

MOVE & ACT - Empower Youth through Entrepreneurial and Digital Skills

2022-1-PL01-KA220-YOU-000086569

Move
& Act

MENTORYSTĖS SESIJOS

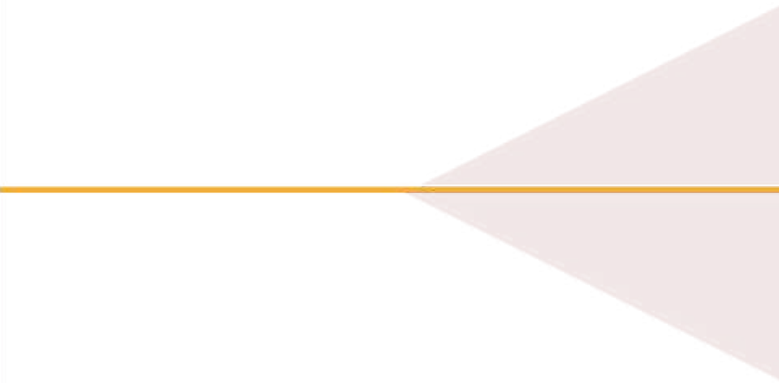
Finansuoja Europos Sąjunga. Tačiau išsakyti požiūriai ir nuomonės atitinka autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar kitų valstybių narių nuomonę. Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji. Nei Europos Sąjunga, nei institucija, kuri suteikė finansavimą, negali būti laikomos atsakingomis.



Co-funded by
the European Union



Move & ▲ct



jaunų žmonių skaitmeninių įgūdžių ir verslumo stiprinimas

WP3.5 Mentorystės sesijos

2022-1-PL01-KA220-YOU-000086569



Co-funded by
the European Union

TURINYS



1

Partneriai

2

Įvadas

4

**Spoleczna Akademia Nauk
(SAN)**

8

ERGON

12

**FUNDACJA INSTYTUT RE-
INTEGRACJI SPOŁECZNEJ**

16

**MYARTIST & e-NABLE
Greece**

22

Open Europe

26

Socialinis hubas

33

Išvados

Partneriai

**Move
& Act**



Socialinis atsiribojimas ir izoliacija pandemijos metu atskleidė didžiulį jaunimo poreikį bendrauti, ugdyti profesinius įgūdžius, kūrybiškumą ir vaizduotę. Daugelis jaunuolių įvairiose šalyse buvo priversti likti namuose, ir daugeliui iš jų skaitmeninės technologijos bei menas tapo vieninteliu saviraiškos ir ryšio su išoriniu pasauliu būdu.

Move&Act projektu siekiame skatinti jaunuolių, ypač jaunų asmenų su negalia, migrantų, etninių mažumų bei NEET jaunimo (kurie niekur nedirba ir nesimoko) kūrybiškumą. Taip pat skatinti juos bendrauti per meninę išraišką, puoselėti pozityvų mąstymą ir energiją, tuo pačiu metu ugdati inovatyvius skaitmeninius įgūdžius.

Styvas Džobsas yra pasakęs: „(...) vien technologijos nepakanka – technologijos turi susijungti su laisvaisiais menais, su humanitariniais mokslais, kad gautume tokius rezultatus, kurie priverčia širdį dainuoti.“ Nors menas ir technologijos iš pirmo žvilgsnio atrodo priešingose spektro pusėse, abu šie dalykai tyrinėja kūrybiškumą ir yra saviraiškos būdas.

Vaizdų pasaulis ir meno kūrimo procesas pastaraisiais metais keitėsi labai sparčiai. Niekada anksčiau menininkų kūrybos metodai nebuvo taip radikaliai pasikeitę. Ir niekada anksčiau žmonės nebuvo veikiami tokios daugybės skirtingų vaizdų ir stilių – technologijų ir medijų įtraukimo į kūrybos procesus mastas yra didesnis nei bet kuriame ankstesniame laikotarpyje, kurį pažinojome.

Pirmąją televirtualią meno instaliaciją „Tunelis po Atlantu“ 1995 m. sukūrė Maurice Benayoun. Jis užmezgė ryšį tarp Monrealio ir Paryžiaus – dviejų miestų, esančių tūkstančius mylių vienas nuo kito. Nuo tada kompiuterių, modernių technologijų ir virtualios realybės naudojimas iš esmės pakeitė meno pasaulį.

Elgesio kodeksas - tai taisyklių ir gairių rinkinys, kuris padeda nariams tinkamai elgtis grupėje, organizacijoje ar profesinėje veikloje. Labai svarbu palaikyti pozityvią, etišką ir profesionalią aplinką, kurioje visi dalyviai jaučiasi gerbiami, vertinami ir saugomi.

Įvairialypėje aplinkoje, kurioje skirtingos kilmės asmenys siekia bendro tikslo, elgesio kodeksai yra ypač svarbūs, nes padeda nustatyti lūkesčius ir ugdyti pagarbą vieni kitiems.

MOVE&ACT mentorystės sesijoms parengtas elgesio kodeksas yra pamatinis dokumentas, kruopščiai sukurtas taip, kad įkūnytų ir įtvirtintų sąžiningumo, pagarbos ir bendradarbiavimo kultūrą tarp visų dalyvių, įskaitant mentorius, dalyvius ir organizatorius. Nustatydamas norimo elgesio ir etikos standartų sistemą, jis yra kertinis akmuo, padedantis kurti aplinką, kurioje mokymasis, dalijimasis ir asmeninis augimas ne tik skatinami, bet ir klesti.

MOVE & ACT mentorystės sesijos

Parengė: Spoleczna Akademia Nauk (SAN)

Programos trukmė: nuo 2024.08.05 iki 2024.08.07

Mentorė: Maria Piątek

Dalyviai: Weronika Pięła, Adam Nyc, Maja Stefańska, Liza Ali Ahmadi ir Karina Shpak

Bendras sesijų skaičius: 3

Bendri mentorystės programos tikslai

Mentorystės programos tikslas buvo ugdyti dalyvių kūrybiškumą, laužyti mąstymo standartus ir parodyti naujus vizualinių pranešimų kūrimo būdus. Tikslas buvo pasiektas per meninį komandinį darbą. Buvo naudojami tokie metodai kaip minčių lietus, komandinis darbas ir meninės užduotys. Buvo stiprinami tokie įgūdžiai ir kompetencijos kaip kūrybiškumas, vizualinis mąstymas, emocinis intelektas, loginis ir analitinis mąstymas, komandinis darbas, darbo organizavimas ir laiko valdymas.



Veiklų apibūdinimas

Surengti trys kūrybiniai užsiėmimai

- **I užsiėmimas** - integracija - susipažinimas žaidžiant žaidimą, kurio metu ieškoma bendrų ir išskirtinių kiekvieno dalyvio bruožų (darbas grupėse), kuriant šešėlių portretą (darbas porose) ir lipdant kaukes iš gipso (individualus darbas). Užsiėmimo tikslas - integracija per meną.
- **II užsiėmimas** - bendro koliažo „Miestas“ kūrimas. Iš pradžių vyko pokalbis apie tai, kaip įsivaizduojame originaliausią kiekvieno iš mūsų suprojektuotą pastatą (vaizduotės žadinimo etapas, kuriam padėjo esamų pastatų nuotraukų rodymas). Darbo tikslas - atitrūkti nuo schematinio mąstymo, kai namas - tai stačiakampis blokas, šlaitinis stogas, kaminas ir stačiakampiai langai. Kitas etapas - juodais dažais ant laikraščio nupiešti siūlomus 3-4 pastatus (kiekvieną skirtingo mastelio) skirtingais formatais. Paskutinis etapas - suklijuoti visus iškirptus pastatus ant didelės pilko popieriaus plokštumos ir grupėje sukurti idealų miestą.
- **III užsiėmimas** - piešimo užsiėmimas, kurio metu mokiniai piešė kūrybines figūras markeriu ant didelio popieriaus lapo. Iš pradžių visi dalyviai nupiešė savo rankos kontūrus, kuriuos dalyviai papildė savo asmenybę atitinkančiomis figūromis. Galutinis rezultatas buvo kolektyvinis darbas, kuriame individualios asmenybės galėjo susitikti tarpusavyje sąveikaudamos. Užsiėmimo tikslas buvo sužadinti vaizduotę ir kartu paskatinti grupę sukurti bendrą, nors ir individualumu pasižymintį darbą.



Progresas ir pasiekimai

Darbas grupėse padėjo labiau suartėti grupei. Tai leido užsiėmimo dalyviams keistis patirtimi ir įgūdžiais. Darbas poromis leido užmegzti glaudesnius santykius, o individualus darbas suteikė galimybę atsiskleisti atskiroms asmenybėms. Užsiėmimų ciklas buvo orientuotas į kūrybinių įgūdžių praplėtimą. Jie tobulino savo kūrybinį mąstymą.

Iššūkiai ir kliūtys

Užsiėmimo metu buvo siekiama įveikti schematinį mąstymą, pavyzdžiui, apie tai, kas yra pastatas. Diskusija, kurią sustiprino unikalių pastatų pavyzdžių pristatymas, padėjo įveikti įprastą mąstymą. Didžiausia staigmena dalyviams buvo galutinis koliažo rezultatas. Iš pradžių jie nesuprato, kad iš neįspūdingų piešinių rinkinio ant laikraščio galima sukurti labai įdomų didelio mastelio vizualinį efektą. Šiuolaikinis darbo būdas (daugiausia kompiuterio ekrane) įpratina mus prie nuolatinio to paties mastelio - mastelio pokytis užsiėmimo dalyviams buvo tikras atradimas.

Dalyvių įtraukimas

Kuo daugiau dalyviai dirbo, tuo labiau didėjo jų įsitraukimas. Didžiausią įtaką tam turėjo integracinės užduotys, kurios palengvino bendravimą grupėje ir su mentoriumi. Iš pradžių dalyviai į atliekamą darbą žiūrėjo atsainiai. Tik tada, kai rezultatai pasirodė įdomūs, jų susikaupimas ir smalsumas didėjo su kiekviena nauja užduotimi.



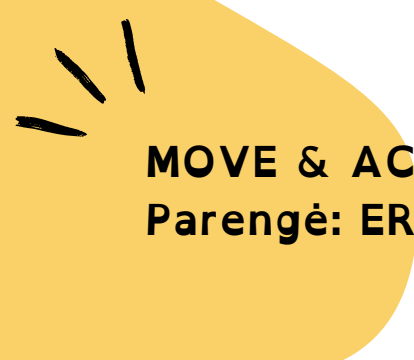
Dalyvių atsiliepimai

Projekto dalyviai nejautė sunkumų įgyti naujų žinių. Kadangi užsiėmimas vyko žaidimo forma, jie mokėsi žaisdami. Užsiėmimo metu mentorius supažindino su naujomis sąvokomis, tokiomis kaip kontūras, užkulisinė perspektyva, kontrastas ir kt. tačiau žinios buvo pateiktos taip, kad papildytų praktinę veiklą. Labiausiai pastebima kliūtis buvo atvirumas visapusiškai dalyvauti grupės veikloje.

Mentorės pamąstymai ir rekomendacijos

Svarbus projekto užduočių atspindys yra tai, kad šiandien jauni žmonės turi didžiausių problemų ne su techniniais, o su socialiniais įgūdžiais. Tuo tarpu baimės pristatyti savo idėjas įveikimas duoda puikių rezultatų ugdant kūrybiškumą. Mokymasis per meną leidžia užmegzti glaudesnę kontaktą tarp projekto vadovo ir dalyvių, visapusiškiau išnaudoti vieni kitų idėjas, energiją ir asmenybes.





MOVE & ACT mentorystės sesijos

Parengė: ERGON



Programa vyko: 2024.04.26, 2024.05.10, 2024.05.24

Mentorius: Florian Gallo

Dalyviai: Cristina Madama, Marco Gottardello, Debora Beniacasa, Magdalena Masé, Alessandro Gobbini, ir Federica Pecere

Bendras sesijų skaičius: 3

Bendri mentorystės programos tikslai

Mentorystės programa buvo siekiama didinti informuotumą apie žmonių, turinčių specifinių mokymosi sutrikimų ir specialiųjų ugdymosi poreikių, galimybes, daugiausia dėmesio skiriant fiziniam, švietimo ir kultūriniam prieinamumui. Taip pat siekėme, kad dalyviams būtų suteiktos veiksmingos mokymosi ir savišvietos strategijos.

Dalyvių tikslai

Mūsų dalyviai turėjo:

- suprasti prieinamumo koncepciją visais jos aspektais.
- išmokti naudoti prieinamas mokymosi strategijas.
- išmokti taikyti įtraukius metodus.

Programos metu daugiausia dėmesio skyrėme šioms pagrindinėms kompetencijoms:

- **Empatija:** suprasti ir dalytis kitų jausmais.
- **Bendradarbiavimas:** efektyvus bendradarbiavimas su kitais siekiant bendro tikslo.
- **Socialiniai įgūdžiai:** darniai ir veiksmingai bendrauti su kitais žmonėmis.
- **Prieinamų technologinių įrankių naudojimas:** technologijų panaudojimas įtraukiojo mokymosi skatinimui.
- **Mokymosi metodai ir saviugda:** efektyvių laiko planavimo ir savarankiško mokymosi metodų kūrimas.

Veiklų apibendrinimas

Mentorystės programą sudarė trys tęstiniai užsiėmimai su tais pačiais dalyviais, taip užtikrinant nuoseklų ir organišką mokymosi procesą. Šie užsiėmimai vyko teatre kaip teatro dirbtuvių dalis. Buvo siekiama iširti metodikas, padedančias integracijai: universalus dizainas mokymuisi (UDM), žaidybinimas ir mokymosi stiliai.

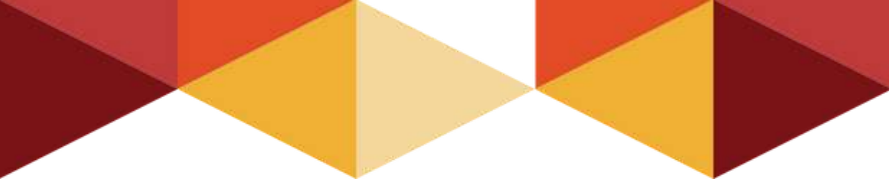
Pirmo užsiėmimo metu dalyviai buvo supažindinti su šiomis metodikomis. Po to dalyviai visi kartu išsirinko vieną metodiką ir tyrinėjo ją per praktinę ir teatrinę veiklą, daugiausia dirbdami grupėse. Toks metodas skatino atviras diskusijas ir mokymąsi iš patirties.



Progresas ir pasiekimai

Ypač veiksminga buvo praktinė teatro veikla. Dalyviai atliko sensorinės deprivacijos pratimus, tokius kaip akių užrišimas ar judesių ribojimas, siekdami suprasti dažnai nematomų architektūrinių kliūčių poveikį. Ši patirtis atskleidė, kaip svarbu lavinti protą, kad jis būtų lankstus ir greitai reaguotų ieškodamas alternatyvių sprendimų.

Po šios veiklos dalyviai savarankiškai ir grupėse ieškojo sprendimų. Vėliau jie buvo supažindinti su UDM priemonėmis, kurios padėjo jiems iš naujo įvertinti ir pertvarkyti erdves bei medžiagas, siekiant didesnės įtraukties. Be to, dalyviai eksperimentavo su prienamomis skaitmeninėmis priemonėmis, skirtomis kurti patogesnius kelius bei pagalbines priemones atminčiai, bendravimui ir savarankiškumui stiprinti. Tarp jų buvo minčių žemėlapių kūrimo, sinchroninio vertimo bei bendro prieinamumo programos, leidžiančios užtikrinti geresnę prieigą visiems vartotojams.



Iššūkiai ir kliūtys

Iš pradžių planavome aptarti tris metodikas: UDM, žaidybinimą ir mokymosi stilius. Tačiau per pirmąjį užsiėmimą paaiškėjo, kad dalyvius labiausiai domino UDM, o kitos dvi temos sulaukė mažai entuziazmo. Žaidybinimas atrodė pernelyg paviršutiniškas, o mokymosi stiliai - pernelyg specializuoti. Atsižvelgdami į trumpą programos trukmę, nusprendėme daugiau dėmesio skirti UDM, kad išlaikytume aukštą įsitraukimo lygį.

Dalyvių įtraukimas

Mentorystės programa buvo sėkminga. Su kiekvienu užsiėmimu dalyviai vis labiau įsitraukdavo į ją ir domėjosi. Jie tyrinėjo įvairias sritis ir įrankius, atliko užduotis, kurios skatino komandiškumą ir atvirumą. Dalyviai parodė, kad gerai supranta prieinamumo principus ir yra išradingi.

Iš pradžių dalyviai rodė vidutinį įsitraukimo lygį. Įpusėjus programai jie pradėjo aktyviau dalyvauti, inicijuodami diskusijas ir užduodami įžvalgius klausimus. Šis teigiamas požiūrio pokytis rodė didėjančią dalyvių entuziazmą ir smalsumą mokytis naujų sąvokų.

Programos pradžioje dalyviai buvo atsargūs, tačiau pabaigoje jie išdrąsėjo ir buvo aktyvūs. Pasitikėjimas savimi nuolat augo, iš pradžių dalyviams reikėjo nuolatinio mentoriaus pritarimo, o pabaigoje jie tvirtai tikėjo savo gebėjimais ir sprendimais. Dalyviai patobulino savo įgūdžius, pagerėjo jų teorinis supratimas bei praktinis taikymas.

Dalyvių atsiliepiamai

Siekdami nuolat tobulinti mentorystės metodus ir užtikrinti, kad jie atitiktų dalyvių poreikius, paprašėme grįžtamojo ryšio. Pateikiame jų nuomonę apie tai, kas jiems buvo naudingiausia, ir pasiūlymus, kaip tai patobulinti:

"Man patiko grupiniai užsiėmimai - jie padėjo ugdyti komandinio darbo įgūdžius ir bendradarbiavimą. Kartu sprendžiant realias problemas mokymasis tapo įdomesnis. Tačiau kai kurių užsiėmimų tempas buvo per greitas. Būtų naudinga skirti daugiau laiko diskusijoms ir apmąstymams užsiėmimo pabaigoje."
Cristina

"Sensorinės deprivacijos pratimai man padėjo suprasti, su kokiais sunkumais susiduria neįgalieji. Taip pat buvo labai naudinga sužinoti apie UDM įrankius ir prieinamus skaitmeninius išteklius, pavyzdžiui, minčių žemėlapius ir sinchroninio vertimo programas. Būtų puiku, jei būtų daugiau praktinių užsiėmimų ir technologijų nagrinėjimo."
Debora

"Darbas grupėse sprendžiant realias problemas padėjo ugdyti bendradarbiavimo ir praktinio pritaikymo įgūdžius. Sąmoningumo ugdymo užduotys taip pat buvo labai naudingos. Siūlyčiau rengti labiau struktūrizuotus grupinius projektus, kurie apimtų kelis užsiėmimus."
Marco

Mentoriaus pamąstymai ir rekomendacijos

Mūsų programos mentorius Florianas dalijasi mintimis apie strategijas, kurios turėjo įtakos dalyvių suvokimui ir įsitraukimui.

„Vesdamas šią mentorystės programą, iš arti pamačiau, kokią transformuojantį poveikį mūsų dalyvių įsitraukimui ir prieinamumo supratimui turėjo praktinės užduotys ir interaktyvūs užsiėmimai. Ateityje rekomenduoju daugiau dėmesio skirti įtraukiems technologiniams įrankiams ir integruoti daugiau realių pavyzdžių praktiniams įgūdžiams stiprinti. Struktūruoti užsiėmimai ir diskusijos pasirodė naudingos, nes skatino dalyvius giliau apmąstyti ir mokytis. Manau, kad naudosiu šiuos metodus ir juos tobulinsiu tolesnėje veikloje.“

Florianas



MOVE & ACT mentorystės sesijos

Parengė: FUNDACJA INSTYTUT RE-INTEGRACJI SPOŁECZNEJ



Programos trukmė: nuo 2024.05.20 iki 2024.06.05

Mentorės: Magdalena Bednarek ir Lidia Mirowska

Dalyviai: Miłosz Kozieł, Miłosz Fabiszak, Wiktoria Siuda, Martyna Koziorowska, Maja Sobiecka, Daria Jezhlova ir Khcyszyna Slipecka

Bendras sesijų skaičius: 3

Bendri mentorystės programos tikslai

Mentorystės programa buvo parengta siekiant skatinti asmeninį ir profesinį dalyvių tobulėjimą. Pagrindiniai tikslai:

- **Karjera:** padėti dalyviams apibrėžti ir siekti karjeros tikslų, pateikti įžvalgų apie karjeros kelius ir padėti jiems orientuotis profesinio tobulėjimo galimybėse.
- **Asmeninis augimas:** padėti dalyviams didinti savimone, pasitikėjimą savimi ir atsparumą, taip prisidedant prie bendro asmeninio tobulėjimo.
- **Tinklų kūrimas:** padėti užmegzti ryšius su pramonės specialistais, plėsti dalyvių profesinį tinklą ir suteikti galimybių bendradarbiauti bei dalytis žiniomis.

Iš pradžių IRIS atliko mokinių poreikių analizę, siekdama pritaikyti mentorystės užsiėmimų turinį unikaliems jaunuolių poreikiams.

Nustatėme, kad dalyviai nori pagilinti žinias šiomis temomis:

- švietimo tinklų kūrimas
- internetinio prekės ženklo kūrimas
- socialiniai tinklai
- MAIK - masinis atvirasis internetinis kursas
- derybos

Veiklų apibendrinimas

Vykdydami mentorystės programą sėkmingai įgyvendinome savo pradinius tikslus - skatinome svarbų profesinį ir asmeninį dalyvių augimą. Asmeninės rekomendacijos, praktinės mokymosi galimybės ir pagalbiniai ištekliai suteikė dalyviams įgūdžių, žinių ir pasitikėjimo savimi, padedančių siekti karjeros ir įgyvendinti savo tikslus.

Patobulinti įgūdžiai:

- **Techninės kompetencijos:** dalyviai patobulino savo techninius įgūdžius dalyvaudami tiksliniuose užsiėmimuose ir tinklų kūrimo projektuose.
- **Bendravimo įgūdžiai:** ženkliai pagerėjo bendravimas žodžiu ir raštu. Dalyviai labiau pasitiki savimi pristatydami idėjas socialiniuose tinkluose.

Igytos žinios:

- Diskusijų ir tinklų kūrimo metu dalyviai pagilino žinias apie pramonės tendencijas ir geriausią praktiką.
- **Praktinės žinios:** praktiniai projektai ir problemų sprendimo uždutys suteikė naudingų žinių ir leido taikyti teorines koncepcijas realiose situacijose. Išplėsti profesiniai tinklai atvėrė naujas bendradarbiavimo, mentorystės ir karjeros galimybes.



Progresas ir pasiekimai

Į mentorystės programą buvo įtraukta įvairi veikla, uždutys ir diskusijos, skirtos ugdymo tikslams pasiekti ir pagrindiniams įgūdžiams bei kompetencijoms tobulinti. Toliau apžvelgiamos vykdytos veiklos, pabrėžiant ypač sėkmingas formas ir temas:

- **Įgūdžių tobulinimo užsiėmimai:** buvo rengiami specialūs praktiniai užsiėmimai, skirti konkretiems techniniams ir minkštiesiems įgūdžiams tobulinti. Dalyviams patiko grupinės uždutys, ypač susijusios su derybomis.
- **Grupiniai projektai:** grupiniai projektai skatino komandinį darbą ir leido praktiškai pritaikyti įgytus įgūdžius. Sėkmingi projektai dažnai būdavo susiję su problemų, susijusių su dalyvio interesais, sprendimu, taip skatinant praktinį mokymąsi.
- **Diskusijų forumai:** diskusijos, kuriose buvo aptariamos populiarios pramonės temos, tinklų kūrimo iššūkiai ir konkrečių atvejų analizės, leido dalyviams tobulinti kritinio mąstymo įgūdžius ir keistis žiniomis.

Iššūkiai ir kliūtys

Vykdydami mentorystės programą susidūrėme su keliais iššūkiais ir kliūtimis. Šių problemų sprendimas suteikė vertingos mokymosi patirties tiek mentoriams, tiek dalyviams. Toliau aptariami pagrindiniai iššūkiai, jų sprendimo būdai ir išmoktos pamokos:

Laiko valdymas ir planavimas: dažnai buvo sunku suderinti mentoriaus ir dalyvių tvarkaraščius, ypač tiems, kurie turėjo daug darbo ar asmeninių įsipareigojimų. Siekiant to išvengti, siūlome nustatyti politiką, pagal kurią nurodomas užsiėmimų laikas ir suderinamas iš anksto. Pirminiame susitikime buvo aiškiai apibrėžti ir dokumentais įforminti abiejų šalių tikslai, lūkesčiai ir atsakomybė.

Mažas įsitraukimas: kai kuriems dalyviams buvo sunku nuolat įsitraukti dėl motyvacijos trūkumo. Įsitraukimą pavyko padidinti įtraukus daugiau interaktyvių ir įvairių veiklų, kad būtų išlaikytas susidomėjimas.

Dalyvių įtraukimas

Iš pradžių dalyviai rodė vidutinį įsitraukimo lygį ir dažnai reikėjo patarimų bei gairių, kad galėtų aktyviau dalyvauti. Buvo pastebimas neryžtingumas, kai kurie dalyviai buvo santūrūs ir mažiau aktyvūs. Tačiau įpusėjus programai, jie pradėjo aktyviau dalyvauti, inicijavo diskusijas ir uždavinėjo įdomius klausimus. Pastebėjome teigiamą požiūrio pokytį – dalyviai pradėjo rodyti entuziazmą ir smalsumą mokytis naujų dalykų. Programos eigoje jų požiūris pasikeitė: nuo atsargumo jie perėjo į aktyvų ir savarankišką dalyvavimą. Pasitikėjimas savimi augo. Iš pradžių reikėjo nuolatinio patvirtinimo, kad viskas gerai, o vėliau dalyviai pradėjo tvirtai tikėti savo gebėjimais ir sprendimais. Stipriai išaugo dalyvių teorinis supratimas ir praktinis taikymas. Apskritai, dalyviai tobulėjo stabiliai. Jų kelionė atspindi požiūrio, pasitikėjimo savimi ir gebėjimų augimą, pabrėždama programos sėkmę skatinant tobulėjimą ir įsitraukimą.

Dalyvių atsiliepieimai

Apskritai, dalyvių atsiliepieimai buvo labai teigiami, kas rodo, kad programa buvo veiksminga asmeniniam ir profesiniam tobulėjimui. Dalyviai pasiūlė patobulinimus, kurie padėtų geriau atitikti būsimų dalyvių poreikius ir norus. Mentorai vertino gautus individualius patarimus ir grįžtamąjį ryšį, kurie padėjo spręsti konkrečius poreikius ir iššūkius. Programa buvo geriama už tai, kad gerokai pagerino tiek techninius, tiek minkštuosius įgūdžius.

Dalyviai teigė, kad jų problemų sprendimo, kritinio mąstymo ir bendravimo įgūdžiai labai pagerėjo. Galimybė bendrauti su bendraamžiais ir šios srities specialistais buvo vertinama kaip didelis privalumas.

Dalyviai taip pat teigiamai vertino galimybę susipažinti su platesniu profesiniu tinklu, kurį jie laikė labai svarbiu savo būsimai karjerai. Keletas dalyvių išreiškė norą rengti dažnesnius susitikimus, kad išlaikytų ryšį ir užtikrintų nuolatinį mokymąsi bei paramą. Jie manė, kad papildomi susitikimai galėtų padėti spręsti klausimus ir stiprinti mokymąsi.

Mentorių pamąstymai ir rekomendacijos

Mentorystės programa buvo naudinga ir veiksminga iniciatyva, kuri labai prisidėjo prie dalyvių tobulėjimo. Pakoregavus programą pagal gautus atsiliepimus ir patobulinus mentorystės metodus galima pasiekti dar geresnių rezultatų ir suteikti daugiau naudos tiek mentoriams, tiek dalyviams. Kalbant apie interaktyvų mokymąsi: ypač veiksmingi buvo interaktyvūs ir praktiniai mokymosi metodai, tokie kaip užsiėmimai, grupiniai projektai ir praktinės užduotys. Jie suteikė dalyviams realios patirties ir galimybę pritaikyti praktinius įgūdžius, kas padėjo sustiprinti teorines žinias.

Rekomendacijos:

- 1. Dėmesys minkštiesiems įgūdžiams:** emocinio intelekto, atsparumo ir gebėjimo prisitaikyti įgūdžių ugdymas gali padėti dalyviams įveikti įvairius profesinius ir asmeninius iššūkius.
- 2. Technologijų integravimas:** efektyviau naudokite technologijas, kad pagerintumėte mentorystės patirtį. Galite mentorystę vesti nuotoliu, naudodamėsi įvairiais bendradarbiavimo įrankiais.

MOVE & ACT mentorystės sesijos

Prepared by: MYARTIST & e-NABLE Greece

Programos trukmė: nuo 2024.04.17 - 2024.04.20 iki 2024.04.24

Mentorės: Julie Tsoni ir Sofia Mastrokoukou

Dalyviai: Christiana Mitzifiri, Filippos Anagnostou, Marios Papadopoulos, Alexandra Nikolopoulou, Nikos Stamatiou, Angelos Chalkiadakis, Morfopoulou Anastasia, Roxane Pogois, Eleni martaki, Ioannis Pavlou, Eleni Papadopoulos, Elena Angeli, Marina Moraitaki ir Ioannis Pavlou

Bendras sesijų skaičius: 3

Pagrindiniai visų mentorystės sesijų tikslai buvo:

- Teikti specialiai pritaikytą mokymą ir pagalbą
- Skatinti ir palengvinti asmeninę ir verslo raidą
- Stiprinti verslumo įgūdžius
- Ugdyti skaitmeninį raštingumą
- Suteikti galimybę naudotis kovos su socialine atskirtimi ir diskriminacija priemonėmis.
- Mokyti efektyvaus projektų valdymo

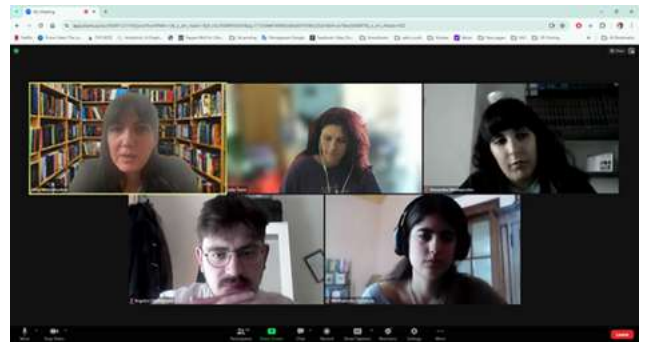
Veiklų apibendrinimas

1 diena Susipažinimas

Pirmasis Move&Act mentorystės užsiėmimas buvo skirtas sukurti dalyviams draugišką ir svetingą aplinką, kurioje jie galėtų bendrauti vieni su kitais be jokių barjerų. Užsiėmimą pradėjome nuo apšilimo pratimų, kurie paskatino dalyvius susipažinti ir atvirai bendrauti bei bendradarbiauti. Visi dalyviai pasidalijo savo požiūriu ir gyvenimo istorija, ir pamažu pradėjo megztis artimesni ryšiai. Diskutuodami dalyviai suprato, kodėl vertinga būti komandos dalimi ir kaip efektyviai spręsti problemas. Po pirmo užsiėmimo dalyviai suprato bendruomeniškumo ir bendravimo naudą.

2 diena Įvadas į 3D spausdinimą

Antrasis mentorystės užsiėmimas buvo skirtas 3D spausdinimo technologijos tyrinėjimui, kurio metu jaunieji menininkai sužinojo apie šią naują technologiją, turinčią didžiulę rinkos vertę meno ir dizaino srityje. Dalyviai gavo 3D spausdinimo instrukcijas, pagal jas kūrė 3D modelius. Šie praktiniai mokymai padėjo perteikti dalyviams technologijų svarbą. Pabaigoje surengėme klausimų ir atsakymų sesiją, kad dalyviai galėtų išsklaidyti net menkiausias abejones. Antrosios dienos užsiėmimas iš tiesų buvo itin sėkmingas, nes ne tik supažindino dalyvius su 3D spausdinimu, bet ir suteikė jiems galimybę sukurti meninių kūrinių, kuriuos būtų galima pridėti prie savo darbų portfolio.



3 diena Pristatyk save

Paskutinę dieną dalyviai tobulino profesinio elgesio įgūdžius, daugiausia dėmesio skirdami asmeniniam pristatymui ir bendravimui. Jie mokėsi, kaip užtikrintai ir įtakingamai pristatyti darbdaviui, išlaikant profesionalų įvaizdį. Praktinių užduočių metu dalyviai bandė atsakyti į sudėtingus pokalbio klausimus ir mokėsi pritaikyti savo atsakymus prie skirtingų pokalbio situacijų. Kolegų atsiliepimai ir mentorių padrąšinimas padėjo jiems tobulėti ir pašalinti trūkumus savęs pristatymo metu. Gavę grįžtamąją ryšį, dalyviai toliau gerino savo bendravimo įgūdžius ir tapo labiau pasitikintys savimi. Kitą dieną, sustiprinę profesinius įgūdžius, jie jautėsi pasiruošę geriau pristatyti savo kūrybą. Bendros užduotys padėjo sukurti bendruomeniškumo jausmą, o dalyviai viso proceso metu palaikė ir drąsino vieni kitus.

Progresas ir pasiekimai

Move and Act projekto mentorystės sesijų tikslas buvo pasiektas – jaunieji kūrėjai įgijo praktinių įgūdžių nuotolinių mokymų metu, kurie padėjo jiems tobulėti ir siekti karjeros. Internetinė platforma suteikė galimybę dalyviams mokytis iš skirtingų vietų ir tuo pačiu aktyviai dalyvauti mokymuose. Pavyzdžiui, nuotoliniu būdu buvo galima mokytis 3D spausdinimo – technikos, kuri nėra dažnai dėstoma. Šis naujas įgūdis gali būti naudingas ateityje ir papildyti jų darbų portfolio.

Nuotoliniai užsiėmimai ne tik suteikė žinių, bet ir skatino bendravimą bei komandinius ryšius tarp dalyvių, taip kuriant būsimas partnerystes. Programos gairės ir požiūris ugdė atvirumą naujoms idėjoms ir skatino dalyvius atsižvelgti į įvairias perspektyvas, įskaitant mažumų grupių požiūrį. Apskritai, Move and Act projekto nuotoliniai mokymai padės jauniems menininkams siekti sėkmės skaitmeniniame amžiuje, prisitaikyti prie naujovių ir išlikti šiuolaikiniame meno pasaulyje.

Iššūkiai ir kliūtys

Viena iš pagrindinių problemų buvo ribotas bendravimas dirbant virtualioje aplinkoje. Nors nuotoliniai užsiėmimai yra labai patogūs, nes gali jungtis iš bet kurio pasaulio kampelio, tačiau jie nesuteikia tokios pat patirties, kaip gyvas bendravimas. Todėl dalyvių tarpusavio ryšys gali būti šiek tiek paviršutiniškas. Be to, dirbant per skaitmenines platformas galima susidurti su techniniais iššūkiais. Pavyzdžiui, gali būti prastas interneto ryšys, gali kilti garso ir vaizdo trikdžių arba dalyviai gali neturėti reikiamų skaitmeninių įgūdžių. Be to, ne visi turi galimybę naudotis reikiamais įrankiais ar patogią erdvę dalyvauti nuotoliniuose mokymuose. Dėl skirtingų laiko juostų kilo papildomų sunkumų, ypač kai žmonės turėjo sekti savo partnerių ir mentorių laiko juostas.

Nepaisant sunkumų, mentorystės procesas buvo pakreiptas taip, kad dalyviai gautų kuo daugiau naudos. Tai programa, kurios metu dalyviai gavo mokymus ir mentorystę, o tai galiausiai prisidėjo prie jaunųjų menininkų karjeros gerinimo ir leido jiems pasiruošti meno pasauliui, kuriame vyrauja permainos.

Dalyvių įsitraukimas

Viena didžiausių Move and Act projekto stiprybių – tai jaunieji talentai, kurie siekia tapti menininkais ir pažįsta meną per interaktyvias programas bei asmeninio tobulėjimo veiklas. Be internetinių ryšių kūrimo, individualios mentorystės ir bendrų užsiėmimų, programa buvo sukurta taip, kad suteiktų dalyviams teigiamas emocijas.

Integravus nuotolinį mokymosi formatą, jaunieji menininkai iš skirtingų vietovių galėjo vienodai aktyviai įsitraukti ir dalyvauti. Daugiausia dėmesio buvo skiriama praktiniam mokymuisi – dalyviai diskutavo, atliko užduotis ir dalyvavo įvairiose veiklose.

Toks mentorystės modelis leido kiekvienam dalyviui gauti individualias gaires, atitinkančias jų asmeninius interesus ir tikslus, padedant jiems įgyti svarbiausius įgūdžius sėkmingai karjerai meno srityje. Mentorystės užsiėmimuose buvo mokoma asmeninio tobulėjimo įgūdžių, tokių kaip savęs pristatymas ir pokalbių su darbdaviais technikos, o ši patirtis tapo labai vertinga dalyviams. Dėl šių užsiėmimų jie tapo labiau pasitikintys savimi ir išmoko efektyviau komunikuoti, o tai padės jiems įsitvirtinti meno pasaulyje ir pasinaudoti atsiveriančiomis galimybėmis.

Be to, dalyviai susipažino su naujomis technologijomis, pavyzdžiui, 3D spausdinimu, kuris atvėrė naujas kūrybos galimybes ir paskatino inovacijas. Programa taip pat pabrėžė įtrauktį ir įvairovę – tai leido dalyviams keistis idėjomis bei suprasti skirtingų bendruomenių perspektyvas.

Dalyvių atsiliepimai

Anastasijos nuomonė

3D spausdinimo mokymai buvo labai gerai organizuoti, o instrukcijos buvo aiškios ir išsamios. Tai mokymai, kurie puikiai tinka pradedantiesiems ir buvo gerai pritaikyti prie mūsų konkrečių poreikių ir ankstesnės patirties. B2B užsiėmimai man buvo labai naudingi, galėjau išnagrinėti visas savo karjeros galimybes ir gavau svarbių patarimų, kaip profesionaliai prisistatyti. Grupinė veikla taip pat buvo labai įdomi, nes sužinojau, kaip mane vertina kiti, ir gavau puikių patarimų, kaip elgtis per darbo pokalbį.

Angelos nuomonė

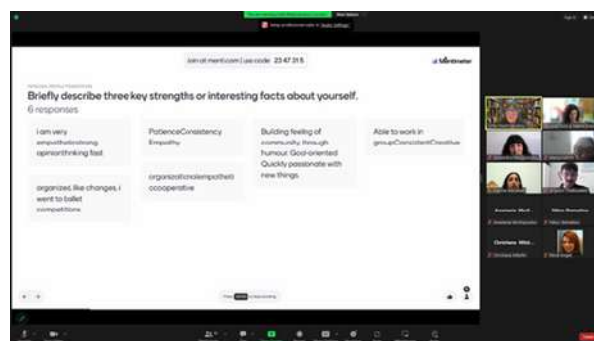
Abi mokymų dalys buvo gerai organizuotos ir kruopščiai paruoštos iš anksto, kad atitiktų įvairių dalyvių poreikius, pageidavimus ir turimas žinias. Per pirmuosius mokymų etapus įgijau naudingų žinių apie 3D spausdinimo tobulinimą, taip pat išmokau, kaip efektyviai pristatyti savo stipriąsias puses darbo pokalbio metu ir atpažinti naujas atsiveriančias galimybes. Tai buvo ypač naudinga tiek individualiose, tiek grupinėse užsiėmimuose. Vis dėlto, kalbant apie paskutinę grupinę veiklą, norėjosi daugiau laiko atviresnei diskusijai apie asmenines savybes ir stipriąsias puses. Deja, dėl laiko stokos to padaryti nepavyko.

Elenos nuomonė

Programos metu patyriau visapusišką mokymosi procesą, kuriame derėjo kūrybiškumas ir asmeniniai įgūdžiai. Aiškiai struktūruoti ir gerai organizuoti mokymai padėjo man suprasti, kaip efektyviau pritaikyti 3D spausdinimą savo mene.

B2B sesijos buvo ypač naudingos – jos praplėtė mano ambicijas ir padėjo patobulinti profesinio pristatymo įgūdžius. Bendra mokymų struktūra ir mentorių pagalba buvo naudinga, todėl džiaugiuosi, kad turėjau galimybę dalyvauti šiame projekte.

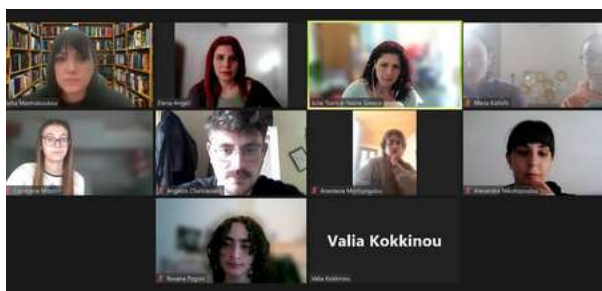
Apskritai, užsiėmimai pranoko mano lūkesčius, ir dabar jaučiuosi įgijusi reikalingų įgūdžių, kuriuos galėsiu pritaikyti savo meninėje karjeroje.



Marinos nuomonė

Mokymai buvo įdomūs ir gerai organizuoti. Mentorės sukūrė jaukią ir saugią aplinką, todėl nebuvo jokio streso.

Labai patiko 3D spausdinimas – visos užduotys buvo aiškiai paaiškintos, instrukcijos suprantamos ir lengvai pritaikomos. B2B sesijos taip pat buvo naudingos – jos padėjo geriau suprasti savo karjeros kryptį ir gavau vertingų patarimų apie darbo pokalbius. Grupinė veikla vyko draugiškoje atmosferoje. Ypač naudinga buvo savęs pristatymo užduotis ir diskusija apie kiekvieno stipriąsias puses. Jaučiu, kad iš mokymų gavau daug naudingų žinių ir nekantrauju jas pritaikyti praktikoje.

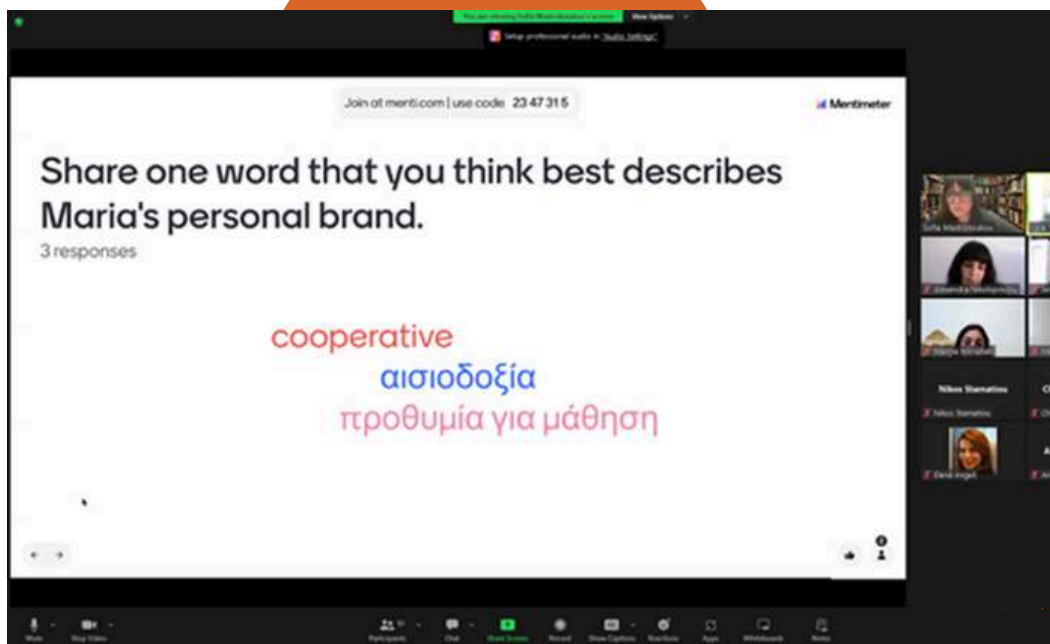


Mentorių pamąstymai ir rekomendacijos

Move&Act projekto mentoriai dalijosi savo išvalgomis apie programą, reflektuodami patirtį dirbant su jaunais menininkais. Jie pastebėjo dalyvių motyvaciją ir aktyvumą, pabrėždami, kad jų entuziazmas rodo norą mokytis ir tobulėti.

Mentorės taip pat išskyrė, kad mentorystės metu užmegzti ryšiai gali tęstis ir pasibaigus programai. Buvo pasiūlyta organizuoti tinklaveikos renginius ar sukurti internetinį forumą, kad dalyviai galėtų toliau bendrauti, dalintis patirtimi ir mokytis vieni iš kitų.

Igyvendinus šias idėjas, Move&Act projektas galėtų dar labiau sustiprinti savo poveikį ir suteikti dar daugiau pagalbos jauniems menininkams ateities mokymuose.



MOVE & ACT mentorystės sesijos

Parengė: Open Europe

Programos trukmė: nuo 2024.06.11 iki 2024.06.13

Mentorės: Ana I. Herranz Zentarski ir Ma Elena Chapa de la Peña

Dalyviai: Anton Bilozerov, Albert Sañé Díaz, David Fuertes Cabrera, Laura Tiñena, ir Snow Snow: Iyana Melnyk

Bendras sesijų skaičius: 3

Pagrindiniai visų mentorystės sesijų tikslai:

- Teikti specialiai pritaikytą mokymą ir pagalbą.
- Skatinti ir palengvinti asmeninę ir verslo raidą
- Stiprinti verslumo įgūdžius
- Ugdyti skaitmeninį raštingumą
- Suteikti galimybę naudotis kovos su socialine atskirtimi ir diskriminacija priemonėmis.
- Mokyti efektyvaus projektų valdymo.

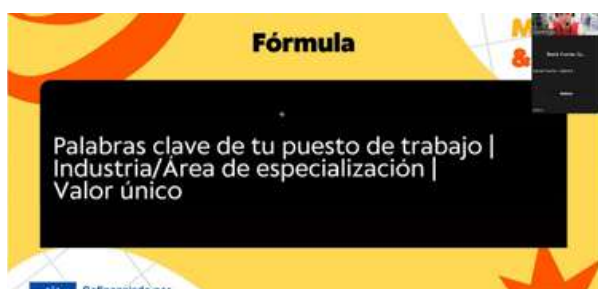
Veiklų apibūdinimas

1 diena Įvadas į trumpą įtaigų pristatymą (angl. Elevator pitch) ir „LinkedIn“ naudojimą savireklamai

Pirmoje mentorystės programos Move and Act sesijoje Ispanijoje daugiausia dėmesio skirta draugiškos ir svetingos aplinkos dalyviams sukūrimui. Per šią sesiją dalyviai sužinojo apie trumpo pristatymo (angl. elevator pitch) techniką ir patys sukūrė savo pristatymus. Šią techniką jie taip pat naudojo optimizuodami savo LinkedIn profilius, ypač antraštę ir skiltį „Apie“. Sesiją internetu vedė ir moderavo Ma. Elena Chapa de la Peña, kuri teikė individualius nurodymus ir įžvalgas. Sesijos tikslas buvo supažindinti dalyvius su skaitmeniniais įrankiais, kurie yra būtini ieškant darbo meno ir kultūros sektoriuje, ir kaip jais pasinaudoti savo naudai.

2 diena Karjeros plano sudarymas

Antroji mentorystės programos Move&Act diena Ispanijoje buvo skirta karjeros planų kūrimui. Šioje sesijoje daugiausia dėmesio buvo skiriama savęs pažinimo pratimams, kurie padėjo dalyviams apibrėžti savo stipriąsias puses, nustatyti tobulintinas sritis ir parengti aiškų karjeros planą. Užsiėmimas paskatino dalyvius apmąstyti savo asmeninį tobulėjimą ir tikslus bei suteikė jiems galimybę išsikelti aiškius, pasiekiamus tikslus. Kiekvienam dalyviui buvo suteikta parama, pritaikyta prie jo konkrečių poreikių, siekiant užtikrinti, kad jo tikslai atitiktų individualias stipriąsias puses ir tobulintinas sritis. Šiuo metodu buvo siekiama padėti geriau suprasti savo karjeros siekius ir veiksmus, reikalingus jiems pasiekti.



3 diena Verslumo mąstysena

Paskutinė Move and Act mentorystės programos sesija Ispanijoje buvo skirta dalyvių verslumo supratimo gerinimui ir parodė, kad verslininko kelias turi tiek pakilimų, tiek nuosmukių. Sesiją vedė Ana Herranz, kuri pasidalijo savo asmenine patirtimi ir išvalgomis kaip verslininkė ir verslo moteris. Ji atsakė į klausimus ir aptarė, kokius įgūdžius ir vertybes dalyviai turėtų siekti, taip pat kokių svarbių praktinių įgūdžių ir išteklių reikia turėti. Dalyviai praktiškai išbandė "Business Model Canvas", kad išvystytų savo verslo idėją. Ana pabrėžė verslumo mąstymo, įgūdžių ir požiūrio į meną kaip verslą svarbą.

Progresas ir pasiekimai

Mentorystės sesijų internetinis formatas leido dalyviams dalyvauti iš skirtingų vietų, nes sesijos vyko nuo 18:00 iki 19:30 ir netrukdė jų kitoms pareigoms. Tokiu laiku galėjo dalyvauti įvairūs žmonės, o tai suteikė daug skirtingų požiūrių, kurie praturtino diskusijas. Lankstumas ir prieinamumas, kuriuos suteikė internetinis formatas, buvo svarbūs, kad būtų galima prisitaikyti prie dalyvių tvarkaraščių ir įsipareigojimų, užtikrinant aktyvų dalyvavimą nepaisant geografinio atstumo.

Iššūkiai ir kliūtys

Įtraukti jaunos žmones į veiklas išlieka didelis iššūkis, o ši mentorystės programa nebuvo išimtis. Nepaisant didelių pastangų, įskaitant kelias socialinių tinklų kampanijas ir kvietimus per Open Europe suinteresuotųjų šalių tinklą, buvo sunku suburti didelę grupę. Tačiau mažesnė grupė sukūrė komandinę atmosferą, kuri leido organizuoti asmeniškąsias ir pritaikytas sesijas. Ši intymi aplinka skatino gilų įsitraukimą ir suteikė daugiau dėmesio skiriančių mokymosi patirčių dalyviams.



Dalyvių įsitraukimas

Mažesnė grupė sukūrė intymesnę aplinką, kuri leido dalyviams užduoti konkrečius, su jų poreikiais ir interesais susijusius klausimus. Šis asmeniškasis požiūris skatino gilų įsitraukimą ir mokymąsi. Pavyzdžiui, Antonas Bilozerovas aktyviai dalyvavo ir pasinaudojo galimybe pabendrauti akis į akį.



Dalyvių atsiliepimai

Įtraukti jaunos žmones į veiklas išlieka didelis iššūkis, o ši mentorystės programa nebuvo išimtis. Nepaisant didelių pastangų, įskaitant kelias socialinių tinklų kampanijas ir kvietimus per Open Europe suinteresuotųjų šalių tinklą, buvo sunku suburti didelę grupę. Tačiau mažesnė grupė sukūrė komandinę atmosferą, kuri leido organizuoti asmeniškąsias ir pritaikytas sesijas. Ši intymi aplinka skatino gilų įsitraukimą ir suteikė daugiau dėmesio skiriančių mokymosi patirčių dalyviams.



Mentorių pamąstymai ir rekomendacijos

Mentorės svarstė apie programos sėkmę ir nurodė galimybes, kaip ją tobulinti ateityje. Jos pripažino, kad dalyviams reikia nuolatinio vadovavimo ir bendravimo. Išplėtus šios mentorystės sesijos galimybes ir neapsiribojus vienkartinio renginiu, būtų galima užtikrinti nuolatinę paramą ir tobulėjimo galimybes bei patenkinti dalyvių nuolatinio dalyvavimo ir mentorystės poreikį.

MOVE & ACT mentorystės sesijos

Parengė: Socialinis hubas



SOCIALINIS HUBAS

Programa vyko: 2024.05.20; 2024.05.24; 2024.05.28

Mentorė: Sandra Jakė

Dalyviai: Jorūnė Jakaitė, Dovydas Talijūnas, Meilė Viltė Jovaišaitė, Emilija Bibabienė, Erika Dagytė ir Monika Petruševičiūtė

Bendras sesijų skaičius: 3

Pagrindiniai visų mentorystės sesijų tikslai:

- Ugdyti savimonę ir emocinį intelektą
- ugdyti finansinį ir teisinį raštingumą
- Skatinti saugią ir etišką interneto praktiką

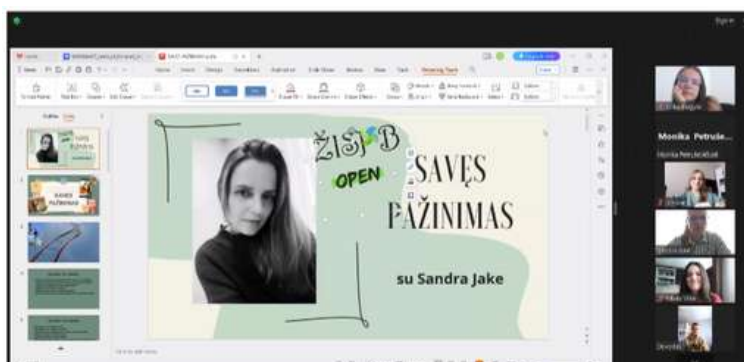
Veiklų apibendrinimas

1 diena Savęs pažinimas

Per pirmąją Move&Act mentorystės sesiją stengėmės pažinti vienas kitą ir užmegzti ryšius su visais dalyviais ir mentore. Sesijos pradžioje greitai pristatėme projektą ir pagrindinę mentorystės sesijų koncepciją. Tada perėjome prie pagrindinės pirmosios sesijos temos „Savęs pažinimas“. Naudodamiesi klausimynu dalyviai sužinojo, kokių stipriųjų ir silpnųjų pusių jie turi. Mentorė parodė būdus, kaip jauni žmonės gali išsikelti ir pasiekti savo tikslus. Apskritai dauguma dalyvių manė, kad save pažįsta gana gerai, tačiau po sesijos jie pakeitė savo požiūrį ir teigė, kad yra labai jauni ir turi dar daug naujo sužinoti apie save.

2 diena Finansinis ir teisinis raštingumas

Antrosios mentorystės sesijos metu norėjome paliesti jaunimui labai svarbią temą - finansinį ir teisinį raštingumą. Jaunuoliai turėjo puikią galimybę sužinoti, kaip planuoti savo finansus, kaip taupyti ir valdyti pinigus. Be to, dalyviai galėjo užduoti klausimus, susijusius su teisėmis ir pareigomis. Užsiėmimo pabaigoje mentorė pristatė populiariausius šiais laikais sukčiavimo būdus ir apgavystes. Džiaugiamės, kad jauni žmonės žino apie šiuos dalykus.

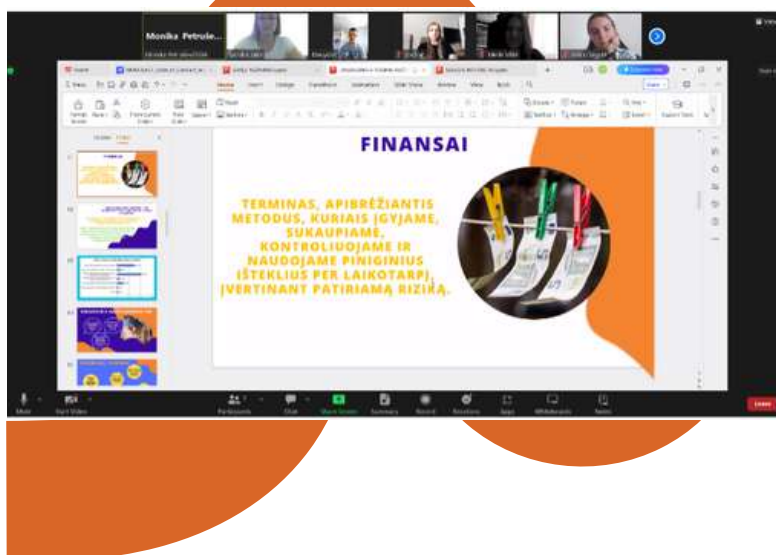


3 diena Saugus internetas

Per paskutinę mentorystės sesiją kalbėjomės apie saugų internetą. Dalyviai sužinojo, kaip jie gali apsaugoti savo informaciją. Taip pat jaunuoliai sužinojo, kokie svarbūs yra jų pačių veiksmai internete ir kaip neapgalvotas elgesys internete gali paveikti jų gyvenimą. Kartu su mentore jie bandė įvertinti, kurie šaltiniai ir turinys yra naudingi. Vienas iš svarbiausių šios sesijos aspektų buvo gauti trumpą grįžtamąjį ryšį apie visas tris sesijas ir suprasti, ar šios sesijos buvo naudingos jauniems žmonėms.

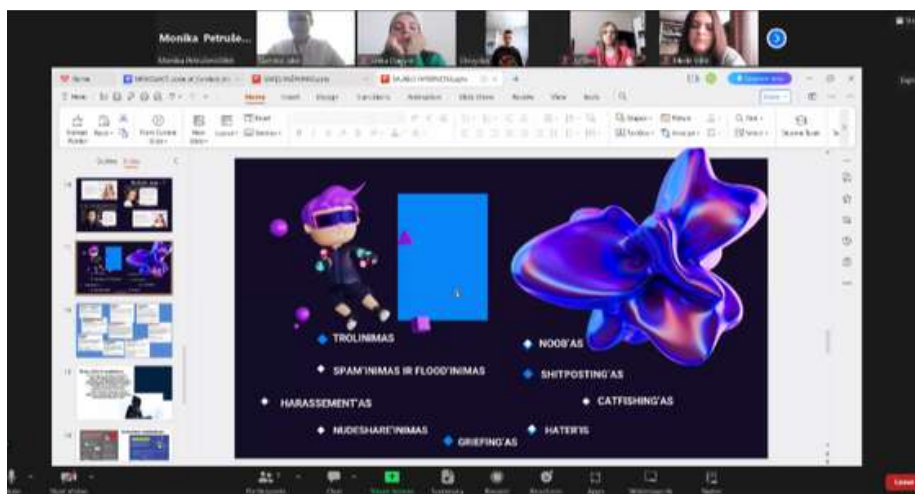
Progresas ir pasiekimai

Apskritai šia mentorystės programa pavyko pasiekti visų išsikeltų tikslų. Dalyviai geriau suprato save, įgijo svarbių finansinių ir teisinių žinių, išmoko saugiai ir etiškai naršyti internete. Užsiėmimai buvo gerai įvertinti, o dalyviai teigė, kad informacija ir veikla buvo naudinga jų asmeniniam tobulėjimui ir būsimai veiklai. Programa sėkmingai suteikė jauniems žmonėms įgūdžių ir žinių, reikalingų priimti pagrįstus ir atsakingus sprendimus įvairiose gyvenimo srityse.



Iššūkiai ir kliūtys

Nepaisant bendros sėkmės, įgyvendindami Move&Act mentorystės programą susidūrėme su keliais iššūkiais ir kliūtimis. Dėl virtualaus formato buvo sunku užmegzti gilius asmeninius ryšius ir užmegzti tvirtą ryšį tarp dalyvių ir mentoriaus, o tai yra labai svarbu veiksmingai mentorystei. Techninės problemos, tokios kaip interneto ryšio problemos ir skirtingas dalyvių skaitmeninio raštingumo lygis, kartais sutrikdydavo sesijas ir trukdė sklandžiam bendravimui. Įtraukti jaunuolius į savirefleksiją ir diskusijas apie asmenines stipriasias ir silpnąsias puses buvo sunkiau internetinėje aplinkoje, nes ji riboja tokį gilų bendravimą ir spontaniškumą, kokį suteikia asmeniniai susitikimai. Be to, buvo sunku užtikrinti aktyvų dalyvavimą ir išlaikyti dėmesį per finansinio ir teisinio raštingumo užsiėmimus, nes šios temos yra sudėtingesnės ir mažiau įtraukiančios. Galiausiai, buvo gana sunku rasti tinkamą laiką visiems dalyviams ir mentoriui, nes gegužė yra mokslo metų pabaiga, todėl dalyviai turi laikyti egzaminus ir ginti bakalauro darbą. Nepaisant šių kliūčių, programoje pavyko pateikti vertingą turinį, o dalyviai teigė įgiję daug žinių ir įgūdžių. Tačiau šie iššūkiai išryškino poreikį tobulinti strategijas, skatinančias įsitraukimą ir ryšį internetinės mentorystės aplinkoje.



Dalyvių įsitraukimas

Move&Act mentorystės programa sėkmingai įtraukė dalyvius ir padėjo jiems tobulėti įvairiose srityse. Užsiėmimų metu dalyviai aktyviai dalyvavo diskusijose ir atliko užduotis, siekdami geriau suprasti savo stipriąsias ir silpnąsias puses. Savirefleksiją skatino internetinės anketos ir tikslų nustatymo pratimai, kurie padėjo ugdyti pasitikėjimą savimi ir suprasti nuolatinio asmeninio tobulėjimo svarbą.

Per finansinio ir teisinio raštingumo užsiėmimą dalyviai su dideliu susidomėjimu mokėsi apie biudžeto sudarymą, taupymą, finansų valdymą, teises problemas bei apsaugą nuo sukčiavimo.

Saugumo internete sesijoje jie įgijo žinių, kaip apsaugoti asmeninę informaciją ir kritiškai vertinti internetinį turinį.

Nepaisant virtualaus formato iššūkių, dalyviai įgijo svarbių gyvenimiškų įgūdžių, padedančių priimti atsakingus ir apgalvotus sprendimus įvairiose srityse. Apskritai, programa sėkmingai skatino asmeninių ir akademinių tikslų siekimą, finansinį atsakingumą bei skaitmeninį saugumą. Dalyviai teigė, kad užsiėmimai buvo itin naudingi jų asmeniniam augimui ir ateities planams.



Dalyvių atsiliepimai

Grįžtamasis ryšys visada labai svarbus, kad galėtume tobulinti savo įgūdžius. Ne išimtis ir mentorystės sesijos. Mums, ypač mentorei, buvo labai svarbu gauti grįžtamąjį ryšį iš dalyvių ir sužinoti, ar viskas gerai ir ar yra aspektų, kuriuos reikia tobulinti.

Erikos nuomonė

Tai pirmas kartas, kai dalyvauju tokioje veikloje. Bijojau, kad gali būti sunku aktyviai įsitraukti į visas veiklas, nes esu šiek tiek drovi, o užsiėmimų dalyviai man buvo nepažįstami. Tačiau mentorė buvo labai maloni ir švelni. Ji žinojo, kaip tinkamai įtraukti į įvairias veiklas net ir droviausius žmones. Užsiėmimai man labai patiko, nes turėjau galimybę sužinoti savo stipriąsias ir silpnąsias puses. Sužinojau naujų būdų, kaip galiu sutaupyti pinigų, ir patobulinau žinias, susijusias su saugumu internete. Labai džiaugiuosi, kad turėjau galimybę dalyvauti šiuose mentorystės užsiėmimuose. Ačiū!

Jorūnės nuomonė

Džiaugiuosi, kad nusprendžiau dalyvauti šioje mentorystės programoje. Ji padėjo man išmokyti naujų dalykų apie save. Antrasis užsiėmimas apie finansinį ir teisinį raštingumą man buvo sunkiausias, nes nebuvo pakankamai laiko labai įsigilinti į temą ir išsklaidyti visas abejones. Man patiko užsiėmimų organizavimas. Per pirmąją sesiją turėjome laiko geriau susipažinti, o per paskutinę sesiją turėjome laiko išsakyti savo mintis apie visas sesijas. Manau, kad įgytas žinias panaudosiu realiame gyvenime.

Meilės Viltės nuomonė

Manau, kad mentorystės sesijos man buvo labai naudingos. Pirmasis užsiėmimas apie savęs pažinimą buvo naudingiausias, nes aš mokausi 12-oje klasėje ir man sunku pasirinkti, ką noriu veikti po mokyklos ir kaip turėčiau organizuoti savo ateitį. Ši sesija padėjo man atsakyti į kelis svarbius klausimus. Man taip pat patiko trečioji sesija apie saugų internetą. Ji padėjo man suprasti, kokie svarbūs mūsų veiksmai internete ir kaip jie gali paveikti mūsų gyvenimą. Man labai patiko mentorė, nes ji buvo savo srities profesionalė ir puikiai bendravo su visais dalyviais.

Mentorės pamąstymai ir rekomendacijos

Mentorė teigė, kad tai buvo pirmas kartas, kai ji rengė tokias mentorystės sesijas. Ji buvo įpratusi rengti pristatymus ir vesti diskusijas su didesne auditorija. Tačiau tokia patirtis jai labai patiko ir ateityje ji planuoja dažniau užsiimti tokia veikla. Mentorė mano, kad atsižvelgiant į aplinkybes (darbas internetu, ribotas laikas) dalyviams pavyko užmegzti gana glaudžius ryšius ir išdrįsti atsiverti tam tikromis temomis. Ji džiaugiasi, kad dalyviai baigė užsiėmimus pozityviai nusiteikę, įkvėpti ir laimingi būdami šios programos dalimi. Kitą kartą mentorė siūlo tokias mentorystės sesijas rengti akis į akį, nes taip lengviau užmegzti ryšį su žmonėmis, skaityti jų kūno kalbą ir matyti jų išraiškas.

Move&Act projekto mentorystės užsiėmimai pasirodė esantys itin veiksmingi tiek asmeniniam, tiek profesiniam dalyvių tobulėjimui. Užsiėmimai mažose grupėse skatino kūrybiškumą, skaitmeninius įgūdžius ir verslumą, ypač pritaikytą jaunimui, įskaitant turinčius negalią ar patiriančius socialinę riziką.

Mentorystės programos metu dalyviai dalyvavo praktinėse veiklose, tokiose kaip 3D spausdinimas, bendri meniniai projektai ir individualūs karjeros ugdymo pratimai. Šios veiklos ne tik mokė techninių įgūdžių, bet ir skatino kūrybiškai bei kritiškai mąstyti apie savo darbą. Pavyzdžiui, 3D spausdinimo užsiėmimai suteikė dalyviams galimybę praktiškai išbandyti pažangią technologiją, suprasti jos galimybes bei pritaikymą ateities karjeroje.

Didelis dėmesys buvo skiriamas ir minkštųjų įgūdžių ugdymui – bendravimui, komandinio darbo įgūdžiams bei savęs pristatymui. Vieno užsiėmimo metu dalyviai praktikavosi darbo pokalbiams, gavo naudingą grįžtamąjį ryšį, kaip efektyviai save pristatyti profesinėje aplinkoje. Daugelis dalyvių teigė, kad būtent ši dalis jiems buvo viena vertingiausių. Dėmesys praktiniam pritaikymui padėjo ne tik įgyti naujų žinių, bet ir sustiprinti pasitikėjimą savimi, kad šiuos įgūdžius galėtų sėkmingai taikyti tiek asmeniniame, tiek profesiniame gyvenime.

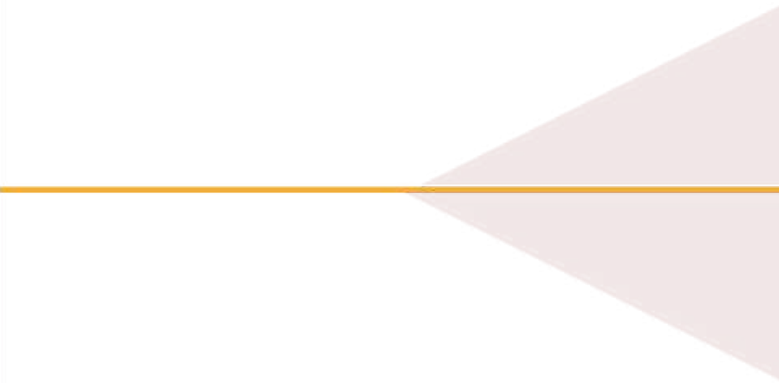
Nors užsiėmimai vyko virtualiai ir kilo tam tikrų iššūkių, tokių kaip skirtingas dalyvių skaitmeninis raštingumas ar techniniai nesklandumai, programa sėkmingai sukūrė bendruomeniškumo ir bendradarbiavimo jausmą. Mentorai atliko svarbų vaidmenį pritaikydami mokymų turinį taip, kad išlaikytų dalyvių įsitraukimą – jie naudojo interaktyvius įrankius ir teikė asmeninę pagalbą, padedančią įveikti virtualaus formato ribotumus.

Dalyvių atsiliepimai buvo itin teigiami – daugelis pabrėžė užsiėmimų interaktyvumą ir praktiškai pritaikomus įgūdžius. Mentorystės sesijos ne tik pasiekė savo mokymosi tikslus, bet ir viršijo lūkesčius, sukurdamos palaikančią mokymosi aplinką, kurioje dalyviai jautėsi įvertinti ir įkvėpti.

Apibendrinant, Move&Act mentorystės programa suteikė dalyviams vertingų kūrybinių, skaitmeninių ir profesinių įgūdžių. Šie mokymai padėjo jaunimui įgyti daugiau pasitikėjimo savimi ir lankstumo, reikalingo sėkmingai prisitaikyti prie skaitmeninio amžiaus iššūkių. Ilgalaikis šių sesijų poveikis įrodo jų veiksmingumą ir pabrėžia mentorystės programų, derinančių techninį mokymą su asmeniniu tobulėjimu, svarbą.



Move & ▲ct



Daugiau informacijos:
<http://moveandact-project.com/>

2022-1-PL01-KA220-YOU-000086569



**Co-funded by
the European Union**





Šį dokumentą galima kopijuoti, dauginti ar keisti laikantis pirmiau nurodytų taisyklių. Be to, dokumento ir visų taikytinų jo dalių autorių pripažinimas autorių teisių pranešimo dalys turi būti aiškiai nurodytos.

Visos teisės saugomos. © Copyright 2023 MOVE & ACT

moveandact-project.com



SOCIALINIS HUBAS

