

**CONVOLUT-  
verktygslådan**

# **Manual för rådgivare**

Fundera över dina färdigheter för  
volontärarbete

Profil**PASS**  
CONVOLUT



Co-funded by  
the European Union

CONVOLUT är en efterföljare till EU-projekten CORE, COOCOUCO, SCOUT, DISCOVER och KISS, som hittills framgångsrikt har implementerats i syfte att anpassa ProfilPASS som ett kompetensbedömningsverktyg för människor i början av pensionen. Denna målgrupp befinner sig i övergången från anställning till pension och behöver stöd under denna viktiga övergångsfas. CONVOLUT syftar till att inspirera människor i början av pensionen att engagera sig i ett meningsfullt och socialt relevant volontärarbete genom att förse dem med impulser och motivera dem till självreflektion när det gäller de egna färdigheterna och kunskaperna för ideellt arbete. Projektet samordnas av DIE och riktar sig till människor i början av pensionen och till rådgivare i de deltagande länderna (Tyskland, Grekland, Österrike, Sverige, Slovenien och Spanien) som arbetar med målgruppen och främjar deras potential för volontärarbete.

Utvecklad i mars 2023

Europeiska kommissionens stöd för produktionen av denna publikation utgör inte ett stöd för innehållet, som endast återspeglar författarnas åsikter. Kommissionen ansvarar inte för någon användning som kan uppnås av informationen i publikationen.

Detta projekt finansieras av Europeiska kommissionen genom Erasmus+ programmen (KA220 – ADU – samarbetspartnerskap för vuxenutbildning).

Projektkod: 2021-1-DE02-KA220-ADU-000033509

**Publikationen har samordnats av:**

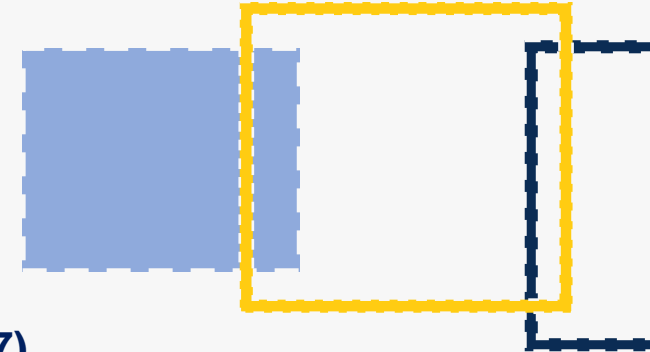
# CONVOLUT-verktygslådan

## Manual för rådgivare

Manualen för rådgivare är referensmaterial som tillhandahåller viktig information och stöd om hur man arbetar med CONVOLUT-verktygslådan och ProfilPASS i förberedelse för pensionen.

### Innehåll

1. Inledning (s. 3)
2. CONVOLUT-verktygslådans bakgrund och syfte (s. 4)
3. Så använder man CONVOLUT-verktygslådan (s. 6)
  - 3.1. Verktyg för rådgivning och användning av "Faktabladen" (s. 7)
  - 3.2. Handböcker för rådgivare (s. 9)
  - 3.3. Navigering i "Listor över ytterligare verktyg, guider och andra användbara projekt" (s. 10)
  - 3.4. Så arbetar man med CONVOLUT-verktygslådan (s. 11)
4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen (s. 12)
  - 4.1. Att hitta rätt i ProfilPASS i förberedelse för pensionen (s. 13)
  - 4.2. Så arbetar man med ProfilPASS i förberedelse för pensionen (s. 15)
  - 4.3. Speciella egenskaper som ProfilPASS har i förberedelse för pensionen (s. 17)



# 1. Inledning

Övergången från anställning till pension är en viktig övergångsfas för de berörda personerna. Pension innebär att det förvärvsarbete som strukturerar vardagen inte längre existerar. Det är alltså möjligt att en känsla av värdelöshet och underprestation kan uppstå. Detta kan uppfattas som en förlust av erkännande och att det saknas en mening med livet. Moderna levnadsvillkor, vardagslivets snabba förändringar, den ekonomiska krisen, hälsokrisen och den utbredda användningen av ny teknik gör att äldre människor alltmer känner sig utanför och oförmögna att harmonisera med den moderna världen. Effekterna på deras psyke, socialisering och allmänna hälsa ökar. För att motverka en eventuell isolering efter pensionen är det viktigt att hitta alternativa verksamhetsområden där människor kan fortsätta att ta ansvar och erhålla uppgifter som ger dem möjlighet att föra den egna kunskapen och erfarenheten vidare till kommande generationer. Av denna anledning strävar CONVOLUT efter målet att hjälpa människor i början av deras pension med att välja det ideella arbete som matchar deras kompetenser.

Den här handboken är den kompletterande manualen till resten av resultaten som producerats under CONVOLUT-projektet med huvudmålet att främja social integration och samhällsengagemang hos människor i början av pensionen, samt att stödja deras egenmakt och livslånga lärande. I huvudsak är det en guide för att navigera i innehållet i CONVOLUT-verktygslådan och ProfilPASS i förberedelse för pensionen. Manualen kan betraktas som referensmaterial och ger förslag till intresserade om hur man använder verktygslådan och ProfilPASS i

förberedelsen inför pensionen.

Manualen är avsedd att tillhandahålla en möjlighet att göra sig förtrogen med verktygen och deras användning, som kan anpassas till målgruppens specifika behov. Verktygen bör användas på lämpligt sätt från fall till fall och beroende på respektive rådgivningsmetod.

## Om CONVOLUT-projektet

CONVOLUT (fundera över dina färdigheter för volontärarbete) syftar till att inspirera människor i början av pensionen att engagera sig i ett meningsfullt och socialt relevant volontärarbete genom att förse dem med impulser och motivera dem till självreflektion när det gäller kompetenserna och kunskaperna för ideellt arbete. Människor i början av pensionen befinner sig i en övergång från anställning till pension och därför tillhandahåller CONVOLUT-projektet stöd i denna livsfas. Projektet samordnas av DIE och riktar sig till rådgivare i de deltagande länderna (Tyskland, Grekland, Österrike, Sverige, Slovenien och Spanien) som arbetar med målgruppen och främjar denna grups potential för volontärarbete.

## 2. CONVOLUT-verktygslådans bakgrund och syfte

Innan CONVOLUT-verktygslådan togs fram, gjordes en omfattande behovsanalys av utgångsläget, bakgrunden och behoven hos målgruppen personer i början av pensionen. Man genomförde skrivbordsstudier, expertintervjuer och fokusgrupper i alla partnerländer (Österrike, Tyskland, Grekland, Slovenien, Spanien, Sverige).

Projektets bakgrund är den demografiska förändringen och de därmed sammanhängande hälsokonsekvenserna för den enskilde och de socioekonomiska utmaningarna för samhället. På grund av den så kallade babyboomgenerationen kommer antalet personer som går i pension att öka mest under perioden fram till 2035 – detta framgår ur EU-kommissionens prognos (European Commission 2012: 3). Av denna anledning strävar CONVOLUT efter att motivera denna grupp av människor att utöva ideellt arbete och följ dem i övergångsfasen till pensionen.

Det planerade projektet anknyter till decenniet för hälsosamt åldrande 2020 till 2030 som utropats av WHO, där människor ska ges möjlighet till ett hälsosamt och långt liv genom förbättring av fysisk, mental och kognitiv hälsa samt deltagande i samhället och ett självbestämt liv. Genom volontärarbete kan den ökande risken för social utestängning och därmed sammanhängande hälsokonsekvenser, till exempel sömnstörningar, hjärt-kärlsjukdomar, depression och andra psykiska sjukdomar reduceras (se även Huxhold, Engstler 2019: 72).

Därutöver följer projektet konceptet livslångt lärande, eftersom befintliga kompetenser förbättras, främjas och används genom engagemang. Den globala covid-19-pandemin betonar vikten av volontärarbete och upprätthållande av det sociala livet. Volontärarbete kan vara ett viktigt bidrag till att upprätthålla social sammanhållning, vilket CONVOLUT-projektet syftar till att främja.

### CONVOLUTs omfattande rapport om identifiering av behov

Nyligen genomförde CONVOLUTs sex partnerländer (Österrike, Tyskland, Grekland, Slovenien, Spanien och Sverige) nationell forskning för att identifiera behoven hos projektets målgrupp.



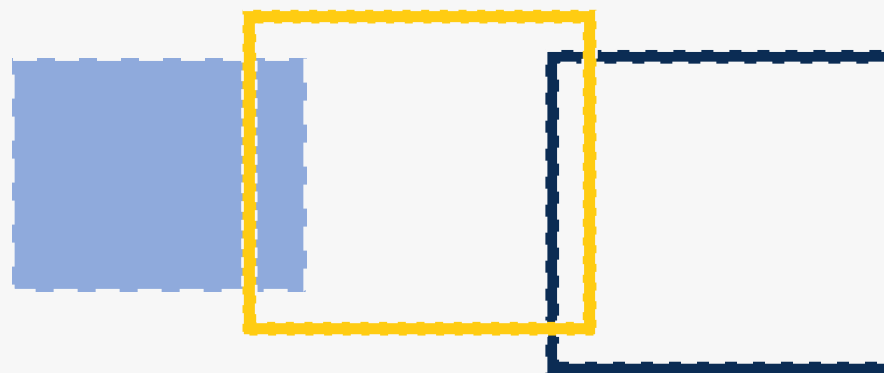
I den omfattande rapporten sammanställs partnerernas resultat och den innehåller god praxis samt användbara rekommendationer för utvecklingen av [CONVOLUT-verktygslådan](#).

## 2. CONVOLUT-verktygslådans bakgrund och syfte

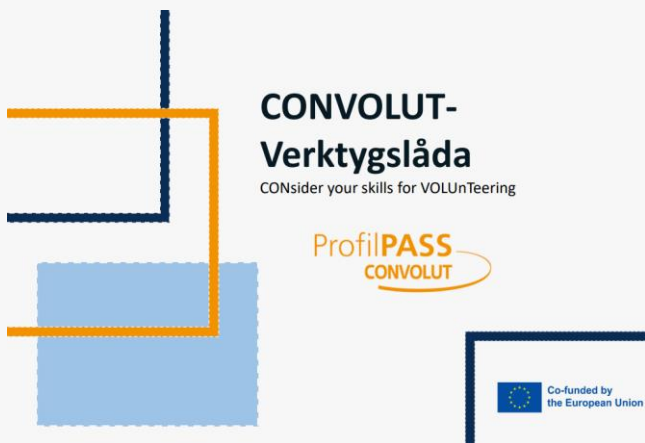
Baserat på ovannämnda skäl är det ytterst viktigt att människor i början av pensionen engagerar sig i volontärarbete eftersom det hjälper dem att behålla sitt sociala deltagande och sin integration. Projektet syftar framför allt till att ge människor impulser i början av pensionen, att initiera självreflektion kring deras kompetenser och kunskaper för att inspirera och aktivera dem för volontärarbete som en form av samhällsengagemang.

Detta är dock kanske inte möjligt utan hjälp av rådgivare (inklusive mentorer, utbildare och samordnare av volontärverksamhet). Genom sitt stöd i kompetensbedömningen och det projektmaterial som utvecklats inom ramen för CONVOLUT-projektet kommer människorna i början av pensionen att få möjligheten att reflektera och lära sig om sina kompetenser och styrkor för samhällsengagemang och kommer att få stöd när det gäller att hitta volontärarbete som matchar deras kompetensprofil, värderingar och intressen.

Därför tillhandahåller denna manual för rådgivare all nödvändig information och alla riktlinjer om hur man använder CONVOLUT-verktygslådan samt ProfilPASS i förberedelse inför pensionen.



### 3. Så använder man CONVOLUT-verktyglådan



Som nämnts ovan består CONVOLUT-verktyglådan av en samling verktyg för kompetensbedömning, verktyg för volontärarbete, reflektionsguider om åldrande och övergång till (aktiv) pension samt handböcker för rådgivare som härrör från olika sammanhang och har utvecklats av olika organisationer. Det är upp till **rådgivarna** vilka verktyg eller metoder de väljer för rådgivningsprocessen med målgruppen som är personer i början av pensionen. Följande förklaringar kommer att ge rådgivare en uppfattning om verktyglådans grundläggande struktur och om var man kan hitta vilka verktyg, guider eller handböcker.

CONVOLUT-verktyglådan är uppdelad i **fem huvudsektioner**, som presenteras i form av ”Faktablad” :

- ProfilPASS i förberedelse för pensionen
- Reflekterande guider om åldrande och övergång till (aktiv) pension
- Verktyg för volontärarbete
- Handböcker för rådgivare
- Kompletterande listor över ytterligare verktyg, guider och andra användbara projekt och länkar, som tillhandahålls i slutet av publikationen



## 3. Så använder man CONVOLUT-verktygslådan

### 3.1. Verktyg för rådgivning och användning av ”Faktabladen”

De första fyra avsnitten behandlar de specifika verktygen. Av dessa tillhandahåller de tre första avsnitten en översikt över de specifika verktygen för användning direkt med målgruppen, medan den fjärde endast riktar sig till rådgivare och deras arbete. Detaljerad förklaring av de fyra första kategorierna följer på de nästa sidorna.

Avsnittsrubrikerna fungerar som tidigare orienteringspunkter. För att hitta det lämpligaste verktyget för sina respektive **rådgivningssammanhang**, kan rådgivarna få en överblick över vart och ett av verktygen med hjälp av ett ”faktablad”. Dessa faktablad ger en kort presentation av verktyget genom att beskriva dess praktiska användning och dess syften, målgruppen och förutsättningarna och villkoren som behövs för att arbeta med verktyget och dess nyckelfunktioner. Dessutom innehåller faktabladet en direkt webblänk till verktyget och tips om var man kan hitta ytterligare information. Därmed får användarna möjligheten att enkelt hitta och få tillgång till olika verktyg som stödjer dem i deras arbete med **människor i början av pensionen** och som är lämpliga för deras respektive behov i rådgivningsprocessen.

#### ProfilPASS i förberedelse för pensionen

Tyska institutet för vuxenutbildning  
Leibniz Centrum för livslångt lärande (DIE)

**Vad handlar det om? (Syftet med verktyget)**  
ProfilPASS i förberedelse för pensionen är mittpunkten i CONVOLUT-verktygslådan. Den stöder systematisk registrering och dokumentation av kompetenser i syfte att skapa en kompetensprofil. Användarna ska inse deras enorma potential. Genom att identifiera kompetenser främjas personlig och postprofessionell vidareutveckling och (om)orientering. Genom en mängd olika impulser och exempel kommer möjligheterna i den nya fasen av livet att demonstreras för användarna.

**Vem är verktyget avsett för? (Målgrupp och möjliga tillämpningar)**  
ProfilPASS i förberedelse för pensionen riktar sig till personer som övergår till pension. För att utveckla denna version av ProfilPASS användes den befintliga ProfilPASS-portföljen och justeringar gjordes med hänsyn till målgruppens behov. Specifikt gjordes anpassningar till innehållet och layouten.

**Överblick av verktyget**  
ProfilPASS i förberedelse för pensionen syftar till att förmedla olika sätt att forma detta specifika skede av livet.


- Man vill stödja människor i att hantera och erkänna sin egen kompetens.
- Man vill motivera människor att gå i pension aktivt och att engagera sig i volontärarbete.
- Den vill rikta vyn inåt mot styrkorna och utåt mot möjligheterna.
- ProfilPASS innehåller många bilder och ikoner.
- Strukturen och förberedelsen av ProfilPASS stöds visuellt.
- Den innehåller citat från vittnesmål som illustrerar innehållet, väcker dem till liv, fungerar som impulser och har identifieringspotential.
- Innehållet i ProfilPASS är indelat i följande kapitel: "Pensionen som vändpunkt", "Mitt liv – en översikt", "Intressen och fritid", "Familj och hushåll", "Vänner och grannskap", "Volontärarbete och engagemang", "Arbete och vidareutbildning", "Utbildning och universitet" och "Skola, barndom och ungdom", "Balansräkning", "Nästa steg och framtidsutsikter" och "Vittnesmålen".

**Klicka här för verktyget**  
[https://convolut.profilpass-international.eu/index.php?article\\_id=143&clang=5](https://convolut.profilpass-international.eu/index.php?article_id=143&clang=5)

**Tillgängliga språk**  
Tyska, engelska, svenska, grekiska, spanska, slovenska

**Ytterligare information**  
[https://convolut.profilpass-international.eu/index.php?article\\_id=127&clang=0](https://convolut.profilpass-international.eu/index.php?article_id=127&clang=0)

*German Institute for Adult Education  
Leibniz Centre for Lifelong Learning  
(DIE)  
Servicestelle ProfilPASS  
Heinemannstrasse 12-14  
53175 Bonn,  
TYSKLAND*



10



Zooma in för att titta närmare på hur ett faktablad ser ut



## 3. Så använder man CONVOLUT-verktygslådan

### 3.1. Verktøy for rådgivning og anvendning av "Faktabladene"

#### 1. ProfilPASS i forberedelse for pensjonen

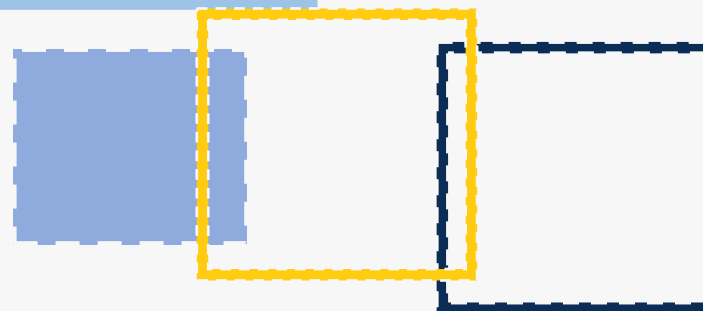
Det første verktøyet og samtidig kernen i CONVOLUT-verktygslådan er den nye versjonen av ProfilPASS, som har blitt tilpasset til målgruppen som er personer i begynnelsen av pensjonen. Den nasjonale forskningen fra CONVOLUT-partnerorganisasjonene har vist at det ikke finnes noe verktøy eller instrument for kompetensvurdering spesifikt for målgruppen i partnerlandene. Av denne anledning fyller utviklingen av nye ProfilPASS denne luken. Nye ProfilPASS i forberedelse for pensjonen samt disse tilpassningene i sammenligning med det generelle ProfilPASS kommer å presenteres på et faktablad etter forklaringen av verktøyslådens struktur.

#### 2. Refleksjonsguider om aldring og overgang til (aktiv) pensjon

Refleksjonsguider om emnene aldring og overgang til (aktiv) pensjon finnes tilgjengelige her. Målgruppen kan først se tilbake på sitt tidligere (arbeids)liv og formulere mål for pensjonen, så at de kan bruke dette som grunnlag for å beslutte om et spesifikt voluntæroppdrag i neste steg. Alle disse guider kan brukes uavhengig, men de kan også implementeres i rådgivningsprosessen eller i gruppearbeid.

#### 3. Verktøy for voluntærarbeid

Denne kategorien inneholder verktøy om emnet voluntærarbeid – fra å lete etter et passende voluntæroppdrag, til guider og informasjon om spesifikke områder av voluntærarbeid. Dessuten om registrering av ferdigheter som er oppnådd gjennom voluntærarbeid og mye annet materiale. Den er delt inn i to kategorier, selvtester og guidebøker for spesifikke områder av voluntærarbeid.



# 3. Så använder man CONVOLUT-verktygslådan

## 3.2. Handböcker för rådgivare

Denna del av CONVOLUT-verktygslådan innehåller riktlinjer och handböcker för rådgivare. Detta undervisningsmaterial kan stödja rådgivarnas kompetensutveckling och hjälpa dem att utforma rådgivningsprocesser med CONVOLUT-målgruppen som är människor i början av pensionen. Handböckerna presenteras genom att återigen använda mallen för faktabladet.

### EPALE Resurspaket: Inkludering av den äldre befolkningen och lärande mellan generationerna Europeiska kommissionen

#### Vad handlar det om? (Syftet med verktyget)

Olika bidrag och resurser som kan användas för att utveckla utbildningsutbudet presenteras. Målet är att stödja integrationen av äldre och erbjuda dem möjlighet att delta i det sociala livet och att forma sitt eget äldre på ett självbestämt sätt.

#### Vem är verktyget avsett för? (Målgrupp och möjliga tillämpningar)

Resurspaketet riktar sig till organisationer, praktiker och utbildningsledare som arbetar med människor i deras senare vuxenålder.

#### Överblick av verktyget

Verktyget är indelat i bidrag på bloggar, som presenterar t.ex. konkreta projekt, och resurser, där metoder och material för att arbeta med äldre listas. Resurspaketet syftar till att svara på följande frågor:

Hur förändras den äldre generationens utbildningsbehov? Vad bör beaktas i utbildningserbjudanden för äldre deltagare? Vilka utmaningar skapar Covid-krisen för utbildningsanordnare när det gäller utformning och genomförande av kurser? Vilka färdigheter är viktiga för aktivt äldre? Hur kan äldre få stöd i utvecklingen av digitala färdigheter? Hur kan vi motverka stigmatiseringen av äldre och främja en positiv äldredekultur? Hur kan socialt deltagande formas genom initiativ mellan generationerna? Hur kan människor bli medvetna om ämnet ålderdom från ung vuxen ålder?

För att få tillgång till dokumentet krävs en kostnadsfri registrering på EPALE:s webbplats.

Klicka här  
för verktyget

[https://epale.ec.europa.eu/system/files/2021-04/Ressourcen%20KIT\\_Link\\_lusion%20der%20alternden%20Bevo%CC%88lkerung.pdf](https://epale.ec.europa.eu/system/files/2021-04/Ressourcen%20KIT_Link_lusion%20der%20alternden%20Bevo%CC%88lkerung.pdf)

Tillgängliga språk

Tyska

Ytterligare  
information

<https://epale.ec.europa.eu/de/blog/epale-deutschland-ressourcen-kits#:text=The%20EPALE%20Resource%20Kit%20on%20the%20Topic%20Inclusion%20of%20the%20Aging%20Bevo%20and%20Design%20of%20Educational%20Programmes>

Zooma in för att titta närmare på hur ett faktablad ser ut



## 4. Handböcker för rådgivare

Denna del av CONVOLUT Verktøyglådan innehåller riktlinjer, policyer och handböcker för rådgivare. Detta läromedel kan stödja kompetensutvecklingen hos rådgivare och hjälpa dem att utforma rådgivningsprocesser med CONVOLUT-målgruppen.

Faktabladet som presenterar **handböckerna för rådgivare** följer medvetet samma struktur som faktabladet som presenterar verktygen för rådgivning eftersom de är avsedda som hjälp för rådgivarna.

Handböckerna har separerats från resten av verktygen, eftersom de kan användas på flera olika sätt och presenterar ett flertal tillvägagångssätt för ett ämne. Det kräver en annan mentalitet och strategi när de används.

# 3. Så använder man CONVOLUT-verktygslådan

## 3.3. Navigering i "Listor över ytterligare verktyg, guider och andra användbara projekt och länkar"

Om rådgivarna behöver ytterligare verktyg för rådgivningsprocessen eller inte har hittat ett lämpligt verktyg i faktabladet, finns möjligheten att titta på följande urval "Listor över ytterligare verktyg, guider och andra användbara projekt och länkar". Dessa verktyg, guider och andra användbara projekt och länkar har samlats in inom ramen för forskningen för CONVOLUT-verktygslådan.

Lista över andra användbara projekt och länkar:

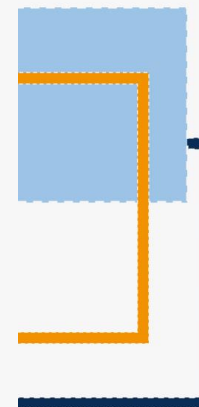


Namn	Organisation	Särskilda funktioner/beskrivning	Språk	Web address
Voluntariado	Comunidad Madrid	Webbplatsen för Madrides volontärverksamhet innehåller också ett avsnitt om utbildning för volontärer. Här erbjuds aktuella utbildningar för volontärer och potentiella volontärer, t.ex. om hur man startar volontärarbete eller hur man arbetar med olika målgrupper.	Spanska	<a href="https://www.comunidad.madrid/etiquetas/voluntariado">https://www.comunidad.madrid/etiquetas/voluntariado</a>
TSITour	Ovar Forma (PT), CEPROF (PT), Fundación INTRAS (ES), Centro por il Sviluppo creativo "Danilo Dolci" (IT), KMOP (GR), DEFOIN (ES)	Utbildningen som ingår i detta projekt syftar till att ge deltagarna rätt verktyg för att skapa, genomföra och utvärdera ett projekt om social inkludering av äldre som frivilliga "Local Storytellers".	Engelska, grekiska, italienska, portugisiska, spanska	<a href="https://tsitour.eu/about/">https://tsitour.eu/about/</a>
Senior Volunteers for Migrant Integration	International House Vilnius-Soros (LT), Anmiro Oy (FI), DIAN (GR), ifa Akademie (GER), GSV095 (FR), Medardo Cóboto (LT)	Syftet med projektet är att främja utvecklingen av sociala, medborgerliga, interkulturella och frivilliga färdigheter genom att ge företrädare för båda målgrupperna unika möjligheter till integration och återintegrering i samhället.	Engelska, finska, grekiska, litauiska, franska, tyska	<a href="http://www.seniors4migrants.eu/en/about-the-project">http://www.seniors4migrants.eu/en/about-the-project</a>
Toolkit for youth volunteering and social action in health and social care	NHS Department of health and social care (UK)	Verktygslådan handlar om rekrytering av unga volontärer. Den diskuterar också hur man kan göra volontärarbete attraktivt för ungdomar och hur man kan hantera förväntningar på sysselsättning.	Engelska	<a href="https://volunteeringmatters.org.uk/app/uploads/2018/11/YSA_Toolkit_2018_FINAL.pdf">https://volunteeringmatters.org.uk/app/uploads/2018/11/YSA_Toolkit_2018_FINAL.pdf</a>
Aktive-Renter.de Magazine for senior citizens	TippsNET GmbH	Denna nättidning för seniorer behandlar olika äldres ämnen varje vecka och ger tips om utbildning, fritid, pengar, trygghet och boende.	Tyska	<a href="https://www.aktive-renter.de/">https://www.aktive-renter.de/</a>

42

Namn	Organisation	Särskilda funktioner/beskrivning	Språk	Web address
Volunteering and it's Surprising Benefits	Help Guide	Verktyget hjälper till att identifiera sina mål och intressen för volontärarbete, att hitta en organisation och att få ut det mesta av volontärarbete. En annan intressant egenskap är att fördelarna med volontärarbete för välbefinnande beskrivs.	Engelska	<a href="https://www.helpguide.org/articles/healthy-living/volunteering-and-its-surprising-benefits.htm">https://www.helpguide.org/articles/healthy-living/volunteering-and-its-surprising-benefits.htm</a>
Self-assessment of emotional intelligence	Vrednotenje in priznanje neformalnega znanja (VPNZ) (Appreciation and recognition of non-formal learning)	Verktyget kan hjälpa till att upptäcka vår egen profil av emotionell intelligens och att identifiera styrkor och svagheter. Detta kan vara särskilt användbart vid känslomässiga spänningar och problem i arbets- eller livsmiljön som inte kan lösas av oss själva, när vi upplever spänningar i våra relationer, när vi känner att vi inte har kontroll över känslomässiga reaktioner, när vi känner oss trötta utan någon speciell anledning etc.	Slovenska	Frågeformulär: <a href="https://vpnz.acs.si/cj/">https://vpnz.acs.si/cj/</a>  Instruktioner för användning: <a href="https://vpnz.acs.si/Custvena_intelligentnost_vodila_za_svetovalce">https://vpnz.acs.si/Custvena_intelligentnost_vodila_za_svetovalce</a>
E-Portföljio	Andragoški centre Republike Slovenije (Slovenian Institute for Adult Education)	E-portföljien är avsedd att hjälpa till att formellt registrera de färdigheter som förvärvats genom volontärarbete så att de kan användas när du söker jobb eller vidareutbildning. Volontärer kan stödjas av mentorer i sin volontärorganisation.	Slovenska	<a href="https://eportfoljio.acs.si/">https://eportfoljio.acs.si/</a>
Die Engagement-berater	Deutscher Caritasverband e.V.	Caritas Tyskland erbjuder rådgivning om volontärarbete i sina cirka 50 volontärcenter. På denna webbplats finns ytterligare information och annat material, t.ex. om volontärcenters arbete med flyktingar eller med familjer.	Tyska	<a href="https://www.caritas.de/spendeundengagement/engagieren/ehrenamt/freiwilligenzentren/">https://www.caritas.de/spendeundengagement/engagieren/ehrenamt/freiwilligenzentren/</a>

43



### Listor över ytterligare verktyg, guider och andra användbara projekt och länkar

Om du behöver ytterligare verktyg eller appar för din vägledningsprocess eller inte har hittat ett lämpligt verktyg i faktabladet kan du titta på följande urval av ytterligare verktyg och appar. Dessa verktyg och appar har samlats in som en del av forskningen för CONVOLUT-verktygslådan.




41


### 3. Så använder man CONVOLUT-verktygslådan

#### 3.4. Så arbetar man med ProfilPASS

CONVOLUT-verktygslådan som presenteras här förser rådgivare med omfattande urvalsmöjligheter och möjligheten att flexibelt använda verktyg som bäst matchar deras behov för rådgivningsprocessen och de individuella behoven hos deras rådsökande. Du kan leta efter ett specifikt verktyg utifrån de givna kategorierna och på så sätt hitta en användbar metod för din respektive rådgivningssituation.

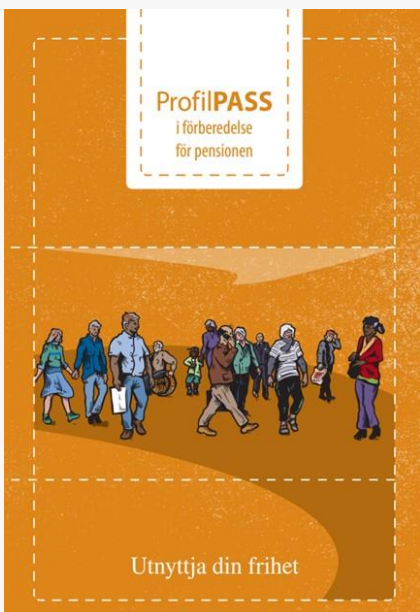
Om du söker stöd i rådgivningsprocessen kommer du att ha följande alternativ för hur du kan arbeta med verktygslådan:

 Du kan använda **kompetensbedömningsverktyg** så att den rådsökande kan genomföra en delvis eller hel kompetensbedömning på egen hand inför rådgivningsprocessen. Resultaten av denna förhandsbedömning och/eller de erfarenheter som den rådsökande rapporterar kan fungera som indikatorer för rådgivaren att anta de fortsatta rådgivningsstegen för individuella behov och för den rådsökandes respektive utgångssituation.

 **Verktyg för volontärarbete** kan också åtföljas av flera verktyg som presenteras i de olika kategorierna i CONVOLUT-verktygslådan. De kan kombineras med antingen några av de ovannämnda reflektionsguiderna eller med ProfilPASS i förberedelse för pensionen för att främja den rådsökandes dynamik.

**Allt som allt uppmuntras du till kreativt arbete med verktygslådan,  
till exempel genom att inte bara kombinera olika verktyg, utan även vissa delar av olika verktyg.**

## 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen



ProfilPASS i förberedelse för pensionen vänder sig till personer som är på väg att gå i pension. ProfilPASS ger användarna möjlighet att skapa en kompetensprofil genom att systematiskt registrera och dokumentera sina kompetenser och identifiera sin egen potential, även om den fortfarande är okänd.

### 4.1. Att hitta rätt i ProfilPASS i förberedelse för pensionen

ProfilPASS i förberedelse för pensionen baseras på ProfilPASS – ett verktyg för att identifiera och dokumentera egna färdigheter och kompetenser. Den skapades ursprungligen av det [tyska institutet för vuxenutbildning](#) och har vidareutvecklats i olika europeiska projekt.

ProfilPASS i förberedelse för pensionen har en struktur och presentation som stöds visuellt för att likna en tidskrift. ProfilPASS innehåller många bilder och symboler, samt rapporter om erfarenheter som illustrerar innehållet, gör det mer levande, fungerar som impulser och har identifieringspotential.

1 Det första kapitlet "Pensionen som en vändpunkt" är en välkomstkolumn i redaktionell stil som syftar till att presentera de första koncepten som ingår i den anpassade ProfilPASS och motivera användarna att fortsätta framåt. I det här kapitlet betonas hur viktigt det är att se pensionen som ett spännande kapitel i livet.

2 Det andra kapitlet "Frihet från är frihet för" börjar med en uppsättning inspirerande uttalanden som visar hur friheten från skyldigheter innebär frihet för allt som är viktigt för dig. Många erfarenheter som delas i form av verkliga vittnesmål används i syfte att motivera och inspirera användarna.

3 Det tredje kapitlet behandlar "Att känna till potential, använda möjligheter, forma framtiden" och fungerar som en första möjlighet för individen att förstå vad ProfilPASS är och hur man använder den för att upptäcka sina egna styrkor och kompetenser. Den tillhandahåller också en orientering om hur ProfilPASS kan användas tillsammans med en rådgivare.

4 Fjärde kapitlet "Mitt liv – en överblick" fungerar som en första strukturering av användarnas färdigheter och erfarenheter genom att granska deras livs olika aktivitetsstationer.

## 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen

### 4.1. Att hitta rätt i ProfilPASS i förberedelse för pensionen

ProfilPASS-systemet fungerar enligt följande grundschema, inklusive fyra centrala steg som måste genomföras för varje station (verksamhetsområde):

Steg 1	Namnge	Här uppmanas användarna att identifiera och namnge viktiga skeden, händelser och aktiviteter i sina liv.
Steg 2	Beskriva	Här bör användarna beskriva sina aktiviteter exakt.
Steg 3	Hitta essensen	Här kommer de kompetenser som utvecklats genom deras aktiviteter att räknas upp.
Steg 4	Utvärdera	Här kommer kompetenserna att utvärderas genom ett betygssystem och deras värde kommer att bedömas.

Det femte kapitlet "På en upptäcktsresa genom dina färdigheter" presenterar användarna dessutom 4-stegsschemat enligt vilket deras stationer när det gäller erfarenheter och kompetenser analyseras mer djupgående.

5

Sjätte kapitlet, "Intressen och fritid", tillhandahåller en översikt över vardagslivet med möjlighet att bedöma kompetensen i varje intresse med hjälp av ett en-till-trestjärnigt system.

6

I det åttonde kapitlet, "Vänner och grannskap", åtföljs en översikt av samhällsengagemang av en utvärdering av karaktär och egenskaper.

8

Tionde kapitlet, "Arbete och vidareutbildning" kretsar kring yrkeskunskaper med fokus också på vad de rådsökanden tyckte om och vad de inte tyckte om.

10

I det tolfte kapitlet "Skola, barndom och ungdom" kan användarna ta sig tid och reflektera över sina yngre år och vad de kan använda från den tiden.

12

I det sjunde kapitlet, "Familj och hushåll", finns en översikt över relationerna och hemlivet med bedömningstabeller för varje input med användning av ett en-till-trestjärnigt system.

7

I nionde kapitlet, "Volontärarbete och ideellt engagemang" tillhandahålls en översikt över hur och vad rådsökande kan göra i samband med ett volontärarbete.

9

I elfte kapitlet, "Utbildning och studier", har individer möjlighet att fokusera på den utbildning och de studier de redan har slutfört.

11

Ett "resultat" av alla identifierade och bedömda kompetenser samlas in.

13

## 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen

### 4.1. Att hitta rätt i ProfilPASS i förberedelse för pensionen

**14** I fjortonde kapitlet, "Nästa steg och utsikter" uppmanas användaren att dra slutsatser från de insikter som erhållits och planera sina nästa steg. Detta är viktigt för att de ska kunna utnyttja sina färdigheter på ett optimalt sätt efter pensionen och göra det de är riktigt bra på och tycker om.

**15** I det femtonde kapitlet, "vittnesmålen" får läsaren lära känna de människor lite bättre som hjälpte till att ge verkliga, realistiska och synliga exempel på hur ett fullbordat liv kan se ut efter pensionen.  
För detta tackar projektkonsortiet var och en av de åtta följeslagarna!

**16** I sextonde kapitlet, "Länkar och adresser", har man sammanställt några kontaktpunkter och organisationer, där personer som följer processen med ProfilPASS i förberedelse för pensionen kan ställa upp som volontärer eller få mer information om volontärarbete.

**17** Sjuttonde kapitlet, "Information om CONVOLUT-projektet", innehåller en kort introduktion till projektet och finansieringsmekanismen.






# 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen

## 4.2. Så arbetar man med ProfilPASS i förberedelse för pensionen

### Vilka är de grundläggande principerna för arbete med ProfilPASS i förberedelse för pensionen?

Alla versioner av ProfilPASS baseras på en gemensam uppfattning om rådgivning. Grundkonceptet för ProfilPASS ser rådgivning som en kommunikativ och interaktiv process med fokus på kapacitetsuppbyggnad i samband med reflektion och utbyte. Enligt denna grundförståelse baserar arbetet med ProfilPASS i förberedelse för pensionen på tre kärnprinciper:

-  Rådgivning med ProfilPASS i förberedelse för pensionen är inriktad på en uppfattning om människan där människor anses vara kapabla till livslång utveckling, förändring och lärande. Rådgivning blir därmed snarare en attityd än en teknik och kännetecknas av autenticitet, uppskattning och empatisk förståelse.
-  Konstruktivismens teori utgör den teoretiska grunden för arbetet med ProfilPASS. Enligt denna finns det ingen objektiv verklighet utan endast subjektiva verkligheter som aktivt skapas av varje person. Tillägandet av kunskaper och kompetenser anses alltså vara varje ämnes egna bidrag. Rådgivning ligger därför till grund för principerna för en möjliggörande didaktik.
-  Slutligen är rådgivning biografiskt arbete. Detta innebär att en persons individuella biografi är utgångspunkten för reflektionsprocesser och användarna formar denna process som experter för de egna biografierna.

Därutöver är följande didaktiska principer centrala:

- ✓ Processtransparens
- ✓ Deltagarorientering
- ✓ Stöd för självreglering och självorganisering
- ✓ Rådgivning för alla delar av ProfilPASS i förberedelse för pensionen
- ✓ Inriktning mot kompetens, reflektion och lärandeintressen



# 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen

## 4.2. Så arbetar man med ProfilPASS i förberedelse för pensionen

### Rådgivningsprocessen

Rådgivningsprocessen med ProfilPASS i förberedelse för pensionen kan variera från fall till fall beroende på de mål som överenskommit mellan den rådsökande och rådgivande.

Rådgivningsprocessen bör dock alltid innehålla följande punkter (se även tab. 1). I början av rådgivningen ska den rådsökande informeras om skälen bakom arbetet med ProfilPASS i förberedelse för pensionen och de enskilda steg som kommer att genomföras bör presenteras. Att klargöra användarens mål och förväntningar på rådgivningsprocessen är en annan central del. Därutöver bör rådgivarna och den rådsökande gemensamt komma överens om sina respektive ansvarsområden under den pågående rådgivningsprocessen. Följaktligen måste även en övergripande tidsram och tidsfrister fastställas. Som avslutande del av rådgivningsprocessen bör resultaten och ytterligare mål för framtiden diskuteras.

Arbetssteg i rådgivningsprocessen	Syfte
Förberedelse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• utveckling av ett förverkligande scenario</li> <li>• organisering av rådgivningssituationen</li> </ul>
Startfas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• klargörande av rådgivningsuppdraget (eventuellt med ett avtal)</li> <li>• användning av strukturen i ProfilPASS i förberedelse för pensionen</li> </ul>
Utvärderingsfas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bedömning av kompetensen enligt biografin och användarens erfarenheter</li> <li>• åtfölja och stödja självutforskningen</li> </ul>
Balanseringsfas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bedömning av styrkor</li> <li>• skapande av en kompetensbalans</li> </ul>
Utvecklingsfas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• formulering av utvecklingsmål</li> <li>• framtagning av en handlingsplan</li> </ul>
Utvärderingsfas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• slutlig rådgivning</li> </ul>
Efterbehandling	<ul style="list-style-type: none"> <li>• överblick över framgångsrika/problematiska lärandesituationer</li> <li>• konsekvenser för fortsatta lärandesituationer</li> </ul>

Tab. 1 Modell för rådgivningsprocess för ProfilPASS i förberedelse för pensionen



## 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen

### 4.3. Speciella egenskaper som ProfilPASS har i förberedelse för pensionen

#### Skräddarsy efter målgruppens behov

Den färdiga publikationen ProfilPASS i förberedelse för pensionen har utformats för att likna en vänlig och lättläst tidskrift, för att inte verka vara ett skrämmande eller nedlåtande bedömningstest. För att åstadkomma detta utseende har följande funktioner etablerats:

- ✓ Användning av lättlästa och förståeliga teckensnitt som är tillgängliga och läsbara på alla partnerspråk.
- ✓ Användning av riktiga bilder och undvikande av ikoner och emojis som målgruppen kanske inte känner till.
- ✓ Vittnesmål från verkliga människor som ger realistiska insikter om pensionärlivet.
- ✓ Formulär och ifyllbara aktiviteter på sidan, precis som i tidskrifter
- ✓ Användning av ytterligare hjälpmedel såsom
  - flervalfrågor
  - närbilder
  - matriser
  - utskrivbar pdf av ProfilPASS i förberedelse för pensionen
  - skrivbordsversion av ProfilPASS i förberedelse för pensionen.



” Jag har lite av alla fyra typerna. Vid 59 års ålder blev jag egen företagare på 100%. Innan dess var jag anställd på heltid och frilansande skribent/copywriter. Nu delar jag med mig av min kunskap och erfarenhet till andra, yngre människor. Samtidigt reser jag mycket inom Europa. Jag pendlar mellan Österrike och Frankrike. Nu tar jag mig tid att läsa de böcker som jag alltid har velat läsa för avkoppling och min andra hobby är cykling. Min verksamhet som egen företagare kan jag till 100 % utöva var som helst ifrån.

Birgit Wichmann ■ ■ ■ ■



” Jag är en sökande. Jag lämnade min arbetsvärld och gav mig iväg på en cykeltur som varade i flera månader. Efter det ville jag använda min sakkunskap för att skapa möjligheter för uppdrag utomlands.

Johannes Wiedemann ■



## 4. Så använder man ProfilPASS i förberedelse för pensionen

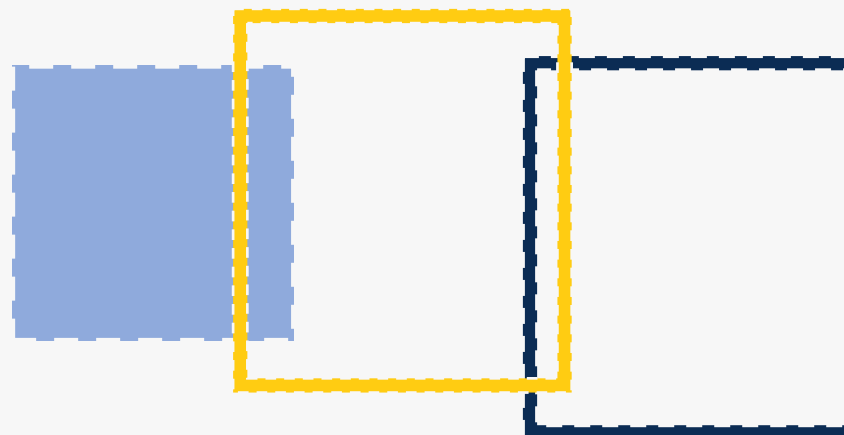
### 4.3. Speciella egenskaper som ProfilPASS har i förberedelse för pensionen

#### Rådgivningens varaktighet

När det gäller tidsramen, bör den totala varaktigheten av rådgivningsprocessen vara minst 5 timmar för ett enskild rådgivningstillfälle och 10 timmar för en grupprådgivning. Denna information avser dock en rådgivningsprocess där kompetensbedömningen står i förgrunden.

När kompetensutveckling och till exempel fortsatt rådgivning om yrkesval ingår krävs det mer tid. När det gäller de olika alternativen för hur processen kan genomföras är det inte möjligt att bestämma hur mycket tid som krävs.

Arbetet med ProfilPASS i förberedelser för pensionen är dessutom omfattande och kan vara utmanande när det gäller intensiteten av den reflektion som krävs. Det kan av denna anledning vara bra att schemalägga pauser mellan rådgivningstillfällen. Dessutom kan användarna arbeta självständigt med delar av ProfilPASS i förberedelse för pensionen som hemuppgift.



Europeiska kommissionens stöd för produktionen av denna publikation utgör inte ett stöd för innehållet, som endast återspeglar författarnas åsikter. Kommissionen ansvarar inte för någon användning som kan uppnås av informationen i publikationen.

Detta projekt finansieras av Europeiska kommissionen genom Erasmus+ programmen (KA220 – ADU – samarbetspartnerskap för vuxenutbildning).  
Projektkod: 2021–1–DE02–KA220–ADU–000033509

Publikationen har samordnats  
av:



CONVOLUT-verktygslådan Manual för  
rådgivare är licensierad enligt CC BY-SA 4.0

