



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

Ö P P N A U T B I L D N I N G S R E S U R S E R

MODUL 5

UTFORMA FRAMTIDEN TILLSAMMANS

i olika samhällen

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union



Finansieras av Europeiska unionen. De synpunkter och åsikter som uttrycks är endast upphovsmannens [upphovsmännens] och utgör inte Europeiska unionens eller Europeiska genomförandeorganet för utbildning och kulturs (EACEA) officiella ståndpunkt. Varken Europeiska unionen eller EACEA tar något ansvar för dessa. 2021-2-SE02-KA220-YOU-000049948



INNEHÅLL

VÄLKOMMEN	3
5.1 MENTORSKAP	5
5.2 POSITIV UNGDOMSUTVECKLING	12
5.3 SOCIALT ENTREPRENÖRSKAP	23
5.4 PERSONLIG OCH YRKESMÄSSIG UTVECKLING	29



Välkommen till WELLHOODY!

WELLHOODY handlar om att stärka gemenskapen genom ungdomars lärande. Det handlar om att omfamna våra olikheter och få alla att känna sig inkluderade och må bra.

DENNA KURS

WELLHOODYs mål?

Möjliggöra för ungdomar WELLBEING, rotat i mångfald.

När unga människor lär sig om styrkan i mångfald inspirerar det alla i samhället att arbeta tillsammans för allas välbefinnande och att vara mer accepterande och inkluderande.

Ready to jump in?



VÄLFÄRD

Inlärningsmål

I denna modul kommer deltagarna att:

1. Förstå grunderna i positiv ungdomsutveckling och varför det är avgörande för att frigöra potentialen hos unga människor.
2. Följ en steg-för-steg-process för att planera och genomföra effektiva ungdomsprogram som är anpassade till bredare mål.
3. Utforska strategier för personlig och yrkesmässig utveckling inom området ungdomsarbete, med tonvikt på kontinuerligt lärande.
4. Aktivt delta i samhällsinitiativ för att stärka unga människor och ta itu med deras unika behov och utmaningar.



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

Ö P P N A U T B I L D N I N G S R E S U R S E R

5.1 Mentorskap

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Mentorskap

- Att ha en mentor är som att ha ett hemligt vapen för att utveckla sina färdigheter. Tänk att ha någon med erfarenhet som är villig att dela med sig av sina knep till dig! En mentor är mer än bara en guide; de är ditt backstagepass till framgång.
- Tänk på dem som dina personliga kunskapshöjare. De finns där för att hjälpa dig att förbättra dina färdigheter, ge råd när du är osäker och stötta dig när du uppnår dina mål. Det är som att ha en egen superhjältegrupp för personlig och yrkesmässig utveckling. Mentorer är som superhjältar - de hjälper dig att lära dig nya saker, ökar din motivation och lyfter fram styrkor som du kanske inte visste att du hade. Och det bästa av allt? De stöttar dig oavsett vad som händer.
- Men det är mer än så! Att ha en mentor handlar inte bara om kompetens, det handlar också om att ha en förebild i verkliga livet. Någon som inspirerar och stöttar dig, och guidar dig på vägen mot framgång som en personlig livs-GPS.

Förbättra ungdomars välbefinnande Genom förebilder

Positiva förebilder fungerar som ledstjärnor i det verkliga livet. De visar dig inte bara vägen utan ger dig också en värdefull skattkarta till framgång. Hur lyckas de med detta? De har några anmärkningsvärda egenskaper:

1. **Ett engagemang för samhället** - Din förebild kan liknas vid en samhällsförespråkare, alltid beredd att förbättra omständigheterna för alla. De är fast beslutna att göra samhället till en bättre plats.
2. **Omfamna andra** - De bästa förebilderna handlar om att acceptera människor som de är. Inget dömande, bara positiva vibbar och förståelse.



Förbättra ungdomars välbefinnande Genom förebilder

3. **Inspirera andra** - Har du någonsin mött någon som helt enkelt motiverar dig att göra ditt bästa? Det är din förebild som uppmuntrar dig att sikta mot stjärnorna.
4. **Tydliga värderingar** - Förebilder har en tydlig uppsättning värderingar som vägleder dem. Det är som att ha en moralisk kompass som alltid pekar mot att göra det rätta.
5. **Att hantera utmaningar** - Livet innebär hinder för alla, men din förebild är duktig på att övervinna dem. De visar att ingen situation är hopplös.

Att vara mentor

Ta vara på den ovärderliga vägledningen från en mentor - en stadig följeslagare i din strävan att växa. Här får du veta varför en mentor är som en kraftfull katalysator för personlig, akademisk och yrkesmässig utveckling:



Stödja tillväxt - Mentorer är orubbliga stöttepelare som främjar din utveckling i olika aspekter av livet. Deras roll går utöver vägledning; de erbjuder viktigt stöd för att hjälpa dig att navigera i komplexiteten i din utvecklingsresa.



Sätt upp mål - Föreställ dig en mentor som arbetar aktivt med dig för att definiera och uppnå viktiga mål, som går utöver det vanliga för att förbättra din väg. Din mentor, en strategisk partner, spelar en nyckelroll när det gäller att uppnå dessa ambitioner.



Kunskapskälla - Mentorer har en mängd praktisk kunskap och ger värdefulla insikter i olika situationer. När du står inför svåra beslut eller utmaningar kan din mentor fungera som en klok guide och ge praktiska råd baserade på verkliga erfarenheter.



Öppen för att lyssna - Din mentor lyssnar aktivt och skapar en stödjande atmosfär för att uttrycka tankar och idéer. De ger också konstruktiv feedback för att hjälpa dig i din personliga och professionella utveckling.

Fallstudie

Mentor Sverige



- Mentor Sverige arbetar för att främja en sund utveckling hos ungdomar. De erbjuder mentorskapsprogram för 13-17-åringar, där mentorerna fungerar som förebilder och ger nödvändigt stöd.
- Organisationen fokuserar på förebyggande åtgärder mot hälsoproblem och social utslagning.
- Med ett team på 25 personer i Stockholm, Göteborg och Malmö samarbetar Mentor Sverige med lokala organisationer och företag för att få större genomslag.
- Teammedlemmarna, med varierande expertis inom socialt arbete, utbildning och mer, delar ett gemensamt mål att förespråka ungdomars rättigheter och samhällsliga deltagande.

” We don't talk a lot about being a role model, but my mentor shows what a role model is just by being themselves.

Individual Mentoring Youth

Hitta din mentor

Dessa initiativ erbjuder olika former av stöd och utvecklingsmöjligheter för unga människor i hela Europa, med fokus på mentorskap, yrkesutveckling och egenmakt.

Länk	Initiativets namn	Kort beskrivning
Europeiska toppmötet om mentorskap 2022	Europeiska toppmötet om mentorskap 2022	Ett toppmöte som bidrar till Europeiska ungdomsåret och fokuserar på mentorskap för unga européer. Det erbjuder möjligheter till kunskapsinhämtning, yrkesutveckling och samhällsengagemang.
Mentorskap Europa	Mentorskap Europa	Ett initiativ som fokuserar på att utveckla kvalitetsbedömning och standarder för mentorskap, koppla samman forskning och praktik samt förespråka mentorskapets inverkan på social och ekonomisk utveckling i Europa.
Mentorernas hus	Mentorernas hus	Ett nätverk av mentorer i Europa som stödjer studenter och deras idéer. Det fokuserar på personligt och hållbart stöd, anordnar tävlingar och presentationer för mentorer, adepter och sponsorer.
Mentor Internationell ungdomsakademi	Ungdomsakademi	Ett program från Mentor International och TUI Care Foundation som erbjuder ett årslångt gruppmentorskapsprogram i skolan i Tyskland, Jordanien och Sverige. Syftet är att ge unga människor från utsatta samhällen livskunskap.



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

Ö P P N A U T B I L D N I N G S R E S U R S E R

5.2 Positiv utveckling av ungdomar

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Tillsammans är framtiden

- ✓ Vad händer när vi alla arbetar tillsammans, blandar våra synsätt och skapar något fantastiskt när olika röster samarbetar? **Föreställ dig en värld där allas talanger blandas och skapar ett galet collage av idéer, kulturer och drömmar.** Det är den framtid vi skapar tillsammans. Det handlar inte bara om att vara okej med våra olikheter, utan om att förvandla dem till ett dynamiskt pussel där varje bit skapar något ännu häftigare.
- ✓ Varför tillsammans? För att det är där de fantastiska idéerna kommer ifrån. Tänk på ditt favoritband - varje medlem har sitt eget sound, och när de jammar tillsammans blir det ren magi. Det är ungefär samma sak i våra olika grupper - **var och en av oss bidrar med sin egen smak till mixen.** Så hur förverkligar vi den här drömmen? Genom att lära känna varandra, visa respekt och ordna en fest för mångfalden omkring oss.

Vad kan man göra?

UNGDOMARS ARBETE

- ✓ Avspeglar mångfald i säkra och inkluderande utrymmen
- ✓ Främjar en öppen attityd
- ✓ Ökar medvetenheten

GEMENSKAP

- ✓ Service och aktivism
- ✓ Känsla av tillhörighet
- ✓ Enhetlighet/samhörighet
- ✓ Trygghet att utforska/uppnå sin fulla potential

UNGDOM

Sammanhang (en plats som skapats för ungdomars deltagande och den sociala erkänsla som är knuten till den, personliga värderingar/familjevärderingar, yttre situation, social orättvisa)

Handling (projekt, volontärarbete, kampanjer, rörelser)

- ✓ Välbefinnande
- ✓ Tillfredsställelse
- ✓ Sociala kontakter och socialt stöd
- ✓ Känsla av tillhörighet

Källa: Harre, 2007

GEMENSKAP



Källa: [Freepik](#)



Källa: [Freepik](#)

Tid 4 reflektion

PUNKTER
FÖR
REFLEKTION



- ✓ Kan du komma på några samhällsinsatser som du har deltagit i?
- ✓ Varför tog du initiativ till att delta i dem?
- ✓ Vad tyckte du var roligast?
- ✓ Vad fick du ut av det?
- ✓ Hur tror du att samhället (eller målgruppen) gynnas av det?
- ✓ Fanns det några misslyckanden eller frustrationer?
- ✓ Hur navigerade du genom dem?
- ✓ Skulle du göra det igen?

Vad är positiv ungdomsutveckling?

Hur kultur, mångfald och tidigare erfarenheter kan påverka ungdomars positiva utveckling

Positiv ungdomsutveckling (PYD) är en metod som lyfter fram ungdomars naturliga styrkor och potential. Istället för att bara fokusera på att åtgärda svagheter eller undvika negativa resultat, ser PYD alla unga människor som har förmågan att växa positivt. Det är ett delat ansvar för familjer, samhällen och institutioner att erbjuda möjligheter och stöd som hjälper unga individer att nå sin fulla potential.

Att erkänna och respektera de olika bakgrunder och utmaningar som unga människor står inför är avgörande. PYD är ett användbart ramverk för att främja och utnyttja potentialen hos ungdomar från olika kulturer, med olika bakgrund och som står inför olika utmaningar. Detta tillvägagångssätt syftar till att förbättra deras övergripande välbefinnande och uppmuntra positiv utveckling.

KÄLLA: <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>



PYD 7 principer

Funktioner och principer för PYD inkluderar:

1. **Styrkebaserat förhållningssätt** - Istället för att se individer som problem som behöver lösas, erkänner PYD deras inneboende styrkor, talanger och potential för tillväxt och utveckling.
2. **Holistisk utveckling** - PYD erkänner att unga människor utvecklas i olika aspekter av sina liv - fysiskt, psykiskt, intellektuellt och socialt. Målet är att främja deras tillväxt i alla dessa dimensioner.
3. **Aktivt deltagande** - PYD förespråkar att individer ska vara aktivt engagerade i sin egen utveckling. Detta innebär att ta på sig ledarroller, fatta beslut och bidra till sina samhällen.
4. **Stödjande relationer** - PYD betonar betydelsen av varaktiga kontakter med vuxna och jämnåriga och främjar mentorskap, vägledning och stöd.

PYD - 7 principer

5. **Egenmakt** - PYD fokuserar på att stärka unga människors egenmakt. Detta innebär att förse dem med färdigheter, erbjuda möjligheter till tillväxt och erkänna deras prestationer. I slutändan är målet att bygga upp självförmåga och självförtroende.
6. **Möjligheter till kompetensutveckling** - PYD-initiativ erbjuder ofta möjligheter för individer att utveckla en rad olika färdigheter - sociala, emotionella, kognitiva eller yrkesmässiga.
7. **Säkra och inkluderande miljöer** - Att skapa fysiskt och känslomässigt säkra miljöer är avgörande för en positiv ungdomsutveckling inom ramen för PYD. Dessa miljöer bör värdesätta varje individs bakgrund eller identitet samtidigt som de säkerställer att de känner sig respekterade och hörda.

KÄLLA: <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Goda exempel

KÄLLA: <https://youth.gov/youth-topics/how-culture-diversity-and-prior-experiences-can-influence-positive-youth-development>

Att främja positiv ungdomsutveckling (PYD) handlar om att skapa en stark känsla av tillhörighet och bygga meningsfulla kontakter med kamrater, vänner och den egna kulturella identiteten i ett samhälle. Genom att tillämpa PYD:s principer och metoder kan vi öka motståndskraften och minska riskerna, vilket gynnar unga människor och samhällen med olika bakgrund, inklusive olika etniciteter, raser, kulturer, specifika behov relaterade till beteende och inlärning samt sexuell läggning.

- ✓ Till exempel visade ungdomar i **Panama, Costa Rica och Guatemala** som hade positiva PYD-upplevelser, som att skapa starka relationer med kamrater, lärare och familj, bättre beslutsförmåga när det gäller droger och missbruk jämfört med dem som hade färre positiva kontakter.
- ✓ I **Hong Kong** observerades positiva beteendeförändringar när myndigheter och ungdomsutvecklare gav högriskungdomar utbildning i livskunskap, med fokus på personlig kompetens, en känsla av tillhörighet och optimism. Dessa förändringar omfattade bättre hantering av ilska, konfliktlösning, förbättrad kommunikation med vuxna, problemlösningsförmåga och en djupare uppskattning av lagarbete. Att uppmuntra ungdomar att bidra till sina samhällen genom service learning-aktiviteter, tillsammans med att stärka föräldrar och lärare i stödjande roller, spelade en nyckelroll i dessa omvandlingar.
- ✓ I **Bangladesh** visade barn med cerebral pares förbättringar i sin anpassningsförmåga när deras vårdgivare deltog i ett föräldrautbildningsprogram. Programmet mätte framsteg inom kommunikation, socialisering, motorik och dagligt liv.

Förbättra ungdomars välbefinnande genom att främja praktikplatser och karriärutveckling

KARRIÄRUTVECKLING

När det gäller karriärutveckling är det viktigt att erbjuda ovärderlig karriärvägledning, förbättra utbildning och fortbildning, utöka möjligheterna till praktik, främja mentorskap och nätverkande, samarbeta med arbetsgivare, främja livslångt lärande och se till att det finns tillgång till resurser och teknik. Investeringen i din karriärutveckling gynnar inte bara dig personligen utan bidrar också avsevärt till det bredare samhälleliga ramverket.

INTERNSHIP

I synnerhet praktikplatser är ovärderliga för att få praktisk arbetslivserfarenhet. De ger möjlighet att ägna sig åt meningsfull forskning, utforska olika uppgifter och avdelningar samt knyta kontakter med mentorer. Praktikplatser är en inkörsport till att skaffa sig verkliga färdigheter, urskilja personliga preferenser och bygga relationer med erfarna yrkesverksamma. Se det som en språngbräda mot en karriär där du kan göra välgrundade val på ett intelligent sätt.

Resurser

[BRYCS ORG: Att växa upp i ett nytt land: En verktygslåda för positiv ungdomsutveckling för arbete med flyktingar och invandrare \(verktygslåda\)](#)

Denna verktygslåda samlar artiklar, resurser och program som kan hjälpa myndigheter att anta en positiv ungdomsutveckling (PYD) i arbetet med nyanlända ungdomar. Både ordinarie och nyanlända tjänsteleverantörer bör dra nytta av dessa resurser och exempel på "lovande metoder" inom ungdomsprogram. Resurstabellerna är organiserade enligt de olika stadierna i programutvecklingscykeln.





Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

Ö P P N A U T B I L D N I N G S R E S U R S E R

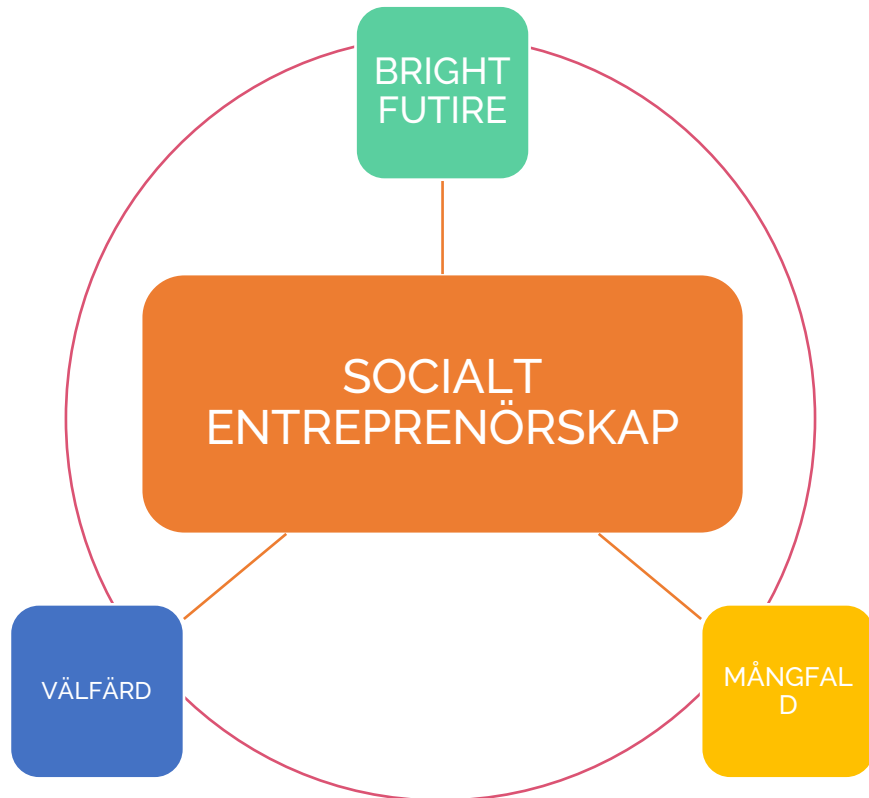
5.3 Socialt entreprenörskap

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

Potentialen för socialt entreprenörskap



- Socialt entreprenörskap handlar om att unga människor som du använder företag för att göra världen bättre. Det handlar inte bara om att tjäna pengar, utan om att skapa lösningar på problem som fattigdom eller föroreningar.
- Som unga sociala entreprenörer har ni makten att starta företag som gör gott för människor och planeten.
- Det innebär att du kan hjälpa ditt samhälle samtidigt som du lär dig viktiga färdigheter som ledarskap och problemlösning.
- Socialt entreprenörskap är ett utmärkt sätt att påverka positivt och skapa en ljus framtid, både för dig själv och för andra

Socialt entreprenörskap - en färdplan för framtiden

Definition av socialt entreprenörskap

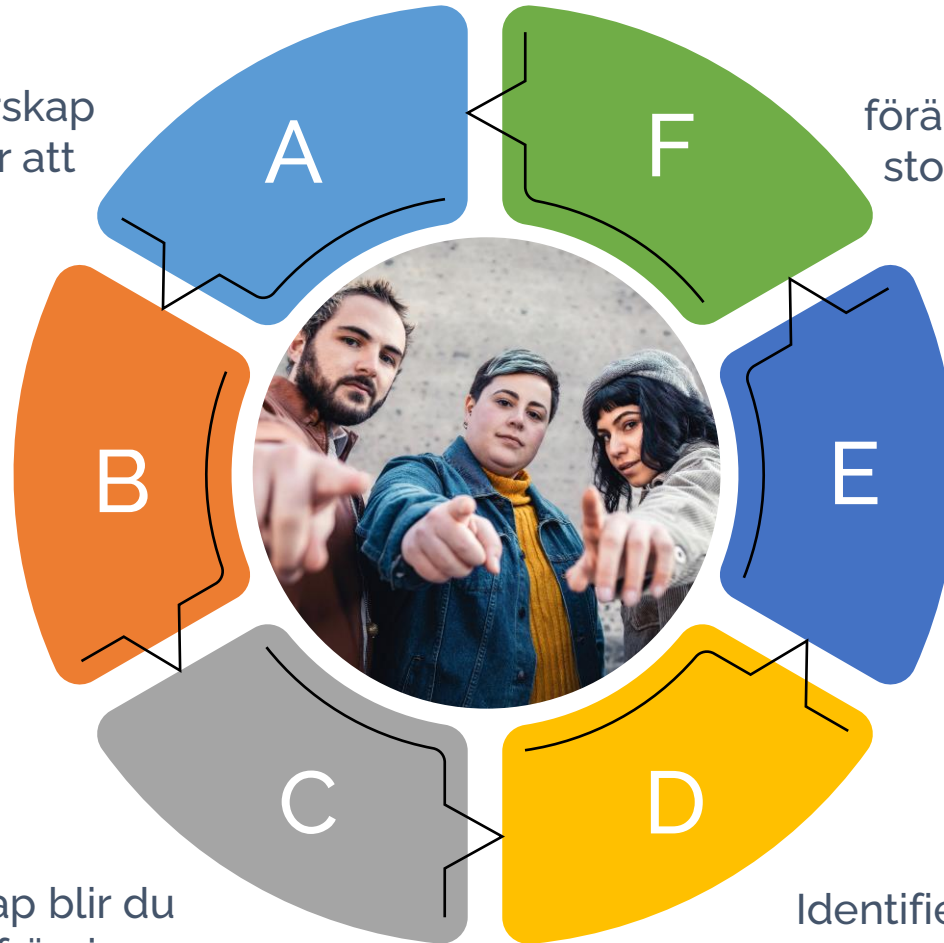
Att omvandla utmaningar till möjligheter - socialt entreprenörskap använder innovativt tänkande för att lösa samhällsproblem

Ungdomarnas roll

Din energi, kreativitet och dina nya idéer är avgörande för att driva på den sociala förändringen. Som unga sociala entreprenörer kan ni omvandla er passion till verkningsfulla åtgärder

Effekt och egenmakt

Genom socialt entreprenörskap blir du en katalysator för förändring, främjar hållbara lösningar och stärker ditt samhälle.



Din resa börjar nu

Ta vara på din potential som förändringsskapare. Varje innovativ idé, stor eller liten, bidrar till en ljusare och mer hållbar framtid.

Framgångshistorier

Låt dig inspireras av unga ledare som har gjort skillnad. Deras projekt inom områden som miljömässig hållbarhet och utbildning visar kraften i ungdomsdriven förändring

Att komma igång

Identifiera ett ändamål som ligger dig varmt om hjärtat. Ta kontakt med lokala nätverk för sociala företag. Sök möjligheter till lärande i workshops och mentorskapsprogram

Socialt entreprenörskap

Ungdomsarbete för en hållbar framtid med färre konflikter

Erasmus+ KA2-programmet "Socialt entreprenörskap för en hållbar framtid med mindre konflikter", som finansieras av Nederlands Jeugdinstituut, syftar till att förse ungdomsorganisationer med verktyg för att hjälpa unga kvinnor med entreprenörskap, med fokus på social och kulturell känslighet.

Det riktar sig till NEET-ungdomar, särskilt från landsbygden och missgynnade områden. Programmet erbjuder en onlinekurs, en komprimerad version av en 8-dagars utbildning, tillgänglig på flera språk, som täcker organisationskultur, mentorskap och workshops för NEET-ungdomar och kvinnor, med fokus på hållbar utveckling och fredsbyggande genom nystartade sociala entreprenörskap.



Vem kan dra nytta av detta?

- ✓ Ungdomsarbetare
- ✓ Unga människor/volontärer
- ✓ Kamratutbildare

Krav:

- ✓ Tillgång till Internet
- ✓ Grundläggande kunskaper i engelska

Hur man engagerar:

Kursen är kostnadsfri och öppen för alla registrerade användare. Vid registrering klickar du på "**Starta kurs**". Kursen tar cirka 2 timmar och innehållet är tillgängligt i 14 dagar efter registreringen. Mer information finns i FAQ.

[KLICKA HÄR](#)



Kursinnehåll:

1. Fredsbyggande och hållbar utveckling - ungdomsarbete som ledare för förändring
2. Icke-formell utbildning och ungdomsarbete för att höja kompetensen hos ungdomar
3. Entreprenöriellt lärande - ett sätt att berika ungdomsarbete
4. Den nya tidens entreprenörskap och entreprenöriell intelligens
5. Socialt, etiskt och miljövänligt företagande
6. Socialt entreprenörskap



Wellhooody
Wellbeing in Diverse Youth Communities

Ö P P N A U T B I L D N I N G S R E S U R S E R

5.4 Personliga och Professionell utveckling

www.wellhooody.eu



Co-funded by
the European Union

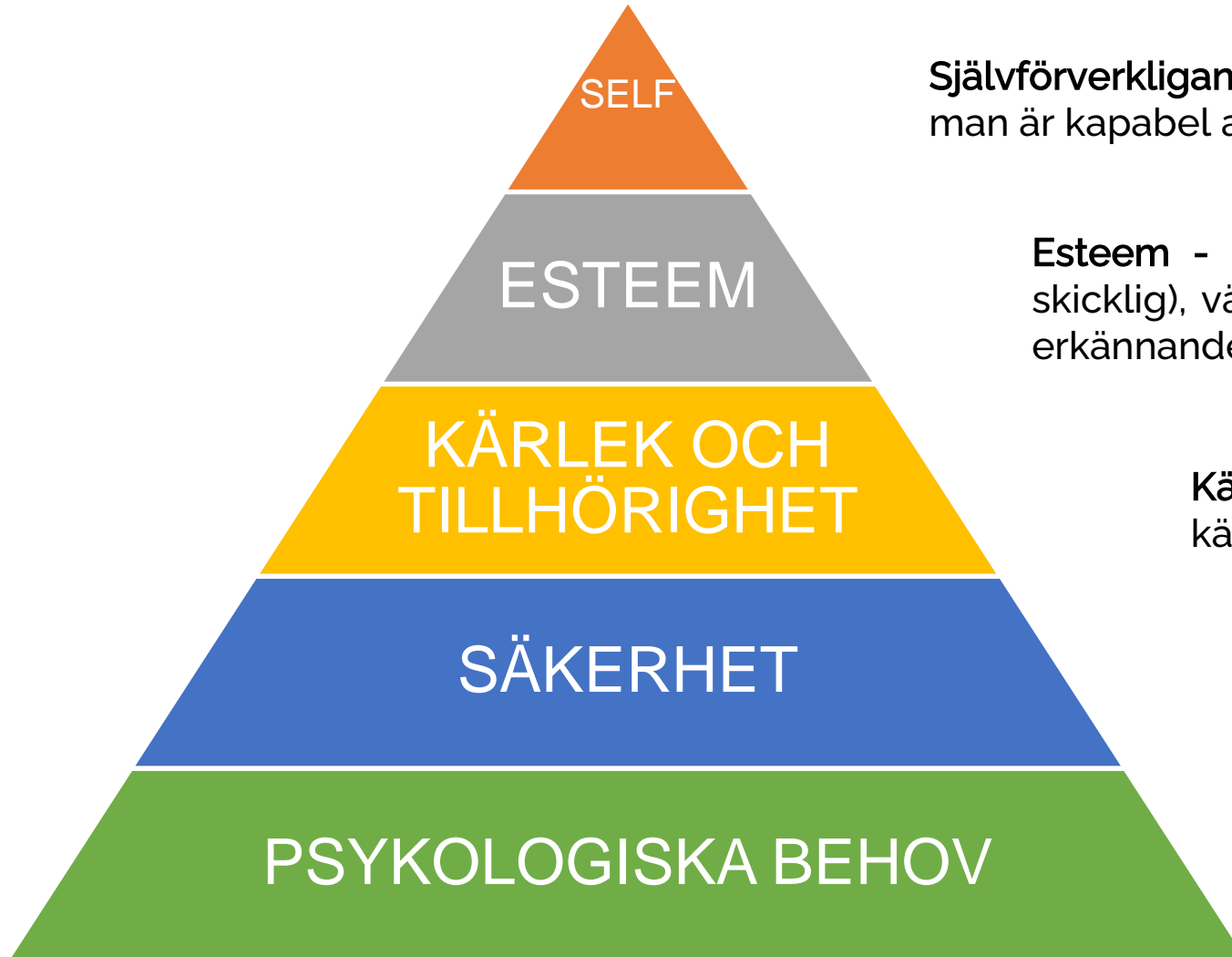
Vad innebär det att utvecklas som människa?

Att mogna som individ är en ständigt pågående resa mot självförbättring och expansion. Det innebär att man investerar i att förfina sina färdigheter, bredda sina ambitioner och samla på sig meningsfulla erfarenheter, både på arbetsplatsen och i olika aspekter av livet. För att bli den bästa versionen av dig själv handlar det om att sätta upp mål som är både utmanande och uppnåeliga, att få insikter och lära sig av både utmanande situationer och triumfer, och att vårda inre kvaliteter som emotionell intelligens, en positiv inställning och en tydlig känsla av syfte. Enkelt uttryckt är personlig utveckling ett åtagande om kontinuerligt lärande och anpassning under hela livet, vilket säkerställer att du utvecklas till en mer förfinad och kapabel person allt eftersom tiden går.

Nyckelelement:

- ✓ **Kompetensutveckling** - Identifiera förbättringsområden och engagera dig aktivt för att lära dig nya saker.
- ✓ **Sätt upp mål** - Sträva efter omfattande men ändå uppnåeliga mål för att vägleda dig på din personliga och professionella resa.
- ✓ **Visdom på arbetsplatsen** - Utnyttja utmaningar, framgångar och motgångar på jobbet som lärdomar för motståndskraft och anpassningsförmåga.
- ✓ **Inre tillväxt** - Odlar emotionell intelligens, utveckla ett positivt tankesätt och upptäck en känsla av syfte inom dig själv.

Personlig utveckling med Maslows pyramid



Självförverkligande - Att nå sin fulla potential och bli allt man är kapabel att bli.

Esteem - Självvärde, kompetens (känna sig kunnig och skicklig), värdighet (värd respekt, självständighet), respekt, erkännande för prestationer, status, rykte.

Kärlek och tillhörighet - Vänner, ge och ta emot kärlek, acceptans.

Säkerhet - Att bo och arbeta i en säker miljö, stabil och tillräcklig inkomst, skydd mot övergrepp, god hälsa.

Fysiologiska behov - mat, vatten, skydd, vila, värme.

Låt oss öva: Drömma om ditt liv

Drömvisionen:

- ✓ Blunda en stund och föreställ dig ditt ideala liv om 5 år. Var befinner du dig? Vad håller du på med? Vem är du tillsammans med?
- ✓ Skriv ner allt som du kommer att tänka på. Var så detaljerad som möjligt.
- ✓ Fundera nu på vilka steg du behöver ta för att förverkliga denna vision.

Vilka färdigheter behöver du utveckla?

Vilken typ av utbildning eller erfarenhet hjälper dig att nå dit?



Dina drömmar är giltiga och möjliga att uppnå.

**dreaming,
planning,
empathy
= Building your future**

WELLHOODY

Dagens vision kan bli morgondagens verklighet

- I vår tidigare övning, "Dröm ditt liv", gav vi oss ut på en personlig resa för att utforska och formulera våra drömmar och ambitioner. Nu ska vi utvidga denna vision genom att integrera begreppen mångfald och empati.
- I denna uppföljningsövning uppmanas du att koppla samman dina drömmar med andras, särskilt människor med olika bakgrund, som en nyanländ i ett nytt land.
- Genom att förstå och leva oss in i olika erfarenheter berikar vi inte bara våra perspektiv, utan upptäcker också hur våra drömmar kan bidra till och formas av en bredare, inkluderande samhällsberättelse.
- Låt oss utforska hur mångfald och empati kan förbättra vår resa mot att förverkliga våra drömmar och hjälpa andra att uppnå sina.

Att överbrygga drömmar och mångfald

Minns du när du "Drömma om ditt liv". Föreställ dig nu hur dina drömmar kan korsa dem hos någon med en annan bakgrund, som den nya studenten i vårt scenario.

Fundera över likheter och skillnader i ambitioner och utmaningar. Hur berikar detta perspektiv din förståelse av dina egna drömmar?



Hur kan
förståelse för
olika perspektiv
påverka dina mål
och handlingar?

Erbjud stöd eller
samarbeta med
andra som har
olika
erfarenheter,
vilket förbättrar
båda era resor

Utforska hur olika
kulturella
bakgrunder,
berättelser och
drömmar kan leda
till en mer
inkluderande
strategi för att
uppnå dina mål

Åta dig att vara
öppen för olika
perspektiv och
erfarenheter, berika
din egen väg och
bidra positivt till
andras drömmar.

Inkludering och ungdomsutveckling

Social utestängning handlar inte bara om att sakna pengar eller att vara papperslös invandrare i ett nytt land. Det handlar också om begränsade möjligheter till utbildning och diskriminering på grund av personliga egenskaper.

Diskriminering, som ofta leder till utestängning, kan allvarligt påverka välbefinnandet. Det skapar hinder för tillgång till tjänster som borde vara tillgängliga för alla och har en negativ inverkan på hälsan, den allmänna lyckan och livskvaliteten.

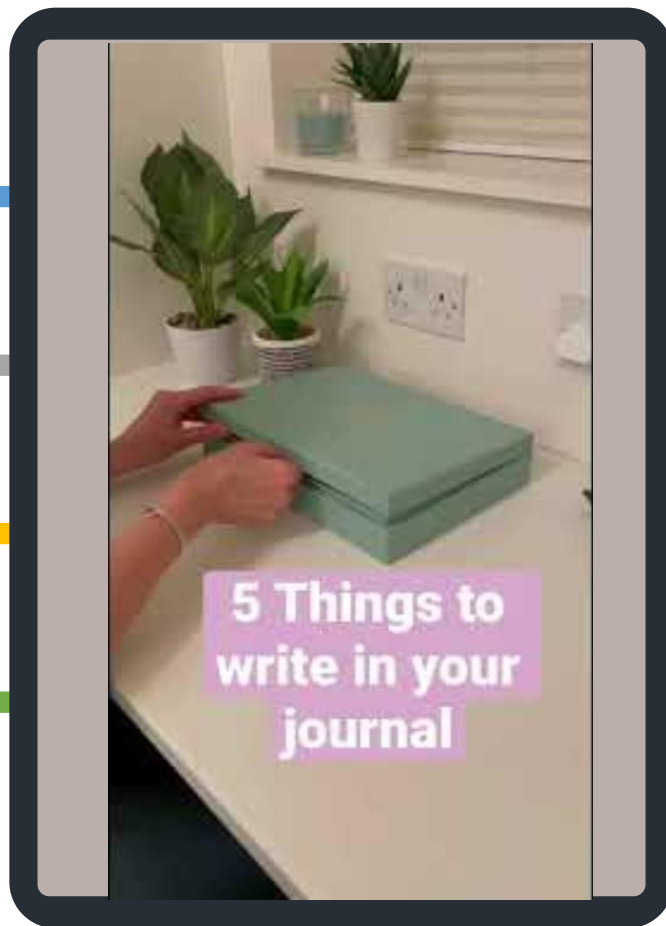
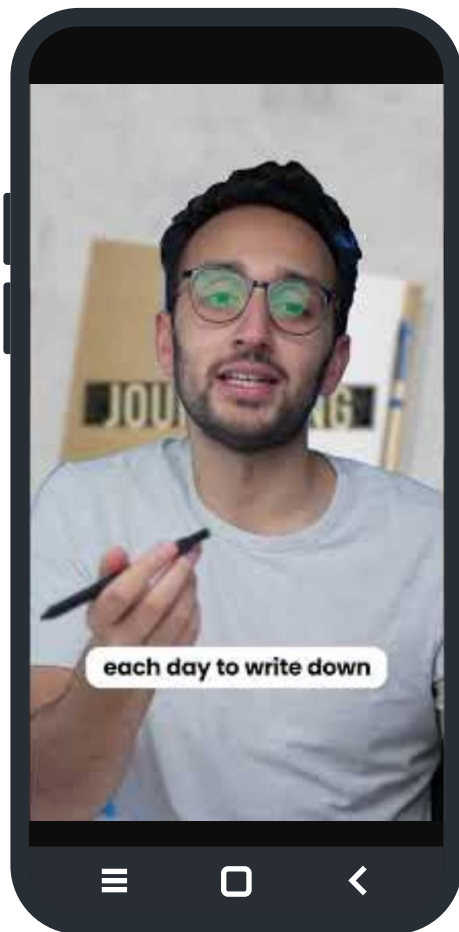
Tänk till exempel på en ung person från ett mindre privilegierat samhälle. De kan ha svårt att skaffa sig högre utbildning och ett välbetalt jobb. Denna situation kan göra att de fastnar i en fattigdomsspiral, där bristen på möjligheter utgör ett hinder för att bryta sig ur denna spiral.

KÄLLA: <https://commission.europa.eu/select-language>



Börja skriva dagbok för att planera och följa din personliga utveckling

TITTA PÅ VIDEOR



Självreflektion

Fastställande av mål

Stresshantering

Personlig utveckling

Professionell utveckling

En resa från 15 till 27 år är en tid då det är dags att skapa en yrkesbana som ligger i linje med dina passioner och färdigheter. Det är en tid att utforska, lära sig och lägga grunden för en framgångsrik karriär.

Låt oss titta på praktiska steg som du kan ta för att strategiskt bygga upp din professionella berättelse och utnyttja möjligheter som kommer att forma din framtid.



Att utforma sin yrkesbana

Intressen och färdigheter

Upptäck dina passioner med hjälp av onlineverktyg. Delta i kurser och workshops för att bygga upp tekniska och sociala färdigheter.

Erfarenhet av fältet

Prova på praktik eller deltidsjobb. Volontärarbete för att få praktiska färdigheter

Skapa närvaro på nätet

Starta en LinkedIn-profil. Visa upp din kompetens och ta del av innehåll från branschen

Intressen och färdigheter

Delta i branschevenemang och ta kontakt med yrkesverksamma på LinkedIn för att få vägledning.

Intressen och färdigheter

Var öppen för förändringar och lär dig av utmaningar. Din väg kan förändras med tiden.

Slutsats

- När vi avslutar den här modulen vill vi att ni, de underbara unga hjärnorna, ska veta att förståelsen för positiv ungdomsutveckling är som att hålla i nyckeln till att låsa upp er otroliga potential. Vi har gått igenom planering och genomförande av ungdomsprogram steg för steg och visat hur man anpassar dem till stora mål.
- Dessutom har vi delat med oss av hemligheter om personlig och yrkesmässig utveckling så att du kan fortsätta att utvecklas inom ungdomsarbete. Så gör dig redo att dyka ner i samhällsinitiativ - för genom att aktivt delta kommer du att vara en del av något stort, som gör skillnad genom att ta itu med de unika behov och utmaningar som unga människor som du har!



Tack och
gratulationer.

Du har avslutat
den femte
modulen i
WELLHOODY-
kursen.

www.wellhoody.eu

