

A woman with blonde hair tied back, wearing a light blue lab coat over a dark blue shirt, is smiling and looking towards the camera. She has her hand resting on her chin. The background is a laboratory with various glassware and equipment.

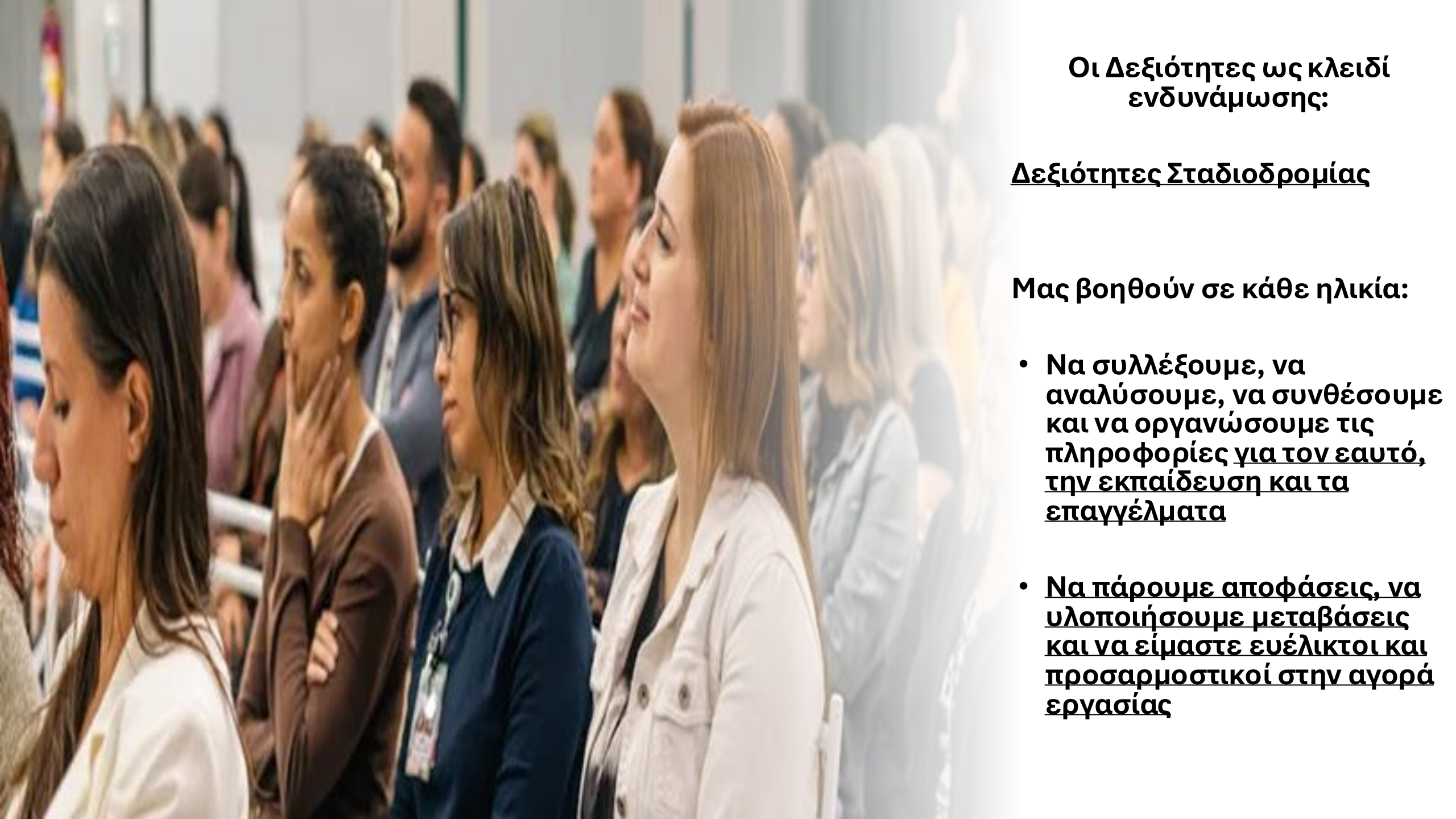
Από τις Δεξιότητες στην Ενδυνάμωση και την Ισότιμη Συμμετοχή στην Αγορά Εργασίας

Δρ. Μόσχου Δ. Καλλιόπη, M.sc., P.hd.

Γενικές Βασικές Παραδοχές

- **Αγορά εργασίας (προοπτικές 10ετίας – Δε δουλεύουμε αποκλειστικά για το Τώρα)**
- **Δυνατότητες ευελιξίας και προσαρμοστικότητας (και της Εικόνας μας & των δεξιοτήτων μας)**





**Οι Δεξιότητες ως κλειδί
ενδυνάμωσης:**

Δεξιότητες Σταδιοδρομίας

Μας βοηθούν σε κάθε ηλικία:

- **Να συλλέξουμε, να αναλύσουμε, να συνθέσουμε και να οργανώσουμε τις πληροφορίες για τον εαυτό, την εκπαίδευση και τα επαγγέλματα**
- **Να πάρουμε αποφάσεις, να υλοποιήσουμε μεταβάσεις και να είμαστε ευέλικτοι και προσαρμοστικοί στην αγορά εργασίας**



Task (Αυτογνωσίας):
Αναστοχασμός πάνω στις δικές σας
Επαγγελματικές Δεξιότητες

- Φτιάξτε μια λίστα από τις δεξιότητες που χρησιμοποιείτε πολύ στην αλληλεπίδρασή σας με τους άλλους και για τις οποίες αισθάνεστε σίγουρες και ικανές,
- και μια άλλη λίστα από τις δεξιότητες που θεωρείτε πιο δύσκολες για εσάς.



Εγκάρσιες - Οριζόντιες Δεξιότητες

- Ηγετικές ικανότητες (προσοχή σε ηγετικές τάσεις)
- Ομαδικό πνεύμα & πρωτοβουλία
- Επικοινωνία & γλώσσα του σώματος (Συμβουλευτική Επικοινωνίας)
- Διαπραγμάτευση και διευθέτηση συγκρούσεων
- Ενσυναίσθηση και συναισθηματική νοημοσύνη
- Προσαρμοστικότητα
- Ικανότητα σύνθεσης – ανάλυσης



Είσοδος



top skills στην αγορα εργασιας

Όλα

Θέσεις εργασίας

Ιστότοποι εργασίας

Ειδήσεις

Χορηγούμενο



CVwizard

<https://www.cvwizard.com>

Τα soft skills που απογειώνουν το βιογραφικό - CVwizard

32+ πρότυπα για να εντυπωσιάσεις τους εργοδότες.

Δημιούργησε τέλειο CV σε 10 λεπτά. 32+ πρότυπα για να...

Ποιες είναι οι πιο κοινές και κορυφαίες δεξιότητες που αναζητούν οι εργοδότες;

1. Επικοινωνιακές δεξιότητες ...
2. Δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων ...
3. Προσαρμοστικότητα και ευελιξία ...
4. Ηγετικές ικανότητες ...
5. Τεχνικές δεξιότητες ...
6. Ομαδική **εργασία** και συνεργασία ...
7. Συναισθηματική νοημοσύνη ...
8. Διαχείριση και οργάνωση χρόνου

<https://www.eduguide.gr> > posts

8 top δεξιότητες που αναζητούν οι εργοδότες - eduguide



Σχετικά με τα επιλεγμένα αποσπάσματα



Σχόλια



top skills στην αγορα εργασιας

Κοινωνικές Δεξιότητες/Δεξιότητα ανάπτυξης διαπροσωπικών σχέσεων – χτίσιμο Δικτύου επαφών

- Ως δικτύωση ορίζεται κάθε ατομική πρωτοβουλία ανάπτυξης και διατήρησης σχέσεων και επαφών με άλλα άτομα, τα οποία έχουν τη δυνατότητα να ενισχύσουν θετικά τη σταδιοδρομία μας.

Να θυμάστε ότι

Δε ζητιανεύετε, προσφέρετε τις υπηρεσίες σας, το χρόνο σας, τις γνώσεις σας και, φυσικά, δεν μπορείτε να το κάνετε αφίλοκερδώς!



Task:

Στο πλαίσιο της ανάπτυξης ενός δικτύου επαφών αποτυπώστε το προσωπικό σας δίκτυο σταδιοδρομίας απαντώντας στις παρακάτω ερωτήσεις:

Πόσα από τα άτομα ή τις ομάδες που τα απαρτίζουν θεωρείτε ότι είναι χρήσιμα ή έχουν αποδειχθεί χρήσιμα στο παρελθόν (σας έχουν δώσει χρήσιμες πληροφορίες σε σχέση με κάποια θέση εργασίας ή έχουν διαφημίσει τη δική σας εργασία)

Θεωρείτε ότι διαθέτετε ένα ανοικτό δίκτυο υποστηρικτών;

Το δίκτυο υποστηρικτών σας απαρτίζεται μόνο από άτομα, με τα οποία έχετε στενή επαφή ή αξιοποιείτε και τη δύναμη των χαλαρών επαφών;

Δια-Δικτυωθείτε

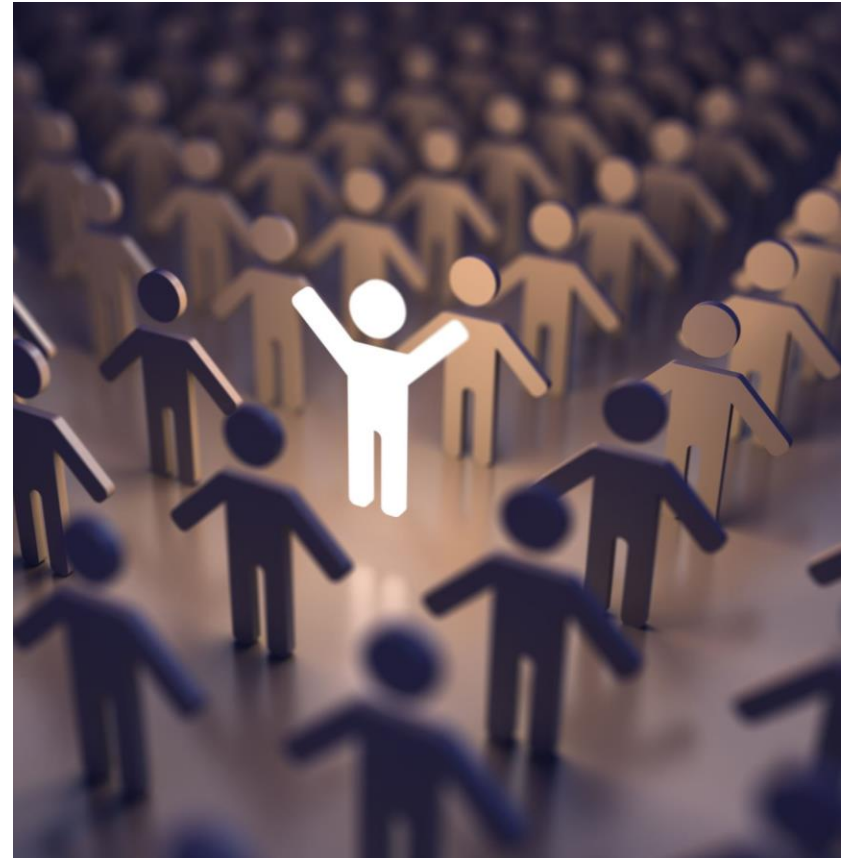
70% των ατόμων υπευθύνων για προσλήψεις κοιτάζουν το προφίλ μας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να μάθουν περισσότερες πληροφορίες για εμάς όταν στέλνουμε το βιογραφικό μας για εργασία.

Φροντίστε την εικόνα σας: Η εικόνα που προβάλλουμε προς τους άλλους από τα μέσα!

Σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως το LinkedIn υπάρχει ειδική εφαρμογή για αναρτήσεις πρόσληψης προσωπικού. Αυτό και μόνο μπορεί να σας φέρει σε επαφή με μια τεράστια επιλογή/προβολή θέσεων εργασίας.

Task: Social networking (Ψηφιακές Δεξιότητες)

- Αποτυπώστε τα κοινωνικά σας δίκτυα
- Διαπιστώστε αν δικτυώνετε με άνεση στα μέσα
- Θέστε επιμέρους στόχους δικτύωσης και ανάπτυξης των κοινωνικών σας δικτύων



BRANDING - Προσωπική Εικόνα (Έσω & Έξω)

- Κανένα από τα προηγούμενα εφόδια που αναφέρθηκαν δεν έχει σημασία αν δεν καταφέρετε να προωθήσετε σωστά τον εαυτό σας. Είναι γεγονός ότι ένας τεράστιος αριθμός ανέργων αδυνατούν να βρουν δουλειά όχι γιατί δεν έχουν τις κατάλληλες δεξιότητες αλλά διότι δεν ξέρουν πως να προωθήσουν αποτελεσματικά την αξία τους.
- Στον ορισμό του Brand μπορούμε να ορίσουμε το σύνολο των προσδοκιών, αναμνήσεων, ιστοριών, συσχετισμών που δημιουργούνται σε έναν άνθρωπο για εμάς.



Προσοχή:

Διατήρηση συνέπειας στην προσωπική σας εικόνα (δημιουργεί αναγνωρισιμότητα και εμπιστοσύνη).

- ☐ Σαφή οράματα για το πώς θέλετε να σας βλέπουν οι άλλοι.
- ☐ Ορίστε συγκεκριμένες αξίες που θα καθοδηγούν την επικοινωνία και τις δράσεις σας.
- ☐ Η εμφάνιση και η γλώσσα σας πρέπει να είναι συνεπείς, είτε πρόκειται για προσωπικές συναντήσεις είτε για την ηλεκτρονική σας παρουσία.
- ☐ Η αυτογνωσία και η προσαρμογή στις εκάστοτε συνθήκες θα συμβάλουν στη διατήρηση μιας ισχυρής και θετικής εικόνας στον δημόσιο χώρο.

****Task:**

3 όνειρα - 3 επιθυμίες



-
- **Η αυτοαξιολόγηση είναι εξίσου σημαντική.**
 - Αξιολογείτε τα αποτελέσματα των στρατηγικών σας και αναρωτιέστε αν επιτυγχάνουν τους στόχους σας.
 - Μία καλή πρακτική είναι να θέτετε συγκεκριμένα κριτήρια επιτυχίας και να τα αναθεωρείτε περιοδικά.
 - Σημειώστε τις αλλαγές στην απόδοση σας και αν υπάρχουν τομείς που χρήζουν βελτίωσης.
 - Η συνεχής ανατροφοδότηση, τόσο εξωτερική όσο και εσωτερική, θα σας καθοδηγήσει στην περαιτέρω ανάπτυξη της προσωπικής σας ταυτότητας



-
- **ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΣΤΕ ΈΝΑ
ΕΠΙΤΥΧΗΜΕΝΟ ΠΑΡΟΝ, ΕΝΩ
ΧΤΙΖΕΤΕ ΈΝΑ ΛΑΜΠΡΟ ΜΕΛΛΟΝ**

