



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

# ΚΡΙΣΙΜΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΙΣΟΔΟ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Εισηγήτρια : Σοφία Παναγιωτίδου



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Εθνικόν και Καποδιστριακόν  
Πανεπιστήμιον Αθηνών

— ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837 —

Μ.Ο.Δ.Υ. - Ε.Λ.Κ.Ε.

# Abpm

Advanced Business Process Management  
Σύμβουλοι Επιχειρήσεων

# ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

- Η Εταιρεία **Advanced Business Process Management – Abpm**, έχει μακρά εμπειρία στην Οργάνωση και Διοίκηση Επιχειρήσεων και διαθέτει δυναμικό συμβούλων, οι οποίοι έχουν **μακρόχρονη εργασιακή εμπειρία** σε διευθυντικές θέσεις μεγάλων ελληνικών και πολυεθνικών εταιρειών.
- Τα στελέχη της έχουν **σημαντική εκπαιδευτική εμπειρία** τόσο στην διεξαγωγή ανοικτών όσο και ενδοεπιχειρησιακών σεμιναρίων.
- Ειδικότερα έχουν ασχοληθεί με τους τομείς των **Χρηματοοικονομικών και Λογιστικών Λειτουργιών** καθώς και της Διαχείρισης και **Ανάπτυξης Ανθρωπίνων Πόρων**. Επίσης διαθέτουν σημαντική εμπειρία στον τομέα του **Στρατηγικού Management**, του **Ανασχεδιασμού** Επιχειρήσεων και στις εγκαταστάσεις συστημάτων **BUDGETING** και **MANAGEMENT REPORTING**.

# ΟΡΑΜΑ ΚΑΙ ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

- Να παρέχει στους πελάτες της, υπηρεσίες υψηλού επαγγελματικού επιπέδου, ξεκινώντας από την **εκπαίδευσή τους (θεωρία)** και φθάνοντας μέχρι την **πρακτική εφαρμογή (πράξη)** μέσω συγκεκριμένων παραδειγμάτων και εφαρμογών.
- Να παρέχει υπηρεσίες **προστιθέμενης αξίας**, ενισχύοντας την **γνώση** και τις **επαγγελματικές δεξιότητες** των πελατών της.
- Να βρίσκεται πάντα **δίπλα** στους πελάτες της και να ανταποκρίνεται με ταχύτητα σε όλες τις απαιτήσεις τους.

# ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

Τα εξειδικευμένα **στελέχη** και οι συνεργαζόμενοι **σύμβουλοι** της **Abpm** διαθέτουν μακρόχρονη **εργασιακή εμπειρία** σε Ελληνικές και πολυεθνικές επιχειρήσεις.

Η εταιρεία παρέχει **ολοκληρωμένες υπηρεσίες** στους παρακάτω τομείς:

- **Υπηρεσίες Εκπαίδευσης και Ανάπτυξης**
- **Συμβουλευτικές Υπηρεσίες Οργάνωσης και Διοίκησης Επιχειρήσεων**
- **Προγράμματα Χρηματοδότησης Αναπτυξιακών Νόμων**
- **Προετοιμασία και Πιστοποίηση Επαγγελματικών Δεξιοτήτων**

# ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ & ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

## (1/2)

Η εταιρεία διοργανώνει σεμινάρια με τα εξής θέματα:

- **Οικονομικά**

- **Management Reporting** - Σύστημα Αξιολόγησης και ελέγχου της επιχείρησης
- **Οργάνωση και Ανάπτυξης** της Οικογενειακής Επιχείρησης
- **Στρατηγικό Management**
- **Budgeting – Σύνταξη προϋπολογισμού**
- **Ανάλυση** οικονομικών καταστάσεων με Χρήση Αριθμοδεικτών
- **Οικονομικά** για μη Οικονομικούς
- Activity Based Costing (**A.B.C.**)
- **Εσωτερικός Έλεγχος**
- **Τεχνικές Αποδοτικής Διαχείριση** Εισπράξεων
- **Βελτίωση της Ρευστότητας** των Επιχειρήσεως
- **Βιομηχανική Κοστολόγηση**
- **Ταμειακές Ροές**

# ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ & ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ (2/2)

- **Λογιστικά - Φορολογικά**
  - Προληπτικός Φορολογικός Έλεγχος στο Βιβλίο Αποθήκης
  - Εισαγωγή στα **Διεθνή Λογιστικά Πρότυπα** (Δ.Λ.Π.) και οι διαφορές τους από τα Ελληνικά Λογιστικά Πρότυπα (Ε.Λ.Π.)
  - Το Ελληνικό Γενικό Λογιστικό Σχέδιο (**Ε.Γ.Λ.Σ.**)
  - Ειδικά Θέματα Φ.Π.Α
  - Η Εκπαίδευση του **Βοηθού Λογιστή**
  - Ορθή Αναμόρφωση Αποτελεσμάτων και Κατάσταση Λογιστικών Διαφόρων
  - **Ηλεκτρονική Τιμολόγηση**
  - Νέος Φορολογικός Νόμος **3842**
- **Ευρωπαϊκά Προγράμματα**
  - Διαχείριση **Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων**
  - **Συγγραφή προτάσεων** Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων
- **Logistics**
  - Εκπαίδευση του **Αποθηκάριου**
  - Προληπτικός **Φορολογικός Έλεγχος** στο Βιβλίο Αποθήκης
- **Εμπορική Αλληλογραφία**
- **ISO 22000-HACCP**
- **Εργασιακά**

# ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

- **Ανασχεδιασμός Επιχειρήσεων** (Business Process Management – Reengineering)
- **Εγκατάσταση** Συστήματος **Management Reporting**
- **Εγκατάσταση** Συστήματος **Προϋπολογισμού** (Budgeting)
- **Οργάνωση & Βελτίωση** Λειτουργίας Προμηθειών, Αποθηκών και ευρύτερα του συστήματος
- Logistics
- **Μείωση Κόστους** Λειτουργίας (Cost Cutting)
- Συστήματα **Ποιότητας** ISO, HACCP, OHSAS, κ.λ.π.
- Προτάσεις **Αναπτυξιακών Νόμων** & Προγραμμάτων Χρηματοδότησης
- Υποστήριξη εταιρειών σε **Χρηματοοικονομικά Θέματα**, όπως αξιολόγηση επενδύσεων, χρηματοδότηση από τράπεζες, αναχρηματοδότηση υφιστάμενων δανείων, κλπ.
- Οργάνωση και παρακολούθηση της **Λειτουργίας της Οικονομικής Διεύθυνσης** μιας επιχείρησης

# ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΠΕΛΑΤΟΛΟΓΙΟ

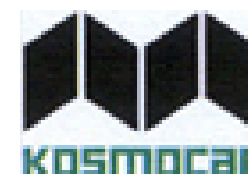
## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Μεταξύ των πελατών της ABPM συγκαταλέγονται:

- COCA COLA HELLENIC
- ΝΙΚ.Ι.ΘΕΟΧΑΡΑΚΗΣ ΑΕ
- KRITI OIL & GAS S.A. (ΟΜΙΛΟΣ ΒΑΡΔΙΝΟΓΙΑΝΝΗ)
- STUDIO ΑΤΑ (ΟΜΙΛΟΣ ΛΑΜΠΡΑΚΗ)
- AMERICAN BANK OF ALBANIA
- ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
- ΣΙ ΣΙ ΓΙΕΝΣΕΝ ΕΛΛΑΣ ΕΠΕ
- BODYFARM HELLAS ΑΕΒΕ
- SPORTS CAMP ΑΕ
- ΕΥΡΗΚΑ ΕΛΛΑΣ ΑΕ
- MENTORING ΑΕ
- ΦΙΛΚΕΡΑΜ JOHNSON ΑΕ
- ΒΙΟΡΥΛ ΧΗΜΙΚΗ ΚΑΙ ΓΕΩΡΓΙΚΗ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ
- J&P ΑΒΑΞ Α.Ε.
- ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΕΡΟΠΟΡΙΚΗ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ Α.Ε.
- Ο.Π.Α.Π. Α.Ε.
- ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟ ΚΟΛΕΓΙΟ ΕΛΛΑΔΟΣ
- ΑΓΡΟΤΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ
- ΑΕΡΟΓΡΑΜΜΕΣ ΑΙΓΑΙΟΥ
- CARRIER ΝΟΤΙΑΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΕΥΡΩΠΗΣ Α.Ε
- EUROPLAN S.A.
- ΚΟΜΒΟΣ ΑΕΕ
- Β.Ι.Κ.Η. Α.Ε.
- ΡΟΜΠΟΠΟΥΛΟΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΣΗ
- EUROPLAN
- Μ. & Π. ΧΥΤΗΡΟΓΛΟΥ ΑΕΕ
- MARIS POLYMERS Α.Ε
- MONOTHERM ΑΒΕΕ
- ΣΥΜΕΤΑΛ ΑΕ
- ΑΛΙΑΓΑΣ Α.Ε.
- VIOSPIRAL ΑΕΒΕ
- ΦΑΜΑΡ ΑΒΕ
- ΔΟΜΙΚΗ ΑΡΤΑΣ ΑΤΕ
- ΙΝΤΡΑΚΟΜ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ
- FERI TRI ΑΒΕΕ
- FHL Η. ΚΥΡΙΑΚΙΔΗΣ ΑΒΕΕ
- GUARDIAN TRUST ΧΡΗΜΑΤΙΣΤΗΡΙΑΚΗ ΑΕΠΕΥ
- HONEYWELL ΕΠΕ
- INTERKEM ΕΛΛΑΣ Α.Ε
- JT INTERNATIONAL HELLAS ΑΕΒΕ
- ΚΕΡΑΚΟΛΛ ΕΛΛΕΑΣ ΕΠΕ
- MARITECH CONTRACTING & TRADING IN



# ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΠΕΛΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

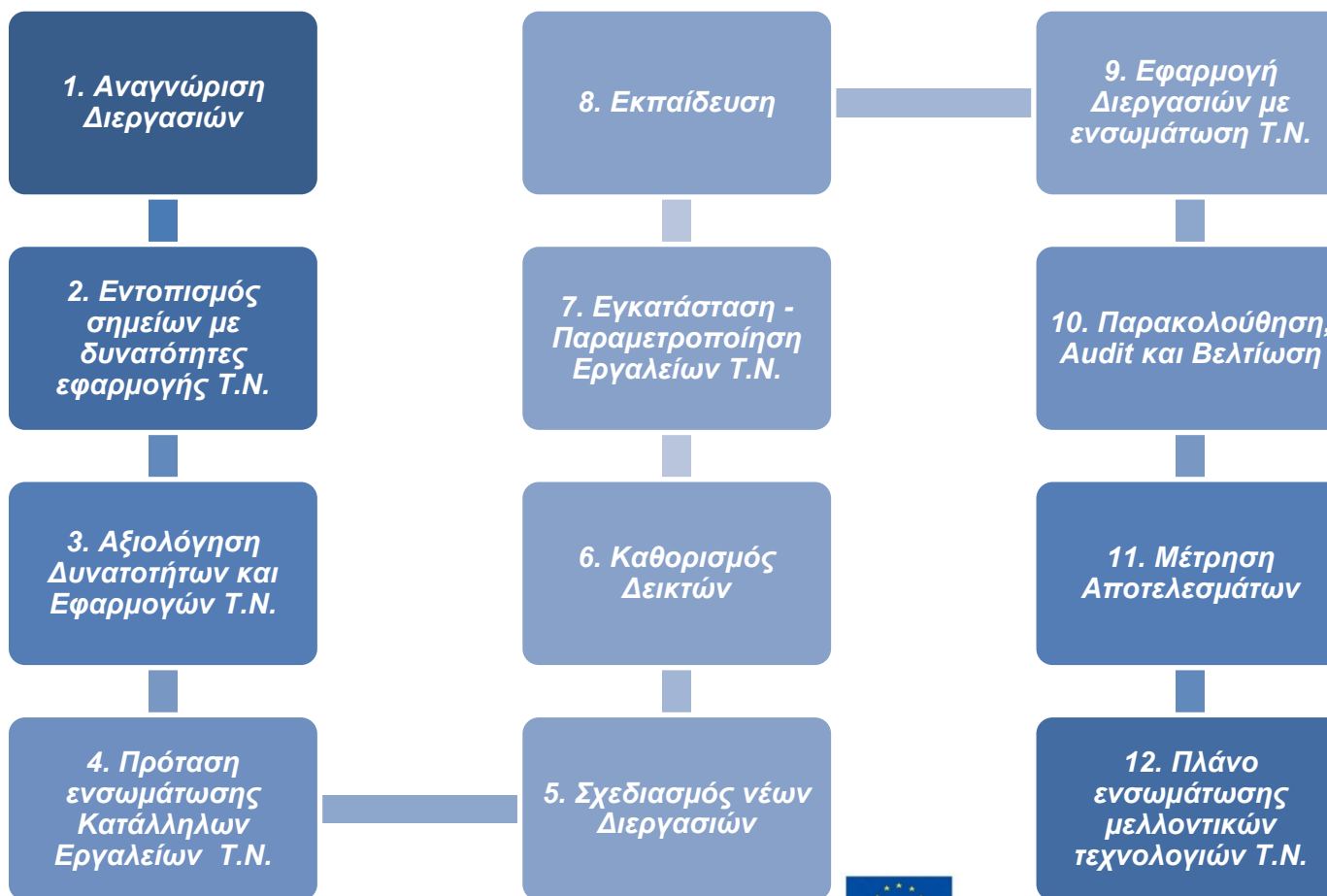


# ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΣΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

- Η Advanced Business Process Management (Abpm) υλοποιεί σεμινάρια υψηλής ποιότητας και παρέχει υπηρεσίες συμβουλευτικής υποστήριξης για τη βελτίωση της ποιότητας και της παραγωγικότητας των οργανισμών.
- Ως πρωτοπόρος Συμβουλευτικός Οργανισμός, ενσωματώνει στις Υπηρεσίες της Εφαρμογές Τεχνητής Νοημοσύνης. Μέσα από Έργα Ανασχεδιασμού, έχοντας αξιολογήσει τα υφιστάμενα Εργαλεία, εντάσσει **Εφαρμογές Τεχνητής Νοημοσύνης στις Επιχειρήσεις**, ώστε αυτές να απογειώσουν άμεσα την παραγωγικότητά τους και να βελτιώσουν την ποιότητά τους.

# ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΝΑΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΜΕ ΕΝΣΩΜΑΤΩΣΗ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ (Α.Ι.)

**Αξιοποιούμε την τεχνητή Νοημοσύνη, υπέρ του ανθρώπου και όχι εις βάρος του.**



# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΕΚΠΑ

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ	ΩΡΕΣ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΗΓΕΣΙΑΣ (Α' Μέρος)	Δευτέρα 20 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ - ΒΑΣΙΚΟ MANAGEMENT (Α' Μέρος)	Τρίτη 21 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ (Α' Μέρος)	Τρίτη 21 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΣΤΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (Α' Μέρος)	Τετάρτη 22 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ - ΒΑΣΙΚΟ MANAGEMENT (Β' Μέρος)	Πέμπτη 23 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΣΤΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (Β' Μέρος)	Παρασκευή 24 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ (Β' Μέρος)	Δευτέρα 27 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΓΙΑ ΜΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥΣ (Α' Μέρος)	Τρίτη 28 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΚΡΙΣΙΜΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΙΣΟΔΟ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (Α' Μέρος)	Τετάρτη 29 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΗΓΕΣΙΑΣ (Β' Μέρος)	Τετάρτη 29 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΚΡΙΣΙΜΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΙΣΟΔΟ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ (Β' Μέρος)	Πέμπτη 30 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΓΙΑ ΜΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΥΣ (Β' Μέρος)	Πέμπτη 30 Νοεμβρίου 2023	10:00 - 15:15



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



# Η ΜΕΤΑΒΑΣΗ από το Πανεπιστήμιο στην Αγορά Εργασίας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Εθνικόν και Καποδιστριακόν  
Πανεπιστήμιον Αθηνών  
— ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837 —  
Μ.Ο.Δ.Υ. - Ε.Λ.Κ.Ε.

# Abpm

Advanced Business Process Management  
Σύμβουλοι Επιχειρήσεων

# University to Work



# Διαχείριση της αλλαγής τα πώς και τα γιατί...

The eagle paradigm: <https://www.youtube.com/watch?v=qZmYEnqMU9c>

## INDIVIDUAL PERSONAL CHANGE MODEL



- Από το Πανεπιστήμιο στην Αγορά Εργασίας
- Η εποχή “Covid-19”
- Η γενιά «Z» αναζητά εργασία

© Hendrik Lim, All Right Reserved, Defora Consulting

# Κινητικότητα Ανθρώπινου Κεφαλαίου

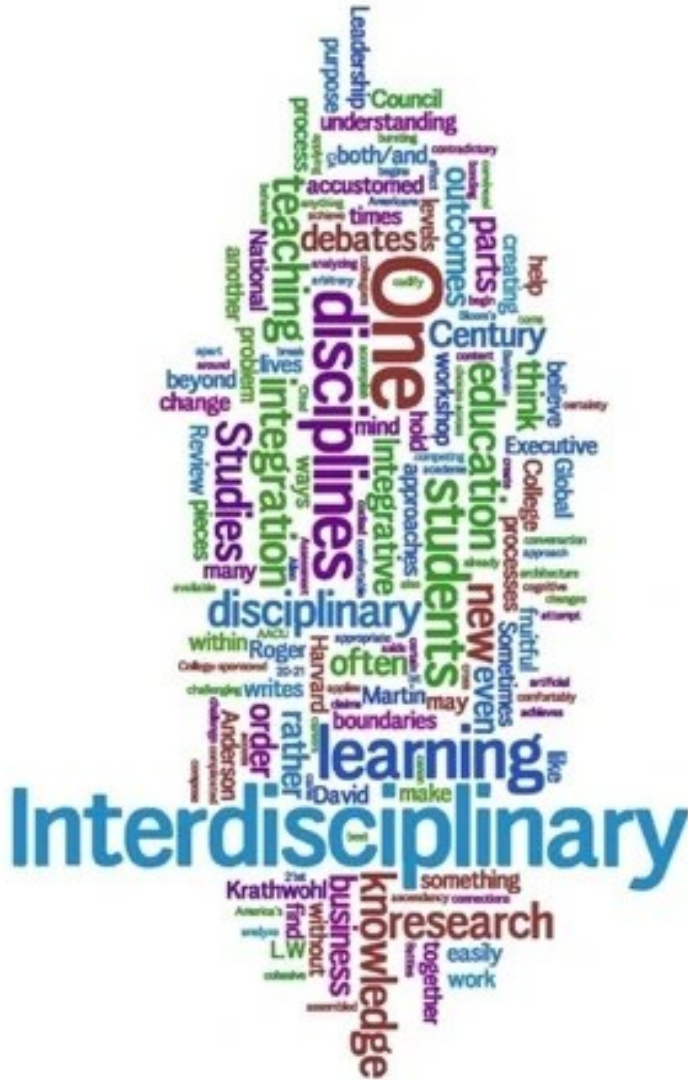




# Ψηφιακός Μετασχηματισμός



# Διεπιστημονικότητα ή/και Εξειδίκευση;



# THE GREAT RESIGNATION

Are you ready to join the movement?



**73%**  
of workers want  
remote work to stay



**54%**  
are tired of feeling  
**BURNT OUT**



**39%**  
want to be their  
authentic selves at work

# 40%

of the  
global workforce  
is ready to

# QUIT

Industries feeling it  
the most



• Retail



• Hospitality



• Leisure & travel



• Manufacturing



• Technology



• Healthcare

\*Figures shown are from the 2021  
Microsoft Work Index

## WHAT IS CAUSING THE GREAT RESIGNATION?

BAD  
CULTURE

POOR  
MANAGEMENT



NO  
FLEXIBILITY

TOO FEW OPPORTUNITIES  
FOR ADVANCEMENT

POOR HEALTH & SAFETY  
REGULATIONS AROUND COVID



# Παγκόσμιος Πόλεμος για το «ταλέντο»

## THE WAR FOR TALENT



63% of CEOs are concerned about the **AVAILABILITY OF KEY SKILLS**  
PwC



85% of the global workforce is actively or passively **LOOKING FOR A NEW EMPLOYER**  
LinkedIn



87% of the global workforce is **"NOT ENGAGED"** or is **"ACTIVELY DISENGAGED"**  
Gallup

# Από την «επιλογή υποψηφίου» στην «επιλογή εργοδότη»



# Employer brand – key components



**ACADEMIA**

**Bridge  
the Gap**

**INDUSTRY**

STUDY

WORK

higher ed institutions

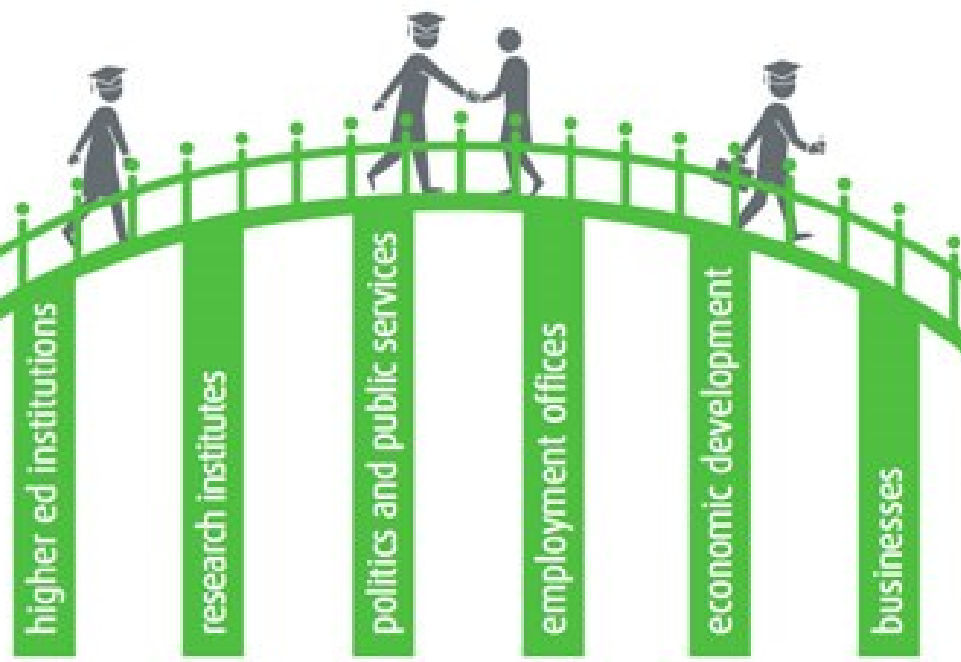
research institutes

politics and public services

employment offices

economic development

businesses



# Απασχολησιμότητα (Employability)

- Η ικανότητα του ατόμου (φοιτητή/τριας) να εισαχθεί στην αγορά εργασίας και να διατηρήσει τη θέση του για όσο διάστημα το επιθυμεί (Hillage and Polland, 1998).
- Προ-δραστική δεξιότητα (pro-active)/πριν την ένταξη στην Αγορά Εργασίας: διαμόρφωση επαγγελματικής ταυτότητας, προσαρμοστικότητα, δεξιότητες δικτύωσης (Figurate et al., 2008)

## Η ανάπτυξη της εργασιακής ετοιμότητας/απασχολησιμότητας προϋποθέτει:

- ✓ Προσωπική ενεργοποίηση
- ✓ Μεταγνωστική δεξιότητα (επίγνωση γνωστικού υπόβαθρου, πώς και πού μπορεί να αξιοποιηθεί, πως μπορεί να ενισχύεται συνεχώς (Kinght and Yorke, 2003), αυτοπαρατήρηση/αναστοχασμό/αυτοαξιολόγηση, διαμόρφωση προσωπικού πλάνου καριέρας.



# Τι ζητά η αγορά εργασίας από τους νέους πτυχιούχους



- ΤΥΠΙΚΑ ΠΡΟΣΟΝΤΑ: γνώσεις, τεχνογνωσία
- ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ: κλίσεις, ενδιαφέροντα, αξίες, πεποιθήσεις
- ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ: στόχους, εμπειρίες, διαχείριση σταδιοδρομίας
- ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ (hard & **soft** skills)

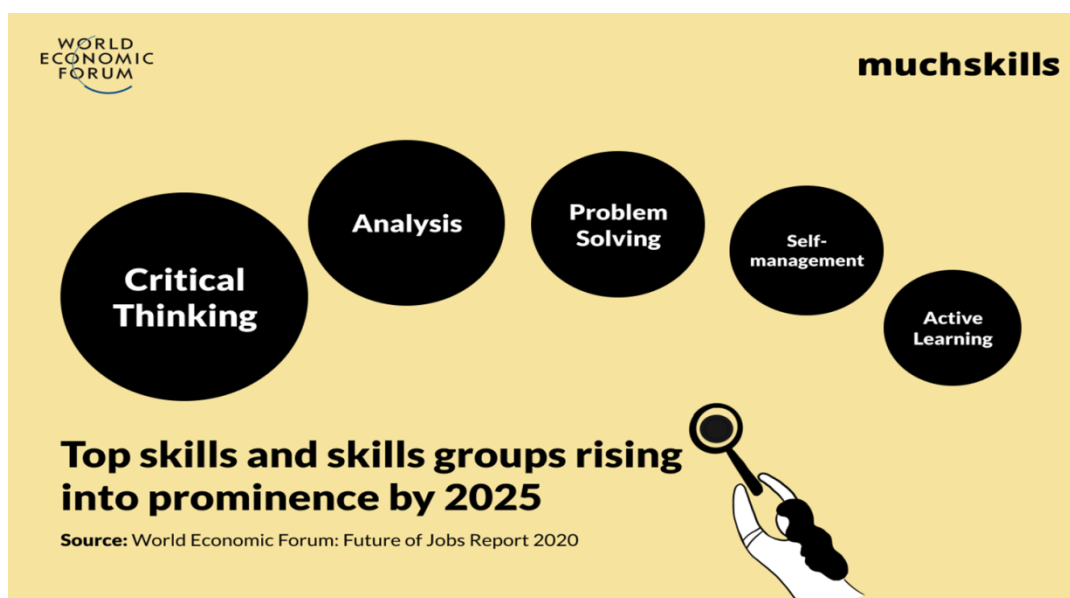
Οι κοινωνικές/μεταβιβάσιμες δεξιότητες (soft skills) αξιολογούνται σημαντικά από τα στελέχη επιλογής προσωπικού, στην πρόσληψη νέων αποφοίτων

**Κάποιες από αυτές είναι:**

**Επικοινωνία, Αποφασιστικότητα, Οργανωτικότητα,**

**Ευελιξία, Διαχείριση χρόνου,**

**Εργασία υπό Πίεση, Προσαρμοστικότητα, Αποτελεσματικότητα**



## ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΤΟΧΟΣ;

Some people **WANT** it to happen, some **WISH** it would happen while others **MAKE** it happen

# ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΡΙΕΡΑΣ;

**Στόχος:** Ορισμένη και συνειδητή θέληση και πρακτική πορεία για επίτευξη συγκεκριμένου αποτελέσματος

**Στόχος καριέρας:** Στόχος που αφορά σε επαγγελματικές επιλογές και επαγγελματική πορεία

## Συνδυασμός:

- Πρόθεσης
- Πορείας
- Αποτελέσματος



# ΠΩΣ ΒΡΙΣΚΩ ΤΙ ΘΕΛΩ;



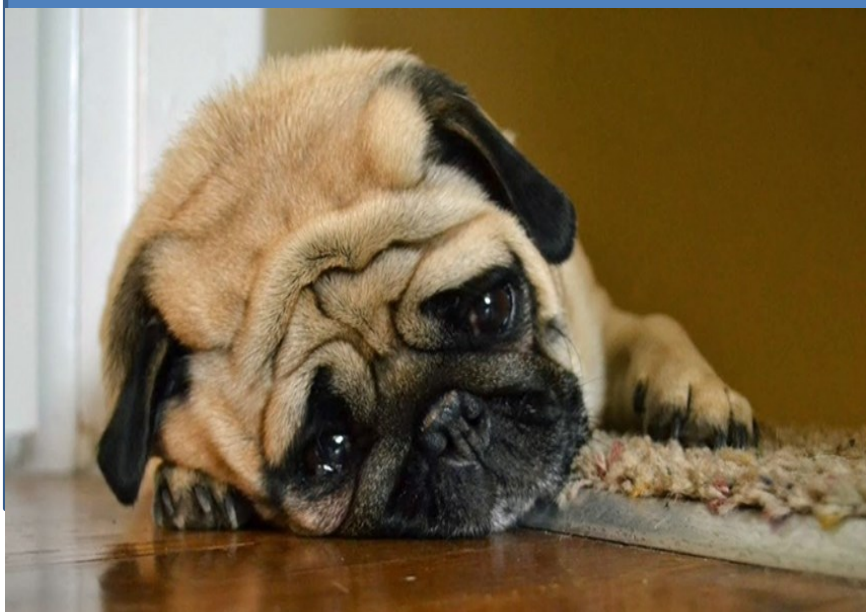
- Τί θέλουν οι *άλλοι* για εμένα (γονείς, συγγενείς, καθηγητές, φίλοι, κοινωνικός περίγυρος);
- Τί *νομίζω* πως θέλουν οι άλλοι για εμένα;
- Τι θέλω ως *αντίδραση* σε αυτό που θέλουν οι άλλοι για εμένα (για να τους ευχαριστήσω, για να εναντιωθώ);

## ΤΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΘΕΛΩ;

# ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΗ ΑΠΟΨΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ & ΕΑΥΤΟΥ

## Πεσιμιστική

- Προσωπικής αδυναμίας
- Εξωτερικών δυσκολιών



## Υπεραισιόδοξη

- Προσωπικής επάρκειας
- Βοήθειας περιγύρου



memecenter.com

# ΠΩΣ ΑΠΟΚΤΩ ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ;

## Της αγοράς εργασίας

- Ενημέρωση
- Έρευνα
- Εμπειρία

## Του εαυτού μου (ικανότητες, δεξιότητες, περιορισμοί)

- Τεστ αυτογνωσίας
- Ενδοσκόπηση - αυτοπαρατήρηση
- Ενασχολήσεις



# ΣΤΟΧΟΣ & ΝΟΗΜΑ



Αναλογιστείτε:

Τι σημαίνει *νόημα*;

Ποιο είναι το νόημα για εσάς σε σχέση με την εργασία που επιθυμείτε;

## Στόχος & Νόημα

Οι στόχοι μας:

- Προσανατολίζουν
- Εμπνέουν
- Οδηγούν

Για να το κάνουν αυτό  
χρειάζεται να έχουν  
**ΝΟΗΜΑ** για εμάς που τους  
έχουμε θέσει



# ΣΥΝΔΕΣΗ ΣΤΟΧΩΝ - ΝΟΗΜΑΤΟΣ: ΧΤΙΖΟΝΤΑΣ ΕΝΑ ΝΑΟ...

Τρεις άνθρωποι  
σπάνε ογκόλιθους με  
μεγάλα σιδερένια  
σφυριά.

Όταν τους ρωτάνε  
“*τι κάνετε εκεί;*”  
αυτοί απαντούν:



1<sup>ος</sup> «*Κάνω τις μεγάλες πέτρες μικρές*»

2<sup>ος</sup> «*Βγάζω χρήματα για την οικογένειά μου*»

3<sup>ος</sup> «*Χτίζω ένα ναό*»

# ΒΗΜΑΤΑ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ



## Decision Making Steps

Recognize need for  
a decision

Αναγνωρίστε την ανάγκη λήψης απόφασης

Frame the problem

Προσδιορίστε το πρόβλημα: συγκεντρώστε όλες τις απαραίτητες πληροφορίες (αυτογνωσία, ευκαιρίες, κίνδυνοι)

Generate & assess alternatives

Διαμορφώστε και εκτιμήστε τις εναλλακτικές

Choose among alternatives

Επιλέξτε μία εναλλακτική

Implement chosen  
alternative

Εφαρμόστε την εναλλακτική που επιλέξατε

Learn from feedback

Συνέπειες απόφασης- ανατροφοδότηση

# ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ

Η **ανάλυση S.W.O.T.** είναι ένα εργαλείο στρατηγικού σχεδιασμού (marketing) το οποίο χρησιμοποιείται για την ανάλυση του εσωτερικού και εξωτερικού περιβάλλοντος του υποκειμένου έρευνας όταν πρέπει να ληφθεί μία απόφαση σε σχέση με τους στόχους που έχει θέσει ή με σκοπό την επίτευξή τους.



# ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

Κατά την ανάλυση SWOT για τη λήψη απόφασης σχετικά με θέματα σταδιοδρομίας μελετώνται τα δυνατά (Strengths) και αδύνατα (Weaknesses) σημεία του ατόμου (αυτογνωσία) καθώς και οι ευκαιρίες (Opportunities) και οι απειλές (Threats) που υπάρχουν στο εξωτερικό του περιβάλλον.

Ας αξιοποιήσουμε το εργαλείο για να πάρουμε τις κατάλληλες αποφάσεις σταδιοδρομίας προσαρμοζόμενοι/ες στις αλλαγές (Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π, 2013)

## Τι αναζητούμε:

**Δυνατά σημεία:** εκπαίδευση, δεξιότητες, εργασιακές εμπειρίες

**Αδύνατα σημεία:** χαρακτηριστικά που ελέγχω και μπορώ να βελτιώσω π.χ. ξένες γλώσσες

**Ευκαιρίες:** εξωγενείς συνθήκες που δεν ελέγχω αλλά μπορώ να τις εκμεταλλευτώ προς όφελός μου π.χ. μία υποτροφία, ένας διαγωνισμός, μία γνωριμία ...

**Απειλές:** εξωτερικοί, μη ελεγχόμενοι παράγοντες των οποίων η επίδραση μπορεί να ομαλοποιηθεί: ανεργία, οικονομική κρίση, κλείσιμο επιχειρήσεων κ.α.

## S.W.O.T. YOURSELF

## SWOT ANALYSIS

- Επιλέξτε το επιθυμητό αντικείμενο σπουδών/επάγγελμα.

- Βρείτε τουλάχιστον 1 αναφορά για την κάθε κατηγορία. Τεκμηριώστε την.



# ΕΞΥΓΝΟΙ ΣΤΟΧΟΙ – S.M.A.R.T. GOALS

# S

Specific

What is your goal?  
Can you define  
it as clearly  
as possible?

# M

Measurable

How will  
you measure  
your success?  
What metrics  
will you use?

# A

Attainable

Is your goal  
achievable?  
What roadblocks  
will you face?

# R

Relevant

Is the goal  
relevant to  
your company?  
Is it worth  
targeting?

# T

Time-bound

How long will  
it take you  
to complete  
your goal?  
What's your  
roadmap going  
forward?

# ΠΩΣ ΘΕΤΩ ΣΤΟΧΟΥΣ ΚΑΡΙΕΡΑΣ;

## Επίπεδα στόχων:

- Μακροπρόθεσμοι
- Μεσοπρόθεσμοι
- Βραχυπρόθεσμοι

- Θα βρω δουλειά στον τομέα των logistics σε θέση υπευθύνου
- Θα μάθω το πιο ικανοποιητικό λογιστικό πρόγραμμα για logistics
- Θα πάω να κάνω πρακτική σε γραφείο που ασχολείται με logistics
- Θα ρωτήσω τον καθηγητή μου στο μάθημα ποια είναι τα πιο χρήσιμα προγράμματα στην αγορά εργασίας για logistics
- Θα ψάξω στο διαδίκτυο να μάθω την περιγραφή της θέσης του υπεύθυνου logistics
- Θα επικοινωνήσω με έναν γνωστό μου που η δουλειά του είναι παρόμοια για να μου μιλήσει για την εμπειρία του



# ΣΤΟΧΟΣ PERSONAL MARKETING PLAN

- Εισαγωγή σε νέα αγορά (νέος/α απόφοιτος)
- Επανατοποθέτηση: Αλλαγή κατεύθυνσης /καριέρας



alamy

Image ID: G3WZTA  
www.alamy.com



# ΘΕΩΡΙΑ ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ: 4 P<sub>s</sub>



# PERSONAL MARKETING: 4 P<sub>s</sub>

- Personality
- Potentiality
- Population
- Publicity



## PERSONAL BRANDING:

βασίζεται στα χαρακτηριστικά του καθενός που τον **διαφοροποιούν** και εκφράζουν την **μοναδικότητά** του.

Για να προχωρήσεις πρέπει να  
ξεχωρίσεις



«Your brand is what other people say about you **when you're not in the room.**»

Jeff Bezos, Amazon

# ΕΙΔΙΚΟ ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ - ΟΡΟΛΟΓΙΑ

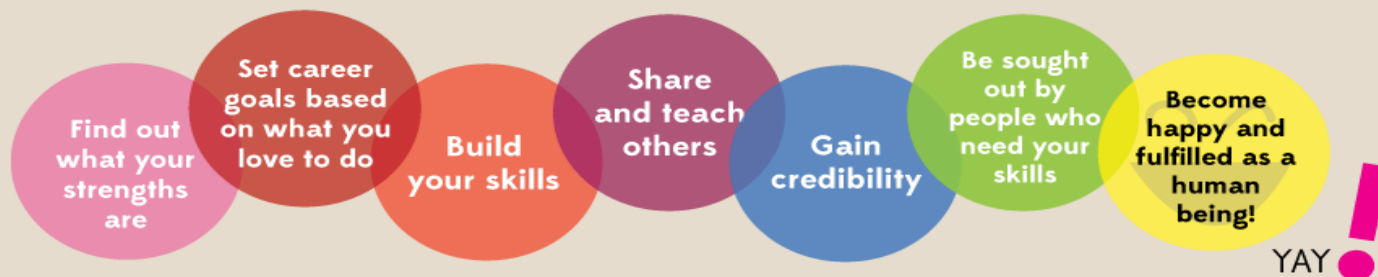


- **Brand:** ένα όνομα, ένας όρος, ένα σχέδιο, ένα σύμβολο ή οποιοδήποτε άλλο χαρακτηριστικό το οποίο **ταυτίζεται** με το προϊόν ή την υπηρεσία ενός οργανισμού ή ενός ανθρώπου και το **διαφοροποιεί** από τα άλλα τις αγορές (The American Marketing Association)
- **Branding:** ενέργειες που δημιουργούν και ενισχύουν ένα brand. Περιλαμβάνει αναλυτικές περιγραφές όλων των στοιχείων του brand, όπως το λογότυπο, τη συσκευασία, το χρώμα, τη φήμη και την **δημιουργία αξίας (value)** που κάθε καταναλωτής/ πελάτης αποκομίζει από τη χρήση ενός προϊόντος/υπηρεσίας. Επομένως, τα οφέλη για τον καταναλωτή/ πελάτη είναι τόσο λειτουργικά όσο και συναισθηματικά. **Η αξία ενός brand βασίζεται στο κατά πόσο η υπόσχεσή του μένει συνεπής προς το κοινό που απευθύνεται.**

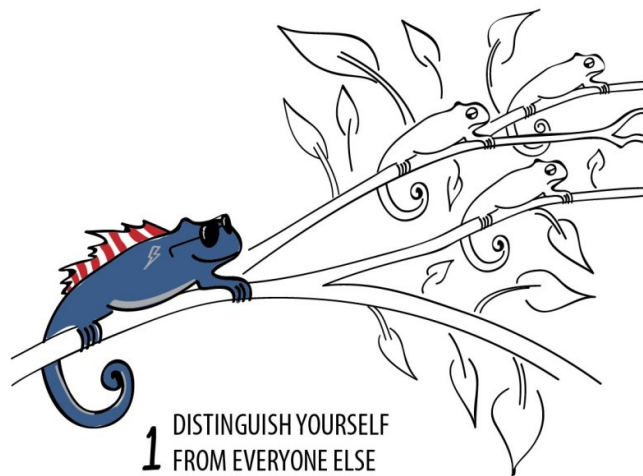
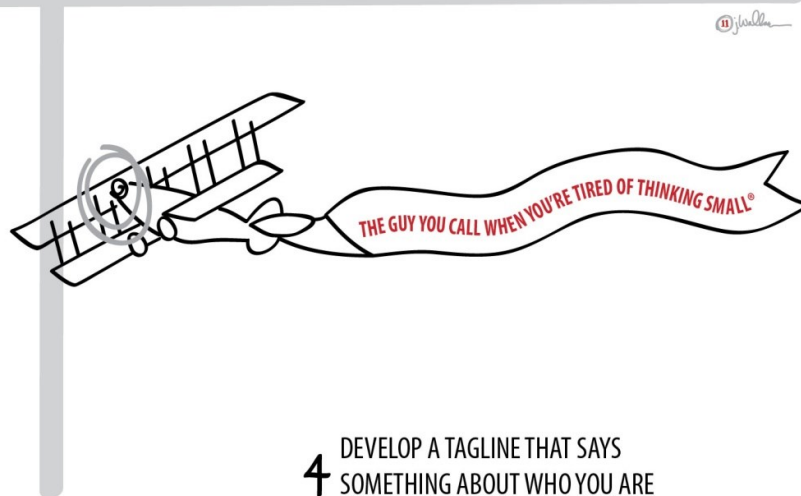
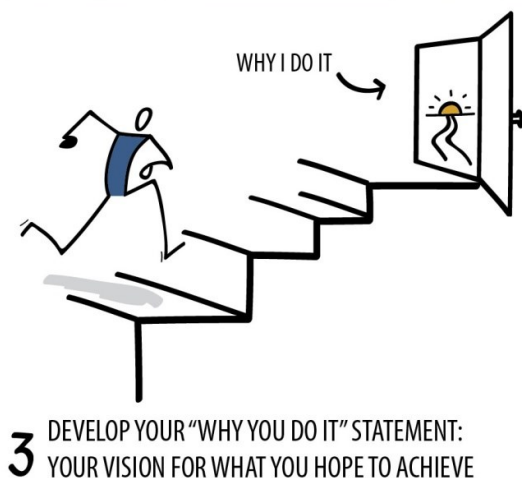
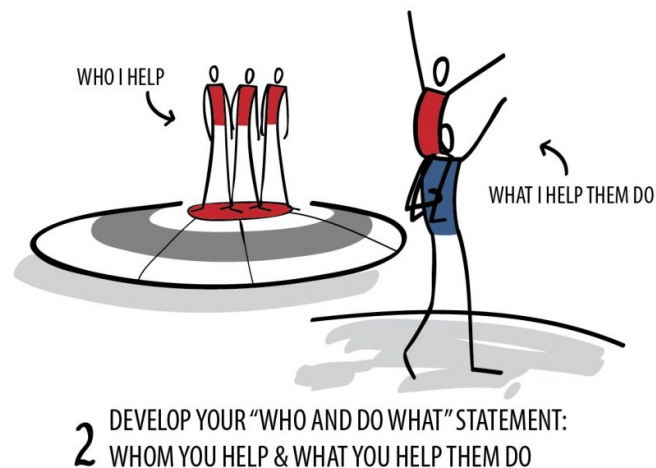
Στόχος του PERSONAL BRANDING είναι η προβολή της επαγγελματικής ταυτότητας του ατόμου αλλά και της ολοκληρωμένης προσωπικότητάς του (αξίες, ενδιαφέροντα, κλίσεις, δεξιότητες, εμπειρίες, ιδανικά κ.α.) με σκοπό την αύξηση της «αξίας» του στο «πελατειακό» του κοινό.



How personal branding will make you a happier person.



- Αναδεικνύεις τα **δυνατά** σου χαρακτηριστικά (γνώσεις, εμπειρίες, δεξιότητες)
- Βάζεις στόχους καριέρας βασιζόμενος στο **τι σου αρέσει** να κάνεις
- Αναπτύσσεις τις δεξιότητές σου κάνοντας πράγματα που σε **παθιάζουν**
- Γίνεσαι **πρότυπο**- μοιράζεσαι και διδάσκεις τους άλλους με το παράδειγμά σου
- Κερδίζεις **αξιοπιστία** διατηρώντας σταθερή ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ (Brand)
- Γίνεσαι περιζήτητος από τα άτομα που **χρειάζονται** τις δεξιότητές σου
- Πραγματοποιείς τους στόχους σου και κερδίζεις την επαγγελματική **αναγνώριση** και την προσωπική **πληρότητα/ικανοποίηση**

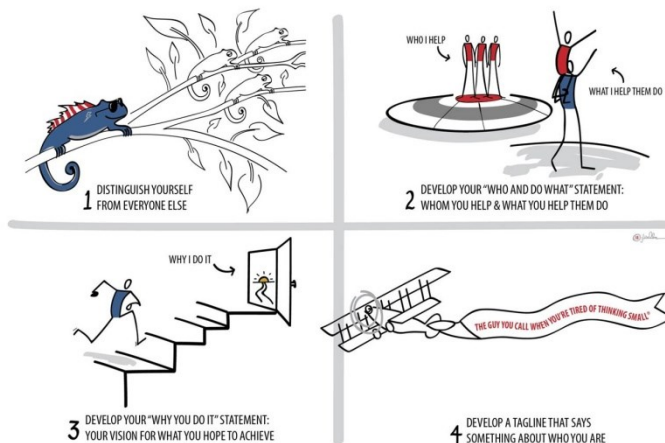
**Διαφοροποίησου από τους άλλους (UVP)****Σε ποιους απευθύνεσαι και σε τι τους βοηθάς**

# ΚΑΤΑΝΟΗΣΕ ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΟΥ



Για να κατανοήσεις τη διαφορετικότητά σου θα πρέπει πρώτα να προσδιορίσεις **τί έχεις κοινό με τους ομοίους σου** (ή με όσους θέλουν να επιτύχουν τον ίδιο στόχο με εσένα).

- Σκέψου τους συμφοιτητές σου...
- Τι έχετε όλοι κοινό;
- ΕΣΥ που διαφέρεις;





# Χαρακτηριστικά ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

## ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

- Προτεραιότητα στην επαγγελματική σταδιοδρομία
- Επιθυμία ανάληψης πρωτοβουλιών και ευθυνών
- Επιμονή στην επίτευξη στόχων
- Αντίληψη/ταχύτητα μάθησης
- Κοινή λογική
- Αυτοέλεγχος/αντοχή στην πίεση και το στρες
- Αυτοπεποίθηση
- Ευελιξία/προσαρμοστικότητα
- Αποτελεσματικότητα
- Προσανατολισμός στα αποτελέσματα
- Τάξη/επιμέλεια/προσοχή στη λεπτομέρεια
- Δημιουργικότητα/καινοτομία
- Συνεργασιμότητα
- Προθυμία/διάθεση
- Αποφασιστικότητα
- Συνέπεια/ευσυνειδησία/υπευθυνότητα/επαγγελματισμός
- Θετικό πνεύμα/αισιοδοξία/ενθουσιασμός
- Διαπροσωπική ευαισθησία



Πηγή: [edujob.gr](http://edujob.gr) 2020

# Χαρακτηριστικά ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Διοικητικές ικανότητες:
  - Προγραμματισμός
  - Οργάνωση
  - Ανάλυση πρωτοβουλιών/αρμοδιοτήτων
  - Εκχώρηση πρωτοβουλιών/αρμοδιοτήτων
  - Ανάπτυξη υφισταμένων
  - Διοίκηση ομάδων
  - Έλεγχος
- Αναζήτηση πληροφοριών
- Αναλυτική σκέψη
- Αναγνώριση τάσεων
- Ικανότητα σύνθεσης
- Επίλυση προβλημάτων
- Λήψη αποφάσεων
- Πειθώ/επηρεασμός άλλων
- Ικανότητα διαπραγμάτευσης
- Διαχείριση χρόνου
- Ικανότητα ομαδικής συνεργασίας
- Ικανότητα επικοινωνίας και ανθρωπίνων σχέσεων
- Επίγνωση της προσωπικής επίπτωσης

Πηγή: [edujob.gr](http://edujob.gr) 2020



## ΑΞΙΕΣ (ΕΡΓΑΣΙΑΚΕΣ ΑΞΙΕΣ)

- Ασφάλεια
- Γόητρο
- Αμοιβή
- Διαπροσωπικές σχέσεις
- Ανεξαρτησία
- Αλtruισμός
- Εργασιακό περιβάλλον (συνθήκες)
- Εξουσία/ηγεσία
- Ενδιαφέρον αντικείμενο απασχόλησης
- Αίσθημα επίτευξης στόχων

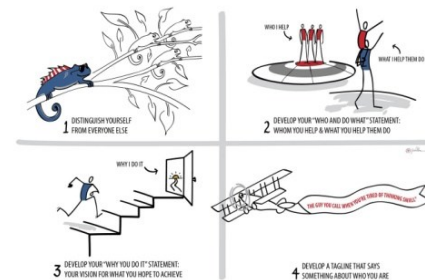


Οι αξίες συνδέονται με την εργασιακή ικανοποίηση του ατόμου (δέσμευση/ ταύτιση)

# Προσδιόρισε το ΚΟΙΝΟ σου

Σημείωσε τα άτομα που:

- Εμπλέκονται άμεσα στην επίτευξη των στόχων σου (π.χ. καθηγητές, γονείς, συγγενείς, φίλοι κ.ά)
- Επηρεάζουν αυτούς που παίρνουν αποφάσεις: μπορούν να μιλήσουν για εσένα



## Εγώ και οι ΆΛΛΟΙ

Σκέψου πως σε περιγράφουν:

- Οι φίλοι σου (και στα social media),
- Οι συμφοιτητές σου
- Οι «σημαντικοί άλλοι»: γονείς, καθηγητές, σύντροφοι κ.λπ.,

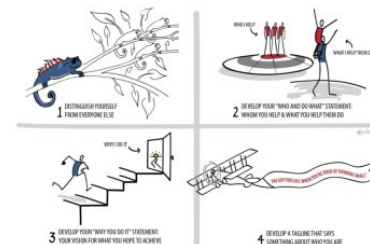


Ένα αποτελεσματικό Personal Branding ελαχιστοποιεί τα αρνητικά και αναδεικνύει τα θετικά χαρακτηριστικά σου, σύμφωνα πάντα με τον επαγγελματικό στόχο.

Για να «κτίσεις» την επαγγελματική σου ταυτότητα  
χρειάζεται να προσδιορίσεις το συγκριτικό σου πλεονέκτημα!



# U nique V alue P roposition



Πες μία λέξη που θα ήθελες να σε χαρακτηρίζει ως μελλοντικό επαγγελματία π.χ.

Τι σημαίνει αυτή η λέξη για σένα;

Ποια είναι τα καθημερινά πράγματα που θεωρείς ότι πρέπει να κάνεις, που συνδέονται με τη λέξη που επέλεξες;

Λογιστής (εχεμύθεια)

Να μπορεί να μου εμπιστευθεί κάποιος σημαντικές πληροφορίες.

Να διαχειρίζομαι οικονομικά στοιχεία χωρίς σχόλια και κριτικές και το ίδιο να απαιτώ από την ομάδα μου

Εκπαιδευτικός (μεταδοτικότητα)

Να χρησιμοποιώ τις κατάλληλες παιδαγωγικές μεθόδους και εργαλεία.

Να κατανοούν οι μαθητές μου το περιεχόμενο της ύλης χωρίς μεγάλη προσπάθεια από μέρους τους .

Πληροφορικός (δημιουργικότητα)

Να σχεδιάζω ιστοσελίδες που θα τραβούν το ενδιαφέρον

Να αναζητώ πληροφορίες και τις επικοινωνιακές ανάγκες και το προφίλ της ομάδας στόχου.

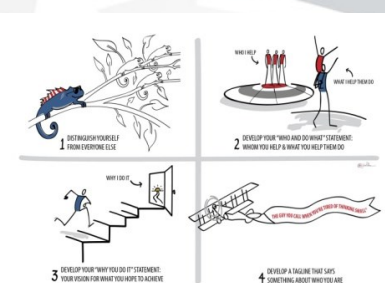
# ΔΗΛΩΣΗ προσωπικής ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ

Personal  
BRAND  
Statement

Ποιος είμαι  
και πως θέλω να  
με βλέπουν οι  
άλλοι



# Δήλωσε την δική σου προσωπική ταυτότητα (personal brand statement)



- Σε 2-3 φράσεις διατύπωσε τη δική σου ΔΗΛΩΣΗ απαντώντας στα:
  1. Ποιο είναι το προσωπικό σου πλεονέκτημα (UVP)
  2. Ποιο είναι το θέμα/πρόβλημα που μπορείς να λύσεις
  3. Σε ποιούς απευθύνεσαι (πληθυσμός στόχος)

*Π.χ. «Φοιτήτρια φιλολογίας, με 5 χρόνια κατασκηνοωτικής εμπειρίας ως ομαδάρχισσα παιδιών 5-8 ετών, σε πολυπολιτισμικές κατασκηνώσεις (1), παρέχω υποστηρικτικές υπηρεσίες διδασκαλίας (2) σε αγγλόφωνους μαθητές δημοτικού και γυμνασίου (3) »*





# Your Personal Brand in Social Media



- **Ενιαία Ταυτότητα** σε όλα τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ)
- Επιλογή των **κατάλληλων** social media
- **Διαφοροποιημένο** περιεχόμενο ανάλογα με το σκοπό του ΜΚΔ
- **Εύκολη πρόσβαση** στις σελίδες σου
- **Όρια φίλων/συνδέσεων** (αποδοχές, ποιος γράφει, τι κ.α.)
- **Επικαιροποίηση/ Έλεγχος** περιεχομένου
- Ορθογραφική και συντακτική **ορθότητα**



# Αναζήτηση πηγών για θέματα Αγοράς Εργασίας

- Πότε ξεκινάμε να ψάχνουμε;



**Από το πρώτο εξάμηνο σπουδών!**

**Γιατί;**



# ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

Στόχοι - Κίνητρα - Στρατηγική- Αποφάσεις



*Prepare for the road ahead*

# ΟΙ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ εντάσσονται στο ΣΧΕΔΙΑΣΜΟ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

Ο Σχεδιασμός Σταδιοδρομίας αποτελεί μία πολύπλοκη, σύνθετη και πολυπαραγοντική διαδικασία που προϋποθέτει **προσωπική δέσμευση** και υποστηρίζεται από εξειδικευμένα εργαλεία και ειδικούς συμβούλους, με στόχο την καλύτερη δυνατή αναζήτηση επαγγελματικών επιλογών και στόχων.



Περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, την αναγνώριση των **δυνατών/δυναμικών στοιχείων** τον εντοπισμό **αδυναμιών** σχετικά με την αποτελεσματική επίτευξη του στόχου, την Αντίληψη και αξιολόγηση των «**ευκαιριών**» και την αναγνώριση και αντιμετώπιση των εξωτερικών **κινδύνων** (s.w.o.t. analysis).



## Σχεδιάζω Πλάνο Σταδιοδρομίας

- ❖ Προσδιορίζω τις προσδοκίες μου
- ❖ Εντοπίζω τις επαγγελματικές μου δεξιότητες και τα χαρακτηριστικά που πρέπει να βελτιώσω
- ❖ Θέτω στόχους σταδιοδρομίας
- ❖ Σχεδιάζω τις ενέργειες που θα κάνω σχετικά με την εκπλήρωση των στόχων μου

## Αναζητώ πληροφορίες για την Αγορά Εργασίας

- ❖ Αξιοποιώ τις δυνατότητες του Διαδικτύου (on-line αναζήτηση εργασίας, εταιρικές ιστοσελίδες, LinkedIn)
- ❖ Αναπτύσσω το Δίκτυο γνωριμιών μου (πρακτική, εθελοντισμός, συμφοιτητές)

## Διαδίδω την πληροφορία

- ❖ Προετοιμάζω τα έγγραφα υποψηφιότητας (CV, Cover letter κ.λπ.)
- ❖ Κάνω αιτήσεις συστηματικά και στοχευμένα
- ❖ Προετοιμάζομαι για τις Συνεντεύξεις (είδη συνεντεύξεων)

Δεν έχει σημασία ποιον ξέρεις εσύ αλλά ποιος ξέρει εσένα!

# ΠΗΓΕΣ πληροφόρησης για την Αγορά Εργασίας

- **Τι ψάχνουμε;**

- Περιγραφές Επαγγελμάτων και θέσεων
- Τάσεις – προοπτικές απασχόλησης
- «Word-of-Mouth» εργαζομένων (πρώην και νυν)

- **Γιατί;**

- Για να γνωρίσουμε τις συνθήκες εργασίας, τις αρμοδιότητες και τις υποχρεώσεις κάθε ειδικότητας
- Για να ενημερωνόμαστε για τη ζήτηση επαγγελμάτων και την εμφάνιση νέων εξειδικεύσεων
- Για να αναγνωρίσουμε, αναπτύξουμε, ενισχύσουμε δεξιότητες και χαρακτηριστικά που εμφανίζονται ως προϋποθέσεις επαγγελματικής επιτυχίας.



# ΕΡΕΥΝΕΣ ΤΑΣΕΩΝ ΑΓΟΡΑΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

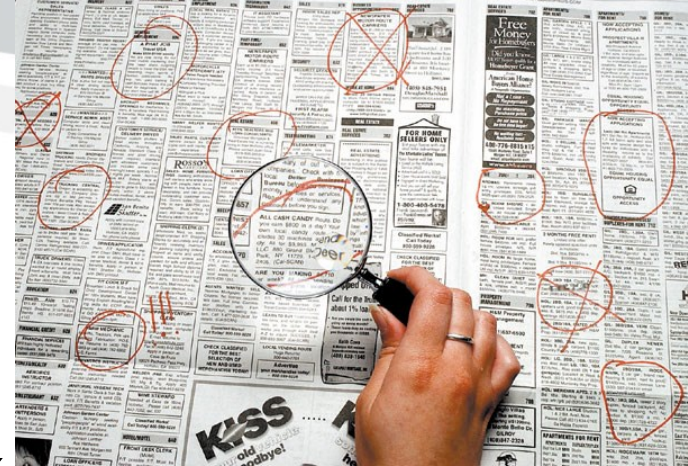
- Future employment growth in Greece in 2015-2025 across sectors:  
<http://skillspanorama.cedefop.europa.eu/en/skills-theme/future-jobs>
- Manpowergroup / Ερευνες για τις Προοπτικές Απασχόλησης στην Ελλάδα (και τον Κόσμο):  
<https://www.manpowergroup.gr>
- 2019 Deloitte Global Human Capital Trends:  
<https://www2.deloitte.com/ro/en/pages/human-capital/articles/human-capital-trends-survey-2019.html>
- Randstad- Workmonitor Research:  
<https://www.randstad.com/workforce-insights/global-hr-research/randstad-workmonitor>
- EURES- The European Job Mobility Portal: <https://ec.europa.eu/eures>



# ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

## Ποιες πληροφορίες αναζητούμε:

- Τμήμα αναφοράς, προϊστάμενη αρχή
- Καθήκοντα, αρμοδιότητες θέσης εργασίας
- Βασικές προϋποθέσεις επιλογής (σπουδές, προϋπηρεσία, τεχνικές/ειδικές γνώσεις)
- Επιθυμητά προσόντα, δεξιότητες, χαρακτηριστικά
- Παροχές εταιρίας (αμοιβή, πρόσθετες παροχές, εξέλιξη, εργασιακό περιβάλλον κ.α.)
- Διαδικασία υποβολής αίτησης υποψηφιότητας
- Στάδια αξιολόγησης αίτησης



**Μελέτησε προσεκτικά την κάθε αγγελία εργασίας και ανακάλυψε τις πληροφορίες, πίσω από τα δεδομένα σχετικά με τα προσόντα που χαρακτηρίζονται ως απαραίτητα.**

- Μισθός από 600€ - 2000€: Ο μισθός είναι 600€
- Συστάσεις:..... Η δουλειά έχει κλείσει ήδη από μέσα
- Χρειάζονται ικανότητες επικοινωνίας: Telemarketing
- Μισθός διαπραγματεύσιμος: Θα πάρουμε όποιον ζητάει λιγότερα
- Βοηθός Διοίκησης: Παιδί για όλα τα θελήματα με τίτλο
- Προοδευτική εταιρεία: Επιτρέπονται τα τζιν κάθε τελευταία Παρασκευή του μήνα
- Ομαδικό πνεύμα: Ικανότητα να βγάζεις τα μαχαίρια από την πλάτη σου
- Σημαντική η ενδυμασία: Εργασία 10.000€ το χρόνο που απαιτεί 20.000€ μόνο για γκαρνταρόμπα
- Απολυτήριο απαραίτητο, πτυχίο προτιμάται: Πτυχίο απαραίτητο για δουλειά με μισθό απολυτηρίου
- Ελεύθερο ωράριο: 10-11, 15-16, 21-22, 02-03 και θα πληρώνεσαι 4ωρο.

## How to Be a Job Search Ninja



Πηγή: ΤΑ ΝΕΑ, <http://www.mynews.gr>

# ΣΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗΣ...

- Τι πρέπει να κάνουμε:
  - Σύνταξη στοχευμένου βιογραφικού σημειώματος
  - Σύνταξη εξειδικευμένης συνοδευτικής επιστολής
  - Αποστολή υλικού υποψηφιότητας
  - Ενημέρωση σχετικού προσωπικού αρχείου
  - Επιβεβαίωση παραλαβής εγγράφων
  - Προετοιμασία για τη συνέντευξη





# ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ

ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

**Abpm**

Σύμβουλοι Επιχειρήσεων

<https://career.uoa.gr/>

Γραφείο Διασύνδεσης ΕΚΠΑ - Γ... x +

career.uoa.gr

Αγγλοελληνικό Λεξι... CareerServices Con... aci ECMLG • Academic... Academic Journal G... ChicagoStyleAuthor... Reference examples Employee Relations... Maps Gmail

Καλώς ορίσατε στο διαδικτυακό portal του

## Γραφείου Διασύνδεσης του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών

Στο διαδικτυακό portal του ΓΔ θα βρείτε τις δράσεις, τις ανακοινώσεις και τις εκδηλώσεις του γραφείου, πληροφόρηση για μεταπτυχιακές σπουδές και υποτροφίες καθώς και τους συνεργαζόμενους φορείς εργασίας και πρακτικής άσκησης.

Σχετικά με εμάς



### Σύνδεση με Αγορά Εργασίας

Ενημέρωση για διαθέσιμες αγγελίες εργασίας.



### Συμβουλευτική

Υπηρεσίες συμβουλευτικής υποστήριξης φοιτητών.



### Ημέρες Καριέρας

Ενημέρωση για τις ημέρες καριέρας



### Πληροφόρηση για σπουδές

Ενημέρωση για σπουδές σε Ελλάδα και εξωτερικό.



### Μελέτες απασχολησιμότητας αποφοίτων

Μελέτες απασχολησιμότητας αποφοίτων



### Επιχειρηματικότητα

# LinkedIn (jobs)

- \* job alert
- \* open to

# LinkedIn



## Big Tip: Your LinkedIn Profile = Your Personal Brand

The screenshot shows a LinkedIn search results page for 'job Greece'. The search bar at the top contains 'job Greece' and the results are sorted by 'Date Posted (most recent)'. There are 206 results. The search filters on the left include: All, Jobs, More...; Keywords: job Greece; Company: (empty); Title: (empty); Location: Located in or near: (dropdown); Country: Greece; Search: Search Reset; Location: All, Greece (206), Slovenia (3), Slovak Republic (3), Slovak Republic area (3), Albania (2); Add; Company: All, Microsoft (32), Upstream (11).

Job Title	Company	Location	Date Posted	Action
Online Sales Manager	CASTELLO	Greece	Oct 14, 2015	View
IT Service Management Advisor/Senior Advisor	EY	Athens, GR-A1	Oct 14, 2015	View
Sales Representative	vodafone	Greece-Athens-Athens	Oct 14, 2015	View
Sales Specialist	Baxter	Greece-Athens-Neo Irakleio	Oct 14, 2015	View
Research Analyst	Dialectica Ltd	Athens, Attiki, Greece	Oct 13, 2015	View
Software Engineer	Skroutz S.A	Greece	Oct 13, 2015	View
System Engineer	Information Technology Company-Thessaloniki,GR	Greece	Oct 13, 2015	View
Requirements Engineers - Abu Dhabi	MedNet	MedNet International	Greece - Oct 13, 2015	View
Technical Architect/Leader - Abu Dhabi	MedNet	MedNet International	Greece - Oct 13, 2015	View

# Εταιρικές Ιστοσελίδες (θέσεις εργασίας)

Όλο και περισσότερες εταιρίες ανακοινώνουν τις νέες θέσεις εργασίας, μόνο στις ιστοσελίδες τους

Ακολουθήστε πιστά τις οδηγίες υποβολής υποψηφιότητας

- Συμπλήρωση φόρμας
- Αποστολή βιογραφικού με συγκεκριμένο παραλήπτη ή όχι
- Επισύναψη αρχείων υποψηφιότητας
- Προώθηση μέσω LinkedIn

# Ιστοσελίδες για εξάσκηση

## Περιγράμματα Επαγγελματών

- ΕΟΠΠΕΠ: <http://www.eoppep.gr/index.php/el/work-guidance-and-consulting/developing-careers-adult/information-manual>
- PROSPECTS : <https://www.prospects.ac.uk/job-profiles>
- ΠΡΟΦΙΛ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΩΝ Ε.Ε.:  
[http://europa.eu/epso/discover/job\\_profiles/index\\_el.htm](http://europa.eu/epso/discover/job_profiles/index_el.htm)

## Ανακοινώσεις θέσεων από το Γραφείο Διασύνδεσης

<https://career.uoa.gr/all-jobs>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com>

## Εταιρίες συμβούλων-επιλογής προσωπικού:

- <http://www.adecco.gr> , <http://www.icapcareer.com/en-gb>,  
<https://www.humanvalue.co/>

## Εταιρικές Ιστοσελίδες

# Καλή επιτυχία στις αναζητήσεις σας!



Σχεδιάσε - Αναζήτησε - Προετοιμάσου - ΠΕΤΥΧΕΣ!

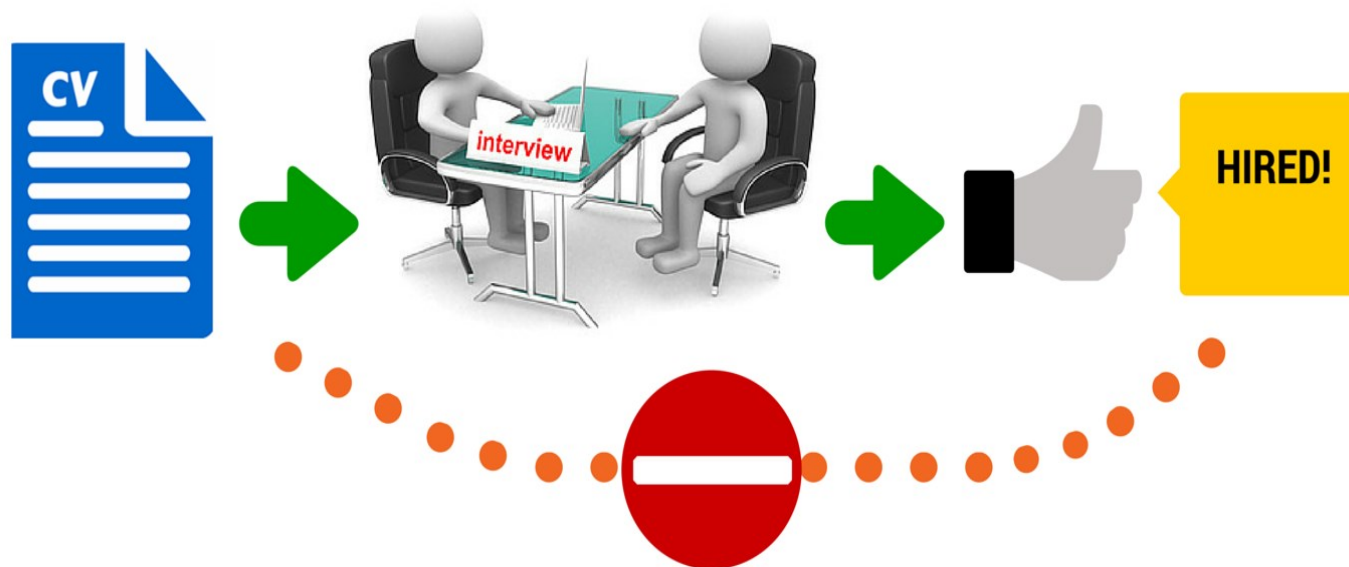
*Σας ευχαριστώ  
για την προσοχή και τη συμμετοχή σας*



# 2<sup>η</sup> ημέρα επιμόρφωσης

# Το Βιογραφικό Σημείωμα είναι:

Προσωπικό, συνοπτικό, σαφές, στοχευμένο κείμενο στο οποίο παρουσιάζονται κάθε φορά τα χαρακτηριστικά εκείνα του υποψηφίου που θα προκαλέσουν το **ενδιαφέρον** του εργοδότη για να τον καλέσει σε **ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ**.





# Η «πικρή» ΑΛΗΘΕΙΑ:

# 6

## SECONDS

The study found that recruiters spend only 6 seconds reviewing an individual resume.



## Length goal: 2 pages A4



*"Your resume looks good. However, I'd limit it from 17,000 pages to three from now on."*

Ο κανόνας διαφοροποιείται: α) όταν η ποσότητα αντιστοιχεί σε ποιότητα και β) όταν οι πληροφορίες είναι απόλυτα σχετικές με τη θέση εργασίας

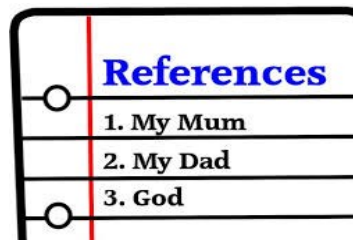
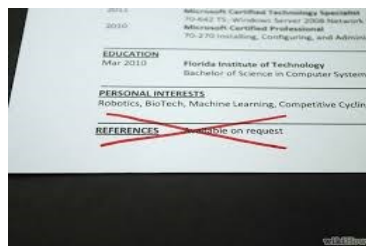
# Τήρησε με προσοχή:

- τη χρονολογική ακολουθία (από το πιο πρόσφατο στο παλαιότερο)
- Το “format” που επέλεξες
- Τα περιθώρια «tabs» των παραγράφων
- Την ορθογραφία και το συντακτικό της γλώσσας που γράφεις το βιογραφικό σου



# ΛΑΘΗ που στοιχίζουν ακριβά!

- μη επαγγελματικό e-mail
- πολύ μικρά ή πολύ μεγάλα γράμματα
- ασυνήθιστη γραμματοσειρά
- επαναλαμβανόμενες λέξεις
- πολύ μεγάλα περιθώρια
- συντομογραφίες (φορέων, εφαρμογών κ.ά.)
- μεγάλες φράσεις



# ΤΥΠΟΙ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΩΝ

Η ίδια πληροφορία μπορεί να παρουσιαστεί με διάφορους τρόπους ανάλογα με τη βαρύτητα που θέλεις να δώσεις σε κάποια στοιχεία που σχετίζονται περισσότερο με τη θέση εργασίας που διεκδικείς.

**Δώσε ανάλογα έμφαση: α) στην πιο πρόσφατη εργασιακή εμπειρία, β) σε μαθήματα και σπουδές, γ) σε σχετικά επιτεύγματα που πέτυχες**

## ΒΑΣΙΚΟΙ ΤΥΠΟΙ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΣΗΜΕΙΩΜΑΤΩΝ:

- ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ
- ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ
- ΜΕΙΚΤΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ



# ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ



## ΌΝΟΜΑ ΕΠΩΝΥΜΟ

Διεύθυνση · Τηλέφωνο  
Email · Προφίλ LinkedIn · Twitter/ιστολόγιο/Χαρτοφυλάκιο

Για να αντικαταστήσετε αυτό το κείμενο με το δικό σας, απλώς κάντε κλικ πάνω του και αρχίστε να πληκτρολογείτε. Γράψτε εν συντομία τους επαγγελματικούς σας στόχους ή μια περίληψη των χαρακτηριστικών που σας κάνουν να ξεχωρίζετε. Χρησιμοποιήστε εκφράσεις από την περιγραφή της θέσης εργασίας ως λέξεις-κλειδιά.

### ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

**ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΑΠΟ – ΉΩΣ**  
**ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ**  
Περιγράψτε τις ευθύνες και τα επιτεύγματά σας, αναφορικά με την επίδραση και τα αποτελέσματά τους. Χρησιμοποιήστε παραδείγματα, αλλά σύντομα.

**ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ ΑΠΟ – ΉΩΣ**  
**ΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ, ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ**  
Περιγράψτε τις ευθύνες και τα επιτεύγματά σας, αναφορικά με την επίδραση και τα αποτελέσματά τους. Χρησιμοποιήστε παραδείγματα, αλλά σύντομα.

### ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

**ΜΗΝΑΣ ΉΤΩΣ**  
**ΤΙΤΛΟΣ ΠΤΥΧΙΟΥ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ**  
Είναι αποδεκτό να προβάλετε τον βαθμό απολυτηρίου σας, τα βραβεία και τους επαίνους σας. Μπορείτε επίσης να συνοψίσετε και τις εργασίες σας.

**ΜΗΝΑΣ ΉΤΩΣ**  
**ΤΙΤΛΟΣ ΠΤΥΧΙΟΥ, ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ**  
Είναι αποδεκτό να προβάλετε τον βαθμό απολυτηρίου σας, τα βραβεία και τους επαίνους σας. Μπορείτε επίσης να συνοψίσετε και τις εργασίες σας.

### ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Γράψτε τις πιο σημαντικές δεξιότητές σας που σχετίζονται με τη θέση για την οποία υποβάλλετε αίτηση
- Γράψτε μία δεξιότητα
- Γράψτε μία δεξιότητα
- Γράψτε μία δεξιότητα

### ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Χρησιμοποιήστε αυτή την ενότητα για να επισημάνετε τις σχετικές δραστηριότητες και ενασχολήσεις σας και πώς θα θέλατε να προσφέρετε. Καλό είναι να συμπεριλάβετε εδώ εμπειρία εθελοντισμού και άλλους ηγετικούς ρόλους που τυχόν έχετε αναλάβει. Ή να προβάλετε σημαντικές επιπλέον πληροφορίες, όπως οι δημοσιεύσεις, οι πιστοποιήσεις, οι γλώσσες και άλλα.

- Από τα παλαιότερα στα πιο πρόσφατα γεγονότα
  - Αναδεικνύει τη σταδιακή επαγγελματική εξέλιξη
  - Είναι το πιο παραδοσιακό και αποδεκτό πρότυπο
  - Είναι ευκολοδιάβαστο και κατανοητό
  - Περιλαμβάνει καθήκοντα και επιτεύγματα για κάθε εργασία
- Τονίζει:
  - τις αλλαγές σε δουλειές,
  - τα διαστήματα ανεργίας και
  - τυχόν αδυναμία επαγγελματικής εξέλιξης



# ΘΕΜΑΤΙΚΟ/ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

## Diana Johnson

Customer Service Representative

Multi-lingual employee looking to help XYZ Inc. provide stellar customer experience. Strong communication skills. Fluent in Danish, Swedish, English and German. Basic knowledge of CRM systems.

✉ diana@novoresume.com

☎ 044 412 2019

📍 Copenhagen, Denmark

🌐 jonathan-dawa.com

🌐 linkedin.com/in/diana.johnson

### COMPETENCIES

Empathy

Patience

Upselling

Active Listening

Positive Attitude

Phone Skills

Resolving Conflict

Intercom

HubSpot

### INTERESTS

🎮 Video Games

🗣️ Chat Bots

🌱 Renewable Energy

🤖 Artificial Intelligence

novoresume.com

### SKILLS SUMMARY

#### Customer Service

- Developed and implemented a successful loyalty program with customers, which caused clients to double their orders at 5toGo Café.
- Developed partnerships with multiple small and medium companies that promoted referral revenue.
- Educated thousands of customers on the superior quality of Company products and services. Ensured that all customers were educated on our products and services.
- Provided superior services and promoted a friendly, comfortable environment by providing fast and friendly service.

#### Product Knowledge

- Tested and got familiarized XYZ Inc. services and offerings over the last 2 weeks.
- Discovered 3 cases where new users can face difficulties in the on-boarding process, which are currently not mentioned in the Help Center.

#### Problem Solving

- Used analysis skills to plan out a sales campaign that helped attract younger customers to 5toGo Café.
- Oversaw team members and developed best practices to balance workload during peak hours, reducing hourly burden per employee.

### CERTIFICATES

Become a Conversational Support Expert (01/2021) [↗](#)  
Intercom Academy

Customer Success & Account Health Check (11/2020) [↗](#)  
HubSpot Academy

Culture of Services: New Perspective on Customer Relations (06/2020) [↗](#)  
edx.org

### EDUCATION

BA in English and Organizational Communication  
Copenhagen Business School  
08/2017 - 06/2020

### PROFESSIONAL EXPERIENCE

#### Barista

5toGo Café [↗](#)  
06/2019 - 03/2020



- Η πληροφορία (σπουδών και εμπειριών) οργανώνεται θεματικά στοχεύοντας στη συγκεκριμένη θέση/τμήμα/κλάδο
- Επιτρέπει την επιλογή των θετικών χαρακτηριστικών ενώ αποδυναμώνει τις «ανεπιθύμητες» πληροφορίες (μη συνάφεια σπουδών, διαστήματα ανεργίας, συχνή αλλαγή εργασίας χωρίς επαγγελματική εξέλιξη)
- Ενδεικνύεται όταν κάποιος επιθυμεί αλλαγή καριέρας, όταν δεν έχει σχετική με τη θέση εργασιακή εμπειρία και όταν έχει μόλις ολοκληρώσει τις σπουδές του και δεν έχει εργαστεί.
- Υποκειμενική εκτίμηση της σπουδαιότητας των πληροφοριών

## ΜΕΙΚΤΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ



- Είναι το πιο πλήρες πρότυπο και για το λόγο αυτό, αρκετά δύσκολο στην μορφοποίησή του
  - Οι πληροφορίες οργανώνονται σε θεματικές ενότητες με χρονολογική αναφορά
  - Δείχνει ξεκάθαρη εικόνα των δεξιοτήτων και επιτευγμάτων καθώς και της εμπειρίας και των σπουδών
  - Επιτρέπει ευελιξία και δημιουργικότητα, έτσι ώστε το τελικό προϊόν να ταυτίζεται σημαντικά με τις προϋποθέσεις και τα χαρακτηριστικά της θέσης
- 
- Δεν ενδείκνυται για θέσεις που προτείνουν συγκεκριμένα πρότυπα π.χ. για ιστοσελίδες – μηχανές αναζήτησης εργασίας
  - Για **κάθε** θέση θα πρέπει το πρότυπο να **αναπροσαρμόζεται** και αυτό απαιτεί περισσότερο χρόνο στη διαδικασία αναζήτησης εργασίας.

**Παράδειγμα μικτού τύπου βιογραφικού είναι το Ευρωπαϊκό πρότυπο: europass:**

<https://europa.eu/europass/el/create-europass-cv>



## Ποιες πληροφορίες περιλαμβάνονται:

- Στοιχεία επικοινωνίας (Φωτογραφία)
- Επαγγελματικός στόχος – Προφίλ- Περίληψη
- Εκπαίδευση ή Σπουδές: (διάρκεια), τίτλος, Τμήμα, Σχολή, (βαθμός)
- Επαγγελματική εμπειρία: διάρκεια, τίτλος θέσης, επωνυμία εταιρίας, περιγραφή
- Κατάρτιση-Επιμόρφωση: ημερομηνία, τίτλος, φορέας υλοποίησης, τόπος
- Ξένες Γλώσσες: γλώσσα, επίπεδο/αυτό-αξιολόγηση, πιστοποίηση, φορέας, έτος
- Ειδικές γνώσεις (Η/Υ, στατιστικά ή λογιστικά προγράμματα κ.α.)
- Διακρίσεις-Υποτροφίες: τίτλος, φορέας, έτος
- Δημοσιεύσεις-Ανακοινώσεις: τίτλος, έντυπο/συνέδριο, έτος
- Μέλος Επαγγελματικών Συλλόγων ή Ενώσεων
- Προσωπικά ενδιαφέροντα
- *Συστάσεις ?*

## Τι ζητούν οι εργοδότες ΚΑΙ ΘΕΛΟΥΝ ΝΑ ΔΟΥΝ ΣΤΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

- Μπορεί να κάνει τη δουλειά;
  - Έχει τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες, πιστοποιήσεις, εμπειρίες;
  - Μαθαίνει γρήγορα; Σε πόσο διάστημα θα είναι παραγωγικός;
  - Μπορεί να εργαστεί χωρίς επίβλεψη, να παίρνει πρωτοβουλίες, είναι έμπιστος, θέτει και εκπληρώνει αποτελεσματικά στόχους;
- Έχει κίνητρο;
  - Επιδιώκει να εργάζεται για την προσωπική και επαγγελματική του ανάπτυξη και το συμφέρον της εταιρείας;
- Ταιριάζει με την κουλτούρα της εταιρίας;
  - Έχει σωστή συμπεριφορά προς όλες τις ομάδες που συναναστρέφεται;
  - Έχει επαγγελματική εμφάνιση και παρουσία;
  - Είναι ομαδικός «παίκτης»

Διέγραψε από το βιογραφικό σου, πληροφορίες που δεν υποστηρίζουν τους τρέχοντες στόχους της καριέρας σου.



- **AI assessment systems**



- **Job Descriptions**

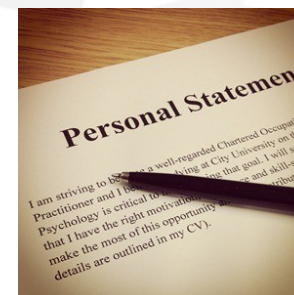
- <https://www.prospects.ac.uk/job-profiles>

- <https://www.eoppep.gr/index.php/el/structure-and-programcertification/workings/katalogos-ep>

# Επαγγελματικός στόχος

(Στόχος καριέρας, Προφίλ, Summary Statement)

Ανάλογα με την περίπτωση μπορεί να είναι είτε απλά **χάσιμο** χώρου στη 1 σελίδα του βιογραφικού σας είτε το **απόλυτο** ανταγωνιστικό σας πλεονέκτημα



Περιλαμβάνει λίγες, ουσιώδεις, ξεκάθαρες και πολύ δυνατές επικοινωνιακά φράσεις, στην αρχή του βιογραφικού, στις οποίες αναφέρονται τα χαρακτηριστικά εκείνα που θα αναδείξουν το «όφελος» που μπορεί ο υποψήφιος να προσφέρει στην εταιρεία.

## Χρησιμοποιείται κατά περίπτωση:

- σε αρκετά έμπειρους υποψηφίους, για να συνδέσουν κάτω από ένα κοινό θέμα πολλές εργασιακές εμπειρίες
- σε υποψηφίους που θέλουν να προβάλλουν μεταβιβάσιμες δεξιότητες που έχουν αναπτύξει μέσω διαφόρων δραστηριοτήτων τους

Επίλεξε κάθε φορά αν θα έχεις «επαγγελματικό στόχο» στο βιογραφικό σου



- With an excellent ability to focus on detail, he is very observant in taking patient's medical history and acts promptly in emergencies. He also deals effectively multiple tasks and responds with calm to pressure conditions.
- Εξαιρετικά αποτελεσματική στην ταχεία εξυπηρέτηση αιτημάτων και στην επίλυση αγοραστικών προβλημάτων διαχειρίζεται με ευγένεια και θετική προσέγγιση οποιαδήποτε προφορική και γραπτή επικοινωνία στα αγγλικά και στα ελληνικά, προσβλέποντας στην αύξηση της ικανοποίησης των πελατών και στην βέλτιστη εξυπηρέτηση των στόχων της επιχείρησης. Αναζητά εργασία σε ένα ευχάριστο, εργασιακό περιβάλλον με ευκαιρίες προσωπικής ανάπτυξης και επαγγελματικής εξέλιξης.
- Economist with Business Analytics master specialization, passionate for creating solutions and meet the goals of an organization, I interact effectively with various audiences and collaborate perfectly with international teams in both leading and participant's role. Looking to utilize my analytical skills in a dynamic multinational organization where the continuous challenges will contribute to my personal and professional advancement.
- Με εξαιρετες επικοινωνιακές δεξιότητες σε διαδραστικά περιβάλλοντα, εστιάζω στη λεπτομέρεια που θα ενισχύσει το συγκριτικό πλεονέκτημα και θα ικανοποιήσει τις ανάγκες των πελατών μου, με ηθικό και επαγγελματικό τρόπο. Παρέχω υπηρεσίες εκπαίδευσης και επικοινωνίας και αναζητώ ένα εργασιακό περιβάλλον καθημερινών προκλήσεων και θετικών εντάσεων, όπου η απόδοσή μου θα αξιολογείται βάση της επίτευξης στόχων.



# Μην λες μόνο ΤΙ ΚΑΝΕΙΣ, πες ΠΩΣ ΤΟ ΚΑΝΕΙΣ και ΤΙ ΠΕΤΥΧΑΙΝΕΙΣ

ή αλλιώς μίλησε για **δεξιότητες** και **επιτεύγματα**



Μη λες τι κάνεις, πες **ΠΩΣ ΤΟ ΚΑΝΕΙΣ** και τι πετυχαίνεις

## Τι είδους δεξιότητες περιγράφονται στο CV

- **Μεταβιβάσιμες (soft skills):** όσες έχουν αναπτυχθεί σε άλλα εργασιακά περιβάλλοντες ή/και ακαδημαϊκές, κοινωνικές δραστηριότητες.

επικοινωνία, ομαδικότητα, πρωτοβουλία, επίλυση προβλημάτων, ευελιξία,

- **Σχετικές με τη θέση εργασίας:** πιστοποιήσεις, τεκμηριωμένη γνώση που προέρχεται από περιβάλλοντα άτυπης ή/και μη τυπικής μάθησης.
- **Προσωπικά χαρακτηριστικά:** ιδιαίτερα στοιχεία της προσωπικότητάς σου που εξυπηρετούν τις απαιτήσεις της **συγκεκριμένης** θέσης και ενισχύουν την υποψηφιότητά σου

**Tip!**

*Βρες τις πρώτες 5 δεξιότητες που ζητούνται στην αγγελία εργασίας και δες ποιες επαγγελματικές σου εμπειρίες ταιριάζουν.*



Achievements

## What?/So What? Formula

Στο βιογραφικό σου χρειάζεται να πείσεις τους αναγνώστες: α) ότι έχεις τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη θέση και β) την ικανότητα να διεκπεραιώσεις με επιτυχία τα καθήκοντα που θα σου ανατεθούν.

### 3 συστατικά συνθέτουν ένα «επίτευγμα»

- Η χρήση μίας συγκεκριμένης δεξιότητας
  - Η επιτυχής ολοκλήρωση μίας συγκεκριμένης εργασίας
  - Η ποσοτική/ποιοτική συνεισφορά σου στην εταιρία
- Ανάφερε μόνο τα επιτεύγματά σου που σχετίζονται με τη θέση εργασίας
- Αν δώσεις **ποσοτικά** στοιχεία (πείθουν περισσότερο) προετοιμάσου να τεκμηριώσεις τη μέθοδο μέτρησής τους

# Βρες και γράψε τα ΕΠΙΤΕΥΓΜΑΤΑ σου

Τι κατάφερες να πετύχεις στην τελευταία σου εργασία/θέση:

- Κέρδισες βραβείο, αναγνώριση ή έπαινο και γιατί;
- Πήρες θετικά σχόλια από συναδέλφους, συνεργάτες, πελάτες;
- Επιλέχθηκες για να συμμετέχεις σε ομάδες εργασίας, επιτροπές κ.λπ.
- Κατάφερες να ολοκληρώσεις ένα εξαιρετικά δύσκολο/πολύπλοκο έργο;
- Συμμετείχες στην εξεύρεση λύσης και τη διατύπωση πρότασης για ένα θέμα (αποτελεσματικότερη ενημέρωση, αύξηση συμμετοχών, καλύτερη διαχείριση πόρων/χρόνου κ.α.)

**Διατύπωσε τα επιτεύγματά έτσι ώστε να κεντρίσεις το ενδιαφέρον του εργοδότη!**

**Αντί:** πωλήσεις και εξυπηρέτηση πελατών

**Πες:** αύξηση εσόδων από ...€ σε...€ κατά την περίοδο... και ανάπτυξη της πελατειακής βάσης από ... σε... μέλη.

# CV TEMPLATES

•Υπάρχουν δωρεάν και με συνδρομή χρήσης

•Προσοχή να σας παρέχουν τη δυνατότητα διαχείρισης των τίτλων

- <https://templates.office.com/en-us/resumes-and-cover-letters>
- <https://www.hloom.com/resume/templates><https://www.cvtemplatemaster.com/>
- <https://www.canva.com/resumes/templates/>
- <https://zety.com/resume-templates>

ΟΝΟΜΑ

ΕΠΙΘΕΤΟ

Φιλολόγος-Εκπαιδευτικός

ΣΤΟΙΧΕΙΑ  
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

69

Πλήρης ταχ.διεύθυνη,τκ

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ  
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Συντονισμός και Οργάνωση
- Πρωτοβουλία στη επίλυση προβλημάτων
- Μεταδοτικότητα
- Προσοχή στη λεπτομέρεια
- Άριστη επικοινωνιακή λεκτική και μη λεκτική ικανότητα
- Ευελξία και Προσαρμοστικότητα

## ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

## ΓΝΩΣΕΙΣ Η/Υ

## ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ

## ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

## ΠΡΟΦΙΛ

## ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

**Καθηγήτρια Φιλολογικών Μαθημάτων (Γυνασίου-Λυκείου)**  
Φροντιστήριο Μέσης Εκπαίδευσης «Ιδιαίτερον», Ηράκλειο Κρήτης  
| 2008 – σήμερα

- Δια ζώσης και διαδικτυακή διδασκαλία Αρχαίων Ελληνικών, Λατινικών και λοιπών μαθημάτων θεωρητικής κατεύθυνσης
- Συγγραφή σημειώσεων κατανόησης ύλης
- Δημιουργία ασκήσεων

## ΕΠΟΧΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ

**Υπάλληλος Τηλεφωνικού Κέντρου**  
Όμιλος ΟΤΕ, Κατάστημα Χ | 2006 – 2007

## ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

**Μέλος ομάδας οργάνωσης συνεδρίων**  
AISEC Greece

## ΣΠΟΥΔΕΣ

**Μεταπτυχιακό** ..... | 2007- 2008  
**Τμήμα** .....Σχολή, Πανεπιστήμιο .....

**Διπλωματική εργασία:**

**Πτυχίο** ..... | 1999-2005

**Ειδίκευση**.....  
**Τμήμα** .....Σχολή, Πανεπιστήμιο .....

ΟΝΟΜΑ  
ΕΠΩΝΥΜΟ

Ιατρός, μέλος Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟ  
ΠΡΟΦΙΛ

## ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ



## ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

**Αγγλικά** : άριστη γνώση (C2,ECPE, 2009)

**Γερμανικά**: καλή γνώση ( Goethe -  
Zertifikat B1, 2008, επίπεδο B2)

## ΓΝΩΣΕΙΣ Η/Υ

Word, Excel, Power Point

## ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Οργανωτικός, με θετική προσέγγιση, πειθαρχημένος, υπεύθυνος, ευγενής, ευέλικτος, αποτελεσματικός σε αυτόνομες και ομαδικές εργασίες και σε περιστάσεις κρίσης

## ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

ποδόσφαιρο, καλόμευση, tang soo do, μπάσκετ, τένις, ταξίδια/γνωριμία και επαφές με άλλους πολιτισμούς

## ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ

σε εξέλιξη  
εκπληρωμένες

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ –  
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΡΙΣΕΩΝ

ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ &  
ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ  
ΑΝΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΡΟΝΟΥ  
ΙΕΡΑΡΧΙΣΗ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΩΝ

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

**Πτυχίο** ..... | 2015-2020  
**Σχολή, Τμήμα**  
**Πανεπιστήμιο**

**Απολυτήριο 2<sup>ου</sup> ΓΕΛ** ..... | 2012

## ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ

**Δίπλωμα BLS (Basic Life Support)** ..... | 2018  
**European Resuscitation Council**

## ΣΥΝΕΔΡΙΑ- ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΕΣ ΗΜΕΡΙΔΕΣ

**2019**  
Επιστημονική Δημερίδα «Χειρουργική Καρκίνου Μαστού»  
Α' Παν. Χειρουργική Κλινική, Ιατρική, ΑΠΘ & Εκπαιδευτικό Συμβούλιο  
Ελληνικής Χειρουργικής Εταιρίας

**2017**  
23<sup>ο</sup> Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας  
11<sup>ο</sup> Διεθνές Forum Φοιτητών Ιατρικής και Νέων Ιατρών Ελλάδας  
Επιστημονική Εταιρία Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας

**2015**  
11<sup>ο</sup> Διεθνές Συνέδριο Αισθητικής Οδοντιατρικής  
Ελληνική Ακαδημία Αισθητικής Οδοντιατρικής

**2014**  
20<sup>ο</sup> Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας  
8<sup>ο</sup> Διεθνές Forum Φοιτητών Ιατρικής και Νέων Ιατρών Ελλάδας  
Επιστημονική Εταιρία Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας

## ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ

**Εθελοντής φοιτητής Ιατρικής** στο πρόγραμμα  
«Ιατρική Απόβαση» ..... | Ιούλιος 2019  
**Κέντρο Υγείας Αρεόπολης, Μάνη**

- Προληπτικός έλεγχος
- Πρώτες βοήθειες σε περιστατικά πνιγμού και περιθάλψης δαγκωμάτων χελώνας
- Διαχείριση εκδορών, χτυπημάτων και φροντίδα χειρουργικών τραυμάτων
- Υποστήριξη 4 εφημεριών υπό την ευθύνη του Διευθυντή του Κέντρου κ. Ανάργυρου Μαριόλη



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα  
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



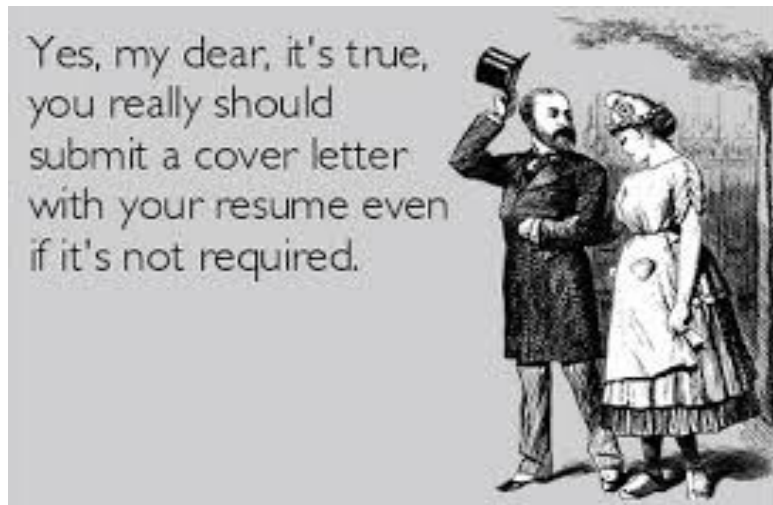
# Όταν συντάσσεις το βιογραφικό σου σημείωμα **βεβαιώσου ότι σκέφτεσαι από την πλευρά του εργοδότη!**



Resume **Target**



# Συνοδευτική Επιστολή (Cover letter)



Διαφορετική  
συνοδευτική επιστολή για κάθε θέση

Δεν ξεπερνάμε τη 1 σελίδα A4

Επαγγελματική επιστολή

## Τα χαρακτηριστικά της συνοδευτικής επιστολής με μια ματιά

### Είδος

- α. Επιστολή διερεύνησης
- β. Επιστολή για συγκεκριμένη θέση εργασίας

### Έκταση

3-4 παράγραφοι, μία σελίδα

### Περιεχόμενο

- α. Εξηγήστε το σκοπό της επικοινωνίας σύντομα και με σαφήνεια
- β. Παρουσιάστε σύντομα τον εαυτό σας (σπουδές, εργασιακή εμπειρία, προσόντα, προσωπικά χαρακτηριστικά)
- γ. Αναφερθείτε στην εταιρεία (όχι κολακειές!)
- δ. Ζητήστε προσωπική συνάντηση (αυτός είναι άλλωστε ο σκοπός σας!)

Πηγή: <http://edujob.gr/syntaksh-synodeytikh-s-epistolhs-ypodeigmata>



# Σύντομη Αυτό-Παρουσίαση 30-60" (Elevator Pitch/Speech)

ΤΙ ΕΙΝΑΙ:

Σύντομη περίληψη των προσόντων και των εμπειριών σας, σε ανθρώπους που δεν γνωρίζετε και θέλετε να σας γνωρίσουν.

Απαντά στην ερώτηση:  
«Πες μου για σένα»

**ΣΤΟΧΟΣ:**

**να τους κινήσετε το ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ για να σας δουν ΞΑΝΑ.**

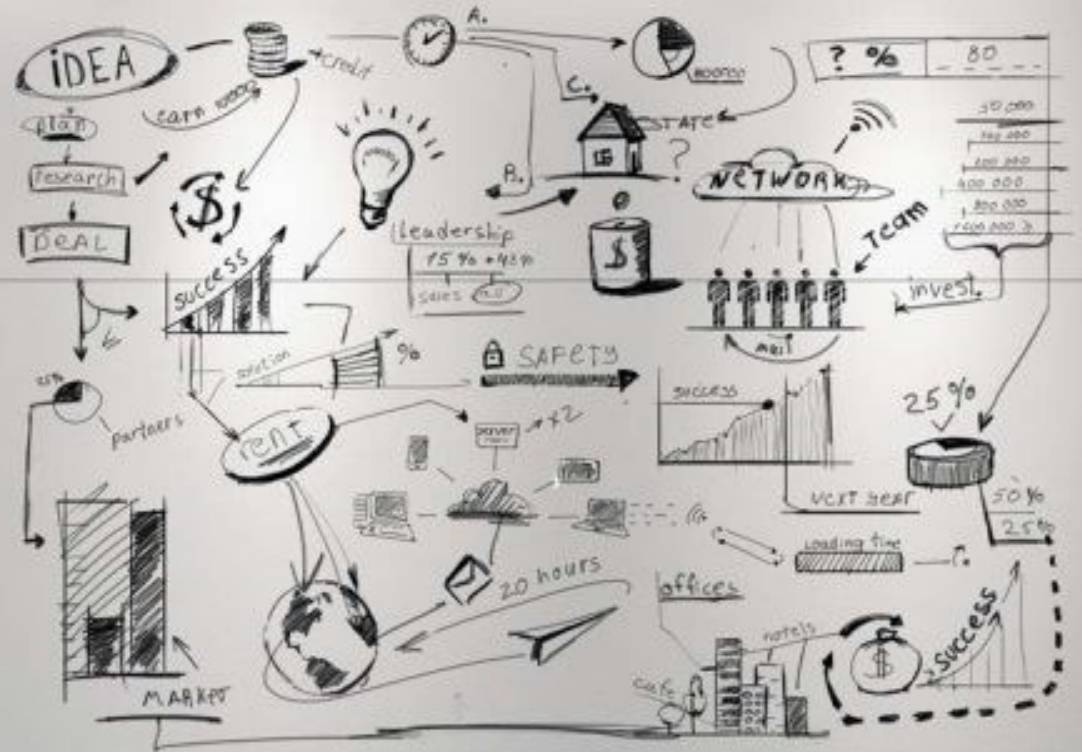


# Που χρησιμοποιείται:

- ❖ Ημέρες Καριέρας
- ❖ Εκδηλώσεις Δικτύωσης
- ❖ Σεμινάρια-Συνέδρια
- ❖ Σύσταση σε Ομάδα
- ❖ Προφίλ στα social media
- ❖ 1<sup>η</sup> μέρα στη δουλειά
- ❖ Αιτήσεις Εργασίας (e-mail)
- ❖ Βιογραφικό Σημείωμα (προφίλ)
- ❖ Τυχαία περιστατικά συνάντησης!



# Τι περιλαμβάνει:



**5****WHO YOU WORK WITH?**

Specific industries which need your offering

**4****WHAT YOU DELIVER?**

Solution based outputs that can be measured as success

**3****HOW YOU DO IT?**

What is your Methodology, Model, I.P or point of difference

**2****WHAT YOU DO?**

Clear description of your core benefit in one sentence

**1****WHO ARE YOU?**

What is your organisational name &amp; vision

**Elevator Pitch  
Hot Buttons****"The Power of 30 Seconds"**



- Το όνομά σας
- Κάτι που σας διαφοροποιεί από τους «όμοιους» ή κάτι που σας συνδέει με τον ακροατή



# ΣΤΟΧΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ



- Προσαρμοσμένος στον ακροατή σας (να μπορεί να σας βοηθήσει)

Π.χ.

- ✓ «τμήμα μηχ/νής λογιστικής»,
- ✓ «μετακίνηση στην Αθήνα σε θέση παρόμοια με αυτήν που ήδη εργάζομαι» κ.α.

## ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ - ΕΠΙΤΕΥΓΜΑΤΑ

- Πείτε πραγματικά περιστατικά που εφαρμόσατε γνώσεις και αναπτύξατε δεξιότητες π.χ. αντί «πάντα ήθελα να γίνω δάσκαλος» μπορείτε να πείτε «παρακολούθησα σεμινάριο διδακτικής και δίδαξα εθελοντικά πληροφορική σε παιδιά σε ακριτικές περιοχές μέσω μίας Μ.Κ.Ο.
- Εστιάστε στα χαρακτηριστικά σας που σας προσθέτουν ανταγωνιστικό πλεονέκτημα σε ποικίλα εργασιακά περιβάλλοντα



# ΤΙ ΖΗΤΑΤΕ από τον ακροατή σας



- Προτείνετε τουλάχιστον 2 τρόπους που μπορεί ο ακροατής σας να σας βοηθήσει:
  - Θα μπορούσατε να μου δώσετε τα στοιχεία του αρμόδιου για τα Internships στην εταιρία σας.
  - Θα μπορούσαμε να προγραμματίσουμε μία συνάντηση για να σας εκθέσω τις ιδέες μου για την αύξηση των πωλήσεων του προϊόντος .



WOW

HOW

NOW

## Η ΤΕΧΝΙΚΗ:

- WOW
- HOW
- NOW



Ερώτηση: Λοιπόν, τι κάνεις;

Απάντηση: Είμαι πρωταθλητής επικοινωνίας εταιρικών στόχων! **(WOW)**

Ερώτηση: Τί;

Απάντηση:

είμαι εκπαιδευτής ενηλίκων στη χρήση των power point για επαγγελματικές παρουσιάσεις. Αυτό το διάστημα συνεργάζομαι με μία πολυεθνική εταιρία συμβούλων και βοηθώ τα ανώτερα στελέχη να βελτιώσουν τις δεξιότητες παρουσίασης σε θέματα πωλήσεων ώστε να αναπτύξουν περισσότερο το πελατολόγιό τους. **(how)**  
Ξέρω ότι... θα με ενδιέφερε ... Ορίστε μία κάρτα μου.... **(now)**

## Τι να αποφύγετε:

- Να μιλάτε πολύ γρήγορα
- Να χρησιμοποιείτε τεχνικούς όρους, ακρωνύμια και αργκό
- Να μην είστε συγκεντρωμένος
- Να μην έχετε προετοιμάσει αυτό που θέλετε να πείτε
- Να μιλάτε σαν «ρομπότ»
- Να μην έχετε επαγγελματική κάρτα



## The DOs and DON'Ts

→ <https://www.youtube.com/watch?v=LDpe9StfGTA>

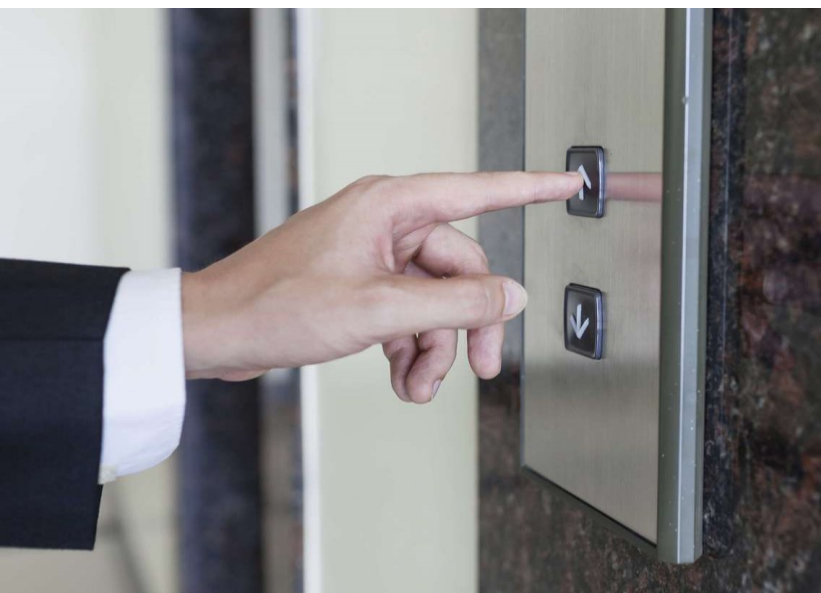


It's your turn now,

Are  
You  
**READY?**

## Σε 1' παρουσίασε τον εαυτό σου:

- Ποιος είμαι;
- Ποιο είναι το αντικείμενό μου
- Ποιος είναι ο επαγγελματικός μου στόχος
- Γιατί απευθύνομαι στον ακροατή μου και τι ζητώ.
- Στοιχεία επικοινωνίας



# ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ



## PRESENTATION SKILLS

You know what you want to say.  
But do you know how?

# Συνδεθείτε με το κοινό σας

- Ειλικρίνεια
- Αυθεντικότητα
- Ενθουσιασμός
- Πάθος

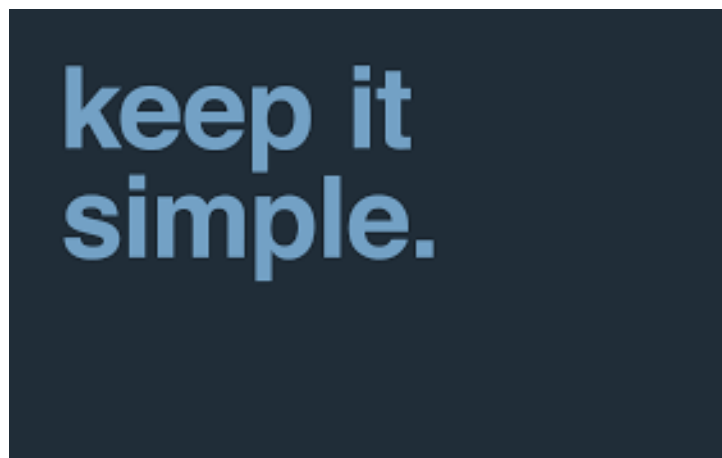
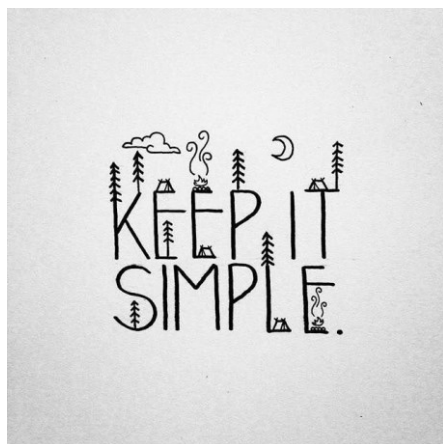


# Επικεντρωθείτε στις «ανάγκες» του κοινού σας



- Τι θέλουν να μάθουν - Όχι τι μπορείτε να τους πείτε
- Σημάδια απόκρισης/αντίληψης – Άμεση ανταπόκριση

# Ποιο είναι το κύριο μήνυμα (ή τα 3 βασικά σημεία) που θέλετε να μεταδώσετε στο κοινό σας



Τηρήστε τον κανόνα των **3 «Σ»**

• Συντομία



• Σαφήνεια



• Στόχος





# Κτίστε σχέση εμπιστοσύνης



- Χαμογελάστε
- Διατηρήστε οπτική επαφή
  - Μιλήστε σε ανθρώπους όχι σε τοίχους
  - Ελέγξτε τη φωνή σας
  - Προσέξτε τη γλώσσα του σώματος

# Ξεκινήστε Δυναμικά

**Abpm**

Σύμβουλοι Επιχειρήσεων



**START  
STRONG**

- Τραβήξτε την προσοχή του κοινού σας από την αρχή
- Μην χάνετε χρόνο λέγοντας απλά ποιος είστε αλλά...
  - Διασκεδάστε τους
  - Πείτε μία ιστορία

# Θεωρία Γνωστικού Φορτίου



Στη διαδικασία μάθησης οι νέες πληροφορίες που μπορεί ο ανθρώπινος εγκέφαλος να διαχειριστεί θα πρέπει να είναι οι λιγότερες απαιτούμενες

Ειδικά αν παρέχονται και προφορικά και γραπτά.



# Προετοιμασία Παρουσίασης



Αφιερώστε χρόνο στο σχεδιασμό

Βγείτε από το πλαίσιο

Κάντε εξάσκηση

Προετοιμάστε: εξοπλισμό & την εμφάνισή σας

# Κατά τη διάρκεια

- Ελέγξτε το άγχος σας
- Μην διαβάζετε τις διαφάνειες
- Ελέγξτε το χρόνο



## Χειριστείτε τις ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

- Δώστε σαφείς οδηγίες για το χρόνο των ερωτήσεων
- Περιγράψτε τη διαδικασία
- Δύσκολες ερωτήσεις
  - Πολλά σκέλη
  - Δεν ξέρουμε την απάντηση
  - Άσχετες με το θέμα



Αξιολογήστε την  
παρουσίασή σας

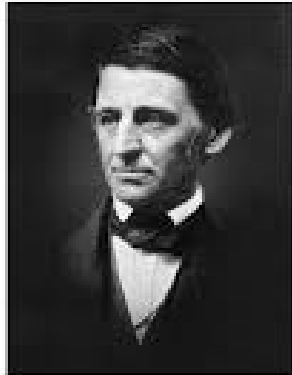
- Κοινοποιήστε το υλικό σας
- Δώστε τα στοιχεία επικοινωνίας σας
- Δηλώστε τη διαθεσιμότητά σας



# Αντί επιλόγου...

"All the great speakers were bad speakers at first."

- Ralph Waldo Emerson



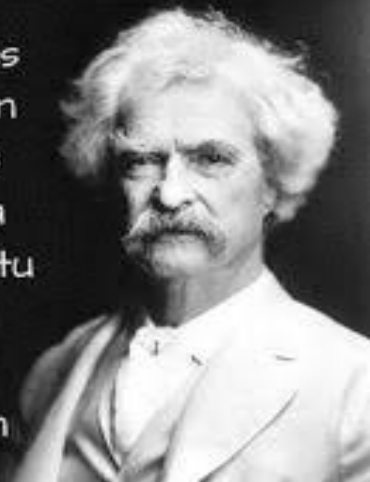
"People who know what they're talking about don't need PowerPoint."

— Steve Jobs  
From Walter Isaacson's book *Steve Jobs*

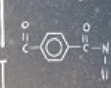


It usually takes me more than three weeks to prepare a good impromptu speech

- Mark Twain



IF YOU CAN'T EXPLAIN IT SIMPLY, YOU DON'T UNDERSTAND IT WELL ENOUGH  
ALBERT EINSTEIN





# It's an Interview time:

Prepare yourself and shine like a **S.T.A.R.**



## Τι είναι



Μία συζήτηση (δομημένη ή «χαλαρή») μεταξύ  
Ενός δυνητικού εργοδότη και ενός υποψηφίου όππου:

- Ο συνεντευκτής θα προσπαθήσει να εκτιμήσει τα προσόντα και την παρουσία του υποψηφίου, αναφορικά με τη θέση και την εταιρία  
*ενώ παράλληλα*
- Ο υποψήφιος θα αναζητήσει περισσότερες πληροφορίες για τη θέση και την εταιρία ως εργοδότη

# Μορφές Συνέντευξης

Στη συνέντευξη διερευνώνται και αξιολογούνται, πέρα από τις γνώσεις, τις εμπειρίες και τις δεξιότητές σου (soft skills), η γενικότερη συμπεριφορά σου, η ικανότητα έκφρασης και τεκμηρίωσης, η ωριμότητά σου, οι επαγγελματικοί σου στόχοι, το ενδιαφέρον σου κ.α. **πάντα σε σχέση με τη συγκεκριμένη θέση/εταιρία.**

Η Συνέντευξη μπορεί να γίνει:

- Τηλεφωνικά (αρχική αξιολόγηση)
- Διαδικτυακά (Skype)
- **Αυτοπροσώπως**
  - Με έναν εκπρόσωπο της εταιρίας
  - Με δύο ή περισσότερους εκπροσώπους της εταιρίας (πάνελ)



# Είδη Συνέντευξης

Με εναλλαγή επικοινωνιακών εργαλείων και τεχνικών  
(γλώσσα, ύφος, προσέγγιση)

- Επίλυσης Προβλήματος (case)  
«Πώς μπορεί η εταιρία X να διπλασιάσει τα κέρδη της»
- Βρες τη λύση (ruzzle)  
«Πόσοι άνθρωποι χρησιμοποιούν το Facebook στη Θεσσαλονίκη στις 2:30 το απόγευμα της Παρασκευής»
- Σε γεύμα (lunch)  
Χαλαρό κλίμα, πως συμπεριφέρεται κάποιος εκτός γραφείου
- Ομαδική (group)  
Όταν αξιολογούνται πολλοί για την ίδια εργασία (πωλήσεις, Internships)
- Μην το λες, κάντο (working)  
Ο αξιολογητής δεν θέλει να ακούσει πως κάνεις κάτι αλλά να σε δει σε δράση
- Ημέρες Καριέρας (career fairs)

# Προετοιμασία για τη Συνέντευξη



## Πληροφορίες που έχεις:

- ✓ Τόπος, ημέρα, ώρα, διάρκεια
- ✓ Είδος συνέντευξης
- ✓ Σκοπός συνέντευξης

## Τι πρέπει να μάθεις :

- ✓ Αναζήτησε πληροφορίες για την εταιρία (εκπρόσωπο) και τη θέση
- ✓ Μάθε για τον Κλάδο: τάσεις, προοπτικές, επιχειρηματικές δράσεις
- ✓ Δες προσεκτικά το βιογραφικό σου και σημείωσε τα σημεία που θέλεις να προβάλεις
- ✓ Κάνε εξάσκηση (καθρέφτης, βίντεο, φίλος)

# Προετοιμασία για τη Συνέντευξη



- Ψυχολογική προετοιμασία:
  - το προηγούμενο βράδυ κοιμήσου καλά
  - **βρες από το προηγούμενο βράδυ τι θα βάλεις**
  - φάε ένα καλό-ελαφρύ πρωινό και προετοιμάσου με την ησυχία σου
  - μην υπερβάλεις με τους καφέδες και λοιπά «τοξικά» τρόφιμα
  - διαχειρίσου το άγχος σου, κάνε ευχάριστες σκέψεις
  - ANEΠΝΕΕ
- Τι πρέπει να έχεις μαζί σου:
  - εκτύπωση του Βιογραφικού σου (και επιπλέον αντίγραφα)
  - σημειώσεις και ερωτήσεις που θέλεις να κάνεις
  - στοιχεία επικοινωνίας με τον εκπρόσωπο και τους διοργανωτές
  - 1 μπουκαλάκι νερό
- Πρακτικά θέματα:
  - Φρόντισε για έγκαιρη προσέλευση και εξασφάλιση χρόνου εξοικείωσης
  - Μην έρχεσαι στις συνεντεύξεις με συγγενείς και φίλους
  - Μην επηρεάζεσαι από σχόλια και συζητήσεις συνυποψήφιων

# ΣΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ



- μην μακρηγορείς, επαναλαμβάνεσαι, φλυαρείς,
- λιτός, σαφής, σωστός συντακτικά λόγος,
- απέφυγε αρνητικές εκφράσεις, σχόλια, εκτιμήσεις
- προσοχή στη γλώσσα σώματος (όλων),
- παραδείγματα, διευκρινήσεις (η προστιθέμενη αξία σου)
- σύνοψη, ανακεφαλαίωση
- **μην αναφέρεσαι πρώτος σε μισθολογικά θέματα**

# Συμπεριφορική Συνέντευξη behavioral interview

- Αξιολόγηση των μεταβιβάσιμων δεξιοτήτων (soft skills) των υποψηφίων
- Αναφορές σε εμπειρίες και συμπεριφορές του παρελθόντος







Enhance your expression

Be open minded

Be realistically optimistic

Be a good listener

Team Success

Be patient with  
yourself & others

# Η τεχνική S.T.A.R.

- Ασκήσου στο σύστημα απαντήσεων **S.T.A.R.**  
(Situation, Task, Action, Result)
- Μην δίνεις υποθετικές απαντήσεις αλλά φρόντισε να προετοιμάσεις συγκεκριμένα παραδείγματα
- Πάρε το χρόνο σου
- Ζήτα ανατροφοδότηση

STAR

Results  
Actions  
Situation  
Task



## PREPARE

Listen carefully to the question and think of an event. Take a few seconds to ensure you have the best example you can. Don't rush it.

S

## SITUATION

Describe a specific event or a situation that you were in. The who, what, where, when etc.

T

## TASK

Explain the task you had to complete, highlighting any specific challenges or constraints e.g. deadlines, issues or costs.

A

## ACTION

Describe the specific actions that you took to complete the task. These should highlight desirable traits the interviewer is looking for.

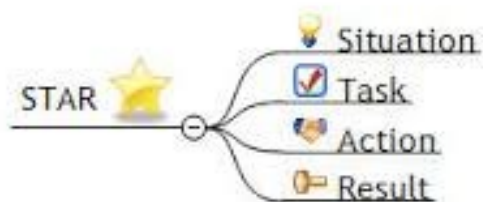
R

## RESULT

Close with the result of your efforts. Include figures to quantify the result if possible.

And remember, do not think of new details as you answer. Say what you had planned for and end.

*(Present-Past-Future formula)*



## S.T.A.R προετοιμασία

- Σκέψου 6-8 παραδείγματα όπου έδειξες συμπεριφορές και δεξιότητες που γενικά ζητούν οι εργοδότες.
- Τα μισά από τα παραπάνω παραδείγματα θα πρέπει να είναι απολύτως θετικά (επιτυχίες και επίτευξη στόχων)
- Τα άλλα μισά θα πρέπει να αφορούν καταστάσεις που ξεκίνησαν αρνητικά και είτε κατέληξαν με επιτυχία είτε εσύ επέδειξες άριστη επίδοση/απόδοση ή έμαθες κάτι σημαντικό για την μετέπειτα πορεία σου
- Χρησιμοποίησε σχετικά πρόσφατα παραδείγματα (αν μπορείς ενός χρόνου)

# S.T.A.R. απαντήσεις

Competence:	Ability to innovate
<b>S</b> Situation	I was part of the Customer Service team. We experienced poor customer satisfaction and several customer complaints due to the inconsistency of the level of service.
<b>T</b> Task	Being one of the most senior team members, I was asked to propose ideas on how to improve the situation.
<b>A</b> Action	First I reviewed the results of the customer surveys and collected data about what the dissatisfaction was about. Then I called a meeting with my peers and I asked their input through a brainstorming exercise. Finally I came up with a list of five ideas to implement changes supporting service improvement and a plan to measure future performance of our Customer Service department.
<b>R</b> Result	The number of complaints decreased by 20% in the month following the implementation and by 50% 3 months later.

Άκουσε προσεκτικά την κάθε ερώτηση και αν χρειαστεί ζήτησε διευκρινήσεις.

Απάντησε επιλέγοντας το κατάλληλο παράδειγμα/ιστορία

## Δώσε παραδείγματα από:

- εργασιακές εμπειρίες π.χ. διαχείριση χρόνου, καινοτόμα προσέγγιση
- πανεπιστημιακές εργασίες και projects π.χ. αναζήτηση βιβλιογραφίας
- εθελοντικές δραστηριότητες π.χ. ενημέρωση, συντονισμός μελών
- ομαδικές συμμετοχές π.χ. προβλήματα συνεργασίας

**Χρησιμοποίησε ποσοτικά στοιχεία όποτε είναι δυνατό.**

# Ερωτήσεις για «δυνατούς» παίκτες



- Ποια είναι η μεγαλύτερη αδυναμία σας, όχι πλεονέκτημα που περιγράφετε ως «αδυναμία»;
- Στοχεύετε στη δική μου θέση;
- Τι θα κάνετε αν δουλεύετε μαζί μας για 5 χρόνια και δεν προαχθείτε/εξελιχθείτε;
- Στο βιογραφικό σας είδα ότι κάνατε πρακτική άσκηση σε .... Σας πρότειναν να παραμείνετε στην εταιρία. Τι έγινε;
- Περιγράψτε μου την δουλειά των ονείρων σας.
- Τι θα κάνατε αν ο εργοδότης/προϊστάμενος καρπωνόταν τις ιδέες και επιτυχίες σας;
- Για τη θέση που προσφέρουμε δεν έχετε μεγάλη εμπειρία. Υπάρχουν περισσότερο έμπειροι υποψήφιοι. Γιατί να προσλάβουμε εσάς;

## Ερωτήσεις για «δυνατούς» παίκτες

- Αν εσείς προσλαμβάνατε κάποιον για αυτή τη θέση, ποια θα ήταν τα χαρακτηριστικά που θα αναζητούσατε;  
*επίλυση προβλημάτων, ενδυνάμωση ομάδας, αποτελεσματικότητα*
- Κάνατε κάποιο λάθος σε προηγούμενη εργασία σας που κόστισε χρήματα στην εταιρία;
- Τι σημαίνει για σας «τύχη» στον τομέα της αναζήτησης εργασίας;
- Έχετε ένα πολύ καλό βιογραφικό. Μπορείτε όμως να μας αποδείξετε ότι θα τα καταφέρετε να δουλέψετε σε ομάδα με άτομα διαφορετικής ηλικίας και κουλτούρας;





# οι δικές σου ερωτήσεις

**Κάνε τουλάχιστον 2 ερωτήσεις (προετοίμασε 4)**

- Σε ποιον/ποια άτομα θα πρέπει να απευθύνομαι. Υπάρχει κάποια σειρά αναφοράς;
- Μπορείτε να μου δώσετε ένα παράδειγμα για το πώς θα συνεργάζομαι με τον προϊστάμενό μου;
- Ποιες δεξιότητες χρειάζονται για την καλύτερη ενσωμάτωση στην εταιρία;
- Τί σας αρέσει περισσότερο από την εργασία σας στη συγκεκριμένη εταιρία;
- Ποιές είναι οι προκλήσεις της θέσης εργασίας;

Mind the  
**Great fit!**

## οι δικές σου ερωτήσεις

- Αν προσληφθώ στην εταιρία, πως θα είναι μία τυπική ημέρα εργασίας;
- Ποιά είναι τα επόμενα βήματα στη διαδικασία επιλογής;
- Πώς υποστηρίζετε την επαγγελματική ανάπτυξη της ομάδας σας/των εργαζομένων σας;
- Πώς αντιμετωπίζετε τυχόν εντάσεις/διαμάχες μεταξύ των εργαζομένων σας;

## Μετά τη Συνέντευξη

- ✓ ολοκλήρωσε τη συνέντευξη με **χαμόγελο** και μία σταθερή **χειραψία**,
- ✓ **ζήτησε το e-mail** (κάρτα) του συνεντευκτή,
- ✓ **στείλε ευχαριστήριο μήνυμα (μέσα σε 24 ώρες, 2-3 ώρες μετά τη συνέντευξη)**: να μην είναι γενικό, πες κάτι συγκεκριμένο από τη συνέντευξη για να δείξεις το ενδιαφέρον σου για τη θέση και επιδίωξε ανατροφοδότηση/συνέχεια της διαδικασίας
- ✓ **κράτησε σημειώσεις**: δες τι πήγε καλά και τι «δεν δούλεψε»
- ✓ **επικοινωνήσε με τις «συστάσεις»** σου και συζήτησε για την υποψηφιότητά σου ή προώθησέ τους το βιογραφικό σου, ώστε να προετοιμαστούν σε περίπτωση επικοινωνίας από τον υπεύθυνο προσλήψεων

## Feedback-Reflection

- Μάθε για τον ανταγωνισμό
  - της εταιρίας
  - των συνυποψήφιων
- Μην σταματάς την αναζήτηση





The secret of acing a job interview is to  
stop believing in  
**LUCK**  
and start believing in  
**YOURSELF.**

ΚΑΛΗ  
ΕΠΙΤΥΧΙΑ