

AMBASÁDORY PRE MOBILITU V NESKORŠOM VEKU

Modul 4 Pracovný zožit



SASSI
Later-life Careers

Obsah

1	Ú
2	Ciele a	Dod
3	
4	
4.1	Kapitola 1. Výhody práce a štúdia v	
4.1.1	Výsledky
4.1.2	Samoštúdium (stručný opis)	
4.1.3	Činn
4.2	Kapitola 2. Typy	
4.2.1	Výsledky
4.2.2	Samoštúdium (stručný opis)	
4.2.3	Činn
4.3	Kapitola 3. Úloha a kompetencie	V
4.3.1	Výsledky v
4.3.2	Samoštúdium (stručný opis)	
4.3.3	Činn
4.4	Kapitola 4. Mobilita v	
4.4.1	Výsledky v
4.4.2	Samoštúdium (stručný opis)	
4.4.3	Skupinové	
4.5	Kapitola 5.	Databáza mobility
4.5.1	Výsledky v
4.5.2	Samoštúdium (stručný opis)	
4.5.3	Činn

I ÚVOD

Cieľom projektu Ambasádori mobility v neskoršom veku je propagovať výhody mobility a pracovných skúseností (ktoré sú zvyčajne doménou mladých ľudí) pre kariérny posun a zvyšovanie kvalifikácie medzi staršími pracovníkmi, ľuďmi v dôchodku a uchádzačmi o zamestnanie. Inovatívne prístupy k poskytovaniu pracovných skúseností (vrátane stáží v rámci mobility, krátkodobých vzdelávacích skúseností v rámci mobility, krátkodobých vyslaní, projektových pracovných skúseností a dobrovoľníckych skúseností) sa považujú za taktiku na stimulovanie oživenia kariéry a zmeny. Cieľom týchto skúseností je osvojiť si nové zručnosti, realizovať svoje vášne a záujmy alebo jednoducho uvažovať o novom kariérnom smerovaní - a to tak v kontexte národnej, ako aj nadnárodnej mobility.

2 CIELE A ÚLOHY MODULU

V súčasnosti sa väčšina projektov mobility zameriava na mladých ľudí a/alebo výmeny v oblasti vysokoškolského vzdelávania. Veľvyslanci môžu presadzovať pracovné skúsenosti a stáže v rámci mobility C-VET s cieľom zlepšiť medzikultúrne vzdelávanie a mobilitu v neskoršom veku. Budú zdôrazňovať výhody cezhraničnej práce, najmä v kontexte digitálneho obchodu a pre "starších podnikateľov", a presadzovať začlenenie krátkodobých nadnárodných pracovných/učebných skúseností pre starších ľudí. Možnosť zažiť vzdelávacie aktivity v rámci mobility alebo pracovať v iných organizáciách EÚ môže:

- zlepšiť spoluprácu;
- otvoriť nové obchodné príležitosti a spoločné podniky;
- podporovať medzikultúrne porozumenie a dialóg prostredníctvom zlepšovania porozumenia iným kultúram a krajinám.

Dlhodobejším cieľom je podporovať nové formy mobility zamestnancov a poskytnúť odborníkom v oblasti ľudských zdrojov a odborného vzdelávania a prípravy príležitosti, aby sa sami zapojili do programov mobility EÚ, a zároveň zapojiť cieľové skupiny. Budú motivovaní k zlepšeniu skúseností starších pracovníkov v oblasti medzikultúrneho vzdelávania a mobility a budú môcť zlepšiť kvantitu a kvalitu kariérového poradenstva. Tým, že vytvoria viac zástancov nadnárodnej práce, budú potom sami slúžiť ako vyslanci mobility.

Pre veľvyslancov je výsledok nasledovný:

- hlbšia analýza koncepcie ambasádorov ako majstrov mobility na pracovisku a medzikultúrneho vzdelávania starších dospelých a predstavenie ekonomických a sociálnych dôvodov
- hlbšia analýza financovaných a komerčných možností krátkodobej pracovnej a vzdelávacej mobility pre dospelých, a najmä starších dospelých, t. j. prostredníctvom dobrovoľníckej činnosti, študijných pobytov a pracovných skúseností.



- posúdenie, zdokumentovanie a odsúhlasenie výhod práce a vzdelávania v iných krajinách z pohľadu zamestnávateľa, jednotlivca a hostiteľskej krajiny
- podrobný opis úlohy veľvyslancov
- určenie a uvedenie rozšírených kompetencií, ktoré budú potrebovať.
- realizácia programu elektronického vzdelávania podporovaného webinármi a implementačnou príručkou s cieľom zvýšiť kvalifikáciu ambasádorov v oblasti riadenia pracovných skúseností v oblasti mobility (vrátane nadnárodných skúseností), zapojiť zamestnávateľov, aby posúdili výhody tohto prístupu pri oživovaní kariéry, a podporiť starších pracovníkov, "nedôchodcov" a uchádzačov o zamestnanie v prístupe k stážam
- prispôsobovanie a vytváranie zdrojov na použitie ambasádormi, ktoré sú k dispozícii na SASSI HUB.

Odborníkom v oblasti ľudských zdrojov a odborníkom v oblasti odborného vzdelávania a prípravy umožňuje tento modul praktické využitie ambasádorov pre mobilitu v neskoršom veku s cieľom vyškoliť nových ambasádorov. Umožňuje tiež školiteľom, aby sa sami stali ambasádormi.

3 REALIZOVANIE MODULU

Modul pozostáva z 5 častí, z ktorých každá zodpovedá jednej kapitole knihy Vyslanci za mobilitu v neskoršom veku. Pre vás ako školiteľa je k dispozícii materiál na samoštúdium, doplnený o otázky na sebareflexiu a ďalšie čítanie. K dispozícii je aj skupinová aktivita, v ktorej si precvičíte zručnosti súvisiace s poznatkami sprostredkovanými v materiáli na samoštúdium.

Pri poskytovaní obsahu svojim žiakom ich prevediete príslušnou kapitolou Ambasádori mobility v neskoršom veku, ktorá obsahuje obsah a otázky určené potenciálnym ambasádorom. Podobne ako ste museli absolvovať skupinové aktivity, aby ste prehĺbili svoje porozumenie téme, musíte ich vykonávať so svojimi žiakmi - v tomto prípade sa však vaša úloha mení z účastníka na facilitátora. Dôrazne sa odporúča, aby ste sami absolvovali aktivity predtým, ako ich budete prezentovať žiakom.

4 KAPITOLY

4.1 Kapitola I. Výhody práce a štúdia v zahraničí

4.1.1 Výsledky vzdelávania

Pre školiteľov:

Po absolvovaní tejto kapitoly budete vedieť:



- byť schopný podporiť motiváciu svojich žiakov, aby sa stali ambasádormi mobility v neskoršom veku.
- vedieť sprostredkovať výhody práce a štúdia v zahraničí.
- zohľadniť mobilitu v kontexte kariérneho rozvoja.
- chápať vytváranie sietí ako možnosť výmeny know-how a prístupu na nové trhy.
- vidieť inovačný potenciál mobilít
- zvážiť komunikačné stratégie pre mobilitu.

Pre vašich žiakov:

Téma 1. Môžu byť starší pracovníci mobilní?

- Pochopenie účelu mobilít na pracovisku
- pochopiť, že starší pracovníci sa zúčastňujú na mobilitách
- Uznajte výhody práce a štúdia v zahraničí

Téma 2. Mobilita ako CPD

- Zistiť potrebu celoživotného vzdelávania
- Zohľadnite mobilitu v kontexte kariérneho rozvoja
- identita miesta mobilít v rozvoji zručností

Téma 3. Mobility ako sieťové nádoby

- uznať výhody rastúcej medzinárodnej profesionálnej siete.
- chápať vytváranie sietí ako možnosť výmeny know-how a prístupu na nové trhy.

Téma 4. Mobilita a inovácie

- pozrieť sa na mobilitu cez prizmu výmeny osvedčených postupov.
- dozvedieť sa o najnovšom vývoji
- inšpirovať sa potenciálom inovácií v domácnosti.

4.1.2 Samoštúdium (stručný opis)

Každá kapitola tohto modulu vychádza z kapitoly Príručky veľvyslanca pre mobilitu v neskoršom veku. Pripravili sme PPT s časťou venovanou podpore motivácie učiacich sa, ako aj podstatu kľúčových informácií, ktoré potrebujete vedieť, aby ste ich mohli sprostredkovať svojim učiacim sa. Pre hlbšie pochopenie si prečítajte príslušnú kapitolu, ako aj ďalšie navrhované zdroje. PPT má nasledujúcu štruktúru:

- Úvod
- Motivovanie žiakov
- Výhody mobilít



- Mobilita a vzdelávanie
- Mobilita a vytváranie sietí
- Mobilita a inovácie

Na záver sa môžete zamyslieť nad nasledujúcimi otázkami:

- Ktoré aspekty mobilit boli pre vás najdôležitejšie vo vašej vlastnej profesionálnej praxi?
- Ak by ste mali vybrať kľúčový "predajný bod" pre nové publikum, aký by to bol?
- Poznáte dobré príklady starších pracovníkov, ktorým mobilita pomohla? Kde môžete nájsť ďalšie?
- Aké organizácie môžu byť vašimi spojencami, ktorí tiež profitujú z mobility starších zamestnancov?

Medzi ďalšie zdroje čítania patria:

- Harvardova univerzita. Výskum učebných cieľov. Podpora motivácie: <https://ablconnect.harvard.edu/fostering-motivation>
- Európska únia (2014). Štúdia o vplyve programu Erasmus. Účinky mobility na zručnosti a zamestnateľnosť študentov a internacionalizáciu inštitúcií vysokoškolského vzdelávania
- SASSI pracuje na projekte Erasmus+. CPD pre kariérnych poradcov pracujúcich so staršími ľuďmi. Modul 4. Mobilita na pracovisku pre oživenie kariéry.
- Pracujte zdravo v Austrálii. Podpora starnúcej pracovnej sily: <https://www.workhealthaustralia.com.au/how-to-support-your-older-workers/>
- Brooks R., Waters J. (2011) Mobilita študentov, migrácia a internacionalizácia vysokoškolského vzdelávania. Palgrave Macmillan London
- Rada Európy. Jazyková integrácia dospelých migrantov (LIAM). Formálne, neformálne a informálne vzdelávanie
- Európska únia (2014). Štúdia o vplyve programu Erasmus. Účinky mobility na zručnosti a zamestnateľnosť študentov a internacionalizáciu inštitúcií vysokoškolského vzdelávania
- UNESCO (2021). Spoločná predstava o našej budúcnosti: nová spoločenská zmluva pre vzdelávanie
- BusinessBalls. Tipy a techniky pre nadväzovanie obchodných kontaktov na podujatiach a webových stránkach pre nadväzovanie kontaktov: <https://www.businessballs.com/conflict-negotiation-and-influencing/networking/>
- Creative Enso (2021). Ako cestovanie zvyšuje kreativitu a pohodu: <https://www.thesavvyglobetrotter.com/how-travel-broadens-the-mind-and-increases-creativity/>
- Dôvtipný svetobežník (2023). Ako cestovanie rozširuje myseľ a zvyšuje kreativitu: <https://www.thesavvyglobetrotter.com/how-travel-broadens-the-mind-and-increases-creativity/>

4.1.3 Činnosť skupiny



Skupinová aktivita Kapitola 1

Názov	Moje mobilné zariadenia
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none">• Zamyslieť sa nad úlohou, ktorú mobilita zohráva v profesionálnom živote.• Preskúmajte výhody rôznych typov mobilít• Zistite, ako mobilita ovplyvnila ostatných inšpirovať sa pri prezentovaní výhod mobilít ostatným ľuďom.
Typ činnosti	Sebareflexia + skupinová diskusia
Časový rámec	70 min.
Potrebné materiály	Výtlačky máp: Z Európy: https://pixabay.com/illustrations/map-cartography-relief-map-1804891/ Často na svete: https://pixabay.com/vectors/map-world-geography-continent-117174/ Flipchart, perá
Úvod	<p>Táto aktivita vyzýva účastníkov, aby sa zamysleli nad vlastnou históriou mobilít a ich vplyvom na ich profesionálny rozvoj.</p> <p>Mobilita môže slúžiť ako nástroj profesionálneho rozvoja, ako miesto na získanie nových kompetencií.</p> <p>Mobilita je miestom, kde sa nadväzujú nové kontakty, a tým sa rozširuje profesionálna sieť.</p> <p>V mobilitách sa stretávajú ľudia z rôznych prostredí, vymieňajú si nápady a rodia sa inovácie.</p>
Popis činnosti	<ol style="list-style-type: none">1. Predstavte úlohu mobilít vo svojom profesionálnom rozvoji (pozri úvod).2. Rozdajte účastníkom mapy. Potom každý z nich individuálne označí na mape všetky miesta, ktoré navštívil v rámci inej ako turistickej činnosti (pracovnej, vzdelávacej, dobrovoľníckej atď.) Zo



	<p>všetkých miest musia účastníci vybrať tri, ktoré považujú za najvýznamnejšie.</p> <p>3. Pri každej z troch možností sa účastníci musia zamyslieť nad nasledujúcimi otázkami:</p> <ul style="list-style-type: none">• Prečo bola táto cesta pre mňa dôležitá?• Aké zručnosti som si tam osvojil?• Kto sú ľudia, ktorých som tam stretol? Som s niektorými z nich stále v kontakte?• Zmenila táto skúsenosť nejako môj pohľad na moju profesionálnu úlohu? <p>4. Účastníci sa zmiešajú, stretnú sa vo dvojiciach a diskutujú o jednej zo svojich možností. Potom si vymenia partnerov, diskutujú o svojej druhej voľbe a vymenia sa tretíkrát.</p> <p>S príspevkami všetkých účastníkov napíšte na flipchart všetky spôsoby, ktorými mobilita ovplyvnila účastníkov. Pokúste sa odpovede zoskupiť.</p>
Debriefing	<p>Diskusia v skupine. Môžete použiť nasledujúce otázky:</p> <ul style="list-style-type: none">• Vnímate teraz úlohu mobilit vo svojom profesionálnom živote inak?• Počuli ste niečo, čo vás prekvapilo? <p>Cítite sa lepšie pripravení presvedčiť ostatných o týchto výhodách?</p>
Prispôsobenie režimu online	<p>Účastníci môžu spoločne pracovať na nástenke Miro (https://miro.com/), kde je už nahraná mapa, a zapisovať svoje nápady na post-ity vo vnútri nástenky. Diskusia vo dvojiciach sa môže uskutočniť v miestnostiach na rozdeľovanie, pričom sa náhodne vytvoria dvojice, ktoré je potrebné ďalej náhodne rozdeliť pre každý krok.</p>
Tipy pre školiteľa	<p>Niektorí účastníci môžu potrebovať povzbudenie v počiatočnej fáze, aby si mohli spomenúť na mobility, ktoré ich najviac ovplyvnili. To sa môže uskutočniť buď prostredníctvom navádzajúcich otázok vo veľkej skupine, alebo prostredníctvom individuálnych intervencií pre tých, ktorí sa zdajú mať problémy.</p> <p>Je potrebné dobre sledovať čas, aby mali obaja účastníci vo dvojici možnosť vystúpiť.</p>

4.2 Kapitola 2. Typy mobilit

4.2.1 Výsledky vzdelávania

Pre školiteľov:

Po absolvovaní tejto kapitoly budete vedieť:

- pochopiť význam zosúladenia vzdelávacích cieľov s typmi mobility
- byť motivovaný poskytovať starším pracovníkom poradenstvo o vhodných typoch mobility pre nich
- Zoznámte sa s rôznymi typmi krátkodobých a dlhodobých mobilit, ako aj s dobrovoľníctvom.
- Uvažujte o týchto mobilitách v kontexte starších pracovníkov
- Zvážte výhody a nevýhody v súvislosti so staršími pracovníkmi

Pre vašich žiakov:

Téma 1. Krátkodobé mobility

- Pochopenie účelu mobilit na pracovisku
- Zoznámte sa s rôznymi typmi krátkodobej mobility
- Uvažujte o týchto mobilitách v kontexte starších pracovníkov
- Zvážte výhody a nevýhody v súvislosti so staršími pracovníkmi

Téma 2. Dlhodobé mobility

- Zoznámte sa s rôznymi typmi dlhodobej mobility
- Uvažujte o týchto mobilitách v kontexte starších pracovníkov
- Zvážte výhody a nevýhody v súvislosti so staršími pracovníkmi

Téma 3. Dobrovoľnícka mobilita

- Oboznámte sa s výhodami dobrovoľníckej práce a dobrovoľníckych mobilit
- Uvažujte o týchto mobilitách v kontexte starších pracovníkov
- Zvážte výhody a nevýhody v súvislosti so staršími pracovníkmi

4.2.2 Samoštúdium (stručný opis)

Každá kapitola tohto modulu vychádza z kapitoly Príručky veľvyslanca pre mobilitu v neskoršom veku. Pripravili sme PPT s časťou venovanou vedeniu budúceho ambasádora, ako aj podstatu kľúčových informácií, ktoré potrebujete vedieť, aby ste ich mohli sprostredkovať svojim žiakom. Pre hlbšie pochopenie si prečítajte príslušnú kapitolu, ako aj ďalšie navrhované zdroje. PPT má nasledujúcu štruktúru:

PPT má nasledujúcu štruktúru:

- Úvod



- Vedenie budúceho veľvyslanca
- Krátkodobé mobility
- Dlhodobé mobility
- Dobrovoľníctvo
- Reflexia
- Ďalšie čítanie

Na záver sa môžete zamyslieť nad nasledujúcimi otázkami:

- Môžete vysvetliť, čo robí veľvyslanec pre potenciálneho kandidáta?
- Aké sú vlastnosti dobrého veľvyslanca?
- Aké sú kľúčové aspekty schopnosti podporovať mobilitu v neskoršom veku?
- Viete si spomenúť na ďalších ambasádorov, ktorí propagujú rôzne postupy profesionálneho rozvoja? Čo robili tí najúspešnejší z nich?

Medzi ďalšie zdroje čítania patria:

- Uvažujete o zmene života? Stážovali by ste vo veku 50+?, Magenta Financial Planning, 2020: <https://magentafp.com/thinking-of-a-life-change-would-you-intern-at-50/>
- Lekcie od 60-ročného stážistu, Forbes, 2010: <https://www.forbes.com/consent/ketch/?toURL=https://www.forbes.com/2010/08/31/internship-career-transition-forbes-woman-leadership-work-experience.html>
- Ako pracovné voľno mení pracovníkov aj zamestnávateľov, Cari Romm Nazeer, CharterWorks: <https://www.charterworks.com/dj-didonna-sabbaticals/>
- Secondments: Najvýkonnejšie pracovné školenie, o ktorom ste nikdy nepočuli Lauren Moon & Sarah Goff-Dupont, Atlassian, 2021: <https://www.atlassian.com/blog/teamwork/what-is-secondment-benefits>
- Výskum: The Transformative Power of Sabbaticals by Kira Schabram, Matt Bloom, and DJ DiDonna, Harvard Business Review, 2023: <https://hbr.org/2023/02/research-the-transformative-power-of-sabbaticals>
- Prerušenie kariéry po päťdesiatke (s dôvodmi a tipmi), Redakčný tím Indeed, 2023: <https://uk.indeed.com/career-advice/career-development/taking-career-break-at-50>
- 11 zmysluplných spôsobov, ako sa starší ľudia môžu stať dobrovoľníkmi práve teraz, ktoré uverejnila Jennifer Lagemann na Forbes, 2023: <https://www.forbes.com/health/healthy-aging/volunteer-opportunities-for-older-adults/>
- 9 Prínosy dobrovoľníctva pre starších ľudí podľa VantageAgeing, 2022: <https://vantageageing.org/blog/benefits-older-adults-gain-volunteering/>
- Prínosy dobrovoľníckej činnosti starších ľudí pre pohodu: Gil-Lacruz, María I. Saz-Gil, Ana I. Gil-Lacruz, 2019
- Service Civil International: Dobrovoľníctvo pre mier od roku 1920 - <https://sci.ngo/>

4.2.3 Činnosť skupiny



Skupinová aktivita Kapitola 2

Názov	Výhody a nevýhody mobilit pre starších pracovníkov: Svetová kaviareň
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none">• oboznámiť sa s rôznymi typmi mobilit a porozumieť im.• premýšľať o mobilitách v kontexte starších pracovníkov a posúdiť, ktoré sú vhodné pre vašich potenciálnych klientov.
Typ činnosti	Prezentácia + Svetová kaviareň
Časový rámec	70 min.
Potrebne materiály	Flipchartový papier, farebné perá, PPT prezentácia s názvom R2_Kapitola 2_Typy mobilit
Úvod	Po vstupe do témy mobilit z osobného hľadiska a po zamyslení sa nad vlastnou históriou a vplyvom mobilit na ich profesionálny a osobný rozvoj sú účastníci vyzvaní, aby sa zamysleli nad výhodami a nevýhodami, ktoré môžu mať rôzne typy mobilit pre starších pracovníkov.
Popis činnosti	<ol style="list-style-type: none">1. Počas prestávky pred aktivitou pripravte školiacu miestnosť ako kaviareň s 3 stolmi a dostatočným počtom stoličiek. Na každý stôl položte jeden flipchart. Napíšte 3 témy na diskusiu: 1. Krátkodobá mobilita na pracovisku. 2. Krátkodobá mobilita na pracovisku. Dlhodobé mobility na pracovisku 3. Dobrovoľníctvo2. Začnite predstavením niekoľkých rôznych typov mobilit, pričom vychádzajte z toho, čo už bolo prediskutované v predchádzajúcej aktivite, a prípadne uveďte konkrétne príklady. Ak chcete, použite prezentáciu PPT.3. Rozdeľte skupinu na 3 menšie skupiny a na každý stôl pozvite jednu skupinu. Vysvetlite účastníkom, že musia medzi sebou diskutovať a na flipchart uviesť pre a proti, ktoré majú jednotlivé typy mobilit pre starších pracovníkov.4. Účastníci sa musia pri stoloch striedať a uistiť sa, že každý prispel ku každej z troch tém - bez ohľadu na



	<p>to, v akom zložení malých skupín.</p> <p>Keď sa skončia všetky 3 kolá, požiadajte ľudí, aby určili jedného rečníka za stôl, ktorý bude prezentovať ostatným každý flipchart. Zhrňte vstupy skupín a položte účastníkom debriefingové otázky zo slajdov.</p>
Debriefing	<p>Diskusia v skupine. Môžete použiť nasledujúce otázky:</p> <ul style="list-style-type: none">• Poznáte nejakých starších pracovníkov, ktorí sa venujú akémukoľvek druhu mobility?• Ktoré z týchto typov mobility sú podľa vás uplatniteľné vo vašej krajine?• Viete o nejakej spoločnosti, ktorá ponúka mobilitu na pracovisku pre svojich zamestnancov?• Považujete niektorú z týchto činností za vhodnú/atraktívnu pre niektorého z vašich klientov? Prečo nie? <p>Máte nejakých klientov/priateľov, ktorí by mali záujem o takúto možnosť vzdelávania? Boli by ste ochotní ju propagovať?</p>
Prispôsobenie režimu online	<p>Účastníci mohli pracovať spoločne v miestnostiach s prestávkami a písať na tabule Miro (https://miro.com/).</p>
Tipy pre školiteľa	<p>Počas kaviarenských kôl je potrebné dobre sledovať čas, aby sa diskusia udržala živá. Dbajte na to, aby sa do diskusie zapojili všetci a aby mali možnosť vystúpiť v menších skupinách.</p>

4.3 Kapitola 3 Úloha a kompetencie veľvyslanca

4.3.1 Výsledky vzdelávania

Pre školiteľov:

Po absolvovaní tejto kapitoly budete vedieť:

- pochopiť význam učenia príkladom
- Poznať vlastnosti ambasádora pre mobilitu v neskoršom veku
- Pochopiť dôvody prijatia úlohy veľvyslanca
- Vedieť, ako propagovať výhody a pomôcť prekonať prekážky mobility v neskoršom veku.
- vedieť posúdiť aktuálnu situáciu a potreby staršieho pracovníka
- vedieť, ako podporiť vypracovanie akčného plánu a získať prístup k jeho pokroku

- Pochopenie pridanej hodnoty rozprávania príbehov
- Získajte prehľad o vývoji kultúrnych nedorozumení a konfliktov

Pre vašich žiakov:

Téma 1. Kto sú ambasádori mobility v neskoršom veku?

- Poznanie základných charakteristík veľvyslanca pre mobilitu v neskoršom veku
- Skúmanie rôznych pohľadov na to, kto by mohol byť považovaný za veľvyslanca

Téma 2. Zodpovednosti a konkrétne úlohy veľvyslanca: Prínosy

- Pochopiť výzvy, ktorým starší ľudia čelia v súvislosti s mobilitou.
- Vedieť, ako propagovať výhody

Téma 3. Zodpovednosti a konkrétne úlohy veľvyslanca: Prekonávanie bariér

- uvedomenie si rôznych stereotypov spojených s programami mobility
- Identifikácia rôznych prekážok, s ktorými sa starší ľudia môžu stretnúť v súvislosti s plánmi mobility
- Vedieť, ako podporiť jednotlivcov pri prekonávaní týchto prekážok

Téma 4. Zodpovednosti a konkrétne úlohy veľvyslanca: Plánovanie a realizácia mobility

- Schopnosť posúdiť súčasnú situáciu
- Vedieť, ako zosúladiť potreby a očakávania
- Vedieť, ako podporiť nastavenie väznice a vypracovanie akčného plánu

Téma 5. Veľvyslanec ako rozprávač príbehov

- Pochopenie, že každý môže byť rozprávačom príbehov
- Pochopenie pridanej hodnoty rozprávania príbehov
- Stať sa vzorom prostredníctvom vlastného príbehu
- Odvaha rozprávať svoj príbeh

Téma 6. Pochopiť význam medzikultúrnych kompetencií pre mobilitu

- Pochopenie toho, ako kultúra formuje vnímanie
- uvedomenie si, ako ľudia vytvárajú domnienky na základe stereotypov o rase, etnickej príslušnosti a národnosti.
- Získanie poznatkov o vývoji kultúrneho nepochopenia
- Vedieť analyzovať firemnú kultúru spoločnosti

4.3.2 Samoštúdium (stručný opis)

Každá kapitola tohto modulu vychádza z kapitoly Príručky veľvyslanca pre mobilitu v neskoršom veku. Pripravili sme PPT s podstatou kľúčových informácií, ktoré potrebujete vedieť, aby ste ich mohli sprostredkovať svojim žiakom. Pre hlbšie pochopenie si prečítajte príslušnú kapitolu, ako aj ďalšie navrhované zdroje. PPT má nasledujúcu štruktúru:

- Úvod
- Kto sú ambasádori mobility?
- Podpora výhod mobility
- Prekonávanie prekážok
- Plánovanie a realizácia mobility
- Veľvyslanec ako rozprávač
- Význam medzikultúrnych kompetencií
- Reflexia
- Ďalšie čítanie

Na záver sa môžete zamyslieť nad nasledujúcimi otázkami:

- Môžete vysvetliť, čo robí veľvyslanec pre potenciálneho kandidáta?
- Aké sú vlastnosti dobrého veľvyslanca?
- Aké sú kľúčové aspekty schopnosti podporovať mobilitu v neskoršom veku?
- Viete si spomenúť na ďalších ambasádorov, ktorí propagujú rôzne postupy profesionálneho rozvoja? Čo robili tí najúspešnejší z nich?

Medzi ďalšie zdroje čítania patria:

- Európska platforma starších ľudí (AGE Platform Europe); www.age-platform.eu (prístup v júli 2023).
- Pracovné konzorcium SASSI: Príručka ambasádorov pre mobilitu vo vzdelávaní na pracovisku
- Hoback, Noah Gilbert: Bariéry ovplyvňujúce cestovný model dospelých vo veku 55 rokov a viac (2022); <https://www.proquest.com/openview/86bf11249787ec707f598ce75152ea9/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Sippli Khira et al (2021): Challenges arising for older workers from participation in a workplace intervention addressing work ability: a qualitative study from Germany (Výzvy vyplývajúce pre starších pracovníkov z účasti na intervencii na pracovisku zameranej na pracovnú schopnosť: kvalitatívna štúdia z Nemecka), in: International Archives of Occupational and Environmental Health zväzok 94, strany 919-933 (2021; prístup v júni 2023): <https://link.springer.com/article/10.1007/s00420-020-01639-x>
- Kognitívne predsudky: <https://medium.com/tradecraft-traction/flashcards-to-learn-168-cognitive-biases-4c37f3418f15>
- Kurz tvorivého písania "Príbehy, ktoré nás tvoria" Dr. Hannah Stevens a Dr. Will Buckingham, Wind and Bones, 2021: <https://www.windandbones.com/posts/the-stories-that-make-us/>
- The Mit Press Reader: <https://thereader.mitpress.mit.edu/understanding-personal-space-proxemics/>



- Hofstedeho šesť dimenzií:
https://www.youtube.com/watch?v=yKKruTRQ_2A
- Hofstedeho poznatky: <https://www.hofstede-insights.com/country-comparison-tool>
- Budúcnosť učenia sa:
<https://www.futurelearn.com/info/courses/intercultural-communication/0/steps/11039>
- Koncept ľadovca v kultúre: <http://www.msdt.k12.in.us/msd/wp-content/uploads/2011/10/iceburgofculture.pdf>

4.3.3 Činnosť skupiny

Tabuľka 3 Kapitola 3 Skupinová činnosť

Názov	Vytvorenie dokonalého zážitku z mobility
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none"> • Prekonanie vnútorných (vrátane iracionálnych) obáv z nadchádzajúcej mobility. • Zjednodušenie stanovovania cieľov v oblasti mobility.
Typ činnosti	Vizualizácia skupiny
Časový rámec	Úvod: 2 minúty Vizualizácia: 4 minúty Hlásenie: 5 minút
Potrebné materiály	Pohodlné sedenie všetkých členov skupiny
Úvod	<p>Na úvod načrtnite výhody vizualizácie. Môžete použiť príklady uvedené v našom cvičení "Dream Big":</p> <p><i>"Existuje čoraz viac literatúry, ktorá spája našu schopnosť predstaviť si a vizualizovať potenciálne budúce scenáre s našou schopnosťou odhaliť trendy, identifikovať kľúčové faktory a nakoniec - uskutočniť zmeny.</i></p> <p><i>Vizualizácia ovplyvňuje nielen kognitívnu, ale aj afektívnu úroveň. Účasť na vizualizačných aktivitách môže mať merateľný vplyv na úroveň oddanosti projektu."</i></p>



Popis činnosti

- **Nájdite si pokojné miesto,** kde môžete sedieť v uvoľnenej polohe. Zatvorte oči a zhlboka a upokojujúco sa nadýchnite.
- **Pripravte si scénu:** Predstavte si, že je prvý deň vašej mobility. Zvážte ročné obdobie, počasie a všetky udalosti alebo aktivity, ktoré by ste chceli zahrnúť. Vyberte si miesto a predstavte si ho čo najživšie.
- **Používajte svoje zmysly:** Vizualizujte si scénu čo najživšie:
 - **Pohľad:** Čo vidíte okolo seba? Predstavte si farby, detaily a celkovú atmosféru vášho okolia.
 - **Zvuk:** Čo počujete? Je počuť smiech, zvuky prírody alebo hudbu? Pokúste sa obnoviť zvukový zážitok.
 - **Dotyk:** Aký je pocit zo vzduchu na vašej pokožke? Cítite teplo slnka alebo jemný vánok?
 - **Vôňa:** Sú vo vzduchu nejaké vône? Môže to byť vôňa kvetov, jedla alebo iná príjemná vôňa.
 - **Chuť:** Ak ide o nejaké miestne jedlo alebo nápoj, predstavte si jeho chuť a štruktúru.
- **Aktivity:** Predstavte si činnosti, ktoré vykonávate počas mobility.
- **Emócie:** Pri vizualizácii vášho zážitku z mobility sa sústreďte na emócie, ktoré pociťujete - radosť, spokojnosť a uspokojenie z tejto dokonalej mobility.
- **Prekonávanie výziev:** Ak sa počas vašej dokonalej mobility vyskytnú nejaké výzvy, predstavte si, ako ich zvládnete s gráciou a sebavedomím. To vám môže pomôcť rozvinúť odolné myslenie.
- **Vyjadrite vďačnosť:** Na záver vizualizácie precíťte vďačnosť za pozitívne zážitky a emócie, ktoré ste si počas svojej budúcej mobility predstavili.

Otvorte oči: Pomaly otvorte oči a zhlboka sa nadýchnite.



	Zamyslite sa nad pozitívnymi pocitmi a predstavami, ktoré ste počas cvičenia zažili.
Debriefing	<p>Školiteľ vysvetlí skupine, že toto cvičenie im môže pomôcť začať novú cestu s pozitívnym myslením a jasným zmyslom pre cieľ. Školiteľ dodáva, že pravidelné vykonávanie tohto cvičenia môže prispieť k lepšiemu sústredeniu, zníženiu stresu a zlepšeniu celkovej pohody.</p> <p>Diskusia:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ako ste sa cítili?- Vzhľadom na vaše "pomyselné" mobilné skúsenosti - čo bolo na tejto mobilite najlepšie? Prečo by ste ju odporučili niekomu inému? <p>Ak sa ponoríte do skúseností, ktoré ste práve pocítili, existuje konkrétny zdroj, ktorý by vám pomohol najviac si užiť vašu skúsenosť s mobilitou?</p>
Prispôsobenie režimu online	Rovnaký prístup, len o 30 sekúnd dlhšie na naladenie, keď sú oči zatvorené. Tréner sa nesmie báť nechať medzi vetami medzeru/pauzu a dať skupine čas na vizualizáciu jednotlivých krokov cvičenia.
Tipy pre školiteľa	<p>Dajte svojim žiakom najavo, že sa nemusia obávať, ak vaša vizualizácia nebude spočiatku úplne jasná. Vyžaduje si to cvik a časom sa vaša predstavivosť stane živšou.</p> <p>Predtým, ako sa pustíte do cvičenia, pustite klientovi toto video, aby ste minimalizovali napätie spojené s vizualizáciou: https://www.youtube.com/watch?v=9z5pc0TPB_k (Zdroj: Headspace, kurátor: Youtube).</p>

4.4 Kapitola 4 Mobilita v praxi

4.4.1 Výsledky vzdelávania

Pre školiteľov:

Po absolvovaní tejto kapitoly budete vedieť:

- byť schopný pomôcť pri výbere vhodnej mobility na základe potrieb starších zamestnancov
- Vedieť, ako vyhľadať informácie týkajúce sa právnych požiadaviek na mobilitu
- byť schopný pomôcť ostatným definovať osobné oblasti zlepšovania

- vedieť propagovať výhody monitorovania a dokazovania rozvoja kompetencií staršieho podnikateľa

Pre vašich žiakov:

Téma 1 - Výber vhodnej mobility

- poznať potenciálne výhody mobility starších podnikateľov
- poznať základné možnosti mobility
- poznať zdroje informácií o mobilite podnikateľov
- vedieť vybrať vhodnú mobilitu na základe skutočných potrieb.

Téma 2 - Právne požiadavky na mobilitu

- Poznajte príslušné právne požiadavky na plánovanie mobility
- Vedieť, aké zdroje použiť pri hľadaní informácií o právnych požiadavkách mobility

Téma 3 - Definovanie oblastí zlepšovania

- byť motivovaný k účasti na mobilite.
- byť motivovaný k učeniu.
- vedieť si stanoviť realistický cieľ vzdelávania.
- byť schopný definovať oblasti osobného zlepšovania.

Téma 4 - Monitorovanie a dokazovanie rozvoja kompetencií

- motivovať staršieho podnikateľa, aby sledoval a dokazoval rozvoj svojich kompetencií.
- pochopiť výhody monitorovania a dokazovania rozvoja kompetencií staršieho podnikateľa
- porozumieť pojmu kompetencia.
- poznať zložky kompetencie
- poznať dostupné nástroje, ktoré môžu monitorovať a dokazovať rozvoj kompetencií.

4.4.2 Samoštúdium (stručný opis)

Každá kapitola tohto modulu vychádza z kapitoly Príručky veľvyslanca pre mobilitu v neskoršom veku. Pripravili sme PPT s podstatou kľúčových informácií, ktoré potrebujete vedieť, aby ste ich mohli sprostredkovať svojim žiakom. Pre hlbšie pochopenie si prečítajte príslušnú kapitolu, ako aj ďalšie navrhované zdroje. PPT má nasledujúcu štruktúru:

- Úvod
- Vyberte vhodnú mobilitu



- Právne požiadavky na mobilitu
- Definujte oblasti zlepšenia
- Monitorovanie a preukazovanie rozvoja kompetencií
- Reflexia

Na záver sa môžete zamyslieť nad nasledujúcimi otázkami:

- Ako môžete pomôcť určiť možné vzdelávacie ciele staršieho pracovníka, ktorý uvažuje o mobilite?
- Viete, ako podporiť samostatné učenie? Aké otázky musíte klásť?
- Viete, kde nájdete informácie o právnych aspektoch mobility?
- Zvážili ste, aké nástroje možno použiť na hodnotenie pokroku vo vzdelávaní?

4.4.3 Skupinové aktivity

Skupinová aktivita 1 Kapitola 4



Názov	Diskusia - najlepší typ mobility pre mňa
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none"> • Identifikácia čo najväčšieho počtu typov mobilít • Zdieľanie čo najväčšieho počtu inšpiratívnych nápadov
Typ činnosti	1) Diskusia vo dvojiciach 2) Skupinový debriefing
Časový rámec	60 min (30 min diskusia vo dvojiciach, 30 min debriefing)
Potrebné materiály	<ul style="list-style-type: none"> • Mobilné zariadenia • Pripojenie na internet • Flipchart (alebo tabuľa) • Samolepiace poznámky
Úvod	Školiteľ predstaví aktivitu počas prezentácií týkajúcich sa rôznych typov mobilít, vhodnosti jednotlivých typov pre rôzne osoby atď. Školiteľ vysvetlí účel aktivity.
Popis činnosti	Účastníci sa rozdelia do dvojíc a diskutujú o tom, čo by bolo pre nich individuálne najvhodnejšie a prečo. Na zistenie alebo overenie informácií môžu použiť internet. Diskutujú o výhodách a nevýhodách rôznych typov mobilít



	a každý si vyberie tú, ktorá je pre neho najvhodnejšia.
Debriefing	Všetky dvojice prezentujú svoje dva vybrané typy mobilit v pléne. Facilitátor vyzdvihne najvýznamnejšie črty jednotlivých príkladov.
Prispôsobenie režimu online	Počas online zasadnutí sa môže na prácu v skupinách používať oddychová miestnosť Zoom a interaktívne online tabule (jamboard) na zdieľanie informácií vo dvojiciach a v plenárnej skupine.
Tipy pre školiteľa	Školiteľ je viac-menej v úlohe facilitátora.

Skupinová aktivita 2 Kapitola 4

Názov	Plánovanie praktických aspektov mobility
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none"> Uvedomte si rôzne dôležité praktické aspekty pri plánovaní mobility
Typ činnosti	1) Diskusia vo dvojiciach 2) Skupinový debriefing
Časový rámeč	60min (30min diskusia vo dvojiciach, 30min debriefing)
Potrebné materiály	<ul style="list-style-type: none"> Mobilné zariadenia Pripojenie na internet Flipchart (alebo tabuľa) Samolepiace poznámky
Úvod	Školiteľ uvedie aktivitu počas prezentácií týkajúcich sa rôznych praktických a právnych aspektov plánovania mobility.
Popis činnosti	Účastníci sú rozdelení do dvojíc a diskutujú o praktických aspektoch konkrétnej mobility (cestovné opatrenia, zmluvné otázky, poistenie atď.). Každá dvojica sa môže slobodne rozhodnúť, aký typ mobility bude plánovať. Môže



	byť fiktívna alebo reálna.
Debriefing	Všetky dvojice prezentujú svoj zoznam najdôležitejších právnych a praktických aspektov v pléne. Facilitátor vyzdvihne najvýznamnejšie črty jednotlivých príkladov.
Prispôsobenie režimu online	Počas online zasadnutí sa môže na prácu v skupinách používať oddychová miestnosť Zoom a interaktívne online tabule (jamboard) na zdieľanie informácií vo dvojiciach a v plenárnej skupine.
Tipy pre školiteľa	Školiteľ je viac-menej v úlohe facilitátora.

Skupinová aktivita 3 Kapitola 4

Názov	Využite svoju mobilitu čo najlepšie - identifikujte oblasti, v ktorých sa môžete zlepšiť
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none"> Definovanie konkrétnych a hmatateľných cieľov a oblastí zlepšenia počas mobility
Typ činnosti	Diskusia vo dvojiciach
Časový rámec	30 minút
Potrebné materiály	<ul style="list-style-type: none"> Mobilné zariadenia Pripojenie na internet
Úvod	Školiteľ predstaví aktivitu a oblasti, o ktorých sa bude diskutovať vo dvojiciach.
Popis činnosti	<p>Účastníci diskutujú vo dvojiciach:</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifikujte min. 3 - 5 tém týkajúcich sa ich práce/podnikania/súkromného života, v ktorých by sa mohli zlepšiť - ich individuálne potreby. Každú tému priradia k oblasti, o ktorej sa predtým



	<p>diskutovalo - vedomosti/činnosť/postoj.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Budú tiež diskutovať o tom, aký vplyv to bude mať na výber konkrétnej mobility. Každá osoba povie svojmu kolegovi, ktorá kompetencia je pre ňu momentálne najdôležitejšia.
Debriefing	Plenárny debriefing je dobrovoľný. Každý, kto je ochotný podeliť sa o svoje kompetencie, ktoré chce zlepšiť, môže tak urobiť.
Prispôsobenie režimu online	Počas online zasadnutí sa môže na prácu v skupinách používať oddychová miestnosť Zoom a interaktívne online tabule (jamboard) na zdieľanie informácií vo dvojiciach a v plenárnej skupine.
Tipy pre školiteľa	Ak sa ľudia rozhodnú nechať si obsah diskusií vo dvojiciach pre seba, školiteľ ich nenúti, aby sa oň podelili so skupinou. Môžu sa klásť otázky týkajúce sa procesu (napr. čo bolo počas vašej diskusie ťažké, čo sa vám ľahko formulovalo a plánovalo? Ako si myslíte, že vám to môže pomôcť? atď.)

Skupinová aktivita 4 Kapitola 4

Názov	Ako zistíte, že ste dosiahli svoje ciele?
Ciele vzdelávania	<ul style="list-style-type: none"> • Definovanie konkrétnych a hmatateľných cieľov • Stanovenie jednoduchých ukazovateľov a zdrojov overovania • Schopnosť merať vlastný pokrok
Typ činnosti	Individuálna práca + diskusia v plenárnej skupine
Časový rámec	60 minút
Potrebné materiály	<ul style="list-style-type: none"> • Mobilné zariadenia • Pero a papier/notebook/tablet • Pripojenie na internet



Úvod	Školiteľ predstaví aktivitu a oblasti, ktoré sa majú vypracovať individuálne a následne sa o nich diskutuje vo dvojiciach.
Popis činnosti	Účastníci dostanú informačné materiály (v tlačenej alebo elektronickej podobe). Každá osoba má 30 minút na vyplnenie letáku. Výsledky (aj keď nie sú úplne vyplnené) sa prezentujú v plenárnej skupine.
Debriefing	Plenárny debriefing je opäť dobrovoľný. Kto je ochotný podeliť sa o svoje kompetencie, ktoré chce zlepšiť, a spôsoby ich merania, môže tak urobiť. Zdieľanie informácií poslúži ostatným členom skupiny ako inšpirácia pri prípadnej úprave alebo finalizácii ich šablón po školení.
Prispôbenie režimu online	Počas online zasadnutí je možné využiť oddechovú miestnosť Zoom na skupinovú prácu a interaktívne online tabule (jamboard) na zdieľanie informácií vo dvojiciach a v plenárnej skupine.
Tipy pre školiteľa	Ak sa ľudia rozhodnú nechať si obsah jednotlivých prác pre seba, školiteľ ich k tomu nenúti. Môžu sa kľásť otázky týkajúce sa procesu. Školiteľ by mal mať pripravených niekoľko príkladov dobrej praxe pre prípad, že by nebolo dostatok materiálu z individuálnej práce, ktorý by sa dal zdieľať.

4.5 Kapitola 5. Databáza mobility SASSI LLC

4.5.1 Výsledky vzdelávania

Pre školiteľov:

Po absolvovaní tejto kapitoly budete vedieť:

- Vedieť identifikovať úlohu veľvyslanca v
- Pochopenie možností mobility
- Oboznámenie sa s rôznymi zdrojmi financovania
- pochopiť, ako funguje databáza mobilít SASSI, a byť schopný samostatne vyhľadávať a nachádzať mobility
- dokázať navrhnúť komplexnú a spoľahlivú komunikačnú stratégiu pre mobilitu v súlade s potrebami cieľov.

Pre vašich žiakov:

Téma 1. Skúmanie možností mobility

- Pochopenie možností mobility
- Skúmanie aplikačných procesov

Téma 2. Databáza mobility SASSI

- Pochopenie toho, čo je databáza, v tomto prípade súvisiaca s mobilitami spoločnosti SASSI LLC
- Uznanie dôvodov, účelu a cieľov databázy mobility SASSI LLC
- pochopenie fungovania databázy mobilít SASSI a schopnosť samostatne vyhľadávať a nachádzať mobility
- schopnosť usmerniť starších podnikateľov pri hľadaní a výbere mobilít
- Aktívne prispievanie k aktualizácii databázy mobility SASSI

Téma 3. Vedenie cesty

- Pochopenie toho, čo je komunikačný plán
- Uvedomenie si cieľov komunikačného plánu
- schopnosť navrhnuť komplexnú a spoľahlivú komunikačnú stratégiu pre mobilitu v súlade s potrebami cieľov
- schopnosť identifikovať prístupy na zdôraznenie a podporu pracovnej mobility starších pracovníkov
- Jednoduché pochopenie organizácie a časovej osi komunikačnej stratégie

4.5.2 Samoštúdium (stručný opis)

Každá kapitola tohto modulu vychádza z kapitoly Príručky veľvyslanca pre mobilitu v neskoršom veku. Pripravili sme PPT s časťou venovanou podpore motivácie žiakov, ako aj podstatu kľúčových informácií, ktoré potrebujete vedieť, aby ste ich mohli sprostredkovať svojim žiakom. Pre hlbšie pochopenie si prečítajte príslušnú kapitolu, ako aj ďalšie navrhované zdroje. PPT má nasledujúcu štruktúru:

- Úvod
- Úloha veľvyslancov

- Skúmanie možností mobility
- Zdroje financovania
- Databáza mobility SASSI
- Sprievodca na ceste
- Otázky na sebareflexiu
- Odkazy

Na záver sa môžete zamyslieť nad nasledujúcimi otázkami:

- Akým spôsobom môže ambasádor podporiť staršieho podnikateľa pri výbere mobility?
- Aké sú najlepšie spôsoby vyhľadávania konkrétnych mobilít? A čo financovanie?
- Myslíte si, že databáza SASSI Mobility je účinným nástrojom na vyhľadávanie možností mobility?
- Aké sú hlavné prvky komunikačného plánu? Ako by mohli ambasádori navrhnúť účinný plán na oslovenie starších podnikateľov?



<https://www.sassi-llc.eu/>



Toto dielo je licencované pod Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. Ak si chcete pozrieť kópiu tejto licencie, navštívte stránku <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/> alebo pošlite list na adresu Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

PROJEKTOVÉ KONZORCIUM



Spolufinancovaný
Európskou úniou

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť. Číslo projektu 2021-1-DE02-KA220-VET-000033242