

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΑΘΗΝΩΝ

ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ



ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ 6^{ης} ΕΝΟΤΗΤΑΣ:

ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ-ΔΗΜΑΚΑΚΟΥ
ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

«ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΟΑΕΔ»



1.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

Κέντρο Έρευνας και Αξιολόγησης στην
Επαγγελματική Συμβουλευτική
Τομέας Ψυχολογίας
Πανεπιστήμιο Αθηνών

Διευθύντρια: Δέσποινα Σιδηροπούλου-Δημακάκου



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

- Επαγγελματική συμβουλευτική
ή
- Συμβουλευτική σταδιοδρομίας



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΟΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Career Counselling *Επαγγελματική συμβουλευτική*

- Η συμβουλευτική διαδικασία που έχει στόχο να βοηθήσει τους ανθρώπους στην αντιμετώπιση προβλημάτων, τα οποία σχετίζονται με την επαγγελματική ανάπτυξη, την επαγγελματική επιλογή ή τα προβλήματα προσαρμογής στο επάγγελμα



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΟΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Συμβουλευτική σταδιοδρομίας

- Επαγγελματική εξέλιξη και πορεία
- Περιλαμβάνει την υποστήριξη που παρέχεται στα άτομα, τα οποία ήδη βρίσκονται ενταγμένα σε κάποιο επάγγελμα
- Ενώ, η επαγγελματική συμβουλευτική περιλαμβάνει και την προετοιμασία για την επαγγελματική επιλογή και την είσοδο στην αγορά εργασίας



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ
ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Συμβουλευτική σταδιοδρομίας

- Περιλαμβάνει την υποστήριξη που παρέχεται στα άτομα
- στο σύνολο της εργασίας και του ελεύθερου χρόνου
 - στην αλληλουχία των επαγγελμάτων και άλλων ρόλων της ζωής που συνδυάζονται για να εκφράσουν τη δέσμευση κάποιου να εργαστεί στο πλαίσιο της συνολικής του αυτοανάπτυξης



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ
ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Ακόμη...

- Δημιουργείται από ό,τι κανείς επιλέγει ή δεν επιλέγει
- Περιλαμβάνει όχι μόνο τα επαγγέλματα, αλλά και διάφορα επαγγελματικά και μεταεπαγγελματικά ζητήματα, όπως επίσης, και
- την ενοποίηση της εργασίας με άλλους ρόλους: οικογένεια, κοινότητα, ελεύθερο χρόνο



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

- Η ανάπτυξη εκείνων των πλευρών της ανθρώπινης προσωπικότητας που σχετίζονται με τις προσωπικές επιλογές, την είσοδο και την πρόοδο στις εκπαιδευτικές, επαγγελματικές και ερασιτεχνικές ενασχολήσεις
- Επαγγελματική ανάπτυξη →
διά βίου διαδικασία



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Ακόμη...

- Η διά βίου αυτή διαδικασία οδηγεί στη διαμόρφωση των εργασιακών αξιών, της επιλογής επαγγέλματος/επαγγελμαμάτων, της δημιουργίας επαγγελματικών προτύπων, του τρόπου λήψης αποφάσεων, της επαγγελματικής ταυτότητας και της επαγγελματικής ωριμότητας.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Με άλλα λόγια...

- Η επαγγελματική ανάπτυξη είναι η διαδικασία επιλογής, εισόδου, προσαρμογής και εξέλιξης σε ένα επάγγελμα.
- Η επαγγελματική ανάπτυξη είναι η διά βίου διαδικασία που περιλαμβάνει ψυχολογικούς, κοινωνικούς, εκπαιδευτικούς, οικονομικούς, σωματικούς, πολιτισμικούς και τυχαίους παράγοντες που συνδυάζονται, με αποτέλεσμα να διαμορφώνουν τη σταδιοδρομία του ατόμου.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΣΥΝΕΠΩΣ...

- ο όρος συμβουλευτική σταδιοδρομίας φαίνεται να είναι περιοριστικός, καθώς αναφέρεται όχι στη συμβουλευτική διαδικασία που μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους σε όλα τα στάδια της επαγγελματικής τους ανάπτυξης
- παρά μόνο στα στάδια που έπονται της εισόδου στην αγορά εργασίας, δηλαδή σε ότι αφορά επαγγελματική εξέλιξη και πορεία



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΘΡΩΠΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΙΑΙ ΟΡΓΑΝΟ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Επαγγελματική συμβουλευτική

- Καλύπτει όλα τα στάδια της επαγγελματικής προετοιμασίας, δηλαδή πριν την έναρξη της σταδιοδρομίας
- Συμπεριλαμβάνει όλες τις διαστάσεις της συμβουλευτικής διαδικασίας, ενώ παράλληλα προσθέτει πληροφορίες εκπαιδευτικής και επαγγελματικής φύσης
- Αποτελεί μια μορφή παρέμβασης, μια σκόπιμη ενέργεια που σκοπεύει να ενισχύσει την επαγγελματική ανάπτυξη του ατόμου ή να καταστήσει το άτομο ικανό να πάρει αποτελεσματικές επαγγελματικές αποφάσεις.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΘΡΩΠΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΙΑΙ ΟΡΓΑΝΟ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Ως διαδικασία περιλαμβάνει

- Τη δόμηση μιας στενής σχέσης μεταξύ συμβούλου πελάτη
- Την αξιολόγηση της φύσης του προβλήματος
- Τον καθορισμό των στόχων
- Την παραγωγή εναλλακτικών λύσεων
- Την επιλογή και την εφαρμογή ενός σχεδίου δράσης
- Την αξιολόγηση της συμβουλευτικής διαδικασίας και τον τερματισμό της



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Αναμένονται ως αποτελέσματα

- η αυτογνωσία
- η γνώση ενός ή περισσοτέρων επαγγελμάτων
- η επιλογή ενός επαγγέλματος
- η ενισχυμένη βεβαιότητα για την επαγγελματική επιλογή
- η επίλυση επαγγελματικών προβλημάτων
- Η ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

- Η επαγγελματική συμβουλευτική ενισχύει την προσωπική ανάπτυξη
- Ακόμη και στις περιπτώσεις που η επαγγελματική συμβουλευτική εστιάζεται στην επαγγελματική επιλογή ή στην προσαρμογή σε κάποια δεδομένη σταδιοδρομία, οι σύμβουλοι δίνουν μεγάλη προσοχή σε άλλες εκφάνσεις και προβλήματα τη ζωής που πιθανόν επηρεάζουν την εργασία



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΟΡΤΑΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Η επαγγελματική συμβουλευτική

- συχνά ταυτίζεται με την επαγγελματική καθοδήγηση ή όπως συνηθέστερα αναφέρεται, με τον επαγγελματικό προσανατολισμό



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΟΡΤΑΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

- Συστηματικό πρόγραμμα παροχής πληροφοριών και εμπειριών που συντονίζεται από ειδικά καταρτισμένο σύμβουλο και σχεδιάζεται με σκοπό να διευκολύνει την επαγγελματική ανάπτυξη του ατόμου.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΟΡΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΑΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Πρόγραμμα επαγγελματικής καθοδήγησης

Βοηθάει στην απόκτηση γνώσεων και εμπειριών σχετικά με:

- Τη γνώση του εαυτού
- Την κατανόηση της αγοράς εργασίας και των παραγόντων που την επηρεάζουν
- Τη γνώση που παίζει ο ελεύθερος χρόνος στη ζωή του ατόμου
- Την αναζήτηση και πρόσκτηση πληροφοριών
- Τη λήψη ορθών επαγγελματικών αποφάσεων



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΟΡΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΑΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Ως συνέπεια...

- Η επαγγελματική συμβουλευτική θα πρέπει μάλλον να θεωρείται ένα μέσο για την επίτευξη των στόχων των προγραμμάτων επαγγελματικής καθοδήγησης ή επαγγελματικού προσανατολισμού



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.

Ο επαγγελματικός προσανατολισμός στο σχολείο

- Διευκολύνει την προσωπική ανάπτυξη
- εξοικειώνει με την αναζήτηση και αξιοποίηση της πληροφορίας
- Βοηθάει στην επίλυση προβλημάτων και στη λήψη αποφάσεων
- Διευκολύνει την ανάπτυξη της προσωπικής ωριμότητας και
- Προετοιμάζει για τη μετάβαση στον κόσμο της εργασίας



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.

Σχολικός επαγγελματικός προσανατολισμός

- Υλοποιείται μέσω ποικίλων δραστηριοτήτων
- Πληροφόρησης
- Διάχυσης εννοιών που σχετίζονται με τα επαγγέλματα και τη σταδιοδρομία μέσα στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Η εφαρμογή του ΣΕΠ στο δημοτικό

Μέσω της διάχυσης.

Βασικός λειτουργός για την εφαρμογή της
είναι

ο δάσκαλος.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση

- Η εφαρμογή του θεσμού γίνεται μέσω των Γραφείων Διασύνδεσης και η παροχή υπηρεσιών έχει κυρίως πληροφοριακό χαρακτήρα και επικεντρώνεται:
 - στην ενημέρωση για ευκαιρίες απασχόλησης
 - τα μεταπτυχιακά προγράμματα σπουδών
 - υποτροφίες



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Επίσης...

- Ο θεσμός εφαρμόζεται:
- Στον ΟΑΕΔ
- Στις ένοπλες δυνάμεις
- Διάφορα υπουργεία
- Φορείς τοπικής αυτοδιοίκησης
- Σχολεία δεύτερης ευκαιρίας
- ΚΕΚ
- Ιδιωτικά γραφεία



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Η διάχυση του θεσμού στην κοινότητα

- ΕΠΕΑΕΚ II
- Δίκτυα επαγγελματικού προσανατολισμού
 - Leonardo da Vinci
 - Comenius
 - Sixth framework programmes
 - EMILIA
- Ημερίδες και ενημέρωση γονέων



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Εκπαίδευση συμβούλων

- Μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού», του Πανεπιστημίου Αθηνών
- Κατάρτιση των λειτουργών ΣΕΠ, ενός ετησίου προγράμματος
 - δεν προέβλεπε βιωματικές ασκήσεις
 - η πρακτική άσκηση έγινε με παραδείγματα στην τάξη
 - δεν προβλέφθηκε κάποια αξιολόγηση



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε



2.

ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

■ Κέντρο Έρευνας και Αξιολόγησης στην
Επαγγελματική Συμβουλευτική

Τομέας Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Αθηνών

*Διευθύντρια: Δέσποινα Σιδηροπούλου – Δημακάκου
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια*



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΝ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

Θέματα που απασχολούν την επαγγελματική συμβουλευτική

- Η επιθυμία για μια πιο ενδιαφέρουσα δουλειά
- Προβλήματα ανάμεσα σε εργασιακή και οικογενειακή ζωή
- Ένα μακροχρόνιο πρόβλημα στον εργασιακό χώρο
- Η αδυναμία να εξελιχτεί κανείς στην ιεραρχία
- Η «πολιτική της εταιρείας»
- Η δυσαρέσκεια για το περιεχόμενο της δουλειάς

Ερωτήσεις που συνήθως θέτουν οι πελάτες στον επαγγελματικό σύμβουλο

- Νιώθω ότι βρίσκομαι σε μια κρίσιμη φάση της σταδιοδρομίας μου. *Μπορείτε να με βοηθήσετε να αποφασίσω ποιο δρόμο να διαλέξω;*
- Νομίζω ότι ξέρω τι θέλω, αλλά δεν μου φαίνεται ότι μπορώ να πείσω τον εαυτό μου να δραστηριοποιηθεί προς αυτή την κατεύθυνση. *Μπορείτε...*



- Νιώθω όλο και περισσότερο ότι η δουλειά μου δεν με ικανοποιεί. *Μπορείτε...*
- Η δουλειά μου και η προσωπική μου ζωή δεν είναι σε ισορροπία. *Μπορείτε...*
- Νομίζω ότι ξέρω τι θέλω, αλλά δεν μου δόθηκαν οι κατάλληλες ευκαιρίες. Δεν είμαι σίγουρος/-η αν στοχεύω ψηλά ή αν χρειάζομαι βοήθεια για να βελτιώσω τις δεξιότητες παρουσίασης του εαυτού μου. *Μπορείτε...*



Θεμελιώδης αρχή είναι

- Οι πελάτες να ενθαρρύνονται να βρουν τη δική τους μοναδική λύση σε ένα πρόβλημα, ακόμα κι αν αυτό το πρόβλημα είναι πολύ κοινό.
- οι επαγγελματικοί σύμβουλοι να αναγνωρίζουν ότι οι ανάγκες, οι προσδοκίες και οι επαγγελματικές ευκαιρίες επηρεάζονται από παράγοντες, όπως το φύλο, η κοινωνική τάξη, η φυλή, η αναπηρία, η ηλικία

Προβλήματα σχετικά με τα στάδια ζωής

- Απόφοιτοι σχολείου
 - τι θα κάνω μετά;
 - μετάβαση από το σχολείο στον εξωτερικό κόσμο
 - διαμόρφωση ταυτότητας και νόημα της ζωής

Η δεκαετία των 20

- κατάκτηση ταυτότητας
- «δοκιμές» σε διαφορετικές δουλειές
- «πρώτες επαγγελματικές στενοχώριες»
- απογοήτευση για αξίες και αντιλήψεις που επικρατούν στο εργασιακό περιβάλλον
- αποτελέσματα εκπαιδευτικών επιλογών που έγιναν στα 15 ή 16
- κοινωνική προσαρμογή

Η μετάβαση στην ηλικία των 30

- Περισσότερος έλεγχος στη ζωή και στη σταδιοδρομία
- Αναθεώρηση αρχικών δεσμεύσεων

Η δεκαετία των 30

- Στο στάδιο αυτό οι άνθρωποι θέλουν να είναι κατασταλαγμένοι στη σταδιοδρομία τους, σε μία σχέση και σε ένα συγκεκριμένο τρόπο ζωής
- Οι πελάτες που δεν συμμορφώνονται με αυτήν την προσδοκία, είτε από επιλογή, είτε από άλλο λόγο μπορεί να έχουν ένα επιπρόσθετο συναίσθημα αποτυχίας, το οποίο και φέρνουν στην επαγγελματική συμβουλευτική



Μετάβαση στη μέση ηλικία

- Έλλειψη πληρότητας (επανακατάρτιση, οικονομικές απολαβές, προσωπικές δεσμεύσεις)
- Χάσμα ανάμεσα στις αρχικές φιλοδοξίες και στα επιτεύγματα
- Αποτίμηση δυνατοτήτων, ανάκτηση αυτοπεποίθησης, βασικές δεξιότητες σταδιοδρομίας (π.χ. γυναίκες)



Προβλήματα που σχετίζονται με την ισορροπία προσωπικής ζωής και εργασίας

- Πώς η δουλειά εναρμονίζεται με την υπόλοιπη ζωή
- Ενθαρρύνουμε τον πελάτη να αποφασίσει για την ισορροπία ανάμεσα στη δουλειά και στην προσωπική ζωή
- Η υποστήριξη αυτή μπορεί να είναι για μεγάλο χρονικό διάστημα



Προβλήματα στη λήψη απόφασης

- μερικοί πελάτες ισχυρίζονται ότι δεν γνωρίζουν τον εαυτό τους
- δεν ξέρω δυνατότητες και αδυναμίες
- Πιστεύω ότι έχω αυτογνωσία, αλλά χρειάζομαι βοήθεια και καθοδήγηση
- Πιέσεις από τρίτους να ακολουθήσει το άτομο συγκεκριμένη επαγγελματική κατεύθυνση
- Φόβος αποτυχίας



- μη ανάληψη ευθύνης στη λήψη αποφάσεων
- σύγκρουση μεταξύ επαγγελματικών και οικογενειακών αναγκών

Προσδιορίζω, αναγνωρίζω, συζητώ το πρόβλημα

Τρόπος λήψης απόφασης



Προβλήματα στην εφαρμογή της απόφασης

διαχωρισμός μεταξύ εσωτερικών και εξωτερικών εμποδίων

Εξωτερικά εμπόδια: Δεν ελέγχονται, όπως κυβερνητική οικονομική πολιτική ή δουλειές που βρίσκονται σε ορισμένες περιοχές



- Εσωτερικά εμπόδια: συναισθήματα ή πεποιθήσεις που παρεμποδίζουν την επαγγελματική ανάπτυξη

Ο Ντέιβιντ είχε διδακτορικό δίπλωμα και ανέκαθεν πίστευε ότι θα κάνει ακαδημαϊκή καριέρα. Όμως, οι κενές θέσεις ήταν λίγες, εξαιτίας του αυξανόμενου ανταγωνισμού στην ανώτατη εκπαίδευση, και, μολονότι υπέβαλλε αιτήσεις για ένα διάστημα πάνω από δύο χρόνια, δεν κατάφερε να προσληφθεί.



Άλλα προβλήματα στην εφαρμογή μιας επαγγελματικής απόφασης

- μη ρεαλιστική επαγγελματική φιλοδοξία
- αισθήματα κατωτερότητα εξαιτίας παλιότερων εμπειριών απόρριψης
- διακρίσεις στην αγορά εργασίας λόγω φύλου, εθνικότητας, αναπηρίας ή κοινωνικής τάξης
- «επαγγελματικό όριο»



- Οι σύμβουλοι χρειάζεται να βοηθήσουν τους πελάτες να εξωτερικεύσουν συναισθήματα εμπειριών απόρριψης
- Διερεύνηση πρακτικών και συναισθηματικών συνεπειών προσωπικών δυσκολιών (πένθος ή διαζύγιο)

Προβλήματα που προκαλούνται από αλλαγές στους οργανισμούς

- Το άτομο να επανυποβάλει αίτηση για θέση εργασίας που κατέχει, λόγω αναδιοργάνωσης
- Τεχνολογικές αλλαγές
- Μείωση προσωπικού
- Αλλαγή προϊσταμένου
- Κλείσιμο επιχειρήσεων

Απόλυση

- Συναισθήματα ντροπής και ανεπάρκειας, πόνου και πένθους
- Χρόνος εργασίας, παλιότερες εμπειρίες
- *Πώς τα αρνητικά συναισθήματα επηρεάζουν τον τρόπο σκέψης*
- *Απώλεια εργασίας* σημαίνει πολλά περισσότερα από την απώλεια μισθού και συγκεκριμένων καθηκόντων
- Ο εργαζόμενος «χάνει» την αυτοεκτίμησή του, την κοινωνική καταξίωση, τον καθημερινό προγραμματισμό



Προβλήματα που συνδέονται με την απόδοση

- Απόλυση
- Στασιμότητα εργαζόμενου
- Κάποιος «παραγκωνίστηκε» στην προαγωγή
- Κριτική από «σημαντικούς άλλους»
- Απώλεια κινήτρου αποτελεσματικότητας



- Ένα άτομο με χαμηλή αυτοεκτίμηση που δυσκολεύεται να δεχτεί την κριτική
- Έναν υφιστάμενο, δυσαρεστημένο με το αφεντικό του, λόγω έλλειψης καθοδήγησης
- Κάποιον που βιώνει ασυνήθιστα ισχυρή αίσθηση ανταγωνισμού

- Η επαγγελματική συμβουλευτική μπορεί να απαιτεί δεξιότητες προσωπικής συμβουλευτικής
- Θετικά αποτελέσματα μπορεί να επιτευχθούν μέσω της προπόνησης ή της θεραπείας που εστιάζεται σε λύσεις
- Παραπομπή σε ειδικά εκπαιδευμένο σύμβουλο ή προπονητή



3.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ & ΕΠΙΛΟΓΗ





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

◆ Κέντρο Έρευνας και Αξιολόγησης στην Επαγγελματική Συμβουλευτική

Πανεπιστήμιο Αθηνών - Τομέας Ψυχολογίας

*Διευθύντρια: Δέσποινα Σιδηροπούλου-Δημακάκου
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια*



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

Επαγγελματική ανάπτυξη

- ◆ Διατυπώνεται ως η **διαβίου διαδικασία** που περιλαμβάνει **ψυχολογικούς, κοινωνικούς, εκπαιδευτικούς, οικονομικούς, σωματικούς και τυχαίους** παράγοντες οι οποίοι συνδυάζονται με αποτέλεσμα να διαμορφώνουν τη σταδιοδρομία του ατόμου, ενώ πρόσφατα προστίθεται και ο **πολιτισμικός παράγοντας** (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, 2006)



Επαγγελματική ανάπτυξη

- ◆ Περιλαμβάνει όλες εκείνες τις πλευρές της ζωής ενός ατόμου που σχετίζονται με τις προσωπικές επιλογές, την εισόδο και την πρόοδο στις εκπαιδευτικές, επαγγελματικές και ερασιτεχνικές ενασχολήσεις.
- ◆ Είναι η διαδικασία επιλογής, εισόδου, προσαρμογής και εξέλιξης σε ένα επάγγελμα (Brown & Brooks, 1991)



Ακόμη...

- ◆ Η επαγγελματική ανάπτυξη είναι η προσωπική προσπάθεια που κάνει το άτομο να εξελιχθεί ως προσωπικότητα από πλευράς γνώσεων και εμπειριών σε ένα σύνολο επαγγελματικών δραστηριοτήτων ή αποφάσεων που μπορεί να ασκήσει στη ζωή του.
- ◆ Η διαβίωση αυτή διαδικασία οδηγεί στη διαμόρφωση των εργασιακών αξιών, της επιλογής επαγγέλματος/επαγγελμάτων, της δημιουργίας επαγγελματικών προτύπων, του τρόπου λήψης αποφάσεων, της επαγγελματικής ταυτότητας και της επαγγελματικής ωριμότητας (Sears, 1982).



Επαγγελματική συμβουλευτική

- ◆ αποτελεί μια μορφή παρέμβασης που στοχεύει να ενισχύσει την επαγγελματική ανάπτυξη του ατόμου ή να καταστήσει το άτομο ικανό να πάρει αποτελεσματικές επαγγελματικές αποφάσεις
- ◆ Η επαγγελματική συμβουλευτική συχνά ταυτίζεται με την επαγγελματική καθοδήγηση ή τον επαγγελματικό προσανατολισμό
όλες οι μορφές παρεμβάσεων, στρατηγικών και τεχνικών για την παροχή βοήθειας στο άτομο σε θέματα επαγγελματικής ανάπτυξης και επιλογής



Θεωρίες επαγγελματικής ανάπτυξης

- ◆ ασχολούνται είτε με την επαγγελματική επιλογή (το αποτέλεσμα της απόφασης) είτε με τη διαδικασία λήψης απόφασης
- ◆ προσπαθούν να μελετήσουν τη φύση και τις συνέπειες (αποτελέσματα) της διαδικασίας επιλογής επαγγέλματος
- ✓ τι προηγείται ή τι έπεται στην επαγγελματική επιλογή
- ✓ πώς το άτομο φτάνει στην επιλογή επαγγέλματος
- ✓ ποια είναι η φύση και το περιεχόμενο των επαγγελματικών αποφάσεων (*Osipow, 1983*)



ΕΠΣΠ ΚΑΙ
ΚΑΤΕΧΕΤΕΥΜΕΝΟΙ
ΨΥΧΟΛΟΓΟΙ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.Π.Α.Τ.Ε.

Ταξινόμηση των θεωριών επαγγελματικής ανάπτυξης

- ◆ Χαρακτηριστικών και παραγόντων
- ◆ Λήψη αποφάσεων
- ◆ Κοινωνιολογικές και περιβαλλοντικές προσεγγίσεις της επαγγελματικής επιλογής
- ◆ Ψυχολογικές προσεγγίσεις
- ◆ Εξελικτικές θεωρίες (*Osipow, 1983*)



ΕΠΣΠ ΚΑΙ
ΚΑΤΕΧΕΤΕΥΜΕΝΟΙ
ΨΥΧΟΛΟΓΟΙ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.Π.Α.Τ.Ε.



4.

(4Α) ΦΑΣΕΙΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών Φιλοσοφική Σχολή - Τομέας Ψυχολογίας

Κέντρο Έρευνα και Αξιολόγησης στην Επαγγελματική
Συμβουλευτική

Διευθύντρια: Δέσποινα Σιδηροπούλου-Δημακάκου
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

Πώς προσεγγίζουμε την επαγγελματική συμβουλευτική

- Θα πρέπει να επιτρέπεται στους πελάτες να εκφράζουν τα συναισθήματά τους
- Ο πελάτης χρειάζεται πληροφορίες για τον εαυτό του και για τη φύση των διάφορων επαγγελμάτων και των συνθηκών εργασίας
- Ο πελάτης είναι υπεύθυνος να αναζητήσει πληροφορίες για τα επαγγέλματα και τις συνθήκες εργασίας, ενώ ο σύμβουλος τον κατευθύνει προς τις διαθέσιμες πηγές
- Ο πελάτης συμμετέχει ενεργά στη συμβουλευτική διαδικασία όσον αφορά το χειρισμό των προβλημάτων που τον απασχολούν



Πώς προσεγγίζουμε την επαγγελματική συμβουλευτική

- Την ευθύνη της λήψης απόφασης την έχει ο πελάτης, ενώ ο σύμβουλος είναι υπεύθυνος να διευκολύνει τη διαδικασία
- Ο σύμβουλος θα πρέπει να προσαρμόζει το ύφος της δουλειάς του σύμφωνα με τις ανάγκες του πελάτη και το στάδιο της συμβουλευτικής διαδικασίας
- Εστίαση στη λύση του προβλήματος και όχι στο πρόβλημα
- Η επαγγελματική συμβουλευτική αναγνωρίζει την αλληλεξάρτηση των προβλημάτων και την ανάγκη για εξέταση των προσωπικών ζητημάτων στην όλη διαδικασία



Τα στάδια της επαγγελματικής συμβουλευτικής

- **Στάδιο 1:** Αρχική διαγνωστική αξιολόγηση, σύναψη συμβολαίου, διερεύνηση
- **Στάδιο 2:** Διευκόλυνση της αυτογνωσίας του πελάτη
- **Στάδιο 3:** Δράση και τερματισμός της διαδικασίας



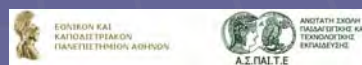
Στάδιο 1

Καθήκοντα πελάτη

- Εκτίμηση καταλληλότητας της επαγγελματικής συμβουλευτικής
- Γραπτή προετοιμασία
- Διερεύνηση ζητημάτων σχετικά με την εκπαίδευση και την επαγγελματική ανάπτυξη
- Αναγνωρίζει τις προσδοκίες του από την συμβουλευτική διαδικασία
- Συμφωνεί για το συμβόλαιο

Καθήκοντα συμβούλου

- Ενημέρωση πελατών για την επαγγελματική συμβουλευτική
- Αξιολόγηση της ετοιμότητας του πελάτη για συμβουλευτική
- Δημιουργία αρμονικών σχέσεων με τον πελάτη
- Διευκόλυνση της διερεύνησης
- Σύνταξη συμβολαίου



Στάδιο 2

Καθήκοντα πελάτη

- Αναζήτηση αυτογνωσίας
- Συμπλήρωση ασκήσεων αυτοαξιολόγησης, ερωτηματολογίων και ψυχομετρικών τεστ
- Αναζήτηση πληροφοριών για τις επαγγελματικές πληροφορίες

Καθήκοντα συμβούλου

- Ώθηση για διερεύνηση των συναισθημάτων και των πεπιοθήσεων του πελάτη
- Κατάκτηση αυτογνωσίας
- Κατάλληλη χρήση των ψυχομετρικών μέσων
- Πληροφόρηση του πελάτη για τις επαγγελματικές ευκαιρίες



Στάδιο 3

Καθήκοντα πελάτη

- Συμπλήρωση ασκήσεων λήψης απόφασης και σχεδιασμού δράσης
- Επιλογή μεταξύ των εναλλακτικών λύσεων
- Υλοποίηση αποφάσεων
- Αξιολόγηση της ανάγκης για περαιτέρω υποστήριξη
- Απολογισμός προόδου

Καθήκοντα συμβούλου

- Στήριξη πελάτη στην ανάπτυξη και διαχείριση του σχεδίου δράσης
- Διερεύνηση της ανάγκης του πελάτη για περαιτέρω υποστήριξη
- Πληροφόρηση για τα μέσα και τις πηγές υποστήριξης



Αρχική διαγνωστική αξιολόγηση

- Συνήθως γίνεται προτού ο σύμβουλος και ο πελάτης συνάψουν συμβόλαιο συνεργασίας
- Παρέχει τη δυνατότητα στο σύμβουλο να συλλέξει πληροφορίες για τον πελάτη
- Δίνει στον πελάτη τη δυνατότητα να πληροφορηθεί για το σύμβουλο και τις υπηρεσίες που παρέχει
- Μπορεί να βοηθήσει τόσο τον σύμβουλο όσο και τον πελάτη να αποφασίσουν αν θα συνεχίσουν τη διαδικασία



Είδη της αρχικής διαγνωστικής αξιολόγησης

Μέσω γραπτού κειμένου

- Ένα έγγραφο σε έντυπη ή ηλεκτρονική μορφή μπορεί να ελαχιστοποιήσει παρανοήσεις σχετικά με τις υπηρεσίες που προσφέρει η επαγγελματική συμβουλευτική
- Ένα ενημερωτικό φυλλάδιο:
 - Ενημερώνει
 - Διευκολύνει τη σύναψη συμβολαίου
 - Πληροφορεί
 - Εδραιώνει την εμπιστοσύνη



Είδη της αρχικής διαγνωστικής αξιολόγησης

Μέσω τηλεφώνου

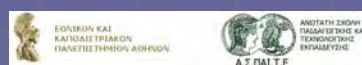
- Είναι πιο προσωπική από ένα έγγραφο και μπορεί να εδραιώσει ή να υπονομεύσει την εμπιστοσύνη
- Είναι δυνατή η παροχή και λήψη ανατροφοδότησης
- Γίνεται δυνατή η αντιμετώπιση των θεμάτων που θέτουν οι πελάτες πριν από τη δέσμευση για κάποια συνάντηση
- Απαραίτητοι παράγοντες είναι η ύπαρξη επαρκούς χρόνου και ανθρώπινου δυναμικού
- Χρήσιμες πληροφορίες για τον σύμβουλο αφορούν:
 - Ποιος έστειλε τον πελάτη στο σύμβουλο και τι προσδοκίες έχει;
 - Πόσο επείγουσα είναι η κατάσταση;
 - Αρχικές αντιλήψεις του πελάτη για την επαγγελματική συμβουλευτική



Είδη της αρχικής διαγνωστικής αξιολόγησης

Σε προσωπικό επίπεδο

- Προκαταρκτικές συναντήσεις του συμβούλου με μια ομάδα υποψήφιων πελατών όπου ο σύμβουλος έχει το ρόλο του συντονιστή
- Οι συναντήσεις είναι:
 - Συμφέρουσες οικονομικά αφού ο σύμβουλος ταυτόχρονα μπορεί να πει τα ίδια πράγματα σε διάφορους πιθανούς πελάτες
 - Περισσότερο προσωπικές
 - Αλληθινές αφού βασίζονται στην πρόσωπο-με-πρόσωπο αλληλεπίδραση



Ανοικτές συναντήσεις

- Προβολή της υπηρεσίας ως προσφορά συμβουλευτικής και όχι παροχής συμβουλών
- Ενθάρρυνση για ενεργητική και όχι παθητική προσέγγιση του πελάτη
- Καλύτερη πληροφόρηση των πελατών σχετικά με τις απαιτήσεις της διαδικασίας αλλά και με το ρόλο και τις ευθύνες τους
- Οι πελάτες προετοιμάζονται ψυχολογικά για την επαγγελματική συμβουλευτική και είναι λιγότερο νευρικοί και ανασφαλείς για το χώρο που διεξάγεται
- Εδραίωση εμπιστοσύνης
- Προσφέρουν χρήσιμες πληροφορίες στο σύμβουλο π.χ. Το άτομο είχε στο παρελθόν ξανά άλλη εμπειρία ψυχοθεραπείας ή συμβουλευτικής;
- Παραπομπή σε εναλλακτικές πηγές υποστήριξης σε περίπτωση που ο πελάτης δεν μπορεί να ωφεληθεί από τη διαδικασία



Γραπτή προετοιμασία του πελάτη

- Καθιστά δυνατή την αρχική διαγνωστική αυτοαξιολόγηση του πελάτη πριν από την πρώτη συνάντηση και έτσι τον βοηθά να ελέγξει το βαθμό της δέσμευσής του στη διαδικασία
- Ο πελάτης συμπληρώνει ένα «ερωτηματολόγιο ιστορικού» και περιγράφει τις δυνατότητες και τις αδυναμίες του
- Ο πελάτης μπαίνει στη λογική της επαγγελματικής συμβουλευτικής και γίνεται πιο δεκτικός στη διεξαγωγή της συμβουλευτικής διαδικασίας
- Επομένως, σε σύγκριση με κάποιον πελάτη που δεν έχει κάνει γραπτή προετοιμασία, είναι περισσότερο προετοιμασμένος να αποδεχτεί το ρόλο του ίδιου καθώς και του συμβούλου
- Έτσι, κατανοεί τον στόχο της συμβουλευτικής



Τι περιλαμβάνει μια γραπτή προετοιμασία

- Προσωπικά στοιχεία (π.χ. όνομα, διεύθυνση)
- Επίπεδο εκπαίδευσης
- Εκπαιδευτικές προτιμήσεις
- Δυνατά και αδύνατα σημεία του πελάτη σε θέματα εκπαίδευσης και εργασίας
- Επιτεύγματα σε διάφορους τομείς της ζωής του πελάτη
- Επαγγέλματα συντρόφου και οικογένειας
- Χόμπι και ενδιαφέροντα
- Περιγραφή της παρούσας κατάστασης
- Προσδοκίες από την επαγγελματική συμβουλευτική



Σύναψη συμβολαίου

Το θέμα των χρημάτων:

- Ποιος πληρώνει και γιατί;
- Το θέμα των χρημάτων παρακινεί τον πελάτη, να συζητήσει τη σύναψη συμβολαίου με μεγαλύτερη σοβαρότητα.
- Συνήθη ερωτήματα του πελάτη:
 1. Τι θα πάρω ως αντάλλαγμα των χρημάτων μου;
 2. Πώς θα δικαιολογήσω αυτή τη δαπάνη, δεδομένων των λοιπών υποχρεώσεών μου;
 3. Μπορώ και θέλω να διαθέσω χρήματα αυτή την περίοδο;
- Ενθαρύνουμε τους πελάτες που έχουν εισόδημα να πληρώνουν έστω ένα μέρος της αμοιβής.



Σύναψη συμβολαίου

Η παραπομπή από τρίτους και το απόρρητο

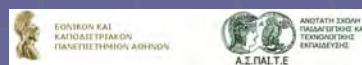
- Το απόρρητο αποτελεί ιδανικό και αξία της επαγγελματικής συμβουλευτικής.
- Ο σύμβουλος υποχρεούται να διαχειρίζεται με εχεμύθεια τις προσωπικές πληροφορίες, ακόμη και στην περίπτωση παραπομπής από τρίτους.
- Το απόρρητο βοηθά την εμπιστοσύνη του πελάτη και τον βοηθά να είναι «ανοικτός».
- Οι πληροφορίες δεν αποκαλύπτονται σε τρίτους, ούτε σε πρόσωπα του οικογενειακού περιβάλλοντος.
- Τα πρόσωπα του οικογενειακού περιβάλλοντος πρέπει να αντιμετωπίζονται με ενεργητική ακρόαση και συμβουλευτική υποστήριξη.
- Το απόρρητο «σπάει» μόνο σε περίπτωση κοινωνικού κινδύνου.



Σύναψη συμβολαίου

Αρχική διαγνωστική εξέταση και σύναψη συμβολαίου κατά την πρώτη συνάντηση

- Ελέγχεται η προσωπική δέσμευση του πελάτη με τη συμβουλευτική διαδικασία.
- Ο σύμβουλος μέσω κατάλληλων ερωτήσεων ανακαλύπτει αν ο πελάτης «σαμποτάρει» ασυνείδητα τη διαδικασία.
- Ελέγχεται αν η διαδικασία γίνεται στο σωστό χρόνο και με τον κατάλληλο σύμβουλο.



Σύναψη συμβολαίου

Όρια μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής συμβουλευτικής

- Οριοθέτηση ανάμεσα στην επαγγελματική και προσωπική συμβουλευτική.
- Στόχος της επαγγελματικής συμβουλευτικής είναι μία συνεργατική «ενήλικα προς ενήλικα» σχέση.
- Ενθαρρύνεται ο πελάτης να ολοκληρώνει τις εργασίες που του ανατίθενται για το σπίτι.

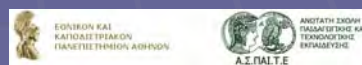


Σύναψη συμβολαίου

Αριθμός, συχνότητα και διάρκεια των συναντήσεων

✓ Αριθμός συναντήσεων:

- Να υπάρχει ευελιξία στις υπηρεσίες που παρέχονται. Συνήθως ένα πρόγραμμα 4-5 συναντήσεων, είναι αρκετό.
- Εάν χορηγούνται τεστ η διαμόρφωση των συναντήσεων μπορεί να είναι η εξής:
 - 1η: σύναψη συμβολαίου, διερεύνηση (1,5 ώρα)
 - 2η: επίδοση ερωτηματολογίων και τεστ (2-6 ώρες)
 - 3η: ανατροφοδότηση και συζήτηση των ανατεθέντων κατ' οίκον εργασιών και των αποτελεσμάτων τους (2 ώρες)
 - 4η: συζήτηση για τις σκέψεις που δημιουργήθηκαν από τις ως τώρα συναντήσεις και από τις εργασίες. Καταιγισμός ιδεών. Πόσο πραγματοποιήσιμες μπορεί να είναι;
 - 5η: ανασκόπηση της προόδου. Εκμάθηση τρόπων αναζήτησης εργασίας και εξάσκηση (1,5 ώρες)



Σύναψη συμβολαίου

- Αν δεν χρησιμοποιούμε τεστ, πιθανόν να χρειάζονται λιγότερες συναντήσεις.
- Η συχνότητα των συναντήσεων μπορεί να επηρεαστεί, αν και όχι απαραίτητα, από το πόσο επείγουσα είναι η ανάγκη να ληφθεί από τον πελάτη μία επαγγελματική απόφαση.
- ✓ Μία και μοναδική συμβουλευτική συνάντηση:
 - Μία τέτοια συνάντηση μπορεί να είναι ωφέλιμη όταν:
 - Ο πελάτης έχει αρκετά ξεκάθαρη αυτοαντίληψη, ρεαλιστικό επίπεδο αυτοεκτίμησης
 - Ο πελάτης είναι σχεδόν έτοιμος να πάρει μια απόφαση και χρειάζεται μία μόνο συνάντηση
 - Ο πελάτης επιθυμεί να αποκτήσει πρόσβαση σε επαγγελματικές πληροφορίες
 - Ο χρόνος είναι πολύτιμος



Σύναψη συμβολαίου

Καθορισμός στόχων κατά το στάδιο της σύναψης συμβολαίου

- Ο καθορισμός κάποιων στόχων εξασφαλίζει δομή και για τον πελάτη και για το σύμβουλο.
- Οι στόχοι που θα τεθούν, θα πρέπει να παρέχουν ένα γενικό πλαίσιο αναφοράς.
- Μερικοί πελάτες δεν ενδιαφέρονται τόσο να πάρουν μία απόφαση «σταδιοδρομίας», όσο να δεχτούν υποστήριξη για ένα θέμα που σχετίζεται με τη σταδιοδρομία τους.
- Αλλαγή των αρχικών στόχων του πελάτη: χρειάζεται ευελιξία για να μπορέσουν από κοινού να ανανεώσουν το συμβόλαιο σύμβουλος και συμβουλευόμενος.



Σύναψη συμβολαίου

Αντικειμενικοί στόχοι στην επαγγελματική συμβουλευτική

Θέλω:

- Να αποφασίσω για το επόμενο βήμα στη σταδιοδρομία μου
- Να αποφασίσω εάν θα αλλάξω επάγγελμα ή εργοδότη
- να βελτιώσω τις τεχνικές αναζήτησης εργασίας και να διατηρήσω την αυτοεκτίμησή μου για όσο είμαι άνεργος
- Να αποφασίσω αν πρέπει να διεκδικήσω τη θέση του γενικού διευθυντή ή κάποια παρόμοια, ή να εξελιχθώ πάνω στη δική μου ειδικότητα
- Να αποφασίσω αν θα επιστρέψω στις σπουδές μου
- Να αυξήσω τις πληροφορίες και τις γνώσεις μου για τα προσόντα που απαιτούνται για την επιτυχία σε διάφορα επαγγέλματα
- Να μελετήσω προσεκτικά εάν μου ταιριάζει η αυτοαπασχόληση
- Να σχεδιάσω ένα σχέδιο σταδιοδρομίας για τα επόμενα πέντε χρόνια
- Να αποφασίσω εάν θα συνεχίσω στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, εάν θα εκπαιδευτώ μέσω της εργασίας ή εάν θα αφήσω ένα χρόνο κενό ανάμεσα στο σχολείο και στις σπουδές.



Σύναψη συμβολαίου

Η επιρροή των τεστ στις προσδοκίες των πελατών

- Κατά τη σύναψη του συμβολαίου πρέπει να εξετάζονται οι αντιλήψεις που έχουν οι πελάτες για τα ψυχομετρικά τεστ.
- Στη συμβουλευτική, η χρήση των τεστ πρέπει να υπηρετεί και όχι να κυριαρχεί στη συμβουλευτική σχέση.
- Να υπενθυμίζεται στους πελάτες, πως τα τεστ δεν θα χρησιμοποιηθούν για την επιλογή τους σε κάποιο συγκεκριμένο επάγγελμα.
- Ο πελάτης ενδέχεται να είναι επηρεασμένος από προηγούμενα τεστ, εμπειρίες ή και εξετάσεις, που σχετίζονται με την απόδοσή του.



Σύναψη συμβολαίου

- Πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν τα αποτελέσματα των τεστ;
 - ως μία βάση για συζήτηση πάνω στα θέματα που φέρνει ο πελάτης
 - για αξιολόγηση της αυτοαντίληψης του πελάτη
 - ως ένας τρόπος να εκφραστούν τα συναισθήματα του πελάτη που αφορούν την επίδοσή του στην εργασία και
 - στην καλύτερη περίπτωση, τα αποτελέσματα των τεστ αποτελούν απλώς έναν οδηγό



Σύναψη συμβολαίου

Κίνδυνοι που ελλοχεύουν από τη χρήση των τεστ στην Επαγγελματική συμβουλευτική

- Υπερβολική έμφαση στην ερμηνεία των τεστ
- Η κυριαρχία των τεστ στη συμβουλευτική συζήτηση
- Τα τεστ δεν είναι κατάλληλα για τον καθένα
- Σύγχυση μεταξύ ενδιαφερόντων και ικανοτήτων



Διερεύνηση

1^η συνάντηση μεταξύ Συμβούλου και Πελάτη:

Ο Σύμβουλος να έχει υπόψη του:

1. τη δόμηση μιας αρμονικής σχέσης με τον Πελάτη
2. τη διευκόλυνση του Πελάτη στη διερεύνηση των επιρροών στις επαγγελματικές και εκπαιδευτικές του επιλογές
3. τη μελέτη της γραπτής προετοιμασίας που έχει αναλάβει ο Πελάτης



Διερεύνηση (συνέχεια)

1. Δόμηση αρμονικής σχέσης

Στόχος:

Ο Πελάτης να εμπιστευθεί τον Σύμβουλο → ελεύθερη έκφραση συναισθημάτων

Ενθάρρυνση του Πελάτη από τον Σύμβουλο:

Α. Χωροταξική διευθέτηση

- Φυσική διαρρύθμιση του χώρου
- Όχι φυσικά εμπόδια μεταξύ Συμβούλου και Πελάτη (π.χ. γραφείο)
- Ερεθίσματα για επαγγελματική Συμβουλευτική (π.χ. περιοδικά σχετικά με επαγγέλματα, αποσπάσματα κειμένων περί Επαγγελματικής Συμβουλευτικής αναρτημένα στον τοίχο)



Διερεύνηση (συνέχεια)

Δόμηση αρμονικής σχέσης (συνέχεια)

2. Κατοχή βασικών δεξιοτήτων Συμβουλευτικής

- Προσεκτική ακρόαση
- Ενσυναίσθηση
- Γνησιότητα, ζεστασιά
- Χρήση ανοικτών ερωτήσεων



Διερεύνηση (συνέχεια)

Δόμηση αρμονικής σχέσης (συνέχεια)

Προτεινόμενες ερωτήσεις για την 1^η συνάντηση

1. Πώς έμαθες για μας;
Γιατί επέλεξες αυτόν τον οργανισμό;
2. Τι ελπίζεις να κερδίσεις από την επαγγελματική συμβουλευτική;
(προσδοκίες του πελάτη)
3. Τι σε έκανε να αποφασίσεις να κάνεις επαγγελματική συμβουλευτική σε αυτή την περίοδο της ζωής σου; (εισαγωγική ερώτηση)
4. Τι είδους βοήθεια σε θέματα σταδιοδρομίας είχες στο παρελθόν; Ποιος επηρέασε τις επιλογές σου;



Διερεύνηση (συνέχεια)

Προτεινόμενες ερωτήσεις για την 1^η συνάντηση (συνέχεια)

5. Τι θέματα σε απασχολούν στη ζωή σου αυτή τη στιγμή; Τι άλλο συμβαίνει;
6. Τι υποστήριξη έχεις αυτή την περίοδο; (διερεύνηση για άλλου είδους υποστήριξη ή προσωπική συμβουλευτική)
7. Πώς νομίζεις ότι θα φανούν χρήσιμα τα τεστ και τα ερωτηματολόγια; (προσδοκίες πελάτη)

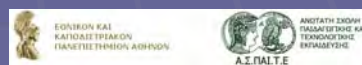


Διερεύνηση (συνέχεια)

3. Μελέτη της γραπτής προετοιμασίας

- Μελέτη της γραπτής προετοιμασίας από την 1^η συνάντηση
- Οι Πελάτες θυμούνται και συνειδητοποιούν πράγματα και καταστάσεις που στο παρελθόν τους δημιουργούσαν ευχαρίστηση ή δυσκολίες →
- Ωθηση του Πελάτη για περαιτέρω διερεύνηση

Παράδειγμα 1: Τζίνι: - Γραπτή προετοιμασία: διαφωτιστική και προκλητική
- Παραδοχή για πράγματα που της άρεσε να κάνει στο σχολείο και στο πανεπιστήμιο, αλλά που δεν κάνει τώρα



Διερεύνηση (συνέχεια)

3. Μελέτη της γραπτής προετοιμασίας (συνέχεια)

Παράδειγμα 2: **Χέδερ**: - πρώην επιτυχημένη νοσοκόμα

- πρόβλημα υγείας → αλλαγή επαγγελματικής κατεύθυνσης
- **συναισθήματα ματαίωσης και απώλειας**
- Συμβουλευτική: Στόχος: αποδέσμευση από το επαγγελματικό παρελθόν



Διερεύνηση (συνέχεια)

3. Μελέτη της γραπτής προετοιμασίας (συνέχεια)

- Παρακλήσεις – ασυμφωνίες στη γραπτή προετοιμασία
Αίτια: - Αίσθημα ντροπής
- Διστακτικότητα

Παράδειγμα 3: **Ντάνι**: - Αξιολόγηση καταλληλότητας για τη Συμβουλευτική ως επάγγελμα

- Ενδιαφέρον περί Συμβουλευτικής, μέσω της επαφής του με Συμβούλους, ειδικούς για θέματα AIDS, όταν ο σύντροφός του έπασχε από AIDS



Διερεύνηση (συνέχεια)

3. Μελέτη της γραπτής προετοιμασίας (συνέχεια)

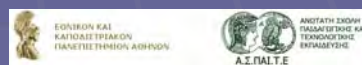
Παράδειγμα 4: **Μάικλ**: *Παράληψη καταγραφής στο ερωτηματολόγιο ιστορικού ενός χρόνου της ζωής του*

- Προερχόταν από αγροτική οικογένεια
- Τέλος 1^{ου} έτους αποχωρεί από την αγροτική σχολή
- Συναίσθημα ντροπής



Χρήση στοιχείων από την συμπεριφορά του πελάτη

- Στην συμβουλευτική διαδικασία οι πληροφορίες για τον πελάτη δεν προκύπτουν μόνο από όσα λέει αλλά συνάγονται και από τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρεται
- Στοιχεία που χρειάζεται να λάβουμε υπόψη μας:
- Πως έμαθε για μας ο πελάτης?
- Πόσο συνειδητή είναι η απόφασή του να δουλέψει μαζί μας?



Χρήση στοιχείων από την συμπεριφορά του πελάτη

- Τι πληροφορίες παίρνουμε γι' αυτόν από τον τρόπο που κλείνει το ραντεβού και ρυθμίζει τις συναντήσεις?
- Τι αίσθηση παίρνουμε από τον τρόπο που παρουσιάζει το ζήτημά του στην συνάντηση?
- Ποιο είναι το δικό μας συναίσθημα?



Η προσέγγιση του ατόμου ως συνόλου

- Τα όρια μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής συχνά δυσδιάκριτα
- τα αιτήματα που οδηγούν σε επαγγελματική συμβουλευτική συχνά μπορεί να προκύπτουν και από προσωπικά ζητήματα του ατόμου
- Για να παρθούν αποφάσεις ή και να δοθούν λύσεις σε επαγγελματικά ζητήματα χρειάζεται να αντιμετωπιστούν τα προσωπικά θέματα.
- Ο σύμβουλος χρειάζεται να τους δίνει την θέση που τους αναλογεί στην συζήτηση αλλά αν αυτά απειλούν να καλύψουν την διαδικασία της επαγγελματικής συμβουλευτικής ίσως να χρειάζεται παραπομπή για προσωπική συμβουλευτική



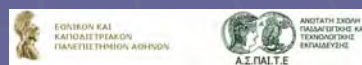
Η προσέγγιση του ατόμου ως συνόλου

- Οι πελάτες πολλές φορές μπορεί να φέρουν ένα ή περισσότερα θέματα για συζήτηση στην επαγγελματική συμβουλευτική
- Υπάρχει πιθανότητα σύγχυσης ανάμεσα στην προσωπική και την επαγγελματική συμβουλευτική.
- Στην περίπτωση αυτή είναι αναγκαίο να διερευνηθεί η ζωή του πελάτη ως ενιαίο σύνολο



Αλληλοεπικάλυψη της επαγγελματικής συμβουλευτικής με άλλες μορφές βοήθειας

- συχνά συμβαίνει αλληλοεπικάλυψη της επαγγελματικής συμβουλευτικής με την προσωπική συμβουλευτική, την επαγγελματική καθοδήγηση και την προπόνηση.
- η εστίαση της προσοχής του σύμβουλου πρέπει να παραμείνει στις πλευρές της ζωής του πελάτη που σχετίζονται με το επάγγελμα.
- οι πελάτες που έρχονται για επαγγελματική συμβουλευτική δεν έχουν συνήθως σαφή εικόνα για την επαγγελματική τους κατεύθυνση.
- η προπόνηση έχει σκοπό να τους βοηθήσει να γίνουν πιο αποτελεσματικοί στην επαγγελματική τους σταδιοδρομία.
- η επικάλυψη συχνά υπάρχει, όμως υπάρχει και διαχωρισμός.



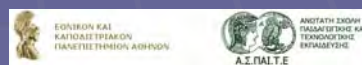
Βασικές αρχές συμβούλου στην επαγγελματική συμβουλευτική

- ευελιξία του συμβούλου, ώστε να κινείται εμπρός και πίσω στα θέματα που απασχολούν τον πελάτη.
- αναγνώριση της κεντρικής θέσης που κατέχουν τα ζητήματα της σταδιοδρομίας.
- διαχωρισμός των θεμάτων της προσωπικής συμβουλευτικής από αυτά της επαγγελματικής συμβουλευτικής.
- πιθανή παραπομπή του πελάτη για προσωπική συμβουλευτική ή προπόνηση.



Αρχική διαγνωστική αξιολόγηση, σύναψη συμβολαίου και διερεύνηση ΠΕΡΙΛΗΨΗ-ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

- η διαγνωστική εξέταση και το συμβόλαιο απαραίτητες προϋποθέσεις για εποικοδομητική επαγγελματική συμβουλευτική.
- ο σύμβουλος σε συνεχή ετοιμότητα για αντιμετώπιση θεμάτων που υποβόσκουν στην αρχή της διαδικασίας.
- επίδραση πολλών παραγόντων στο είδος του συμβολαίου που θα συναφθεί (ετοιμότητα και εμπειρία πελάτη, δέσμευση πελάτη, πιθανός επαναπροσδιορισμός κ.α.).
- πολύ σημαντικός ο ρόλος των πρώτων συναντήσεων για την αποσαφήνιση των ενδιαφερόντων, των δεξιοτήτων και των αξιών του πελάτη.



Βασικές συμβουλές προς τους συμβούλους

- συμφωνία σύμβουλου και πελάτη για τους στόχους της επαγγελματικής συμβουλευτικής-στόχοι σαφείς και πραγματοποιήσιμοι.
- συμφωνία σύμβουλου και πελάτη για τις ευθύνες του καθενός σε σχέση με τους προσυμφωνημένους στόχους.
- ετοιμότητα του σύμβουλου για επαναπροσδιορισμό των όρων του συμβολαίου όπου χρειάζεται.
- ξεκάθαρη η φύση και ο σκοπός της προσφερόμενης υπηρεσίας (γραπτή, τηλεφωνική ή κατά πρόσωπο επικοινωνία).
- μέγιστη η σημασία της μυστικότητας για την αποτελεσματικότητα της συμβουλευτικής διαδικασίας.
- εγρήγορση του σύμβουλου για πιθανή παραπομπή του πελάτη για προσωπική συμβουλευτική ή άλλη βοήθεια.



Βασικές συμβουλές προς τους συμβούλους

- ευέλικτο πλαίσιο σχετικά με τον αριθμό, τη διάρκεια και τη συχνότητα των συναντήσεων.
- διατύπωση υποθέσεων σχετικά με το τι μπορεί να συμβαίνει με τον πελάτη, χωρίς επικρίσεις.
- διερεύνηση παλαιότερων εκπαιδευτικών και επαγγελματικών αποφάσεων του πελάτη με ευαισθησία.
- βεβαίωση της δέσμευσης του πελάτη στη συμβουλευτική διαδικασία, ελέγχοντας τη φύση και την πηγή της παραπομπής.
- προσέγγιση της ζωής του ατόμου ως σύνολο.



Βιβλιογραφία

- Nathan, R. & Hill, L. (2006). *Επαγγελματική Συμβουλευτική. Η Συμβουλευτική Προσέγγιση της Επαγγελματικής Επιλογής και Σταδιοδρομίας*. (Δ. Σιδηροπούλου – Δημακάκου, επιμελήτρια έκδοσης). Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Μαλικιώση – Λοΐζου, Μ. (2001). *Η Συμβουλευτική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση. Από τη θεωρία στην πράξη*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα



5.

(4-B1)
**ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ
ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ
ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ**





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΤΟΜΕΑΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ- ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

ΚΕΝΤΡΟ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ: ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ-ΔΗΜΑΚΑΚΟΥ

ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

ΘΕΜΑ:

ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ

- Σε ποια θέματα ζητά απαντήσεις ο πελάτης
- Ποιος ο σκοπός των εργασιών για το σπίτι



Κατά την πρώτη συνεδρία:

Ο πελάτης μιλά για τον εαυτό του και την επαγγελματική του κατάσταση.

■ Πιθανά ζητήματα προς διερεύνηση:

α) **πιο απλό:** π. χ. Προσπάθεια του πελάτη για κατανόηση δυνατοτήτων & αδυναμιών του.

β) **πιο σύνθετο:** π. χ. έκφραση συναισθημάτων απώλειας και θυμού ύστερα από μια απόλυση .



ΘΕΜΑΤΑ ΣΤΑ ΟΠΟΙΑ ΖΗΤΟΥΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΙ ΠΕΛΑΤΕΣ

- ποιος είμαι; πού βρίσκομαι τώρα;
- τι θέλω; πού θα ήθελα να είμαι;
- τι τρόπους και τι μέσα (από το περιβάλλον) διαθέτω για να προχωρήσω;
- τι με εμποδίζει να προχωρήσω;

ΣΤΟΧΟΣ:

Νέα και πιο εποικοδομητική αυτοαντίληψη

βάση για αποφάσεις δράση



ΠΟΥ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΦΑΝΟΥΝ ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΟΙ ΕΡΓΑΣΙΕΣ?

- ατομική συμβουλευτική ή προγύμναση
- εργαστήρια σχεδιασμού της σταδιοδρομίας
- υποστήριξη για τη αναζήτηση εργασίας
- εργαστήρια προσωπικής ανάπτυξης
- κέντρα ανάπτυξης
- εργαστήρια διαχείρισης του άγχους
- διαχείριση προσωπικών προγραμμάτων και προγραμμάτων αλλαγής σταδιοδρομίας
- ανάπτυξη διαπροσωπικών δεξιοτήτων



ΠΩΣ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΟΙ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΠΟΥ ΑΝΑΤΙΘΕΝΤΑΙ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ ?

■ ΓΕΝΙΚΟΙ ΣΚΟΠΟΙ

- διατήρηση συνέχειας συναντήσεων ⇒ «γέφυρα» μεταξύ των συναντήσεων
- βαθύτερη διερεύνηση του θέματος
- επικύρωση του γεγονότος ότι η Ε.Σ. είναι μια διαδικασία και όχι ένα μεμονωμένο επεισόδιο



ΓΕΝΙΚΟΙ ΣΚΟΠΟΙ (συνέχεια...)

- πελάτης → στη «θέση του οδηγού» το ζήτημα που εξετάζεται είναι «δικό του»

Ανάληψη ευθύνης

- ανάδειξη επαγγελματικών προβληματισμών πελάτη → περιεχόμενο και διαδικασία (πώς διαχειρίζεται τα όσα του ανατίθενται)

■ ΕΙΔΙΚΟΙ ΣΚΟΠΟΙ

Κάθε άσκηση για συγκεκριμένους σκοπούς ανάλογα με τη φάση της συμβουλευτικής διαδικασίας και τις ατομικές ανάγκες.



ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

- ερώτηση στον πελάτη → πώς του φάνηκε η εργασία για το σπίτι ?
- η καταγραφή σκέψεων (ενδεχόμενα) →
→ δέσμευση ή ανετοιμότητα
- συζήτηση όλης της εργασίας με τον πελάτη
- διαβάζουμε μπροστά στον πελάτη τις οδηγίες + συζήτηση ασαφειών + σημασία στο χρόνο που διαθέτει



ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

- Η καταγραφή του πελάτη → επανάληψη προηγούμενων σκέψεων
- Απουσία ειδικού -> δεν υπάρχει κάποιος να συζητήσει τις απαντήσεις → φαύλος κύκλος
- Μια άσκηση ίσως να θεωρηθεί πανάκεια
- Σε κάθε περίπτωση ως **αναπόσπαστα ενταγμένο μέρος** της συμβουλευτικής διαδικασίας και όχι ως "αυτοβοήθεια"



Πώς εντάσσουμε τις εργασίες στη συμβουλευτική διαδικασία:

- μεσολάβηση αρκετού χρόνου μεταξύ των συνεδριών
- εκτός από τη διερεύνηση περιεχομένου (τι έμαθες-τι κέρδισες) και ανίχνευση των συναισθημάτων των πελατών
- σύνδεση εργασιών με ψυχομετρικά τεστ



ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΠΡΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥΣ

- Χρησιμοποιήστε τις εργασίες σε *συνδυασμό* με την Ε.Σ → ατομική είτε μορφής εργαστηρίου
- Διαβάστε όλη την ενότητα όπου εμπεριέχεται η άσκηση
- Να είστε έτοιμος να αντιμετωπίσετε τα συναισθήματα, προκαλούμενα από τις εργασίες
- Διαμορφώστε κάθε άσκηση – ρόλο + στόχο → σε σχέση με άλλες ασκήσεις



ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΠΡΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥΣ

- Συστήστε στους πελάτες ότι «θα ψάξουμε για πρότυπα μέσα από διάφορες εργασίες»
- Επιλέξτε εργασίες που ο πελάτης θα ολοκληρώσει με *επιτυχία*
- Βεβαιωθείτε ότι ο πελάτης αντιμετωπίζει την εργασία ως «κλήμα» του
- Να θυμάστε ότι αν δεν ολοκληρώθηκε μια εργασία από τον πελάτη, δεν σημαίνει έλλειψη γνώσης αλλά μη δυνατότητα καταγραφής
- Δώστε χρόνο συζήτησης





6.

(4-B2)
**ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ
ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ
ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ - ΠΟΙΟΣ
ΕΙΜΑΙ**





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΚΕΝΤΡΟ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

Τομέας Ψυχολογίας-Πανεπιστήμιο Αθηνών

**Διευθύντρια: Δέσποινα Σιδηροπούλου-Δημακάκου
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια**

ΘΕΜΑ:

**ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ ΤΟΝ
ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ**

ΕΝΟΤΗΤΑ: «ΠΟΙΟΣ ΕΙΜΑΙ;»



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ

«ΠΟΙΟΣ ΕΙΜΑΙ;»

ΟΤΑΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΤΑΙ
ΑΝΑΓΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ
ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ



ΠΕΔΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ

- Δεξιότητες
- Αξίες
- Ενδιαφέροντα
- Επιθυμίες & ανάγκες που σχετίζονται με τη σταδιοδρομία
- «Οφέλη από το παρελθόν»
- Προσωπικά χαρακτηριστικά
- Κλίσεις



Σημαντικά σημεία:

- Ενθάρρυνση για σαφήνεια (ειδικά κατά την προκαταρκτική αυτοαξιολόγησή των πελατών)
- "Πρόκληση" ορισμού εννοιών των λέξεων
- Παρατήρηση μέσα στην εργασία
υποθέσεις
- Εργασίες/ τεστ/ ερωτηματολόγια
Επιβεβαίωση ή μη των υποθέσεων



Παραδείγματα ασκήσεων

- «Ευχάριστα γεγονότα»
- «Επιτεύγματα που μου δίνουν ικανοποίηση»
- «Μεταβιβάσιμες δεξιότητες»
- «Αξίες»
- «Αυτοεπιβεβαίωση»



Άσκηση: «Ευχάριστα γεγονότα»

□ Σκοπός

- α) υπενθύμιση θετικών εμπειριών
- β) αναγνώριση προτύπων ευχάριστων γεγονότων

□ Μέθοδος

1. Σύνταξη καταλόγου ευχάριστων γεγονότων
2. Προσδιορισμός ακριβούς πηγής ευχαρίστησης
3. Προσδιορισμός χαρακτηριστικών που χρησιμοποίησε



Τι πρέπει να γνωρίζουμε:

- Απαραίτητη η "ενθάρρυνση"
- Προσωπική ικανοποίηση (όχι αναγνώριση από τους τρίτους)
- Έμφαση στα πρότυπα πίσω από τα γεγονότα
- «Ευχάριστη κατάσταση» → **ε ι λ ι κ ρ ί ν ε ι α**
- Επαφή με πραγματικότητα & αναγνώριση ανάγκης συμβιβασμού (αδύνατη η διαρκής ικανοποίηση, αλλά και η καταστροφολογία)



Άσκηση: «Επιτεύγματα που μου δίνουν ικανοποίηση»

■ Σκοπός

Θετικές αναμνήσεις + Αναγνώριση δεξιοτήτων



ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ


■ Μέθοδος

1. Σύνταξη καταλόγου επιτευγμάτων
2. Προσδιορισμός ακριβούς πηγής ικανοποίησης
3. Προσδιορισμός χαρακτηριστικών/δεξιοτήτων που χρησιμοποίησε



Σχέση μεταξύ επίτευξης και ευχαρίστησης

■ Ύπαρξη **δυναμικής**

[π. χ. ευχαρίστηση σε «ελεύθερο χρόνο» (→ διαφυγή) 
επικίνδυνα συμπεράσματα
(π. χ. άτομο οκνό ή φυγόπονο)]

Ωστόσο, απαραίτητη η διερεύνηση της σημασίας που αποδίδει το άτομο

Αναζήτηση επίτευξης → 1. Σύζευξη επιτυχίας-ικανοποίησης
→ 2. Σύζευξη παρελθόντος-παρόντος
(αν και το τελευταίο δεν είναι απαραίτητο και απόλυτο)



Άσκηση: «Μεταβιβάσιμες Δεξιότητες»

■ Σκοπός

Γνώση & αποσαφήνιση δεξιοτήτων.
Ποιες μπορούν να μεταβιβαστούν.
Ανατροφοδότηση.

■ Μέθοδος

Κατάλογος για αυτοαξιολόγηση.
Συναξιολόγηση.



Τι πρέπει να γνωρίζουμε:

- Υποτίμηση ορισμένων δεξιοτήτων (π.χ. χόμπι/ενδιαφέροντα)
- Hopson & Scally (1991): Ταξινόμηση δεξιοτήτων (πληροφορίες/ιδέες/άνθρωποι/αντικείμενα)
- «Ανατροφοδότηση 360°»: χρήσιμη άσκηση (επιχειρηματίες/επιστήμονες)
- Απαραίτητα στοιχεία: ρεαλισμός και αντικειμενικότητα



Άσκηση: «Αξίες»

■ Σκοπός

«Τι είναι σημαντικό στη ζωή του ατόμου;»
Μεταβολές

■ Μέθοδος

Άσκηση αξιών



Σημαντικά στοιχεία

- "Απόδοση αξίας" σε: δύναμη, αυτονομία, δημιουργικότητα, μάθηση, αλtruισμό, ασφάλεια, κύρος, αμοιβή.
- Ορισμένες φορές απαραίτητος ο διαχωρισμός αξιών.
- Οι αξίες δε μένουν σταθερές στο άτομο (σημαντικά γεγονότα/σταθμοί → **μεταβολή**)



Άσκηση: «Αυτοεπιβεβαίωση»

■ Σκοπός

Αύξηση αυτοεκτίμησης, θετική αυτοεικόνα, συνειδητοποίηση «δεδομένων» προτερημάτων.

■ Μέθοδος 1^η

- Κατηγορίες προσόντων (σωματικά, πνευματικά, κοινωνικά)
- Καταστάσεις στις οποίες το άτομο ένιωθε καλά με τον εαυτό του

■ Μέθοδος 2^η

- "Νιώθω καλά με τον εαυτό μου όταν..."



Σύνοψη των πληροφοριών για το άτομο

■ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Κατάγραψε 8 μεταβιβάσιμες δεξιότητες που έχεις
- Δεξιότητες που πρέπει να αναπτύξεις
- Δεξιότητες που χρησιμοποιείς λιγότερο

■ ΕΠΙΤΕΥΓΜΑΤΑ

- Σε βασικές περιοχές

■ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

- Μέχρι 10 δυνατά σημεία

■ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

- 6 πιο δυνατά

■ ΕΡΓΑΣΙΑΚΕΣ ΑΞΙΕΣ

- 8 πολύ σημαντικές
- 4 ελάχιστα σημαντικές

■ ΕΥΧΑΡΙΣΤΑ ΓΕΓΟΝΟΤΑ

- Σε βασικές περιοχές

■ ΣΚΕΨΕΙΣ-ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ

- Τι σημαίνουν για μένα;
- Κοινά θέματα;
- Ασυμφωνίες;
- Ιδέες για επαγγέλματα





7.

(4-B3)
**ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ
ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ
ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ - ΤΙ ΘΕΛΩ**





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

ΤΟΜΕΑΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΚΕΝΤΡΟ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ: ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ-
ΔΗΜΑΚΑΚΟΥ
ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

ΘΕΜΑ: ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ
ΑΠΑΝΤΗΣΕΙ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ «ΤΙ ΘΕΛΩ;»



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

ΠΩΣ Ο ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΒΟΗΘΑΕΙ ΤΟΝ ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ «ΤΙ ΘΕΛΩ»



ΑΡΧΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

- Κρίνεται απαραίτητο να εκμαιεύσουμε από τους πελάτες τις διάφορες επιλογές που σκέφτονται για το μέλλον.
- Προϋπόθεση: η γνώση εκ μέρους του πελάτου του επαγγελματικού του εαυτού.



ΤΡΟΠΟΙ ΕΚΜΑΙΕΥΣΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΙΔΕΩΝ

- Προτροπή αναζήτησης επαγγελματικών πληροφοριών από το διαδίκτυο ή από κάποιο κατάλογο επαγγελματικών πληροφοριών.
- Προτροπή για αποκάλυψη ονείρων ή προσωπικών πόθων ⇒ ενθάρρυνση μέσω συστάσεων.
- Χρήση της άσκησης «καθοδηγούμενη φαντασία», αν ο πελάτης έχει κάποια συγκεκριμένη ιδέα κατά του.



ΕΠΙΣΤΗΜΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΤΑΡΤΙΣΤΗΡΙΑΚΩΝ
ΓΙΑΣΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ «ΙΔΑΝΙΚΟΥ ΜΕΛΛΟΝΤΟΣ: Η ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΠΟΥ ΕΣΤΙΑΖΕΤΑΙ ΣΕ ΛΥΣΕΙΣ

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΕΠΙΘΥΜΗΤΟΥ ΜΕΛΛΟΝΤΟΣ

- Θετικό
- Μικρής διάρκειας, συγκεκριμένο και παρατηρήσιμο
- Σημαντικό για τον πελάτη
- Ρεαλιστικό
- Περιλαμβάνει σκληρή δουλειά
- Σηματοδοτεί την έναρξη και όχι το πέρας κάποιων γεγονότων ή διαδικασιών



ΕΠΙΣΤΗΜΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΤΑΡΤΙΣΤΗΡΙΑΚΩΝ
ΓΙΑΣΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.

Η ΕΡΩΤΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΘΑΥΜΑ

- Δίνεται η δυνατότητα έκφρασης των **ελπίδων** για το μέλλον⇒η ερώτηση αποτελείται από τέσσερα μέρη:
- Όταν συμβαίνει το θαύμα
- Το θαύμα πραγματοποιεί το στόχο
- Ο πελάτης «κοιμάται» και γι' αυτό δεν ξέρει τι συμβαίνει
- Η βήμα προς βήμα αποκάλυψη



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ. ΠΑ.Ι.Τ.Ε.

Επίσης ...

- Καλό είναι να χρησιμοποιήσουμε την τεχνική της **διαβάθμισης**, για να καταστήσουμε τον πελάτη ικανό να εκτιμήσει πόσο **προνομιούχος** είναι απέναντι στο θαύμα και να θέσει στόχους.
Αρχές της τεχνικής:
- Περιγράφει τα μικρά βήματα που γίνονται
- Εκμεταλλεύεται προηγούμενες επιτυχίες για να σημειώσει την περαιτέρω πρόοδο
- «αν κάτι πάει καλά, συνέχισε να το κάνεις»
- Παρέχει ποσοτικά κριτήρια για τη μέτρηση της επιτυχίας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ
ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ. ΠΑ.Ι.Τ.Ε.

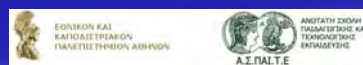
ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΘΕΣΗΣ...

- Ο σύμβουλος θέτει στον πελάτη ερωτήσεις για την αξιολόγηση της *τωρινής του θέσης* και της *θέσης στην οποία είναι δυνατόν να βρεθεί* ⇒ χρήσιμο κρίνεται να ενθαρρυνθεί ο πελάτης να χρησιμοποιήσει τη *φαντασία* του, αγνοώντας τα εμπόδια της *πραγματικότητας*, χωρίς όμως να παραμερίζει την *εξωτερική αντικειμενική πραγματικότητα*.



ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΣ Ο ΡΕΑΛΙΣΜΟΣ

- Ο ρεαλισμός στη λήψη αποφάσεων μπορεί να αυξηθεί, αν κανείς συνδυάσει την αυξημένη *αυτογνωσία* με τις *ακριβείς επαγγελματικές πληροφορίες*.
- Πρέπει να λαμβάνεται υπ' όψιν η *προσωπικότητα του πελάτη*, γιατί δε χρειάζονται όλοι τον ίδιο χρόνο, για να κατανοήσουν τις επιθυμίες τους.



«ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΜΕ ΙΚΑΝΟΠΟΙΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ»

- Η άσκηση αυτή αποτελεί πιο συγκεκριμένη **μετάφραση** του συνοπτικού διαγράμματος επαγγελματικής προσωπικότητας
- Στόχος: να συνοψιστούν οι πληροφορίες και να συγκεντρωθούν σε ένα «ειδικό έντυπο»



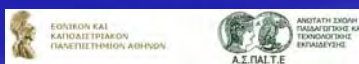
ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΟΥ ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΤΑΙ

Ζητείται από τον πελάτη να σκεφτεί τις εργασιακές του προτιμήσεις και τους άλλους παράγοντες που είναι απαραίτητοι για την επαγγελματική του ικανοποίηση, μέσω της ανασκόπησης των πληροφοριών που έχει συγκεντρώσει για τον εαυτό του από άλλες πηγές. Κατόπιν, του ανατίθεται να καταγράψει τα συγκεκριμένα στοιχεία που επιθυμεί από την επόμενη δουλειά του.



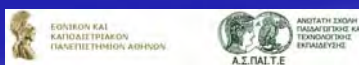
ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

- Θεωρείται σημαντικό να μεσολαβεί αρκετός χρόνος μεταξύ των συνεδριών, ώστε ο πελάτης να προλαβαίνει να ολοκληρώσει τις εργασίες του.
- Κατά το διάστημα μεταξύ των συνεδριών, μπορεί επίσης να συζητά τις σκέψεις του με ένα οικείο ή σημαντικό πρόσωπο.
- Καλό είναι να δηλώσει πως ένιωσε όταν έκανε την εργασία του.



ΕΠΙΣΗΣ...

- Αν προκληθούν δυσάρεστα συναισθήματα, χρήσιμο είναι να διερευνηθούν.
- Ενδέχεται κάποιοι να μην ολοκληρώσουν τις ασκήσεις στο σπίτι, μολονότι προσπάθησαν.
- Μπορεί η συνεδρία να ξεκινήσει με μια συζήτηση ανατροφοδότησης σχετική με τα αποτελέσματα των εργασιών που πραγματοποιήθηκαν.



ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

- Διερεύνηση των επιθυμιών και των βαθύτερων πόθων μέσω ασκήσεων.
- Οι προσδοκίες του πελάτη πρέπει να αφορμώνται από τη φαντασία, χωρίς ωστόσο να καταργούνται τα δεσμά με την αντικειμενική πραγματικότητα.
- Η χρήση ασκήσεων μπορεί να είναι αποκαλυπτική για την ευρύτερη προσωπικότητα του πελάτη.



8.

(4-B45)
ΠΩΣ ΒΟΗΘΟΥΜΕ ΤΟΝ
ΠΕΛΑΤΗ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΙ
ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥ - ΤΡΟΠΟΙ
- ΕΜΠΟΔΙΑ





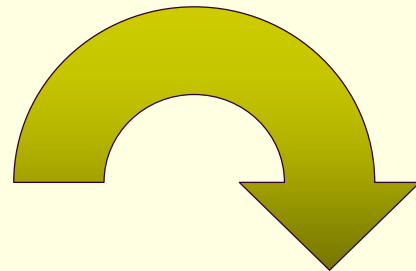
ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Τι μέσα διαθέτω για να προχωρήσω; Τι με εμποδίζει να προχωρήσω;



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

ΓΕΦΥΡΕΣ (bridges)

Πραγματοποίηση της Επαγγελματικής ιδέας.



Α. Εξωτερικές

- Κατάρτιση-Εκπαίδευση
- Προσόντα (ξένες γλώσσες, γνώσεις υπολογιστή, ειδικές γνώσεις κ.τ.λ.)
- Δεξιότητες-Ικανότητες (Επικοινωνιακές-διαπροσωπικές, πρακτικές, θεωρητικές, καλλιτεχνικές, επιστημονικές, διοικητικές)
- Εμπειρία (εκπαιδευτική, επαγγελματική)



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.Π.Α.Τ.Ε

ΓΕΦΥΡΕΣ (Bridges),

συνέχεια.



- Υποστηρικτικό Δίκτυο (οικογένεια, φίλοι, συνάδελφοι, δάσκαλοι, επιφανείς γνωριμίες, πολιτεία, κ.τ.λ.).
- Εξωτερικά Κίνητρα (γόητρο, μισθός, κοινωνική προβολή, ανεξαρτησία).
- Χρήματα άνεση και ευελιξία.
- Υγεία (ψυχική και σωματική, καλή φυσική κατάσταση)
- Εμφάνιση (ενδυμασία, ευπρεπής εικόνα).
- Αγορά Εργασίας (ευκαιρίες, θέσεις, προοπτικές).

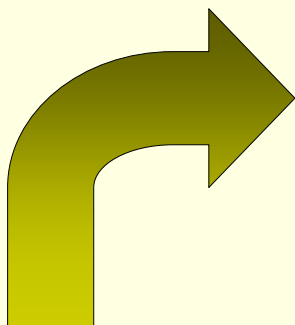


ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.Π.Α.Τ.Ε

ΓΕΦΥΡΕΣ (Bridges) συνέχεια



Β. Εσωτερικές

- Εσωτερικά κίνητρα (πνευματική αναβάθμιση, αίσθημα επίτευξης-δημιουργίας, αλtruισμός-προσφορά, κ.τ.λ.)
- Κοινωνική Αναγνώριση-Αποδοχή (θαυμασμός, σεβασμός από άλλους).
- Δημιουργικότητα-εφευρετικότητα.
- Θετικά χαρακτηριστικά (αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση, αισιοδοξία, αυτοπειθαρχία, υπομονή-επιμονή στους στόχους, προσαρμοστικότητα, λεπτή αίσθηση του χιούμορ)



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΓΙΑΝΕΥΣΗΤΗΡΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΓΕΦΥΡΕΣ (Bridges) συνέχεια



- Υψηλή προσαρμοστικότητα, ευελιξία, ανθεκτικότητα (resilience).
- Ικανότητα εργασίας υπό πίεση.
- Ενθουσιασμός, Πάθος για εργασία.
- Φιλοδοξίες και ισχυρή παρόρμηση-παρώθηση για εκπλήρωση του προτύπου.
- Ικανότητα λήψης αποφάσεων.
- Ενεργητικότητα, Δράση.
- Υπευθυνότητα.
- Κριτική και ορθή σκέψη.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΓΙΑΝΕΥΣΗΤΗΡΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Ο Στόχος μου:

Γέφυρες:



Εμπόδια:



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Επαγγελματικός Στόχος:

Δεξιότητες:
Κατάρτιση:
Εμπειρία:
Προσόντα:
Υποστήριξη από άλλους:
Κίνητρα:
Προσωπικά χαρακτηριστικά:
Χρήματα:
Υγεία:
Δημόσιες Σχέσεις:
Γνώσεις:
Ευνοϊκό κλίμα στην Αγορά Εργασίας:

Πολύ καλά	Μέτρια	Όχι καλά



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

- Προσωπικές Ικανότητες

.....
.....

- Ευνοϊκές συνθήκες

.....
.....

- Θετικές παρορμήσεις

.....
.....

- Αδυναμίες που πρέπει να εξαλειφθούν

.....

- Μη ευνοϊκές συνθήκες:

.....
.....

- Αρνητικές παρορμήσεις

.....
.....



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΟΝ
ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ

- Δεξιότητες

.....
.....

- Ενδιαφέροντα

.....
.....

- Εργασιακές αξίες

.....
.....

- Επιτεύγματα που προσφέρουν ικανοποίηση

.....

- Ευχάριστα γεγονότα

.....

- Προσωπικά χαρακτηριστικά

.....

- Σκέψεις-στοχασμοί

.....
.....



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΟΝ
ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

Εμπόδια (blocks)



- Ενδοβαλλόμενες αξίες
- Αυτοπεριοριστικές πεποιθήσεις
- «Αντικειμενικές» δυσκολίες (Έλλειψη προσόντων, δεξιοτήτων κλπ)

Ενδοβαλλόμενες αξίες

- Ενδοβολή (introjection)

Ψυχοδυναμικός μηχανισμός άμυνας
Ασυνείδητη συμβολική εσωτερικοποίηση

Ακραία μορφή ενδοβολής : συνταύτιση με τον εισβολέα

Ενδοβαλλόμενες αξίες (συνέχεια)

■ Ενδοβαλλόμενες αξίες :

Αδιαμφισβήτητες (συχνά *ασυνείδητες*)

- μηνύματα από άλλους (συνήθως *γονείς*)

- χρόνος : *νεαρή* ηλικία

Εμπόδιο να αντιληφθεί το άτομο σωστά τον εαυτό του και τον κόσμο.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

Ενδοβαλλόμενες αξίες

Πρέπει :

- Να έχεις πτυχίο ανώτατης εκπαίδευσης.
- Να έχεις υψηλές αμοιβές από τη εργασία σου.
- Να έχεις μια σταθερή εργασία (για την ελληνική κοινωνία «θέση στο Δημόσιο»).
- Να είναι το επάγγελμά σου με υψηλή κοινωνική αναγνώριση.
- Να είσαι σωστή σύζυγος και μητέρα.
- Να ανεβαίνεις στην ιεραρχία του επαγγέλματός σου.
- Να ελέγχεις πλήρως τα συναισθήματά σου.
- Να δείχνεις σύγχρονος και με μόνιμη διάθεση ανανέωσης.
- Να γίνεις γυναίκα καριέρας.
- Να είσαι σκληρός για να είσαι δημοφιλής.
- Να έχεις πάντα καλούς τρόπους.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΓΥΜΝΑΣΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

Ενδοβαλλόμενες αξίες

Δεν πρέπει :

- Να αλλάζεις εργασία προς χαμηλότερου status ή οικονομικών απολαβών.
- Να μείνεις άνεργος για κανένα χρονικό διάστημα.
- Να κάνεις μια εργασία που δεν ταιριάζει παραδοσιακά με το φύλο σου.
- Να ρισκάρεις.
- Να φροντίζεις ιδιαίτερα τον εαυτό σου.
- Να αφήνεις αναξιοποίητο κανένα από τα προσόντα σου.
- Να λες πάντα την αλήθεια γιατί θα έχεις μπλεξίματα.
- Να ζητάς βοήθεια γιατί φαίνεσαι αδύναμος.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΩΝ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΡΕΥΝΑΣ

Α.Σ.Π.Α.Τ.Ε

Αυτοπεριοριστικές πεποιθήσεις

- Δηλώσεις, που ο πελάτης κάνει από μόνος του για το άτομο του.
- Συνειδητές θέσεις σε αντίθεση με τις ενδοβαλλόμενες, που είναι ασυνείδητες.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΩΝ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΡΕΥΝΑΣ

Α.Σ.Π.Α.Τ.Ε

Αυτοπεριοριστικές πεποιθήσεις

- Είμαι πολύ άτυχος στη ζωή μου.
- Δεν έχω τη δύναμη να αλλάξω τίποτε.
- Είμαι πολύ μεγάλος για να κάνω καινούργια πράγματα.
- Κάποιος άλλος πρέπει να βρει τη λύση για μένα.
- Είμαι υπεύθυνος για όλα τα κακά που συμβαίνουν στην οικογένειά μου.
- Όλοι είναι καλύτεροι από εμένα.
- Είμαι κακός, γι' αυτό δε με αγαπάνε οι γονείς μου.
- Είμαι υπεύθυνος που οι γονείς μου τσακώνονται.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΓΙΑΝΕΤΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Αυτοπεριοριστικές πεποιθήσεις

- Τα αγόρια είναι καλύτερα από τα κορίτσια (και το αντίστροφο).
- **Κανένας** δεν με παίρνει στα σοβαρά.
- Κάπου υπάρχει η **τέλεια** δουλειά, ο τέλειος σύντροφος, ο τέλειος φίλος.
- Δεν είναι **σωστό** να λες εσύ στους άλλους τα προσόντα σου.
- Έχω **πάρα πολύ** λίγα προσόντα.
- Δεν μπορώ να ζήσω με λιγότερα από όσα κερδίζω τώρα.
- Δεν τα καταφέρνω με τον ανταγωνισμό. **Όλοι** με κερδίζουν.
- **Όλα** θα γίνουν καλύτερα, εάν συμβεί το τάδε γεγονός.
- Μπορώ να τα καταφέρω σε **όλα** μόνος μου.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΝ
ΓΙΑΝΕΤΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

«Αντικειμενικές» δυσκολίες

- Ηλικία
- Οικογενειακή κατάσταση
- Πτυχία
- Προϋπηρεσία



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ

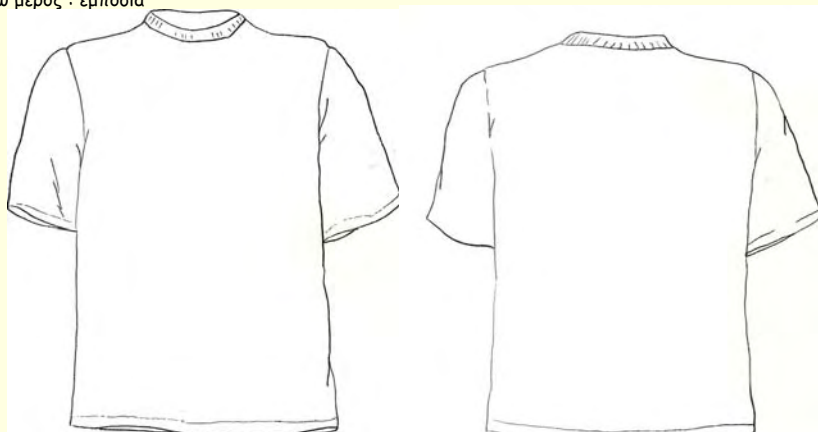


ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Τι με βοηθάει - τι με εμποδίζει

μπροστά μέρος : γέφυρες
πίσω μέρος : εμπόδια



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Πρέπει :

- Να έχεις πτυχίο ανώτατης εκπαίδευσης.
- Να έχεις υψηλές αμοιβές από τη εργασία σου.
- Να έχεις μια σταθερή εργασία
- Να είναι το επάγγελμά σου με υψηλή κοινωνική αναγνώριση.
- Να είσαι σωστή σύζυγος και μητέρα.
- Να ανεβαίνεις στην ιεραρχία του επαγγέλματός σου.
- Να ελέγχεις πλήρως τα συναισθήματά σου.

Το ίδιο και με τα «δεν πρέπει»

ΣΥΜΦΩΝΩ Τι κάνω
όταν
ΝΑΙ **ΟΧΙ** διαφωνώ

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΤΗΧΗΤΗΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Ο προσωπικός μου στόχος

- Ο στόχος που διάλεξα είναι :
- Ίσως αντιμετωπίσω δυσκολίες με :
- Θα προσπαθήσω να τις ξεπεράσω :
- Έχω χρόνο για να τα καταφέρω :
- Θα ζητήσω βοήθεια από :



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΤΗΧΗΤΗΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

- Εμπόδια και γέφυρες του Χρήστου:

Τόνωση αυτοπεποίθησης, εκτίμηση των προσόντων του.



- «Εξωτερικά» και «εσωτερικά» εμπόδια της Κάρλα:

Συνειδητοποίηση των εσωτερικών εμποδίων π.χ. χαμηλή αυτοεκτίμηση.



- Επαγγελματική συμβουλευτική για τη Δώρα, 30 ετών, 3 χρόνια παντρεμένη με μικρό παιδί, που θέλει να συνεχίσει τις σπουδές της.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΗ
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΛΗΡΟΤΗΤΟΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

- Περίπτωση του Τζον, με πτυχίο μηχανολόγου: Είχε χάσει τον «πραγματικό του εαυτό» επειδή είχε μάθει να *ευχαριστεί τους γονείς του...* (ενδοβαλλόμενη αξία).



- Ο Πολ, δεν μπορούσε να ρισκάρει, επειδή ο πατέρας του, του υπέβαλλε την αξία «Μην ρισκάρεις, βρες μια καλή δουλειά με σταθερό ωράριο».



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΗ
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΛΗΡΟΤΗΤΟΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

- Στέλα, 40 ετών, με πρόσφατο διαζύγιο και δύο παιδιά στην εφηβεία. Ενδοβαλλόμενη αξία:

«Παντρέψου και γίνε καλή μητέρα», «Αφοσιώσου στους άλλους».



- Νίκος, 27 χρονών, πτυχιούχος Νομικής.

Αυτοπεριοριστική πεποίθηση:

«Είναι πολύ μεγάλος για αλλαγές και ρίσκα»



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΩΝ
ΓΙΑΣΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΣΘΙΑ
ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ
Α.Σ.Π.Α.Ι.Ε

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

Τι πρέπει να κάνει ο σύμβουλος για να βοηθήσει τον πελάτη να υπερπηδήσει εμπόδια και να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του:

- Χρήση κατάλληλων συμβουλευτικών δεξιοτήτων κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής συμβουλευτικής.
- Βοήθεια στους πελάτες να κατανοήσουν τα ζητήματα που προκύπτουν από τις ασκήσεις.
- Εμπλουτισμός της επαγγελματικής συμβουλευτικής με «ασκήσεις για το σπίτι» και δέσμευση των πελατών μ' αυτές στο μεσοδιάστημα των συναντήσεων.
- Διευκόλυνση των πελατών να κάνουν σαφείς δηλώσεις για τον εαυτό τους μέσω των ασκήσεων.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΙΤΑΛΙΣΤΙΚΩΝ
ΓΙΑΣΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΕΣΘΙΑ
ΠΑΡΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ
Α.Σ.Π.Α.Ι.Ε

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ (συνέχεια)

- Συνδυασμός των ασκήσεων με το συνοπτικό διάγραμμα επαγγελματικής προσωπικότητας για σύνοψη των προσωπικών πληροφοριών.
- Βοήθεια των πελατών να δουν τα πραγματικά τους εμπόδια, εξωτερικά και εσωτερικά.
- Διαχωρισμός των πραγματικών εμποδίων από τα «παράλογα» εμπόδια, τα οποία καθοδηγούνται από δυνατά «πρέπει» ή «δεν πρέπει» (ενδοβαλλόμενες αξίες) ή από αυτοπεριοριστικές πεποιθήσεις.



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑ.Τ.Ε.



9.

(4-Γ)

ΔΡΑΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

Κέντρο Έρευνας και Αξιολόγησης στην Επαγγελματική Συμβουλευτική

Τομέας Ψυχολογίας - Πανεπιστήμιο Αθηνών

*Διευθύντρια: Δέσποινα Σιδηροπούλου-Δημακάκου
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια*

ΔΡΑΣΗ, ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης



ΔΡΑΣΗ ΚΑΙ ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ ΚΑΘΗΚΟΝΤΑ ΠΕΛΑΤΗ

- Συμπληρώνει ασκήσεις λήψης απόφασης & σχεδιασμού δράσης
- Δημιουργεί **εναλλακτικές λύσεις** & επιλέγει μεταξύ αυτών
- Υλοποιεί τις αποφάσεις
- Εξετάζει τους **φόβους** του για **αλλαγή**
- Αξιολογεί την **ανάγκη για περαιτέρω υποστήριξη**
- Κάνει απολογισμό της προόδου που σημείωσε για την επίτευξη των στόχων που έθεσε



ΚΑΘΗΚΟΝΤΑ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥ

- διευκολύνει τον πελάτη, ώστε να αναπτύξει ιδέες και να επιλέξει μεταξύ αυτών
 - τον ενθαρρύνει να **πάρει αποφάσεις** και να τις **εφαρμόσει**
- Η εξεύρεση λύσεων —————> ευθύνη του πελάτη
←———— αυτοπεποίθηση ότι μπορεί να κατευθύνει τη ζωή του αυξάνει
- Δίνει τη δυνατότητα να βιώσει την εναλλακτική λύση μέσω **προσομοίωσης** (τεχνική παιχνιδιματος ρόλων)
 - διερευνά την ανάγκη του για περαιτέρω υποστήριξη
 - τονίζει τη σημασία του να παραμείνει σε **εγρήγορση**



Η σημασία της επαναξιολόγησης

αν ο δρόμος δράσης που επέλεξε το άτομο δεν έχει τα προσδοκώμενα αποτελέσματα, μπορεί να θέλει να επανεκτιμήσει τους στόχους & τις εναλλακτικές λύσεις



ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΗ

Αποτελεί το πιο παραγωγικό ίσως στάδιο

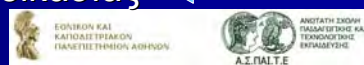
Στάδιο «πρόκλησης»

Πέρασμα από την διερεύνηση και αποσαφήνιση στη δράση

Στόχος: αποτελεσματική δράση

Επίτευξη στόχων

Τερματισμός διαδικασίας



ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΗ

Βασικές αρχές

- ❖ Η **ευθύνη** για τη λήψη απόφασης ανήκει **στον πελάτη**
- ❖ Ο **σύμβουλος** είναι υπεύθυνος να **διευκολύνει** αυτή τη διαδικασία
- ❖ Η λήψη απόφασης πρέπει να είναι **προσανατολισμένη** προς τη **δράση**



ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΗ

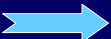
- Τι σημαίνει «απόφαση»;
«Απόφαση είναι η **διαδικασία επιλογής** μιας κατεύθυνσης δραστηριοτήτων ανάμεσα σε έναν αριθμό **εναλλακτικών λύσεων**» (Δημητρόπουλος, τόμ. β', 1999, σελ.233).
- Προϋποθέσεις για τη λήψη απόφασης:
 - ✓ Ύπαρξη τουλάχιστον δύο εναλλακτικών λύσεων
 - ✓ Ελευθερία επιλογής

(Δημητρόπουλος, τόμ. β', 1999)



ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΗ

Τι σημαίνει δράση;

Δράση  Αλλαγή

Μερικά παραδείγματα δράσεων:

- Αλλαγή στάσης και προσέγγισης της τωρινής εργασίας
- Αλλαγή θέσης μέσα στον οργανισμό
- Αλλαγή οργανισμού
- Αλλαγή επαγγέλματος
- Αλλαγή στη μορφή εργασίας (από πλήρη σε μερική απασχόληση και το αντίστροφο)
- Λήψη εκπαιδευτικής άδειας κλπ.



Μεγαλύτερη αυτογνωσία
και επίγνωση των δυνατοτήτων του



ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΗ

Γραπτές εργασίες



Διευκολύνουν στην εύρεση εναλλακτικών επαγγελματικών
σεναρίων



Διευκολύνουν στη λήψη απόφασης



Γραπτές ασκήσεις στη συμβουλευτική διαδικασία

- Πελάτης
 - Μπορεί να σκεφτεί ανεξάρτητα από το Σύμβουλο
 - Παράγει δικές του ιδέες για συζήτηση
 - Δραστηριοποιείται πιο εύκολα
- Σύμβουλος
 - του δίνονται στοιχεία για:
 - ⇒ την πρόοδο του πελάτη
 - ⇒ την απαιτούμενη προσέγγιση
 - ⇒ την τελική συνάντηση



«Τι με ικανοποιεί αλλά τι μπορώ να επιλέξω»

- Προσφέρει στον πελάτη ένα πλαίσιο πιθανών εναλλακτικών λύσεων
- Βοηθά να εκτιμήσουν το βαθμό ικανοποίησης κάθε εναλλακτικής λύσης
- Είναι σημαντικό ο πελάτης να είναι περισσότερο δημιουργικός παρά ακριβής



«Τι με ικανοποιεί αλλά τι μπορώ να επιλέξω»

- Ζητείται αρχικά να αξιολογηθεί ο κατάλογος με τα στοιχεία της επαγγελματικής ικανοποίησης
- Ο πελάτης καλείται να αξιολογήσει με βαθμό από το 1-10 το βαθμό που κάθε σενάριο ανταποκρίνεται στα στοιχεία της επαγγελματικής ικανοποίησης

Κατάλογος με τα στοιχεία της επαγγελματικής ικανοποίησης

Κλειδί για την άσκηση

1	διανοητική διέγερση
2	χρήση αναλυτικών ικανοτήτων
3	χρήση δεξιοτήτων πληροφορικής ή γραπτής επικοινωνίας
4	χρήση οργανωτικών δεξιοτήτων
5	επίλυση σύνθετων προβλημάτων
6	συνεργασία με συναδέλφους
7	ελευθερία διαμόρφωσης προσωπικού προγράμματος
8	κάλυψη κάποιας ανάγκης του ατόμου
9	επίδραση στη λήψη απόφασης
10	υψηλές αξίες του οργανισμού
11	ορατός, κεντρικός ρόλος
12	καινοτόμο, προοδευτικό περιβάλλον

«Τι με ικανοποιεί αλλά και τι μπορώ να επιλέξω»
 Η βαθμολογία της Γιάν

Τι με ικανοποιεί στη δουλειά

Επιλογές	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Σύνολο
Η πρόσφατη εργασία μου	7	10	7	9	8	3	9	1	6	4	2	2	69
Ίδια εργασία σε διαφορετικό οργανισμό	9	9	9	10	9	10	5	10	9	8	9	7	104
Προηγούμενη εργασία	5	2	9	10	3	8	2	10	3	8	7	6	73
Έρευνα αγοράς	5	6	6	6	5	5	4	6	8	7	8	7	73
Έρευνα απασχόλησης	7	10	7	7	6	6	9	7	5	7	6	7	84
Ακαδημαϊκή έρευνα	7	10	6	7	7	6	9	6	4	8	5	6	81
Διευθυντής τμήματος πληροφορικής στο Εθνικό Σύστημα Υγείας	7	9	10	10	9	9	6	10	8	7	9	9	103
Διευθυντής τμήματος πληροφορικής στην εκπαίδευση	7	9	10	10	9	10	6	10	8	7	9	7	102
Ανάλυση συστημάτων	7	9	8	9	10	7	6	10	8	8	7	7	96
Αυτοαπασχόληση	8	9	10	9	7	4	10	9	6	10	8	8	98

«Η σελίδα ισορροπίας»

- Ο Πελάτης επικεντρώνεται στις συνέπειες μια συγκεκριμένης επιλογής στα σημαντικά άτομα και τους τομείς της ζωής τους
- Στην άσκηση αυτή υπάρχει η δυνατότητα να εξετάσει καθεμία από τις προτιμήσεις και τις συνέπειες σε σχέση με τη σπουδαιότητά τους

«Η σελίδα ισορροπίας» της Ελένης		
Επιλογή: Να ανοίξει ένα εστιατόριο		
Συνέπειες σε	Αρνητικές	Θετικές
Σύζυγο		Γνωρίζει ότι αυτό είναι το όνειρό μου και αναγνωρίζει ότι πρέπει να κάνω κάτι διαφορετικό
Παιδιά		Πάντα έλεγαν ότι είμαι εξαιρετική μαγείρισσα και τους αρέσει η ιδέα να ανοίξω ένα εστιατόριο
Σπίτι	Λιγότερος χρόνος για τις δουλειές	
Οικονομική κατάσταση	Λιγότερα χρήματα μέχρι να λειτουργήσει η επιχείρηση	Μακροπρόθεσμα, περισσότερα χρήματα
Υγεία	Στην αρχή θα υπάρχει κούραση και άγχος	Ανεβασμένο ηθικό, αίσθηση προσωπικής αξίας

«Η σελίδα ισορροπίας» της Ελένης		
Επιλογή: Να ανοίξει ένα εστιατόριο		
Συνέπειες σε	Αρνητικές	Θετικές
Σύζυγο	Πιθανόν να μην του αρέσει ότι θα αφιερώνω λιγότερο χρόνο σε αυτόν και τα παιδιά	Γνωρίζει ότι αυτό είναι το όνειρό μου και αναγνωρίζει ότι πρέπει να κάνω κάτι διαφορετικό
Παιδιά	Θα τους αφιερώνω λιγότερο χρόνο	Πάντα έλεγαν ότι είμαι εξαιρετική μαγείρισσα και τους αρέσει η ιδέα να ανοίξω ένα εστιατόριο
Σπίτι	Λιγότερος χρόνος για τις δουλειές	Είναι καιρός να βάλω μια γυναίκα να καθαρίζει
Οικονομική κατάσταση	Λιγότερα χρήματα μέχρι να λειτουργήσει η επιχείρηση	Μακροπρόθεσμα, περισσότερα χρήματα
Υγεία	Στην αρχή θα υπάρχει κούραση και άγχος	Ανεβασμένο ηθικό, αίσθηση προσωπικής αξίας

«ΥΠΕΡ ΚΑΙ ΚΑΤΑ»

Διευκολύνει στην εύρεση των βραχυπρόθεσμων και μακροπρόθεσμων πλεονεκτημάτων και μειονεκτημάτων

Βοηθητικές ερωτήσεις:

- Τι έχω να κερδίσω από τη συγκεκριμένη επιλογή;
- Τι θα χρειαστεί να εγκαταλείψω, αν κάνω τη συγκεκριμένη επιλογή;
- Πόσο πιθανό είναι να κάνω αυτή την επιλογή, λαμβάνοντας υπόψη τις δυνατότητες και τους αδυναμίες μου;



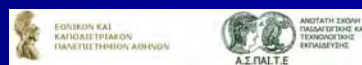
«ΥΠΕΡ ΚΑΙ ΚΑΤΑ»

ΕΠΙΛΟΓΗ: Άδεια άνευ αποδοχών για μεταπτυχιακές σπουδές στο εξωτερικό

Υπέρ


Κατά

Βραχυπρόθεσμα	➤ Μαζί με το φίλο της	➤ Διακοπή μισθού
Μακροπρόθεσμα	➤ Περισσότερα επαγγελματικά προσόντα	➤ Πιθανή ανάληψη περισσότερων ευθυνών στη δουλειά



«Αισιόδοξη-Απαισιόδοξη πλευρά»

Εσωτερικός διάλογος ανάμεσα στις αισιόδοξες και απαισιόδοξες πλευρές του εαυτού

Στόχος 

Να εντοπίσει και να αναγνωρίσει ο πελάτης **στάσεις** και **προκαταλήψεις** που τον εμποδίζουν στη λήψη και την υλοποίηση μιας απόφασης



«Αισιόδοξη-Απαισιόδοξη πλευρά»

Σχέδιο δράσης: Λήψη δανείου για επέκταση επιχείρησης

Αισιόδοξη πλευρά

Μπορώ να το επιτύχω, γιατί η δουλειά πάει καλά

Απαισιόδοξη πλευρά

Δεν μπορώ να το επιτύχω, γιατί με αγχώνει το ρίσκο

Αισιόδοξη πλευρά

Απαισιόδοξη πλευρά



Ανασκόπηση και Εκτίμηση της Προόδου

που έχει σημειώσει ο πελάτης



Σκοποί που Εξυπηρετεί

- Ανοίγει το δρόμο για τον τερματισμό της συμβουλευτικής σχέσης
- Δίνει τη δυνατότητα στον πελάτη να δει την επαγγελματική συμβουλευτική με προοπτική
- Ισχυροποιεί την απόφαση και εμπιστοσύνη του πελάτη
- Τονίζει τη **συνεχή ευθύνη** του πελάτη για την **προσωπική του εξέλιξη**



Η ανασκόπηση μπορεί να αποκαλύψει βαθύτερες ή εσωτερικές αλλαγές ως προς:

- Εσωτερική γνωστική λειτουργία
- Εσωτερική συναισθηματική λειτουργία

▶ Επιτυχημένη Επαγγελματική Συμβουλευτική πρέπει να ενσωματώνει:

- Στόχους και τρόπους δράσης
- Αντικειμενικούς στόχους και «ανταμοιβές»

Στόχοι και Βήματα Δράσης

Καθορισμός Στόχων «Τι»

Συγκεκριμένος

Specific

Μετρήσιμος

Measurable

Ελκυστικός

Atractive

Ρεαλιστικός

Realistic

Χρονικά Οριοθετημένος

Time-bound

Σχεδιασμός Δράσης «Πώς»



Δήλωση Πρόθεσης	Πώς; ↓ Επιδίωξη	Πώς; ↓ Στόχος	Η δέσμευσή μου 1-10	Πόσο ρεαλιστικό είναι; 1-10	Μέχρι Πότε;
<i>Παράδειγμα</i> Θέλω να γίνω διευθυντής	Αλλάζοντας δουλειά Μέσω εκπαίδευσης	Συζητώντας με το διευθυντή ανθρώπινου δυναμικού Παρακολουθώντας μαθήματα management Αναπληρώνοντας το διευθυντή μου	10 9 7	10 10 6	30 Ιουνίου 31 Μαΐου 31 Δεκεμβρίου

Σχέδιο Δράσης

- Ο στόχος μου είναι...
- Τα βήματα δράσης μου είναι:
 1. ...
 2. ...
 3. ...
- Καταγραφή του σχεδίου δράσης:
 - ✓ Αύριο θα...
 - ✓ Κατά τη διάρκεια της επόμενης βδομάδας θα...
 - ✓ Κατά τη διάρκεια του επόμενου μήνα θα...
 - ✓ Κατά τη διάρκεια των επόμενων τριών μηνών θα...
 - ✓ Κατά τη διάρκεια των επόμενων έξι μηνών θα...
- Η ημερομηνία ανασκόπησης θα είναι



Κριτήρια πριν την ολοκλήρωση του σχεδίου δράσης

- 1) Διεξοδικός προσδιορισμός στόχων
- 2) Πελάτης = «ιδιοκτήτης» σχεδίου δράσης
- 3) Επισήμανση ότι το σχέδιο δράσης δεν είναι οριστικό → Τακτική αναθεώρηση ίσως και αναμόρφωσή του
- 4) Εξέταση των φόβων του πελάτη για αλλαγή
- 5) Εξέταση των τρόπων αντιμετώπισης της απογοήτευσης



Ο φόβος της αλλαγής

Ανησυχία για :

- Μη αποδεκτή επιλογή από τους «σημαντικούς άλλους»
- Φόβος για τον ανταγωνισμό της αγοράς
- Φόβος ότι το σχέδιο δράσης δε θα λειτουργήσει
- Υπάρχουν άλλα θέματα που έχουν προτεραιότητα



Επιπλέον συνεδρίες συμβουλευτικής

«Καθοδηγούμενη φαντασία»

- Πρόσωπο με πρόσωπο άσκηση
- Ζητά να βιώσει ο πελάτης τη καινούργια ιδέα στη φαντασία του
- Εμπιστοσύνη και εξοικείωση με τη χρήση των τεχνικών καθοδηγούμενης φαντασίας



δημιουργία νέων ιδεών



Θετικός αυτοδιάλογος

Αρνητικές σκέψεις :

- Δεν θα τα καταφέρω ποτέ
- Θα αποτυγχάνω συνέχεια σε οτιδήποτε καινούργιο
- Δεν θα πρέπει να γελοιοποιηθώ
- Είμαι πολύ ανόητος
- Το σχέδιο μου δεν θα αποδώσει
- Οι άλλοι θα με αποδοκίμασουν
- Θα νιώσω θυμό και απογοήτευση
- Θα αρχίσω να λυπάμαι τον εαυτό μου



Επαγγελματική συμβουλευτική



Ενδυνάμωση πελάτη στη λήψη αποφάσεων
Μείωση αρνητικών σκέψεων

Ποιο είναι το χειρότερο που θα μπορούσε να συμβεί;



- «Μπορεί να νιώθω ανόητος, αλλά δεν έφτασε και το τέλος του κόσμου»
- «το μόνο που μπορώ να κάνω είναι να βάλω τα δυνατά μου»
- «η επιλογή μου μπορεί να μην είναι τέλεια, αλλά δεν χάλασε ο κόσμος»



→ καταγραφή αρνητικών σκέψεων



επαναδιατύπωση κάθε μιας σκέψης με ένα πιο αποφασιστικό τρόπο

Είναι δύσκολο για μένα να.....
Θα προσπαθήσω να.....
Θα πρέπει να.....αλλά.....
Δεν θέλω να.....

Δεν μπορώ...επειδή....
Εύχομαι να...
Θα μπορούσα.....αν...
Γνωρίζω ότι.....



ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ



Στόχοι του σταδίου:

- Παγίωση και διατήρηση των επιτευγμάτων
- Γενίκευση όσων μαθεύτηκαν
- Αξιοποίηση της εμπειρίας της απώλειας ή της απογοήτευσης που διεγείρει το τέλος

(Mc Leod, 2005)



Σε αντίθεση με την προσωπική συμβουλευτική...

- Η επαγγελματική συμβουλευτική είναι μία βραχύχρονη διαδικασία.
- Οι συναντήσεις συνιστούν μία υποστήριξη προς τους πελάτες ενόσω εκείνοι εργάζονται μόνοι τους πάνω στο ζήτημα που τους απασχολεί.



- Δεν ενθαρρύνεται η εξάρτηση μέσα στο πλαίσιο της σχέσης συμβούλου-πελάτη.
- Η σειρά των συναντήσεων προγραμματίζεται έτσι, ώστε η τελευταία να μην απέχει πολύ από την πρώτη.

- Ο σχεδιασμός δράσης δεν αποτελεί το τελευταίο μέρος της επαγγελματικής συμβουλευτικής. Η τελευταία συνάντηση μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως ένας τρόπος ανασκόπησης όπου αντιμετωπίζεται κάθε εμπόδιο και γιορτάζονται οι επιτυχίες.

Ο τερματισμός της συμβουλευτικής διαδικασίας δεν είναι πάντα τόσο απλός, καθώς υπάρχουν πελάτες που θα βιώσουν συναισθήματα απώλειας. Κάποιες επιπλέον συναντήσεις ίσως να είναι βοηθητικές.



Υπάρχει πιθανότητα η επαγγελματική συμβουλευτική να φέρει στην επιφάνεια δυνάτα ζητήματα. Οι σύμβουλοι χρειάζεται να το γνωρίζουν και να διαθέτουν τις κατάλληλες δεξιότητες για να αντιμετωπίσουν την κατάσταση.



Συνεχιζόμενη υποστήριξη



Ανάγκη για υποστήριξη

Είναι πολύ σημαντικό για τον πελάτη:

- ✓ να μπορεί να συζητήσει με κάποιον για τα αποτελέσματα των ενεργειών του,
- ✓ να νιώθει πως υπάρχει κάποιος δίπλα του, ο οποίος πιστεύει σ' αυτόν και τον σέβεται, ακόμα και όταν οι άλλοι τον αποδοκιμάζουν,
- ✓ να τον ενθαρρύνει κάποιος, αναγνωρίζοντας ακόμα και τις μικρές επιτυχίες του.



Συνάντηση ανασκόπησης

Η συνάντηση ανασκόπησης εξυπηρετεί την ανάγκη του πελάτη για υποστήριξη και επιπλέον:

- ✓ βοηθάει τον πελάτη να αναγνωρίσει την αξία της προσφοράς του συμβούλου για περαιτέρω υποστήριξη στο μέλλον,
- ✓ παρέχει στον πελάτη τεχνικές εγρήγορσης,
- ✓ ολοκληρώνει τη διαδικασία της επαγγελματικής συμβουλευτικής.



Συνέχεια...

Λειτουργίες των συναντήσεων ανασκόπησης:

- ✓ Αναγνωρίζουμε τις μικρές επιτυχίες
- ✓ Γιορτάζουμε την επίτευξη του σχεδίου δράσης
- ✓ Αναδιαμορφώνουμε το σχέδιο δράσης
- ✓ Κάνουμε «πρόβα» στις τεχνικές αναζήτησης εργασίας
- ✓ Εξετάζουμε κάποια επίμονη αυτοπεριοριστική πεποίθηση



Συνέχεια...

Ο σύμβουλος πρέπει:

- ✓ να ενσωματώσει τη συνάντηση ανασκόπησης στο πρόγραμμα της επαγγελματικής συμβουλευτικής,
- ✓ να είναι σαφής σχετικά με το τι περιλαμβάνει η παροχή υποστήριξης,
- ✓ αν κριθεί απαραίτητο να γίνει ένα νέο συμβόλαιο για περισσότερες συναντήσεις από τις συμφωνημένες στο αρχικό συμβόλαιο.



ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ
ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΔΙΔΑΚΤΩΝ
ΓΙΑΣΕΠΙΕΠΙΘΗΜΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.

Τεχνικές για να διατηρηθεί ο πελάτης σε εγρήγορση

Οι τεχνικές εγρήγορσης βοηθούν τον πελάτη ώστε:

- ✓ να ενθαρρυνθεί και να ενισχυθεί προκειμένου να υλοποιήσει τα σχέδια δράσης του,
- ✓ να προλάβει μια κατάσταση αδράνειας,
- ✓ να αποφύγει παλαιότερες μορφές συμπεριφοράς (π.χ. αναβολή, καθυστέρηση),
- ✓ να αμυνθεί απέναντι σε εξωτερικούς παράγοντες (π.χ. άτομα, αντικείμενα) που ενεργούν ανασταλτικά στην εφαρμογή των σχεδίων δράσης του.



ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΚΑΙ
ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΔΙΔΑΚΤΩΝ
ΓΙΑΣΕΠΙΕΠΙΘΗΜΙΩΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε.

Ποιες είναι αυτές οι ΤΕΧΝΙΚΕΣ ;

1) Πρόβα

Χρησιμοποιείται από τον σύμβουλο για να βοηθήσει τους πελάτες με:

- ✓ Μια συνέντευξη πρόσληψης
- ✓ Τους τρόπους που θα δικτυωθούν
- ✓ Τους τρόπους προσέγγισης των εργοδοτών

Η τεχνική της πρόβας:

- ✓ είναι ωφέλιμη για πελάτες που δεν έχουν αρκετή αυτοπεποίθηση
- ✓ βοηθάει ιδιαίτερα τις γυναίκες που επιστρέφουν στην αγορά εργασίας
- ✓ χρησιμοποιείται σε άτομα που δεν έχουν αναζητήσει δουλειά για μεγάλο χρονικό διάστημα

2) Χρήση της περίληψης

Η περίληψη περιλαμβάνει:

- ✓ τα βασικά σημεία που προέκυψαν από τις ασκήσεις, από τα τεστ και τις συναντήσεις μαζί με το σχέδιο δράσης,
- ✓ την πρόοδο που σημείωσε ο πελάτης κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής συμβουλευτικής,
- ✓ τις ενέργειες που χρειάζεται να κάνει ο πελάτης στη συνέχεια.



Η περίληψη βοηθάει τον πελάτη καθώς:

- ✓ λειτουργεί ως εξωτερική καταγραφή της διαδικασίας της επαγγελματικής συμβουλευτικής,
- ✓ δίνει ώθηση στην διαδικασία της ανάληψης δράσης,
- ✓ υπενθυμίζει στον πελάτη τα βασικά σημεία της συμβουλευτικής διαδικασίας.

Αλλά και ο σύμβουλος επωφελείται καθώς:

- ✓ αποτελεί διαδικασία ολοκλήρωσης και απελευθέρωσης.



3) Άλλοι φυσικοί παράγοντες που υπενθυμίζουν στον πελάτη το σχέδιο δράσης του.

- ✓ Το καρφίτσωμα του σχεδίου δράσης σε εμφανές σημείο
- ✓ Δημιουργία κουτιού ως αρχείο επαγγελματικής ανάπτυξης
- ✓ Ημερολόγιο επαγγελματικής ανάπτυξης
- ✓ Πίνακας ανακοινώσεων
- ✓ Προγραμματισμός συνάντησης επαγγελματικής ανασκόπησης
- ✓ Γράμμα υπενθύμισης στόχων και σχεδίου δράσης



4) Υποστήριξη από άλλους

Πρόκειται για 1 ή 2 κοντινά άτομα στα οποία μπορεί να στρέφεται ο πελάτης, όταν χρειάζεται στήριξη. Πιθανά άτομα:

- ✓ ένας σύντροφος
- ✓ φίλος
- ✓ συνάδελφος
- ✓ αδερφή ή αδερφός

Ο πελάτης ενθαρρύνεται να συζητήσει το σχέδιο δράσης του και να προγραμματίσει συχνές υποστηρικτικές συναντήσεις.



5) Επιβράβευση

Ο πελάτης ενθαρρύνεται ώστε να καταγράψει το είδος της επιβράβευσης που επιθυμεί να έχει κάθε φορά που θα σημειώνει κάποια πρόοδο.

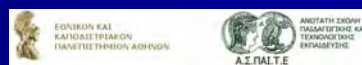
Μορφές επιβράβευσης:

- ✓ μυθιστορήματα
- ✓ ταινίες
- ✓ θέατρο
- ✓ σινεμά



Ανακεφαλαίωση

- Ο πελάτης αποφασίζει – Ο σύμβουλος διευκολύνει τη διαδικασία λήψης απόφασης και την οργάνωση ενός σχεδίου δράσης
- Η διαμόρφωση εναλλακτικών επαγγελματικών επιλογών ως βασική προϋπόθεση για τη λήψη απόφασης
- Οι γραπτές ασκήσεις σε αυτή τη φάση θα δώσουν στο πελάτη αίσθηση αυτονομίας και συνάμα θα βοηθήσουν τον Σύμβουλο να εντοπίσει τη πρόοδο την οποία έχει συντελέσει ο πελάτης μέχρι τώρα καθώς και τα βήματα που πρέπει να ακολουθηθούν
- Ο καθορισμός «έξυπνων» επαγγελματικών στόχων (ΤΙ) πρέπει να προηγείται του σχεδιασμού και της ανάληψης δράσης (ΠΩΣ)



Ανακεφαλαίωση

- Η διαδικασία της ανασκόπησης δίνει έμφαση στην πρόοδο που επιτεύχθηκε κατά τη διάρκεια της επαγγελματικής συμβουλευτικής
- Οι διαδικασίες τερματισμού της συμβουλευτικής σχέσης δεν είναι πάντα απλές και εύκολες
- Ο σύμβουλος θα πρέπει να διαθέτει τις κατάλληλες δεξιότητες για να ανταπεξέλθει στις δύσκολες καταστάσεις
- Πρέπει να λαμβάνεται υπόψη το ενδεχόμενο της ενσωμάτωσης στο σύμβολο της επαγγελματικής συμβουλευτικής μιας «συνάντησης ανασκόπησης»
- Είναι σημαντικό να μαθαίνει ο πελάτης τεχνικές, οι οποίες θα τον βοηθήσουν να παραμείνει σε εγρήγορση.





10.

(6)

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ





ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Α.Σ.ΠΑΙ.Τ.Ε

▪ **ΚΕΝΤΡΟ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ
ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ**

*Τομέας Ψυχολογίας
Πανεπιστήμιο Αθηνών*

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ: ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ-ΔΗΜΑΚΑΚΟΥ
ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΕΠΕΑΕΚ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΣΥΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



Η ΠΑΙΔΕΙΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ
Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Εκπαίδευσης και Αρχικής
Επαγγελματικής Κατάρτισης

▪ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Ψυχομετρικές δοκιμασίες

- Τι είναι οι ψυχομετρικές δοκιμασίες;

είναι εργαλεία μέτρησης που χρησιμοποιούνται για να διευκολύνουν και να βελτιώσουν τη διαδικασία και τα αποτελέσματα της επαγγελματικής συμβουλευτικής

- Ποια η χρήση τους στην επαγγελματική συμβουλευτική;

Η ψυχολογική αξιολόγηση με στόχο την επαγγελματική συμβουλευτική

- βοηθά τον πελάτη να κατανοήσει τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του, τα οποία συνδέονται με την επαγγελματική σταδιοδρομία
 - Ποιος είμαι;
 - Σε ποια φάση βρίσκομαι;
 - Τι θέλω, πού θέλω να φθάσω;
 - Τι με εμποδίζει να φθάσω στο στόχο μου;

- Βελτιώνει τη διαδικασία της επαγγελματικής συμβουλευτικής
- Παρέχει έναν πιο επιστημονικό προσανατολισμό
- Μας δίνει τρόπους να ενισχύσουμε και να επιβεβαιώσουμε τις υποθέσεις μας

Η χρήση των τεστ και των ερωτηματολογίων

Δίνουν τη δυνατότητα

- Να δημιουργηθεί ένα πλαίσιο διαλόγου
- Να αυξηθεί η σαφήνεια και η εμπιστοσύνη
- Να βελτιωθεί η αυτογνωσία του ατόμου
- Να ενισχυθούν μακροχρόνιες προοπτικές
- Να μειωθεί το ρίσκο μιας τυχαίας απόφασης
- Να κατορθώσει το άτομο να ερμηνεύσει παλιότερες συμπεριφορές στο χώρο εργασίας

Δημιουργία πλαισίου διαλόγου

- Το γεγονός ότι οι πελάτες καλούνται να κατατάξουν τους εαυτούς τους σε μια κλίμακα από το 1 έως το 10 μπορεί να οδηγήσει ευκολότερα σε μια πλούσια συζήτηση απ' ότι αν ο σύμβουλος χρησιμοποιούσε απλώς την έκφραση θα ήθελα να συζητήσουμε πόσο.....
- Οι πελάτες αναλαμβάνουν ευθύνη στην αξιολόγηση και ο σύμβουλος παύει να έχει το ρόλο του κριτή



Αύξηση σαφήνειας και εμπιστοσύνης

- **Επιτυγχάνεται**, όταν δίνεται η δυνατότητα στους πελάτες να εντοπίσουν τις πεποιθήσεις που έχουν για τον εαυτό τους, σε σχέση με διάφορα προσωπικά χαρακτηριστικά
- Η συζήτηση που ακολουθεί μπορεί να οδηγήσει σε επιβεβαίωση της άποψης που έχει ο πελάτης για τον εαυτό του, καθώς και σε αποδοχή οποιουδήποτε απρόσμενου ευρήματος πιθανόν ανακύψει



Βελτίωση της αυτογνωσίας του ατόμου

- Τα ψυχομετρικά μέσα ενδέχεται να δώσουν τη δυνατότητα στους πελάτες να δουν τους εαυτούς τους ή τις ευκαιρίες από άλλη σκοπιά

Ενίσχυση μακροχρόνιων προοπτικών

- Ο πελάτης μπορεί να κάνει σχέδια για το μέλλον, με την προσδοκία ότι το χαρακτηριστικό του εαυτού του θα παραμείνει σταθερό μέσα στα επόμενα χρόνια
- Το άτομο μπορεί να έχει μια αίσθηση ελέγχου πάνω στο μέλλον του, την οποία προηγουμένως δεν είχε

Μειώνουν το ρίσκο μιας τυχαίας απόφασης

- Η δομή που παρέχει η συστηματική και εκτενής χρήση των τεστ και των ερωτηματολογίων μπορεί να βοηθήσει τους πελάτες να βάλουν σε τάξη τις σκέψεις τους και να περιορίσουν την τάση να λαμβάνουν αποφάσεις σε καταστάσεις πανικού

Βοήθεια στην ερμηνεία παλιότερων μορφών συμπεριφοράς στο χώρο εργασίας

- Μπορεί να εξηγηθεί ο λόγος που ένα άτομο εκδηλώνει μια συγκεκριμένη συμπεριφορά στον εργασιακό χώρο

- Πώς και πότε είναι η κατάλληλη στιγμή για να εισαχθούν τα τεστ στην επαγγελματική συμβουλευτική;

Προϋποθέσεις για τη χρήση των τεστ και ερωτηματολογίων

- Οι χρήστες εργαλείων επαγγελματικής αξιολόγησης πρέπει να:
 - ακολουθούν τις αρχές της αξιολόγησης και τις οδηγίες του εγχειριδίου που συνοδεύει το εργαλείο
 - έχουν γνώσεις ψυχομετρίας και να τις χρησιμοποιούν στην ερμηνεία των αποτελεσμάτων των εργαλείων

Ακόμη... .

- μην υπερτονίζουν τη σπουδαιότητα των εργαλείων και να καθιστούν σαφείς τους περιορισμούς που αυτά έχουν
- παρουσιάζουν στοιχεία που συγκεντρώνουν από τα εργαλεία, στα πλαίσια μιας αποτελεσματικής συμβουλευτικής διαδικασίας

Στη χρήση των τεστς και ερωτηματολογίων

- **Χρειάζεται να λαμβάνεται υπόψη**
 - Η εγκυρότητα και αξιοπιστία του εργαλείου
 - Το κόστος
 - Ο χρόνος επίδοσης του μέσου
 - Η αντίδραση του πελάτη στο μέσο
 - Η άνεση του συμβούλου στη χρήση του ερωτηματολογίου
 - Η ευκολία διαχείρισης, βαθμολόγησης και ερμηνείας του ερωτηματολογίου
 - Η χρησιμότητα του εργαλείου και η συσχέτισή του με το σκοπό της αξιολόγησης

Οι σύμβουλοι πρέπει πάντα να έχουν υπόψη τους

- Τα ψυχομετρικά μέσα

- δεν μπορούν να μετρήσουν σπάνια χαρακτηριστικά, μετρούν μόνο χαρακτηριστικά κοινά σε πολλούς ανθρώπους

- μας δίνουν πολύ λίγες πληροφορίες για την εξέλιξη ή τη δυναμική ενός ατόμου

- εάν χρησιμοποιηθούν έξω από τη συμβουλευτική διαδικασία μπορεί να μειώσουν την ικανότητα λήψης αποφάσεων του πελάτη

- αξιολογούν χαρακτηριστικά που δεν είναι στατικά. Δεν μας δίνουν πληροφορίες για το εάν και πώς μπορούν να αλλάξουν με τον καιρό



Τι περιλαμβάνουν τα ψυχομετρικά μέσα

- Ψυχομετρικές δοκιμασίες (τεστ)

- Ερωτηματολόγια

Τεστ, ορίζεται μια συστηματική, αντικειμενική μέτρηση συμπεριφοράς που έχει σωστές και μη σωστές απαντήσεις και συμπληρώνεται σε συγκεκριμένο χρόνο

Ερωτηματολόγιο, ορίζεται μια ανάλογη μέτρηση, στην οποία όμως οι απαντήσεις δεν θεωρούνται σωστές ή λανθασμένες, ούτε συμπληρώνεται σε συγκεκριμένο χρόνο



Τεστ ικανοτήτων

- μετρούν την ιδιαίτερη ικανότητα ενός πελάτη σε κάποιο **συγκεκριμένο θέμα** και σε **συγκεκριμένη χρονική περίοδο**
- επιτρέπουν να αναφανούν οι ικανότητες του ατόμου, όχι μόνο μέσου του **επίπεδου** ικανότητας που έχει κατακτηθεί, αλλά και μέσω της **διαφοράς** που πέτυχε το άτομο σε σχέση με το γενικό πληθυσμό

Είναι ιδιαίτερος χρήσιμα όταν...

- Ο πελάτης έχει υπερβολική ή μειωμένη αυτοπεποίθηση για το επίπεδο της συγκεκριμένης ικανότητας ή βρίσκεται σε σύγχυση
- Ο πελάτης θέλει να αποκτήσει κάποια εμπειρία στα τεστς που χρησιμοποιούν οι εργοδότες στην επιλογή
- Ο πελάτης θέλει να αποκτήσει μεγαλύτερη κατανόηση δυνατοτήτων για να διευκολυνθεί στο σχεδιασμό της σταδιοδρομίας και στη λήψη αποφάσεων

Συνήθως περιλαμβάνουν... .

- αισθητηριακές ικανότητες
- κινητικές ικανότητες
- μηχανική δεξιότητα
- αίσθηση χώρου
- υπαλληλική ικανότητα
- καλλιτεχνική ικανότητα
- γλωσσική ικανότητα

Ένα τεστ διαφορικών
ικανοτήτων

- **μπορεί να βοηθήσει να τεθούν τα ακόλουθα ερωτήματα**
 - ο πελάτης μαθαίνει ευκολότερα με την πρακτική εξάσκηση ή με τρόπους περισσότερους θεωρητικούς;
 - ο πελάτης καταφέρνει να εργάζεται ευκολότερα με αριθμούς ή με λέξεις;
 - πόσο γρήγορα μπορεί ο πελάτης να κάνει πρόχειρους υπολογισμούς;
 - ο πελάτης επιλύει προβλήματα εστιάζοντας στο όλο ή ερευνώντας τις λεπτομέρειες;

Ερωτηματολόγια δεξιοτήτων

- «δεξιότητα» σημαίνει η ικανότητα να κάνει κάποιος κάτι καλά, ως αποτέλεσμα, ταλέντου, κατάρτισης η εξάσκησης
- αξιολογούν στάσεις και συμπεριφορές που είναι απαραίτητες για να βρει κάποιος μια θέση εργασίας, για να τη διατηρήσει και να εξελιχθεί σ' αυτήν, να εργάζεται αρμονικά με άλλους σε μια δουλειά και να επιτυγχάνει καλύτερα αποτελέσματα



Επαγγελματικά διαφέροντα

- Τα διαφέροντα εκφράζουν ό,τι μας αρέσει και ό,τι δεν μας αρέσει
- Τα διαφέροντα, οι δραστηριότητες που είναι ευχάριστες και μας προσφέρουν επιβράβευση αποτελούν βασικό μέσο παρότρυνσης του ατόμου
- Η ικανότητα από μόνη της δεν αρκεί, αν δεν υπάρξει και το κατάλληλο ενδιαφέρον που θα την ενισχύσει



- αν τα άτομα δεν μπορούν να καταλάβουν και να εκφράσουν τα πραγματικά τους ενδιαφέροντα, ίσως καταλήξουν σε κατευθύνσεις που τους έχουν υποδείξει άλλοι

Αυτοαξιολόγηση ενδιαφερόντων

- σύμβουλος χρησιμοποιώντας ορισμένες ερωτήσεις μπορεί να βοηθήσει τους πελάτες να ανακαλύψουν τα ενδιαφέροντά τους
- Ποια μαθήματα σου άρεσαν περισσότερο στο σχολείο;
- Ποιες εργασίες/ πλευρές της εργασίας απολαμβάνεις περισσότερο;
- Τι επιπλέον εξωσχολικά μαθήματα παρακολουθούσες με ευχαρίστηση;
- Με τι ασχολίες καταπιάνεσαι τον ελεύθερο χρόνο σου;
- Για ποια θέματα σου αρέσει να διαβάζεις περισσότερο;
- Ποιες δεξιότητες σου αρέσει να χρησιμοποιείς περισσότερο;

Ερωτηματολόγια διαφερόντων

- Η μία μέθοδος **συγκρίνει τα διαφέροντα** αυτού που συμπληρώνει το ερωτηματολόγιο **με τα διαφέροντα ανθρώπων που ασχολούνται σε διάφορα επαγγέλματα**
- Αυτή η μέθοδος βασίζεται στο εύρημα ότι **οι άνθρωποι που ανήκουν σε μια επαγγελματική ομάδα έχουν παρόμοια διαφέροντα, έλκονται μεταξύ τους και προς το επάγγελμα** λόγω αυτών των διαφερόντων, και είναι πιο πιθανόν να βρουν ικανοποίηση σε επαγγέλματα, στα οποία τα διαφέροντά τους είναι όμοια με εκείνα του τυπικά ικανοποιημένου εργαζόμενου



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

- Η δεύτερη μέθοδος βασίζεται **μάλλον στην ομοιότητα δραστηριοτήτων παρά ανθρώπων**, και **αξιολογεί τη σχέση μεταξύ δραστηριοτήτων που ένα πρόσωπο προτιμά ή αντιπαθεί και των δραστηριοτήτων που εμπλέκονται στην εκτέλεση των επαγγελμάτων**



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ
ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
Α.Σ.ΠΑΛ.Τ.Ε

Χρήση των ερωτηματολογίων διαφερόντων

- προάγουν τη γνώση γύρω από τα διαφέροντα και τα ταξινομούν
- παρουσιάζουν μη γνωστά επαγγέλματα
- αυξάνουν τη γνώση του κόσμου της εργασίας
- τονίζουν τις ασυμφωνίες μεταξύ διαφερόντων και ικανοτήτων
- «μεταφράζουν» τα διαφέροντα σε επαγγελματικούς όρους
- αυξάνουν το ρεαλισμό στους επαγγελματικούς στόχους
- διευκολύνουν την επίλυση συγκρούσεων στη λήψη αποφάσεων



Ερωτηματολόγιο Αυτοδιερεύνησης Επαγγελματικών Διαφερόντων Self-Directed Search (SDS)

- Το ερωτηματολόγιο βασίζεται στην τυπολογική θεωρία του Holland που προτείνει ότι οι άνθρωποι και τα εργασιακά περιβάλλοντα μπορούν να ταξινομηθούν σύμφωνα με έξι τύπους: εαλιστικό, Ερευνητικό, Καλλιτεχνικό, Κοινωνικό, Επιχειρηματικό και Συμβατικό
- μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να επιλέξουν εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς τομείς, οι οποίοι ταιριάζουν περισσότερο με τα διαφέροντα και τις δεξιότητες που οι ίδιοι δηλώνουν ότι έχουν



Αξίες

- Εκπροσωπούν το βαθμό στον οποίο το άτομο θεωρεί την εργασία του ως αξιόλογη
- Ο όρος «αξιόλογη» μπορεί να έχει σχέση με δύναμη, αυτονομία, δημιουργικότητα, αλtruισμό, γνώση, ασφάλεια, κοινωνική θέση, χρήματα

Επαγγελματικές αξίες

- που συναντώνται συχνά είναι:
οικονομικές απολαβές, αναγνώριση έργου που προσφέρει ο εργαζόμενος, ασφάλεια και η σταθερότητα στην εργασία, δημιουργικότητα που απαιτεί μια δουλειά, ποικιλία δραστηριοτήτων, γνώση, επαγγελματική εξέλιξη, καλές διαπροσωπικές σχέσεις, ανεξαρτησία, δυνατότητα σωματικής δραστηριότητας, ηγετική θέση, γόητρο

Κινητήριои τροχοί σταδιοδρομίας

- Είναι μια **εσωτερική δύναμη** που καθορίζει **τι θέλεις** και **τι χρειάζεσαι** στην επαγγελματική σου ζωή (Francis, 1985)
- Πολύ γνωστή προσέγγιση στους κινητήριους τροχούς της σταδιοδρομίας είναι οι **άγκυρες σταδιοδρομίας** (Schein, 1978)
- Μια **άγκυρα σταδιοδρομίας** βοηθά **το άτομο να σταθεροποιηθεί**, παρέχοντας του έναν άξονα γύρω από τον οποίο μπορεί να περιστρέφονται οι λιγότερο προσφιλείς «άγκυρες»



Κινητήριои τροχοί σταδιοδρομίας

- Ο άνθρωπος επιδιώκει
 - υλικές ανταμοιβές
 - ισχύς και επιρροή
 - αναζήτηση νοήματος
 - εξειδίκευση
 - δημιουργικότητα
 - στενή σχέση
 - αυτονομία
 - γόητρο
 - ασφάλεια



Άγκυρες σταδιοδρομίας

- Ο άνθρωπος έχει ανάγκη
 - Να το εκτιμούν για τις ειδικές δεξιότητές του
 - Να είναι υπεύθυνος για κάποιους ανθρώπους
 - Να έχει αυτονομία και ανεξαρτησία
 - Να έχει επιχειρηματική δημιουργικότητα
 - Να έχει ασφάλεια
 - Να υπηρετεί και να «βελτιώνει τον κόσμο»
 - Να δοκιμάζει τον εαυτό τους
 - Να έχει ισορροπία μεταξύ εργασίας και υπόλοιπης ζωής



Ερωματολογία προσωπικότητας

- Αξιολογούν προσωπικές, συναισθηματικές και κοινωνικές διαστάσεις της προσωπικότητας, καθώς και συμπεριφορά και ωριμότητα
- Πολλές φορές προκαλούν αισθήματα ανησυχίας ή φόβου σε ανθρώπους που πιστεύουν ότι μπορεί να εκτεθούν ή να δώσουν αρνητικές πληροφορίες για τον εαυτό τους
- Για το λόγο αυτό χρειάζεται επαρκής χρόνος για συζήτηση των αντιδράσεων του πελάτη



Τα ερωτηματολόγια προσωπικότητας

Επικεντρώνουν την έρευνα

- στην κατηγοριοποίηση των ατόμων σε διακριτές ομάδες ανθρώπων (**προσέγγιση τύπων**)
- στην περιγραφή των ατόμων βάσει του πόσο κατέχουν χαρακτηριστικά των βασικών διαστάσεων προσωπικότητας (**προσέγγιση χαρακτηριστικών**)



Ερωτηματολόγια λήψης απόφασης

- Αξιολογούν τον τρόπο που παίρνουμε αποφάσεις
- αναζητούν τους παράγοντες (ή τις πηγές) που ευθύνονται για τις δυσκολίες των αποφάσεων
- μετρούν το βαθμό που οι παράγοντες αυτοί, επηρεάζουν την ικανότητα του ατόμου να λαμβάνει σωστές και αποτελεσματικές επαγγελματικές αποφάσεις



Κίνδυνοι που ελλοχεύουν από τη χρήση των τεστ στην επαγγελματική συμβουλευτική

- Υπερβολική έμφαση στην ερμηνεία του τεστ
- Η κυριαρχία των τεστ στη συμβουλευτική συζήτηση
- Τα τεστ δεν είναι κατάλληλα για τον καθένα
- Σύγκριση μεταξύ ενδιαφερόντων και ικανοτήτων

βιβλιογραφία

- Nathan, R. & Hill, L. (2006). *Επαγγελματική Συμβουλευτική: Η συμβουλευτική προσέγγιση της επαγγελματικής επιλογής και σταδιοδρομίας* (Δ. Σιδηροπούλου-Δημακάκου, μετάφραση-επιστημονική επιμέλεια). Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Δ. Σιδηροπούλου-Δημακάκου (2007). *Μετρήσεις Ειδικών Διαφερόντων Κλίσεων και Ικανοτήτων*. Διδακτικές Σημειώσεις για τους φοιτητές του Προγράμματος Ψυχολογίας, Πανεπιστημίου Αθηνών.

Η αξιολόγηση προαγάγει τη
συμβουλευτική διαδικασία

- Όταν οι πληροφορίες που αντλούμε μέσω της αξιολόγησης μπορούν:
 - Να αποτελέσουν πηγή ανατροφοδότησης
 - Να προσφέρουν νέες προοπτικές, εναλλακτικές λύσεις και στρατηγικές
 - Να διδάξουν ή να παρουσιάσουν νέες ιδέες και κατευθύνσεις
 - Να λειτουργήσουν ως ερέθισμα για συζήτηση