



Публикация
„Подкрепа за заетост на
семејните болногледачи“

Информация за проекта

Име на проекта:	Care4Carers
Номер на проекта:	2021-1-AT01-KA220-ADU-000035098
Финансиран от:	Програма Еразъм+ Ключова Дейност 2: Сътрудничество между организации и институции
Проектен резултат:	2
Проектен координатор:	die Berater (Австрия)
Партньори по проекта и съавтори:	BUPNET (Германия) CATRO (България) CSI (Кипър) ENAIP Veneto (Италия) КМОР (Гърция) SOSU (Дания)
Автор на документа:	КМОР (Гърция)



Този документ е предназначен за образователни цели и е лицензиран под [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) @ Консорциума C4C (с изключение на посочените снимки и съдържание).



Съдържание

Резюме	4
1. Въведение	5
2. За проекта	6
3. Програмата Care4Carers	10
3.1. Методология	10
3.2. Структурни елементи и съдържание	11
3.3 Препоръки на база опита от пилотирането на програмата	22
4. Заключение	25



**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.

Резюме

Настоящият документ е разработен в рамките на "Care4Carers" – европейски проект, финансиран по Ключова дейност 2 на програма "Еразъм+" – партньорства за сътрудничество между организации в областта на образованието за възрастни.

Проектът Care4Carers е посветен на нуждите на семейните/неформални болногледачи в Европа, които се стремят да се реинтегрират на пазара на труда. Основната му цел е да даде възможност на семейните болногледачи да получат необходимите умения, знания и ресурси, за да повишат пригодността си за заетост и успешно да преминат към платена заетост по време и/или след приключване на епизода на полагане на грижи. Чрез съвместен подход, включващ специалисти в областта на образованието за възрастни, социални институции и създатели на политики, проектът има за цел да насърчи среда, която е благоприятна за успешното интегриране на лицата, полагащи семейни грижи, на пазара на труда. Освен това той цели да създаде онлайн среда за тези лица на транснационално равнище, където те да имат възможност да споделят и обменят опит и информация.

Настоящата публикация (последен пети резултат от проекта) има за цел да ангажира **специалисти в областта на образованието за възрастни и социалните институции, ръководители на тези институции и лица в позиция да взимат политически решения**. По този начин тя се стреми да повиши осведомеността и разбирането на предизвикателствата, пред които са изправени лицата, полагащи неформални грижи за близък, докато се подготвят да се върнат обратно на работа. Следователно този документ се опитва да предизвика конструктивен диалог между заинтересованите страни, които участват в системите за образование на възрастни и за социално подпомагане. Като насърчава по-задълбоченото разбиране на уникалните обстоятелства, пред които са изправени неформалните гледачи и поставя фокус върху тяхното връщане на пазара на труда, настоящата публикация се стреми да мобилизира колективните усилия в сектора и да стимулира положителна промяна.

Публикацията предлага не само обобщен анализ на предизвикателствата, с които се сблъскват семейните болногледачи в ежедневието си, но разглежда и в детайл начина, по който проектът Care4Carers се опитва да отговори на гореспоменатите предизвикателства. По-конкретно, публикацията представя структурата, различните елементи и съдържание, както и подхода на програмата Care4Carers, и набляга на необходимостта от обучителна и консултантска подкрепа за семейните болногледачи. Документът предоставя практически препоръки и насоки за професионалистите в сферата на образованието за възрастни и социалните институции за оказване на ефективна подкрепа на семейните болногледачи по пътя им към възвръщане на тяхната икономическа независимост и реализиране на професионалните им стремежи. Тези препоръки са резултат от пилотното прилагане на програмата и от първия опит на партньорите, придобит при нейното тестване с целевите групи. С помощта на тези знания, специалистите могат да адаптират своите подходи и механизми за подкрепа, за да подпомагат ефективно семейните болногледачи и сходни групи клиенти по пътя им към връщане на пазара на труда.

1. Въведение

Смята се, че семейните болногледачи осигуряват **над 80 %** от всички дългосрочни грижи в Европа, като особено тежко бреме пада върху **жените** (Hoffmann, F., & Rodrigues, R. 2010). Семейните болногледачи се определят като неформални болногледачи, които предоставят неплатена и непрофесионална подкрепа на застаряващи, хронично болни или инвалидизирани роднини или приятели. Тяхната роля е от решаващо значение и ще нараства още повече в бъдеще поради **застаряването на населението** и увеличаването на **свързаните с възрастта заболявания**. Въпреки голямото натоварване, което тази (често) подценявана и неразбрана роля оказва върху много хора в Европа, тази група остава до голяма степен пренебрегната, когато става въпрос за наличието на структурирана система за подкрепа, предназначена **специално за тях**. Въпреки че тяхната отдаденост и ангажираност са похвални, семейните болногледачи често срещат трудности при съчетаването на задълженията си по полагане на грижи с личния и професионалния си живот. Освен това, въпреки ценния си принос, неформалните болногледачи често се сблъскват със социална изолация, финансово натоварване, ограничен достъп до възможности за образование и обучение и пречки за връщане на пазара на труда. Тези предизвикателства могат да попречат на личностното им развитие, икономическата им стабилност и цялостното им качество на живот.

В почти всички страни от ЕС **над 50 % от неофициалните болногледачи на възраст под 65 години съчетават задълженията си по полагане на грижи с работата си** (Eurofund 2010). По-голямата част от тези работещи болногледачи се справят с деликатно балансиране, като често се грижат както за деца, така и за възрастни роднини. Без достатъчна подкрепа те могат да се окажат принудени да преминат на непълно работно време или дори да напуснат платената си работа, което води до намаляване на доходите и пенсионните права. Често естеството на грижите оказва влияние и върху видовете работа, които тези лица могат да заемат, като много от тях избират гъвкави, нискоквалифицирани и нископлатени длъжности, които са съобразени с изисквания график на грижите (Eurocarers 2017).

За тези неформални болногледачи, които временно напускат пазара на труда, завръщането към постоянна работа може да представлява предизвикателство, особено след по-дълъг период на отсъствие. Свързаният с това финансов, физически и емоционален натиск, съчетан със социална изолация, може да стане още по-голям. Според третото европейско проучване на качеството на живот **14 % от неработещите лица, полагащи грижи, съобщават, че са депресирани** през цялото време или през по-голямата част от него, което е повече от два пъти сравнено с работещите лица, полагащи грижи (Eurocarers 2017 г.).

Подкрепата за семейните болногледачи при реинтеграцията им на трудовия пазар е не само социален, но и икономически императив. Ситуацията на грижещите се, които се опитват да съчетаят работата и грижите, оказва ефект и върху техните работодатели и икономиката като цяло. Това квалифицирани кадри да са принудени да изпълняват по-нискоквалифициран труд, за да съумяват да посрещат нуждите у дома, води до загуба на човешки потенциал. Пиковата възраст на лицата, полагащи грижи, е 50–64 години – тя често съвпада с най-квалифицираната и опитна възрастова група в дадено предприятие. Неадекватната подкрепа за работещите лица, полагащи грижи, води до по-високи икономически разходи, тъй като лицата, които не са в състояние да съчетаят работата и грижите, имат по-малък принос към данъците, пенсионните фондове и могат да увеличат разходите за социални и здравни грижи (Eurocarers 2017 г.).

В допълнение към необходимостта от висококачествени, евтини и лесно достъпни официални услуги за дългосрочни грижи, улесняването на трудовата реинтеграция е от решаващо значение. Признаването и сертифицирането на уменията, придобити по време на полагането на грижи, може да даде възможност на лицата, полагащи грижи, да се върнат по-лесно на пазара на труда. Специализираното обучение, коучинга и консултирането играят ключова роля в подпомагането на неформалните болногледачи да намерят своя път обратно към пазара на труда след периодите на полагане на грижи.

2. За проекта

Проектът Care4Carers е насочен към нуждите на семейните болногледачи в Европа, като се фокусира върху деликатния баланс между грижите и професионалния живот и улеснява връщането на пазара на труда. Финансиран от програмата "Еразъм+", проектът е с продължителност две години (от 01.02.2022 г. до 31.01.2024 г.). Партньори в сътрудничеството между 7 държави са die Berater (Австрия), изпълняваща функцията на координатор на проекта, CATRO (България), BUPNET – Bildung Und Projekt Netzwerk (Германия), КМОР – Social Action and Innovation Centre (Гърция), SOSU Ostjylland (Дания), ENAIP Veneto Impresa Sociale (Италия) и Center for Social Innovation (Кипър).

Този проект отчита безценния принос на семейните болногледачи в обществото и необходимостта от подкрепа за тези от тях, които са все още в трудоспособна възраст. Инициативата има за цел да овласти неформалните болногледачи, като им предостави **обучителна и консултантска подкрепа**, която да им позволи ефективно да съчетаят отговорностите си по полагане на грижи с професионалните си стремежи. Чрез предлагането на редица обучителни модули, насоки за консултиране и онлайн информационни ресурси проектът Care4Carers има за цел да повиши пригодността за заетост и цялостното благосъстояние на семейните болногледачи. Основната цел на проекта е да предостави на тези лица необходимите умения, знания и ресурси, които да улеснят успешното им връщане на пазара на труда. Чрез съвместен подход, включващ различни заинтересовани страни, включително специалисти в областта на образованието и обучението за възрастни, социални институции и политици, проектът цели да създаде **подкрепяща среда**, която признава и отговаря на уникалните предизвикателства, пред които са изправени семейните болногледачи.

Care4Carers е предназначен за **две основни целеви групи**: (бивши) семейни/неформални болногледачи (членове на семейството или приятели, които полагат неплатени и непрофесионални грижи) и професионалисти от сферата на професионалното обучение, кариерното консултиране, коучинга и социалните институции.

В отговор на гореспоменатите предизвикателства проектът Care4Carers предлага **модулна програма за обучение**, пригодена за семейни болногледачи и дългосрочно безработни лица (в по-широк смисъл). Тази програма е насочена към развиване на преносими умения, утвърждаване на компетентности, придобити в процеса на полагане на грижи, подобряване на пригодността за заетост и повишаване на самочувствието. Модулите обхващат важни области като управление на времето, комуникационни умения, цифрови умения, грижа за себе си и професионално ориентиране. Чрез придобиването на тези умения лицата, полагащи семейни грижи, могат ефективно да се справят с изискванията на грижите, като същевременно се подготвят за връщане на пазара на труда.

Същевременно специалистите в областта на образованието и обучението за възрастни, кариерното консултиране, коучинга и социалните институции играят важна роля в подкрепата на лицата, полагащи грижи за семейството. В рамките на проекта Care4Carers тези специалисти получават разработени **ресурси за цялостно обучение и насоки за консултиране**, които да ползват със своите клиенти. Това им дава необходимите знания и умения, за да отговорят на специфичните нужди на семейните болногледачи. И ги овластява да предоставят професионално ориентиране, да предлагат обучителни възможности и да предоставят индивидуална консултантска подкрепа. Чрез този подход специалистите създават подкрепяща и приобщаваща среда за семейните болногледачи, като улесняват успешната им реинтеграция на пазара на труда. Целта е да се сведат до минимум отрицателните последици от и без това тежкия епизод на полагане на грижи и да се повиши цялостното благосъстояние както на семейните болногледачи, така и на лицата, които работят с тях.

Петте официални резултата от проекта, достъпни на шест езика (английски, български, гръцки, датски, италиански и немски), са следните:

1. Обобщаващ доклад на потребностите на семейните болногледачи от обучение и подкрепа

изследване, което събира информация за съществуващите схеми за подкрепа на лицата, полагащи грижи в семейството, и за добрите практики в страните партньори, за да се установят пропуските и специфичните потребности от обучение и трудова (ре)интеграция на лицата, полагащи грижи в семейството. По-конкретно, за целите на доклада всеки от партньорите проведе собствено проучване, стартирало с преглед на наличната литература, резултати от проведени проучвания и съществуващи механизми в национален контекст относно ситуацията на неформалните грижи в своята страна. В допълнение всеки партньор проведе качествени интервюта с лица, полагащи грижи в семейна среда, и консултанти, обучители, психолози и други професионалисти, работещи с тези лица. Интервютата бяха структурирани така, че да представят задълбочен поглед от първо лице върху житейския опит, предизвикателствата и нуждите на семейните болногледачи. Чрез пряк достъп до различни групи семейни болногледачи проектът имаше за цел да улови техните уникални гледни точки и да включи мнението им в разработването на адаптирани интервенции за подкрепа. По подобен начин интервютата със специалисти в сферата на обучението и консултирането предоставиха ценен принос по отношение на съществуващите системи за подкрепа, пропуските в наличните услуги и препоръките за подобрение.

2. Наръчник за консултиране, предназначен за кариерни консултанти и обучители на възрастни

помощен документ, който има за цел да подготви заинтересованите професионалисти за работа с лица, полагащи грижи за семейството с цел оказване на по-ефективна и адекватна подкрепа. Ето защо партньорите разработиха наръчник с насоки за консултиране, който се базира на а) резултатите и заключенията от техните национални проучвания и б) теоретичния подход на системното конструктивистко консултиране – специфична стратегия за личностна подкрепа и развитие, при която клиентът се разглежда като "експерт в своите дела". Специфичната рамка се основава на приемането, съпричастността, оценяването на другия и липсата на осъдителност, и се фокусира върху теорията, че всеки може да разработи решения и да оцени своите умения и ресурси чрез открит диалог.

3. Модули за обучение на семейни болногледачи

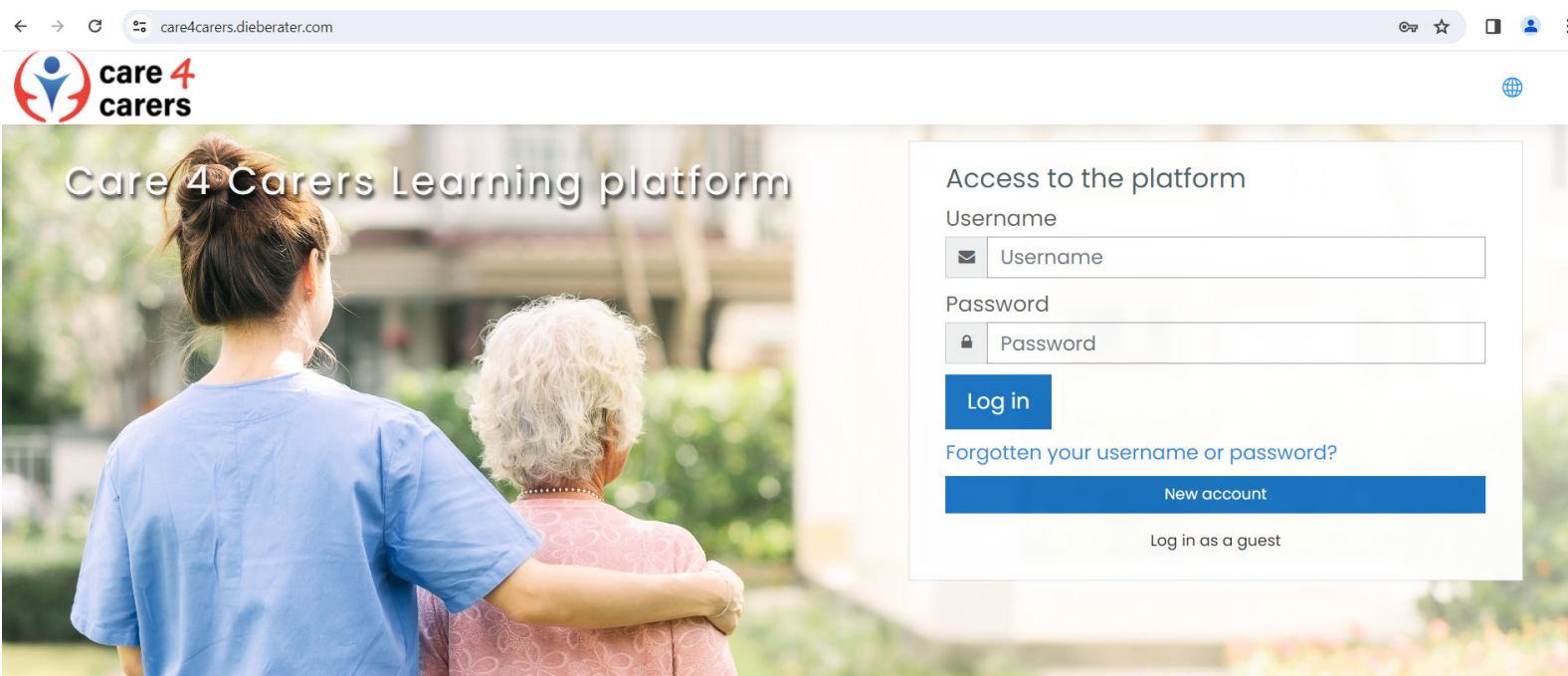
важен учебен ресурс, предназначен за директно ползване от целевата група, който може да бъде използван, както за онлайн самообучение със собствено темпо, така и от обучители/консултанти в режим на смесено обучение. Модулите обхващат 5 различни теми, които са съобразени с голяма част от предизвикателствата пред семейните болногледачи: лични и социални компетенции, анализ и валидиране на компетенции, цифрови умения, кариерно ориентиране и техники за кандидатстване за работа. В допълнение към модулите за самообучение, партньорите разработиха и Методическо ръководство за обучители на възрастни, което ги превежда през това как могат да прилагат програмата за обучение с групи чрез гъвкав и смесен подход на обучение (включва и готови учебни материали). След изготвяне на учебните материали във всяка държава се проведе пилотно обучение – въз основа на получената обратна връзка съответните ресурси бяха коригирани и финализирани.

4. Онлайн платформа за семейни болногледачи

основен информационен и ресурсен онлайн център, където семейните болногледачи и подобни заинтересовани групи могат да намерят подкрепа, обучителни и информационни материали и инструменти за работа в мрежа. Партньорите създадоха лесно за достъп на български език онлайн пространство, в което полагащите грижи лица могат да създадат своя общност и да намерят полезна информация. Онлайн платформата включва всички обучителни и консултантски материали, разпределени в два отделни раздела за двете целеви групи. По-конкретно, разделът за семейни болногледачи включва всички модули за самообучение с учебните материали и ресурси. Онлайн обучението е интерактивно и предлага различни видове активности: мултимедийни презентации, упражнения за самостоятелно изпълнение и саморефлексия, кратки куизове, игри, видеоклипове, аудио разкази и т.н. Обучаемите ще намерят още широк спектър от информация по различни теми, свързани с неформалните грижи, емоционалните нужди, правните аспекти, интеграцията на пазара на труда, финансирането и въпросите на подкрепата, нетуъркинг пространство за споделяне на опит с други семейни болногледачи. Разделът за специалистите съдържа Наръчника за консултиране заедно с няколко допълнителни ресурси, сред които инструмент за оценка на компетенции, Методическото ръководство с идеи за това как обучителните материали могат да се използват в групови семинари (присъствено или онлайн), както и нетуъркинг зона за споделяне на опит с други специалисти, работещи с целевата група.

5. Публикация „Подкрепа за заетост на семейните болногледачи“

това е настоящият документ, който е насочен към професионалистите, работещи в сферата на образованието и обучението за възрастни и социалните институции, които работят с лица, полагащи грижи за семейството, както и към ръководителите на тези институции и лицата, вземащи политически решения. Публикацията има за цел да повиши осведомеността на съответните заинтересовани страни относно резултатите от проекта и как те могат да бъдат използвани в бъдеще.



care4carers.dieberater.com

care 4 carers

Care 4 Carers Learning platform

Access to the platform

Username

Username

Password

Password

Log in

Forgotten your username or password?

New account

Log in as a guest

3. Програмата Care4Carers

3.1. Методология

Програмата Care4Carers се основава на конструктивната философия на коучинга. Този подход, ориентиран към клиента, дава приоритет на приемането, съпричастността и активирането на наличните ресурси, като цели да даде възможност на лицата, полагащи грижи в семейството, да постигнат самостоятелно целите си.

На практика програмата включва модел на сътрудничество, който ангажира специалистите и неформалните болногледачи в общи усилия за справяне с предизвикателствата. Тя предлага гъвкави модули за обучение, които са кратки и достъпни, разработени на модулен принцип в съответствие с ограниченията, с които се сблъскват семейните болногледачи. Тези модули се фокусират върху развиването на преносими умения, като управление на времето, комуникация, цифрови умения, грижа за себе си и професионално ориентиране за повишаване на пригодността за заетост.

Освен това програмата предоставя ресурс на специалистите в сферата на обучението за възрастни и на кариерните консултанти, който включва изчерпателни и лесни за използване инструменти за обучение и консултиране в индивидуални и/или групови сесии. Това допринася за това те да се чувстват по-добре подготвени да посрещнат уникалните нужди на свои клиенти в подобна ситуация, и да предложат адекватна подкрепа.

Конструктивисткият подход на Care4Carers е замислен като адаптивен и съвместен с цел да допринесе за крайната цел – благосъстоянието, устойчивостта и успешната реинтеграция на семейните болногледачи на пазара на труда.

3.2. Структурни елементи и съдържание

Наръчник за консултиране

С Наръчника за консултиране и анексите към него проектът Care4Carers отговаря на нуждите на много специфична целева група, която включва кариерни консултанти, работещи със семейни болногледачи. Това е така, защото една от основните цели на проекта е да снабди самите консултанти с ресурси, чрез които да могат да подпомагат този конкретен тип клиенти в процеса им на реинтеграция на пазара на труда или в търсенето на по-добър баланс между работата и задълженията по полагане на грижи.

Целите на Наръчника за консултиране са:

Предоставяне на кратка методология за работа с уязвимата група на семейните болногледачи;

Повишаване на уменията на консултантите за оценяване на неформално придобити компетенции.

Освен това този Наръчник има за цел да привлече вниманието на консултантите и обучителите към специфичното положение на лицата, полагащи грижи в семейството.

Наръчникът за консултиране на Care4Carers следва подхода на системния конструктивистки коучинг (или консултиране), както беше споменато по-горе, така че той се основава на приемане, съпричастност, оценяване на другия и липса на осъдителност. Отправна точка е схващането, че всеки може да намери подходящи решения и отговори, когато е в състояние адекватно да оцени ресурсите и уменията, с които разполага. Желанията и нуждите на клиента са на преден план. Чрез диалог се търсят условия, при които клиентът може да активира собствените си ресурси, за да постигне целите си самостоятелно.

Наръчникът насочва консултанта в процесите на работата, опознаването, подпомагането и подкрепата на лицето, полагащо неформални грижи (или друг клиент в уязвимо положение). След кратко представяне на проекта Care4Carers, неговите цели и методи и очертаване на целевата група от "семейни болногледачи", Наръчникът за консултиране разглежда всички етапи на процеса по консултиране:

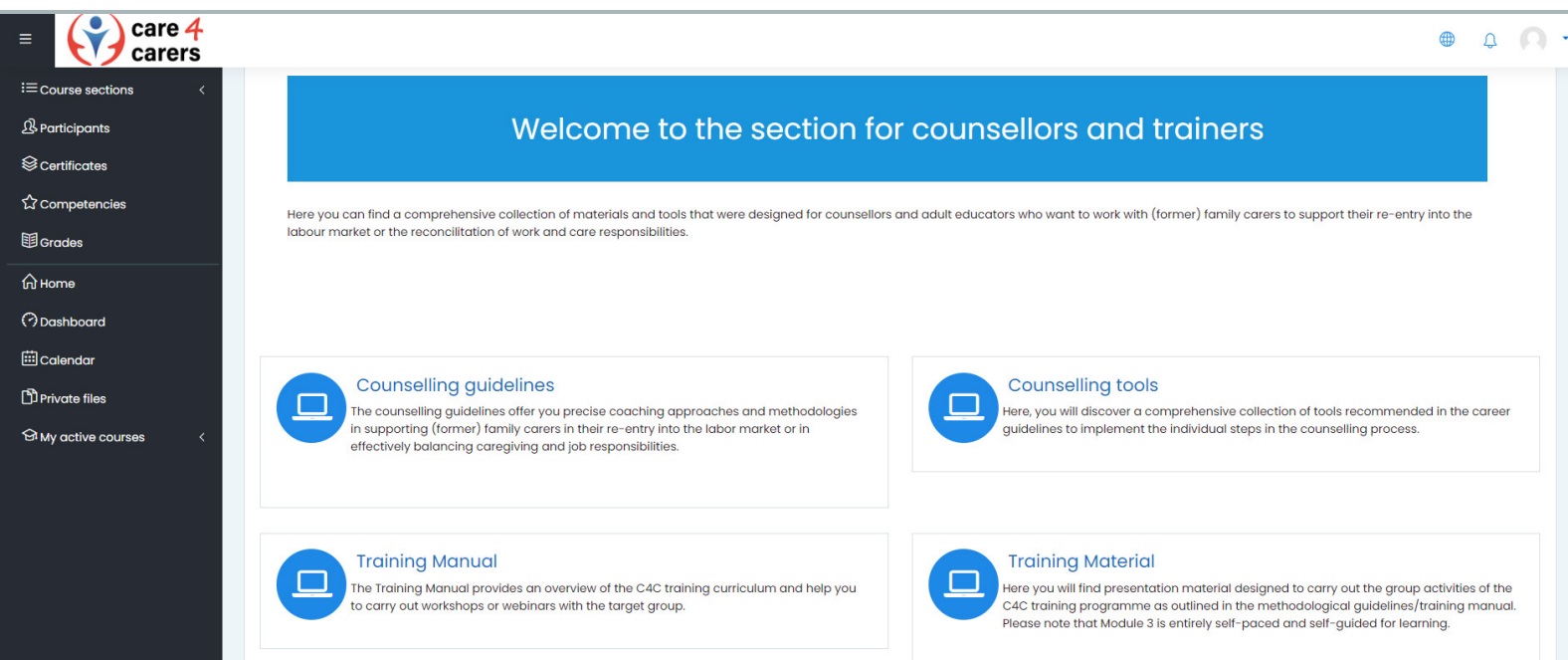


Наръчникът е допълнен от **7 анекса**: тези приложения са конкретни инструменти, които консултантът може да използва по време на своята работа с клиента. Някои от тях са специфични за дадената страна, тъй като включват информация, ресурси и услуги, налични там; други са трансверсални, тъй като могат да се използват по стандартен начин независимо къде (те спадат към определени етапи от консултантския процес – напр.: предварителния въпросник, който консултантът предоставя на клиента). Един от основните анекси касае инструмента, който може да се използва за оценка на компетенциите, придобити в неформален контекст. Той дава възможност за систематична оценка и документиране на притежаваните вече силни страни и компетенции, като също така помага да се разпознаят и оценят компетенциите, които са придобити в неформална среда.

И накрая, Наръчникът за консултиране е тясно свързан с друг ресурс, разработен в рамките на проекта – Модулите за обучение, които са достъпни на онлайн платформата. Когато консултантът разпознае нуждата на клиента от самообучение, той може да го насочи към най-подходящия модул за него от нашето електронно обучение.

С тази си структура Наръчникът за консултиране на Care4Carers цели основно да отговори на нуждите на целевата група на професионалистите, състояща се от консултанти, обучители, наставници и други експерти, които са свързани с предоставянето на системна и интегрирана подкрепа на дългосрочно безработни лица за тяхната реинтеграция на пазара на труда. Наръчникът предоставя още полезни съвети и инструменти за подкрепа на семейните болногледачи, които вече имат работа, да съчетават по-добре грижите и работните си задължения.

В по-широк смисъл Наръчникът е разработен, за да послужи и като ръководство за хора, които се интересуват от професии, свързани с кариерното развитие, и/или работят с уязвими групи, тъй като представляват важен набор от инструменти за всички онези специалисти, които са свързани с предоставянето на обучение/консултиране/друг вид емоционална или социална подкрепа и работят с групи в неравностойно положение, асоциации на полагащите грижи и други неправителствени организации, занимаващи се с неформални болногледачи, специалисти по здравни грижи и психология, които могат да бъдат включени в процеса на консултиране.



The screenshot shows the Care4Carers platform interface. On the left is a dark sidebar with a menu containing: Course sections, Participants, Certificates, Competencies, Grades, Home, Dashboard, Calendar, Private files, and My active courses. The main content area has a blue header with the text 'Welcome to the section for counsellors and trainers'. Below this is a paragraph: 'Here you can find a comprehensive collection of materials and tools that were designed for counsellors and adult educators who want to work with (former) family carers to support their re-entry into the labour market or the reconciliation of work and care responsibilities.' Below the paragraph are four white boxes, each with a blue circular icon containing a laptop and a title: 'Counselling guidelines', 'Counselling tools', 'Training Manual', and 'Training Material'. Each box contains a short description of the resource.

Допълнителни насоки за консултантите

Достъпност

Наръчникът за консултиране на Care4Carers и анексите към него са свободно достъпни онлайн и могат да се изтеглят по два начина: в раздела **"Ресурси и материали"** на уебсайта на проекта (отворен достъп) и **в онлайн платформата** (достъп след регистрация).

Въпреки че Наръчникът е предназначен за ползване от специалиста (следователно може да се използва в цифров формат), някои от придружаващите инструменти, предназначени за клиентите, могат да бъдат разпечатани за улеснение на работата (напр. предварителния и проследяващия въпросници).

Структурата на документа е разработена така, че да може да се адаптира към различните характеристики, които може да придобие процесът на консултиране, тъй като се препоръчва **гъвкаво прилагане на инструментите и техниките** в съответствие с нуждите на лицата, полагащи грижи за семейството, и целта на консултантската практика: целта е да се помогне на лицата, полагащи грижи да постигнат положителна и трайна промяна.

В документа се говори за **отделните стъпки на консултативния процес**: специалистът може да реши да пропусне една или повече от стъпките, предложени в Наръчника, тъй като процесът е индивидуален и може да се променя при различните хора (напр. след самодиагностиката и анализа на ситуацията, управлението на фазата на емоционална подкрепа може да не е необходимо, ако няма ситуация на стрес, блокиране на решенията, тревожност, тъга, дискомфорт, депресия, самооценка и т.н.). Нещо повече, от съществено значение е да се признае плавността на поставянето на цели и да се остави клиентът да реши откъде да започне, тъй като това е неговото пътуване и ролята на консултанта е на спътник или събеседник, а не на водещ.

Продължителност

Продължителността на процеса на консултиране зависи до голяма степен от времевите ресурси, с които разполага всеки болногледач (или друг клиент). Методологията трябва да бъде много гъвкава в това отношение и да дава насоки, основани на по-кратки и по-дълги процеси на консултиране.

Присъствено/онлайн

Консултантът трябва също така да обмисли възможността за прилагане на смесен подход: в зависимост от ситуацията различните стъпки на процеса, посочени в Наръчника, могат да бъдат изпълнени при лична или онлайн консултация. Сложността на проблемите, идентифицирани по време на първата среща с клиента, ще помогне да се определи дали живият контакт е от решаващо значение за следващите сесии, или те могат да се провеждат виртуално.

Индивидуално/групово

Ако консултантът прецени, че е подходящо, и получи съгласието на участващите клиенти, някои дейности, предложени в Наръчника, могат да се извършат и в група. И тук първата среща с клиентите ще определи най-удачния вариант.

Основни принципи при използването на всеки инструмент и метод:

- Сътрудничество между консултанта и клиента
- Диалог като основа за разбиране на житейските истории и преживявания
- Клиентът решава каква информация да изпрати
- Поверителност и конфиденциалност
- Всички бележки, направени от консултанта, трябва да са достъпни за клиента

Наръчникът за консултиране на Care4Carers съдържа **списък с предложени методи и инструменти**, които да се използват по време на процеса на консултиране. Въпреки че някои от предложените техники включват писане или рисуване, голяма част от споделянията ще бъдат устни, така че консултантът е изправен пред предизвикателството да подхранва този процес на рефлексия и да улавя същността му за по-нататъшно обсъждане.

Най-подходящата техника за прилагане на практика е **наративният подход**, тъй като разказът се занимава не просто с каквито и да е факти, идеи, теории, мечти, страхове и надежди – а с конкретни такива от гледна точка на нечий живот и в контекста на нечий емоции.

Преносимост

Стратегията за консултиране, заложена в Наръчника на Care4Carers, може да бъде пренесена и към други целеви групи, които са били принудени да напуснат пазара на труда за по-дълго време поради други причини (напр. задължения за гледане на деца, влошено здравословно състояние).

Освен това, като се възприеме системно-конструктивисткият подход, тези насоки могат да се използват и за консултиране в различни области, не само в сферата на трудовото посредничество, като например в личния живот, в организационната сфера, по средата между личния и професионалния живот и т.н.

Обучение на Care4Carers

Обучението се състои от два основни компонента:

1. **Пет модула, включващи над 15 часа самостоятелно обучение онлайн**, които могат да бъдат допълнени от **присъствени семинари** или **вебинари** (според възможностите и предпочитанията на участниците). Модулите се състоят от по няколко раздела, като всеки раздел съдържа материали за самообучение и к्वизове, достъпни на платформата.

Обучителните модули на Care4Carers са основният учебен ресурс за целевата група на семейните болногледачи. Те обхващат различни теми, които са от значение за по-доброто справяне с трудната житейска ситуация и за подготовката за пазара на труда. Модулите за обучение имат за цел да насърчат следните компетенции у обучаващите се (семеини болногледачи):

- способностите им да **развиват перспективи** и да **оценяват** себе си;
- **лични, социални и цифрови компетенции**;
- познания за **пазара на труда** и умения за **кандидатстване за работа**.

Петте модула за обучение обхващат следните теми:

- **Модул 1. Лични и социални компетенции/устойчивост** (7 раздела): Предвидените упражнения подпомагат обучаемите в разработването на стратегии за справяне с трудни житейски ситуации. Освен това тези трансверсални компетентности са важни за оформяне на профила на участниците в процеса на търсене на работа. Упражненията помагат на участниците да повишат осведомеността си за ролята на себевъзприемането и възприемането ни от другите.

- **Модул 2. Анализ на компетенциите** (4 раздела): В този модул участниците научават как да анализират формално и неформално придобитите си компетенции и как да ги използват в професионален контекст. Предложените упражнения подобряват способността им да се самооценяват.

- **Модул 3. Цифрови компетенции** (5 раздела): Този модул предоставя на обучаемите основни знания за работа с информация и данни; цифрова комуникация и сътрудничество; създаване на цифрово съдържание и сигурност на данните.

- **Модул 4. Професионална ориентация** (4 раздела): В този модул участниците получават информация за пазара на труда и разчертават възможности за връщане на работа или други възможности за заетост, които са (по-добре) съвместими със ситуацията у дома.

- **Модул 5. Кандидатстване за работа** (6 раздела): Модулът за кандидатстване за работа дава възможност за ефективно търсене на работа с помощта на различни социални мрежи. Упражняват се съвременните стандарти за изготвяне на автобиографии за кандидатстване, разглеждат се често задавани въпроси при интервюта за работа и се тренират различни ситуации за кандидатстване.

2. **Методическо ръководство за обучители** – повечето, ако не и всички модули, се допълват и от групови дейности, изискващи фасилитация от обучител. Това е специален ресурс, разработен за директно ползване от самите обучители, който дава информация за обучителните цели на всеки раздел, подробни насоки как да се проведе даденото групово упражнение и къде да се намерят допълнителните обучителни материали към него. Съществуват общо 16 групови дейности, които допълват различни елементи от съдържанието на обучението. Груповите упражнения могат да се провеждат в присъствен или онлайн формат в зависимост от обстоятелствата. Програмата препоръчва два вебинара и един присъствен семинар, които да допълнят самостоятелното онлайн обучение.

Допълнителни насоки за обучителите

Достъпност

Обучителните модули на Care4Carers са безплатни и могат да бъдат свалени в дигитален формат от раздела **"Ресурси и материали"** на уебсайта на проекта (директен достъп) или достъпени под формата на интерактивен курс **в онлайн платформата** (след регистрация).

Самостоятелно обучение

Възможно е самостоятелно изучаване на материалите от курса на Care4Carers, но е препоръчително етапът на самообучение да бъде предшестван от консултация или семинар (или уебинар, ако е онлайн – вж. Смесено обучение).

Обучаемите трябва да си създадат акаунт, за да получат достъп до модулите за обучение. Те могат самостоятелно да се запишат за съответната езикова версия на курса. Петте модула са достъпни като отделни страници в платформата. Всеки модул от обучението е видим като електронна книга, като обучаемият преминава със собствено темпо през приблизително 30–40 страници съдържание. Препоръчително е електронните книги да се разглеждат на голям екран. Въпреки че авторите са ограничили максимално текста на всеки слайд, обемът на съдържанието създава затруднения при четене в минимизиран изглед или на мобилно устройство. Независимо от това, такъв формат на следене на обучението също е вариант – особено при повторно преглеждане на материала при необходимост.

Общите елементи на всеки раздел от всеки модул включват:

- **Резултатите от обучението и неговите специфични цели** са представени в началото.
- В края на раздела има **източници и допълнителни ресурси**.
- На определени страници от ел. книга има **куизове** за попълване, **видеоклипове** за гледане и **аудиозаписи** за слушане.
- В много части на отделните раздели има въпроси за **саморефлексия/размисъл**.
- Някои от упражненията изискват използването на **допълнителни материали и образци**, които също се намират на платформата.

След като минат през всички модули, обучаемите могат да попълнят **финален тест** и да получат **сертификат** за завършване на курса. Във всеки случай, обучението е разработено на модулен принцип, за да позволява гъвкавост (т.е. човек може да завърши само модулите, които го интересуват), така че тази опция е по-скоро допълнителна, а не задължителна.

Смесено обучение

Курсът изначално е замислен като част от смесен тип обучение. Много от темите, които се съдържат в него, са обхванати в групови дейности, налични в Методическото ръководство за обучители. Преди да създаде програма за обучение, на учителя се препоръчва да установи конкретните нужди от обучение на своите участници – чрез предварителен въпросник или лични разговори с тях. Различните участници може да се нуждаят от различна насоченост – някои може да искат да се фокусират повече върху личните компетенции и да имат ограничен интерес към търсенето на работа, докато други може да се нуждаят от специална подкрепа по точно тази тема.

Затова се препоръчва по възможност самостоятелното онлайн обучение да бъде допълнено от два уебинара и един присъствен семинар по следната схема:

1. Присъственият семинар е добър за начало, за да се установят обучителните нужди на участниците, да се насърчи мотивацията им за самостоятелно обучение и да се набележат най-подходящите стъпки за последващи действия. Препоръчително е първият етап на обучението да:

- Е на живо, стига обстоятелствата да го позволяват;
- Осигури достатъчно време на участниците да се опознаят помежду си;
- Предостави пространство за свободно изразяване на очакванията и нуждите;
- Позволява обмен между равнопоставени участници;
- Съдържа най-вече упражнения от следните модули: 1) Лични и социални компетенции/устойчивост и 2) Анализ на компетенциите.

2. Фаза на самообучение чрез онлайн курса, както е описано по-горе.

3. Подкрепящ уебинар в периода, когато участниците се обучават самостоятелно. Той:

- Дава възможност на обучаемите да споделят своите въпроси и притеснения;
- Проследява в дълбочина някои от темите, разгледани в материалите за самообучение;
- Е най-удачно да включва упражнения от следните модули: 1) Лични и социални компетенции/устойчивост, 2) Анализ на компетенциите и 3) Дигитална компетентност.

4. Заключителен уебинар в края на обучението. Ако обстоятелствата на обучаемите позволяват, тази сесия може да се проведе и в присъствен формат, което ще даде възможност за повече личен обмен и създаване на истинска общност. Ако не е възможно групата да се срещне на живо два пъти, по-важно е присъствената сесия да се проведе в началото на обучението. Тя е препоръчително да включва:

- Преглед на това, което участниците са научили до момента;
- Обсъждане на практически въпроси за това какво следва оттук нататък;
- Упражнения от следните модули: 4) Професионално ориентиране и 5) Кандидатстване за работа.

Организациите могат да издават свои собствени сертификати за завършване на курса в допълнение към този, който се генерира автоматично след завършване на онлайн курса и попълване на финалния тест. Обучаемите запазват достъпа си до платформата на Care4Carers и могат да се връщат към материалите, когато пожелаят.

Онлайн платформа за семейни болногледачи

Care4Carers Online HUB е онлайн платформа за обучение, предназначена за бивши и настоящи семейни болногледачи, както и за специалистите, работещи с подобни групи. Като своеобразно ядро на програмата Care4Carers, онлайн платформата предлага пълния набор от ресурси за обучение и подготовка, разработени в рамките на проекта. Платформата е свободно достъпна, но от потребителите се изисква да се регистрират и създадат профил, преди да се запишат в курса и да достъпят останалите директории. Създаването на платформа за семейни болногледачи цели да събере на едно място цялата курирана информация и ресурси, които могат да послужат на нейните потребители. Тя позволява на семейните болногледачи да се запознаят със съдържанието в желания обем и със собствено темпо според нуждите.

Платформата се състои от **четири отделни секции**:

Обучителни модули – секция за семейните болногледачи

Обучителните модули са в основата на програмата Care4Carers, насочена към бивши и настоящи семейни болногледачи, които искат да се върнат на пазара на труда и желаят да придобият нови умения, знания и полезни стратегии, за да се подготвят за следващата си работа. След края на курса участниците могат попълнят финалния тест, включващ 30 въпроса, свързани със съдържанието на курса. При постигане на положителен резултат (поне 25 верни отговора) участниците автоматично ще получат сертификата за преминато обучение.

Информационни ресурси

Този раздел предоставя курирана практическа и лесно разбираема информация относно различни услуги за подкрепа на семейните болногледачи. Макар че материалите са предназначени предимно за тях, те могат да послужат и на обучители и консултанти, които търсят цялостен преглед на наличните услуги за подкрепа и биха искали да насочат някого към тях. Разделът включва информация, предоставена под формата на кратки pdf файлове, групирани в следните четири теми:

1) Съчетаване на грижи и работа:



Тази тема дава информация за конкретни възможности за съчетаване на отговорностите по полагане на грижи с трудовата заетост, както и съвети, ако човек обмисля да напусне работното си място, за да се посвети на грижи за близък.

2) Услуги за болногледачи:



Предоставя информация за различни услуги за подкрепа на семейни болногледачи, включително психологическа подкрепа, групи за подкрепа и взаимопомощ, онлайн приложения за подкрепа.

3) Връщане на работа:

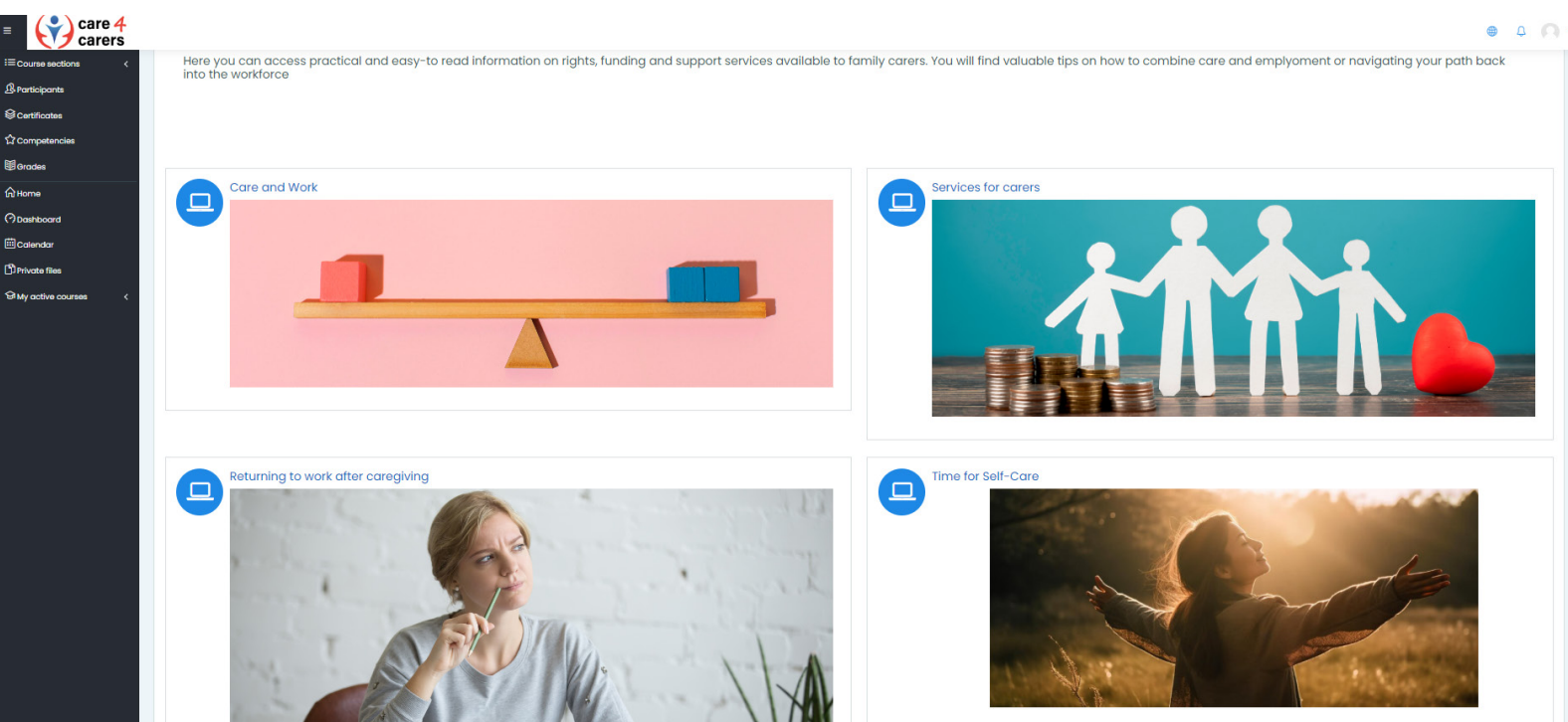


Тази тема предлага съвети за това как да се справите с емоционалните и ментални аспекти на връщането на работа след прекъсване поради полагане на грижи. Има информация за курсове за повишаване на квалификацията и допълнителна квалификация като професионален болногледач, съвети за разпознаването и признаването на уменията, придобити по време на епизода на грижа и практическа информация за търсене на работа.

4) Грижа за себе си:



Тази категория предлага практически съвети за релаксация и справяне със стреса и голямото натоварване, като се фокусира върху често пренебрегвания аспект на грижата за себе си.



Наръчници и инструменти за консултанти и обучители

Този раздел е предназначен за преподаватели и обучители, консултанти, тренъори и други специалисти, които работят с лица, полагащи/-ли грижи у дома, или за тези, които се интересуват от разширяване на разбирането си за процеса на консултиране и идеи за нови инструменти. Компилацията от материали и инструменти се състои от следното:

- Наръчника за консултиране, представен по-горе.
- Инструменти за консултиране: набор от допълнителни материали, които са необходими за процеса на консултиране – де факто това са прилежащите анекси към Наръчника.
- Методическо ръководство за обучители: документ, който дава общ преглед на обучителната програма на Care4Carers и предоставя подробни инструкции за провеждане на групови семинари или уебинари, допълващи компонента за самообучение на програмата.
- Материали за обучение: компилация от кратки PowerPoint презентации на български език, които могат да се ползват наготово или да се доразвият от обучителите за техните сесии.

Нетуъркинг пространство:

Тази зона е предназначена за всички потребители, като предлага възможност за директен контакт, споделяне на опит и обсъждане на конкретни въпроси, свързани с теми от общ интерес.

Насоки за използването на платформата

Достъпност

Онлайн платформата на Care4Carers е свободно достъпна за всеки потребител, който се регистрира. Инструкции за това как да получите достъп ще намерите на [уебсайта на проекта](#).

Заинтересованите лица могат да използват програмата на Care4Carers по различни начини в зависимост от типа, формата и обучителните нужди.

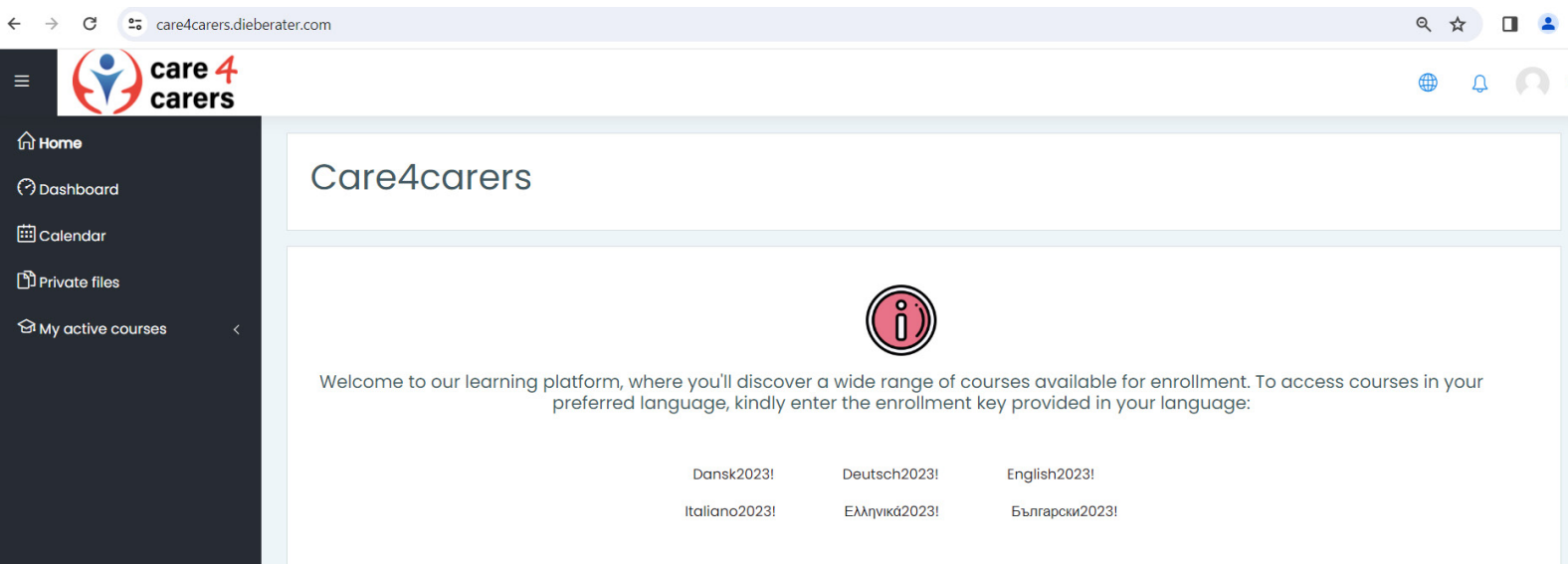
Вариант 1: Индивидуално онлайн обучение за семейни болногледачи

Този вариант е предназначен за самостоятелно обучение, т.е. за (бивши) семейни болногледачи, които търсят работа и/или искат да доразвият компетенциите си в процеса на подготовка. Хората, които предпочитат да използват смартфон за курса пред лаптоп или компютър, могат да направят чрез мобилната версия на платформата. Въпреки това, за оптимално потребителско изживяване, препоръчваме обучението да се проследи на по-голям екран.

Вариант 2: Смесено обучение за обучители и фасилитатори

Този вариант е пригоден за онези обучители, които искат да проведат всеобхватна програма за смесен тип обучение с целевата група. Препоръчително е обучителите да се регистрират в платформата, да проучат наличните ресурси и да се запознаят с модулите за обучение, придружаващото ги ръководство с идеи за групови упражнения и допълнителните материалите. Обучителите разполагат с гъвкавостта сами да изготвят програма за обучение, която може да обхваща цялата програма на Care4Carers в предложения вид, или да покрива само избрани теми (цели модули или избрани раздели). Ръководството дава насоки за провеждане на груповите упражнения, които биха били най-ефективни в присъствен формат. Възможно е обаче програмата (или части от нея) да се приложи и онлайн. Като цяло препоръчваме обучението да започне и завърши с присъствена сесия, а между тях да се осигури известно време за индивидуално самообучение, придружено с уебинар при необходимост. Продължителността на обучението може да се адаптира според формата на курса и времевите ресурси на обучаващите се.

Моля, обърнете внимание: обучителите могат да използват, променят и надграждат достъпните материали, стига да спазват правилата на лиценза CC-BY-NC-SA на Creative Commons.

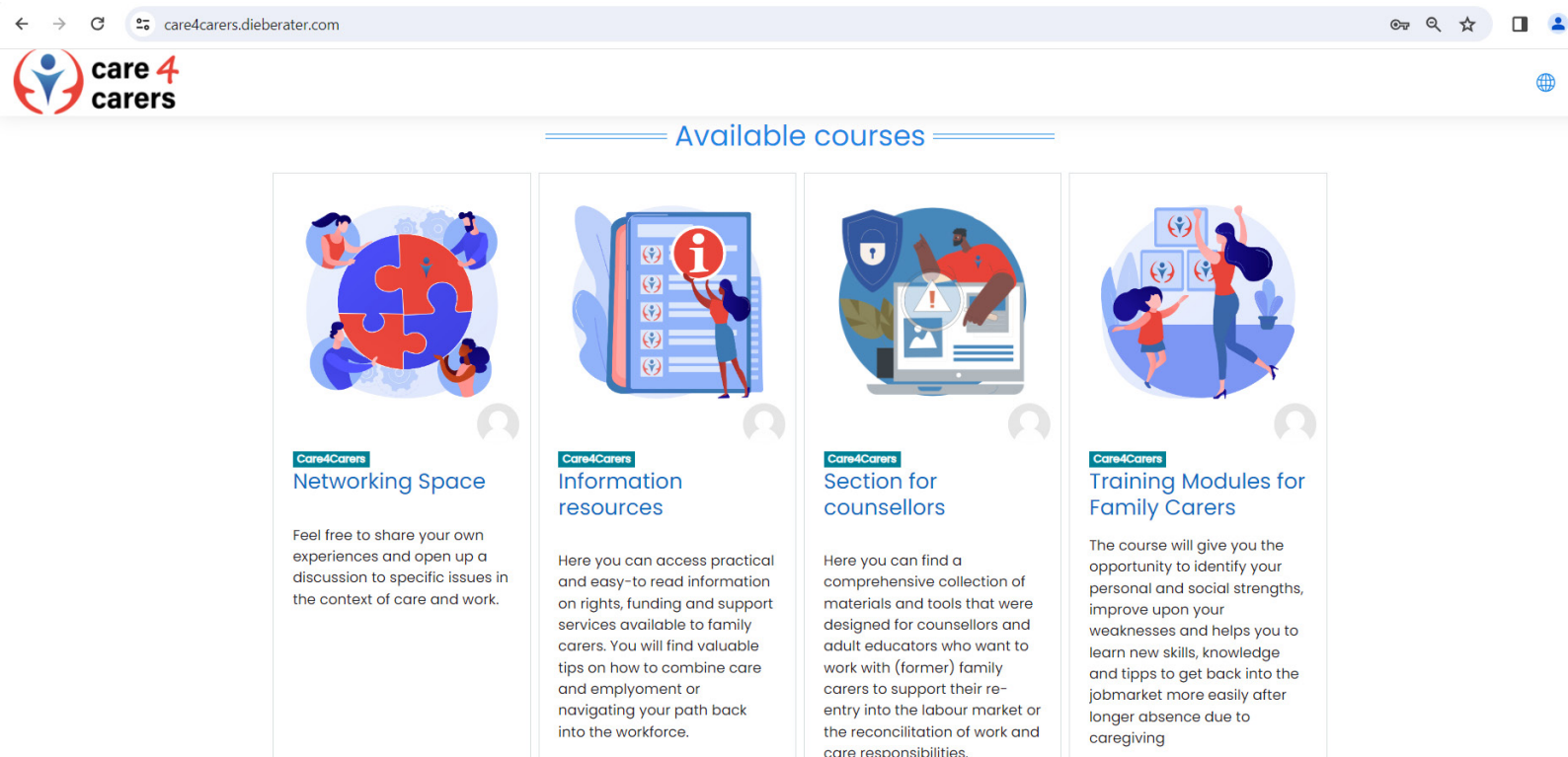


The screenshot shows the Care4Carers learning platform interface. At the top, there is a navigation bar with the Care4Carers logo and a search bar. Below the navigation bar, there is a sidebar menu with options: Home, Dashboard, Calendar, Private files, and My active courses. The main content area displays the Care4Carers logo and a welcome message: "Welcome to our learning platform, where you'll discover a wide range of courses available for enrollment. To access courses in your preferred language, kindly enter the enrollment key provided in your language:". Below the welcome message, there are five language selection buttons: Dansk2023!, Deutsch2023!, English2023!, Italiano2023!, and Ελληνικά2023! and Български2023!.

Вариант 3: Онлайн платформа

Тя служи като място, на което е събрана закуп полезна информация, както за семейни болногледачи, така и за професионални консултанти, треньори и обучители. За лицата, полагащи грижи за семейството, платформата предлага различни ресурси, конкретна информация по различни теми, свързани с грижите и работата, както и селекция от полезни връзки към ключови уебсайтове. Освен това платформата предлага и възможност за нетуъркинг и обмяна на опит и информация.

Професионалните консултанти, треньори и обучители могат да използват това пространство като ресурс, който им дава достъп до конкретна информация за специфичната група от семейни болногледачи и до набор от допълнителни инструменти и ценни материали, които могат да добавят към портфолиото си, за да използват в работата си. В нетуъркинг зоната пък потребителите имат възможност да участват активно в дискусии и да споделят информация за полезни инструменти, използвани в процеса на консултиране или обучение.



The screenshot shows the Care4Carers website interface. At the top, there is a navigation bar with the Care4Carers logo and a search bar. Below the navigation bar, the main heading "Available courses" is displayed. There are four course cards arranged in a row, each with an illustration and a description.

Course Title	Description
Networking Space	Feel free to share your own experiences and open up a discussion to specific issues in the context of care and work.
Information resources	Here you can access practical and easy-to-read information on rights, funding and support services available to family carers. You will find valuable tips on how to combine care and employment or navigating your path back into the workforce.
Section for counsellors	Here you can find a comprehensive collection of materials and tools that were designed for counsellors and adult educators who want to work with (former) family carers to support their re-entry into the labour market or the reconciliation of work and care responsibilities.
Training Modules for Family Carers	The course will give you the opportunity to identify your personal and social strengths, improve upon your weaknesses and helps you to learn new skills, knowledge and tips to get back into the jobmarket more easily after longer absence due to caregiving.

3.3 Препоръки на база опита от пилотирането на програмата

Всички партньори тестваха материали, които бяха разработени в хода на проекта Care4Carers, за да получат обратна връзка от външни потребители (които не са участвали в етапа на разработване). Това беше направено като своеобразно сверяване на часовника, за да могат партньорите да изпитат, наред с други неща, приложимостта на материалите, тяхната използваемост и потенциала им за устойчива употреба след края на проекта от самите хора, за които те са разработени. Ресурсите бяха тествани пилотно с крайните потребители във всички страни партньори: Австрия, България, Дания, Германия, Гърция, Италия и Кипър. Фазата на пилотиране протече в периода юли – ноември 2023 г. Партньорите проведоха общо 19 пилотни сесии с двете целеви групи в онлайн и присъствен формат под формата на обучения, семинари, уебинари, информационни сесии, както и структурирани телефонни разговори и имейли. Преобладаваха сесиите в присъствен режим с продължителност до 4 астрономически часа (12 присъствени срещу 7 дистанционни), които бяха предпочитаният формат и от самите участници.

Наръчникът за консултиране и прилежащите му анекси бяха тествани с **82-ма кариерни консултанти и обучители на възрастни** от 7-те страни партньори, които работят с различни типове клиенти (уязвими обществени групи, по-специално жени мигранти, търсещи работа лица, вкл. студенти, дългосрочно безработни лица, хора от малцинствени групи, безработни над 50 години, хора с увреждания и др.). Освен трудови посредници, кариерни консултанти и обучители, сред пилотната група имаше и коуч, психотерапевт, здравни специалисти, специалисти от образователни НПО, както и консултанти с т.нар. "двойна" роля – до обяд работещи като болногледачи на лица с Алцхаймер, а следобед оказващи подкрепа на семейни болногледачи.

Различни части от модулите за обучение и онлайн платформата бяха тествани с разнообразна група от **99 лица, полагащи грижи за семейството**. Профилът на участниците от тази група варираше във всяка държава и включваше предимно жени, полагащи неформални грижи, в различни възрастови групи (вкл. такива над 50 години) – хора, които съчетават грижите с работата, и такива, които са напуснали пазара на труда поради полагане на грижи и желаят да се върнат на него.

Имаше и средно- и дългосрочно безработни лица, такива работещи на непълно работно време, пенсионери, студенти (неформални болногледачи в последния етап от формалното си образование в областта на социалните и здравните грижи).

Структурираната и подробна обратна връзка, получена от двете пилотни групи във всяка страна, беше предимно положителна, с някои конструктивни критики и предложения за подобрения, които са обобщени във вътрешен консолидиран доклад с работна цел. Въпреки това в следващата секция можете да намерите сбити някои ценни изводи и препоръки за бъдещото прилагане на програмата Care4Carers въз основа на получената обратна връзка.

Научени уроци и препоръки за бъдещото използване на програмата Care4Carers

Наръчникът за консултиране предлага **мултидисциплинарен подход**, който беше високо оценен от консултантите и обучителите, които прегледаха и тестваха документа. Съчетаването на професионалното консултиране с психологическо консултиране, неформално образование и взаимно обучение е достъпен подход, който може лесно да се прилага в ежедневната работа на консултанта.

Програмата Care4Carers е специално разработена за подпомагане на семейни болногледачи, които е трябвало да напуснат работата си на пълен работен ден поради полагането на неформални грижи и биха искали да се върнат на пазара на труда, както и за хора, които са изправени пред необходимостта да съчетават работата си с грижите за болен близък. Опитът ни от пилотирането обаче показва, че **програмата на Care4Carers може да се приложи в голяма степен в различни групи и контексти**. Тъй като предлага набор от разнообразни инструменти и стратегии и следва подход, при който клиентът се поставя в центъра на процеса на консултиране, програмата или поне релевантни части от нея могат лесно да бъдат използвани от консултанти и обучители, работещи с клиенти от различни среди, и да бъдат допълнително адаптирани към съответните нужди.

В същото време документът наистина накарва и консултантите, и обучителите да осъзнаят предизвикателствата, пред които са изправени лицата, полагащи неформални грижи – нещо, за което особено допринесоха казусите в него. Потребителите споделиха, че тази част е била много полезна за по-доброто разбиране на една група потенциални клиенти, която досега не е била толкова видима за тях.

Друг извод относно приложимостта на Наръчника в Дания е, че този инструмент не е напълно приложим в професионален контекст в рамките на датската система на пазара на труда, която е напълно различна от тази в останалите страни партньори и процесът на консултиране на неформалните гледачи, е силно централизиран и регулиран по съвсем различен начин.

Що се отнася до модулите за обучение, фазата на тестване отново подчерта нуждата на хората от **учене чрез преживяване в група и чрез контакт на живо**. Средата на неформалното обучение отново се оказва най-ефективна и се хареса на възрастните участници, тъй като предлага възможност за обмен на опит между равнопоставени лица, каквато често липсва в други формати. Разбира се, в такъв случай е необходима внимателна подготовка, като се проучат предварително специфичните нужди на групата и нейния опит, както и адаптация на съответните обучителни съдържание и материали.

Това, което още стана ясно от нашия пилотен опит, е необходимостта от **ясна представа за групата от участници** и отчитане на техните личностни характеристики (възраст, пол, семейно положение) и социално-професионални условия (ниво на квалификация, образование, професия, работа и финансово състояние). Предварителният анализ на тези характеристики ще ви позволи да определите по-добре знанията, нагласите и поведението на различните обучаеми, за да напаснете обучителния материал към специфичните нужди на една или повече целеви групи.

Друга препоръка, свързана с Методическото ръководство, разработено за обучители, е **груповите упражнения в него да се разглеждат като предложения, които да се надграждат**. Това са идеи, които могат да бъдат доразвити и адаптирани (както по отношение на съдържанието, така и по отношение на продължителността) към конкретната аудитория, нейните нужди, както и към дадените обстоятелства на обучението. Това са само насоки с подсказващ характер, а не игрови активности със строги правила, които трябва да се следват дословно. Важно е също така да се има предвид, че повечето дейности, предложени в това ръководство, са предназначени за присъствено обучение, за да бъдат най-ефективни и ангажиращи, а не за обучение в онлайн среда, макар че всички те могат да бъдат адаптирани към нея, ако е необходимо.

И накрая, но не на последно място, когато насочвате хората към курса за обучение в онлайн платформата, би било добре да ги уведомите, че са необходими все пак **базови цифрови умения**, за да се възползват пълноценно от предлагания курс. Препоръчително е също така да се отбележи, че курсът би бил най-оптимално достъпен на **настолен компютър или лаптоп, а не на мобилно устройство** (дори и технически да предлага мобилна версия). Курсът може да изглежда дълъг и комплексен, но е важно да се знае, че той е разработен на модулен принцип именно с идеята хората да могат да изберат кои части от него да преминат в реда, в който сами желаят. Прогресът на всеки обучаем се запазва в неговия профил, така че, ако хората предпочитат, могат да изкарат курса „на хапки“, със собствено темпо в рамките по-дълъг период от време.

4. Заключение

В заключение, проектът Care4Carers, основан на конструктивистката философия на коучинга, е обещаваща инициатива в подкрепа на семейните болногледачи, които се сблъскват с деликатния баланс между отговорностите за полагане на грижи и реинтеграцията си на пазара на труда. В публикацията щателно са описани методологическият подход, структурните елементи и съдържанието на програмата, като са показани нейната адаптивност и гъвкав характер. Наръчникът за консултиране, със своя мултидисциплинарен подход, получи положителна обратна връзка по време на пилотната фаза, която затвърди преносимостта на програмата към различни групи и контексти.

Задълбоченият процес на пилотиране на ресурсите предостави ценни идеи и препоръки. На първо място изтъкна необходимостта от учене чрез преживяване в „жива“ среда, като подчерта ефективността на методите за неформално и взаимно обучение. Като ключов извод се очертава значението на отчитането на личните и социално-професионалните характеристики на участниците и съответното адаптиране на материалите за обучение. Освен това беше подчертана необходимостта от нюансирано разбиране на средата на участниците и ясно съобщаване на предварителните условия за онлайн курса, за да се осигури оптимална ангажираност.

Потенциалното въздействие на програмата Care4Carers се простира отвъд нейното непосредствено приложение.

Като признава и разглежда предизвикателствата, с които се сблъскват лицата, полагащи неформални грижи в семейството, програмата допринася за по-цялостно разбиране на тази често пренебрегвана група. Мултидисциплинарният подход, съчетан с представените примерни казуси, повишава осведомеността относно уникалните нужди на семейните болногледачи. Адаптивността на програмата към различни условия и положителният ѝ прием от крайния потребител показват, че тя има потенциала да допринесе за подобряване качеството на живот и благосъстоянието на семейните болногледачи в цяла Европа.

Тъй като им помага да се ориентират малко по-лесно в сложното взаимодействие между неформалните грижи и професионалния живот, активната подкрепа за тяхната реинтеграция на пазара на труда не само може да подобри индивидуалното им благосъстояние, но и да допринесе за цялостната устойчивост на обществените структури за подкрепа. Като предоставя на неформалните болногледачи преносими умения и отговаря на техните специфични нужди, програмата полага основите на устойчиви решения, които са от полза както за отделните лица, така и за обществото като цяло.

В светлината на направените изводи и предоставените препоръки програмата на Care4Carers се очертава не само като практически инструмент за подкрепа на семейните болногледачи, но и като основа, на която да стъпят бъдещи инициативи. Следвайки гъвкав и адаптивен подход, ориентиран към човека, програмата създава прецедент за ефективни, приобщаващи и въздействащи интервенции в сферата на неформалните грижи.

References:

Eurocarers(2017): Reconciling work and care: the need to support informal carers, Policy Brief; <https://eurocarers.org/publications/reconciling-work-and-care-the-need-to-support-informal-carers/>

Eurofund (2010): Company initiatives for workers with care responsibilities for disabled children or adults, Working Paper: <https://repository.ubn.ru.nl/bitstream/handle/2066/87081/87081.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hoffmann, F., & Rodrigues, R. (2010). Informal carers: who takes care of them? POLICY BRIEF APRIL 2010 European Centre for Social Welfare Policy and Research, Vienna



**care 4
carers**

Learn More:

www.care4carers.eu