

Joint development, piloting and validation of entrepreneurial mindset and key skills curricula and training materials for third countries



Entrepreneurial Mindset and Key Skills for All

ERF CURRICULUM:

5. ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ

**ΚΩΔ. ΚΑΙ ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 2.3: JOINT ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΚΑΙ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΕRF**

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΗΣ ΓΙΑ ΑΥΤΗ ΤΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: DIMITRA EDUCATION & CONSULTING



ΚΥΡΙΕΣ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ ΤΟΥ ΈΡΓΟΥ

Πρόγραμμα:	Erasmus+
Βασική δράση:	Εφάπαξ επιχορηγήσεις
Τίτλος του έργου:	επιχειρηματικής νοοτροπίας και βασικών δεξιοτήτων και εκπαιδευτικού υλικού για τρίτες χώρες
Ακρωνύμιο έργου:	EMSA
Αριθμός Συμφωνίας Έργου:	101092477
Ημερομηνία έναρξης:	01/01/2023
Ημερομηνία λήξης:	31/12/2025

ΣΥΝΤΟΝΙΖΕΤΑΙ ΑΠΌ



ΕΤΑΪΡΟΙ ΤΟΥ ΈΡΓΟΥ



Jordan Youth Innovation Forum
الملتقى الأردني للإبداع الشبابي



ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ: 5. ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ ΤΗΣ ΜΑΘΗΣΗΣ	3
Στόχος του εργαστηρίου.....	4
Μαθησιακά αποτελέσματα.....	4
Μεθοδολογία κατάρτισης.....	5
Προαπαιτούμενα.....	5
ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ	5
Διάρκεια εργαστηρίου.....	5
Τεχνικές κατάρτισης.....	5
Απαραίτητος εξοπλισμός και υλικά.....	6
Κατανομή του προγράμματος του εργαστηρίου.....	6
Κατάλογος μεθοδολογικών εργαλείων.....	16
ΑΥΤΟΚΑΤΕΥΘΥΝΟΜΕΝΗ ΜΑΘΗΣΗ	16
Πόροι.....	16

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ:

3

Πρόγραμμα σπουδών ERF για 5. Προσωπική, κοινωνική και μαθησιακή επάρκεια

Εργασία 2.3



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.

5. ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ Μ'ΑΘΗΣΗ

Στόχος του εργαστηρίου

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.

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μετά το τέλος του εργαστηρίου, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

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.



Μεθοδολογία κατάρτισης

- Σύγχρονη διαδικτυακή μάθηση
- Αυτοκατευθυνόμενη μάθηση

Προαπαιτούμενα

- Επίπεδο αρχαρίων
- Απαιτούμενες ειδικές δεξιότητες
- Απαιτείται συμμετοχή σε προηγούμενα εργαστήρια

Εάν το εργαστήριο απαιτεί ειδικές δεξιότητες ή συμμετοχή σε προηγούμενα εργαστήρια, εξηγήστε (αναφέροντας συγκεκριμένα θέματα, εάν απαιτείται):

N/A

ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΜΑΘΗΣΗ

Διάρκεια εργαστηρίου

Εργαστήριο (Επίπεδο επάρκειας): 20 ώρες

Θέμα 1: 7 ώρες

Θέμα 2: 6 ώρες

Θέμα 3: 8 ώρες

Τεχνικές κατάρτισης

- Διάλεξη (υποχρεωτική)
- Ατομική άσκηση
- Ομαδική άσκηση

- Ομαδική συζήτηση
- Brainstorming
- Μελέτη περίπτωσης
- Παιχνίδι ρόλων
- Βιωματικό εργαστήριο
- Ερωτήσεις και απαντήσεις (ερωτήσεις κλειστού ή/και ανοικτού τύπου)
- Προβολή και ανάλυση βίντεο
- Άλλο (αναφέρετε): _____

Απαραίτητος εξοπλισμός και υλικά

Εξοπλισμός:

- ✓ Φορητός υπολογιστής/PC (υποχρεωτικό)
- ✓ Προβολέας

Υλικά:

- ✓ Παρουσίαση PowerPoint (υποχρεωτική)
- ✓ Flipchart
- ✓ Φύλλα χαρτιού Flipchart
- ✓ Φύλλα χαρτιού μεγέθους A4
- ✓ Φύλλα εργασίας δραστηριοτήτων
- ✓ Βίντεο στο YouTube
- ✓ Πολύχρωμες αυτοκόλλητες σημειώσεις
- ✓ Δείκτες
- ✓ Στυλό

Κατανομή του προγράμματος των εργαστηρίων

Προσωπική, κοινωνική και μαθησιακή επάρκεια

1. Μαθαίνοντας για τον εαυτό μας για να φτάσουμε στο πλήρες δυναμικό μας

Φόρτος εργασίας σε λεπτά

6

Πρόγραμμα σπουδών ERF για 5. Προσωπική, κοινωνική και μαθησιακή επάρκεια

Εργασία 2.3



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.

1	Εισαγωγή στην εκμάθηση του εαυτού μας για την επίτευξη του πλήρους δυναμικού μας		40 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικό εργαλείο	
	<ul style="list-style-type: none"> • Ο 'Εαυτός' • Ορίζοντας τον "Εαυτό • Ορίζοντας τον εαυτό μας • Ποιος είμαι; - Αυτοαντίληψη • Ξεκλειδώνοντας τις δυνατότητές μας - Αυτοαντίληψη 	<p>Διάλεξη: PPT5.1_1</p> <p>Δραστηριότητα που σπάει τον πάγο: Η δική μου υπερδύναμη</p>	
2	1.1 Προτεραιότητα ενός υγιεινού τρόπου ζωής		100 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> • Ευημερία: Ανάπτυξη θετικής αυτοεικόνας <ul style="list-style-type: none"> - Υγιεινός τρόπος ζωής - Ευημερία - Θετική αυτοεικόνα - Άλλες διαστάσεις της ευημερίας • Αυτοαναστοχασμός: Το κλειδί για έναν συνειδητό τρόπο ζωής <ul style="list-style-type: none"> - Γιατί, πότε, πού, πώς, 4 βασικές ενέργειες κατά την αυτοκριτική - Παραδείγματα δραστηριοτήτων αυτοαναστοχασμού • Δημιουργία νέων συνηθειών 	<p>Διάλεξη: PPT5.1_1</p> <p>Ατομική άσκηση - Ο τρόπος ζωής μου... Χαρτογραφημένος: MT5.1_1A</p> <p>Ατομική άσκηση - Ο τρόπος ζωής μου... Εξετάζεται: MT5.1_1B</p>	
3	1.2 Προσδιορισμός ικανοτήτων και καθορισμός στόχων		80 λεπτά
	Δομή	Τεχνική κατάρτισης/Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου	

	<ul style="list-style-type: none"> • Αυτοαξιολόγηση: Ανακαλύπτοντας ικανότητες <ul style="list-style-type: none"> - Πώς να εντοπίσετε τα δυνατά σας σημεία • Θέτοντας στόχους με βάση τα δυνατά σημεία: Ξεκλειδώνοντας δυνατότητες <ul style="list-style-type: none"> - Θέτοντας στόχους... ευθυγραμμισμένους με τα δυνατά σας σημεία 	<p>Διάλεξη: PPT5.1_1 Ερωτήσεις και απαντήσεις (Κουίζ) - Ώρα για δεξιότητες!: MT5.1_2 Ατομική άσκηση - "Νιώθω δυνατός όταν...": MT5.1_3A Ατομική άσκηση - Γνωρίζοντας τα δυνατά σας σημεία - Προσανατολίζοντας τους στόχους σας: MT5.1_3B</p>	
3	1.3 Αντιμέτωπιση των προκλήσεων		90 λεπτά
	Δομή	Τεχνική κατάρτισης/Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> • Προκλήσεις της εποχής μας • Διαχείριση χρόνου <ul style="list-style-type: none"> - Ιεράρχηση προτεραιοτήτων • Διαχείριση πληροφοριών <ul style="list-style-type: none"> - Η νέα διαχείριση του χρόνου • Ανθεκτικότητα <ul style="list-style-type: none"> - Καλλιέργεια της ανθεκτικότητας - Αγκαλιάζοντας την αλλαγή - Επίλυση προβλημάτων - Διαχείριση του άγχους 	<p>Διάλεξη: PPT5.1_1 Προβολή και ανάλυση βίντεο - Το κλειδί της επιτυχίας στον σημερινό κόσμο: MT5.1_4 Ομαδική άσκηση - Βοηθήστε τον John και τη Sarah!: MT5.1_5</p>	
4	1.4 Διατήρηση κινήτρων		60 λεπτά
	Δομή	Τεχνική κατάρτισης/Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου	

	<ul style="list-style-type: none"> Να αποκάτε και να παραμένετε παρακινημένοι 	Διάλεξη: PPT5.1_1 Ομαδική Άσκηση - Ο πίνακας οράματός μας για αυτο-παρακίνηση: MT5.1_6	
4	Περίληψη-αναθεώρηση και ερωτήσεις και απαντήσεις		20 λεπτά
	Δομή	Τεχνική κατάρτισης/Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> Ανακεφαλαίωση των βασικών σημείων Ερωτήσεις και απαντήσεις 	Διάλεξη: PPT5.1_1	

2. Μάθηση για τους άλλους για προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη			Φόρτος εργασίας σε λεπτά
1	Εισαγωγή στη μάθηση για τους άλλους για προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη		40 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικό εργαλείο	
	<ul style="list-style-type: none"> Η κοινωνική φύση των ανθρώπων Να είμαστε μαζί Συνεργαζόμενοι 'Ο Άλλος' 'Ετερότητα' Η "ετερότητα" ως αντιπαροχή 	Διάλεξη: PPT5.2_1 Ενεργοποιητής: Ο ιδανικός μου συνεντευξιαζόμενος	
2	2.1 Κοινωνική συμμετοχή και συγκρότηση ομάδων		120 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> Κοινωνικοί κανόνες και κοινωνική ευημερία 	Διάλεξη: PPT5.2_1 Ομαδική άσκηση - I Είμαι σεναριογράφος: MT5.2_1	

	<ul style="list-style-type: none"> - Κοινωνική ανάπτυξη - Κοινωνική αλληλεπίδραση - Κοινωνικοί κανόνες ή νόρμες - Κοινωνική ευημερία - Το θέμα των κινήτρων - Από ομάδες σε ομάδες - Συγκρότηση ομάδων - Συνεργατική εργασία • Εργασία ως ομάδα 	<p>Ομαδική άσκηση - Μονομαχία συζητήσεων: <i>Η καλύτερη ομάδα κερδίζει!</i>: MT5.2_2</p>	
3	2.2 Σεβασμός της πολιτισμικής ποικιλομορφίας και ενσυναίσθηση		120 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> • Πολιτιστική ποικιλομορφία και ανάπτυξη περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς <ul style="list-style-type: none"> - Πολιτιστική ποικιλομορφία - Ο πολιτισμός ως "όρος-ομπρέλα" - Πολιτισμός πέρα από έθνη και θρησκείες - Προκλήσεις της πολιτιστικής ποικιλομορφίας • Ενσυναίσθηση και πώς να γίνετε ενσυναίσθητοι <ul style="list-style-type: none"> - Ξεκλειδώνοντας τη δύναμη της 	<p>Διάλεξη: PPT5.2_1 Προβολή και ανάλυση βίντεο - Η σημασία της ενσυναίσθησης: MT5.2_3 Παιχνίδι ρόλων - <i>Πώς τα καταφέρνετε;</i>: MT5.2_4</p>	

	<p>κατανόησης των άλλων</p> <ul style="list-style-type: none"> - Τι ΔΕΝ είναι ενσυναίσθηση - Να είστε ενεργός ακροατής - 		
3	2.3 Οικοδόμηση θετικών σχέσεων μέσω επικοινωνιακών αλληλεπιδράσεων		60 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> • Το διακύβευμα των διαπροσωπικών σχέσεων: Υποστηρικτικά και περιεκτικά περιβάλλοντα <ul style="list-style-type: none"> - Χτίζοντας σχέσεις - Τα πέντε στάδια των διαπροσωπικών σχέσεων - Θετικές σχέσεις • Επίλυση συγκρούσεων και ο βασικός ρόλος της αποτελεσματικής επικοινωνίας <ul style="list-style-type: none"> - Όταν οι σχέσεις δοκιμάζονται - Επίλυση συγκρούσεων - Διαχείριση συγκρούσεων: . - Η πρωταρχικότητα της αποτελεσματικής επικοινωνίας - Πώς να αποφύγετε την 	<p>Διάλεξη: PPT5.2_1 Προβολή και ανάλυση βίντεο - Η πρωταρχική σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας (Πώς να αποφύγετε τη λανθασμένη επικοινωνία): MT5.2_5 Ομαδική άσκηση - <i>Το κάναμε καλά - το χαλάσαμε</i>: MT5.2_6</p>	

	παρεξήγηση με λίγα λόγια		
4	Περίληψη-αναθεώρηση και ερωτήσεις και απαντήσεις		20 λεπτά
	Δομή	Τεχνική κατάρτισης/Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> Ανακεφαλαίωση των βασικών σημείων Ερωτήσεις και απαντήσεις 	Διάλεξη: PPT5.2_1	

3. Μαθαίνω να μαθαίνω για μια ζωή με νόημα			Φόρτος εργασίας σε λεπτά
1	Εισαγωγή στην εκμάθηση για μια ζωή με νόημα		50 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικό εργαλείο	
	<ul style="list-style-type: none"> Τι σημαίνει να μαθαίνεις να μαθαίνεις; Πώς μαθαίνετε να μαθαίνετε; Δια βίου μάθηση 	Διάλεξη: PPT5.3_1 Ενεργοποιητής: Energizer: Ο δρόμος προς την επιτυχία	
2	3.1 Μάθηση για προσωπική ανάπτυξη		180 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> Στυλ μάθησης/τύποι μαθητών <ul style="list-style-type: none"> Στυλ μάθησης Κύρια στυλ μάθησης Συμβουλές για διαφορετικά στυλ μάθησης Διαχείριση της δικής μας μάθησης: 	Διάλεξη: PPT5.3_1 Ομαδική Άσκηση - Quescussion: MT5.3_1 Ατομική άσκηση - Τι τύπος μαθητή είσαι;: MT5.3_2 Ομαδική άσκηση - Ας τους οργανώσουμε!: MT5.3_3 Ατομική άσκηση - Δημιουργήστε το δικό σας σχέδιο μάθησης: MT5.3_4	

	<p>Μέθοδοι και τεχνικές μάθησης και αξιολόγηση της μάθησης</p> <ul style="list-style-type: none"> - Προσωπική ανάπτυξη μέσω της μάθησης - Διαχείριση της μάθησης: Μάθηση: Το υπόβαθρο - Διαχείριση της μάθησης: Μάθηση: Το ταξίδι - Διαχείριση της μάθησης: Μέθοδοι και Τεχνικές - Προγραμματισμός μάθησης - Ανάπτυξη ενός σχεδίου μάθησης - Καθορισμός στόχων - Εντοπισμός δυνατών σημείων - Αξιολόγηση δεξιοτήτων - Προσωπική ανάλυση SWOT - Αξιολόγηση της μάθησης - Επικύρωση μάθησης - 		
3	3.2 Μάθηση για επαγγελματική ανάπτυξη		180 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> • Διαχείριση της δικής μας καριέρας: Πόροι και εργαλεία για επαγγελματική 	<p>Διάλεξη: PPT5.3_1 Ομαδική άσκηση - Θα μπορούσατε να τους συμβουλέψετε;: MT5.3_5</p>	

	<p>ανάπτυξη και εντοπισμό επιχειρηματικών ευκαιριών</p> <ul style="list-style-type: none"> - Επαγγελματική ανάπτυξη - Πενήντα άνθρωποι, μια ερώτηση - Υψηλές 5 Αρχές της Επαγγελματική ανάπτυξη - Ανάπτυξη καριέρας - Πόροι και εργαλεία για επαγγελματική ανάπτυξη - Άλλοι πόροι και εργαλεία - Συμβουλές καριέρας ή συμβουλευτική - Πλατφόρμες υποστήριξης συμβουλών καριέρας ή συμβουλευτικής - Ανάλυση πρωτοβουλιών και καινοτομία - Προσδιορισμός επιχειρηματικών ευκαιριών - Πλατφόρμες αναγνώρισης επιχειρηματικών ευκαιριών 		
3	3.3 Η μάθηση ως ακρογωνιαίος λίθος μιας σύγχρονης ζωής με νόημα		50 λεπτά
	Δομή	Τεχνική προπόνησης: Κώδικας Μεθοδολογικού Εργαλείου	



	<ul style="list-style-type: none"> • Κίνητρα για μάθηση <ul style="list-style-type: none"> - Να αποκτάτε και να παραμένετε κίνητρο για μάθηση • Τρέχουσες τάσεις μάθησης <ul style="list-style-type: none"> - Ο ρόλος της μάθησης στο 2030 • Η μάθηση ως λύση στις κοινωνικές προκλήσεις και τις προκλήσεις της αγοράς <ul style="list-style-type: none"> - Κοινωνικές και αγοραίες προκλήσεις 	<p>Διάλεξη: PPT5.3_1 Ομαδική άσκηση - Επιτυχημένα πορτρέτα ζωής: MT5.3_6</p>	
4	Περίληψη-αναθεώρηση και ερωτήσεις και απαντήσεις		20 λεπτά
	Δομή	Τεχνική κατάρτισης/Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου	
	<ul style="list-style-type: none"> • Ανακεφαλαίωση των βασικών σημείων • Ερωτήσεις και απαντήσεις 	<p>Διάλεξη: PPT5.3_1</p>	

Κατάλογος μεθοδολογικών εργαλείων

Όχι .	Τεχνική κατάρτισης	Κώδικας μεθοδολογικού εργαλείου
1	Διάλεξη	PPT5.1_1, PPT5.2_1, PPT5.3_1
2	Ατομική άσκηση	MT5.1_1A
4	Ατομική άσκηση	MT5.1_1B
5	Ερωτήσεις και απαντήσεις	MT5.1_2
6	Ατομική άσκηση	MT5.1_3A
7	Ατομική άσκηση	MT5.1_3B
8	Προβολή και ανάλυση βίντεο	MT5.1_4
9	Ομαδική άσκηση	MT5.1_5
10	Ομαδική άσκηση	MT5.1_6
11	Ατομική άσκηση	MT5.2_1
12	Ατομική άσκηση	MT5.2_2
13	Προβολή και ανάλυση βίντεο	MT5.2_3
14	Παιχνίδι ρόλων	MT5.3_4
15	Προβολή και ανάλυση βίντεο	MT5.3_5
16	Ομαδική άσκηση	MT5.3_6
17	Ομαδική άσκηση	MT5.3_1
18	Ατομική άσκηση	MT5.3_2
19	Ομαδική άσκηση	MT5.3_3
20	Ατομική άσκηση	MT5.3_4
21	Ομαδική άσκηση	MT5.3_5
22	Ομαδική άσκηση	MT5.3_6

ΑΥΤΟΚΑΤΕΥΘΥΝΟΜΕΝΗ ΜΑΘΗΣΗ

Πόροι

Όχι .	Πόροι	Συν ημ μένο

		(κατά περίπτωση) ή/και Σύνδεσμος
1	https://www.studysmarter.co.uk/explanations/psychology/personality-in-psychology/the-self/	
2	https://www.slideshare.net/cristelmaybesin/understanding-the-selfpptx-253425159	
3	https://positivepsychology.com/self-concept/#:~:text=Self%2Dconcept%20is%20the%20perception,skills%2C%20and%20areas%20of%20weakness.	
4	https://thewrightinitiative.com/misc/what-is-self-concept-definition.html	
5	https://sadbhavnapublications.org/ppt/bed/sem1/Growth-and-Development/UNDERSTANDING-DEVELOPMENT-OF-SELF-CONCEPT.pdf	
6	https://www.lifebulb.com/blogs/understanding-self-concept	
7	https://health.nzdf.mil.nz/your-health/body/physical-health-and-fitness/what-is-physical-health	
8	https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response	
9	https://www.linkedin.com/pulse/self-awareness-self-reflection-david-alcocock/	
10	https://positivepsychology.com/self-image/#:~:text=A%20positive%20self%2Dimage%20is,you%20look%20in%20the%20mirror.	
11	https://www.bu.edu/studentwellbeing/what-is-wellbeing/	
12	https://productive.fish/blog/self-reflection/	
13	https://productive.fish/blog/how-to-build-a-habit/	
14	https://www.leaderonomics.com/articles/personal/why-its-important-to-know-your-strengths-and-weaknesses	
15	https://nationalcareers.service.gov.uk/discover-your-skills-and-careers/	
16	https://barclayslifeskills.com/i-want-to-choose-my-next-step/school/5-ways-to-find-out-what-you-re-good-at/	



1 7	https://ca.indeed.com/career-advice/finding-a-job/what-am-i-good-at	
1 8	https://www.simplystrongteams.com/identify-strengths-exercise	
1 9	https://geniusfood.com/en-gb/genius/8-brilliant-ways-to-unlock-your-potential/	
2 0	https://www.youtube.com/watch?v=tkbHfxSboMo&t=51s	
2 1	https://extension.uga.edu/publications/detail.html?number=C1042&title=time-management-10-strategies-for-better-time-management	
2 2	https://corporatefinanceinstitute.com/resources/management/time-management-list-tips/	
2 3	https://www.indeed.com/career-advice/career-development/what-is-information-management	
2 4	https://paulspecter.com/information-management-is-the-new-time-management/	
2 5	https://www.everydayhealth.com/wellness/resilience/	
2 6	https://www.calm.com/blog/how-to-be-resilient	
2 7	https://www.verywellmind.com/problem-solving-2795008	
2 8	https://www.webmd.com/balance/stress-management/what-is-stress	
2 9	https://www.webmd.com/balance/stress-management/stress-management	
3 0	https://www.healthdirect.gov.au/motivation-how-to-get-started-and-staying-motivated	
3 1	https://mgiep.unesco.org/article/humans-are-social-and-emotional-beings	
3 2	https://www.managementstudyguide.com/understanding-team.htm	
3 3	https://www.youtube.com/watch?v=fUXdrl9ch_Q&t=99s	
3 4	https://ethics.org.au/ethics-explainer-the-other/	
3 5	https://link.springer.com/chapter/10.1057/9781137321312_3	
3 6	https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Sociology/Introduction to Sociology/Sociology(Bo undless)/05%3A Social Interaction/5.01%3A Understanding Social Interaction/5.1A%3A Und erstanding Social Interaction#:~:text=A%20social%20interaction%20is%20an,which%20they%20seek%20to%20live.	
3 7	https://study.com/academy/lesson/social-interactions-definition-types-quiz.html	



3 8	https://www.simplypsychology.org/social-norms-examples.html#:~:text=Norms%20are%20implicit%20(άγραφο)%20κοινωνικό,%20στην%20κοινωνία%20(κοινωνικά%20πρότυπα).	
3 9	https://positivepsychology.com/social-wellbeing/	
4 0	https://aithor.com/essay-examples/understanding-the-importance-of-cultural-diversity-in-todays-global-society	
4 1	http://www.maxwideman.com/musings/culture.htm	
4 2	https://bccie.bc.ca/wp-content/uploads/2020/09/cultural-iceberg.pdf	
4 3	https://www.youtube.com/watch?v=UzPMMSKfKZQ	
4 4	https://www.themedicportal.com/blog/whats-the-difference-between-sympathy-and-empathy/	
4 5	https://www.verywellmind.com/what-is-active-listening-3024343	
4 6	https://www.wikihow.com/Social-Norms-Examples	
4 7	https://philarchive.org/archive/HAUSPA-3	
4 8	https://hbr.org/2011/06/turn-your-group-into-a-true-team#:~:text=A%20common%2C%20worthwhile%20purpose%20creates,But%20they're%20not%20enough.	
4 9	https://courses.lumenlearning.com/suny-introductiontocommunication/chapter/defining-groups-and-teams/	
5 0	https://filestage.io/blog/collaborative-working/	
5 1	https://aithor.com/essay-examples/understanding-the-importance-of-cultural-diversity-in-todays-global-society	
5 2	http://www.maxwideman.com/musings/culture.htm	
5 3	https://bccie.bc.ca/wp-content/uploads/2020/09/cultural-iceberg.pdf	
5 4	https://www.youtube.com/watch?v=UzPMMSKfKZQ	
5 5	https://www.themedicportal.com/blog/whats-the-difference-between-sympathy-and-empathy/	
5 6	https://www.healthline.com/health/interpersonal-relationships#σχέσεις-στάδια	



5 7	https://www.rogerkallen.com/build-positive-relationships/	
5 8	https://www.torrens.edu.au/stories/blog/employability/7-tips-to-build-strong-interpersonal-relationships	
5 9	https://www.freshminds.co.uk/candidates/skills-hub/how-to-manage-conflict-in-a-project-team?source=google.com	
6 0	https://www.youtube.com/watch?v=gCfzeONu3Mo	
6 1	https://www.youtube.com/watch?v=6aklgN4fS54	
6 2	https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/meta	
6 3	https://www.testgorilla.com/blog/meta-skills/	
6 4	https://study.com/academy/lesson/what-is-learning-understanding-effective-classroom-strategies.html#:~:text=The%20learning%20process%20involves%20an,components%20interact%20with%20each%20other.	
6 5	https://www.coe.int/en/web/lang-migrants/formal-non-formal-and-informal-learning	
6 6	https://education.ec.europa.eu/education-levels/adult-learning	
6 7	<u>Υπουργείο Παιδείας και Επιστημών (2000). Μάθηση για τη ζωή: Έγγραφο για την εκπαίδευση ενηλίκων. Δουβλίνο: Δουβλίνο: Γραφείο Χαρτικών.</u>	
6 8	<u>Επιτροπή των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων: Εκπαίδευση ενηλίκων: Ποτέ δεν είναι αργά για μάθηση. COM (2006) 614 τελικό. Βρυξέλλες, 23.10.200</u>	
6 9	https://education.ec.europa.eu/education-levels/vocational-education-and-training/about-vocational-education-and-training6	
7 0	https://arden.ac.uk/what-type-learner-are-you	
7 1	https://www.linkedin.com/pulse/starting-your-learning-journey-eweje-oyeniyi-cmc/	
7 2	https://mentorloop.com/blog/growth-mindset-vs-fixed-mindset-what-do-they-really-mean/	
7 3	http://www.russellsarder.org/?p=1027	
7 4	https://fastercapital.com/topics/developing-a-learning-plan.htm	
7 5	https://articles.noodlefactory.ai/5-steps-to-developing-an-individual-learning-plan	
7 6	https://www.youtube.com/watch?v=LP7pdAn3foE	
7 7	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	
7 8	https://www.linkedin.com/pulse/top-5-online-career-counselling-consultant-platforms-solve-zone-e91ic/	
7 9	https://karakuleli.medium.com/step-up-stand-out-how-taking-initiative-can-transform-your-business-journey-7e73cfc88d42	
8 0	https://www.linkedin.com/pulse/how-identify-entrepreneurial-opportunities-kennedy-mulenga-mba/	
8 1	https://theeducationhub.org.nz/motivation/#:~:text=In%20short%2C%20intrinsic%20motivation%20fosters,motivated%20treat%20learning%20like%20play.	
8 2	https://www.21kschool.com/in/blog/success-stories/#7 Michael Jordan	
8 3	https://www.cypherlearning.com/blog/business/learning-and-development-trends-2024	
8 4	https://www.youtube.com/watch?v=G-pM_Ou6Awo	
8 5	https://www.dreamstime.com/illustrations-depicts-lack-education-poverty-climate-change-public-health-water-food-security-jobless-high-morbidity-image103132147	
8 6	https://www.weforum.org/stories/2024/01/8-global-issues-shaping-and-driving-job-creation/	
8 7	https://fastercapital.com/topics/challenges-in-the-job-market.html	

