

*Prezentacja za pomocą komunikatu proporcjonalnego*



## Moduł 2

**Program doskonalenia zawodowego:  
Przejsięcie do dorosłości: koncepcja i procesy**

## Lekcja 4

---

### *Zrozumienie przejścia w dorosłość*

## Program lekcji 4

---

1. Wprowadzenie i zadanie scenariuszowe;
2. Analiza scenariuszy i identyfikacja problemów;
3. Identyfikacja kluczowych czynników sukcesu;
4. Planowanie strategiczne i opracowywanie rozwiązań;
5. Prezentacja i wzajemna weryfikacja;
6. Refleksja i synteza.

## Cele lekcji 4

---

- 1. Zrozumienie rzeczywistych scenariuszy:** uczestnicy będą badać i analizować różne scenariusze związane z przejściem do dorosłości, takie jak rozpoczęcie nowej pracy, przeprowadzka do nowego kraju lub rozpoczęcie studiów.
- 1. Identyfikacja i wyjaśnienie kluczowych czynników sukcesu:** uczestnicy zidentyfikują i wyjaśnią kluczowe czynniki, które przyczyniają się do udanej transformacji w tych scenariuszach, rozumiejąc ich znaczenie i wpływ.
- 1. Wspólne planowanie:** Dzięki pracy grupowej uczestnicy opracują kompleksowy plan udanego przejścia w oparciu o dostarczone scenariusze, stosując zidentyfikowane kluczowe czynniki.
- 1. Ułatwienie dyskusji i refleksji:** Ćwiczenie zakończy się dyskusją, w której uczniowie zastanowią się nad znaczeniem każdego kluczowego czynnika i tym, w jaki sposób czynniki te przyczyniają się do płynnego i udanego przejścia w dorosłość.

## Plan lekcji

Instruktaż twarzą w twarz: Ćwiczenie 4

***Internalizacja kluczowych czynników dla udanej transformacji***



240 MIN.

1. Zidentyfikować i zrozumieć kluczowe czynniki niezbędne do udanej transformacji i zastosować je w rzeczywistych scenariuszach.
2. Zbadanie czynników, które mogą utrudniać przejście do dorosłości.

### 1. Ćwiczenie refleksyjne:

- 1.1 Przedstaw scenariusze związane z przejściem w dorosłość (na przykład: rozpoczęcie nowej pracy, przeprowadzka do nowego kraju lub rozpoczęcie studiów).
- 1.2 Zidentyfikuj i wyjaśnij, które kluczowe czynniki byłyby najbardziej istotne dla udanej transformacji.
- 1.3 Podziel klasę na grupy i wybierz grupę, która musi przedstawić plan udanego przejścia w oparciu o przedstawiony scenariusz.
- 1.4 Ułatwienie krótkiej dyskusji na temat znaczenia każdego zidentyfikowanego kluczowego czynnika i tego, w jaki sposób przyczyniają się one do udanej transformacji.

## Plan lekcji

Instruktaż twarzą w twarz

*Dyskusja z przewodnikiem*

90 MIN.

### Sesja FAQ

Moderator zaprosi uczestników do zadawania pytań na wszystkie omawiane tematy.

## Plan lekcji

**Całkowity czas trwania: 1140  
minut (24 godziny)**

Zajęcia będą organizowane średnio przez 6 godzin dziennie; rano i po południu; 4 godziny rano i 2 godziny po południu (z przerwą na lunch i 3 przerwami na odpoczynek, 2 rano i 1 po południu), zgodnie z decyzją trenera / moderatora. W przypadku, gdy moduł szkoleniowy zostanie zorganizowany w ciągu 4 dni, czas trwania poszczególnych dni jest następujący:

- Dzień 1: Wprowadzenie (30 minut) + Ćwiczenie 1 (240 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)
- Dzień 2: Ćwiczenie 2 - (270 minut) + Dyskusja z przewodnikiem (60 minut) + FAQ (30 minut)
- Dzień 3: Aktywność 3 - (360 minut)
- **Dzień 4: Ćwiczenie 4 - (270 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)**

Każdego dnia zajęcia będą obejmować szkolenie prowadzone przez instruktora, ćwiczenia edukacyjne oparte na problemach i/lub ćwiczenia refleksyjne, które wzmocnią określone efekty uczenia się.

## Przygotowanie:



- Zarezerwuj lub zapewnij salę szkoleniową z krzesłami i stołami, komputerami, projektorem itp. *Zarezerwuj ją co najmniej 2 miesiące przed warsztatami, abyś mógł promować warsztaty z odpowiednim wyprzedzeniem.*
- Znajdź instruktorów do prowadzenia warsztatów, z którymi nie jesteś zaznajomiony/nie czujesz się komfortowo.
- Poinformowanie uczestników o celu warsztatów, ich założeniach i harmonogramie.
- Zapewnienie cateringu podczas przerw na kawę i lunch lub dostarczenie informacji o pobliskich punktach gastronomicznych.



## Zasoby:

- Pomieszczenie z wystarczającą przestrzenią do zajęć grupowych;
- Komputer lub tablet dostępny do połączenia z urządzeniem wyświetlającym;
- Urządzenie projekcyjne;
- Materiały piśmiennicze i papier.



# Skills 4 life

moveo



ACUMEN  
TRAINING

UNIVERSITÄT  
PADERBORN  
**WiPäd** | Department  
Wirtschaftspädagogik  
Business and Human  
Resource Education



**CBE**  
accompagne vos projets



spectrum  
RESEARCH CENTRE



Proportional  
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by  
the European Union

*Prezentacja za pomocą komunikatu proporcjonalnego*



## Moduł 2

**Program doskonalenia zawodowego:  
Przejście do dorosłości: koncepcja i procesy**



*Prezentacja za pomocą komunikatu proporcjonalnego*

## Wprowadzenie

---

**Prowadzący przedstawi się**, powita uczestników warsztatów i nakreśli treść szkolenia twarzą w twarz. Zaprosi również uczestników do obejrzenia filmu wprowadzającego "Przejście do dorobkości: Koncepcje i procesy".



*Prezentacja za pomocą komunikatu proporcjonalnego*

## Kontekst

---

Koncepcja projektu wywodzi się z niepokojących statystyk: w 2019 r. Eurostat podał, że 25,1% młodych ludzi w wieku od 16 do 29 lat w Unii Europejskiej było zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, co odpowiada 18,6 mln osób. Ryzyko to jest jeszcze wyższe w przypadku młodych ludzi objętych opieką zastępczą, zwłaszcza gdy opuszczają opiekę i wkraczają w dorosłe życie, w którym oczekuje się od nich wykazania się wysokim poziomem dojrzałości i niezależności.

Projekt Skills4Life ma na celu pomoc młodym dorosłym przebywającym w instytucjach (takich jak opieka zastępcza i schroniska młodzieżowe) w ich drodze do niezależności poprzez skupienie się na rozwoju kluczowych umiejętności życiowych. Umiejętności te są podzielone na cztery główne obszary: osobiste i społeczne, autonomia i codzienne życie, umiejętności zawodowe i umiejętności finansowe. Nabycie tych umiejętności ma kluczowe znaczenie dla pomyślnego przejścia w dorosłość, a dla młodych ludzi przebywających w placówkach opiekuńczo-wychowawczych ich opanowanie znacznie zwiększa ich szanse na osiągnięcie niezależności.

## Cele



Kompleksowy program szkoleniowy **mający na celu poinstruowanie edukatorów społecznych, pracowników socjalnych i specjalistów pracujących z młodymi dorosłymi w zakresie wdrażania projektu Skills4Life z ich klientami.** Program będzie zawierał angażujący flipbook PowerPoint, który będzie dostarczany wraz ze szkoleniem, a także będzie zawierał krótkie filmy wideo dla większego zaangażowania.

Efekty uczenia się:

The Transition to Adulthood: concepts and processes		
Knowledge	Skills	Attitudes
Define key concepts related to the transition to adulthood.	Describe the physical, cognitive, and emotional changes that occur during the transition to adulthood.	Be able of the tasks and challenges associated with the transition to adulthood.
Describe the role of professionals and other support systems in facilitating the transition to adulthood.	Describe the impact of social and cultural context on the transition to adulthood.	Internalising the key factors can facilitate or hinder the transition to adulthood.

## Lekcje Modułu 2

### Lekcja 1

Zrozumienie  
przejścia w  
dorosłość

### Lekcja 3

Wyzwania i zadania  
związane z wejściem w  
dorosłość

### Lekcja 2

Rola specjalistów i  
systemów wsparcia

### Lekcja 4

Internalizacja  
kluczowych czynników  
dla udanej  
transformacji



## Lekcje Modułu 2

### Lekcja 1

---

## *Zrozumienie przejścia w dorosłość*

## Program Lekcji 1

---

1. Wyjaśnij moduł i cele edukacyjne lekcji;
2. Zdefiniowanie kluczowych pojęć związanych z przejściem do dorosłości;
3. Praktyczne ćwiczenie refleksyjne: wykrywanie, analizowanie i klasyfikowanie obaw i emocji związanych z przejściem do dorosłości;
4. Podsumowanie i pytania i odpowiedzi.

## Cele lekcji 1

- Pozwól uczestnikom zidentyfikować i wyrazić swoje największe obawy związane z przejściem do dorosłego życia.
- Promowanie wspierającego środowiska, w którym uczestnicy mogą zrozumieć, że inni mają podobne obawy, promowanie empatii i solidarności.
- Naucz uczestników klasyfikować swoje obawy w różnych kategoriach (fizyczne, poznawcze, emocjonalne), pomagając im lepiej zrozumieć naturę tych obaw.
- Przygotuj uczestników do kolejnych działań, w których będą mogli dalej badać zidentyfikowane obawy i sposoby radzenia sobie z nimi.



## Plan lekcji

### Instrukcja twarzą w twarz: Ćwiczenie 1

#### *Zrozumienie przejścia w dorosłość*



30 MIN.

#### 1. Wprowadzenie:

Wyjaśnienie modułu i celów nauczania

240 MIN.

#### 2. Ćwiczenie refleksyjne:

Poświęć kilka minut na zastanowienie się i zapisz swoje największe obawy dotyczące dorosłego życia na kartce papieru. Następnie, anonimowo, uczestnicy wymienią się swoimi kartkami i przeczytają sobie nawzajem swoje obawy na głos. Sklasyfikuj czytane obawy jako: **fizyczne, poznawcze i/lub emocjonalne**. Po krótkiej refleksji zachowaj kartkę papieru do następnego ćwiczenia.

## Plan lekcji

Instruktaż twarzą w twarz

*Dyskusja i wnioski*

90 MIN.

### Sesja FAQ

Moderator zaprosi uczestników do zadawania pytań dotyczących wszystkich omawianych tematów.

## Plan lekcji

**Całkowity czas trwania: 1140  
minut (24 godziny)**

Zajęcia będą organizowane średnio przez 6 godzin dziennie; rano i po południu; 4 godziny rano i 2 godziny po południu (z przerwą na lunch i 3 przerwami na odpoczynek, 2 rano i 1 po południu), zgodnie z decyzją trenera / moderatora. W przypadku, gdy moduł szkoleniowy zostanie zorganizowany w ciągu 4 dni, czas trwania poszczególnych dni jest następujący:

- **Dzień 1: Wprowadzenie (30 minut) + Ćwiczenie 1 (240 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)**
- Dzień 2: Ćwiczenie 2 - (270 minut) + Dyskusja z przewodnikiem (60 minut) + FAQ (30 minut)
- Dzień 3: Aktywność 3 - (360 minut)
- Dzień 4: Ćwiczenie 4 - (270 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)

Każdego dnia zajęcia będą obejmować szkolenie prowadzone przez instruktora, ćwiczenia edukacyjne oparte na problemach i/lub ćwiczenia refleksyjne, które wzmocnią określone efekty uczenia się.

## Przygotowanie:



- Zarezerwuj lub zapewnij salę szkoleniową z krzesłami i stołami, komputerami, projektorem itp. *Zarezerwuj ją co najmniej 2 miesiące przed warsztatami, abyś mógł promować warsztaty z odpowiednim wyprzedzeniem.*
- Znajdź instruktorów do prowadzenia warsztatów, z którymi nie jesteś zaznajomiony/nie czujesz się komfortowo.
- Poinformowanie uczestników o celu warsztatów, ich założeniach i harmonogramie.
- Zapewnienie cateringu podczas przerw na kawę i lunch lub dostarczenie informacji o pobliskich punktach gastronomicznych.

## Zasoby:

- Pomieszczenie z wystarczającą przestrzenią do zajęć grupowych;
- Komputer lub tablet dostępny do połączenia z urządzeniem wyświetlającym;
- Urządzenie projekcyjne;
- Materiały piśmiennicze i papier.





# Skills 4 life

moveo



ACUMEN  
TRAINING

UNIVERSITÄT  
PADERBORN  
**WiPäd** | Department  
Wirtschaftspädagogik  
Business and Human  
Resource Education



**CBE**  
accompagne vos projets



spectrum  
RESEARCH CENTRE



Proportional  
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by  
the European Union

*Prezentacja za pomocą komunikatu proporcjonalnego*



## Moduł 2

**Program doskonalenia zawodowego:  
Przejęcie do dorosłości: koncepcja i procesy**

## Lekcja 2

---

### *Zrozumienie przejścia w dorosłość*

## Program lekcji 2

---

1. Wprowadzenie do profesjonalistów i systemów wsparcia;
2. Indywidualna refleksja;
3. Analiza zasobów i wybór wsparcia;
4. Opracowanie osobistego planu działania;
5. Dyskusja z przewodnikiem;
6. Przegląd i informacje zwrotne;
7. Sesja FAQ.

## Cele lekcji 2

---

1. **Identyfikacja dostępnych zasobów:** Zapoznanie uczestników z różnymi specjalistami i systemami wsparcia dostępnymi w celu uzyskania pomocy podczas przejścia do dorosłości.
1. **Ocena opcji wsparcia:** Ocena, którzy z tych specjalistów i systemów wsparcia mogliby konkretnie zająć się i pomóc złagodzić strach lub obawy zidentyfikowane przez uczestników.
1. **Opracowanie planu wsparcia:** Stworzenie planu skutecznego korzystania z wybranych zasobów w celu radzenia sobie z lękiem i usprawnienia przejścia do dorosłości.
1. **Promowanie samoświadomości:** Zachęcanie do refleksji nad osobistymi obawami uczestników i szukania profesjonalnej pomocy może być proaktywnym krokiem w radzeniu sobie z ich obawami.



## Plan lekcji

### Instruktaż twarzą w twarz: Ćwiczenie 2

#### *Rola specjalistów i systemów wsparcia*



70 MIN.

1. Opis **roli specjalistów i innych systemów wsparcia, które mogą pomóc** w ułatwieniu przejścia do dorosłości.

200 MIN.

2. **Ćwiczenie refleksyjne:**

Po zapoznaniu się z *rolą profesjonalistów i systemów wsparcia, które masz do dyspozycji, wybierz, który z nich może ci pomóc w radzeniu sobie z lękiem, który zapisałeś na kartce papieru, którą zachowałeś z poprzedniego ćwiczenia.*

## Plan lekcji

Instruktaż twarzą w twarz

*Dyskusja z przewodnikiem*

90 MIN.

### Sesja FAQ

Moderator zaprosi uczestników do zadawania pytań na wszystkie omawiane tematy.

## Plan lekcji

**Całkowity czas trwania: 1140  
minut (24 godziny)**

Zajęcia będą organizowane średnio przez 6 godzin dziennie; rano i po południu; 4 godziny rano i 2 godziny po południu (z przerwą na lunch i 3 przerwami na odpoczynek, 2 rano i 1 po południu), zgodnie z decyzją trenera / moderatora. W przypadku, gdy moduł szkoleniowy zostanie zorganizowany w ciągu 4 dni, czas trwania poszczególnych dni jest następujący:

- Dzień 1: Wprowadzenie (30 minut) + Ćwiczenie 1 (240 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)
- **Dzień 2: Ćwiczenie 2 - (270 minut) + Dyskusja z przewodnikiem (60 minut) + FAQ (30 minut)**
- Dzień 3: Aktywność 3 - (360 minut)
- Dzień 4: Ćwiczenie 4 - (270 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)

Każdego dnia zajęcia będą obejmować szkolenie prowadzone przez instruktora, ćwiczenia edukacyjne oparte na problemach i/lub ćwiczenia refleksyjne, które wzmacniają określone efekty uczenia się.



## Przygotowanie:



- Zarezerwuj lub zapewnij salę szkoleniową z krzesłami i stołami, komputerami, projektorem itp. *Zarezerwuj ją co najmniej 2 miesiące przed warsztatami, abyś mógł promować warsztaty z odpowiednim wyprzedzeniem.*
- Znajdź instruktorów do prowadzenia warsztatów, z którymi nie jesteś zaznajomiony/nie czujesz się komfortowo.
- Poinformowanie uczestników o celu warsztatów, ich założeniach i harmonogramie.
- Zapewnienie cateringu podczas przerw na kawę i lunch lub dostarczenie informacji o pobliskich punktach gastronomicznych.

## Zasoby:

- Pomieszczenie z wystarczającą przestrzenią do zajęć grupowych;
- Komputer lub tablet dostępny do połączenia z urządzeniem wyświetlającym;
- Urządzenie projekcyjne;
- Materiały piśmiennicze i papier.



# Skills 4 life

moveo



ACUMEN  
TRAINING

UNIVERSITÄT  
PADERBORN  
**WiPäd** | Department  
Wirtschaftspädagogik  
Business and Human  
Resource Education



**CBE**  
accompagne vos projets



spectrum  
RESEARCH CENTRE



Proportional  
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by  
the European Union

*Prezentacja za pomocą komunikatu proporcjonalnego*



## Moduł 2

**Program doskonalenia zawodowego:  
Przejście do dorosłości: koncepcja i procesy**

## Lekcja 3

---

### *Zrozumienie przejścia w dorosłość*

## Program lekcji 3

---

1. Identyfikacja wyzwań;
2. Rozwój strategii;
3. Tworzenie planów działania;
4. Refleksja nad umiejętnościami i zasobami;
5. Zrozumienie kluczowych zadań i przegląd;
6. Przegląd i informacje zwrotne;
7. Sesja FAQ.

## Cele lekcji 3

- **Identyfikacja głównych wyzwań:** Zrozumienie głównych wyzwań napotykanym podczas wchodzenia w dorosłość.
- **Opracowanie strategii:** Określenie i zbadanie skutecznych strategii radzenia sobie z tymi wyzwaniami i zarządzania nimi.
- **Refleksja nad umiejętnościami i zasobami:** Refleksja nad umiejętnościami i zasobami niezbędnymi do pomyślnego przejścia w dorosłość.
- **Zrozumienie kluczowych zadań:** Zrozumienie kluczowych zadań i obowiązków związanych z przejściem do dorosłości.



## Plan lekcji

Instruktaż twarzą w twarz: Działanie 3

270 MIN.

### *Wyzwania i zadania związane z wejściem w dorosłość*



1. Zrozumienie głównych **wyzwań** związanych z przejściem do dorosłości.

1.2 Identyfikacja **strategii** radzenia sobie z tymi wyzwaniami.

1.3 Zastanowienie się nad **umiejętnościami i zasobami** potrzebnymi do pomyślnego przejścia w dorosłość.

1.4 Zrozumienie **kluczowych zadań** związanych z wejściem w dorosłość.



## Plan lekcji

Instruktaż twarzą w twarz

*Dyskusja z przewodnikiem*

90 MIN.

### Sesja FAQ

Moderator zaprosi uczestników do zadawania pytań na wszystkie omawiane tematy.

## Plan lekcji

**Całkowity czas trwania: 1140  
minut (24 godziny)**

Zajęcia będą organizowane średnio przez 6 godzin dziennie; rano i po południu; 4 godziny rano i 2 godziny po południu (z przerwą na lunch i 3 przerwami na odpoczynek, 2 rano i 1 po południu), zgodnie z decyzją trenera / moderatora. W przypadku, gdy moduł szkoleniowy zostanie zorganizowany w ciągu 4 dni, czas trwania poszczególnych dni jest następujący:

- Dzień 1: Wprowadzenie (30 minut) + Ćwiczenie 1 (240 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)
- Dzień 2: Ćwiczenie 2 - (270 minut) + Dyskusja z przewodnikiem (60 minut) + FAQ (30 minut)
- Dzień 3: Ćwiczenie 3 - (270 minut) + Dyskusja z przewodnikiem (90 minut)
- Dzień 4: Ćwiczenie 4 - (270 minut) + Podsumowanie (30 minut) + FAQ (60 minut)

Każdego dnia zajęcia będą obejmować szkolenie prowadzone przez instruktora, ćwiczenia edukacyjne oparte na problemach i/lub ćwiczenia refleksyjne, które wzmocnią określone efekty uczenia się.

## Przygotowanie:



- Zarezerwuj lub zapewnij salę szkoleniową z krzesłami i stołami, komputerami, projektorem itp. *Zarezerwuj ją co najmniej 2 miesiące przed warsztatami, abyś mógł promować warsztaty z odpowiednim wyprzedzeniem.*
- Znajdź instruktorów do prowadzenia warsztatów, z którymi nie jesteś zaznajomiony/nie czujesz się komfortowo.
- Poinformowanie uczestników o celu warsztatów, ich założeniach i harmonogramie.
- Zapewnienie cateringu podczas przerw na kawę i lunch lub dostarczenie informacji o pobliskich punktach gastronomicznych.

## Zasoby:

- Pomieszczenie z wystarczającą przestrzenią do zajęć grupowych;
- Komputer lub tablet dostępny do połączenia z urządzeniem wyświetlającym;
- Urządzenie projekcyjne;
- Materiały piśmiennicze i papier.



# Skills 4 life

moveo



ACUMEN  
TRAINING

UNIVERSITÄT  
PADERBORN  
**WiPäd** | Department  
Wirtschaftspädagogik  
Business and Human  
Resource Education



**CBE**  
accompagne vos projets



spectrum  
RESEARCH CENTRE



Proportional  
Message



QUARTER MEDIATION



Co-funded by  
the European Union