EmpowerHer: Ενίσχυση των δεξιοτήτων προσφυγισσών στον κλάδο φιλοξενίας

WP4 – Καλές πρακτικές, ιστορίες και βασικά συμπεράσματα

Συγκεντρωτικές συνεισφορές των εταίρων

Ισπανία · Ελλάδα · Γερμανία · Αυστρία

Αριθμός έργου: 2024-1-DE02-KA220-VET-000254575

Η παρούσα συλλογή διατηρεί το περιεχόμενο των τεσσάρων εταίρων. Τα προσχέδια και τα στοιχεία που απαιτούν επιβεβαίωση παραμένουν όπως έχουν δηλωθεί.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

ΙΣΠΑΝΙΑ – Egeria

1. Στοιχεία εταίρου

Στοιχείο	Απάντηση εταίρου
Οργανισμός εταίρος / χώρα	Asociación Egeria Desarrollo Social / Ισπανία
Υπεύθυνος/η συμπλήρωσης	Soledad Enciso Rizzo

2. Δύο καλές πρακτικές προς αναπαραγωγή

Πρακτική 1

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Γυναίκες που ανοίγουν τον δρόμο: Οι ιστορίες ζωής ως έμπνευση για άλλες γυναίκες
Σχετική δραστηριότητα	Αφήγηση ιστοριών / μάθηση μεταξύ ομοτίμων / ιστορίες επιτυχίας
Η ιδέα	Συγκεντρώσαμε ιστορίες ζωής των συμμετεχουσών και τις μετατρέψαμε σε σύντομα βιογραφικά κείμενα και οπτικά ενημερωτικά γραφήματα. Το υλικό αποτέλεσε την έκθεση «Women Who Pave the Way», που παρουσιάστηκε στην τελική εκδήλωση χωρίς οι γυναίκες να γνωρίζουν εκ των προτέρων ότι οι ίδιες θα ήταν οι πρωταγωνίστριες.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Θέλαμε να αναγνωρίσουν την αξία των εμπειριών τους και να δουν τον εαυτό τους όχι μόνο ως ωφελούμενες, αλλά ως γυναίκες των οποίων οι ιστορίες μπορούν να εμπνεύσουν άλλες. Η δράση στόχευε στην αυτοεκτίμηση, την αμοιβαία αναγνώριση και τη μάθηση μέσα από κοινές βιωμένες εμπειρίες.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Δημιουργήσαμε ασφαλές περιβάλλον για εθελοντική αφήγηση κάθε ιστορίας. 2. Εντοπίσαμε σημαντικές στιγμές, δυνάμεις, αλλαγές και διδάγματα. 3. Μετατρέψαμε τις ιστορίες σε σύντομες βιογραφίες και γραφήματα. 4. Συνθέσαμε την έκθεση. 5. Προσκαλέσαμε τις γυναίκες στην τελική εκδήλωση χωρίς να αποκαλύψουμε ότι ήταν οι πρωταγωνίστριες. 6. Ακολούθησε αναστοχασμός, αναγνώριση και ανταλλαγή εμπειριών.
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Όταν αναγνώρισαν τον εαυτό τους στην έκθεση, οι συμμετέχουσες εξέφρασαν έντονα συναισθήματα, υπερηφάνεια και έκπληξη. Πολλές είδαν διαφορετικά τις εμπειρίες τους, επειδή παρουσιάστηκαν δημόσια και εκτιμήθηκαν από άλλους. Ενισχύθηκαν οι δεσμοί στην ομάδα και η αναγνώριση της ανθεκτικότητας και των επιτευγμάτων των άλλων γυναικών.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Γιατί λειτούργησε	Οι προσωπικές εμπειρίες έγιναν κοινός μαθησιακός πόρος. Αντί εξωτερικών προτύπων, οι ίδιες οι γυναίκες αποτέλεσαν πρότυπα η μία για την άλλη. Το στοιχείο της έκπληξης ενίσχυσε τη συγκινησιακή σημασία της αναγνώρισης.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Απαιτούνται χρόνος για οικοδόμηση εμπιστοσύνης, ένας ή δύο συντονιστές, συγκατάθεση και απλά μέσα σχεδιασμού και εκτύπωσης. Η συμμετοχή πρέπει να είναι προαιρετική και κάθε γυναίκα να αποφασίζει τι θα δημοσιοποιηθεί. Χρειάζεται ιδιαίτερη ευαισθησία όταν οι ιστορίες αφορούν απώλειες, μετανάστευση ή οικογενειακές δυσκολίες.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Φωτογραφίες έκθεσης και τελικής εκδήλωσης, ατομικά βιογραφικά γραφήματα, εισαγωγικό κείμενο της έκθεσης και φωτογραφίες των επισκεπτριών.

Πρακτική 2

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Από συμμετέχουσα σε εκπαιδεύτρια: Μοιραζόμαστε δεξιότητες, πολιτισμό και γνώσεις
Σχετική δραστηριότητα	Ανταλλαγή δεξιοτήτων / διαπολιτισμική ανταλλαγή / μάθηση μεταξύ ομοτίμων
Η ιδέα	Οι γυναίκες κλήθηκαν να μοιραστούν δεξιότητες, παραδόσεις, γνώσεις και πολιτισμικές πρακτικές από τις χώρες καταγωγής τους. Συνδυάστηκαν πρακτικές δραστηριότητες, μαγειρική, ποίηση, χορός και ιστορίες, ώστε κάθε γυναίκα να είναι ταυτόχρονα μαθήτρια και δασκάλα.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Θέλαμε να νιώσουν ότι οι γνώσεις και οι εμπειρίες τους είναι πολύτιμες και χρήσιμες για άλλους. Στόχος ήταν η αυτοπεποίθηση, η αμοιβαία αναγνώριση και η σύνδεση μέσω ισότιμης ανταλλαγής γνώσης.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Καλέσαμε τις συμμετέχουσες να επιλέξουν μια δεξιότητα, παράδοση ή ιστορία. 2. Κάθε γυναίκα αποφάσισε τι και πώς θα παρουσιάσει. 3. Εναλλάχθηκαν παρουσιάσεις, όπως ζωντανή παρασκευή κουσκούς από γυναίκες μαροκινής καταγωγής, αναγνώσεις ποιημάτων, τοπικοί χοροί και αφηγήσεις. 4. Ενθαρρύναμε ερωτήσεις και ενεργή συμμετοχή. 5. Παρεμβάλαμε σύντομες στιγμές αναστοχασμού. 6. Ολοκληρώσαμε με ομαδική συζήτηση για όσα έμαθε και πρόσφερε καθεμία.
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Η συμμετοχή και η εμπλοκή ήταν ιδιαίτερα υψηλές. Οι γυναίκες ένιωθαν υπερηφάνεια όταν μοιράζονταν την πολιτισμική ή προσωπική τους γνώση και συχνά εκπλήσσονταν από το γνήσιο ενδιαφέρον της ομάδας. Ενδεικτικές

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
	αντιδράσεις: «Νιώθω σημαντική», «Δεν περίμενα ότι αυτό θα ενδιέφερε άλλους», «Έχω κάτι να προσφέρω».
Γιατί λειτούργησε	Η μεθοδολογία άλλαξε τους συνήθεις ρόλους: οι γυναίκες δεν λάμβαναν απλώς πληροφορίες, αλλά αποτέλεσαν πηγές γνώσης για άλλες. Η εναλλαγή ρόλων ενίσχυσε την αμοιβαιότητα και τον σεβασμό στην άτυπη και πολιτισμική γνώση.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Χρειάζεται ασφαλής και ευέλικτος χώρος, επαρκής χρόνος και ένας ή δύο συντονιστές. Το υλικό εξαρτάται από τις συμμετοχές: σκεύη, τρόφιμα, μουσική, κείμενα ή παρουσιάσεις. Αφήστε τις γυναίκες να επιλέξουν ελεύθερα και αποφύγετε στερεοτυπική ή φολκλορική παρουσίαση των πολιτισμών.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Φωτογραφίες διαπολιτισμικής συνάντησης, παρασκευής κουσκούς, ποιήματα, αφηγήσεις, πολιτισμικό υλικό και φωτογραφίες ομαδικής συμμετοχής.

3. Μια σημαντική στιγμή / ιστορία συμμετέχουσας

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	«Νιώθω σημαντική»: Μια στιγμή αναγνώρισης και αυτοεκτίμησης
Τι συνέβη;	Κατά τη διαπολιτισμική συνάντηση μάθησης, μία συμμετέχουσα εξήγησε ότι η δραστηριότητα την έκανε να δει διαφορετικά τον εαυτό της. Παρουσίασε κάτι από το προσωπικό της υπόβαθρο και δέχθηκε γνήσιο ενδιαφέρον από άλλες γυναίκες. Ένιωσε ορατή και πολύτιμη με τρόπο που δεν περίμενε. Κατάλαβε ότι όσα γνωρίζει, όσα έχει βιώσει και όσα μπορεί να προσφέρει έχουν σημασία για τους άλλους. Είπε επίσης ότι η εμπειρία επηρέασε θετικά την αυτοεκτίμησή της. Η στιγμή προέκυψε αυθόρμητα σε οργανωμένο χώρο αναστοχασμού, όπου οι γυναίκες μοιράζονταν τα συναισθήματά τους.
Πώς αντέδρασαν οι γυναίκες;	Η ομάδα άκουσε προσεκτικά, με ενσυναίσθηση και αναγνώριση. Άλλες γυναίκες ταυτίστηκαν και επιβεβαίωσαν ότι καθεμία έχει κάτι πολύτιμο να προσφέρει. Η ατμόσφαιρα έγινε πιο υποστηρικτική και ενθάρρυνε περισσότερες προσωπικές εκφράσεις.
Γιατί είχε σημασία;	Η στιγμή έδειξε ότι η μάθηση μεταξύ ομοτίμων υπερβαίνει τη μεταφορά γνώσης: η αναγνώριση μπορεί να αλλάξει την εικόνα που έχει μία γυναίκα για τον εαυτό της και να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση, το ανήκειν και την ενεργή συμμετοχή.
Δήλωση συμμετέχουσας	«Νιώθω σημαντική. Δεν περίμενα ότι αυτό θα ενδιέφερε άλλους. Έχω πράγματα να προσφέρω.»
Καταλληλότερες φωτογραφίες	Φωτογραφία της συμμετέχουσας κατά την ανταλλαγή, ομαδικής αλληλεπίδρασης και ενεργητικής ακρόασης.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

4. Βασικά συμπεράσματα από την εμπειρία μας

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 2

Η αναγνώριση από συνομηλίκους, η ακρόαση και η εκτίμηση μπορούν να επηρεάσουν άμεσα την αυτοεκτίμηση και την αίσθηση του ανήκειν.

Τι το αποδεικνύει; Κατά τον αναστοχασμό μία γυναίκα εξήγησε ότι ένιωσε ορατή και σημαντική όταν οι άλλες ενδιαφέρθηκαν πραγματικά για όσα μοιράστηκε.

Οπτικό τεκμήριο: «Νιώθω σημαντική», «Δεν περίμενα να ενδιαφέρει άλλους»· φωτογραφία ενεργητικής ακρόασης.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 3

Οι προσωπικές ιστορίες ζωής μπορούν να αποτελέσουν ισχυρούς πόρους μάθησης και να ενισχύσουν τη σύνδεση και την αλληλοϋποστήριξη.

Τι το αποδεικνύει; Στην έκθεση «Women Who Pave the Way» οι ιστορίες έγιναν βιογραφίες και γραφήματα. Οι ίδιες οι γυναίκες ανακάλυψαν ότι ήταν οι πρωταγωνίστριες και εκτίμησαν διαφορετικά τόσο τη δική τους πορεία όσο και των άλλων.

Οπτικό τεκμήριο: φωτογραφίες έκθεσης, γραφήματα, φωτογραφίες της αποκάλυψης.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

ΕΛΛΑΔΑ – ΕΚΡΑ

1. Στοιχεία εταίρου

Στοιχείο	Απάντηση εταίρου
Οργανισμός εταίρος / χώρα	Ekpaideftiki Paremvasi KDVM S.A. (EKPA) / Ελλάδα
Υπεύθυνος/η συμπλήρωσης	Eleni Tsaireli (να επιβεβαιωθεί ως υπογράφουσα)

2. Δύο καλές πρακτικές προς αναπαραγωγή

Πρακτική 1

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Μαθαίνουμε μαζί: Συνδυασμός καθοδήγησης, γλώσσας και πρακτικών δεξιοτήτων
Σχετική δραστηριότητα	Εκπαίδευση μεντόρων / ανταλλαγή δεξιοτήτων / Language Buddy / αφήγηση και πολιτισμική ανταλλαγή
Η ιδέα	Η ΕΚΡΑ συνδύασε τα στοιχεία του WP4 σε ένα ενιαίο πρόγραμμα οκτώ συναντήσεων στη Θεσσαλονίκη, αντί να υλοποιήσει τις δράσεις A2, A3 και A4 ανεξάρτητα. Οι γυναίκες εξασκήθηκαν στην επικοινωνία και αλληλοϋποστήριξη μέσα από πρακτικές εργασίες και προσωπικές ανταλλαγές.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Η ολοκληρωμένη μορφή επιλέχθηκε για διαφορετικά γλωσσικά επίπεδα και υπόβαθρα. Θέλαμε η αλληλοκαθοδήγηση να αναπτύσσεται φυσικά μέσα από συνεργασία και η γλώσσα να χρησιμοποιείται σε ουσιαστικές δραστηριότητες.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Οργανώσαμε οκτώ συναντήσεις ως ενιαίο πρόγραμμα. 2. Εισαγάγαμε την ενεργητική ακρόαση, την ενσυναίσθηση και την αλληλοϋποστήριξη με απλές ασκήσεις. 3. Εργασία ανά ζεύγη και μικρές ομάδες με ρεαλιστικά επικοινωνιακά καθήκοντα. 4. Συνδυάσαμε παιχνίδια, προσομοιώσεις ρόλων και πρακτική μάθηση με γλωσσική εξάσκηση. 5. Ανταλλάξαμε εμπειρίες και πολιτισμικές απόψεις εθελοντικά. 6. Συλλέξαμε ανατροφοδότηση και προσαρμόσαμε τον ρυθμό.
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Οι συντονιστές παρατήρησαν λιγότερο δισταγμό και μεγαλύτερη προθυμία συμμετοχής και αλληλοβοήθειας. Σε 20 ερωτηματολόγια, η πρακτική χρησιμότητα αξιολογήθηκε με 4,8/5 και η υποστήριξη του Language Buddy με 4,65/5.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Γιατί λειτούργησε	Οι ίδιες σχέσεις υποστήριξαν περισσότερες μορφές μάθησης: η εμπιστοσύνη άνοιξε χώρο για επικοινωνία, η επικοινωνία για συνεργασία και οι πρακτικές εργασίες για αλληλοβοήθεια. Ο ρόλος του μέντορα αναπτύχθηκε σταδιακά.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Χρησιμοποιήστε ευέλικτους συντονιστές, απλή γλώσσα, οπτικές επεξηγήσεις και χρόνο για μικρές ομάδες. Η σταθερή δομή βοηθά, αλλά η προσωπική έκφραση παραμένει προαιρετική. Προβλέψτε περισσότερο χρόνο συζήτησης και μικρές εργασίες παρακολούθησης για τα ζεύγη.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Καταγραφές συναντήσεων, συγκεντρωτικά στοιχεία 20 ερωτηματολογίων και παρατηρήσεις συντονιστών. Διαθεσιμότητα φωτογραφιών και άδειες δημοσίευσης: προς επιβεβαίωση.

Πρακτική 2

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Κάνοντας εφικτή τη συμμετοχή: Φροντίδα παιδιών και ασφαλές μαθησιακό περιβάλλον
Σχετική δραστηριότητα	Συμπεριληπτική συμμετοχή / καθοδήγηση ομοτίμων / ενδυνάμωση κοινότητας
Η ιδέα	Η ΕΚΡΑ παρείχε δωρεάν φροντίδα παιδιών και πακέτα φροντίδας στο πλαίσιο ενός φιλικού προς την οικογένεια προγράμματος οκτώ συναντήσεων. Η προβλέψιμη δομή, ο σεβασμός και η εθελοντική συμμετοχή διευκόλυναν γυναίκες με οικογενειακές υποχρεώσεις.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Οι υποχρεώσεις φροντίδας μπορούν να δυσχεράνουν την προσέλευση, ενώ ένα άγνωστο ομαδικό περιβάλλον μπορεί να δυσκολεύει την ανοιχτή συζήτηση. Σκοπός ήταν να αρθεί ένα πρακτικό εμπόδιο και να δημιουργηθούν συνθήκες ασφάλειας και σύνδεσης.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Προσεγγίσαμε γυναίκες μέσω κοινοτικών δικτύων και φορέων υποστήριξης μεταναστών. 2. Παρείχαμε δωρεάν φύλαξη παιδιών και πακέτα φροντίδας. 3. Διατηρήσαμε σαφή και προβλέψιμη δομή. 4. Οι προσωπικές αφηγήσεις ήταν προαιρετικές. 5. Ξεκινήσαμε με ζεύγη και μικρές ομάδες πριν από τις μεγάλες συζητήσεις. 6. Συλλέξαμε αξιολογήσεις για ασφάλεια, συμμετοχή και αίσθημα του ανήκειν.
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Οι γυναίκες εκτίμησαν τη γνωριμία με άλλες, την κατανόηση και το ότι αισθάνονταν λιγότερο μόνες. Η συνολική βαθμολογία για ασφάλεια, ανήκειν και άνεση ήταν 4,9/5. Οι συντονιστές είδαν αυξανόμενη ανοιχτότητα.
Γιατί λειτούργησε	Η δράση αντιμετώπισε ταυτόχρονα πρακτικά και συναισθηματικά εμπόδια. Η φροντίδα παιδιών διευκόλυνε τις μητέρες και οι ασφαλείς ομαδικές

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
	διαδικασίες απέτρεψαν την πίεση για αποκάλυψη ευαίσθητων εμπειριών.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Προβλέψτε εγκαίρως φροντίδα παιδιών, προσωπικό, προσβάσιμους χώρους και μέτρα προστασίας. Καθορίστε σαφείς προσδοκίες και εναλλακτικούς τρόπους συμμετοχής. Μην θεωρείτε ότι όλοι επιθυμούν να συζητήσουν για τραύμα ή μετανάστευση.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Αρχεία προγράμματος, παρατηρήσεις συντονιστών και συγκεντρωτικές αξιολογήσεις. Τεκμηρίωση παιδικής φροντίδας και φωτογραφίες: προς επιβεβαίωση.

3. Μια σημαντική στιγμή / ιστορία συμμετέχουσας

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Από τον δισταγμό στην αλληλοϋποστήριξη: Μια συλλογική εμπειρία
Τι συνέβη;	Πρόκειται για σύνθεση αλλαγών που παρατηρήθηκαν στο ελληνικό πρόγραμμα και όχι για ένα μεμονωμένο περιστατικό. Αρχικά ορισμένες γυναίκες δίσταζαν να μιλήσουν, ιδιαίτερα σε γλώσσα που ακόμη μάθαιναν. Με την ανάπτυξη εμπιστοσύνης μέσα από συζητήσεις σε ζεύγη, πρακτικές εργασίες και προαιρετική αφήγηση, περισσότερες συμμετείχαν και βοήθησαν άλλες. Στις αξιολογήσεις ανέφεραν σύνδεση, κατανόηση και ότι ένιωθαν λιγότερο μόνες. Το πρόγραμμα έδωσε χώρο να αναγνωρίσουν κοινές εμπειρίες προσαρμογής, εργασίας, οικογενειακών ευθυνών και ανθεκτικότητας.
Πώς αντέδρασαν οι γυναίκες;	Οι συντονιστές κατέγραψαν περισσότερη ανοιχτότητα, περιέργεια, πρωτοβουλία και υποστήριξη. Τα ζεύγη, παιχνίδια, πρακτικές ασκήσεις και συζητήσεις προκάλεσαν ισχυρότερη συμμετοχή από τις μεγάλες θεωρητικές παρουσιάσεις.
Γιατί είχε σημασία;	Η συλλογική εμπειρία δείχνει πώς η τακτική αλληλεπίδραση και η συναισθηματική ασφάλεια στηρίζουν τη συμμετοχή και την αίσθηση του ανήκειν. Δεν αποτελεί τεκμήριο μακροχρόνιων αποτελεσμάτων.
Δήλωση συμμετέχουσας	Στα σχόλια αναφέρθηκε η αίσθηση ότι οι γυναίκες «δεν είναι μόνες». Δεν αποδίδεται σε συγκεκριμένο άτομο χωρίς έλεγχο του ερωτηματολογίου.
Καταλληλότερες φωτογραφίες	Φωτογραφίες συζητήσεων, ζευγαριών ή πολιτισμικής ανταλλαγής, εφόσον υπάρχουν και επιτρέπεται η δημοσίευση.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

4. Βασικά συμπεράσματα από την εμπειρία μας

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 1

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 1 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Ο συνδυασμός καθοδήγησης, πρακτικής μάθησης και γλωσσικής εξάσκησης δημιουργεί πιο ουσιαστική εμπειρία από μεμονωμένες δραστηριότητες.

Από δειξη: 8 ολοκληρωμένες συναντήσεις· αξιολόγηση χρησιμότητας 4,8/5 και Language Buddy 4,65/5.

Τεκμήρια: πρόγραμμα και ερωτηματολόγια.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 2

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 2 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Ένα ασφαλές περιβάλλον βοηθά τις γυναίκες να ξεπεράσουν τον αρχικό δισταγμό και να συμμετάσχουν ενεργά.

Από δειξη: οι συντονιστές είδαν περισσότερη συμμετοχή· η ασφάλεια και η αίσθηση του ανήκειν βαθμολογήθηκαν με 4,9/5.

Τεκμήρια: αξιολογήσεις και παρατηρήσεις.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 3

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 3 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Η φροντίδα παιδιών αποτελεί συγκεκριμένο μέτρο συμπερίληψης.

Από δειξη: δωρεάν φύλαξη και πακέτα φροντίδας περιόρισαν πρακτικά εμπόδια συμμετοχής για μητέρες.

Τεκμήρια: έγγραφα προγράμματος και σχετικά αρχεία.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 4

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 4 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Οι επαφές μεταξύ ομοτίμων χρειάζονται απλές δομές συνέχειας μετά τις συναντήσεις.

Από δειξη: τα ζεύγη Language Buddy λειτούργησαν καλά μέσα στις συναντήσεις, αλλά η επικοινωνία εκτός αυτών ήταν

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

ασυνεπή ς.

Τεκμή ρια: παρατηρή σεις και προτά σεις αξιολό γησης.

Co-funded by
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτ ες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευ σης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

ΓΕΡΜΑΝΙΑ – Gewerkstatt

1. Στοιχεία εταίρου

Στοιχείο	Απάντηση εταίρου
Οργανισμός εταίρος / χώρα	QBS Gewerkstatt gGmbH / Γερμανία
Υπεύθυνος/η συμπλήρωσης	Ofelya Weinblat

2. Δύο καλές πρακτικές προς αναπαραγωγή

Πρακτική 1

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Μαθαίνουμε μαγειρεύοντας μαζί: Οι καθημερινές δεξιότητες ως μάθηση μεταξύ ομοτίμων
Σχετική δραστηριότητα	Εργαστήρια ανταλλαγής δεξιοτήτων / διαπολιτισμική ανταλλαγή / καθημερινή και επαγγελματική γλώσσα
Η ιδέα	Η κοινή μαγειρική δημιουργεί πρακτικό πλαίσιο μέσα στο οποίο οι γυναίκες προσφέρουν τις γνώσεις τους, συνεργάζονται και επικοινωνούν. Συνδέεται άμεσα με τον κλάδο φιλοξενίας στον οποίο εστιάζει το EmpowerHer.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Θέλαμε να αξιοποιήσουμε δεξιότητες που ενδέχεται να διαθέτουν ήδη οι συμμετέχουσες και να δημιουργήσουμε ευκαιρίες ομιλίας, επίδειξης και αμοιβαίας μάθησης, χωρίς να προϋποτίθεται προχωρημένο επίπεδο γερμανικών.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Επιλέξτε μια απλή εργασία προετοιμασίας φαγητού. 2. Προσκαλέστε τις γυναίκες να προτείνουν ή να επιδείξουν γνωστές τεχνικές. 3. Δημιουργήστε μικρές ομάδες και κατανείμετε εργασίες. 4. Ενθαρρύνετε την εξήγηση υλικών, εργαλείων και βημάτων σε προσιτή γλώσσα. 5. Υποστηρίξτε την αλληλοβοήθεια όπου απαιτείται διευκρίνιση. 6. Ολοκληρώστε με συζήτηση για τις πρακτικές και επικοινωνιακές δεξιότητες.
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Οι δραστηριότητες στη Γερμανία περιλάμβαναν κοινή μαγειρική, η οποία αξιολογήθηκε θετικά.
Γιατί λειτούργησε	Η πρακτική ξεκινά με ένα απτό κοινό αποτέλεσμα και αναγνωρίζει τις γυναίκες ως φορείς γνώσης, όχι μόνο ως αποδέκτριες οδηγιών.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Απαιτούνται ασφαλής και προσβάσιμη κουζίνα, τρόφιμα, εξοπλισμός, συντονιστής και χρόνος. Ελέγξτε την υγιεινή και τυχόν αλλεργίες, διατηρήστε

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
	προαιρετική τη συμμετοχή και δώστε οπτικές επεξηγήσεις.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Φωτογραφίες, σχέδια δραστηριοτήτων και σημειώσεις συντονιστών.

Πρακτική 2

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Γλωσσικά καφέ: Εξάσκηση στα γερμανικά μέσω αμοιβαίας υποστήριξης
Σχετική δραστηριότητα	Γλωσσικά καφέ / Language Buddy / άτυπη επικοινωνία ομοτίμων
Η ιδέα	Τα γλωσσικά καφέ προσφέρουν άτυπες ευκαιρίες προφορικής εξάσκησης στα γερμανικά μέσα από καθημερινά θέματα και αλληλοβοήθεια. Η επικοινωνία συνδυάζεται με άλλες κοινοτικές δραστηριότητες.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Στόχος ήταν να μειωθούν οι αναστολές στην ομιλία και να υπάρξει χώρος για ερωτήσεις, διευκρινίσεις και καθημερινή επικοινωνία.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Προσκαλέστε μικρή ομάδα σε προσβάσιμο, οικείο χώρο. 2. Επιλέξτε καθημερινά ή επαγγελματικά θέματα. 3. Χρησιμοποιήστε εικόνες, αντικείμενα ή κοινές εργασίες ως ερεθίσματα. 4. Ενθαρρύνετε συζητήσεις ανά ζεύγη και εξηγήσεις με δικά τους λόγια. 5. Υποστηρίξτε χωρίς να διορθώνετε συνεχώς κάθε έκφραση. 6. Συζητήστε χρήσιμες φράσεις για μελλοντική εξάσκηση.
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Τα γλωσσικά καφέ αναφέρονται στις τοπικές μορφές δραστηριοτήτων της Γερμανίας.
Γιατί λειτούργησε	Το περιβάλλον χαμηλής πίεσης συνδέει τη συζήτηση με ουσιαστικές κοινωνικές επαφές και επιτρέπει τη συμμετοχή σε διαφορετικά γλωσσικά επίπεδα.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Αρκούν ήσυχος χώρος, απλά ερεθίσματα, ένας συντονιστής και ευέλικτο ωράριο. Μην πιέζετε κανέναν να μιλήσει δημόσια· οι διευκρινίσεις σε πολλές γλώσσες και οι συζητήσεις ανά ζεύγη βοηθούν.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Κατάλογοι παρουσιών, σημειώσεις συναντήσεων και φωτογραφίες.

3. Μια σημαντική στιγμή / ιστορία συμμετέχουσας

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Μια μικρή πράξη αλληλοβοήθειας κατά τη διάρκεια κοινής εργασίας
Τι συνέβη;	Το γερμανικό πρόγραμμα περιλάμβανε κοινή μαγειρική και άτυπη γλωσσική ανταλλαγή. Τέτοια περιβάλλοντα μπορούν να προσφέρουν στιγμές όπου μια γυναίκα από αποδέκτρια βοήθειας γίνεται εκείνη που βοηθά. Δεν έχει ακόμη τεκμηριωθεί συγκεκριμένο περιστατικό στο υλικό αυτού του σχεδίου. Πριν από

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
	τη δημοσίευση, το κείμενο πρέπει να αντικατασταθεί από πραγματικό γεγονός που κατέγραψε συντονιστής: ποια ήταν η εργασία, ποια βοήθεια δόθηκε και τι άλλαξε στην ομάδα. Δεν πρέπει να αποδοθεί επινοημένη αφήγηση σε πραγματική συμμετέχουσα.
Πώς αντέδρασαν οι γυναίκες;	Οι γυναίκες συμμετείχαν ενεργά και με κίνητρο.
Γιατί είχε σημασία;	Οι ρόλοι αλληλοϋποστήριξης μπορούν να προκύπτουν μέσω πρακτικής προσφοράς και όχι μόνο από επίσημο ορισμό.
Δήλωση συμμετέχουσας	
Καταλληλότερες φωτογραφίες	

4. Βασικά συμπεράσματα από την εμπειρία μας

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 1

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 1 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Οι πραγματικές εργασίες κάνουν τη μάθηση μεταξύ ομοτίμων απτή.

Απόδειξη: οι μορφές δραστηριοτήτων περιλάμβαναν μαγειρική και άλλες πρακτικές εργασίες που επιτρέπουν ανταλλαγή γνώσεων.

Τεκμήρια: σχέδια μαγειρικής, φωτογραφίες και παρατηρήσεις.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 2

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 2 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Η άτυπη συζήτηση δημιουργεί προσιτές ευκαιρίες εξάσκησης στα γερμανικά.

Απόδειξη: τα γλωσσικά καφέ πρόσφεραν πλαίσιο επικοινωνίας εκτός παραδοσιακού μαθήματος.

Τεκμήρια: καταγραφές γλωσσικών καφέ και παρατηρήσεις.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 3

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 3 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Οι υπάρχουσες γνώσεις των συμμετεχουσών μπορούν να αποτελέσουν αφετηρία κοινής μάθησης.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Από δειξη: η μαγειρική και η κηπουρική επιτρέπουν στις γυναίκες να προσφέρουν πρακτική εμπειρία και όχι απλώς να λαμβάνουν οδηγίες.

Τεκμήρια: παραδείγματα δραστηριοτήτων και συνεισφορές.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 4

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 4 – ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ
Η μάθηση μεταξύ ομοτίμων μπορεί να ενταχθεί σε ήδη υπάρχοντα κοινοτικά περιβάλλοντα.

Από δειξη: η Gewerkstatt συνέδεσε το WP4 με γλωσσικά καφέ και ομαδικές κοινοτικές εργασίες, χωρίς να απαιτείται ξεχωριστή υποδομή.

Τεκμήρια: γερμανικά προγράμματα και αρχεία WP4.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

ΑΥΣΤΡΙΑ – BEST

1. Στοιχεία εταίρου

Στοιχείο	Απάντηση εταίρου
Οργανισμός εταίρος / χώρα	BEST / Αυστρία
Υπεύθυνος/η συμπλήρωσης	Peter Zimprich

2. Δύο καλές πρακτικές προς αναπαραγωγή

Πρακτική 1

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Πηγαίνω με τα πόδια προς τη δουλειά μου
Σχετική δραστηριότητα	Εκπαίδευση μεντόρων / ανταλλαγή δεξιοτήτων / Language Buddy / αφήγηση / πολιτισμική ανταλλαγή
Η ιδέα	Οι συμμετέχουσες αξιοποιούν τις ειδικές γερμανικές γλωσσικές δεξιότητες και τις κλαδικές γνώσεις που απέκτησαν, για να συστηθούν αυτοπροσώπως σε πιθανούς εργοδότες κατά τη διάρκεια εξωτερικής δραστηριότητας.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Θέλαμε να διαπιστώσουν ότι διαθέτουν την αυτοπεποίθηση και τη γνώση να πείσουν εργοδότες για τις ικανότητές τους. Καθώς οι αιτήσεις γίνονται συχνά κυρίως ηλεκτρονικά, η προσωπική προσέγγιση προσφέρει επιπλέον εργαλείο ένταξης στην αγορά εργασίας.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Ενημέρωση συμμετεχουσών και συγκέντρωση αιτήσεων εργασίας. 2. Αναζήτηση κοντινών επιχειρήσεων που δέχονται προσωπικές επαφές. 3. Δημιουργία μικρών ομάδων αναζήτησης εργασίας. 4. Κατά την εξωτερική δραστηριότητα, επίσκεψη στις επιχειρήσεις και προσωπική παρουσίαση με τα εκπαιδευτικά υλικά EmpowerHer ως απόδειξη της κατάρτισης. [Σημείωση προτύπου: περιγράψτε 4–6 βήματα.]
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Αρχικά οι γυναίκες ήταν επιφυλακτικές και ανασφαλείς απέναντι στην προσωπική αναζήτηση επιχειρήσεων. Μέσα από την ομαδική δράση αυξήθηκαν η συμμετοχή και η αυτοπεποίθηση, ιδίως όταν κάποιες έλαβαν πρόσκληση για συνέντευξη ή προσφορά εργασίας. Οι δεσμοί μεταξύ τους ενισχύθηκαν. [Σημείωση προτύπου: συγκεκριμένες παρατηρήσεις.]
Γιατί λειτούργησε	Το ηλεκτρονικό βιογραφικό συχνά δεν αναδεικνύει την προσωπικότητα και τη δέσμευση του υποψηφίου. Στην εστίαση και την εξυπηρέτηση πελατών αυτά τα χαρακτηριστικά είναι ιδιαίτερα σημαντικά για τους εργοδότες.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Χρειάζεται μία ημέρα, 3–4 ομάδες των 3–4 ατόμων, προσβάσιμος δημόσιος χώρος και αιτήσεις. Αναζητήστε εκ των προτέρων κατάλληλες επιχειρήσεις κοντά στις συμμετέχουσες. [Σημείωση προτύπου: χρόνος/προσωπικό/υλικά.]
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Να καταγραφούν και να επισυναφθούν χωριστά.

Πρακτική 2

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Δημιούργησε τη δική σου ομάδα μάθησης για το επαγγελματικό σου μέλλον
Σχετική δραστηριότητα	Εκπαίδευση μεντόρων / ανταλλαγή δεξιοτήτων / πολιτισμική ανταλλαγή
Η ιδέα	Οι μετανάστριες συχνά αντιμετωπίζουν μόνες τους την εκμάθηση γλώσσας και την αναζήτηση εργασίας. Η πρακτική οργανώνει μικρές ομάδες αλληλοϋποστήριξης για τους δύο αυτούς στόχους, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση και την πίστη σε μια επιτυχημένη νέα αρχή.
Γιατί επιλέξαμε αυτή την πρακτική	Θέλαμε οι γυναίκες να βιώσουν τη δική τους δύναμη και την ικανότητα να επιτύχουν προσωπικούς στόχους.
Πώς την υλοποιήσαμε	1. Οι μέντορες συστήνονται παρουσιάζοντας προσωπικές εμπειρίες. 2. Η εισαγωγή ενεργοποιεί ερωτήσεις και αναγνώριση κοινών εμπειριών. 3. Από τη μεγάλη ομάδα σχηματίζονται μικρότερες βάσει ιστοριών, πολιτισμικού ή επαγγελματικού υπόβαθρου. 4. Οι ομάδες αλληλοβοηθούνται στη γερμανική επαγγελματική γλώσσα και στον σχεδιασμό νέων στρατηγικών αναζήτησης εργασίας. [Σημείωση προτύπου: 4–6 βήματα.]
Πώς ανταποκρίθηκαν οι γυναίκες	Οι γυναίκες ανταποκρίθηκαν πολύ θετικά, επειδή αναγνώρισαν κοινές εμπειρίες και εκτίμησαν τη δυνατότητα στοχευμένης ομαδικής μάθησης αντί να μαθαίνουν μόνες. [Σημείωση προτύπου: τεκμηριώστε παρατηρήσεις.]
Γιατί λειτούργησε	Η ανταλλαγή μεταξύ γυναικών με κοινές δυσκολίες επέτρεψε να συζητήσουν προβλήματα που συνήθως δεν είχαν ευκαιρία να εκφράσουν.
Τι πρέπει να γνωρίζει ένας άλλος οργανισμός	Περίπου 3 ώρες, 15 συμμετέχουσες σε μικρές ομάδες, αίθουσα και χαρτί σημειώσεων. Η δραστηριότητα γνωριμίας είναι κρίσιμη· ο μέντορας μπορεί να δώσει πρώτος προσωπικό παράδειγμα.
Διαθέσιμες φωτογραφίες / υλικό	Να επισυναφθεί χωριστά στην έκθεση WP4.

3. Μια σημαντική στιγμή / ιστορία συμμετέχουσας

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Πεδίο	Στοιχεία εταίρου
Τίτλος	Ανακαλύπτοντας την πραγματική προσωπικότητά σου
Τι συνέβη;	Σε ομαδική δραστηριότητα, οι γυναίκες κλήθηκαν να συστηθούν και να περιγράψουν σύντομα το υπόβαθρό τους. Μία συμμετέχουσα ήταν ιδιαίτερα σιωπηλή και ανασφαλής. Καθώς οι άλλες μοιράζονταν ιστορίες, δυσκολίες αναζήτησης εργασίας και προσωπικές εμπειρίες, εκείνη άρχισε να συμφωνεί με νεύματα. Όταν ήρθε η σειρά της, αναγνώρισε τις δικές της εμπειρίες στα λόγια των άλλων και είπε ότι δεν είχε τολμήσει να μιλήσει ανοιχτά. Η ομάδα της έδωσε θάρρος. Αντιλήφθηκε ότι παλιές εμπειρίες την εμπόδιζαν να επιδιώξει τους στόχους της και ένιωσε πλέον πιο άνετα στη συλλογική μάθηση. Ενισχύθηκε το κίνητρό της να μάθει επαγγελματικά γερμανικά και να κατανοήσει τον τομέα φιλοξενίας, όπου προηγουμένως δεν θεωρούσε τον εαυτό της κατάλληλο. [Σημείωση προτύπου: έως 150–200 λέξεις.]
Πώς αντέδρασαν οι γυναίκες;	Οι άλλες γυναίκες αρχικά εξεπλάγησαν, αλλά στη συνέχεια την ενθάρρυναν. Η ομάδα χαλάρωσε και ενισχύθηκαν η συνοχή, η ενεργητική ακρόαση και η ενσυναίσθηση.
Γιατί είχε σημασία;	Η ανταλλαγή προσωπικών εμπειριών καλλιεργεί αλληλοϋποστήριξη και αίσθημα του ανήκειν. Όταν μία γυναίκα νιώθει ασφαλής να μιλήσει, μπορεί να αυξηθεί η ενεργός συμμετοχή ολόκληρης της ομάδας. [Σημείωση προτύπου: περιγράψτε τη σημασία.]
Δήλωση συμμετέχουσας	«Ποτέ δεν είχα δει έτσι τον εαυτό μου και δεν μπορούσα να μιλήσω τόσο ελεύθερα για τις ανάγκες και τις εμπειρίες μου.» [Επιβεβαίωση συναίνεσης απαιτείται.]
Καταλληλότερες φωτογραφίες	Να επισυναφθούν χωριστά στην έκθεση WP4.

4. Βασικά συμπεράσματα από την εμπειρία μας

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 1

Μαζί είμαστε δυνατές γυναίκες.
Τι το αποδεικνύει; Σύμφωνα με τον εταίρο, η αυτοεκτίμηση των γυναικών αυξήθηκε μέσα από τη συνεργασία στην ομάδα.
Τεκμήρια: φωτογραφίες που επισυνάπτονται χωριστά στην έκθεση WP4.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 2

Η μάθηση είναι ευχάριστη όταν συνδέεται με προσωπικούς και επαγγελματικούς στόχους.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.

Τι το αποδεικνύει; Οι γυναίκες αναγνώρισαν το όφελος της ειδικής επαγγελματικής γερμανικής γλώσσας πέρα από τα συμβατικά μαθήματα. Τεκμήρια: φωτογραφίες χωριστά στην έκθεση WP4.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ 3

Πίστεψε στον εαυτό σου με υποστήριξη! Τι το αποδεικνύει; Ο εταίρος αναφέρει ότι δύο γυναίκες βρήκαν εργασία αφού παρουσιάστηκαν προσωπικά σε επιχειρήσεις. Τεκμήρια: δεν παρέχονται.

Co-funded by the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντικατοπτρίζουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.