

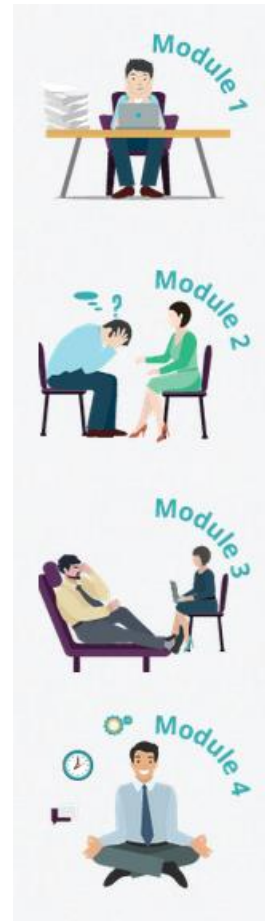
Boo...Stress: Ενισχύοντας τις δεξιότητες των νέων για την αντιμετώπιση του εργασιακού άγχους

Η πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης του BooStress είναι τώρα διαθέσιμη στα αγγλικά!

Το CARDET, το Association Caminos και το Future in Perspective με περηφάνια ανακοινώνουν ότι η πλατφόρμα ηλεκτρονικής μάθησης του έργου BooStress είναι τώρα διαθέσιμη στα αγγλικά. Μέσω της πλατφόρμας αυτής, οι νεαροί επαγγελματίες μπορούν να έχουν πρόσβαση σε όλο το εύρος του διαδικτυακού εκπαιδευτικού υλικού του BooStress, συμπεριλαμβανομένων των διαδικτυακών ενοτήτων του, και να αξιοποιήσουν πλήρως τα διαδραστικά και συνεργατικά εργαλεία του.

Τα διαδικτυακά μαθήματα του έργου BooStress στοχεύουν στο να εξοπλίσουν τους εργαζόμενους νέους και τους νέους σε αναζήτηση εργασίας με δεξιότητες διαχείρισης άγχους, στο πλαίσιο της οδηγίας για την υγεία και την ασφάλεια, αναπτύσσοντας παράλληλα την ικανότητά τους να αντιμετωπίζουν σχετικές προκλήσεις στον χώρο εργασίας τους. Αποτελούνται από 4 διαδικτυακές ενότητες:

1. Προσδιορισμός των στρεσογόνων παραγόντων και των σχετικών κινδύνων από το εργασιακό άγχος
2. Κατανόηση των παραγόντων που σας προκαλούν άγχος, ανάπτυξη στρατηγικών αντιμετώπισης και προσδιορισμός των εκπαιδευτικών σας αναγκών
3. Αναγνώριση της ανάγκης για μια ολοκληρωμένη προσέγγιση για πρόληψη ή αντιμετώπιση προβλημάτων που σχετίζονται με το εργασιακό άγχος
4. Εφαρμογή στρατηγικών αντιμετώπισης με βάση τις ατομικές ανάγκες





Η **συνολική διάρκεια** των τεσσάρων ενοτήτων των διαδικτυακών μαθημάτων αντιστοιχεί σε **20 ώρες**, με επιπρόσθετους **οπτικοακουστικούς πόρους και υλικό για ανάγνωση** που αντιστοιχούν σε τουλάχιστον **40 ώρες**. Το εκπαιδευτικό πακέτο του έργου BooStress βασίζεται σε παιδαγωγικές μεθόδους **ηλεκτρονικής μάθησης**, μάθησης μέσα από πρακτικές εργασίες, μελέτες περιπτώσεων και συνεργασία. Το πλήρες εκπαιδευτικό πακέτο είναι στα αγγλικά και είναι διαθέσιμο **δωρεάν**, ενώ επιλεγμένο διαδικτυακό υλικό θα είναι επίσης διαθέσιμο στα **ελληνικά** και τα **ισπανικά** μέχρι τα μέσα του καλοκαιριού του 2019.

Μη διστάσετε να μπείτε στην πλατφόρμα και να συμμετάσχετε στο ιστολόγιο, όπου μπορείτε να παρουσιάσετε τον εαυτό σας, αλλά και να ανταλλάξετε τις προσωπικές σας εμπειρίες και ιστορίες επιτυχίας στην αντιμετώπιση του εργασιακού άγχους, καθώς και τις σκέψεις και την ανατροφοδότησή σας για τα μαθήματα του έργου BooStress.



Τι ακολουθεί;

Το καλοκαίρι του 2019, οι εταίροι θα ολοκληρώσουν δύο ακόμη παραδοτέα:

- Εργαλεία Αξιολόγησης, Αναγνώρισης και Επικύρωσης Αναγκών BooStress:** Το Εγχειρίδιο αυτό θα ενημερώνει τους εκπαιδευτές, τους υπεύθυνους ανθρώπινου δυναμικού, τους διευθυντές και τους εργαζόμενους για διαθέσιμα εργαλεία και πόρους που μπορούν να χρησιμοποιήσουν για να αξιολογήσουν και να επικυρώσουν τη μάθηση των νεαρών εργαζομένων, από τους οργανισμούς και τις επιχειρήσεις τους, οι οποίοι έχουν ολοκληρώσει το εκπαιδευτικό πακέτο BooStress. Τα εργαλεία θα περιλαμβάνουν: το Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Επαγγελματικών Προσόντων (EFQ), το Ευρωπαϊκό Σύστημα Πιστωτικών Μονάδων για την Επαγγελματική Εκπαίδευση και Κατάρτιση (ECVET), το Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Αναφοράς για τη διασφάλιση της ποιότητας στην Επαγγελματική Εκπαίδευση και Κατάρτιση (EQAVET), το Europass και το Youth Pass.

- Ένα Πακέτο Προσαρμογής και Πολιτικής** το οποίο θα καταγράφει τις εμπειρίες και τα συμπεράσματα των εταίρων από τον σχεδιασμό και την εφαρμογή του έργου. Το Πακέτο Προσαρμογής και Πολιτικής θα λειτουργήσει ως ένας οδηγός για φορείς χάραξης πολιτικής και ενδιαφερόμενα μέρη ώστε να ενσωματώσουν τις μεθόδους, τις πρακτικές και τα εργαλεία που αναπτύχθηκαν από το BooStress σε πρωτοβουλίες ΕΕΚ για τη νεολαία σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο.


Το φθινόπωρο του 2019, θα πραγματοποιηθεί μια σειρά από σεμινάρια στην Κύπρο, την Ιρλανδία και την Ισπανία. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας www.boostress.eu και για τακτικές ενημερώσεις ακολουθήστε μας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης:

