

Príležitosti na zvyšovanie kvalifikácie a rekvalifikáciu pre dospelých 45+

Vitajte v programe Rekvalifikácia 45+ Samostatný kurz podľa vlastného tempa. Tento program je určený špeciálne pre dospelých vo veku 45-65 rokov, ktorí skúmajú nové kariérne smerovania alebo si posilňujú zručnosti pre budúce pracovné príležitosti.. Či už uvažujete o úplnej zmene kariéry alebo sa len chcete udržať konkurencieschopní na neustále sa meniacom sa pracovnom trhu, tento kurz vás prevedie kľúčovými zručnosťami a stratégiami potrebnými na úspech..

V nasledujúcich častiach preskúmame tri kľúčové oblasti zručností - digitálne, technické a mäkké zručnosti - a ukážeme vám, ako plánovať a dosahovať zmysluplné vzdelávacie ciele.. Prinášate so sebou cenné skúsenosti a životnú múdrosť.. Teraz je čas spojiť tento základ s novými schopnosťami, ktoré vám pomôžu uspieť v meniacom sa pracovnom prostredí. Začnime túto posilňujúcu cestu spoločne.

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

Čo dosiahnete v tomto kurze

01

Pochopíte celoživotné vzdelávanie

Zistíte prečo je neustály rozvoj zručností kľúčový pre dospelých 45+ a ako otvára nové kariérne príležitosti.

03

Objavíte vzdelávacie platformy

Získate prístup k platformám ako Coursera, LinkedIn Learning, Khan Academy a portálom EÚ ktoré ponúkajú kvalitné školenia v rôznych cenových reláciách.

05

Pochopíte trendy na trhu práce

Zladíte svoju rekvalifikačnú cestu so súčasným dopytom v technológiách, zelenej ekonomike, zdravotníctve a logistike.

02

Preskúmate tri oblasti zručností

Digitálne zručnosti, technické/odvetvové zručnosti a mäkké/osobné zručnosti.

04

Poučíte sa zo skutočných príbehov úspechu

Dozviete sa, ako iní po 45. roku života prešli z administratívy do IT, z výroby do logistiky alebo z maloobchodu do zákazníckej podpory..

06

Vytvoríte si osobný kariérny plán

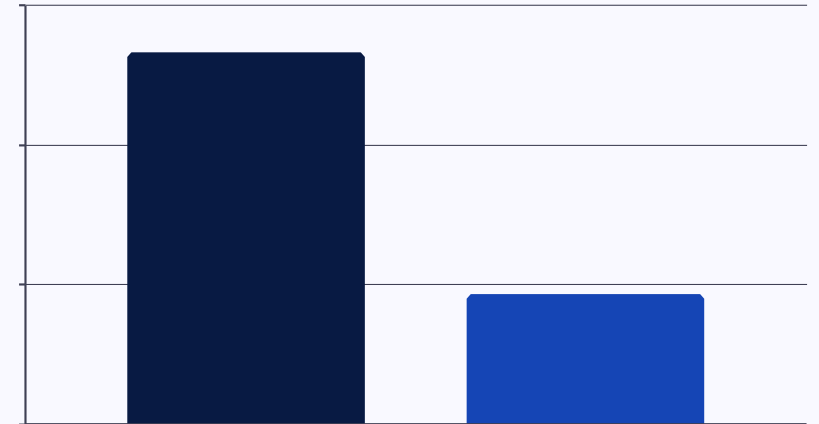
Vytvoríte realizovateľné ciele pomocou overených rámcov, reflexných otázok a praktických plánovacích nástrojov prispôbených vašej situácii..

Prečo sa zamerať na dospelých 45+?

Pracovníci vo veku 45 rokov a viac sú čoraz dôležitejšou súčasťou pracovnej sily, no čelia jedinečným výzvam. V Spojenom kráľovstve sa zamestnanosť vo vekovej skupine 50-64 rokov zvýšila za 20 rokov o 40 %, v porovnaní s celkovým rastom len 14 %. Napriek tomuto rastu len 47 % pracovníkov nad 55 rokov cíti, že ich súčasná pozícia ponúka dobré možnosti rozvoja zručností, a mnohí sa cítia nevyužití alebo „uväznení“ v nevhodných pracovných miestach.

Bez nových zručností môže byť po 45 roku života zmena práce alebo začatie podnikania náročné. Mnohí pracovníci sa musia „nanovo vynájsť“, aby získali prístup k novým príležitostiam. Dobrá správa však je: máte cenné skúsenosti a silné stránky, ktoré zamestnávateľia potrebujú. Osvojením nových zručností môžete využiť svoju múdrosť a zrelosť na to, aby ste prosperovali v meniacom sa pracovnom prostredí.

Keď sa ekonomiky menia a ľudia pracujú dlhšie v dôsledku neskoršieho odchodu do dôchodku, naliehavo potrebujeme novú éru rekvalifikácie. Nejde len o ekonomickú nevyhnutnosť - je to aj spoločenská dohoda, ktorá uznáva prínos skúsených pracovníkov..



Tri kľúčové oblasti zručností pre kariérny úspech

Digitálne zručnosti

Efektívne používanie počítačov, internetu, softvéru a digitálnych nástrojov - od online komunikácie a práce s dátami až po povedomie o kybernetickej bezpečnosti a spoluprácu v cloudovom prostredí.

Technické & a odvetvové zručnosti

Špecializované znalosti pre konkrétne oblasti alebo sektory, ako sú certifikácie v oblasti IT podpory, inštalácia obnoviteľných zdrojov energie, pokročilé výrobné techniky alebo riadenie dodávateľského reťazca.

Mäkké a osobné zručnosti

Prenositeľné medziľudské a seba-riadiace schopnosti, ako sú komunikácia, tímová spolupráca, riešenie problémov a prispôsobivosť, ktoré sú cenné v každom zamestnaní alebo odvetví

Tieto tri oblasti spolu vytvárajú silné portfólio zručností. Moderné kariéry spájajú technické a digitálne schopnosti so silnými mäkkými zručnosťami. Nemusíte zvládnuť všetko naraz - zamerajte sa na budovanie relevantných kombinácií, ktoré sú v súlade s vašimi kariérnymi cieľmi a využívajú vaše existujúce silné stránky.

Digitálne zručnosti: Vaša brána k modernej práci

Čo sú digitálne zručnosti?

Digitálne zručnosti zahŕňajú schopnosť efektívne používať digitálne zariadenia, komunikačné nástroje, softvér a internet. Siahajú to od základných kompetencií, ako je e-mail a videohovory, až po pokročilejšie schopnosti, ako je práca s tabuľkami, učenie sa nových aplikácií a porozumenie protokolom online bezpečnosti.

V súčasnosti len 55,6 % dospelých v EÚ spĺňa prah základnej digitálnej kompetencie, pričom cieľom je 80 % do roku 2030. Najmä manuálni pracovníci a starší dospelí vykazujú nižšiu digitálnu zdatnosť, čo predstavuje zároveň výzvu aj príležitosť pre tých, ktorí sú ochotní sa zlepšovať.

Prečo sú dôležité

Takmer všetky pracovné pozície dnes vyžadujú digitálne nástroje. Pohodlie pri práci online, používanie smartfónov, zdieľanie informácií cez cloud alebo využívanie sociálnych médií na podnikateľské účely sa čoraz viac očakáva naprieč odvetvami.

Aj tradičné úlohy, ako zákaznícky servis, administratíva a maloobchod, sa dnes výrazne opierajú o softvérové platformy a digitálnu komunikáciu. Rozvoj digitálnych zručností nie je voliteľný - je nevyhnutný, ak chcete zostať zamestnateľní a konkurencieschopní na dnešnom trhu práce.

Digitálne zručnosti otvárajú dvere



Práca z domu a flexibilita

Zvládnutie nástrojov na online stretnutia, ako sú Zoom a Teams, spolu s platformami pre prácu na diaľku umožňuje flexibilný rozvrh a nezávislosť od miesta - čo sú čoraz viac cenené benefity v modernom zamestnaní.



Vysoko žiadané technologické:

Rozvíjajúce sa technologické oblasti potrebujú digitálnu gramotnosť. Do roku 2027 by pracovné miesta pre špecialistov na AI a strojové učenie a dátových analytikov mohli narásť približne o 40 %, pričom aj vstupné (juniorné) pozície vyžadujú pevné počítačové zručnosti.



Efektivita a produktivita

Digitálne zručnosti, ako je práca s tabuľkami alebo databázami, urýchľujú úlohy a otvárajú pozície v evidencii, analýze a koordinácii - miesta, ktoré oceňujú skúsenosti aj technickú spôsobilosť.

Digitálna transformácia sa nespomaľuje - zrýchľuje sa. Či už chcete úplne zmeniť kariéru alebo posilniť svoju súčasnú rolu, digitálna kompetencia je vašou vstupenkou k novým príležitostiam. Dobrá správa? Tieto zručnosti sa dajú veľmi dobre naučiť a existuje množstvo bezplatných a nízkonákladových zdrojov, ktoré vám pomôžu uspieť.

Kde sa učiť digitálne zručnosti



Khan Academy

Cena: Bezplatné

Nezisková platforma ponúkajúca kurzy matematiky, prírodných vied a základných počítačových konceptov. Je ideálna na osvieženie základov, ako je úvodné programovanie a matematika pre technologické aplikácie.



Coursera

Cena: Bezplatné nahliadnutie (audit), platené certifikáty

Univerzitami podporované kurzy zamerané na programovanie, dátovú vedu a IT podporu. Obsahujú vysokokvalitný obsah, ako napríklad certifikát Google IT Support. Mnohé kurzy je možné absolvovať v režime „audit“ bezplatne.



Udemy

Cena: Platba za kurz

Rozsiahly katalóg kurzov pokrývajúcich Microsoft Office, základy programovania a zručnosti v oblasti sociálnych médií. Cenovo dostupné jednorazové nákupy s častými zľavami. Pred zápisom sa odporúča skontrolovať hodnotenia, aby ste si overili kvalitu kurzu.



LinkedIn Learning

Cena: Mesačné predplatné

Platforma pre profesionálny rozvoj integrovaná s profilmi na LinkedIne, ktorá ponúka kurzy z oblasti biznisu a technológií. Zameriava sa na pracovné zručnosti pripravené na okamžité použitie s prehľadne štruktúrovanými vzdelávacími cestami.



FutureLearn

Cena: Bezplatné a nízkonákladové možnosti

Kurzy od univerzít, ktoré kladú dôraz na sociálne učenie prostredníctvom fór a diskusií. Ponúkajú rôznorodé témy z oblasti technológií a podnikania v flexibilných formátoch



EPALÉ

Cena: Bezplatný zdrojový portál

Platforma Európskej komisie pre zdroje v oblasti vzdelávania dospelých. Poskytuje články a odkazy na vzdelávacie programy financované z fondov EÚ - ideálna na vyhľadávanie lokálnych príležitostí.

Väčšina platforiem vám umožňuje prezrieť si obsah alebo absolvovať kurz v režime „audit“ bezplatne ešte predtým, než sa zaviazete k platbe. Začnite tým, že preskúmate niekoľko možností a nájdete štýl učenia a formát, ktoré vám najviac vyhovujú.

Technické a odborné zručnosti

Technické zručnosti predstavujú špecializované know-how potrebné pre konkrétne oblasti alebo pracovné roly. Tieto odborné, remeselné alebo profesionálne kompetencie nadväzujú na vaše doterajšie skúsenosti a otvárajú dvere k špecifickým kariérnym cestám.

Príklady z rôznych odvetví:

- **Informačné technológie:** Sieťovanie, programovacie jazyky, správa databáz, kybernetická bezpečnosť
- **Výroba:** CNC obrábanie, obsluha robotiky, systémy kontroly kvality, úsporná výroba
- **Zelená energia:** Inštalácia solárnych panelov, údržba veterných turbín, audit energetickej efektívnosti
- **Zdravotníctvo:** Techniky starostlivosti o pacientov, medicínske kódovanie, laboratórna analýza, zdravotnícke IT systémy
- **Logistika:** Riadenie dodávateľského reťazca, kontrola zásob, skladové operácie, plánovanie dopravy

Vaše skúsenosti sú dôležité

Technické zručnosti často vyžadujú špecializované školenia alebo certifikácie, no prirodzene nadväzujú na váš existujúci základ. Skúsenosti z výroby sa dajú preniesť do rolí v dodávateľskom reťazci. Zručnosti z riadenia maloobchodu sa uplatnia v systémoch predajných technológií.

Kľúčom je zistiť, ktoré technické zručnosti zodpovedajú vašim skúsenostiam a záujmom, a potom absolvovať ciele školenie, aby ste prekonalí všetky nedostatky.

Dopyt na trhu po technických zručnostiach



Rast zelenej ekonomiky

Prechod na obnoviteľné zdroje energie vytvára výrazný dopyt. EÚ potrebuje do roku 2050 zmeniť 6,3 milióna pracovných miest, aby dosiahla ciele uhlíkovej neutrality (net-zero), pričom existuje akútny nedostatok inštalatérov solárnych systémov a elektrikárov. Technické remeselné zručnosti v tomto sektore ponúkajú silnú istotu zamestnania.



Digitálny a IT sektor

Zručnosti v oblasti vývoja softvéru, IT podpory a dátovej analýzy sú veľmi žiadané. Predpokladá sa, že pracovné miesta pre dátových a AI špecialistov porastú do roku 2027 o 40 %, pričom príležitosti siahajú od vstupnej úrovne v podpore až po pokročilé analytické roly.



Logistika a výroba.

Globálne dodávateľské reťazce potrebujú kvalifikovaných logistických pracovníkov a technikov. Projekcie v USA ukazujú, že logistické pracovné miesta porastú do roku 2031 o 28 %. Zručnosti v oblasti zásob alebo logistického softvéru umožňujú prechody z práce vo výrobe do koordinačných rolí.

Tieto rastové sektory aktívne vyhľadávajú zrelých pracovníkov, ktorí prinášajú spoľahlivosť, pracovnú etiku a skúsenosti s riešením problémov. Vaše životné skúsenosti v kombinácii s cieľným technickým školením vytvárajú silnú konkurenčnú výhodu v týchto rozvíjajúcich sa oblastiach.

Naučiť sa technické zručnosti: Vaša cesta vpred

Odborná príprava a certifikácie

Komunitné vysoké školy a technické školy ponúkajú zamerané programy, ako napríklad certifikáciu HVAC, licencovanie vysokozdvížných vozíkov, IT certifikáty CompTIA a certifikáciu dodávateľského reťazca APICS. Tieto certifikáty sú široko uznávané zamestnávateľmi a často ich možno získať za niekoľko mesiacov, nie rokov..

Online kurzové platformy

Udemy, Coursera a FutureLearn ponúkajú technické kurzy vrátane „Introduction to Cybersecurity“, „Basics of Electrical Systems“ a „Logistics Management Fundamentals“. Mnohé poskytujú certifikáty po absolvovaní, ktoré posilnia váš životopis.

Zaškolenie priamo v práci

Niektorí zamestnávateľia ponúkajú učňovské programy alebo interné školenia pre ľudí meniacich kariéru. Hľadajte programy, ktoré presúvajú pracovníkov z výroby na dozorné pozície, zamestnancov maloobchodu do predajných školení alebo administratívny personál na špecializované technické

Využite svoje skúsenosti

Pracovník vo výrobe môže absolvovať krátky kurz dodávateľského reťazca a využiť znalosti z výrobných hál na prechod do logistiky. Vaše existujúce porozumenie odvetviu je cenné - technické školenie vám pomáha vyjadriť ho a uplatniť v nových podmienkach.

Mäkké zručnosti: Vaša konkurenčná výhoda



Čo sú mäkké zručnosti?

Mäkké zručnosti - nazývané aj medziľudské alebo zručnosti 21. storočia - zahŕňajú ľudské schopnosti, ktoré vás robia efektívnymi v akejkolvek roli:

- **Komunikácia:** Jasné vyjadrovanie, profesionálne písanie, aktívne počúvanie
- **Spolupráca:** Dobrá práca s ostatnými, prijímanie spätnej väzby, budovanie vzťahov
- **Riešenie problémov:** Kritické myslenie, prispôsobovanie sa zmenám, zachovanie pokoja pod tlakom
- **Vodcovstvo:** Preberanie zodpovednosti, vedenie tímov, robenie rozumných rozhodnutí
- **Osobné kvality:** Sebadôvera, odolnosť, manažment času, kreativita, empatia

Zamestnávateľia dôsledne zdôrazňujú, že mäkké zručnosti sú rovnako dôležité ako technické znalosti. Tieto schopnosti vám pomôžu prispôbiť sa počas kariérnych zmien a odlíšiť sa od ostatných kandidátov s podobnou technickou kvalifikáciou.

- ☐ Silné mäkké zručnosti v kombinácii s vašimi životnými skúsenosťami vytvárajú silnú kombináciu, ktorú mladší pracovníci jednoducho nemôžu napodobniť. Vaša zrelosť je výhodou - uveďte si ju a využite ju.