (Εκπαίδευση στην Αναγνώριση & Υποστήριξη ηλικιωμένων θυμάτων βίας) αποσκοπεί στην καθιέρωση συσχετιζόμενων στρατηγικών συνεργασιών με κέντρα ηλικιωμένων σε καθεμία από τις χώρες των εταίρων (Εσθονία, Αυστρία, Ελλάδα και Φιλανδία) με σκοπό να εξαλείψει κάθε μορφή βίας ενάντια στους ηλικιωμένους και δη στις ηλικιωμένες γυναίκες. Το έργο στοχεύει στη διάδοση επαρκούς και κατάλληλης πληροφόρησης στην αναγνώριση της κακοποίησης ηλικιωμένων, μέσω της παροχής εκπαίδευσης και online εκπαιδευτικών προγραμμάτων για επαγγελματίες, εθελοντές και ηλικιωμένους σε κέντρα προστασίας ηλικιωμένων για να παρέχουν βοήθεια σε ηλικιωμένα θύματα βίας.

Στο πλαίσιο του έργου, διεξήχθη έρευνα ώστε να μάθουμε περισσότερα σχετικά με τις εμπειρίες των ηλικιωμένων γυναικών θυμάτων βίας. Βασιζόμενοι στα ευρήματα της έρευνας έχουμε αναπτύξει ένα **Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο** που απευθύνεται σε επαγγελματίες, οι οποίοι εργάζονται σε Μονάδες φροντίδας με ηλικιωμένους, σε εθελοντές που εργάζονται με ηλικιωμένους και στους ίδιους τους ηλικιωμένους. Το διδακτέο υλικό σχεδιάστηκε για εκπαιδευτές οι οποίοι επιθυμούν να διεξάγουν εκπαιδεύσεις στην πρόληψη και στην αντιμετώπιση της βίας και της κακοποίησης ενάντια στους ηλικιωμένους ή παρεμβάσεις απευθυνόμενες στους ηλικιωμένους. Αργότερα, το εγχειρίδιο μετατράπηκε σε ένα πλήρως ανεξάρτητο διαδικτυακό σεμινάριο, το οποίο παρέχει όχι μόνο θεωρητικά υλικά για την αναγνώριση ηλικιωμένων θυμάτων βίας, αλλά επιπλέον δίνει πρακτική γνώση και συμβουλές στην υποστήριξη και ενδυνάμωσή τους.

Μπορείτε να δείτε τα στάδια του έργου και τα αποτελέσματα όπως απεικονίζονται παρακάτω. Αυτή η δομή δείχνει πως τα αποτελέσματα του έργου αναπτύχθηκαν στις βάσεις του καθενός από αυτά:



Σε αυτόν τον οδηγό θα μάθετε πώς να χρησιμοποιείτε το [Εκπαιδευτικό εγχειρίδιο](#) και το [Διαδικτυακό σεμινάριο](#) ή να ενσωματώνετε το ένα μέσα στο άλλο

Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα σχετικά με το πρόγραμμα, το αντικείμενο και την συνεργασία των εταιρών, παρακαλούμε επισκεφθείτε την [ιστοσελίδα](#) του έργου.

Τι είναι η κακοποίηση ηλικιωμένων;

Η βία κατά των ηλικιωμένων είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο το οποίο συνήθως παραβλέπεται. Τα δεδομένα αναφορικά με τον επιπολασμό της βίας κατά των ηλικιωμένων είναι ανεπαρκή και δεν αναφέρονται, καθώς το θέμα συνήθως αντιμετωπίζεται ως ταμπού. Υπάρχουσες μελέτες για την κακοποίηση κατά των ηλικιωμένων ατόμων, κυμαίνονται παγκοσμίως μεταξύ του 1% και 35%. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, περίπου 1 στους 6 ανθρώπους ηλικίας 60 ετών έχει βιώσει κάποια μορφή βίας στο κοινωνικό του περιβάλλον κατά την διάρκεια του προηγούμενου έτους. Ωστόσο, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, ισχυρίζεται ότι τέτοιοι αριθμοί ίσως αντανακλούν μόνο ένα μικρό αριθμό, και μερικοί ειδικοί πιστεύουν ότι η κακοποίηση στην Τρίτη ηλικία δεν αποκαλύπτεται σε ποσοστό μέχρι και 80%.

Σήμερα, ίσως ο πιο ευρέως διαδεδομένος ορισμός για την κακοποίηση ηλικιωμένων προέρχεται από την Action on Elder Abuse (1995)(Δράση για την Κακοποίηση Ηλικιωμένων):

“Μια μεμονωμένη ή επαναλαμβανόμενη πράξη ή έλλειψη κατάλληλης πράξης, που προξενείται μέσα σε κάθε σχέση, όπου υπάρχει προσδοκία εμπιστοσύνης, η οποία προκαλεί βλάβη ή δυσφορία σε ένα ηλικιωμένο άτομο.”¹

Παρόλο που οι περισσότερες έρευνες για την κακοποίηση ηλικιωμένων επικεντρώνονται στα άτομα που είναι άνω των 65 ετών, η έννοια της βίας κατά των ηλικιωμένων μπορεί να αποδοθεί σε θύματα που είναι 50 χρονών και άνω. Επιπλέον, για αρκετούς λόγους, πιστεύουμε ότι είναι σημαντικό να λάβουμε υπόψιν μας «νεότερους» ηλικιωμένους. Ο αριθμός των θυμάτων ηλικίας 50-65, τα οποία έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες ενδο-οικογενειακής βίας είναι γενικά μικρότερος. Εξάλλου, αυτές οι ηλικιακές ομάδες, σπάνια χρησιμοποιούν υπηρεσίες υγείας και φροντίδας για ηλικιωμένους. Καθώς υπάρχει κενό ανάμεσα στα νεότερα ηλικιωμένα θύματα βίας και τους ηλικιωμένους άνω των 65 ετών, προκύπτει έλλειψη γνώσεων σχετικά με τα θύματα αυτής της ηλικιακής ομάδας. Στοχεύουμε να καλύψουμε αυτό το κενό και να επεκτείνουμε την έννοια της «βίας κατά των ηλικιωμένων».

Η βία κατά των ηλικιωμένων μπορεί να διαιρεθεί στις ακόλουθες κατηγορίες:

Σωματική κακοποίηση - πρόκληση πόνου ή τραυματισμών σε ένα ηλικιωμένο άτομο, χρήση σωματικού και ψυχολογικού εξαναγκασμού ή περιορισμός στην παροχή

¹ Action on Elder Abuse (n.d.). What is elder abuse? Available at: <https://www.elderabuse.org.uk/Pages/Category/what-is-it>.

φαρμάκων

Ψυχολογική ή σωματική κακοποίηση - πρόκληση ψυχικού εξαναγκασμού σε ένα ηλικιωμένο άτομο

Οικονομική ή υλική κακοποίηση - παράνομη ή ακατάλληλη παραβίαση ή χρήση των κεφαλαίων και/ή των πηγών ενός ηλικιωμένου ατόμου

Σεξουαλική κακοποίηση - μη συναινετική σεξουαλική επαφή οποιουδήποτε είδους με ένα ηλικιωμένο άτομο

Ιδρυματική κακοποίηση - επαναλαμβανόμενη ή τακτική κακοποίηση προερχόμενη από κάθε θεσμικό περιβάλλον όπου οι ωφελούμενοι υπηρεσιών εμπλέκονται με τους επαγγελματίες(εκτός του δικού τους σπιτιού).

Παραμέληση - άρνηση ή αποτυχία εκπλήρωσης των υποχρεώσεων φροντίδας.

Κάθε τύπος κακοποίησης ηλικιωμένων έχει τα δικά του σημάδια και τις δικές του συνέπειες.. Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα, παρακαλούμε διαβάστε τα κεφάλαια 1-3 από το [Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο TISOVA](#), το οποίο είναι διαθέσιμο στην ιστοσελίδα του έργου.

Σχετικά με το Διαδικτυακό Σεμινάριο

Το Διαδικτυακό σεμινάριο αναπτύχθηκε, βασιζόμενο στο εκπαιδευτικό εγχειρίδιο που αναφέρθηκε παραπάνω. Ακολουθεί τη δομή του εγχειρίδιου, καθώς επίσης στοχεύει στις ίδιες 3 ομάδες. Το διαδικτυακό σεμινάριο είναι διαθέσιμο δωρεάν στα Αγγλικά, Γερμανικά, Ελληνικά, Φιλανδικά και Εσθονικά. Μπορείτε να έχετε πρόσβαση οποιαδήποτε στιγμή και να το ολοκληρώσετε με το δικό σας ρυθμό στην ιστοσελίδα του δικτύου [WAVE](#).

Το θεωρητικό μέρος της εκπαίδευσης καλύπτεται με την μορφή διαλέξεων σε βίντεο. Καταγράφηκε επαγγελματικά με την βοήθεια ειδικών στα πεδία της εκπαίδευσης και της ενδο-οικογενειακής βίας. Οι διαλέξεις παρουσιάζονται από την **Pille Tsopp-Pagan**, επικεφαλής του Ξενώνα Προστασίας Γυναικών στο Τάρτου και πρόεδρο του δικτύου WAVE «Women Against Violence Europe». Ανάμεσα στους άλλους ομιλητές της εκπαίδευσης είναι η **Mari Tikerpuu** (Επικεφαλής του Victim Support Helpline service, Social Insurance Board of Estonia) και η ξεχωριστή καλεσμένη μας **Marina Kaljurand**, η οποία είναι γνωστή δημόσια φυσιογνομία όχι μόνο στην Εσθονία αλλά και ευρύτερα. Εκπροσωπεί την Εσθονία στο Ευρωκοινοβούλιο και έχει υπάρξει ένθερμος υποστηρικτής των δικαιωμάτων των γυναικών.

Η εκπαίδευση έχει σχεδιαστεί για να είναι διαδραστική, το οποίο σημαίνει ότι οι συμμετέχοντες που παρακολουθούν, μπορούν να εμπλακούν σε διαφορετικές ασκήσεις μετά την παρακολούθηση των βίντεο-διαλέξεων. Επιπλέον, εμπεριέχει «**Παιχνίδια ρόλων**» για να απεικονίσει τους διαφορετικούς τύπους κακοποιητικών καταστάσεων, που μαγνητοσκοπήθηκαν με την βοήθεια επαγγελματιών από το [LendTeater](#) της Εσθονίας. Το παιχνίδι ρόλων βοηθά στην παρουσίαση συγκεκριμένων περιπτώσεων κακοποίησης ηλικιωμένων, οι οποίες μερικές φορές παραμένουν απαρατήρητες στην σημερινή κοινωνία.

Περιεχόμενα της Διαδικτυακής Εκπαίδευσης:



Βίντεο Διαλέξεις



Διαδραστικές ασκήσεις



Παιχνίδια Ρόλων

Διαφορετικά ενότητες μάθησης

Το σεμινάριο χωρίζεται σε τρεις ανεξάρτητες εκπαιδευτικά ενότητες: για επαγγελματίες, για εθελοντές και για ηλικιωμένους. Κάθε εκπαιδευτική ενότητα περιέχει βίντεο με διαλέξεις και ασκήσεις, οι οποίες είναι ειδικά σχεδιασμένες για κάθε ομάδα στόχο. Ωστόσο, όλες οι ενότητες αρχικά καλύπτουν ένα κοινό θεωρητικό πλαίσιο ως βάση. Καλύπτονται θέματα σχετικά με τη βία κατά των ηλικιωμένων, συμπεριλαμβανομένων ορισμών, εννοιών και μορφών βίας κατά των ηλικιωμένων. Επιπλέον, αυτή η ενότητα απεικονίζει πως η βία κατά των ηλικιωμένων είναι παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και περιγράφει πόσο διαδεδομένη είναι η κακοποίηση ηλικιωμένων στην Ευρώπη. Επίσης διερευνώνται τα σημάδια της κακοποίησης και παραμέλησης ηλικιωμένων, οι συνέπειες της βίας, τα χαρακτηριστικά και οι παράγοντες κινδύνου, με στόχο να υποστηρίξουν επαγγελματίες και εθελοντές στην αναγνώριση της βίας όποτε/αν συμβαίνει.

I. Θεωρητικό πλαίσιο

- Ορισμοί & έννοιες αναφορικά με την κακοποίηση ηλικιωμένων
- Επιπολασμός της βίας κατά των ηλικιωμένων
- Τύποι (και σημάδια) της βίας κατά των ηλικιωμένων
- Μελέτες περίπτωσης για την κακοποίηση ηλικιωμένων
- Παράγοντες κινδύνου & προστασίας
- Συνέπειες της κακοποίησης
- Τι είναι τα ανθρώπινα δικαιώματα σε παγκόσμιο & ευρωπαϊκό επίπεδο;

I. Εκπαιδευτικές ενότητες για επαγγελματίες

- Είδη αποκρίσεων των θυμάτων στην κακοποίηση ηλικιωμένων
- Υποστήριξη ατόμων με διαταραχές μνήμης & άνοια
- Ανάπτυξη ενσυναίσθησης

II. Εκπαιδευτικές ενότητες για εθελοντές

- Ρόλοι & ευθύνες των εθελοντών
- Αρχές εθελοντικής εργασίας

III. Εκπαιδευτικές ενότητες για ηλικιωμένους

- Η γήρανση στην σημερινή κοινωνία
- Η κακοποίηση ηλικιωμένων ως

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Τεχνικές & μέθοδοι αναγνώρισης, εργαλεία διαλογής - Συγκεκριμένες ερωτήσεις για τον προσδιορισμό της κακοποίησης - Ρόλοι & ευθύνες των επαγγελματιών - Αρχές παρέμβασης & ενδυνάμωσης, παρακίνηση σε αλλαγή - Σχεδιασμός ασφαλείας | <ul style="list-style-type: none"> - Δικαιώματα των εθελοντών - Τα «πρέπει» και τα «μη» όταν ένα ηλικιωμένο άτομο αποκαλύπτει την κακοποίηση | <ul style="list-style-type: none"> παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων - Πώς να προστατέψει κάποιος τον εαυτό του από την κακοποίηση & κακομεταχείριση |
|--|--|---|

Για επαγγελματίες

Η εκπαιδευτική ενότητα για επαγγελματίες εμβαθύνει σε πρακτικό επίπεδο. Αυτό το μέρος εμπεριέχει πληροφορίες σχετικά με τους επαγγελματίες υγείας και κοινωνικούς επιστήμονες που εργάζονται με ηλικιωμένα άτομα. Οι επαγγελματίες μπορούν να μάθουν τεχνικές και μεθόδους αναγνώρισης της κακοποίησης ηλικιωμένων, αρχές αντιμετώπισης και ενδυνάμωσης, σχεδιασμού ασφαλείας και θέματα σχετικά με την κούραση συμπόνιας και την εργασιακή εξουθένωση.

Για εθελοντές

Αυτή η ενότητα βοηθά τους εθελοντές στην κατανόηση των ρόλων και αρμοδιοτήτων τους σχετικά με την εθελοντική εργασία με ηλικιωμένα άτομα. Επίσης, παρουσιάζονται οι αρχές της εθελοντικής εργασίας και τα δικαιώματα των εθελοντών. Τέλος, περιγράφονται δεξιότητες επικοινωνίας, εμπιστευτικότητας/αξιοπιστίας και άλλα απαιτούμενα εργαλεία για την υποστήριξη ηλικιωμένων ατόμων σε καταστάσεις αποκάλυψης της βίας.

Για ηλικιωμένους

Αυτή η ενότητα εξηγεί τις έννοιες των ηλικιακών διακρίσεων και του σεξισμού με απλές λέξεις και πώς αυτοί οι παράγοντες μπορούν να επιδράσουν στις ζωές των ηλικιωμένων ατόμων. Ο κύριος στόχος αυτού του μέρους είναι να ενδυναμώσει τα ηλικιωμένα άτομα και να τα ενημερώσει για τα ανθρώπινα δικαιώματά τους, και επιπλέον να εξηγήσει πόσο σοβαρή παράβαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι η κακοποίηση ηλικιωμένων καθώς επίσης περιγράφει τι πρέπει να κάνει κάποιος για να προστατέψει τον εαυτό του από την κακοποίηση και κακομεταχείριση.

Η εκπαιδευτική ενότητα για ηλικιωμένους είναι το συντομότερο από τα υπόλοιπα τρία. Αυτό συνέβη με σκοπό να γίνει πιο εφικτό για τους ηλικιωμένους να ακολουθήσουν το υλικό. Η γλώσσα της ενότητας αυτής είναι επίσης απλή, προσπαθήσαμε να αποφύγουμε την χρήση περίπλοκων θεωρητικών εννοιών. Η ενότητα περιέχει ένα σύντομο βίντεο διάλεξης (20'), το οποίο εξηγεί γιατί η κακοποίηση ηλικιωμένων είναι παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και πώς μπορεί κάποιος να προστατέψει τον εαυτό του από την κακοποίηση και κακομεταχείριση. Οι διαλέξεις από το θεωρητικό πλαίσιο είναι προαιρετικές για τους ηλικιωμένους, καθώς το βίντεο διάλεξης καλύπτει τις θεωρητικές πλευρές με απλές λέξεις. Ωστόσο, είναι λιγότερο λεπτομερές, έτσι, έπειτα από την παρακολούθηση αυτής της διάλεξης, οι συμμετέχοντες καλούνται να μάθουν περισσότερα για το θέμα αν το επιθυμούν, με την παρακολούθηση βίντεο από το θεωρητικό πλαίσιο.

Πως μπορεί να χρησιμοποιηθεί;

Υπάρχουν ποικίλοι τρόποι να επωφεληθείτε από το διαδικτυακό σεμινάριο. Μπορείτε να βρείτε περισσότερο λεπτομερείς πληροφορίες ακολούθως. Όλα τα εκπαιδευτικά συστατικά (βίντεο-διαλέξεις, παιχνίδια ρόλων, ερωτηματολόγια και φόρμες αξιολόγησης, κουίζ και ασκήσεις, υλικά ανάγνωσης, καθώς επίσης και το Εκπαιδευτικό εγχειρίδιο) είναι διαθέσιμα δωρεάν για λήψη/χρήση στην [ιστοσελίδα TISOVA](#).

Ως ένα ανεξάρτητο εκπαιδευτικό πρόγραμμα

Αν ως επαγγελματίες θα θέλατε να γεμίσετε κάποια κενά στην γνώση σας για την κακοποίηση ηλικιωμένων, το διαδικτυακό σεμινάριο ανταποκρίνεται επακριβώς σε αυτόν τον σκοπό. Μπορείτε να λάβετε εκπαίδευση όποια στιγμή θέλετε και σύμφωνα με το δικό σας ρυθμό. Δεν υπάρχουν ούτε προθεσμίες που πρέπει να τηρήσετε, ούτε καμία καθορισμένη ημερομηνία κατά την οποία η εκπαίδευση είναι διαθέσιμη. Μπορείτε να ξεκινήσετε ήδη τώρα, να πάρετε όσο χρόνο χρειάζεστε, και να ολοκληρώσετε όποτε εσείς επιθυμείτε.

Η πλατφόρμα μας έχει επιλεχθεί ειδικά για τις ανάγκες της προσωπικής μάθησης. Για παράδειγμα, όλες οι διαδραστικές ασκήσεις είναι αυτομάτως προσβάσιμες από την πλατφόρμα και δεν απαιτείτε να περιμένετε για ανατροφοδότηση.

Μπορείτε να το μοιραστείτε και να το προτείνετε στους συναδέλφους σας, σε εθελοντές στον οργανισμό σας ή σε ηλικιωμένους πελάτες. Το link για το σεμινάριο είναι το ίδιο και για τις τρεις ομάδες στόχους. Η φιλική προς χρήση πλοήγηση του σεμιναρίου, σας βοηθάει να προχωρήσετε με τις εκπαιδευτικές ενότητες που ταιριάζουν καλύτερα με τις προτιμήσεις σας. Αν έχετε επιλέξει αρχικά μια από τις τρεις εκπαιδευτικές ενότητες, μπορείτε αργότερα να επιστρέψετε στην αρχή και να μελετήσετε επιπλέον, αν σας ενδιαφέρει, τα εργαλεία που σχεδιάστηκαν για καθεμία από τις άλλες δύο ομάδες στόχου. Δεν υπάρχει περιορισμός στον αριθμό προσπαθειών για ολοκλήρωση του διαδικτυακού σεμιναρίου.

Σε μεμονωμένα μέρη

Δεν είναι αναγκαίο να παρακολουθήσετε ολόκληρο το σεμινάριο, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μόνο κάποια συγκεκριμένα στοιχεία αυτού. Για παράδειγμα μπορείτε να κατεβάσετε τα [video διάλεξης μας για ηλικιωμένους](#) και να τα παρουσιάσετε στους ηλικιωμένους πελάτες του οργανισμού σας. Το βίντεο είναι μικρό, εύκολα προσβάσιμο και ενδυναμωτικό. Μπορείτε να το δείξετε στους γονείς σας, σε συγγενείς ή ηλικιωμένους φίλους. Αν γνωρίζετε κάποιο ηλικιωμένο άτομο το οποίο ίσως ενδεχομένως ωφεληθεί από αυτή την γνώση, παρακαλούμε δείξτε αυτό το βίντεο σε αυτό το άτομο.

Αν υπάρχουν εθελοντές στον οργανισμό σας, θα επωφεληθούν σίγουρα από μια ξεχωριστή εκπαίδευση επί του θέματος της κακοποίησης ηλικιωμένων. [Τα βίντεο για εθελοντές](#) από το διαδικτυακό μας σεμινάριο μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν ως μεμονωμένα συστατικά. Μπορείτε να δείξετε αυτό το βίντεο για εθελοντές και να εξηγήσετε τους συγκεκριμένους ρόλους σχετικά με τον οργανισμό σας.

Ή μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τα [παιχνίδια ρόλων](#) για να απεικονίσετε περιπτώσεις κακοποίησης ηλικιωμένων στους συναδέλφους σας και να ξεκινήσετε μια συζήτηση για το πώς τέτοιες περιπτώσεις μπορούν να αντιμετωπιστούν. Μπορείτε επίσης να μοιραστείτε ξεχωριστά κάθε βίντεο-διάλεξη. Όλα τα βίντεο διαλέξεων καθώς επίσης και τα παιχνίδια ρόλων είναι διαθέσιμα με υπότιτλους στο [website](#) μας και στο [κανάλι μας στο YouTube](#).

Ως μέρος δια ζώσης εκπαίδευσης

Αν βρίσκετε ότι το θέμα της κακοποίησης ηλικιωμένων απευθύνεται και σχετίζεται ιδιαίτερα με το προσωπικό στον οργανισμό σας, προτείνουμε να διεξάγετε σχετική εκπαίδευση, χρησιμοποιώντας τα εργαλεία που αναπτύχθηκαν στο έργο TISOVA. Το [Εκπαιδευτικό εγχειρίδιο TISOVA](#) είναι ένα επαγγελματικό εργαλείο, το οποίο εμπεριέχει προτάσεις εκπαίδευσης και για τις τρεις ομάδες στόχου, θεωρητικό υλικό και διαφορετικές ασκήσεις. Προσφέρει ασκήσεις και ποικίλες εκπαιδευτικές μεθόδους, οι οποίες μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ομάδες μελέτης ή ατομικά. Οι ασκήσεις που συμπεριλαμβάνονται στο πρόγραμμα σχεδιάστηκαν από τις χώρες εταίρους του έργου TISOVA (Φιλανδία, Εσθονία και Ελλάδα).

Προτείνουμε να χρησιμοποιήσετε το διαδικτυακό σεμινάριο ως μέρος της δια ζώσης εκπαίδευσης. Για παράδειγμα, μπορείτε να προτείνετε στους συμμετέχοντες της εκπαίδευσης να ξεκινήσουν με βίντεο-διαλέξεις, οι οποίες καλύπτουν θεωρητικές πλευρές και να τις ολοκληρώσουν στον ελεύθερο τους χρόνο. Επιτρέψτε τους λίγο ελεύθερο χρόνο για πρακτικές ασκήσεις και ομαδική εργασία κατά την διάρκεια της δια ζώσης εκπαίδευσης. Με τον ίδιο τρόπο μπορείτε να επιλέξετε να ολοκληρώστε την διαδικτυακή αξιολόγηση πριν την εκπαίδευση, χρησιμοποιώντας ερωτηματολόγια τα οποία θα σας επιτρέψουν να λάβετε μερικές πολύτιμες πληροφορίες για τις υπάρχουσες γνώσεις της ομάδας στόχου και θα σας βοηθήσουν να σχεδιάσετε την εκπαίδευση με βάση τις ανάγκες τους.

Ο ακόλουθος πίνακας δείχνει την συσχέτιση ανάμεσα στις βίντεο-διαλέξεις του διαδικτυακού σεμιναρίου και τα κεφάλαια από το [Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο](#). Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τα κεφάλαια ως επιπρόσθετο υλικό ανάγνωσης έπειτα από κάθε βίντεο-διάλεξη. Επιπλέον, ο πίνακας αναφέρεται σε συγκεκριμένες ασκήσεις, οι οποίες βρίσκονται επίσης και στο εγχειρίδιο.

Διαλέξεις στο Διαδικτυακό σεμινάριο	Κεφάλαια στο εγχειρίδιο	Ασκήσεις
Θεωρητικό πλαίσιο		
I. Ορισμοί & τύποι κακοποίησης	1, 2	1.1, 1.2
II. Κίνδυνοι & Συνέπειες	3, 4	1.4, 1.5
III. Διεθνή Μέσα	5, 6, 9	1.3
Εκπαιδευτική ενότητα για επαγγελματίες		
IV. Αναγνώριση της βίας	7	2.2
V. Δουλεύοντας με ηλικιωμένα θύματα κακοποίησης	8	2.3 – 2.7
VI. Επαγγελματικές προκλήσεις	11	2.8
Εκπαιδευτική ενότητα για εθελοντές		
IV. Ρόλος εθελοντών	12, 13	3.1, 3.2
Εκπαιδευτική ενότητα για ηλικιωμένους		
IV. Γήρανση στην σημερινή κοινωνία	14 – 16	4.1 – 4.7

Παρακάτω μπορείτε να βρείτε περισσότερες λεπτομερείς οδηγίες και συμβουλές για τον σχεδιασμό της εκπαίδευσης ανάλογα με την κάθε ομάδα στόχο σας.

Πώς να διεξάγετε την εκπαίδευση;

Αυτό το μέρος του οδηγού περιλαμβάνει κάποιες πρακτικές συμβουλές και προτάσεις για εκπαιδευτικές. Μπορείτε να βρείτε πιο λεπτομερείς πληροφορίες στο προλογικό κεφάλαιο του [Εκπαιδευτικού μας εγχειριδίου](#).

Είναι σημαντικό για τους εκπαιδευτές να θυμούνται ότι **μερικοί από τους συμμετέχοντες ίσως είναι θύματα ή θύτες κακοποίησης**. Για το λόγο αυτό, η γλώσσα που χρησιμοποιείται στην εκπαίδευση πρέπει να είναι ευγενική και όχι επικριτική. Ωστόσο, μια σαφής στάση ενάντια στην βία πρέπει να δηλώνεται. Οι συμμετέχοντες της εκπαίδευσης ίσως να μοιραστούν τις εμπειρίες τους με την ομάδα ή μετά την εκπαίδευση με τον εκπαιδευτή.

Έτσι, ο εκπαιδευτής πρέπει πάντα να αφήνει αρκετό διαθέσιμο χρόνο για τέτοιες συζητήσεις.

Καθώς διαφορετικοί άνθρωποι έχουν διαφορετικούς τρόπους μάθησης, είναι καλό να συνδυάσετε μια ποικιλία μεθόδων, όπως χρήση παρουσιάσεων, προβολή βίντεο ή παροχή εκτυπωμένου υλικού. Ωστόσο, κάθε αποτελεσματική εκπαίδευση εμπεριέχει την διαδραστική μάθηση. Αυτό σημαίνει προσθήκη κάποιων ασκήσεων και δραστηριοτήτων όπως ομαδική εργασία, παιχνίδια ρόλων και κοινωνιόγραμμα. Μπορείτε να επιλέξετε οποιαδήποτε άσκηση παρέχεται από το Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο.

Στην αρχή της συνάντησης, είναι καλό να δίνεται μια σφαιρική εικόνα του περιεχομένου.

Βοηθάει τους συμμετέχοντες να πάρουν μια γενική εικόνα ολόκληρου του θέματος που θα συζητηθεί στην εκπαίδευση. Για να κεντρίσετε την προσοχή και να ξυπνήσετε το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων, ίσως είναι ωφέλιμο να ξεκινήσετε την συνάντηση με ένα κουίζ (όπως την άσκηση 1.1 ή 1.2) ή ένα βίντεο σχετικά με το θέμα.

Για να δημιουργήσετε ένα ασφαλές περιβάλλον **είναι σημαντικό να θέσετε κάποιους κανόνες στην αρχή της εκπαίδευσης.** Αυτοί οι κανόνες πρέπει να γίνονται σεβαστοί από όλους τους συμμετέχοντες της εκπαίδευσης. Οι κανόνες βοηθούν να δημιουργηθεί ένας άνετος χώρος για συζήτηση, καθώς μερικοί από τους συμμετέχοντες ίσως μοιραστούν προσωπικά τους θέματα. Μπορείτε να ζητήσετε από την ομάδα να σκεφτεί σχετικά με το τι κανόνες θέλει να ακολουθήσει έτσι ώστε όλοι να νιώθουν άνετα με αυτούς. Αυτοί ίσως περιλαμβάνουν:

- Εμπιστευτικότητα: οτιδήποτε λέγεται ή αναφέρεται σε αυτό το δωμάτιο δεν θα μεταφερθεί ή συζητηθεί οπουδήποτε αλλού (ότι λέγεται στο δωμάτιο, μένει στο δωμάτιο).
- Σεβασμός: τα μέλη της ομάδας αναμένεται να ακούν το ένα το άλλο χωρίς διακοπές. Μιλάει ο καθένας με την σειρά του και γίνεται χρήση λόγου χωρίς επικρίσεις ή παροχή συμβουλών.
- Όλοι διαλέγουν τι θέλουν να μοιραστούν με την ομάδα - η επιλογή να μην μιλήσει κάποιος πρέπει να είναι επίσης σεβαστή.
- Γλώσσα: τα μέλη της ομάδας αναμένεται να αποφεύγουν τη προσβλητική γλώσσα και τους χαρακτηρισμούς.
- Τυπικότητα: Οι συναντήσεις πρέπει να αρχίζουν και να τελειώνουν στην ώρα τους.²

Στο τέλος της συνάντησης είναι σημαντικό να λαμβάνετε ανατροφοδότηση για να βελτιώνετε μελλοντικές εκπαιδευτικές συναντήσεις. Έντυπα αξιολόγησης μπορούν να σχεδιαστούν βασιζόμενα στους στόχους της συνάντησης, οι οποίοι τίθενται στην αρχή της εκπαίδευσης για να μετρηθούν τα μαθησιακά αποτελέσματα των συμμετεχόντων. Η συλλογή ανώνυμης ανατροφοδότησης με πολλαπλές επιλογές και/ή ανοικτές ερωτήσεις

² J. Hightower and M. Smith (2005). Developing Support Groups for Older Abused Women. A Resource Manual. Vancouver Foundation.

μπορούν επίσης να προσφέρουν σημαντική πληροφόρηση για μελλοντικές εκπαιδευτικές συναντήσεις.

Στην διεξαγωγή μιας εκπαίδευσης ξεκινήστε με την κατανόηση των αναγκών της κάθε ομάδας στόχου. **Για την εκπαίδευση επαγγελματιών**, είναι αναγκαίο να γνωρίζετε το επαγγελματικό υπόβαθρο και την εμπειρία στο πεδίο. Αυτό μπορεί να διερευνηθεί για παράδειγμα με μια έρευνα συμπληρωμένη από τους επαγγελματίες πριν την εκπαίδευση. Ένα σημαντικό σημείο έναρξης είναι να καταλάβουμε τους στόχους του οργανισμού που θέλει να εκπαιδευτεί το προσωπικό του, καθώς αυτό θα συνεισφέρει στην εστίαση της εκπαίδευσης.

Για την εκπαίδευση εθελοντών είναι σημαντικό να ξέρουμε τι είδους εθελοντική εργασία κάνουν, ποιοι είναι οι άνθρωποι που υποστηρίζουν και τι ανάγκες έχουν. Αυτό μπορεί να διερευνηθεί μέσω έρευνας που θα συμπληρωθεί από τους εθελοντές πριν την εκπαίδευση.

Για την εκπαίδευση ηλικιωμένων είναι σημαντικό ότι πολλοί ηλικιωμένοι εργάζονται ως οικογενειακοί φροντιστές ή έχουν ειδικές ανάγκες σχετιζόμενες με την εργασία τους. Επίσης, πολλοί ηλικιωμένοι έχουν διαφορετικές ειδικές ανάγκες που σχετίζονται με την κατάσταση υγείας τους, όπως διαταραχές μνήμης ή προβλήματα όρασης ή ακοής. Ο αριθμός των συμμετεχόντων σε κάθε ομάδα πρέπει να είναι ανάλογος του χώρου και των ειδικών απαιτήσεων της ομάδας. Οι ηλικιωμένοι, ειδικά σε μικρότερες ομάδες, ίσως ωφεληθούν περισσότερο από ομαδικές συζητήσεις και δραστηριότητες, παρά διαλέξεις σε μορφή παρουσιάσεων. Είναι επίσης καλή πρακτική να παρέχετε φυλλάδια για να τα πάρουν στο σπίτι. Προσπαθήστε να προσκαλέσετε άτομα στις συναντήσεις που έχουν την δυνατότητα λήψης αποφάσεων - αυτό δείχνει ότι η εκπαίδευση λαμβάνεται σοβαρά υπόψη από τις αρχές.

Όταν σχεδιάζετε μια εκπαίδευση για ηλικιωμένους, λάβετε υπόψη:

- Προσβασιμότητα: Μερικοί ηλικιωμένοι ίσως έχουν δυσκολίες με την κινητικότητα τους ή ίσως είναι ευπαθείς, για αυτό το λόγο διαλέξτε χώρους που είναι προσβάσιμοι από ανθρώπους με ειδικές ανάγκες.
- Χώρος: Οι χώροι πρέπει να είναι φυσικά και συναισθηματικά ασφαλείς και άνετοι. Κατάλληλα μέρη είναι τοπικοί και κοινοτικοί χώροι, συχνά οικείοι σε ηλικιωμένους ως κέντρα υπηρεσιών, αίθουσες και καφετέριες οι οποίες είναι πιθανώς εξοπλισμένοι με σημαντικά εργαλεία όπως ακουστικά.
- Χρόνος: Οι ημερήσιες δραστηριότητες ίσως είναι πιο κατάλληλες για ηλικιωμένα άτομα και εκείνους που χρησιμοποιούν δημόσια μεταφορικά μέσα.
- Φιλοξενία: είναι πιο ευχάριστο αν μπορείτε να προσφέρετε καφέ, τσάι και άλλα αφεψήματα.

Καλές πρακτικές για μικρότερες ομάδες συναντήσεων ηλικιωμένων:

- Τα θέματα πρέπει να είναι περισσότερο προσωπικά και όχι τόσο γενικά – π.χ. η εξερεύνηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων ίσως να μην είναι τόσο προσωπικό

θέμα. Μια καλή ιδέα θα μπορούσε να είναι να διαλέξετε ένα ή δύο δικαιώματα για διερεύνηση.

- Αν οι συμμετέχοντες έχουν συμπτώματα άνοιας, κρατήστε όλα τα περιεχόμενα σε πρακτικό επίπεδο - σκεφτείτε τι είδους προφορικές ερωτήσεις μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ή πρέπει να αποφύγετε. Οι προφορικές ερωτήσεις μπορεί να προκαλέσουν σύγχυση και ταπείνωση αν οι συμμετέχοντες δεν μπορούν να θυμηθούν ή να καταλάβουν τις λέξεις - είναι καλό να χρησιμοποιείτε π.χ. εικόνες με ερωτήσεις για να τους βοηθήσετε να εκφράσουν τους εαυτούς τους.
- Χρησιμοποιείτε ένα θέμα σε κάθε συνάντηση και μην βιάζεστε με το θέμα - αυτό τους βοηθά να εξερευνήσουν θέματα που βασίζονται στην πλούσια γνώση, στις εμπειρίες ζωής και στην εξειδίκευση τους.
- Δύο ώρες είναι κατάλληλος χρόνος για κάθε συνάντηση. Ωστόσο, αν οι συμμετέχοντες έχουν σημάδια άνοιας, μια ώρα ίσως είναι πιο κατάλληλη διάρκεια, λαμβάνοντας υπόψιν τις ικανότητες συγκέντρωσης τους.

Στο [Εκπαιδευτικό Εγχειρίδιο](#) μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες για το πώς να διεξάγετε την εκπαίδευση σχετικά με την κακοποίηση ηλικιωμένων σε κάθε ομάδα στόχο.