

# ERF: Προσωπική και Κοινωνική Ικανότητα και Ικανότητα Μάθησης

3. Μαθαίνω να μαθαίνω για μια ζωή με νόημα

Κέντρο διαχείρισης MMC

*Διάρκεια: 8 ώρες*

# Κοινοπραξία έργου

**Συντονιστής:**



**Συνεργάτες:**



Jordan Youth Innovation Forum  
الملتقى الأردني للإبداع الشبابي

# Λεπτομέρειες έργου

**Τίτλος:** "Κοινή ανάπτυξη, πιλοτική εφαρμογή και επικύρωση προγραμμάτων σπουδών και εκπαιδευτικού υλικού επιχειρηματικής νοοτροπίας και βασικών δεξιοτήτων για τρίτες χώρες"

**Ακρωνύμιο:** EMSA (Επιχειρηματική νοοτροπία και δεξιότητες για όλους)

**Αριθμός συμφωνίας:** 101092477 - EMSA - ERASMUS-EDU-2022-CB-VET

**Πρόγραμμα:** Επαγγελματική Εκπαίδευση και Κατάρτιση (EEK)

**Πρόσκληση υποβολής προτάσεων:** ERASMUS-EDU-2022-CB-VET

**Ημερομηνία έναρξης:** 01.01.2023

**Ημερομηνία λήξης:** 31.12.2025

# Προσωπική και Κοινωνική Ικανότητα και Ικανότητα Μάθησης

## Στόχος κατάρτισης

Στόχος του εργαστηρίου είναι να προωθήσει τη μάθηση για τον εαυτό μας ώστε να αξιοποιήσουμε στο έπακρο τις προσωπικές μας δυνατότητες, τη μάθηση για τους άλλους ώστε να συνεργαζόμαστε αποτελεσματικά στο εργασιακό περιβάλλον και σε κοινωνικά πλαίσια, και τη μάθηση για να μάθουμε να εξελισσόμαστε τόσο προσωπικά όσο και επαγγελματικά. Οι εκπαιδευόμενοι θα μάθουν: α) να προβληματίζονται για τον εαυτό τους ώστε να διατηρούν τη σωματική και ψυχική τους υγεία, να προσδιορίζουν και να θέτουν στόχους με βάση τις ικανότητες και τις δυνατότητές τους ώστε να παραμένουν παρακινημένοι και να διαχειρίζονται αποτελεσματικά το χρόνο και τις διαθέσιμες πληροφορίες τους ώστε να παραμένουν ανθεκτικοί- β) να συνεργάζονται με τους άλλους με εποικοδομητικό και μη συγκρουσιακό τρόπο, αγκαλιάζοντας την πολιτισμική ποικιλομορφία και χρησιμοποιώντας ενσυναίσθηση που δημιουργεί θετικές σχέσεις- και γ) να διαχειρίζονται τη δική τους μάθηση και σταδιοδρομία μέσω της κριτικής σκέψης, της εφαρμογής της προηγούμενης μάθησης και του εντοπισμού ευκαιριών για μάθηση και ανάπτυξη, μεταξύ άλλων με τη χρήση πόρων και εργαλείων για συμβουλές σταδιοδρομίας και επιχειρηματικότητας και με την εφαρμογή στρατηγικών για επαγγελματική ανάπτυξη.



# Προσωπική, κοινωνική και μαθησιακή επάρκεια

# Μάθηση

# Αποτελέσματα

## Όσον αφορά τη γνώση:

- ✓ Εξηγήστε τι είναι η θετική αυτοεικόνα και η νοοτροπία ανάπτυξης.
- ✓ Ορισμός της πολιτισμικής ποικιλομορφίας και της ενσυναίσθησης.
- ✓ Αναφέρετε πηγές και εργαλεία για συμβουλές σταδιοδρομίας και ανάπτυξης (επαγγελματική ανάπτυξη), καθώς και για την επιχειρηματικότητα.

## Όσον αφορά τις δεξιότητες:

- ✓ Προσδιορίστε τις προσωπικές ικανότητες και δυνατότητες για να δημιουργήσετε μια θετική εικόνα του εαυτού σας και να αναπτύξετε μια νοοτροπία ανάπτυξης.
- ✓ Εφαρμογή συνεργατικής εργασίας με βάση την εποικοδομητική επικοινωνία και τη χρήση τεχνικών ενσυναίσθησης.
- ✓ Εφαρμόστε στρατηγικές για προσωπική ευημερία και επαγγελματική ανάπτυξη.

## Όσον αφορά τις ικανότητες:

- ✓ Αντιμετώπιση των αναγκών και των προκλήσεων της αγοράς, καθώς και των κοινωνικών αναγκών και προκλήσεων, με τη διαχείριση της δικής του μαθησιακής πορείας.
- ✓ Δημιουργία και διατήρηση θετικών σχέσεων.
- ✓ Χρησιμοποιήστε μεταγνωστικές στρατηγικές για τη μάθηση.

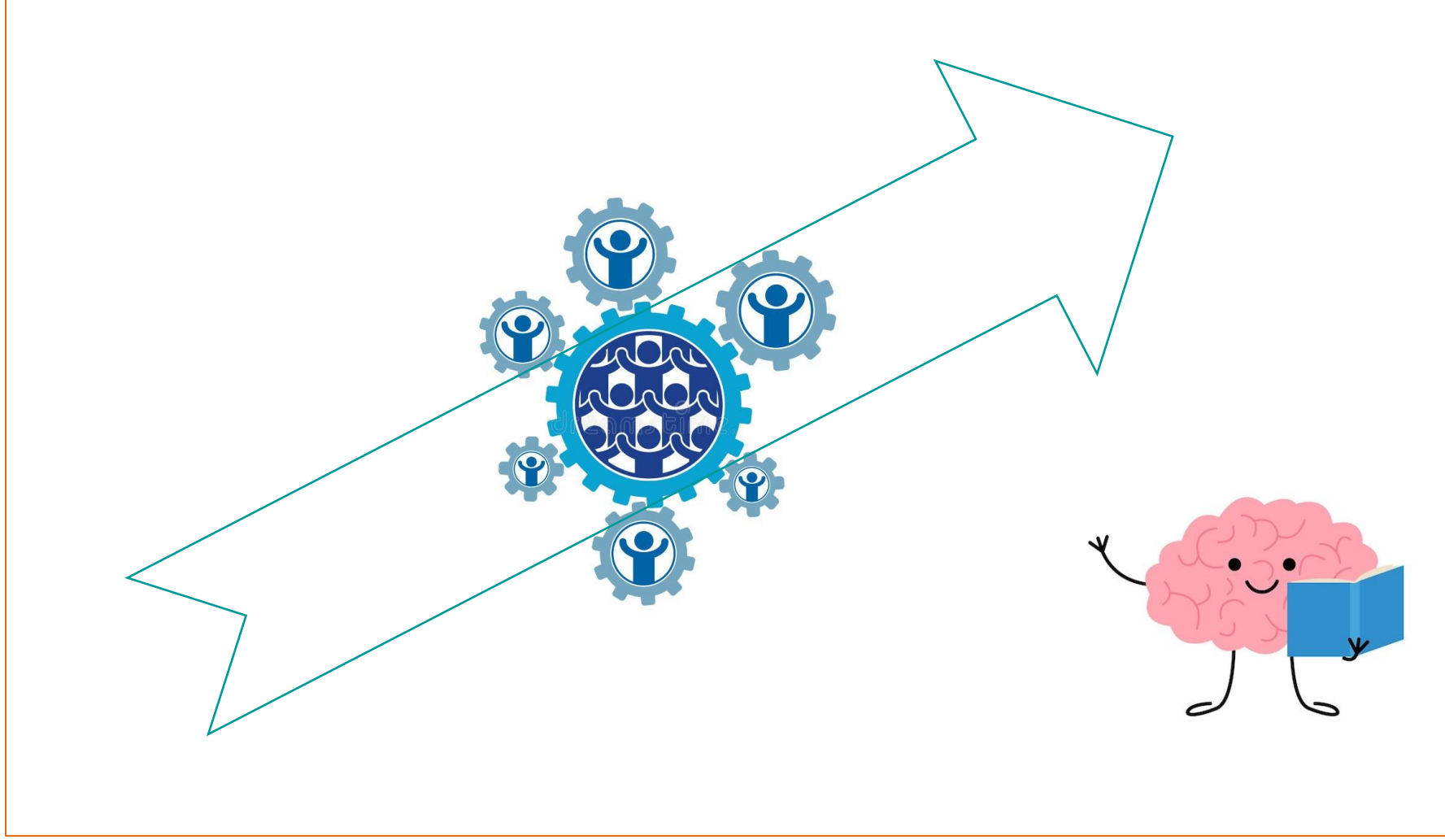
## ERF: The European Reference Framework (Key Competences for Lifelong Learning)



Η ικανότητα να αναστοχάζεται κανείς τον εαυτό του, να διαχειρίζεται αποτελεσματικά το χρόνο και τις πληροφορίες, να συνεργάζεται με άλλους με εποικοδομητικό τρόπο, να παραμένει ανθεκτικός και να διαχειρίζεται τη μάθηση και τη σταδιοδρομία του. Περιλαμβάνει επίσης την ικανότητα να αντιμετωπίζει κανείς την αβεβαιότητα και την πολυπλοκότητα, να μαθαίνει να μαθαίνει, να υποστηρίζει τη σωματική και συναισθηματική του ευεξία, να διατηρεί τη σωματική και ψυχική του υγεία και να είναι σε θέση να ζει με συνείδηση της υγείας του, με προσανατολισμό στο μέλλον, να ενσυναίσθημα και να διαχειρίζεται τις συγκρούσεις σε ένα πλαίσιο χωρίς αποκλεισμούς και με υποστήριξη".

Τι αρμοδιότητα ERF  
είναι η εκπαίδευσή  
μας;

Μπορείτε να περιγράψετε την  
εικόνα;



## Χάρτης εκπαιδευτικής διαδρομής (Επίπεδο επάρκειας)

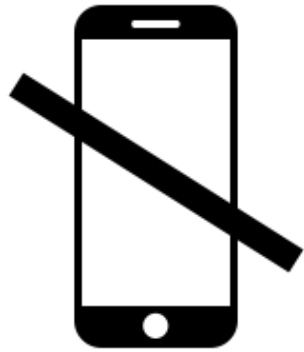
**Μαθαίνοντας για τον  
εαυτό μας για να  
επιτύχουμε το πλήρες  
δυναμικό μας**

**Μάθηση για τους άλλους  
για κοινωνική και  
επαγγελματική  
ανάπτυξη**

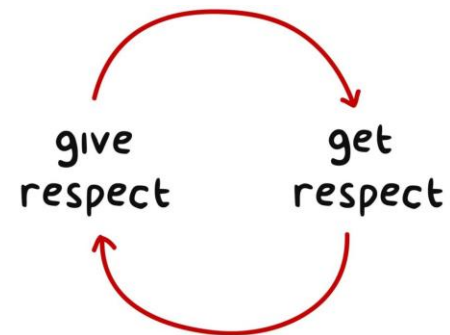
**Μαθαίνω να μαθαίνω  
για μια ζωή με νόημα**



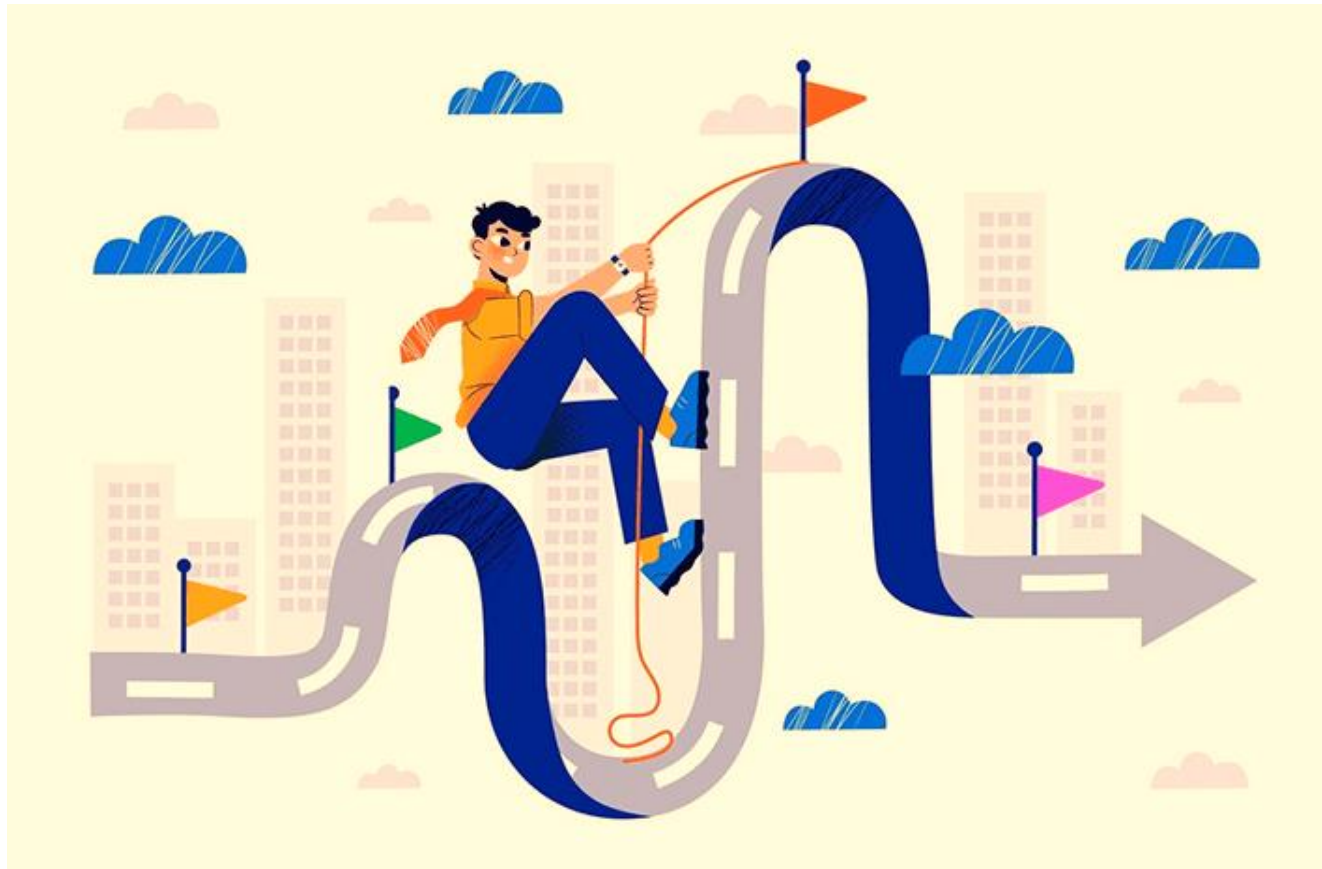
# Κανόνες κατάρτισης



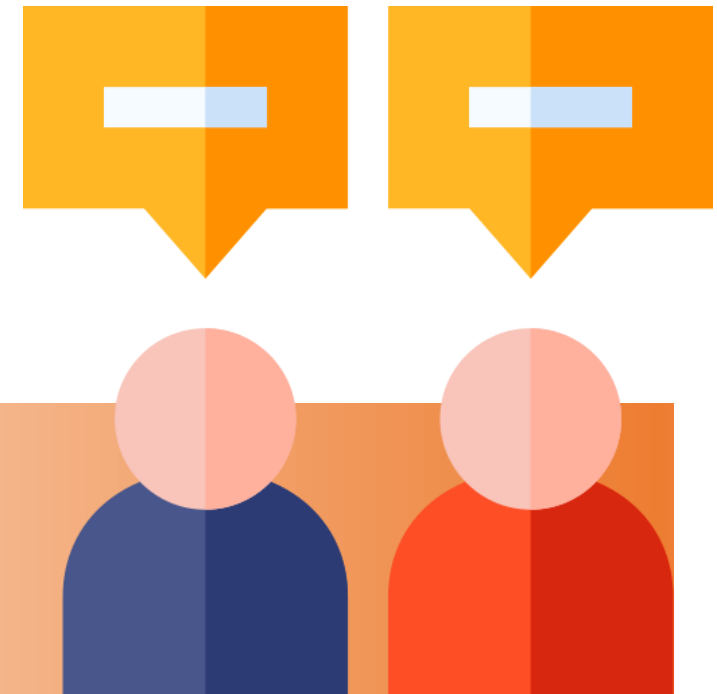
**Συμμετοχή**



**YOUR  
OPINION  
MATTERS**

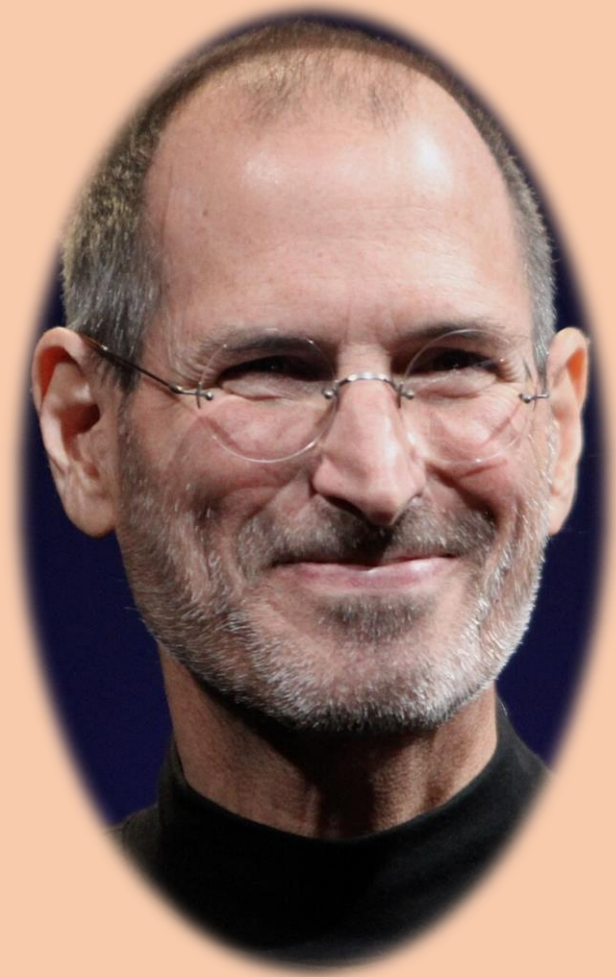


*Ο δρόμος προς την επιτυχία*



# Εισαγωγές

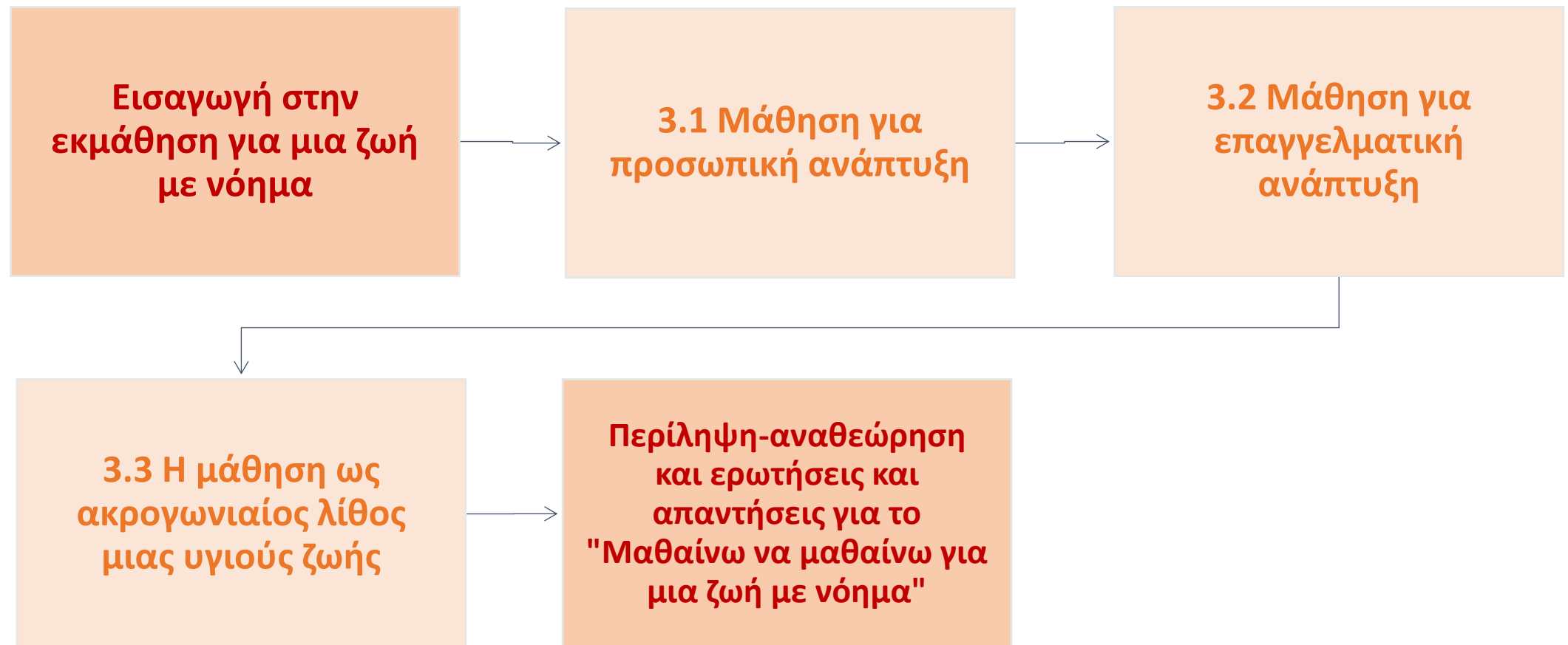
*Ας γνωριστούμε μεταξύ μας!*



*Μάθετε συνεχώς - πάντα υπάρχει "ένα ακόμη πράγμα" για να μάθετε.*

Steve Jobs

# Χάρτης εκπαιδευτικής διαδρομής (θεματικό επίπεδο)

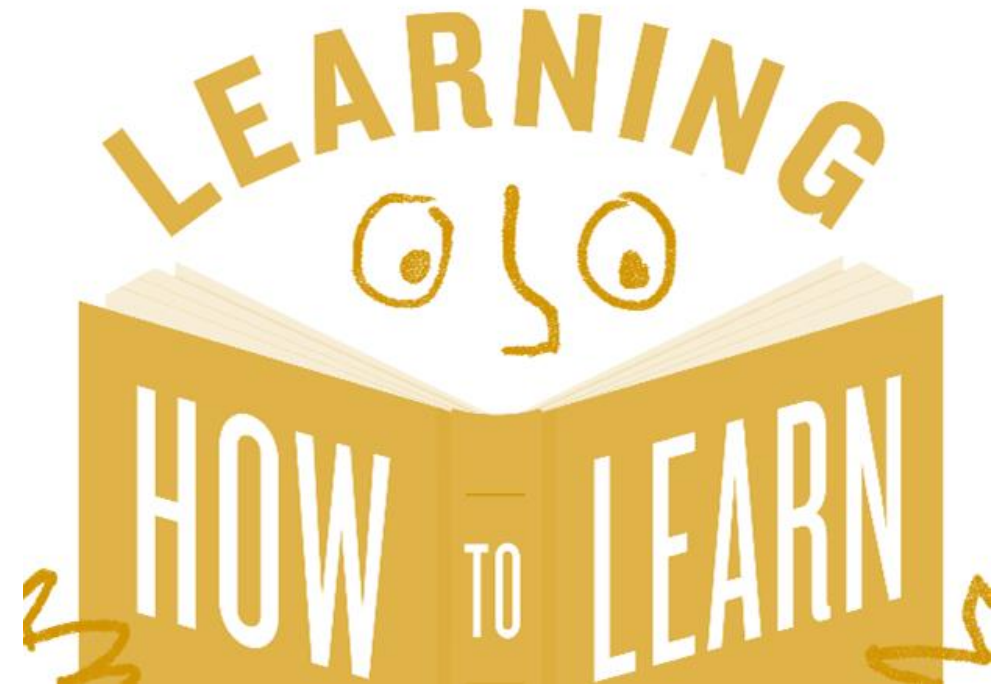


Εισαγωγή στην εκμάθηση της μάθησης  
για μια ζωή με νόημα

Κατά τη διάρκεια της ζωής μου...



Καμία σκέψη;







Η μάθηση για μάθηση εμπλέκει τους εκπαιδευόμενους να αξιοποιήσουν *την προηγούμενη μάθηση και τις εμπειρίες της ζωής τους* για να χρησιμοποιήσουν και να εφαρμόσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες σε διάφορα πλαίσια.

*Τα κίνητρα και η αυτοπεποίθηση* είναι ζωτικής σημασίας για αυτή την ικανότητα.

# Το "Μαθαίνω να μαθαίνω" είναι...

## ✓ **Meta-ικανότητα.**

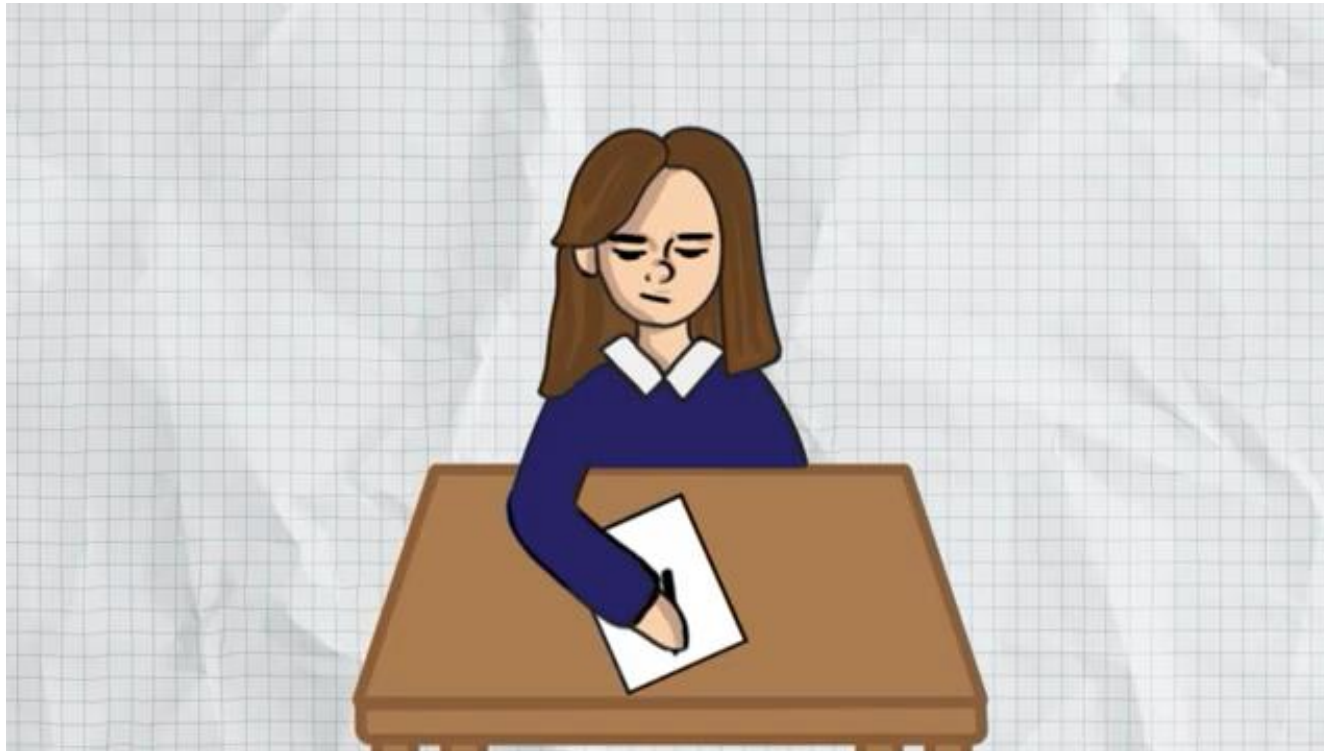


έχει αντίκτυπο στην επιλογή, την εμπλοκή και την απόκτηση **άλλων ικανοτήτων.**



1. Να γνωρίζει και να κατανοεί κανείς τις προτιμώμενες στρατηγικές μάθησης και τα δυνατά και αδύνατα σημεία του.
2. Αναζήτηση καθοδήγησης και/ή υποστήριξης και ευκαιριών κατάρτισης.

# Βίντεο: 'Meta' Ικανότητες



**Meta** = που αναφέρεται στον εαυτό του ή σε κάτι του δικού του τύπου

**Meta Ικανότητες** = ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων που επιτρέπει την καλύτερη εκμάθηση άλλων δεξιοτήτων και τη βελτίωση των υφιστάμενων δεξιοτήτων

# Το Learning to Learn είναι επίσης...

Αυτή η ικανότητα να:

**3. να αποκτούν, να επεξεργάζονται και να αφομοιώνουν νέες γνώσεις και δεξιότητες, καθώς και να αναζητούν και να αξιοποιούν την καθοδήγηση.**

**4. να επιδιώκει και να επιμένει στη μάθηση και να οργανώνει τη δική του μάθηση, μεταξύ άλλων μέσω της αποτελεσματικής διαχείρισης του χρόνου και των πληροφοριών, τόσο ατομικά όσο και σε ομάδες.**



# Οφέλη από το να μαθαίνεις να μαθαίνεις

- Σαφέστερη εικόνα των μαθησιακών στόχων και του τρόπου επίτευξής τους.
- Καλύτερη σύνδεση με τις δυνατότητες.
- Ικανότητα μάθησης από προκλήσεις και καταστάσεις κρίσης.
- Ικανότητα ενεργού συμμετοχής και συμμετοχής των πολιτών.
- Περισσότερη αποτελεσματικότητα και ευελιξία.



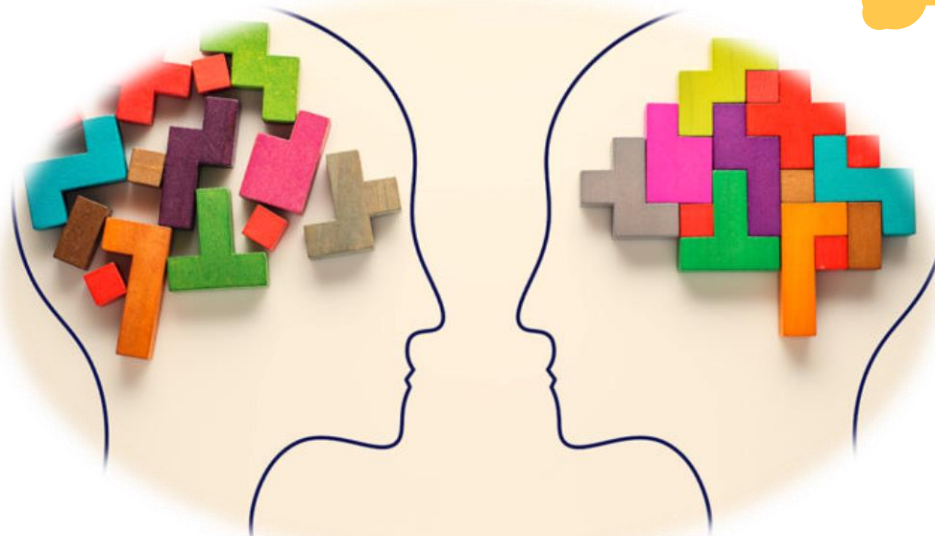
# Διαστάσεις της μάθησης για μάθηση

1	Stick & Static	>>>	Αλλαγή & Μάθηση
2	Συσώρευση δεδομένων	>>>	Δημιουργία νοήματος
3	Παθητικό	>>>	Κριτικά περίεργος
4	Δεσμευμένοι από κανόνες	>>>	Δημιουργικό
5	Απομονωμένη & Εξαρτημένη	>>>	Δημιουργία σχέσεων μάθησης
6	Ρομποτική	>>>	Στρατηγική επίγνωση
7	Εύθραυστη & Εξαρτημένη	>>>	Εύκαμπτο



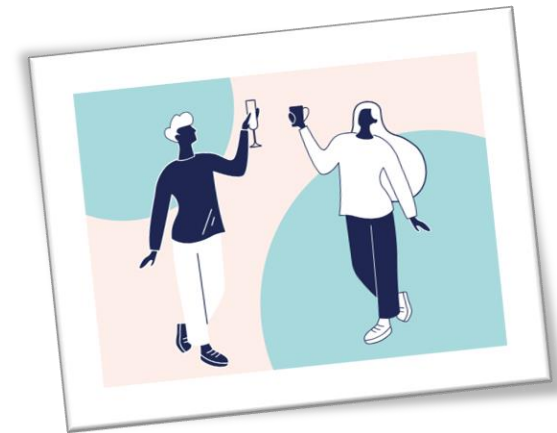
# Πώς θα μαθαίνουμε να μαθαίνουμε;

Μια διαδραστική διαδικασία με πολλές διαφορετικές συνιστώσες: μνήμη, προσοχή, γλώσσα, οργάνωση, επεξεργασία, γραφή και σκέψη σε ανώτερη τάξη.





# Μορφές μάθησης



# Τι γίνεται με αυτές τις φωτογραφίες;



## Ομαδική άσκηση:

*Τι...;*

- ✓ Απαντήστε ή προσθέστε στη συζήτηση **μόνο** θέτοντας νέες ερωτήσεις.
- ✓ Κάθε νέα ερώτηση καταγράφεται στον πίνακα.
- ✓ Αν κάποιος κάνει μια δήλωση, όλοι φωνάζουν "δήλωση!".
- ✓ Δύο άλλα άτομα πρέπει να λάβουν το λόγο για να μπορέσει ένας συμμετέχων να συμμετάσχει ξανά στη συζήτηση.



# 1. Μάθηση για προσωπική ανάπτυξη

*1.1 Στυλ μάθησης/τύποι μαθητών*

*1.2 Διαχείριση της δικής μας μάθησης: Προηγούμενες μαθησιακές εμπειρίες, μέθοδοι και τεχνικές μάθησης και αξιολόγηση της μάθησης*

# Στυλ μάθησης



Έχετε αναρωτηθεί ποτέ γιατί κάποιοι άνθρωποι μαθαίνουν καλύτερα **βλέποντας**, ενώ άλλοι μαθαίνουν **ακούγοντας** ή **κάνοντας**; Η έννοια των **μαθησιακών στυλ** εξετάζει αυτές τις ατομικές διαφορές στον τρόπο με τον οποίο προσλαμβάνουμε και θυμόμαστε τις πληροφορίες.

# Ατομική άσκηση: Τι τύπος μαθητή είσαι;



## Ατομική άσκηση: Τι τύπος μαθητή είσαι;

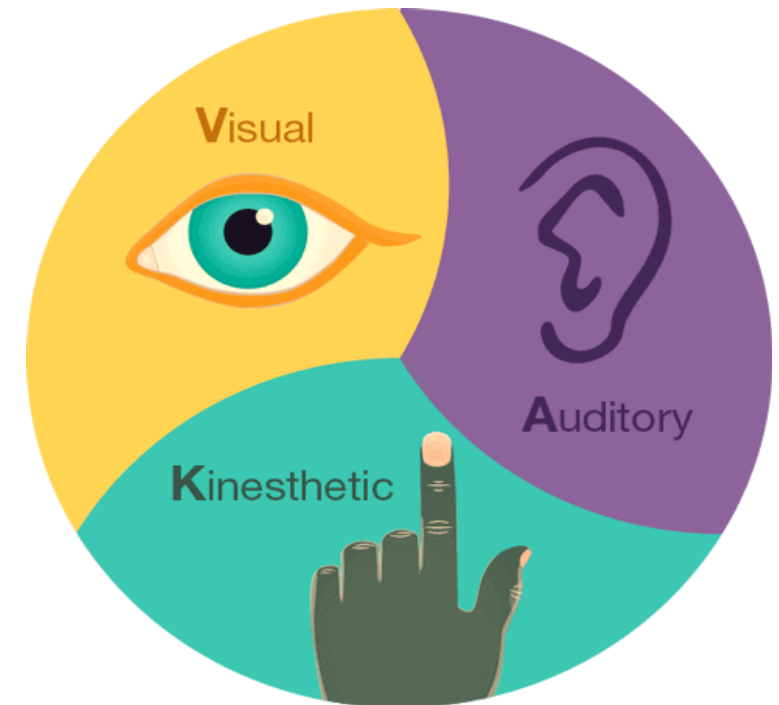
*Τι είδους μαθητής είστε;  
Το ήξερες αυτό;  
Η μαθησιακή σας συμπεριφορά και οι  
προτιμήσεις σας συμφωνούν με το μαθησιακό  
στυλ που έχετε αναγνωρίσει;*



# Κύρια στυλ μάθησης

Υπάρχουν **τρία βασικά γνωστικά στυλ μάθησης**: το οπτικό, το ακουστικό και το κιναισθητικό.

Η γνώση του μαθησιακού σας στυλ μπορεί να σας βοηθήσει να **επιλέξετε τις μεθόδους μελέτης** που σας εξυπηρετούν καλύτερα.





# Κύρια στυλ μάθησης

**Οι οπτικοί μαθητές** απορροφούν τις πληροφορίες καλύτερα μέσω οπτικών βοηθημάτων, όπως γραφήματα, διαγράμματα και διαγράμματα. Ωφελούνται από τις πολύχρωμες εικόνες και θυμούνται ευκολότερα τις πληροφορίες που παρουσιάζονται σε οπτική μορφή.

**Οι ακουστικοί μαθητές** ευδοκιμούν μέσω της ακρόασης και της συζήτησης. Διατηρούν καλύτερα τις πληροφορίες μέσω διαλέξεων, ομαδικών συζητήσεων και podcasts. Αυτοί οι μαθητές έχουν συχνά ισχυρή ικανότητα να επεξεργάζονται και να θυμούνται προφορικές πληροφορίες.

**Οι κιναισθητικοί μαθητές** μαθαίνουν καλύτερα μέσα από πρακτικές δραστηριότητες και φυσικές εμπειρίες. Χρειάζεται να εμπλέξουν το σώμα και τις αισθήσεις τους για να κατανοήσουν και να διατηρήσουν πλήρως τις πληροφορίες. Αυτοί οι μαθητές συχνά υπερέχουν σε δραστηριότητες όπως το παιχνίδι ρόλων, τα πειράματα και οι πρακτικές επιδείξεις.



# Ομαδική άσκηση: Ας τα οργανώσουμε!

Δραστηριότητες

Βίντεο

Άτυπη συζήτηση

Ρόλος παίξτε

Διάλεξη

Προσομίωση

Ομαδικές συζητήσεις

Ιστορίες και Παραδείγματα

Επίδειξη

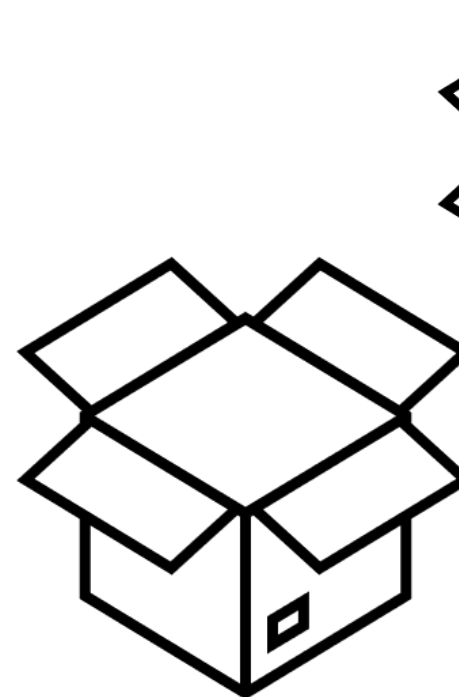
Ανάγνωση

Διαφάνειες

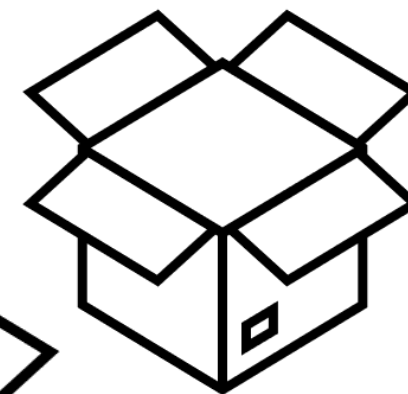
Flip charts

Καταιγισμός ιδεών

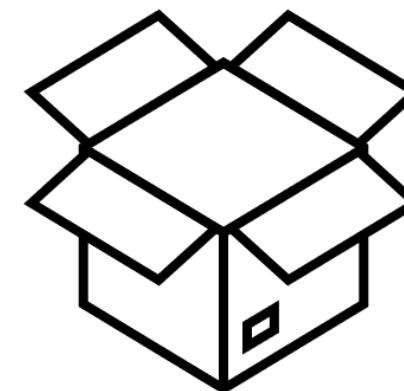
Λήψη σημειώσεων



Οπτική



Ακουστικό



Κινητική

# Συμβουλές για διαφορετικά στυλ μάθησης

Οπτική	Ακουστικό	Κινητική
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μετατρέψτε τις σημειώσεις σε εικόνες, διαγράμματα ή χάρτες.</li> <li>• Αποφύγετε τους περισπασμούς (παράθυρα, πόρτες κ.λπ.).</li> <li>• Μάθετε πρώτα τις μεγάλες εικόνες και στη συνέχεια επικεντρωθείτε στις λεπτομέρειες.</li> <li>• Φτιάξτε χάρτες μυαλού και εννοιών αντί για περιγράμματα.</li> <li>• Κωδικοποιήστε χρωματικά τμήματα των νέων εννοιών στις σημειώσεις σας.</li> <li>• Χρησιμοποιήστε κάρτες flash όταν προσπαθείτε να μελετήσετε το λεξιλόγιο.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ηχογραφήστε διαλέξεις και στη συνέχεια ακούστε τις.</li> <li>• Επαναλάβετε το υλικό δυνατά και με δικά σας λόγια.</li> <li>• Συζητήστε το υλικό στις ομάδες μελέτης σας.</li> <li>• Διαβάστε δυνατά τα βιβλία.</li> <li>• Ακούστε μουσική υπόκρουση χωρίς λόγια ενώ μελετάτε.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Κάντε συχνά διαλείμματα μελέτης.</li> <li>• Μάθετε νέο υλικό ενώ κάνετε κάτι ενεργό (π.χ. διαβάστε ένα βιβλίο ενώ βρίσκεστε σε διάδρομο)</li> <li>• Μασήστε τσίχλα ενώ μελετάτε.</li> <li>• Εργαστείτε όρθιοι.</li> <li>• Προσπαθήστε να παρακολουθήσετε μαθήματα με εκπαιδευτές που ενθαρρύνουν τις επιδείξεις και την εργασία στο πεδίο.</li> </ul>



# Προσωπική ανάπτυξη μέσω της μάθησης

- Η κατανόηση του μαθησιακού σας στυλ μπορεί να έχει βαθύτατο αντίκτυπο **στην προσωπική σας ανάπτυξη**: μια διαδικασία κατανόησης του εαυτού σας και **ώθησης του εαυτού σας για να φτάσετε στο υψηλότερο δυναμικό σας**.
- Αγκαλιάζοντας **τον μοναδικό σας τρόπο μάθησης**, μπορείτε να επιτύχετε μεγαλύτερη επιτυχία στο **εκπαιδευτικό σας ταξίδι**.

Ακαδημαϊκή  
επιτυχία

Ανάπτυξη  
δεξιοτήτων

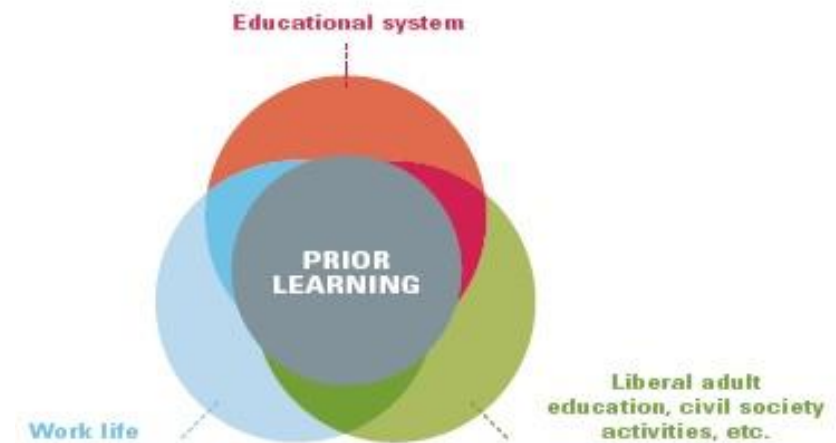


Αξιοποίηση  
των δυνατών  
σημείων

Γίνοντας περισσότερο  
αυτοπεποίθηση και ανεξαρτησία

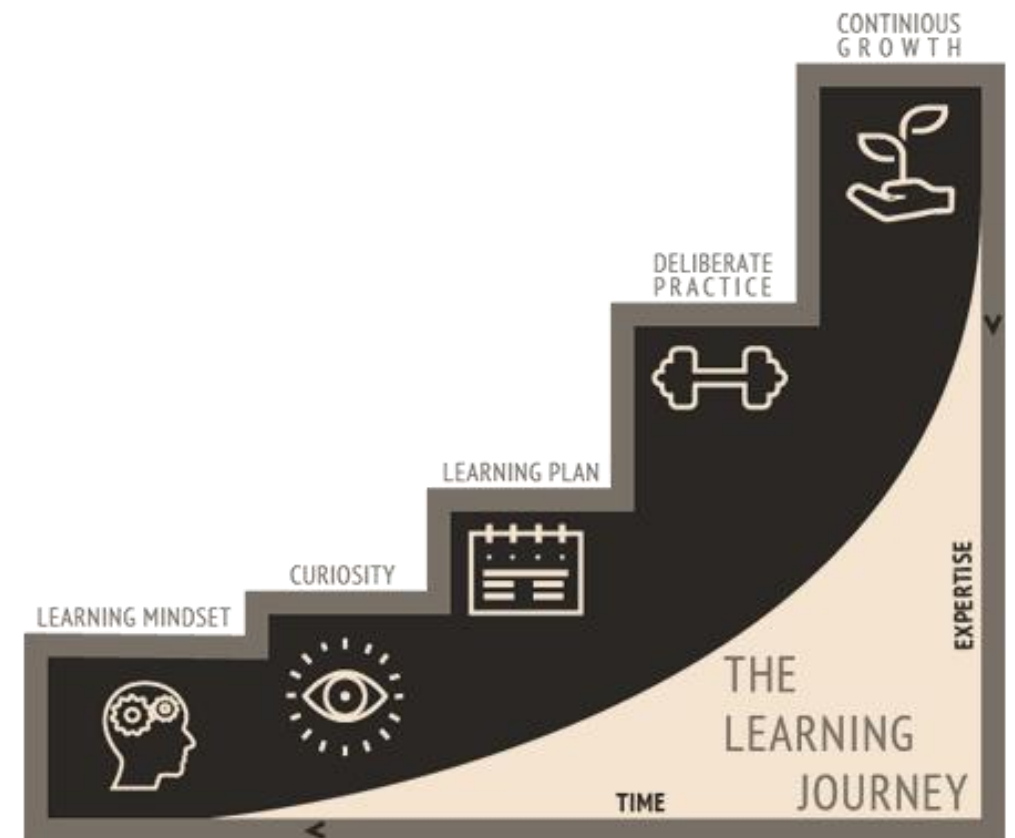
## Διαχείριση της μάθησης: Μάθηση: Το υπόβαθρο

- ✓ Μπορείτε να θυμηθείτε προηγούμενες μαθησιακές εμπειρίες σας;
- ✓ Υπάρχουν εμπειρίες ζωής που σας βοήθησαν να μάθετε νέα πράγματα;



# Διαχείριση της μάθησης: Μάθηση: Το ταξίδι

- ✓ Η εξερεύνηση του μαθησιακού στυλ κάποιου μπορεί να ενισχύσει το μαθησιακό του ταξίδι.

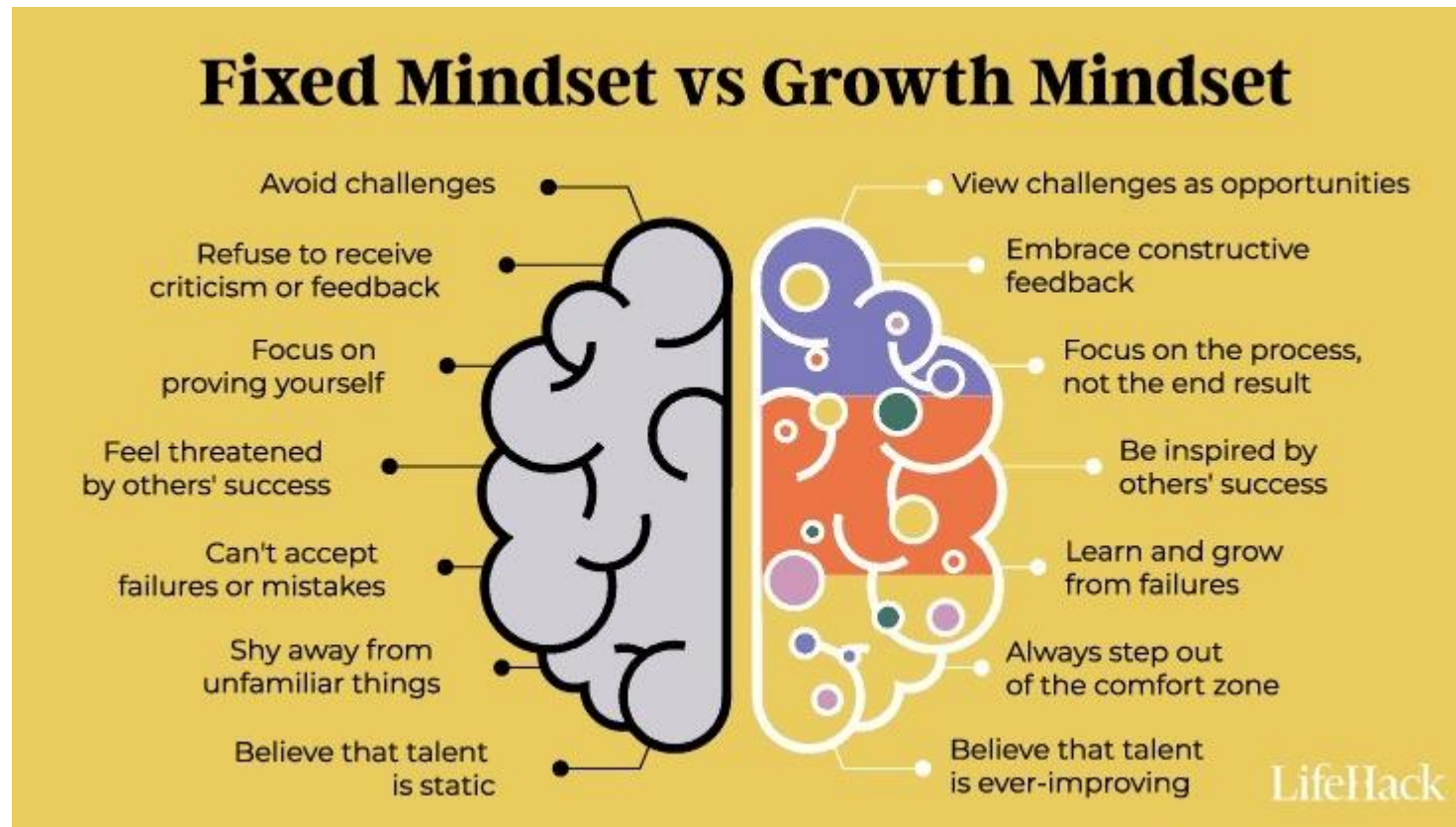


# Νοοτροπία ανάπτυξης ή μάθησης



Μπορείτε να αναφέρετε τις διαφορές;

# Νοοτροπία για συνεχή ανάπτυξη





# Τα βασικά

- ✓ Αναστοχασμός σχετικά με προηγούμενες εμπειρίες μάθησης και ζωής
- ✓ Παρατηρήστε τα μοτίβα μελέτης σας
- ✓ Λάβετε συμβουλές από άλλους
- ✓ Χρησιμοποιήστε κουίζ για να βρείτε το μαθησιακό σας στυλ
- ✓ Δοκιμάστε διαφορετικές μεθοδολογίες και τεχνικές μάθησης



# Τα ενδιάμεσα βήματα

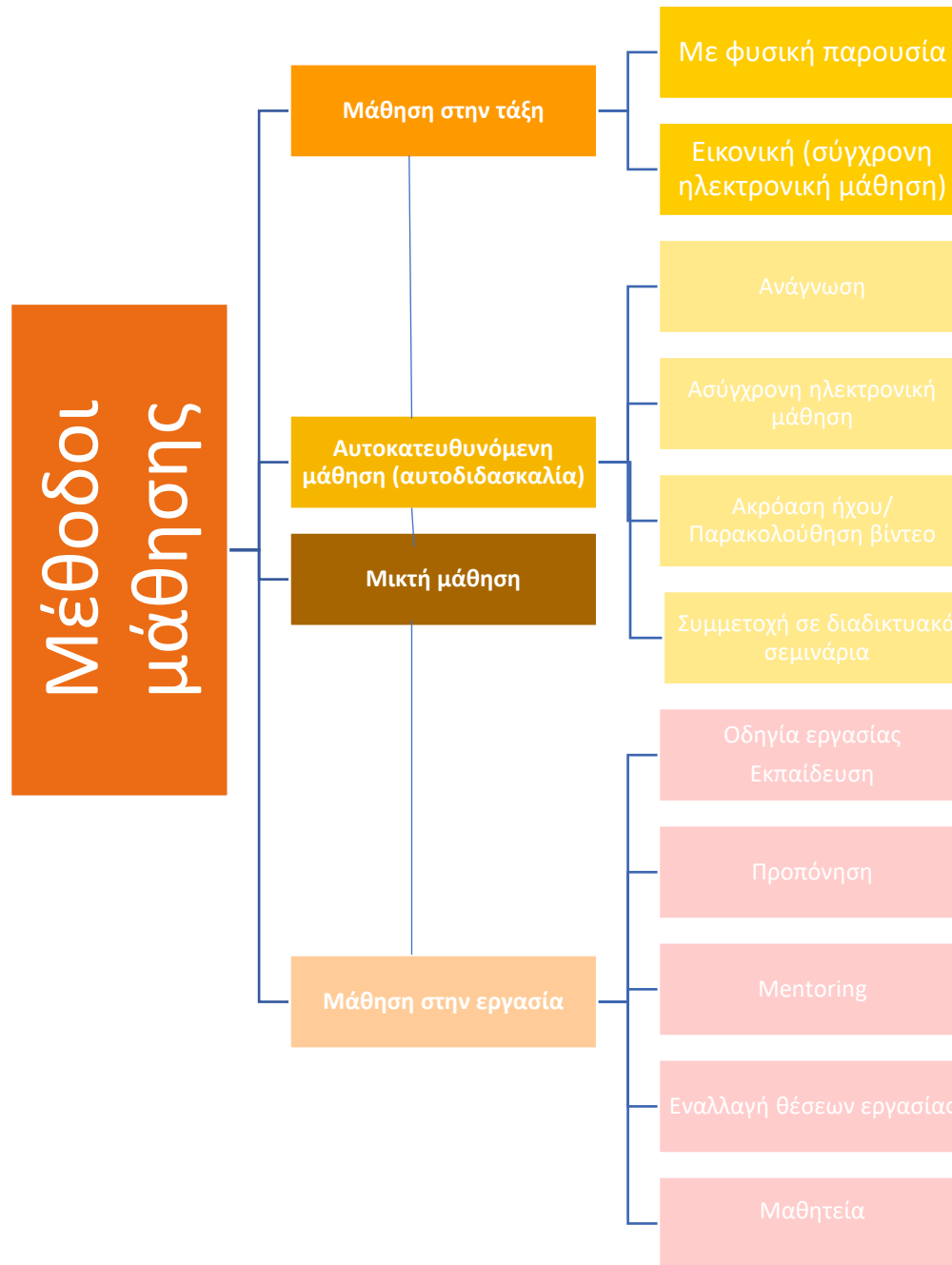


- ✓ Να είστε περίεργοι
- ✓ Σχεδιάστε τη μάθησή σας
- ✓ Εξάσκηση

# Διαχείριση της μάθησης: Μέθοδοι και Τεχνικές

- ✓ Η κατανόηση του μαθησιακού στυλ του καθενός του επιτρέπει να προσαρμόζει τις μεθοδολογίες και τις στρατηγικές μάθησης στις ατομικές του ανάγκες. Αυτό σημαίνει ότι μπορούν να επικεντρωθούν στις τεχνικές που λειτουργούν καλύτερα γι' αυτούς και να αποφύγουν τη σπατάλη χρόνου σε αναποτελεσματικές προσεγγίσεις.
- ✓ Η επιλογή των μεθοδολογιών και τεχνικών μάθησης εξαρτάται επίσης από τον τρόπο ζωής του ατόμου.



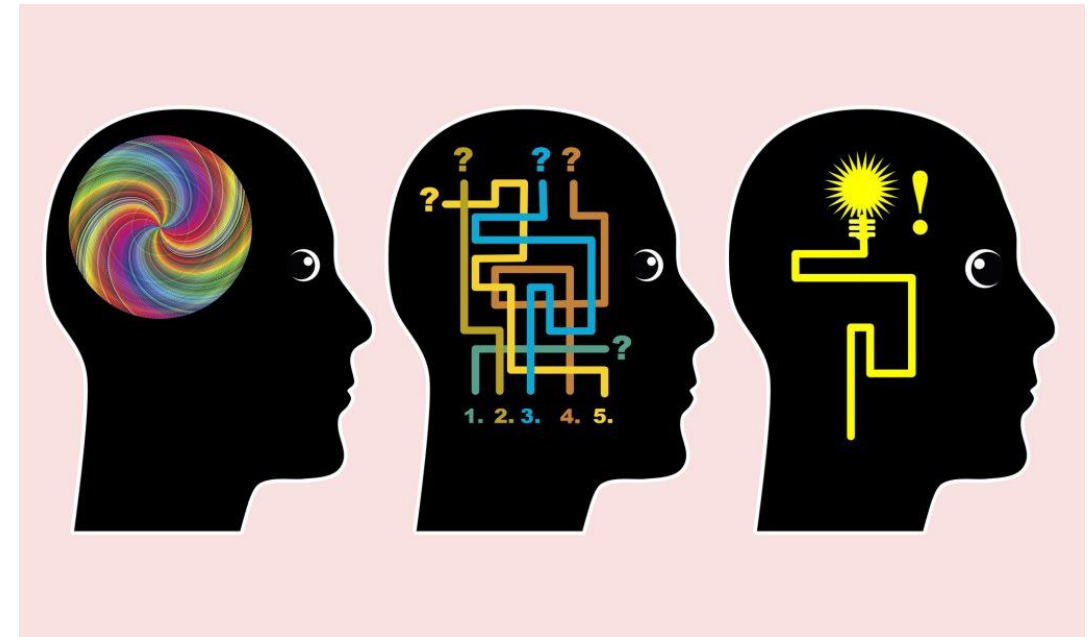


*Θα μπορούσατε να εξηγήσετε πώς λειτουργεί κάθε μεθοδολογία;*

*Θα μπορούσατε να δώσετε παραδείγματα για το πότε είναι καλύτερο να χρησιμοποιήσετε την κάθε μεθοδολογία;*

# Άλλες μέθοδοι μάθησης

- Ενεργητική μάθηση
- Συνεργατική μάθηση
- Μάθηση βασισμένη σε έργα (PBL)
- Μάθηση βασισμένη σε προβλήματα (PBL)
- Μάθηση βασισμένη στη διερεύνηση (IBL)
- Μάθηση βασισμένη στις ικανότητες
- Βιωματική μάθηση
- Μάθηση στην τάξη
- Εξατομικευμένη μάθηση
- Gamification
- Άλλα



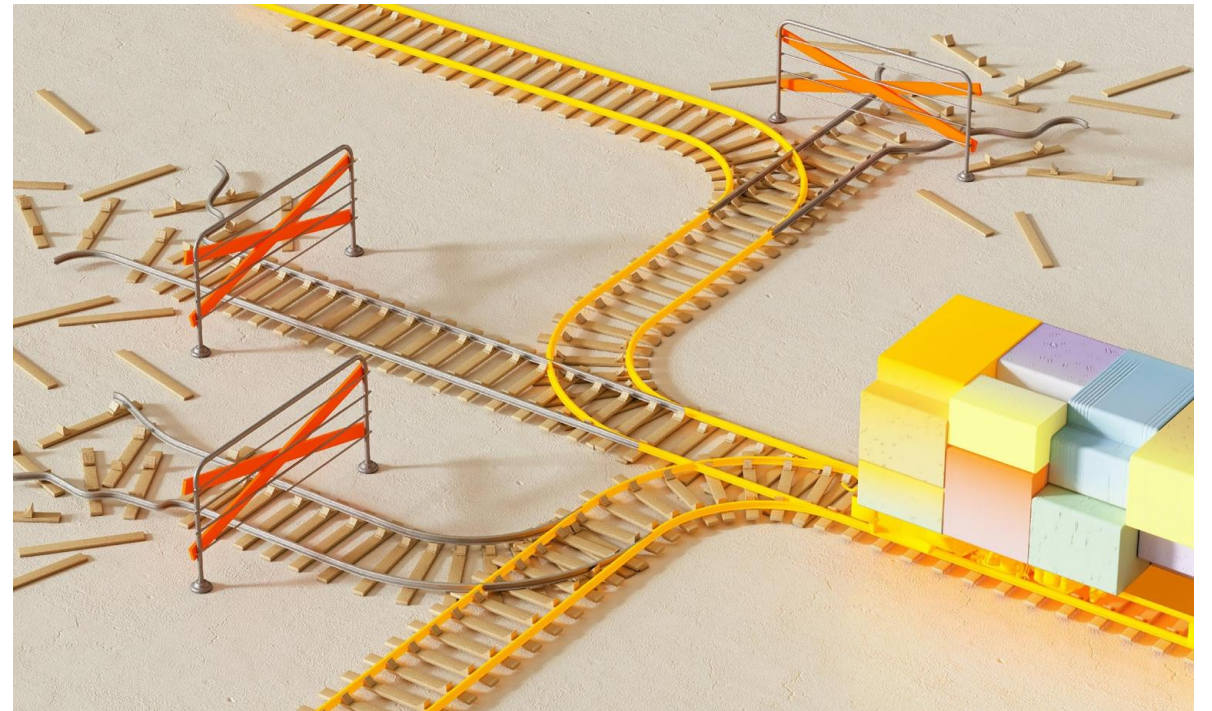
# Παραδοσιακές τεχνικές μάθησης στην τάξη

- Διάλεξη
- Συζήτηση
- Ερωτήσεις και απαντήσεις
- Καταιγισμός ιδεών
- Ατομική/ομαδική δραστηριότητα
- Χιονόμπαλα
- Μελέτη περίπτωσης
- Πρακτική άσκηση
- Επίδειξη
- Προσομοίωση
- Βιωματικό εργαστήριο
- Παιχνίδι ρόλων
- Προβολή βίντεο
- Άλλα



# Αντανακλαστικό Τεχνικές

Περιλαμβάνουν την ενεργό παρακολούθηση και αξιολόγηση των γνώσεων, των ικανοτήτων και των επιδόσεων κατά τη διάρκεια της μαθησιακής διαδικασίας και των σχετικών αποτελεσμάτων τους.



# Τεχνικές Brainstorming

Λέγοντας το πρώτο πράγμα που σας έρχεται στο μυαλό - δεν υπάρχει σωστή ή λάθος απάντηση.

Μετά από έναν γρήγορο καταιγισμό ιδεών, το μόνο που χρειάζεται είναι να **φιλτράρετε όλες τις προτάσεις και να βρείτε αυτές που έχουν τις μεγαλύτερες πιθανότητες επιτυχίας.**





## Τεχνικές παραγωγής ιδεών



**Δημιουργία, ανάπτυξη και επικοινωνία** αφηρημένων, συγκεκριμένων ή οπτικών εννοιών για την εξεύρεση λύσεων σε πρακτικά προβλήματα σε όλους τους τομείς της ζωής και της εργασίας.

✓ Γνωρίζετε τεχνικές κατάλληλες για αυτοκατευθυνόμενη μάθηση;

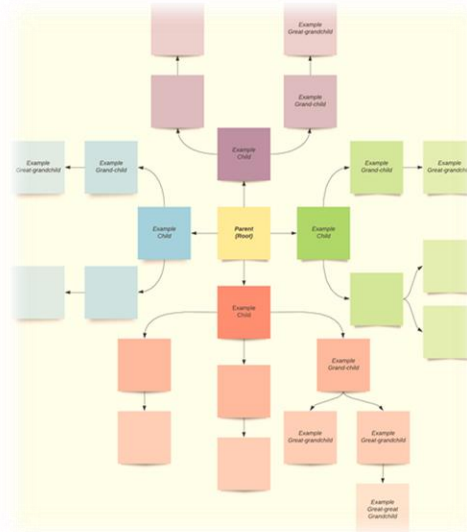
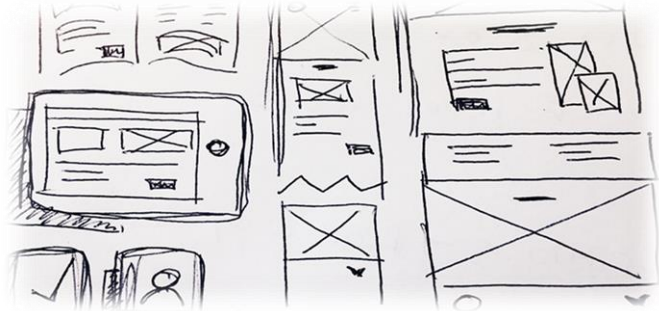


# Παραδείγματα



1

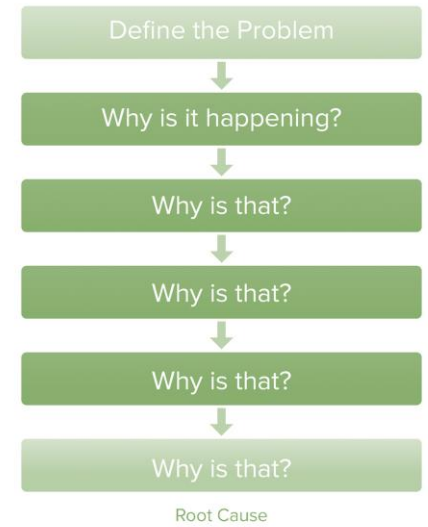
7



6



3

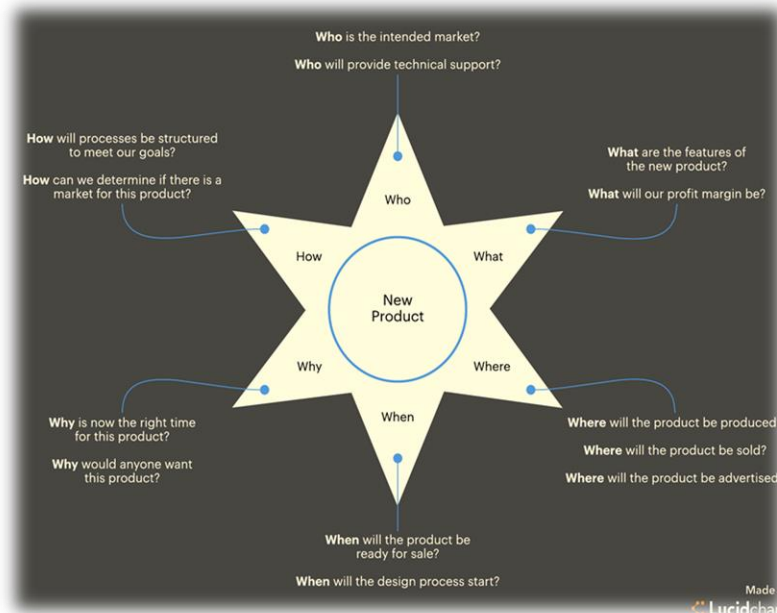


8



2

4



5



# Παραδείγματα

1. Σωστό ή Λάθος
2. Τήρηση ημερολογίου
3. Ανάλυση 5 Whys
4. Starbusting
5. Αντίστροφος καταιγισμός ιδεών
6. Mind Mapping
7. Storyboarding
8. S.C.A.M.P.E.R.



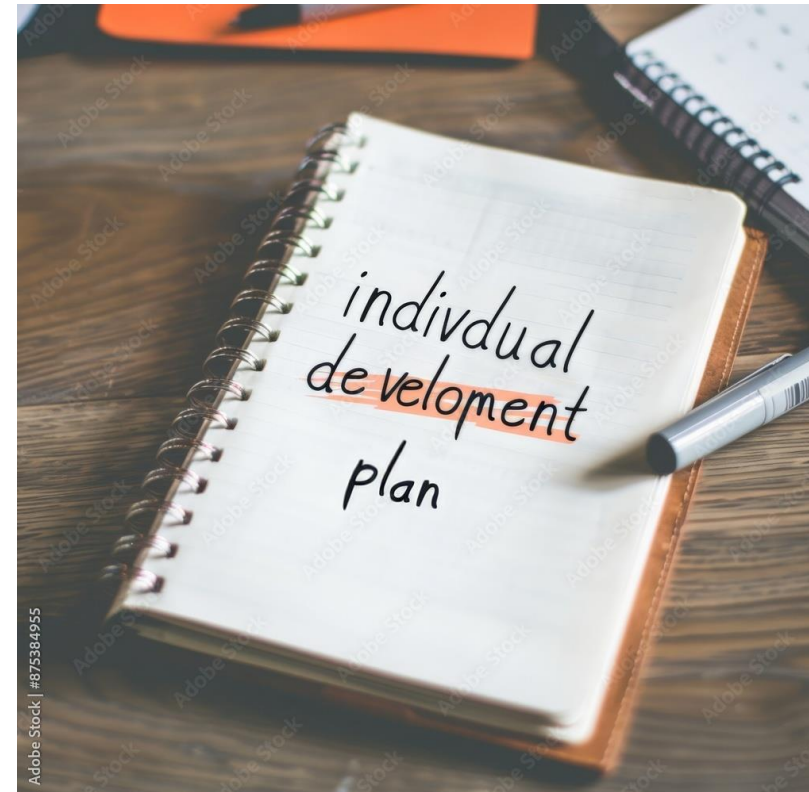
## Διαχείριση της μάθησης: Πόροι



- ✓ Η κατανόηση του μαθησιακού στυλ του ατόμου επιτρέπει επίσης να **υπερασπιστεί τον εαυτό του και να επικοινωνήσει τις ανάγκες του** στους εκπαιδευτικούς ή τους εργοδότες. Εξηγώντας τις μεθοδολογίες μάθησης που προτιμά κάποιος, μπορεί να διασφαλίσει ότι θα **λάβει την υποστήριξη και τους πόρους που** χρειάζεται για να ευδοκιμήσει.

# Προγραμματισμός μάθησης

- Η ανάπτυξη ενός **σχεδίου μάθησης** είναι ζωτικής σημασίας: βοηθά στον **εντοπισμό των δυνατών και αδύνατων σημείων** σας, στον **καθορισμό εφικτών στόχων** και στην **καθιέρωση μιας σαφούς πορείας προόδου**.
- Ένα καλά σχεδιασμένο σχέδιο μάθησης μπορεί να σας βοηθήσει να **παραμείνετε παρακινημένοι, συγκεντρωμένοι και σε καλό δρόμο** για την επίτευξη των στόχων σας.



# Ανάπτυξη ενός σχεδίου μάθησης

## 1. Προσδιορισμός μαθησιακών στόχων

- Καθορισμός μαθησιακών στόχων με τρόπο SMART

## 2. Διεξαγωγή αυτοαξιολόγησης

- Προσδιορισμός των δυνατών σημείων, αξιολόγηση των υφιστάμενων δεξιοτήτων και προσδιορισμός των μαθησιακών στυλ

## 3. Έρευνα ευκαιριών μάθησης

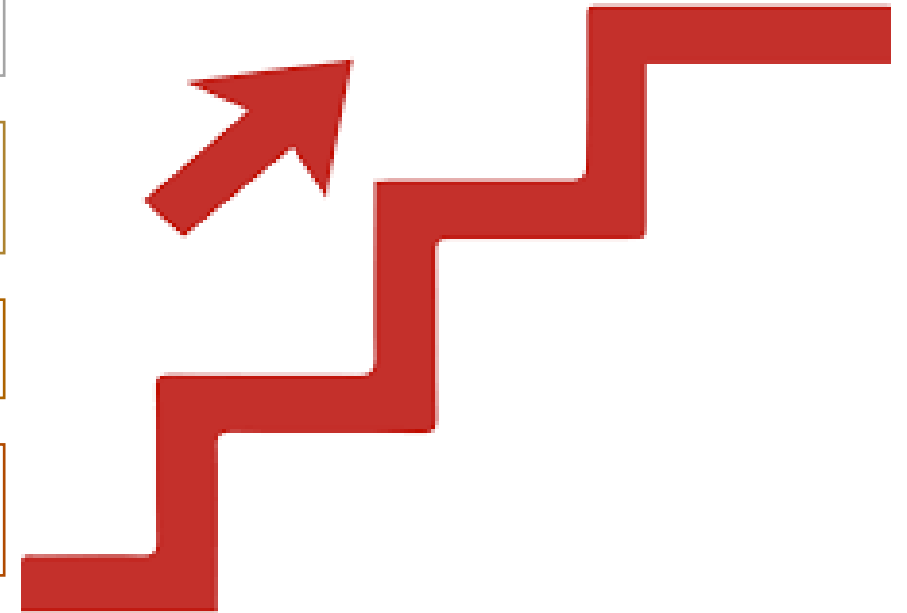
- Προσδιορισμός μαθησιακών δραστηριοτήτων για την υποστήριξη των στόχων

## 3. Δημιουργία προγράμματος μάθησης

- Καθορισμός ρεαλιστικού χρονοδιαγράμματος και διάθεση επαρκούς χρόνου για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα

## 4. Εφαρμογή του σχεδίου μάθησης

- Να παραμένετε κινητοποιημένοι, συγκεντρωμένοι και αφοσιωμένοι στην επίτευξη των μαθησιακών στόχων, να παρακολουθείτε την πρόοδο, να κάνετε προσαρμογές στο μαθησιακό σχέδιο, όπως απαιτείται, και να ανταμείβετε τον εαυτό σας για την επίτευξη των στόχων.



# SMART GOALS



## Καθορισμός στόχων



### Παράδειγμα:

"Θα εκφωνήσω τρεις ομιλίες μπροστά σε τουλάχιστον 10 άτομα μέσα στους επόμενους 3 μήνες, εξασκώντας καθημερινά για 30 λεπτά και ζητώντας ανατροφοδότηση από τον μέντορά μου για να βελτιώσω τις ικανότητές μου στη δημόσια ομιλία".

*Μπορείτε να εξηγήσετε πώς εφαρμόζονται τα διάφορα στοιχεία SMART σε αυτόν τον μαθησιακό στόχο;*

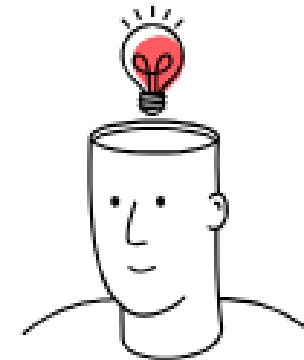


# Καθορισμός στόχων



- **Συγκεκριμένα:** Θα βελτιώσω τις δεξιότητές μου στη δημόσια ομιλία με την εξάσκηση και την εκφώνηση ομιλιών σε ακροατήριο.
- **Μετρήσιμο:** Θα εκφωνήσω τουλάχιστον τρεις ομιλίες μπροστά σε ακροατήριο 10 ή περισσότερων ατόμων.
- **Εφικτό:** Θα προετοιμάζομαι για αυτές τις ομιλίες κάνοντας εξάσκηση για 30 λεπτά κάθε μέρα και ζητώντας ανατροφοδότηση από έναν μέντορα.
- **Σχετικό:** Η βελτίωση των δεξιοτήτων μου στη δημόσια ομιλία θα με βοηθήσει να επικοινωνώ πιο αποτελεσματικά σε επαγγελματικά περιβάλλοντα.
- **Δεσμευμένη χρονικά:** Θα ολοκληρώσω αυτόν τον στόχο μέσα στους επόμενους 3 μήνες.

*Θα μπορούσατε να σκεφτείτε άλλα παραδείγματα;*



# Εντοπισμός δυνατών σημείων - Αξιολόγηση δεξιοτήτων

- ✓ Αυτο-αντανάκλαση
- ✓ Ζητώντας ανατροφοδότηση από άλλους
- ✓ Εφαρμογή αξιολογήσεων προσωπικότητας, δεξιοτήτων και δυνατών σημείων
- ✓ Διεξαγωγή αξιολόγησης επιδόσεων και αποτελεσμάτων
- ✓ Χαρτογράφηση δεξιοτήτων και ανάλυση κενών δεξιοτήτων
- ✓ Παρατηρώντας μοτίβα στις προκλήσεις
- ✓ Καθορισμός στόχων και παρακολούθηση της ανάπτυξης
- ✓ Λαμβάνοντας υπόψη τις μεταβιβάσιμες δεξιότητες
- ✓ Κάνοντας μια προσωπική ανάλυση SWOT
- ✓ Παρακολούθηση και επανεξέταση των δεξιοτήτων σε τακτά χρονικά διαστήματα

What you can't stop doing  
Qualities that make you uniquely YOU  
SKILLS  
PREFERENCES  
PREDISPOSITIONS  
Collection of things You ENJOY  
SIGNATURE  
STRENGTHS  
PERSONALITY  
NATURAL ABILITIES

# PERSONAL SWOT ANALYSIS

How to do it yourself

**S**

## **Strength**

your personal and professional skills that set you apart from others. For example, strong communication skills or expertise in a specific field.

**W**

## **Weaknesses**

areas where you could improve, both personally and professionally. For example, time management or lack of certain technical skills.

**O**

## **Opportunities**

opportunities in your environment that you could use to your advantage. For example, a job opening in a desired company in your industry.

**T**

## **Threats**

external factors that could cause trouble for you. For example, a changing industry trend or new competitors in your field.

*Θα μπορούσατε να  
δώσετε  
παραδείγματα;*

# Αξιολόγηση της μάθησης



Η αυτοαξιολόγηση είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να αναλύσετε την απόδοσή σας και τυχόν τομείς για ανάπτυξη.

Η γνώση των δυνατών και αδύνατων σημείων σας επιτρέπει να δημιουργείτε στόχους και να διαμορφώνετε στρατηγικές για την επίτευξη νέων ορόσημων στην καριέρα σας.

# Post Αυτοαξιολόγηση: .

## Αναστοχασμός των επιτευγμάτων

- ✓ Επιστημάνετε τυχόν καθήκοντα ή ευθύνες για τις οποίες είστε υπερήφανοι. Μπορείτε επίσης να αναφέρετε τις δεξιότητες που αναπτύξατε και οι οποίες πιστεύετε ότι σας καθιστούν ισχυρότερους. Σκεφτείτε πώς τα επιτεύγματά σας έχουν επηρεάσει τα καθημερινά σας καθήκοντα.

## Εύρεση τρόπων ανάπτυξης

- ✓ Χρησιμοποιήστε τις δύσκολες στιγμές κατά τις οποίες δεν καταφέρατε να πετύχετε τους στόχους που είχατε θέσει για τον εαυτό σας για να συνεχίσετε να πιέζετε τον εαυτό σας και να αναπτύξετε στρατηγικές για να διασφαλίσετε ότι θα πετύχετε τους στόχους σας την επόμενη φορά.

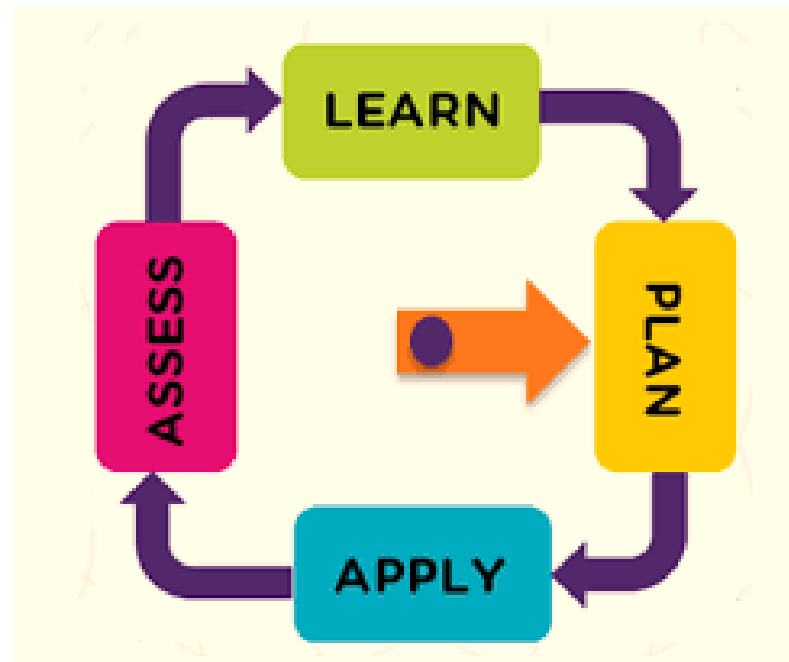
# Επικύρωση μάθησης

Στη μάθηση, η "**επικύρωση**" είναι ένα κρίσιμο στοιχείο που εξασφαλίζει την προβολή των αποτελεσμάτων της μάθησης και υποδεικνύει την κατάλληλη αξία της μάθησης που έλαβε χώρα οπουδήποτε και οποτεδήποτε.

- ✓ Υποστηρίζει τη δια βίου μάθηση, την απασχολησιμότητα και την ενεργό συμμετοχή των πολιτών.
- ✓ Μπορεί να οδηγήσει σε πιστοποίηση (τυπική μάθηση) ή σε άλλες μορφές αναγνώρισης (μη τυπική μάθηση).



# Ατομική άσκηση: Δημιουργήστε το δικό σας Σχέδιο Μάθησης



# Ατομική άσκηση: Δημιουργήστε το δικό σας Σχέδιο Μάθησης

*Ποιο ήταν το πιο δύσκολο μέρος του εντύπου του σχεδίου μάθησης και γιατί;*

*Τι πιστεύετε ότι είναι σημαντικό να λαμβάνετε υπόψη κατά τη δημιουργία ενός σχεδίου μάθησης;*

*Έχετε συμπεριλάβει συγκεκριμένες μεθοδολογίες ή/και τεχνικές σε οποιοδήποτε μέρος του σχεδίου μάθησής σας;*





## 2. Μαθαίνω να μαθαίνω για επαγγελματική ανάπτυξη

*2.1 Διαχείριση της δικής μας καριέρας: Πηγές και εργαλεία για επαγγελματική ανάπτυξη και τον εντοπισμό επιχειρηματικών ευκαιριών*

## Συζήτηση

- Πώς η μάθηση επηρέασε την καριέρα σας;
- Πώς επηρεάζεται η επαγγελματική σας εξέλιξη (επαγγελματική ανάπτυξη) από τη μάθηση; Με ποιους τρόπους;
- Θα μπορούσατε να σκεφτείτε κάποιες εμπειρίες ζωής που επηρέασαν την καριέρα σας;



# Επαγγελματική ανάπτυξη

- Τα σκαμπανεβάσματα, οι επιτυχίες και οι αποτυχίες αποτελούν αναπόσπαστα μέρη μιας **επαγγελματικής πορείας**. Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι **κάθε εμπειρία**, είτε θετική είτε δύσκολη, μπορεί να προσφέρει πολύτιμες **ευκαιρίες μάθησης και ανάπτυξης**.
- Η **επαγγελματική και η προσωπική** μας **ζωή συχνά αλληλοεπηρεάζονται**, διαμορφώνοντας αυτό που είμαστε.



## Επαγγελματική ανάπτυξη

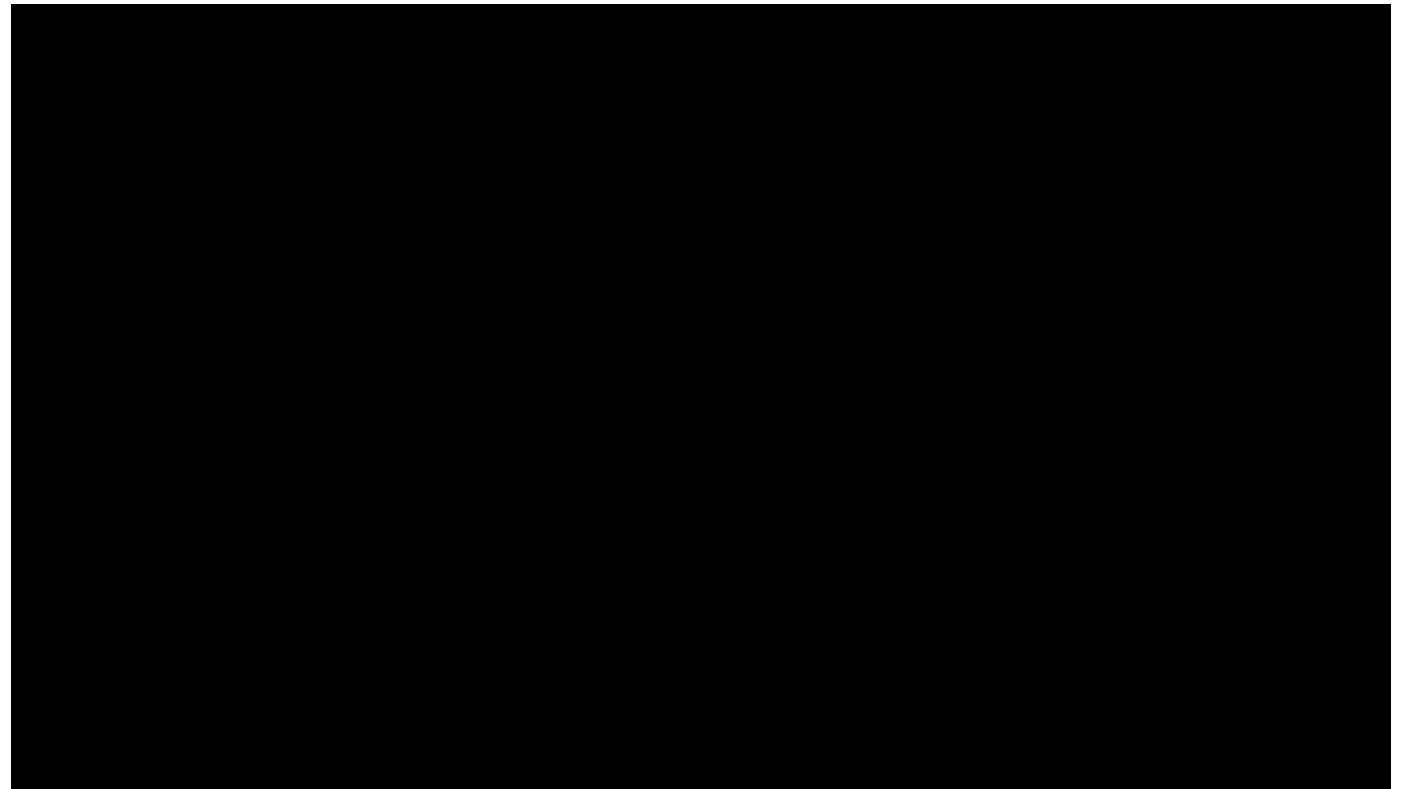
- Στον σημερινό **ταχέως μεταβαλλόμενο κόσμο** - που χαρακτηρίζεται από πρωτοφανείς τεχνολογικές και κοινωνικές εξελίξεις - **η προσαρμοστικότητα και η ετοιμότητα για αλλαγές** είναι πιο σημαντική από ποτέ, καθώς **νέες ευκαιρίες αναδύονται και εξελίσσονται συνεχώς**.
- Επίσης, καθώς περνάει ο καιρός, η **αλλαγή θα έρθει από μέσα σας**. Αυτό που ενδιαφέρει κάποιον κάποια στιγμή στο παρελθόν, μπορεί να μην τον ενδιαφέρει σήμερα.



Ενώ είναι σημαντικό να λαμβάνει κανείς **τεκμηριωμένες αποφάσεις** σχετικά με την άμεση επαγγελματική του πορεία μετά το απολυτήριο, αυτό είναι μόνο το πρώτο βήμα στο **μοναδικό του ταξίδι, το οποίο θα εξελίσσεται και θα μεταβάλλεται σε μεγάλο μέρος της ενήλικης ζωής του.**

- Σε αυτό το βίντεο ερωτώνται 50 άτομα για τη διαδρομή της καριέρας τους, αναδεικνύοντας πολλούς παράγοντες που επηρεάζουν τις επαγγελματικές μας επιλογές.
- *Ποιες είναι οι σκέψεις σας;*

## Βίντεο: 50 Άνθρωποι, 1 Ερώτηση



## Υψηλές 5 Αρχές της Επαγγελματική ανάπτυξη

Οι "Υψηλές Πέντε Αρχές" μπορούν να βοηθήσουν στην καθοδήγηση της λήψης αποφάσεων, καθώς **σχεδιάζει και εξελίσσεται η καριέρα του:**

- Η αλλαγή είναι σταθερή
- Ακολουθήστε την καρδιά σας
- Επικεντρωθείτε στο ταξίδι
- Η μάθηση είναι συνεχής
- Γίνε σύμμαχος/Πρόσβαση στους συμμάχους σου





**Η ανάπτυξη της σταδιοδρομίας** είναι η συνεχής διαδικασία διαχείρισης της ζωής, της μάθησης, καθώς και της εργασίας σε όλη τη διάρκεια της ζωής.

- Διάφοροι παράγοντες διαμορφώνουν αυτό το ταξίδι, από τα προσωπικά ενδιαφέροντα και τις δεξιότητες μέχρι τις εμπειρίες και τις εξωτερικές επιρροές.
- Η ικανότητα σε έναν συγκεκριμένο τομέα ή δεξιότητα είναι μόνο ένα μέρος της εξίσωσης κατά την επιλογή σταδιοδρομίας- είναι πιο περίπλοκο από το να ταιριάζει κανείς απλώς σε μια συγκεκριμένη θέση εργασίας ή σταδιοδρομία.

# Ανάπτυξη καριέρας

## Καθοδήγηση καριέρας

- Παρέχει **πολύτιμες πληροφορίες και πόρους** για επαγγελματική ανάπτυξη.



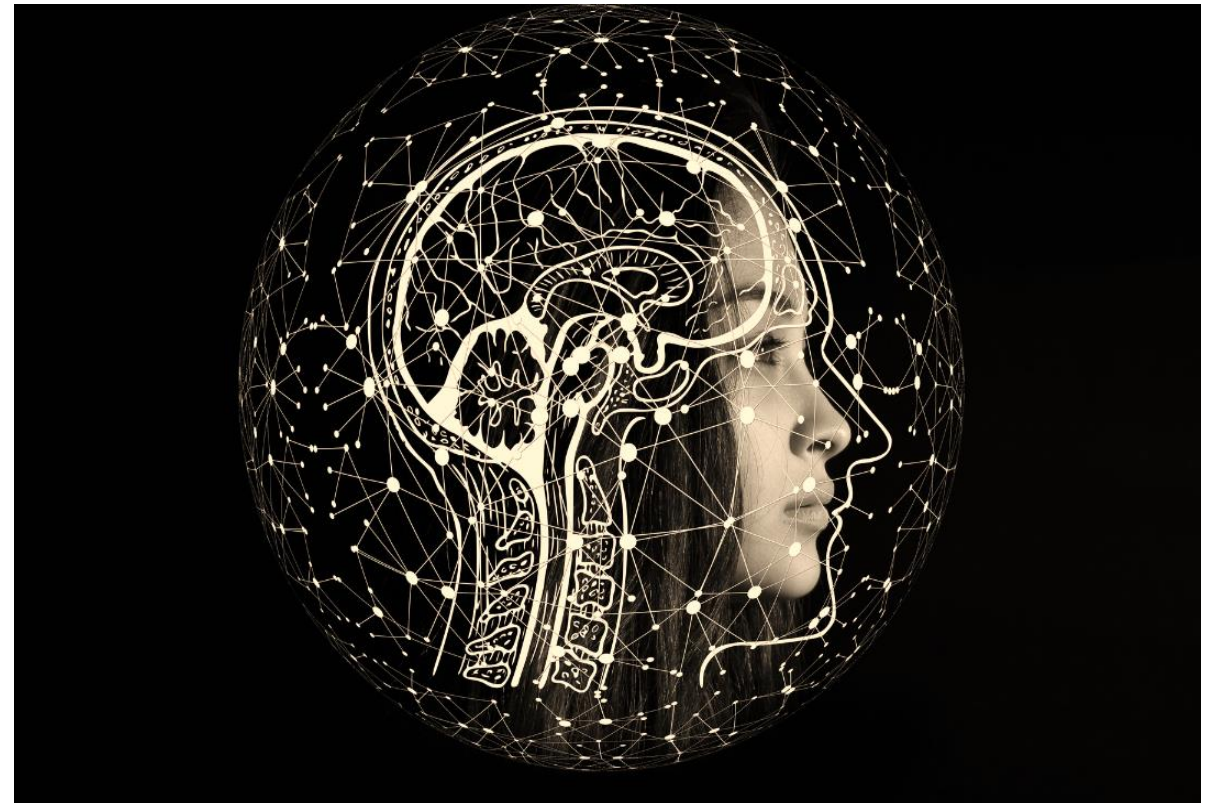
## Συμβουλές σταδιοδρομίας ή συμβουλευτική σταδιοδρομίας

- Παρέχει **μια πιο εξατομικευμένη και σε βάθος αξιολόγηση και καθοδήγηση**, προσφέροντας στήριξη στο άγχος και τη συναισθηματική υποστήριξη, καθορισμό στόχων και υπέρβαση των εμποδίων.



## Πόροι και εργαλεία για επαγγελματική ανάπτυξη

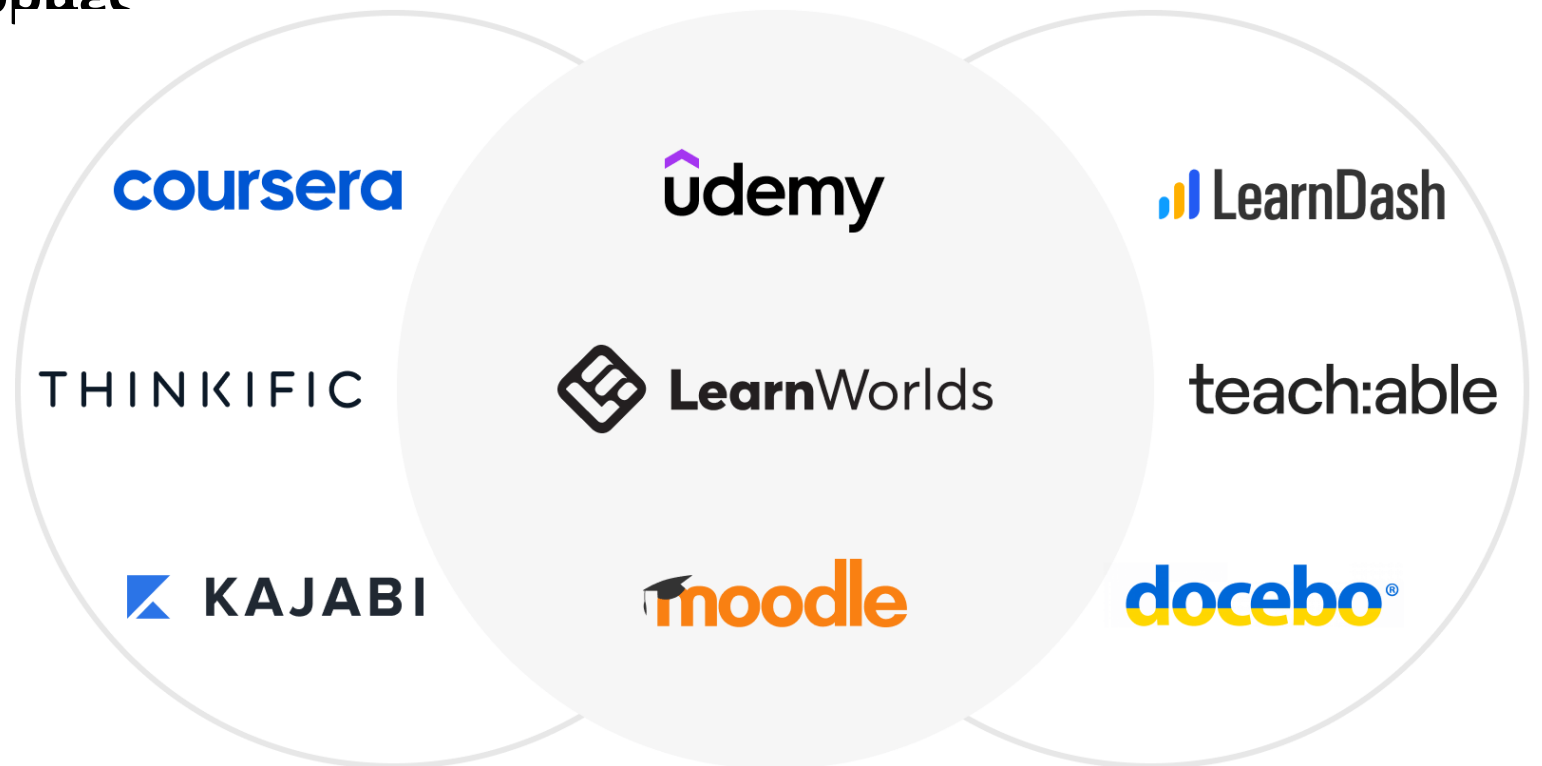
Υπάρχουν διάφοροι πόροι και εργαλεία για την υποστήριξη της επαγγελματικής εξέλιξης, των επιχειρηματικών φιλοδοξιών, αλλά και της προσωπικής ανάπτυξης: **ανάπτυξη βασικών δεξιοτήτων, ανακάλυψη νέων ευκαιριών** και δημιουργία μιας πορείας που να ευθυγραμμίζεται με τις φιλοδοξίες τους.



# Πόροι και εργαλεία για επαγγελματική ανάπτυξη

## 1. Διαδικτυακές μάθησης πλατφόρμες

- Coursera & edX
- Μάθηση στο LinkedIn
- Udemy
- Skillshare
- Άλλα



## Coursera & EdX

Με περισσότερους από 100 εκατομμύρια μαθητές σε όλο τον κόσμο, οι **Coursera** και **EdX** είναι οι γίγαντες μεταξύ των πλατφορμών MOOC.



## Coursera & EdX

- Το **Coursera** ιδρύθηκε το 2012 και είναι η **μεγαλύτερη πλατφόρμα MOOC παγκοσμίως**, με περισσότερους από 100 εκατομμύρια χρήστες.
- Σε συνεργασία με πανεπιστήμια και εταιρείες, το Coursera προσφέρει **μια ποικιλία ηλεκτρονικών μαθημάτων**, τα οποία κυμαίνονται από την επιστήμη των υπολογιστών έως την προσωπική ανάπτυξη. Ένα από τα πιο δημοφιλή τους μαθήματα είναι το "Μαθαίνω πώς να μαθαίνω".
- Εκλεκτά πανεπιστήμια, όπως το Yale, το Stanford και το Princeton, συγκαταλέγονται στα 150 ιδρύματα-εταίρους του Coursera.

The Coursera logo, consisting of the word "coursera" in a bold, blue, lowercase sans-serif font.

## Coursera & EdX



- Όπως και το Coursera, το **EdX** ιδρύθηκε το 2012 από τα πανεπιστήμια MIT και Harvard.
- Λειτουργεί **παρόμοια με το Coursera, προσφέροντας μαθήματα** σε περισσότερους από 50 εκατομμύρια μαθητές.
- Σε συνεργασία με 100 φημισμένα συνεργαζόμενα πανεπιστήμια - μεταξύ των οποίων το Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης, της Ζυρίχης και του Λονδίνου, το EdX παρέχει στους εκπαιδευόμενους τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσουν τις πιστωτικές μονάδες που αποκτούν από ορισμένα μαθήματα για την απόκτηση μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών σε ένα από τα συνεργαζόμενα πανεπιστήμια (MicroMaster).

# Μάθηση στο LinkedIn

Το **LinkedIn Learning** είναι μια **διαδικτυακή εκπαιδευτική πλατφόρμα** που βοηθά στην ανακάλυψη και την ανάπτυξη **επιχειρηματικών, τεχνολογικών και δημιουργικών δεξιοτήτων** μέσω βίντεο μαθημάτων υπό την καθοδήγηση ειδικών.

- Προσφέρει **περισσότερα από 5.000 μαθήματα** μαζί με προσωπικές συστάσεις. Μπορεί κανείς να ανακαλύψει, να ολοκληρώσει και να παρακολουθήσει μαθήματα **που σχετίζονται με τον τομέα της εξειδίκευσης και τα ενδιαφέροντά του.**
- Μόλις ολοκληρωθούν, αυτά τα μαθήματα και οι σχετικές δεξιότητες **μπορούν να καταχωρηθούν στο προφίλ του εκπαιδευόμενου στο LinkedIn.**



## Μάθηση στο LinkedIn

- Με τη συνδρομή στο LinkedIn Learning, μπορεί κανείς να έχει πρόσβαση σε ολόκληρη τη βιβλιοθήκη περιεχομένου του Learning και να λαμβάνει συστάσεις με βάση τις δεξιότητες για τις οποίες ενδιαφέρεται.



# Udemy

Το **Udemy** διαθέτει ένα ευρύ φάσμα μαθημάτων, συχνά πιο προσιτών σε σχέση με τα παραδοσιακά προγράμματα μάθησης, σε θέματα που κυμαίνονται από τον προγραμματισμό έως τα προσωπικά οικονομικά





# Skillshare

The Skillshare logo, with 'SKILL' in a bold, black, sans-serif font and 'Share' in a lowercase, black, sans-serif font. A small green dot is positioned above the 'i' in 'SKILL' and another green dot is at the end of the period following 'Share'.

**To Skillshare** είναι μια διαδικτυακή κοινότητα μάθησης που παρέχει εκπαιδευτικά βίντεο.

- Τα μαθήματα δεν είναι διαπιστευμένα και είναι διαθέσιμα μόνο μέσω συνδρομής επί πληρωμή.
- Καλύπτουν κυρίως τη δημιουργική εργασία, με μικρότερο αριθμό μαθημάτων για τις επιχειρήσεις και την επιχειρηματικότητα.
- Τα περισσότερα μαθήματα επικεντρώνονται στην αλληλεπίδραση, με πρωταρχικό στόχο τη μάθηση μέσω της ολοκλήρωσης ενός έργου.

# Άλλοι πόροι και εργαλεία

Εργαλεία αναζήτησης εργασίας και ανάπτυξης καριέρας

Εργαλεία δικτύωσης

Πιστοποιήσεις και εργαλεία ανάπτυξης δεξιοτήτων

Εργαλεία παραγωγικότητας και οργάνωσης

Εργαλεία ανατροφοδότησης και αξιολόγησης απόδοσης

Εργαλεία προσωπικού branding

Βιβλία και ηλεκτρονικά βιβλία

Podcasts και διαδικτυακά σεμινάρια

*Θα μπορούσατε να ονομάσετε μερικά παραδείγματα;*

# Άλλοι πόροι και εργαλεία

## 2. Εργαλεία αναζήτησης εργασίας και ανάπτυξης καριέρας

### *Παράδειγμα: Πράγματι οδηγός καριέρας*

- Ένας ηλεκτρονικός πόρος που παρέχεται από το **Indeed**, μια δημοφιλής πλατφόρμα αναζήτησης εργασίας που έχει σχεδιαστεί για να βοηθά στη σύνδεση των ανθρώπων με τις πληροφορίες που χρειάζονται.
- Προσφέρει μια ποικιλία εργαλείων, άρθρων και συμβουλών εμπειρογνομώνων με στόχο να βοηθήσει τους αναζητούντες εργασία καθ' όλη τη διάρκεια της σταδιοδρομίας τους. Ο οδηγός καλύπτει μια σειρά θεμάτων που έχουν σχεδιαστεί για να βοηθήσουν τα άτομα που βρίσκονται σε διάφορα στάδια της αναζήτησης εργασίας και της επαγγελματικής τους εξέλιξης.



# Άλλοι πόροι και εργαλεία

## 3. Εργαλεία δικτύωσης

### *Παράδειγμα: LinkedIn*

- Η ιδανική πλατφόρμα για τη δημιουργία ενός επαγγελματικού δικτύου, την εξεύρεση ευκαιριών απασχόλησης και την ενημέρωση για τις τάσεις του κλάδου.



## Άλλοι πόροι και εργαλεία

### 4. Πιστοποιήσεις και εργαλεία ανάπτυξης δεξιοτήτων

#### Παράδειγμα: *Google Career Certificates*

- Προσφέρει επαγγελματικά πιστοποιητικά σε τομείς όπως η υποστήριξη πληροφορικής, η ανάλυση δεδομένων, η διαχείριση έργων και ο σχεδιασμός UX.

### 5. Εργαλεία παραγωγικότητας και οργάνωσης

#### Παράδειγμα: *Trello*

- Ένα εργαλείο διαχείρισης έργων που σας βοηθά να οργανώσετε τις εργασίες, να ορίσετε προθεσμίες και να παρακολουθείτε την πρόοδο.



# Άλλοι πόροι και εργαλεία

## 6. Εργαλεία ανατροφοδότησης και αξιολόγησης της απόδοσης

### Παράδειγμα: *15Five*

- Ένα εργαλείο διαχείρισης επιδόσεων που βοηθά τα άτομα και τις ομάδες να παρακολουθούν τους στόχους, να λαμβάνουν ανατροφοδότηση και να βελτιώνουν την παραγωγικότητα.

## 7. Εργαλεία προσωπικής επωνυμίας

### Παράδειγμα: *Canva*

- Ένα εργαλείο γραφικών που σας επιτρέπει να δημιουργείτε επαγγελματικά βιογραφικά, χαρτοφυλάκια και περιεχόμενο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.



# Συμβουλές καριέρας ή συμβουλευτική

Μερικά **πράγματα που αναμένεται να δουλέψουν** κατά τη διάρκεια των *συνεδριών συμβουλευτικής σταδιοδρομίας ή συμβουλευτικής* περιλαμβάνουν τα εξής:

- ✓ Αξιολόγηση των δυνατών σημείων, των δεξιοτήτων, της εκπαίδευσης και της εμπειρίας σας
- ✓ Φέρνοντας τις επιθυμίες και τα όνειρά σας στην επιφάνεια
- ✓ Εντοπισμός περιοχών με ανεκμετάλλευτο δυναμικό
- ✓ Εξετάζοντας διάφορες επιλογές σταδιοδρομίας
- ✓ Διερεύνηση των τάσεων του κλάδου και των πρακτικών πρόσληψης
- ✓ Έρευνα για αγγελίες εργασίας και εργοδότες
- ✓ Προετοιμασία για συνεντεύξεις
- ✓ Βελτίωση του βιογραφικού σας
- ✓ Σύνταξη
- ✓ Βρίσκοντας την πρώτη σας δουλειά ή αλλάζοντας καριέρα
- ✓ Διαγράφοντας μια ικανοποιητική πορεία καριέρας



# Πλατφόρμες υποστήριξης συμβουλών σταδιοδρομίας ή συμβουλευτικής

## Παραδείγματα:

### 1. *Solve Zone: Εξατομικευμένη online συμβουλευτική καριέρας*

- Η Solve Zone είναι μια δημοφιλής διαδικτυακή πλατφόρμα παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών σταδιοδρομίας στην Ινδία. Διαθέτει μια ομάδα εμπειρογνομόνων που μπορούν να σας δώσουν εξατομικευμένες συμβουλές με βάση το τι σας αρέσει και σε τι είστε καλοί.

### 2. *Σύμβουλος: Βοήθεια σε όλες τις πτυχές της καριέρας σας*

- Το Counsellor είναι μια άλλη διαδικτυακή υπηρεσία παροχής συμβουλών σταδιοδρομίας. Μπορούν να σας βοηθήσουν με τα πάντα, από το να βρείτε τι δουλειά θέλετε μέχρι να θέσετε στόχους για να φτάσετε εκεί.

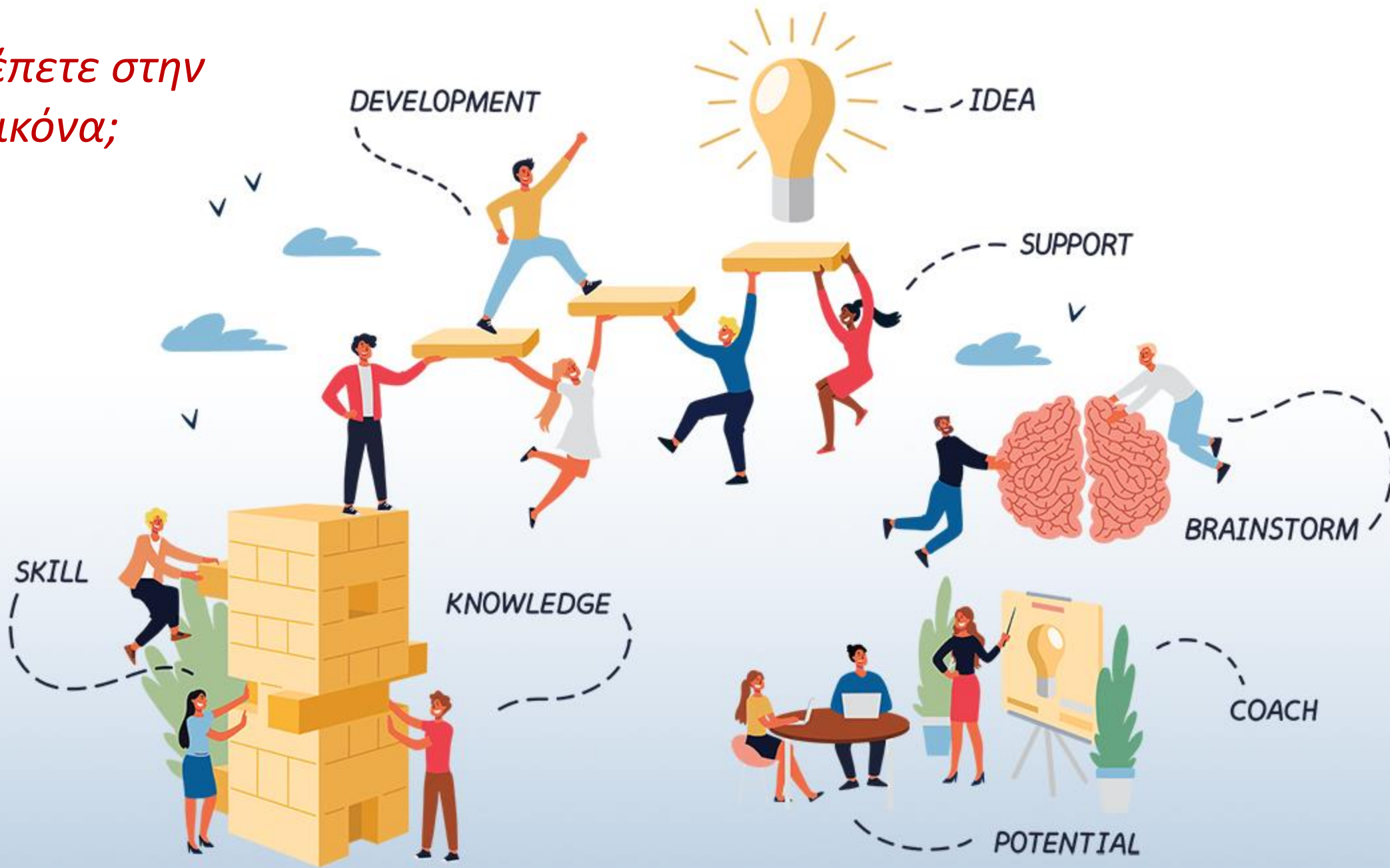
### 3. *Βοηθός καριέρας: Εξατομικευμένη βοήθεια για εσάς*

- Η Βοήθεια σταδιοδρομίας είναι μια υπηρεσία που εστιάζει σε εσάς ως άτομο. Μπορούν να σας βοηθήσουν να καταλάβετε τι σας αρέσει να κάνετε και σε τι είστε καλοί, ώστε να μπορέσετε να βρείτε τη σωστή δουλειά.





Τι βλέπετε στην  
εικόνα;



# Ανάληψη πρωτοβουλιών και καινοτομία

## Πρωτοβουλία

- Μια εσωτερική ορμή, ένα είδος **προσωπικής δύναμης που ωθεί τους ανθρώπους να υπερβούν τα προσδοκώμενα από αυτούς** και να γίνουν οι οδηγοί του πεπρωμένου τους.
- Ο **κινητήριος μοχλός που κινεί την καινοτομία, προωθεί την ανάπτυξη** και διαχωρίζει τους ηγέτες από τους οπαδούς.



# Ανάληψη πρωτοβουλιών και καινοτομία

**Η ανάληψη πρωτοβουλιών** μπορεί να μεταμορφώσει την επαγγελματική πορεία κάποιου



- Αυτοί που αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες είναι αυτοί που **εντοπίζουν ευκαιρίες** εκεί που οι άλλοι βλέπουν εμπόδια.
- Οι **νέες εμπειρίες και προκλήσεις** οδηγούν στην **ανάπτυξη και την καινοτομία**.

# Προσδιορισμός επιχειρηματικών ευκαιριών

Εντοπισμός **επιχειρηματικών ευκαιριών** από:

- ✓ Επίλυση προσωπικών προβλημάτων ή προβλημάτων άλλων ανθρώπων.
- ✓ Παρατήρηση των τάσεων στο περιβάλλον: πολιτικές, οικονομικές, κοινωνικές ή τεχνολογικές.
- ✓ Εύρεση κενών στην αγορά.



# Πλατφόρμες αναγνώρισης επιχειρηματικών ευκαιριών

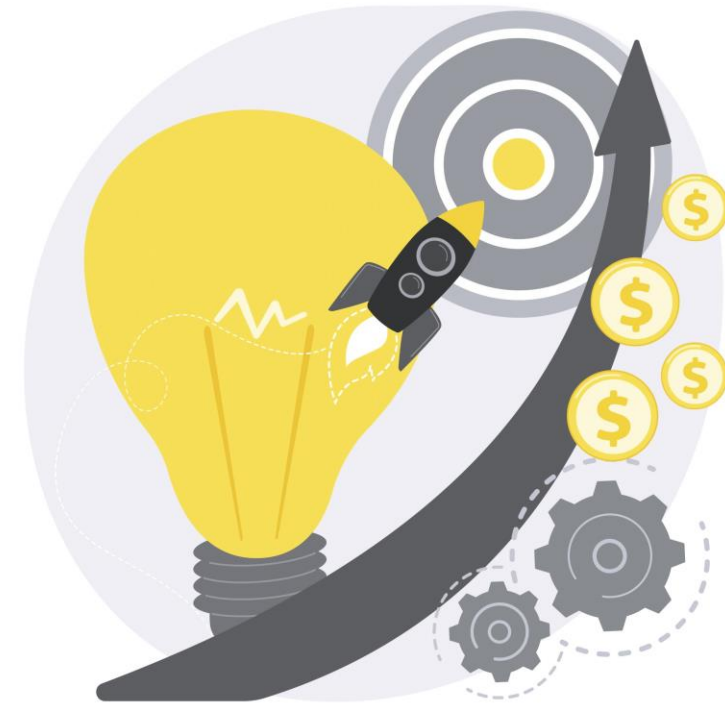
Υπάρχουν πλατφόρμες που παρέχουν πρόσβαση σε πληροφορίες για την αγορά, τάσεις καινοτομίας, ανατροφοδότηση από το πλήθος και κοινότητες νεοφυών επιχειρήσεων.

- Αξιοποιώντας αυτούς τους πόρους, μπορεί κανείς να επικυρώσει τις ιδέες του και να αποκτήσει τις γνώσεις και την υποστήριξη που χρειάζεται για να μετατρέψει τα επιχειρηματικά του όνειρα σε επιτυχημένα εγχειρήματα.



# Πόροι εντοπισμού επιχειρηματικών ευκαιριών

1. Εργαλεία έρευνας αγοράς
2. Πλατφόρμες και κοινότητες νεοφυών επιχειρήσεων
3. Εργαλεία ανάλυσης τάσεων
4. Εργαλεία δημιουργίας ιδεών & επικύρωσης
5. Πλατφόρμες επιχειρηματικών ιδεών και καινοτομίας
6. Πλατφόρμες καινοτομίας και Crowdsourcing
7. Ανταγωνιστική ανάλυση και βιομηχανική πληροφόρηση
8. Θερμοκοιτίδες και επιταχυντές ιδεών



Ομαδική άσκηση:  
Θα μπορούσατε να τους συμβουλέψετε;



Τζούλια



Alex

## Ομαδική δραστηριότητα: Θα μπορούσατε να τους συμβουλευέστε;

**A. Η Julia** ξεκίνησε την καριέρα της ως συνεργάτης μάρκετινγκ σε μια μικρή εταιρεία που επικεντρώθηκε σε παραδοσιακές μεθόδους μάρκετινγκ. Γρήγορα συνειδητοποίησε ότι το ψηφιακό μάρκετινγκ ήταν το μέλλον και αποφάσισε να στρέψει την καριέρα της προς αυτόν τον αναδυόμενο τομέα. Θέλει να γίνει **Digital Marketing Manager**, ένας ρόλος που απαιτεί τόσο τεχνικές δεξιότητες όσο και στρατηγική σκέψη.

Θα μπορούσατε να την συμβουλευέστε για τα επόμενα βήματά της;

**B. Ο Alex** είναι καθηγητής ιστορίας που εργάζεται σε ιδιωτικό λύκειο και έχει πάθος να κάνει τη μάθηση πιο διαδραστική και ελκυστική. Ωστόσο, αισθάνεται ότι περιορίζεται από τις παραδοσιακές μεθόδους διδασκαλίας που έχει στη διάθεσή του. Το όνειρό του είναι να συνδυάσει την εκπαίδευση και την τεχνολογία για να βελτιώσει τη μαθησιακή εμπειρία των μαθητών και να μεταμορφώσει τον τρόπο με τον οποίο μαθητές και καθηγητές αλληλεπιδρούν με το περιεχόμενο.

Θα μπορούσατε να τον συμβουλευέστε για τα επόμενα βήματά του;



## Ομαδική άσκηση: Θα μπορούσατε να τους συμβουλέψετε;

- Ποια είναι η συμβουλή σας σχετικά με την επαγγελματική τους ανάπτυξη;
- Πώς αυτό σχετίζεται με την προσωπική τους ανάπτυξη;
- Ποιες μαθησιακές διαδρομές πρέπει να ακολουθήσουν;
- Ποιους πόρους και ποια εργαλεία πρέπει να χρησιμοποιήσουν;
- Υπάρχουν εναλλακτικές επιλογές για την επίτευξη των στόχων τους;
- Πώς διαφοροποιούνται οι επαγγελματικοί τους στόχοι μεταξύ τους και ποια στοιχεία μοιράζονται;



# 3. Η μάθηση ως ακρογωνιαίος λίθος μιας σύγχρονης ζωής με νόημα

*3.1 Κίνητρα για μάθηση*

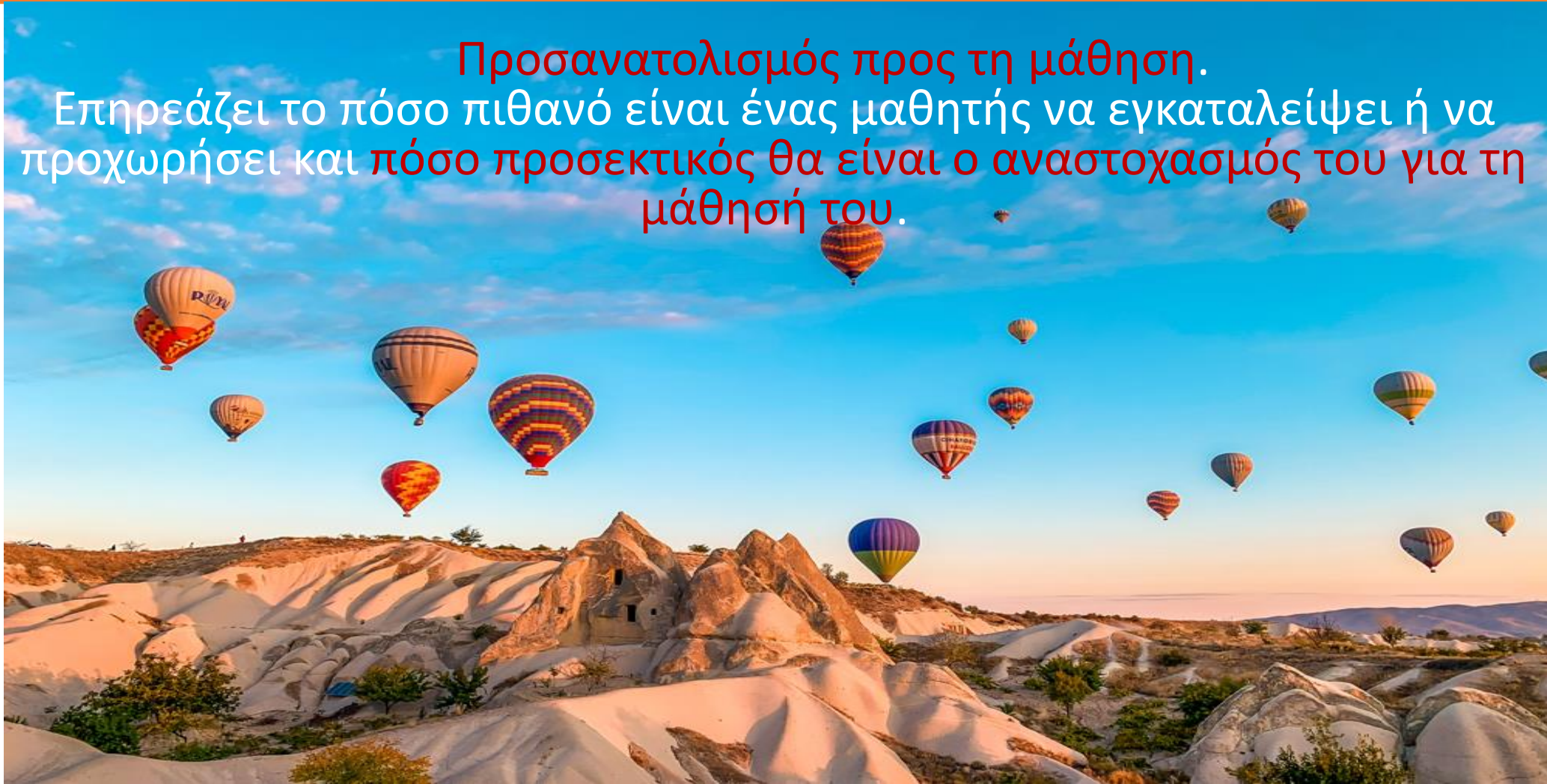
*3.2 Τρέχουσες τάσεις μάθησης*

*3.2 Η μάθηση ως λύση στις κοινωνικές και αγοραίες προκλήσεις*

# Κίνητρα για μάθηση

Προσανατολισμός προς τη μάθηση.

Επηρεάζει το πόσο πιθανό είναι ένας μαθητής να εγκαταλείψει ή να προχωρήσει και πόσο προσεκτικός θα είναι ο αναστοχασμός του για τη μάθησή του.



# Να αποκτάτε και να παραμένετε κίνητρο για

- ✓ Ασκηθείτε στη νοοτροπία ανάπτυξης
- ✓ Ενθαρρύνετε την αυτοαποτελεσματικότητα
- ✓ Κανονικοποιήστε τον αγώνα
- ✓ Ελαχιστοποίηση του ανταγωνισμού
- ✓ Προώθηση ή αποφυγή ανταμοιβών, ανάλογα με την περίπτωση
- ✓ Αναπτύξτε στόχους με βέλτιστη πρόκληση, προσανατολισμένους στη μαεστρία
- ✓ Αναγνωρίστε, αλλά μην επιμένετε σε πιθανά εμπόδια
- ✓ Δημιουργήστε χώρο ηρεμίας



# Ομαδική άσκηση: Πορτραίτα Επιτυχημένης Ζωής



A



B



C

## Ομαδική άσκηση: Πορτραίτα Επιτυχημένης Ζωής

- Ποια είναι τα ορόσημα της ζωής τους;
- Ποιες αποφάσεις άλλαξαν τη ζωή τους;
- Πώς επηρεάζει η μάθηση τη ζωή τους;
- Ποιο ήταν το κίνητρό τους να αναπτυχθούν;
- Πώς αναπτύχθηκαν προσωπικά;
- Πώς θα περιγράφατε την επαγγελματική τους ανάπτυξη;
- Ποιο πιστεύετε ότι ήταν το κλειδί της επιτυχίας τους;



# Τρέχουσες τάσεις μάθησης



# Τρέχουσες τάσεις μάθησης

- ✓ Αναβάθμιση και επανακατάρτιση
- ✓ Διαδικτυακή μάθηση
- ✓ Αυτοκατευθυνόμενη μάθηση
- ✓ Μάθηση κατά παραγγελία (ασύγχρονη μάθηση)
- ✓ Μικρομάθηση
- ✓ Διευρυμένη πραγματικότητα (XR: AR, MR και VR) στη μάθηση
- ✓ Παραγωγική Τεχνητή Νοημοσύνη
- ✓ Μάθηση με γνώμονα τα δεδομένα
- ✓ Περιεχόμενο μάθησης που δημιουργείται από χρήστες
- ✓ Επαναχρησιμοποίηση και εξωτερική ανάθεση μαθησιακού περιεχομένου
- ✓ Διαφορετικότητα και ένταξη στη μάθηση





## Βίντεο: Ο ρόλος της μάθησης στο 2030



# Κοινωνικές και αγοραίες προκλήσεις



# Μάθηση





Περίληψη-αναθεώρηση και ερωτήσεις και απαντήσεις *(Επίπεδο θέματος)*

- ✓ Τι είναι το 'Μαθαίνω να μαθαίνω';
- ✓ Ποιες είναι οι διάφορες μορφές μάθησης;
- ✓ Ποιοι είναι οι διαφορετικοί τύποι μαθητών και ποια τα χαρακτηριστικά κάθε μαθησιακού στυλ;
- ✓ Θα μπορούσατε να αναφέρετε ορισμένες μεθοδολογίες μάθησης και ορισμένες τεχνικές μάθησης και να περιγράψετε τον τρόπο λειτουργίας τους;
- ✓ Τι είναι η νοοτροπία ανάπτυξης ή μάθησης;
- ✓ Ποια είναι τα βήματα ενός μαθησιακού ταξιδιού;
- ✓ Ποια είναι τα βήματα για τη δημιουργία ενός σχεδίου μάθησης;
- ✓ Μπορείτε να δώσετε ένα παράδειγμα ενός μαθησιακού στόχου SMART;
- ✓ Ποιο είναι το προσωπικό σας SWOT; Θα μπορούσατε να το περιγράψετε εν συντομία;
- ✓ Πώς εφαρμόζεται η μαθησιακή αυτοαξιολόγηση;

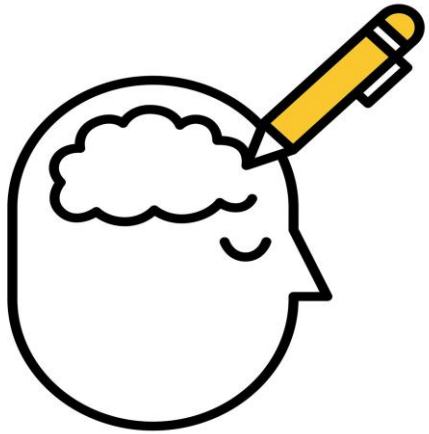
- ✓ Ποιες είναι οι πέντε βασικές αρχές της επαγγελματικής ανάπτυξης;
- ✓ Θα μπορούσατε να αναφέρετε ορισμένους πόρους και εργαλεία για την επαγγελματική ανάπτυξη και να δώσετε ενδεικτικά παραδείγματα για το καθένα από αυτά;
- ✓ Ποια είναι η διαφορά μεταξύ του επαγγελματικού προσανατολισμού και των συμβουλών ή της συμβουλευτικής σταδιοδρομίας;
- ✓ Θα μπορούσατε να αναφέρετε κάποιες πλατφόρμες υποστήριξης συμβουλών καριέρας ή συμβουλευτικής;
- ✓ Θα μπορούσατε να αναφέρετε ορισμένους πόρους αναγνώρισης επιχειρηματικών ευκαιριών;
- ✓ Πώς σχετίζονται μεταξύ τους η ανάληψη πρωτοβουλιών, η καινοτομία και η μάθηση;

- ✓ Πώς μπορεί κανείς να κινητοποιηθεί για να μάθει;
- ✓ Ποιες είναι οι τρέχουσες τάσεις μάθησης; Θα μπορούσατε να επιλέξετε μία και να την εξηγήσετε;
- ✓ Πώς μπορούν να αντιμετωπιστούν οι τρέχουσες κοινωνικές τάσεις και οι τάσεις της αγοράς μέσω της μάθησης;



Έχετε ερωτήσεις;





Τι θα κρατήσετε από  
σημερινή εκπαίδευση;

Εκπαίδευση  
Αξιολόγηση  
*(Επίπεδο θέματος)*



# Κατάλογος παραπομπών

- <https://www.youtube.com/watch?v=6aklgN4fS54>
- <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/meta>
- <https://www.testgorilla.com/blog/meta-skills/>
- <https://study.com/academy/lesson/what-is-learning-understanding-effective-classroom-strategies.html#:~:text=The%20learning%20process%20involves%20an,components%20interact%20with%20each%20other.>
- <https://www.coe.int/en/web/lang-migrants/formal-non-formal-and-informal-learning>
- <https://education.ec.europa.eu/education-levels/adult-learning>
- Υπουργείο Παιδείας και Επιστημών (2000). [Μάθηση για τη ζωή: Έγγραφο για την εκπαίδευση ενηλίκων](#). Δουβλίνο: Δουβλίνο: Γραφείο Χαρτικών.
- [Επιτροπή των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων: Εκπαίδευση ενηλίκων: Ποτέ δεν είναι αργά για μάθηση. COM\(2006\) 614 τελικό. Βρυξέλλες, 23.10.200](#)
- <https://education.ec.europa.eu/education-levels/vocational-education-and-training/about-vocational-education-and-training6>
- <https://arden.ac.uk/what-type-learner-are-you>
- <https://www.linkedin.com/pulse/starting-your-learning-journey-eweje-oyeniyi-cmc/>
- <https://mentorloop.com/blog/growth-mindset-vs-fixed-mindset-what-do-they-really-mean/>
- <http://www.russellsarder.org/?p=1027>
- <https://fastercapital.com/topics/developing-a-learning-plan.htm>
- <https://articles.noodlefactory.ai/5-steps-to-developing-an-individual-learning-plan>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LP7pdAn3foE>
- <https://brainstorminternational.co.in/understanding-the-difference-between-career-guidance-and-career-counseling/#:~:text=While%20career%20guidance%20provides%20valuable,goal%20setting%2C%20and%20overcoming%20barriers>
- <https://www.linkedin.com/pulse/top-5-online-career-counselling-consultant-platforms-solve-zone-e91ic/>
- <https://karakuleli.medium.com/step-up-stand-out-how-taking-initiative-can-transform-your-business-journey-7e73cfc88d42>
- <https://www.linkedin.com/pulse/how-identify-entrepreneurial-opportunities-kennedy-mulenga-mba/>
- <https://theeducationhub.org.nz/motivation/#:~:text=In%20short%2C%20intrinsic%20motivation%20fosters,motivated%20treat%20learning%20like%20play.>

# Κατάλογος παραπομπών

- [https://www.21kschool.com/in/blog/success-stories/#7\\_Michael\\_Jordan](https://www.21kschool.com/in/blog/success-stories/#7_Michael_Jordan)
- <https://www.cypherlearning.com/blog/business/learning-and-development-trends-2024>
- [https://www.youtube.com/watch?v=G-pM\\_Ou6Awo](https://www.youtube.com/watch?v=G-pM_Ou6Awo)
- <https://www.dreamstime.com/illustrations-depicts-lack-education-poverty-climate-change-public-health-water-food-security-jobless-high-morbidity-image103132147>
- <https://www.weforum.org/stories/2024/01/8-global-issues-shaping-and-driving-job-creation/>
- <https://fastercapital.com/topics/challenges-in-the-job-market.html>

## Κατάλογος προτεινόμενων πόρων για αυτοκατευθυνόμενη μάθηση

- Βλέπε Πρόγραμμα σπουδών (Θέμα 3).



Entrepreneurial Mindset and Key Skills for All

**Σας ευχαριστούμε!**



**Co-funded by  
the European Union**

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.