

Η γνώση του εαυτού μας κλειδί για τη σωστή επιλογή σπουδών και επαγγέλματος

Χαρακτηριστικά προσωπικότητας,
αξίες, ενδιαφέροντα και
ικανότητες/δεξιότητες

Μάιος 2017

Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΠΟΡΕΙΑΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ

- Καθημερινά στη ζωή μας παίρνουμε μικρές ή μεγάλες αποφάσεις. Οι περισσότερες από αυτές λαμβάνονται αυθόρμητα χωρίς πολύ σκέψη.
- Ειδικά σε κάθε στάδιο μετάβασης στο Εκπαιδευτικό Σύστημα, καλούμαστε να πάρουμε αποφάσεις για τα επόμενα βήματά μας, να κάνουμε επιλογές για το μέλλον.
- Για να παίρνουμε τις κατάλληλες αποφάσεις ειδικά για τις σπουδές, χρειάζεται να έχουμε γνώση του εαυτού μας - της προσωπικότητάς μας και πληροφορίες για σχολές και επαγγέλματα.

Πως μαθαίνουμε τον «εαυτό» μας

- ❖ Με ατομική διερεύνηση - αυτοπαρατήρηση και αξιολόγηση διαφόρων προσωπικών δεδομένων,
- ❖ Συζητώντας με τους γονείς μας,
- ❖ Με τη βοήθεια των «σημαντικών άλλων» συγγενείς, φίλοι, κοινωνικός περίγυρος ...
- ❖ Με τη βοήθεια αξιόπιστων εργαλείων αξιολόγησης, (Ερωτηματολόγια-Τεστ)

Ο εαυτός μου - Χαρακτηριστικά προσωπικότητας

Είμαι...

εργατικός/η
επίμονος/η
ευσυνείδητος/η
πρωτότυπος/η
ανοικτόμυαλος/η
αναίσθητος/η
ειλικρινής
περίεργος/η
νοικοκυρεμένος/η
ενθουσιώδης
φιλικός/η
επιμελής
διακριτικός/η
αφοσιωμένος/η
επιφυλακτικός/η
περιπετειώδης
πειθήνιος/α

δημιουργικός/η
τελειομανής
ευέλικτος/η
συμπονετικός/η
αναλυτικός/η
καινοτόμος/α
αξιόπιστος/η
ριψοκίνδυνος/η
δραστήριος/α
υπομονετικός/η
σταθερός/η
επινοητικός/η
ακριβής
αυστηρός/η
πιστός/η
γενναιόδωρος/η
θαρραλέος/α

εργάζομαι καλά μόνος/η μου
μαθαίνω γρήγορα
αρθρώνω καθαρά
ανοικτός/η σε νέες ιδέες
ήρεμος/η
ευαίσθητος/η
διεκδικητικός/η
έχω αυτοπεποίθηση
αποφασιστικός/η
απολαμβάνω την πίεση
καλά οργανωμένος/η
έτοιμος/η για δράση
απολαμβάνω τις προκλήσεις
ενδιαφέρομαι για τους ανθρώπους
ενδιαφέρομαι για το αποτέλεσμα
ψύχραιμος (υπό πίεση)
έχω αυτοέλεγχο

Ο εαυτός μου - Ενδιαφέροντα

Μου αρέσει να...

ΠΡ1 Κατασκευάζω αντικείμενα

ΕΡ1 Εξερευνώ καινούργια πράγματα

ΚΑ1 Χορεύω ή να τραγουδώ ή να ζωγραφίζω

ΚΟ1 Βοηθάω τους φίλους μου όταν μου το ζητούν

ΕΠ1 Οργανώνω σχέδια δράσης

ΟΔ1 Συλλέγω αντικείμενα

ΠΡ2 Φροντίζω ζώα

ΚΑ2 Συμμετέχω σε θεατρικές ομάδες ή γράφω μικρές ιστορίες

ΕΡ2 Ασχολούμαι με πνευματικά παιχνίδια

ΚΟ2 Παίρνω μέρος σε ομαδικές δραστηριότητες

ΕΠ2 Καθοδηγώ και να ασκώ επιρροή στους άλλους

ΟΔ2 Είναι ο χώρος μου καθαρός και τακτοποιημένος

ΠΡ3 Περιποιούμαι και να καλλιεργώ φυτά

ΕΡ3 Ασχολούμαι με τους υπολογιστές

ΚΑ3 Μαθαίνω να παίζω κάποιο μουσικό όργανο

ΚΟ3 Διδάσκω σε παιδιά ή ενήλικες

ΕΠ3 Λύνω προβλήματα θέτοντας σε κίνδυνο τον εαυτό σου

ΟΔ3 Εργάζομαι σε γραφείο

Ο εαυτός μου - Ικανότητες/δεξιότητες

Ικανότητες

- όραση, ακοή, αφή (αισθητηριακές)
- συντονισμός και επιδεξιότητα κινήσεων, ρυθμός, σπορ (κινητικές)
- κατανόηση μηχανικών λειτουργιών (μηχανικές)
- μνήμη, αντίληψη χώρου, παρατήρηση, φαντασία, μαθηματική, γλωσσική (νοητικές)
- μουσική, εικαστικά, υποκριτική (καλλιτεχνικές)

Δεξιότητες. Μπορώ να...

- επικοινωνώ άμεσα και σωστά, γραπτά ή προφορικά, με τους άλλους (επικοινωνίας)
- προσαρμόζομαι σε νέες συνθήκες, ιδέες, καταστάσεις (προσαρμοστικότητα)
- διαχειρίζομαι και να οργανώνω σωστά το χρόνο μου (διαχείρισης χρόνου)
- παρουσιάζω τον εαυτό μου, τις ικανότητές μου, το έργο μου (αυτοπαρουσίασης)
- παίρνω αποφάσεις έγκαιρα με ορθό και αποτελεσματικό τρόπο (λήψης απόφασης)
- παίρνω πληροφορίες και να τις αξιοποιώ (αναζήτησης και χρήσης πληροφοριών)
- δέχομαι καινούργιες ιδέες και δεν διστάζω να τις υιοθετώ (αποδοχής καινοτομίας)
- βρίσκω νέες εναλλακτικές λύσεις, όταν αλλάζουν οι συνθήκες (ευελιξίας)

Επίτευγμα. Σημείωσε μια επιτυχία για την οποία νοιώθεις περήφανος...

- Τι έκανες για να πετύχεις το στόχο σου
- Τι έμαθες για τον εαυτό σου από αυτήν την εμπειρία

Ο εαυτός μου - Αξίες

Θέλω (είναι σημαντικό για μένα):

- Υπευθυνότητα
- Αναγνώριση από τους άλλους
- Φήμη
- Ευκαιρίες να συναναστρέφομαι με κόσμο
- Αίσθημα επιτυχίας
- Ευκαιρίες να λύνω νέα και δύσκολα προβλήματα
- Οικονομική άνεση
- Δυνατότητα να παίρνω αποφάσεις
- Δράση και ποικιλία
- Απουσία πιέσεων - συγκρούσεων
- Κύρος- κοινωνικό γόητρο
- Ταξίδια - συχνές μετακινήσεις
- Ασφάλεια και μονιμότητα
- Ευκαιρίες για προσφορά υπηρεσιών στους άλλους
- Δυνατότητα καλλιέργειας των ικανοτήτων μου
- Δυνατότητα έκφρασης δημιουργικότητας -πρωτοτυπίας
- Δυνατότητα να επιβάλλω στους άλλους τις απόψεις μου
- Ανεξαρτησία- αυτονομία

ΛΗΨΗ ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

*Για να πάρουμε μια ορθολογική απόφαση όσον αφορά τις σπουδές μας μέσα από την Επιλογή Σχολών στο Μηχανογραφικό Δελτίο Υποψηφίου πρέπει να λάβουμε υπόψη μας **τέσσερις παράγοντες** :*

- **Αυτογνωσία:** Τα στοιχεία που εκφράζουν την **προσωπικότητά** μας (Αξίες, Ικανότητες, Δεξιότητες, Ενδιαφέροντα, Επιθυμίες- Προτιμήσεις κ.α.),
- **Πληροφόρηση:** Να γνωρίζουμε καλά το **αντικείμενο των σπουδών** όλων των σχολών που παρέχονται από την Πολιτεία στα Ελληνικά Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα (ΑΕΙ), καθώς & τα **μαθήματα** που διδάσκονται & τον **απαιτούμενο χρόνο σπουδών!**
- **Προοπτικές:** Ποια είναι η **δυνατότητα απορρόφησης** των Πτυχιούχων μιας συγκεκριμένης σχολής ή τμήματος στην αγορά εργασίας, (Τι ειδικότητες έχει ανάγκη & ζητά η αγορά εργασίας),
- **Προϋποθέσεις:** Ποια **βαθμολογική επίδοση** πρέπει να πετύχουμε για να εισαχθούμε στη συγκεκριμένη σχολή ; (Βαθμολογική Βάση-Μόρια Εισαγωγής) & τι άλλο κριτήριο λαμβάνεται υπόψη, (Προκαταρκτικές εξετάσεις, Σωματομετρικά χαρακτηριστικά, ύψος, βάρος για Στρατιωτικές Αστυνομικές Σχολές ή ΤΕΦΑΑ).
- *Αυτό φαίνεται καλύτερα στον πίνακα που ακολουθεί :*

ΛΗΨΗ ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

ΕΑΥΤΟΣ (Στοιχεία προσωπικότητας ¹)

		Άγνωστος	Γνωστός
Π Ε Ρ Ι Β Α Λ Λ Ο Ν	Άγνωστο	ΣΥΓΧΥΣΗ Ή /ΚΑΙ ΠΑΡΑΛΥΣΗ	ΔΙΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ 1
	Γνωστό	ΕΞΑΡΤΗΜΕΝΗ ΑΠΟΦΑΣΗ 2.3.4	ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΠΟΥΔΩΝ 1.2.3.4
2,3,4			

ΛΗΨΗ ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΠΟΥΔΩΝ

- ❖ *Αν παρόλα αυτά προβληματιζόμαστε ακόμη μεταξύ τριών ή περισσότερων εναλλακτικών επιλογών, τότε παίρνουμε χαρτί και μολύβι και σημειώνουμε τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα της κάθε επιλογής :*
 - Προσδιορίζουμε την απόφαση που πρέπει να πάρουμε,
 - Μελετούμε τις εναλλακτικές επιλογές που έχουμε και συλλέγουμε πληροφορίες για την κάθε μια,
 - Αξιολογούμε τις επιλογές μας σύμφωνα με τις πληροφορίες που έχουμε συγκεντρώσει (Πλεονεκτήματα - Μειονεκτήματα),
 - Επιλέγουμε μια από τις εναλλακτικές επιλογές,
 - Σχεδιάζουμε πρόγραμμα δράσης για να υλοποιήσουμε την απόφασή μας.

ΠΑΙΡΝΩ ΜΙΑ ΑΠΟΦΑΣΗ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΠΟΥΔΩΝ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ ΛΥΣΕΩΝ

Ετοιμάζεσθε να επιλέξετε Σχολές στο πλαίσιο συμπλήρωσης του Μηχανογραφικού Δελτίου Υποψηφίου του ΥΠΕΘ. Στόχος σας είναι, μέσα από την κατάλληλη επιλογή σχολής να σπουδάσετε ένα επιστημονικό αντικείμενο που αφενός θα σας ικανοποιεί πνευματικά και ψυχικά και αφετέρου θα σας δίνει καλύτερες προοπτικές εισόδου στην αγορά εργασίας. Έχετε να επιλέξετε ανάμεσα σε τρεις ή περισσότερες σχολές που προσφέρονται στα Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα της Χώρας μας. Στην πραγματικότητα είναι πολύ περισσότερες. (Το 2016 υπάρχουν στο Μηχανογραφικό 594 επιλογές). Καθοριστικό ρόλο στην επιλογή παίζει ο βαθμός πρόσβασης και το σύνολο των μορίων που συγκέντρωσε ο υποψήφιος. Με τα μόρια που συγκεντρώσατε μελετάτε τρεις επιλογές:

Α. Πρόκειται για το Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης Ρόδου, που σας ενδιαφέρει σαν αντικείμενο σπουδών και επαγγέλματος αλλά βρίσκεται αρκετά μακριά από τον τόπο κατοικίας σας & έχετε πληροφορίες ότι υπάρχει κάποια πιθανότητα μετεγγραφής χωρίς να είναι σίγουρη.

Β. Πρόκειται για το Τμήμα Γεωπονίας Θεσσαλονίκης Α.Π.Θ., όπου όμως δεν είναι στα πρώτα ενδιαφέροντά σας.

Γ. Πρόκειται για το Τμήμα Πληροφορικής Ιονίου στην Κέρκυρα από όπου κατάγεσθε και υπάρχει δυνατότητα διαμονής-φιλοξενίας. Προσπαθήστε να πάρετε μια απόφαση εφαρμόζοντας τον παρακάτω πίνακα.

ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΛΥΣΕΙΣ	ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ	ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ	ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΣΤΟΧΩΝ	ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΤΡΟΠΟΙ ΓΙΑ ΠΑΡΑΚΑΜΨΗ
Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης Ρόδου	Με ενδιαφέρει πολύ το επάγγελμα του Δασκάλου, Πιστεύω ότι είναι εύκολος ο διορισμός	Είναι μακριά από την πόλη μου	ΝΑΙ	Διερεύνηση για μετεγγραφή στην πόλη μου, Έρευνα για ύπαρξη φοιτητικής εστίας
Τμήμα Γεωπονίας Θεσσαλονίκης Α.Π.Θ	Η Σχολή είναι στη Θεσσαλονίκη και μάλιστα στο Αριστοτέλειο που πιστεύω ότι είναι καλό Πανεπιστήμιο	δεν είναι στα πρώτα ενδιαφέροντά μου	Δεν γνωρίζω τι προοπτικές έχει στην Αγορά εργασίας	Διερεύνηση των προοπτικών στην Αγορά εργασίας και αν υπάρχουν Μεταπτυχιακές σπουδές με ενδιαφέρον
Τμήμα Πληροφορικής Ιονίου στην Κέρκυρα	Με ενδιαφέρει σχετικά σαν αντικείμενο σπουδών Είναι ο τόπος καταγωγής μου και υπάρχει δυνατότητα διαμονής ...	Είναι μακριά από την πόλη μου Δεν ξέρω αν θα τα καταφέρω	ΝΑΙ με ;;	Διερεύνηση του προγράμματος σπουδών-μαθήματα και αν υπάρχουν Μεταπτυχιακές σπουδές με ενδιαφέρον

ΤΕΛΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ: Θα επιλέξω 1° το Τμήμα ... ,

2° το Τμήμα ...,

3° Τμήμα το ...

Υπουργείο Παιδείας - ΕΟΠΠΕΠ Διαδραστική Πύλη Εφήβων

- ❖ Ελεύθερη διάθεση αξιόπιστων εργαλείων αξιολόγησης, (ερωτηματολόγια-Τεστ)

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Διαδικτυακή Πύλη
Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού
Προσανατολισμού

www.eoppep.gr/teens

Είσαι μαθητής/τρια Γυμνασίου-Λυκείου;
Είσαι νέος/α που σχεδιάζεις τη σταδιοδρομία σου;

Άνοιξε την Πύλη στο μέλλον σου!

Ο εαυτός μου Βιβλιογραφία - Επικοινωνία

Βιβλιογραφία

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (2004). *Ετοιμάζομαι για τη ζωή (Γ' Γυμνασίου) Βιβλίο μαθητή*. ΣΤ' έκδ. Αθήνα: ΟΕΔΒ

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (2007). *Σχεδιάζω το επαγγελματικό μου μέλλον (Γ' Γυμνασίου) Βιβλίο μαθητή*. Β' έκδ. Αθήνα: ΟΕΔΒ

Amundson N. e.t.(2007). *Careerscope (Καριεροσκόπιο)*. Αθήνα: ΕΚΕΠ

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο (2011). *Σχεδιάζω το μέλλον μου (Α' Λυκείου) Βιβλίο μαθητή*. Ζ' έκδ. Αθήνα: ΟΕΔΒ

Επικοινωνία



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Δελφών 3 Ευκαρπία, 56429 Θεσσαλονίκη. Τηλ. 2310 680728

<http://emp-gate.eu>, e-mail: info@emp-gate.eu



ΚΕΣΥΠ Νεάπολης

Αγ. Στεφάνου 26, 56727 Νεάπολη Θεσσαλονίκη. Τηλ.:2310 550240

<http://1kesyp-v.thess.sch.gr>, e-mail: mail@1kesyp-v.thess.sch.gr