Ένα Εγχειρίδιο
για την ανάπτυξη των Δεξιοτήτων (Soft Skills) των Νέων Ανθρώπων

Ολοκληρώνοντας το Ταξίδι

Ολοκληρώνοντας το Ταξίδι

Συγχαρητήρια!

Έφτασες στο τέλος του ταξιδιού. Είναι ώρα να αναλογιστείς για το πως οι δεξιότητές σου αναπτύχθηκαν, και για το πόσο μακριά έφτασες, γράφοντας τις απαντήσεις σου στα παρακάτω κουτιά.

Ποια ήταν η αγαπημένη σου δραστηριότητα στο Εγχειρίδιο; Γιατί;

Η ανάπτυξη ποιων δραστηριοτήτων σου άρεσε περισσότερο; Γιατί;

Γράψε 3 πράγματα που μπορείς να κάνεις τώρα και δεν μπορούσες να κάνεις προηγουμένως:

1.

2.

3.

Ποια ήταν η πιο υπερήφανη στιγμή σου ενώ δούλευες με το Εγχειρίδιο;

Ποια ήταν η μεγαλύτερη δυσκολία που συνάντησες;

(κάτι που σε δυσκόλεψε αρκετά αρχικά, αλλά κατάφερες να το κατακτήσεις στην πορεία)

Τώρα που είχες χρόνο για να κάνεις έναν απολογισμό, κάνε ξανά τον Τελικό Έλεγχο Δεξιοτήτων. Δεν χρειάζεται να το αποτυπώσεις σε Ιστόγραμμα, αλλά θα πρέπει να το κοιτάξεις και να το συγκρίνεις με το Αρχικό Τεστ Δεξιοτήτων.

Τελικό Τεστ Δεξιοτήτων

Ημερομηνία του πρώτου ελέγχου δεξιοτήτων		Αναπτυσσόμενες		Βελτιωμένες		Ισχυρές	
		Ποτέ – Με δυσκολεύει αυτό	Σχεδόν ποτέ	Κάποιες φορές	Συνήθως αλλά όχι πάντα	Πάντα – κανένα πρόβλημα!	
	Παράδειγμα: *Έχω κάποιον στόχο στην ζωή μου και νιώθω ότι συνεισφέρω.*	1	2	3	4	5	
1	Έχω κάποιον στόχο στην ζωή μου και νιώθω ότι συνεισφέρω.	1	2	3	4	5	Θετική Στάση
2	Έχω ρεαλιστικούς στόχους τους οποίους θεωρώ ότι ακολουθώ.	1	2	3	4	5	
3	Δίνω αξία στις φιλίες μου και βρίσκω τον χρόνο για να συνδεθώ με άλλους ανθρώπους.	1	2	3	4	5	
4	Σκέφτομαι τις ιδέες μου προτού μιλήσω ή τις επικοινωνήσω.	1	2	3	4	5	Επικοινωνία
5	Μπορώ να επικοινωνήσω με θετικό τρόπο σε δύσκολες καταστάσεις.	1	2	3	4	5	
6	Ξέρω πότε να χρησιμοποιώ ανεπίσημη και πιο επίσημη μορφή ομιλίας.	1	2	3	4	5	
7	Βλέπω τις αλλαγές ως ευκαιρίες για νέες γνώσεις και εμπειρίες.	1	2	3	4	5	Προσαρμοστικότητα
8	Προσπαθώ να προσπερνάω τα πισωγυρίσματα και τα εμπόδια και να προχωράω.	1	2	3	4	5	
9	Είμαι ανοιχτός όταν μου προτείνουν να κάνω τα πράγματα με έναν διαφορετικό τρόπο.	1	2	3	4	5	
10	Είμαι πάντα στην ώρα μου και σπάνια χάνω deadlines.	1	2	3	4	5	Διαχείριση χρόνου και ενέργειας
11	Συχνά φτιάχνω λίστες με το τι έχω να κάνω και σημειώνω τις δραστηριότητες που έχω ολοκληρώσει.	1	2	3	4	5	
12	Όταν κάνω κάτι, προσπαθώ να το ολοκληρώσω, δίχως να χάσω την συγκέντρωση μου.	1	2	3	4	5	
13	Μπορεί κάποιος να βασιστεί πάνω μου όταν πρέπει να γίνει μια δουλειά.	1	2	3	4	5	Εργασιακό Ήθος
14	Αναλαμβάνω την ευθύνη των λαθών μου και μου είναι εύκολο να ζητήσω συμβουλές όταν είναι αναγκαίο.	1	2	3	4	5	
15	Κατανοώ την ανάγκη του να εργάζομαι σκληρά για να επιτύχω τους στόχους μου.	1	2	3	4	5	
16	Βλέπω την μακροπρόθεσμη οπτική των πραγμάτων πριν προσπαθήσω να αναλύσω ένα πρόβλημα.	1	2	3	4	5	Επίλυση προβλημάτων
17	Ακολουθώ μια λογική ροή των πραγμάτων για να επιλύσω ένα πρόβλημα.	1	2	3	4	5	
18	Σκέφτομαι δημιουργικά και βρίσκω λύσεις που οι άλλοι άνθρωποι δεν έχουν σκεφτεί.	1	2	3	4	5	
19	Καταλαβαίνω ποιος είναι ο ρόλος μου σε μια μεγαλύτερη ομάδα.	1	2	3	4	5	Ομαδικές και Ηγετικές Δεξιότητες
20	Κάνω όσα λέω, και οι άνθρωποι εμπιστεύονται ότι ενεργώ σύμφωνα με τις αξίες μου.	1	2	3	4	5	

Ποια είναι η σύγκριση μεταξύ του Τελικού και του Αρχικού Τεστ Δεξιοτήτων;

Ποιες νέες ή βελτιωμένες δεξιότητες θα πάρεις μαζί σου;

Σκέψου με ποιον τρόπο μπορείς να αναδείξεις τις δεξιότητες σου σε κάποια μελλοντική αίτηση για δουλειά ή εκπαίδευση. Σημείωσε στον παρακάτω πίνακα τους τρόπους με τους οποίους μπορείς να εξηγήσεις και να περιγράψεις με συγκεκριμένα παραδείγματα πως ανέπτυξες ή χρησιμοποίησες μια δεξιότητα.

Δεξιότητα	Πως βελτίωσες αυτή την δεξιότητα; Τι έκανες;	Παραδείγματα που μπορείς να χρησιμοποιήσεις για να εξηγήσεις ή να περιγράψεις ότι κατέχεις πλέον αυτή την δεξιότητα
Θετική Στάση		
Επικοινωνιακές Δεξιότητες		
Προσαρμοστικότητα		
Διαχείριση Χρόνου και Ενέργειας		
Εργασιακό Ήθος		
Επίλυση Προβλημάτων και Αναλυτικές Δεξιότητες		
Ομαδική Εργασία		
Ηγετικές Δεξιότητες		

Είσαι στο τέλος του ταξιδιού

Παρόλα αυτά, τώρα συνειδητοποιείς ότι υπάρχουν ακόμα πολλά βουνά για να κατακτήσεις στο οπτικό σου πεδίο. Και πίσω από αυτά, και άλλα βουνά θα ξεπροβάλλουν.

Οι δεξιότητές σου θα συνεχίζουν να βελτιώνονται και να αναπτύσσονται στην διάρκεια της ζωής σου, επομένως πάντα θα υπάρχουν καινούργια βουνά για να κατακτήσεις. Στην πραγματικότητα, το ταξίδι ποτέ δεν τελειώνει. Αλλά μην απογοητεύεσαι από αυτό, γιατί έφτασες ήδη μακριά.

Την επόμενη φορά που θα ανέβεις στο βουνό των δεξιοτήτων, θα είσαι ισχυρός και πιο έτοιμος για την πρόκληση από ποτέ άλλοτε. Και η θέα από την κορυφή θα σε αποζημιώσει.

UMJ

Understanding My Journey

Για περισσότερες πληροφορίες και πηγές, επισκέψου
το website του UMJ
www.understandingmyjourney.eu

Με συγχρηματοδότηση από το
πρόγραμμα «Erasmus+»
της Ευρωπαϊκής Ένωσης