

Csoportos felnőtt tanulói mobilitás

Projektszám: 2024-1-HU01-KA121-ADU-000224516

Időpont: 2024. július 28-08.03.

Helyszín: Rovinj, Horvátország

Küldő szervezet: JUTAKI Kft.

Kísérőtanár neve: Véghné Juhász Krisztina

Pozíció: ügyvezető

Fogadó szervezet: Language Centre TWIST 2

Helyszín: Rovinj, Horvátország

AI, motiváció és well-being: Megújultunk a horvátországi mobilitás harmadik hetében!

Sikeresen zárult a JUTAKI Kft. Erasmus+ mobilitási programjának harmadik szakasza a festői Rovinjban. Ez a hét a 21. századi ember legfontosabb készségeiről szólt: hogyan maradjunk motiváltak, hatékonyak és kiegyensúlyozottak a technológiai változások korában?

Fókuszban a jövő készségei A 12 résztvevő nem csupán elméleti tudást kapott, hanem valódi, a mindennapi életben is használható "túlélőkészletet". A program során fészegettük a mesterséges intelligencia (AI) nyújtotta lehetőségeket, tanultunk az asszertív érdekvérvényesítésről, és kipróbáltuk a mindfulness technikáit is a stresszmentesebb hétköznapiakért.

Amit a hét adott nekünk:

- **AI és Kritikai gondolkodás:** Megtanultuk, hogyan támogathatja a technológia a problémamegoldást.
- **Belső tűz:** Stratégiákat dolgoztunk ki a hosszú távú szakmai és személyes motiváció megőrzésére.
- **Well-being:** Gyakorlatias relaxációs módszereket sajátítottunk el a kiégés megelőzésére.
- **Játékos tanulás:** A gamifikáció segítségével tapasztaltuk meg, hogy a kreativitás és a játék mennyivel hatékonyabbá teszi a fejlődést.

A közös munka, a nemzetközi partnerkapcsolatok és a rovinji inspiráló környezet együttesen tették ezt a hetet felejthetlenné. Hazatérve célunk, hogy ezeket az innovatív szemléletmódokat saját környezetünkben is továbbadjuk.

