



Co-funded by
the European Union

KA220-ADU - Cooperation partnerships in adult education
Project Number: 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028253
Form ID: KA220-ADU-0F1F5E31
“Strengthening capacities to support active aging in the conditions of the 21st century Peer mentoring program for people 50+” - PeerTrain



PEER TRAIN

MI AZ, AMI MŰKÖDIK AZ 50 ÉV FELETTIEKNEK NYÚJTOTT MENTORÁLÁSI SZOLGÁLTATÁSOK TERÜLETÉN?

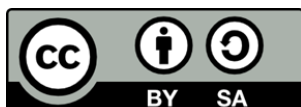
Bevezető

A népesség idősödése szinte minden európai országot érint. (Eurostat, 2020). Valójában a 27 uniós tagállam népességének 41,7%-a 50 éves, vagy afeletti. E projekt partnerországaira vonatkozóan az 50 éves vagy annál idősebb lakosság százalékos aránya a következő (Eurostat, 2022): Bulgáriára 42%, Németországra 44,9%, Magyarországra 39,5%, Lengyelországra 37,7%, Portugáliára 43,5%, Szlovákiára pedig 36,4%.

Ezek a demográfiai változások kihatnak majd a társadalom és a gazdaság legtöbb aspektusára, a lakhatástól az egészségügyi ellátáson át az áruk és szolgáltatások iránti keresletig (Eurostat, 2020). Az idősek ráadásul azon népességcsoportok közé tartoznak, akiket nagyobb valószínűséggel fenyeget a szegénység és a társadalmi kirekesztés kockázata, részben az egészségügyi kiadások miatt (Az ENSZ Gazdasági és Szociális Ügyek Főosztálya, 2016). Az időskori kirekesztés “egyenlőtlenségekhez vezet a választás és az ellenőrzés, az erőforrások és a kapcsolatok, valamint a hatalom és a jogok terén a szomszédság és a közösség, a szolgáltatások, a kényelem és a mobilitás, az anyagi és pénzügyi erőforrások, a társadalmi kapcsolatok, a társadalom társadalmi-kulturális aspektusai és a polgári részvétel kulcsfontosságú területein”, és “hatással van az államokra, a társadalmakra, a közösségekre és az egyénekre” (Walsh et al., 2016, 93.o.). Ettől függetlenül az is igaz, hogy a társadalmi kirekesztettséggel és szegénységgel küzdő idősek száma csökkenni látszik (Eurostat, 2020). Továbbá, ha az idősekről esik szó, akkor a kortársmentorálás meglehetősen releváns. Mint a kortársaktól való tanulás minden formája, ez is megelőzi a lemorzsolódást, és a társas kompetenciák fejlesztésében is segíti az időseket (Baschiera és De Meyer, 2016). Az előbb említett okok miatt különösen helyénvaló, hogy megnevezzük az aktív idősödésre vonatkozó szakpolitikákat, valamint a kortárs mentorálást alkalmazó jó gyakorlatokat annak érdekében, hogy elősegítsük annak megértését, hogy hogyan lehet ezeket más országokban átvenni és megvalósítani.

Aktív idősödés

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) meghatározása szerint az aktív idősödés az a folyamat, amelynek során optimalizálják az egészség, a részvétel és a biztonság lehetőségeit az idősödő emberek életminőségének javítása érdekében (WHO, 2002). Ezenkívül az Európai Bizottság (2012) az aktív idősödést abban a tekintetben is pozitívként határozza meg, hogy ennek



Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



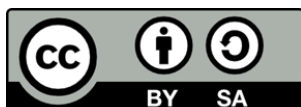
biztosításával az idősek is aktív részesei maradnak a gazdaságnak és a társadalomnak. Ennek azért van különös jelentősége, mert egyes szakértők felhívták a figyelmet arra, hogy az idősek magas száma a társadalomban gazdasági kihívásokat jelent az időskorú eltartottak aránya miatt (Eurostat, 2020). Vagyis az idősek növekvő száma a munkaképes korú népességhez képest gazdasági fenntarthatatlanságot eredményez.

Antunes *et al.* (2015) szerint az aktív idősödés érdekében támogatandó alapvető kompetenciák a következők: tanulási, állampolgári és közösségi, egészségügyi, érzelmi, pénzügyi/gazdasági valamint technológiai kompetenciák. Ami a tanulást illeti, az idősebb emberek általában előnyben részesítik a nemformális tanulást a formális tanulással szemben. Ráadásul a tanulásban való részvételük az életkor előrehaladtával általában csökken. A Nyugdíjasegyetemek létfontosságú szerepet töltenek be abban, hogy az idősebb felnőttek továbbra is részt vegyenek a tanulásban. A polgári és közösségi kompetenciák “rugalmas nyugdíjba vonulással, az önkéntes munkalehetőségek támogatásával, a családi gondoskodás elismerésével és jutalmazásával, valamint a kreatív tevékenység megbecsülésével” támogathatók (Antunes *et al.*, 2015, 13.o.). Az egészséget támogatni kell, de figyelembe kell venni az életkor és az egészségi állapot sokféleségét is. Egyes idősebb embereknek például több mozgással kapcsolatos problémájuk van, mint másoknak. Az érzelmi jólétet befolyásolják a családszerkezet változásai, az önállóság (vagy annak hiánya), az irányítás érzése, az önállóság, valamint a magányt enyhítő egyéb tevékenységekben való részvétel. A Pénzügyi/gazdasági kérdésekre leginkább az idősebb felnőttek munkaerőpiaci részvétele van hatással. Végül pedig az idősebb felnőttek körében a technológiai, digitális készségek azért fontosak, mert napjaink összekapcsolt világában a technológia lehetővé teszi az emberek számára, hogy önállóak legyenek, hogy a társadalmilag, sőt akár politikailag aktívak lehessenek, valamint, hogy kapcsolatot tarthassanak távol élő szeretteikkel.

Kortárs mentorálás

A kortárs mentorálás abban különbözik a hagyományos mentorálástól, hogy nincs hierarchikus vonatkozása: a mentor és a hallgató egyenrangúak (Holbeche, 1996). A mentorálásnak ez a formája tehát elismeri, hogy a kortársak képesek egymástól tanulni és egymást segíteni (Holbeche, 1996). A kortárs mentorálás és a kortárs tanulás esetében tehát számos különböző proximális fejlődési zóna keresztezi és fedi át egymást, ezért a kortárs mentorálás olyan formátum, amely lehetővé teszi a tudás és a készségek megosztását és kicserélését, miközben teret enged az önállóságnak (Baschiera és De Meyer, 2016).

Az aktív idősödés elősegítését célzó kortárs mentorprogramok továbbá kiemelik a hallgatói tapasztalatok, az e programok keretében kialakított és létrehozott kapcsolatok fontosságát,





valamint a hallgatók képességeinek az oktatási folyamat központi elemeként való meghatározását (Baschiera és De Meyer, 2016). Tehát " a kortárs nevelés olyan társadalmi folyamattá válik, amely számos különböző kapcsolatot tart fenn: kooperáció, kollaboráció, kölcsönös egymásrautaltság a formális tanulás, valamint a nem formális és informális tanulás kontextusában, négy közvetlen elv szerint: "társas készségekre nevelés, aktív állampolgári nevelés, kulturális nevelés és felkészítő nevelés" (Baschiera és De Meyer, 2016; 183. o.). Ez azt jelenti, hogy a kortárs nevelés az aktív idősödés korábban említett kompetenciái közül legalább hármat alapértelmezés szerint magában foglal: a tanulási, az állampolgári és közösségi, valamint az érzelmi kompetenciákat.

Vannak továbbá olyan készségek, amelyek szükségesek a sikeres mentorálási partnerségekhez. Philips-Jones (2003) modellje 14 készséget határoz meg e célból. Ezek közül 5 mentorált-specifikus: a Mentorok megnyerése, a Gyorstanulás, a Kezdeményezőkészség, a Végigkövetés, valamint a Kapcsolatkezelés. 5 pedig mentorspecifikus: a Képességek oktatása/Fejlesztése, Inspirálás, Javító visszajelzés, Kockázatkezelés és Nyitott ajtók. Végezetül 4 olyan, amely mind a mentorok, mind pedig a mentoráltak számára egyaránt fontos: Aktív hallgatás, Bizalom kialakítása, Bízgatás, valamint a Célok és a jelenlegi valóság meghatározása.

A Peer-Train projekt az aktív idősödés és az egész életen át tartó tanulás elősegítésének szükségességével foglalkozik, mégpedig az 50 év felettiak számára könnyen hozzáférhető kortársmentorálás révén. Emellett a kortársmentorálás arra is szolgálhat, hogy az emberek ihletet meríthessenek másoktól, akik hasonló élethelyzeteket élnek át, és jó túlélési stratégiát dolgoztak ki, vagy akár szakmai tapasztalattal rendelkeznek egy adott témában. Ez a projekt egyaránt szól a szakembereknek és azoknak az 50 év felettieknek, akik érdeklődnek a kortárs mentorrá vagy mentorálttá válás iránt. Ennek érdekében a projekt 4 eredményt fog felmutatni, és ez a cikk az első eredmény része: "Mi az, ami működik az 50 év felettieknek szóló mentorálási szolgáltatások területén?".

Ezen első eredmény elkészítése, valamint ennek a következő eredmény alapjául történő felhasználása érdekében, a következőket tettük:

- Először is szakirodalmi áttekintést végeztünk, beleértve a partnerországok aktív idősödéssel kapcsolatos nemzeti irányelveit/stratégiai dokumentumait;
- Másrészt összegyűjtöttük azokat a kedvező/jó gyakorlatokat, amelyeket a partnerországokban alkalmaztak, majd ezeket később kritikusan átolvastuk az aktív idősödéshez kapcsolódó kompetenciák modelljének megfelelően. (Antunes et al., 2015);
- Philips-Jones (2003) "Skills for Successful mentoring" (Sikeres mentoráláshoz szükséges készségek) című tanulmányán alapuló felmérés, amelyből kiderül, hogy a szakértők (pl.





Co-funded by
the European Union

KA220-ADU - Cooperation partnerships in adult education
Project Number: 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028253
Form ID: KA220-ADU-0F1F5E31
“Strengthening capacities to support active aging in the conditions of the 21st century Peer mentoring program for people 50+” - PeerTrain



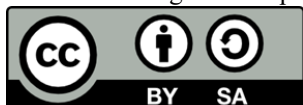
felnőttképzők) és a potenciális hallgatók (vagyis az 50 év feletti) mely készségeket értékeli különösen, és ezeket nemcsak általánosságban, hanem partnerországokként is összehasonlítja és szembeállítja egymással.

Az Aktív Idősődéssel kapcsolatos Nemzeti Stratégiák áttekintése

Az aktív idősődéssel kapcsolatos európai politika célja, hogy olyan társadalmi és fizikai környezetet teremtsen, amely lehetővé teszi az idősek számára az aktív, egészséges és önálló életvitelt. Annak érdekében, hogy ez lehetővé váljon, orvosi és pénzügyi segítséghez való hozzájutásra, a szegénység megelőzésére, az élet- és lakhatási feltételek biztosítására, valamint a technológiákhoz való hozzáférésre van szükség (Az Európai Unió Tanácsa, 2012; Európai Bizottság, 2012). Számos olyan elv van, amelyre az előbbi célkitűzés sikere érdekében az Európai Unió rámutat - az első - az oktatáshoz, képzéshez és az egész életen át tartó tanuláshoz való jog megteremtése, hogy továbbra is aktív részesei lehessenek a társadalomnak, és továbbra is jelen maradhassanak a munkaerőpiacon. Az Európai Unió elvárása szerint az uniós tagállamok elsősorban a következő területekre fordítsanak figyelmet és dolgozzanak ki szakpolitikákat országaikban: gazdasági tevékenység (nyugdíjformák, digitális készségfejlesztés, biztonságos munkahely), társadalmi részvétel (internethozzáférés és társadalmi szerepvállalás), egészség és jólét (egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférés és egészségügyi megelőzés), hosszú távú gondozás (szolgáltatások minősége) és támogató környezetek (lakhatás, közlekedés és pénzügyi függetlenség). Ezt az irányelvet követve a partnerországok kidolgozták saját nemzeti stratégiáikat: Bulgária elkészítette Bulgáriában az Aktív Idősődéssel kapcsolatos Nemzeti Stratégiát (2019 – 2030), Németország elkészítette az Oktatás Folytatásával kapcsolatos Stratégiát az Aktív Idősödés területén, Magyarország elkészítette az Idősügyi Nemzeti Stratégiát, Lengyelország elkészítette a Hosszútávú Időspolitika Feltételezései Lengyelországban 2014-2020-as évekre című anyagát, Portugália elkészítette az aktív és egészséges idősődéssel kapcsolatos, 2017-2025 közötti időszakra vonatkozó nemzeti stratégiáját, Szlovákia pedig az Aktív Idősődéssel kapcsolatos 2021-2030¹ közötti évekre vonatkozó Nemzeti Programot. Mindazonáltal ezen irányelvek/stratégiai dokumentumok meglehetősen nem feltétlenül jelenti azt, hogy az aktív idősödést valóban támogatják az országban.

Kedvező/jó gyakorlatok

¹A Nemzeti stratégiákkal kapcsolatos további részletekért lsd. ezen eredmény bővített változatát.



Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



Az aktív idősödés érdekében végzett kortárs mentorálással kapcsolatos tanfolyamok és képzés megértése érdekében összesen 19 jó gyakorlatot gyűjtöttek össze. Valamennyi partner 3 vagy 4 jó gyakorlattal járult hozzá.

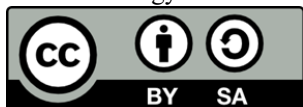
Bulgária gyűjtötte a VAL.oR projektet, az EUPIN projektet és az Easy ways to transfer knowledge (“Tudásátadás egyszerű módjai”) projektet. Németország az “Healthy and active ageing” (“Egészséges és aktív időskor”) projektet; a “Digitisation and Education for Older People” (“Digitalizáció és oktatás az idősek számára”) Szolgáltatási Pontot, valamint a KOSIS projektet gyűjtötte össze. Magyarország az Idősbarát Önkormányzat Díjjal, a Senior Centrummal és a Mától dolgozz magadért! - tal működött közre. Lengyelország a Nyugdíjaskorúak Egyetemeit (TAU) és a Cselekvő idősek programot, az EuBiA projektet, valamint a MATURE projektet gyűjtötte össze. Portugália 4 jó gyakorlatot gyűjtött össze: PEER – Merj bölcs lenni, ICTskills4all; FAITH; és a Sol Poente. Szlovákia az alábbi jó gyakorlatokat gyűjtötte “Take your chance” („Ragadd meg az esélyt”) projekt; az Oktatási program – idősügyi tanácsadó, valamint a Learning of Seniors in the Digital Society (Az időskorúak tanulása a digitális társadalomban) projektet.²

Az első lépés az volt, hogy meghatározzuk, hogy az aktív idősödéshez szükséges alapvető kompetenciák közül melyeket támogatják ezekben a gyakorlatokban. Ezek a kompetenciák a következők: Tanulás, Állampolgári és közösségi, Egészségügyi, Érzelmi, Pénzügyi/Gazdasági és Technológiai kompetenciák. (Antunes *et al.*, 2015). Ismételten hangsúlyozni szeretnénk, hogy mivel a gyakorlatok nem átfogóak, az eredmények nem feltétlenül az összes országra jellemzőek.

Első ránézésre rögtön megállapíthatjuk, hogy valamilyen módon minden jó gyakorlat elősegítette az aktív idősödést, még ha nem is ez volt a fő céljuk, a gyakorlatok szinte mindegyike (18) közvetve vagy közvetlenül elősegítette az aktív idősödéshez szükséges Állampolgári és közösségi kompetenciákat, valamint az Érzelmi kompetenciákat (17) és a Tanulást (15). Az összegyűjtött jó gyakorlatok körülbelül fele a Technológiai kompetenciákat támogatta (10). A Pénzügyi/gazdasági kompetenciák (4) és az Egészséggel kapcsolatos kompetenciák (4) kevésbé gyakran voltak megtalálhatók.

A partnerek által összegyűjtött gyakorlatokat vizsgálva hangsúlyozzuk, hogy mindegyikük az aktív időskor alapkompenciái közül többet is támogatott. A gyakorlatok továbbá tiszteletben tartják a felnőttképzési elveket, és a tapasztalatok megosztásától kezdve a kreatív tevékenységekig (pl. színház) változatos megközelítéseket dolgoztak ki, és néhányan közülük mentorálási megközelítéseket is alkalmaztak, amint azt az alábbiakban bemutatjuk:

² A kiválasztott gyakorlatok összefoglalásaihoz lsd. el e dokumentum kibővített változatát.



Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



- VAL.oR - mentorprogram segítségével ösztönözték a felnőtteket, köztük az idősebbeket is, hogy részt vegyenek a képzésben és a nemzetközi csereprogramokban. Ez a gyakorlat tehát az aktív idősor alábbi kompetenciáit segítette elő: a Tanulást, Polgári és közösségi, valamint Érzelmi kompetenciákat.
- Mától dolgozz magadért! - a személyre szabott mentorálási foglalkozásokat az 50 év felettiek vállalkozói készségének előmozdítására használták fel. Ez a gyakorlat az aktív idősor következő kompetenciáit támogatta: Tanulást, Polgári és közösségi, Érzelmi, Pénzügyi/gazdasági és Technológiai kompetenciákat
- PEER - a peer-to-peer, azaz a társak közötti tanulást használta online tanulási platformján, és lehetővé tette a kollaboratív tanulást, ezáltal elősegítve a Tanulást, a Polgári és közösségi, az Érzelmi valamint a Technológiai kompetenciákat.
- ICTskills4all - generációk közötti és egyenrangú oktatási programokat használtak az idősebb felnőttek digitális készségeinek fejlesztésére. A program elősegítette a Tanulást, a Polgári és közösségi, az Érzelmi és a Technológiai kompetenciákat.
- FAITh - magas szintű digitális készségekkel rendelkező idősebb felnőtteket képzett ki annak érdekében, hogy kortárs mentorokká váljanak, ezáltal elősegítve a Tanulási, Polgári és közösségi, Érzelmi és Technológiai kompetenciákat.
- Sol Poente - az egészségnevelési programon belül az egyenrangú képzés és a csoportdinamika módszertanát alkalmazza, ezáltal elősegítve a Tanulási, Polgári és közösségi, Érzelmi és Egészségügyi kompetenciákat az aktív idősödés érdekében.
- - "Take your chance"("Ragadd meg az esélyt") - támogatja a szervezeteket egy új, hátrányos helyzetű munkavállaló (pl. egy idősebb munkanélküli) képzésében, egy mentori képzés keretében. Támogatta a Tanulást és a Polgári és közösségi kompetenciákat az aktív idősödés érdekében.

Megállapíthatjuk, hogy számos különböző módszertan használható és ötvözhető az aktív idősödési kompetenciák előmozdítása érdekében. Bár a mintánk nem teljes körű és így nem reprezentatív, mindazonáltal mégis kiemelhetjük, hogy a mintánkban 7 hivatkozás szerepel a mentorálási gyakorlatokra, amelyek többnyire az aktív idősödéssel kapcsolatos gyakorlatok összegyűjtésére összpontosítottak, hangsúlyozzák a projekt hasznosságát és relevanciáját, valamint azt, hogy a mentorálás egy csakugyan jó megközelítés az aktív idősödés elősegítése érdekében, akár úgy is, ha egy hagyományosabb mentorálási megközelítéssel végzi azt egy idősebb mentor (Aresi és Weaver,





2020), vagy amikor a mentor egy tapasztaltabb kortárs. (Active Ageing Project, 2018, Baschiera, és De Meyer, 2016).

Felmérés eredmények

Összesen 246 ember vett részt a felmérésben, fele mentor, fele pedig 50 éves vagy afeletti. A szakértők átlagéletkora 55 év körüli volt ($M = 54.73$, $SD = 9.95$), az 50 éves vagy afeletti átlagéletkora pedig 63 év körül volt. ($M = 62.8$, $SD = 9.25$). A résztvevők átlagosan 17 év, felnőttekkel végzett munkatapasztalattal rendelkeztek ($M = 17.49$; $SD = 10.24$). Minden partner csoportonként (vagyis a résztvevők és az 50 év feletti köréből) 20-23 kérdőívet gyűjtött össze. Ezekon kérdőíveken a résztvevőknek a sikeres mentoráláshoz kapcsolódó készségeket (Philips-Jones, 2003) kellett értékelniük egy 1-től (Egyáltalán nem) 5-ig (Teljes mértékben) terjedő Likert-skálán. A minták mindegyike a rendelkezésünkre állók közül került ki, így tehát nem reprezentatív.

A résztvevői kérdőív eredményei

A mentorok és a mentoráltak készségeivel kapcsolatos válaszok tekintetében az 50 éves vagy annál idősebb személyekkel foglalkozó érdekelt felek kérdőívéből az alábbi eredményeket kaptuk.

Általánosságban elmondható, hogy minden eredmény elég jó minősítést kapott, mivel a legtöbb kapott eredmény átlagosan 4, vagy afeletti, amely azt jelenti, hogy azt nagyon fontosnak, vagy teljes mértékben szükségesnek tekintették. A mentorokra jellemző készségeket (vagyis a Javító visszajelzés adását, a Képességek oktatását/fejlesztését, az Inspirálást, a Kockázatkezelést és az Nyitott ajtókat) illetően a résztvevők egybehangzóan teljes mértékben fontosnak tartották az összes készséget, 4,5-nél magasabb értéket adva. A mentoráltakra jellemző készségek (azaz a Mentorok megnyerése, a Kezdeményező-készség tanúsítása, a Gyorstanulás, a Végigkövetés és a Kapcsolatkezelés) közül kettőt tekintettek nagyon fontosnak: a Mentorok megnyerését ($M = 4.37$, $SD = 0.84$) és a Gyorstanulást ($M = 3.69$, $SD = 1.04$). Végül, ami a mentorok és a mentoráltak 4 közös készségét illeti (azaz az Aktív hallgatást, a Bizalomépítést, a Bízattást, valamint a Célok és a jelenlegi realitások azonosítását), a közös eredményekben minden egyes készséget nagyon fontosnak tartottak, és átlagosan közel 5-ös értéket értek el ($M > 4.5$). Érdemes megjegyezni azonban, hogy csak a mentoráltaknak nyújtott Bízattást értékelték nagyon fontosnak ($M = 4.36$, $SD = 0.87$).

A bolgár minta minden készséget teljes mértékben szükségesnek tekintett a sikeres kortárs mentoráláshoz. ($M > 4.5$).

A német minta az öt mentorspecifikus készséget teljes mértékben szükségesnek értékelte ($M > 4.5$) A mentoráltspecifikus készségekhez kapcsolódóan ötből négyet nagyon fontosnak értékelték:



Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



Mentorok megnyerése ($M=3.84$, $SD=1.26$), Gyorstanulás ($M=4.05$, $SD=1.32$), Végigkövetés ($M=4.32$, $SD=0.75$), Kapcsolatkezelés ($M=4.15$, $SD=0.81$). Az ötödik mentoráلتspecifikus készséget, a Kezdeményezőkétszséget teljes mértékben szükségesnek értékelték ($M=4.8$, $SD=0.41$). Ami a közös készségeket illeti, mindegyiküket teljes mértékben szükségesnek értékelték ($M>4.5$) a Bízttatás kivételével, amelyet nagyon fontosként értékelték ($M=4.44$, $SD=0.91$).

A magyar minta általában magasra értékeltte a készségeket. A magyar résztvevők minden készséget teljes mértékben szükségesnek értékelték ($M>4.5$), a mentoráلتspecifikus Gyorstanulás kivételével, amelyet csak valamelyest szükségesnek értékelték. ($M=3.25$, $SD=0.91$).

A lengyel minta általában véve minden készséget nagyon fontosnak értékelt öt készség kivételével. Négy készséget teljes mértékben szükségesnek értékelték ($M>4.5$), ez két mentorspecifikus készség volt: a Javító visszajelzésadás ($M=4.74$, $SD=0.54$) és az Inspirálás, valamint a Bizalomépítés ($M=4.72$, $SD=0.50$) és az Aktív hallgatás ($M=4.57$, $SD=0.72$), hangsúlyozva azok sikeres kortársmentorálási programokhoz való szükségességét. Az utolsó készséget, a Gyorstanulás mentoráلتspecifikus készségét valamelyest fontosnak értékelték ($M=3.43$, $SD=0.84$).

Ami a portugál mintát illeti, a készségeket ismételtlen általánosságban teljes mértékben fontosnak ítélték a kortársmentoráláshoz ($M>4.5$). Ami a mentorspecifikus készségeket illeti, csak a Nyitott ajtókat értékelték nagyon fontosnak ($M=4.05$, $SD=0.83$). A mentoráلتspecifikus készségeknél csak a Gyorstanulást értékelték valamelyest fontosnak ($M=3.1$, $SD=0.79$), a Mentorok megnyerésének ($M=4$, $SD=0.73$) és a Kapcsolatkezelésnek ($M=4.3$, $SD=0.8$) a készségeit pedig nagyon fontosnak értékelték. A másik két mentoráلتspecifikus készséget (vagyis a Kezdeményezőkétszség tanúsítását és a Végigkövetést) teljes mértékben szükségesnek tekintették ($M>4.5$). Ami közös készségeket illeti, az Aktív hallgatást, a Bizalomkialakítást és a Bízttatást teljes mértékben szükségesnek ítélték ($M>4.5$). A Célok és a jelenlegi realitások azonosítását nagyon fontosnak tekintették. ($M=4.46$, $SD=0.64$)

Végül Szlovákia magasán értékeltte a mentorspecifikus készségeket, mindegyiknek a maximumhoz közeli értékelést adott ($M>4.5$). Nem ez volt a helyzet a mentoráلتspecifikus készségeknél, amelyeknél egy kivételével valamennyit nagyon fontosnak értékelt. ($3.5<M<4.5$). Valójában csak a Mentorok megnyerését értékelték teljes mértékben szükségesnek ($M=4.5$, $SD=0.61$). Ami a megosztott készségeket illeti, csak a Bízttatást értékelték teljes mértékben szükségesnek ($M=4.5$, $SD=0.94$), és a Bízttatást ítélték nagyon fontosnak ($M=4.44$, $SD=0.94$).

Az 50 év feletti kérdőív eredményei

Az 50 éves vagy annál idősebb személyek kérdőívre adott válaszaí és a mentorspecifikus készségek fontossága tekintetében a következő mintázatok rajzolódtak ki.



Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



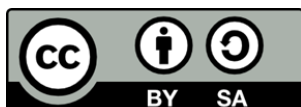
Általánosságban elmondható, hogy a válaszadók valamennyi készséget nagyra értékelték, szinte mindegyikük átlaga megközelítette az 5-ös értéket, ami azt jelenti, hogy a sikeres mentoráláshoz teljes mértékben szükségesnek tartották őket. Az egyetlen kivétel három mentoráltspecifikus készség és egy közös készség volt. Valóban, az 5 mentorspecifikus készség (azaz a Javító visszajelzés adása, a Képességek oktatása/fejlesztése, az Inspirálás, a Kockázatkezelés és a Nyitott ajtók) mindegyike a skála maximumát közelítette ($M > 4,5$). Az 5 mentoráltspecifikus készségnél azonban 2-t teljes mértékben szükségesnek tekintettek ($M > 4,5$) ezek a Kezdeményező-készség tanúsítása és a Végigkövetés voltak. A többi nagyon fontosnak tekintették: Gyorstanulás ($M=3,79$, $SD=1,2$), Kapcsolatkezelés ($M=4,4$, $SD=0,89$) és a Mentorok megnyerése ($M=4,4$, $SD=0,8$). Ami a közös készségeket illeti, a Bízattatás kivételével mindegyiket teljes mértékben szükségesnek, a Bízattatást ($M=4,43$, $SD=0,84$) pedig nagyon fontosnak tartották.

A bolgár mintában minden készséget (vagyis a mentorspecifikus, a mentoráltspecifikus és a közös készségeket) teljes mértékben szükségesnek tartották a sikeres kortársmentoráláshoz ($M > 4,5$).

Ami a német mintát illeti, hasonló mintázat figyelhető meg minden készségnél, kivéve a két mentoráltspecifikus készséget, amelyeket teljes mértékben szükségesnek értékelték ($M > 4,5$). A két kivétel a mentoráltspecifikus készségek közül az Végigkövetés ($M=4,4$, $SD=1,05$) és a Kapcsolatkezelés ($M=4,42$, $SD=1,02$) voltak.

Az 50 év felettek körében végzett kérdőíves vizsgálat magyarországi mintájának eredményei azt mutatták, hogy hét készséget minden résztvevő teljes mértékben szükségesnek ítelt a sikeres mentoráláshoz ($M > 4,5$), ezek a következők voltak: a Javító visszajelzésadás és a Kockázatkezelés mentorspecifikus készségei, a Kapcsolatkezelés mentoráltspecifikus készsége, valamint a Bizalomépítés és a Célok és a jelenlegi realitások meghatározása közös készségei. Az Inspirálás mentorspecifikus készségét ($M= 4,26$, $SD=0,65$) és a Bízattatás közös készségét ($M=4,3$, $SD=0,72$) egyaránt nagyon fontosnak értékelték. Végezetül a Gyorstanulás mentoráltspecifikus készségét valamelyest fontosnak ($M=2,7$, $SD=0,92$) tartották.

Lengyelország a Likert-skálán általában 4-hez közelebbi pontszámokat kapott. A kivételek, amelyek pontszámai közelebb voltak az 5-höz (vagyis a teljes mértékben szükségesnek értékelthez), az Inspirálás ($M=4,78$, $SD=0,52$), a Képességek oktatása/fejlesztése ($M=4,7$, $SD=0,47$) és a Javító visszajelzés mentorspecifikus készségei ($M=4,65$, $SD=0,57$); valamint két közös készség, a Bizalomépítés ($M=4,7$, $SD=0,73$) és az Aktív hallgatás ($M=4,63$, $SD=0,83$) voltak. Azt is meg kell jegyezni, hogy a célok és a jelenlegi valóság azonosításának közös alapkészsége fontosabb volt a mentorok számára ($M=4,61$, $SD=0,5$), mint a mentoráltak számára ($M=4,3$, $SD=0,7$).





Hasonlóképpen, a legtöbb készség átlaga a portugál mintában közelebb volt 4-hez (azaz a nagyon fontoshoz). Kivételt képeztek: a Javító visszajelzés ($M=4,65$, $SD=0,59$) és a Képességek oktatása/fejlesztése ($M=4,5$, $SD=0,61$) mentorspecifikus készségei: a Végigkövetés ($M=4,95$, $SD=0,22$) és a Kezdeményezőkézség ($M=4,7$, $SD=0,47$) mentorálspecifikus készségei, valamint az Aktív hallgatás ($M=4,75$, $SD=0,49$) és a Célok és a jelenlegi realitások meghatározásának ($M=4,63$, $SD=0,54$) közös készségei, amelyeket teljes mértékben szükségesnek tekintettek.

Végül, ami az 50 év feletti szlovákiai mintáját illeti, megállapítást nyert, hogy minden készséget magasra értékelték, a legtöbbet teljes mértékben szükségesnek értékelték ($M>4.5$). A három mentorálspecifikus készséget nagyon fontosként értékelték: a Gyorstanulást ($M=4.25$, $SD=0.9$), a Mentorok megnyerését ($M=4.43$, $SD=0.81$) és a Kapcsolatkezelést ($M=4.44$, $SD=0.79$).

Megállapíthatjuk tehát, hogy általánosan értékelve minden készséget minden mintában nagyon fontosnak vagy teljes mértékben szükségesnek értékelték egy sikeres kortársmentorálási programhoz.

Az érdekelt felek eredményeinek és az 50 év feletti eredményeinek összehasonlítása

Általánosságban véve nincs különbség a készségek értékelésében az érdekeltek és az 50 éves vagy idősebb személyek között, a Biztatás közös készségének kivételével, amelyet a résztvevők teljes mértékben szükségesnek ($M=4.55$, $SD=0.74$), az 50 év feletti pedig nagyon fontosnak ($M=4.43$, $SD=0.84$)³ értékelték.

Zárógondolatok

Minden ország rendelkezik olyan, az aktív időskorral kapcsolatos nemzeti stratégiákkal, amelyek az európai irányelvet követik, ez azonban nem feltétlenül jelenti azt, hogy az aktív időskort támogatják, mivel a politikai és stratégiai dokumentumokat a valóságban nem feltétlenül alkalmazzák.

Azzal folytattuk, hogy a kedvező/jó gyakorlatokat is összegyűjtöttük, és az Antunes és munkatársai (2015) által kidolgozott, kipróbált és letesztelt aktív idősödés kapcsolatos kompetenciamodell alapján vizsgáltuk azokat. Minden gyakorlat az aktív idősödés egynél több kompetenciáját segítette. Valamennyi gyakorlat az aktív idősödés több kompetenciáját támogatta. Ezen túlmenően 7 gyakorlatunk alkalmazott mentori megközelítést az aktív idősödés

³ A résztvevők és az 50 év feletti partnerországokénti összehasonlításaival kapcsolatos bővebb információkért kérem olvassa el ezen eredmény kibővített változatát.



Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé ezen információk bármilyen felhasználásáért.



előmozdítására, ami rávilágít ennek hasznosságára. (Active Ageing Project, 2018; Aresi & Weaver, 2020; Baschiera & De Meyer, 2016).

Emellett a partnerség kérdőíveket gyűjtött az érdekelt felek (pl. felnőttoktatók) és az 50 éves vagy annál idősebb személyek számára, amelyekben a Philips-Jones (2003) szerinti, a sikeres mentoráláshoz szükséges alapvető készségeket kellett értékelniük. A kérdőívek alátámasztották, hogy ezek a készségek nagyon fontosnak tekintendők a kortársmentorálásban, mivel valamennyi készség összességében 4-es vagy 5-ös pontszámot kapott, ami azt jelenti, hogy teljes mértékben, vagy nagyon szükségesek a sikeres kortársmentoráláshoz.

Ez nemcsak a Kortársképzés jelentőségét emeli ki, hanem a projekt is tanulhat a gyakorlatokból, és láthatja, hogyan támogatták ezeket a készségeket, és hogyan adaptálhatják és alkalmazhatják a hasonló módszereket. Ezenkívül a projekt képzési moduljainak kidolgozása során elő kell segítenie a fent említett készségek és kompetenciák előmozdítását, amelyeket már elméletileg is kulcsfontosságúnak határoztak meg, és amelyeket eredményeink is megerősítettek.

Hivatkozások

1. Active Ageing Project (2018). Volunteer Role Description Senior Peer Mentor. <https://www.ageuk.org.uk/bpassets/globalassets/stockport/original-blocks/getinvolved/volunteer/active-ageing-volunteer-peer-mentor-role-description15-ser-aa15.pdf>
2. Antunes, M. H., Valentini, A., Findeisen, D., Tobin, A., Granville, J., & Chinita, F. (2015). *CINAGE Guide for educators*. https://cinage.aidlearn.pt/fls/docs/package/guide_en.pdf
3. Aresi, G., & Weaver, R. H. (2020). Volunteer and healthy ageing: the case of mentoring disadvantaged youth. <https://euspr.hypotheses.org/1438>
1. Baschiera, B., & De Meyer, W. (2016). Support of active ageing through P2P learning. *Journal of Education Culture and Society*, 7(1), 180–192. <https://doi.org/10.15503/jecs20161.180.192>
2. Council of the European Union (2012). *Council Declaration on the European Year for Active Ageing and Solidarity between Generations (2012): The Way Forward*. Council (EPSCO). <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST%2017468%202012%20INIT/EN/pdf>
3. European Commission (2012) The EU Contribution to Active Ageing and Solidarity between Generations. European Commission. https://gddc.ministeriopublico.pt/sites/default/files/emp-11-023-brochureactiveageing_en_webres.pdf





4. Eurostat (2020). *Ageing Europe : looking at the lives of older people in the EU : 2020 edition*, (L,Corselli-Nordblad,editor,H,Strandell,editor) Publications Office.
<https://doi.org/10.2785/628105>
5. Eurostat (2022). Population by age group [Data set].
<https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/tps00010/default/table?lang=en>
6. Holbeche, L. (1996). Peer mentoring: the challenges and opportunities. *Career Development International*, 1(7), 24-27.
7. Philips-Jones, L. (2003). Skills for successful mentoring: Competencies of outstanding mentors and mentees [Booklet]. CCC/The Mentoring Group.
8. United Nations Department of Economic and Social Affairs (2016). Who is being left behind and from what? Patterns of social exclusion. In *Report on the World Social Situation 2016* (pp. 55-104). <https://doi.org/10.18356/ceb9f6e8-en>
9. Walsh, K., Scharf, T., & Keating, N. (2016). Social exclusion of older persons: a scoping review and conceptual framework. *European journal of ageing*, 14(1), 81–98.
<https://doi.org/10.1007/s10433-016-0398-8>
10. World Health Organization. (2002). Active ageing : a policy framework. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>

