



Co-funded by the
European Union

CARE: Sociālās nāves apzināšanās iniciatīva

Projekta numurs: 2023-2-LV01-KA210-ADU-000176412

Informatīvais biļetens Nr.: 3

Nākamais posms: Sociālās izolācijas shēmas digitālais ceļvedis

Ar prieku paziņojam par Digitālā ceļveža izstrādes uzsākšanu: Sociālās izolācijas shēma - resurss, kas piedāvā praktiskas stratēģijas sociālās izolācijas novēršanai.

Lūk, kas tajā tiks iekļauts:

1. Shēmas apraksts

Izpratne par to, kā sociālās izolācijas shēma veido domas un uzvedību, radot izolācijas ciklus, un kā tos pārtraukt.

2. Sociālās atstumtības ceļi

Uzziniet, kā izolācija attīstās un ietekmē indivīdus izglītības un darba vidē.

3. Zināšanu un kompetences veidošana

Attīstiet tādas būtiskas prasmes kā empātija, novērošana un komunikācija, lai efektīvi atbalstītu izolētus cilvēkus.

4. Izmantojami ieteikumi

Izpētiet uz pierādījumiem balstītas stratēģijas un interaktīvus scenārijus sociālo saišu veicināšanai.



Eiropas Komisijas atbalsts šī projekta sagatavošanai nenozīmē, ka tā saturs tiek atbalstīts, jo tas atspoguļo tikai autoru viedokli, un Komisija nav atbildīga par tajā ietvertās informācijas iespējamo izmantošanu.



Co-funded by the
European Union

Sekoiet līdzī ceļveža publicēšanai! Tikmēr izmēģiniet šos padomus, lai samazinātu atstumtību darba vidē.

1 Atjaunojiet saikni ar kopienu Lai stiprinātu saikni, cieniet dažādas tradīcijas. Pievienojieties komandā labdarības akcijās vai sabiedrisko pakalpojumu pasākumos.

2 Veiciet iesaistīšanos Plānojiet tādus pasākumus kā “Slepenais Ziemassvētku vecītis” vai “Laimes rats”, lai nodrošinātu neformālu mijiedarbību. Iesaistiet kolēģus draudzīgās sarunās vai ielūdzot uz kafiju.

3 Izveidojiet drošas telpas Organizējiet neoficiālas tikšanās, lai dalītos ar domām. Ļaujiet iesaistīties tādā veidā, kas ir ērts visiem.

4 Izmantojiet tehnoloģijas attālinātām komandām Organizējiet virtuālas aktivitātes, piemēram, jautras nodarbības vai atslodzes pēcpusdienas, lai iesaistītu ikvienu.

5 Piešķiriet prioritāti pašaprūpei Aiciniet komandu praktizēt apzinātību vai pievienoties kopienas grupām. Konsultējieties ar darba vietas darba aizsardzības speciālistu vai personāldaļu, lai saņemtu ieteikumus.

6 Iestājiēties par ilgtermiņa pārmaiņām Ierosiniet seminārus, lai risinātu izolētības problēmu un veicinātu iekļaušanu. Popularizējiet kolēģu mentoringa sistēmu, kur cilvēki var veidot saiknes un sniegt savstarpēju atbalstu laika gaitā.

7 Pārdomājiet un iesaistieties Palīdziet izvirzīt mērķus un noteikt pasākumus, lai atjaunotu saikni ar kolēģiem un tradīcijām.

Kopā mēs varam veicināt darbinieku vienotību un saliedētību darbavietā. Padarīsim šo svētku laiku par saskarsmes laiku!

Eiropas Komisijas atbalsts šī projekta sagatavošanai nenozīmē, ka tā saturs tiek atbalstīts, jo tas atspoguļo tikai autoru viedokli, un Komisija nav atbildīga par tajā ietvertās informācijas iespējamo izmantošanu.