

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΓΙΑ ΔΟΥΛΕΙΑ;



ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

ΟΔΗΓΟΣ ΥΛΙΚΟΥ

ΕΝΟΤΗΤΑ 5



Innovative Learning Approaches in Staff Training and Young Offenders'
Employability Support - ILA Employability
2014-1-RO01-KA200-002856

Any communication or publication related to the Project made by the beneficiaries jointly or individually in any form and using any means reflects only the author's view and the NA and the Commission are not responsible for any use that may be made of the information it contains.

Funded by the European Union



Erasmus+

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

| | |
|------------------------------------------------------------------------|---|
| 1. Εισαγωγή | 3 |
| 2. Στόχοι | 5 |
| 3. Λίστα και διάρκεια των προτεινόμενων δραστηριοτήτων | 5 |
| 4. Ανάπτυξη της συνεδρίας και έννοιες για μετάδοση – Είδη Συνεντεύξεων | 6 |

Δραστηριότητα 1: Οι ανησυχίες του ατόμου που παίρνει τη συνέντευξη
7

Δραστηριότητα 2: Εάν εγώ...το άτομο που μου παίρνει τη συνέντευξη θα σκεφτεί...
11

Δραστηριότητα 3: Τι αναμένεται από εμένα σε μια δουλειά; 15

Δραστηριότητα 4: Έτσι γίνεται μια σωστή χειραψία
19

Δραστηριότητα 5: Πράγματα που μπορώ να ρωτήσω σε μια συνέντευξη
21

Δραστηριότητα 6: Συναίσθηση – Επικοινωνία 26

Δραστηριότητα 7: Συναίσθηση – Οπτικοποίηση 31



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΓΙΑ ΔΟΥΛΕΙΑ; ΠΩΣ ΤΟ ΚΑΝΕΙΣ ΑΥΤΟ;

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ.

Η διαδικασία εύρεσης εργασίας έχει συνήθως ένα τελικό στάδιο το οποίο έρχεται πριν από την εργοδότηση: την συνέντευξη πρόσληψης. Οι συνεντεύξεις αυτές μπορεί να είναι μία ή περισσότερες ανάλογα με τη σημασία της θέσης που πρέπει να καλυφθεί.

Τα άτομα που εμπλέκονται στη διαδικασία πρόσληψης δίνουν ιδιαίτερη σημασία στις πληροφορίες που μπορούν να μάθουν μέσω αυτού του μέσου· ίσως και περισσότερες απ' ότι θα έπρεπε, θα μπορούσε να πει κάποιος. Οι μελέτες δείχνουν ότι σε σύγκριση με τα τεστ προβλεπτικής εγκυρότητας τα οποία μετρούν τη νοημοσύνη (0.53), η συνέντευξη έχει σημαντικά χαμηλότερες τιμές (0.14). Χρησιμοποιείται, ωστόσο, αρκετά και της δίνεται πολύ περισσότερη αξία.¹

Αυτό συμβαίνει τόσο λόγω του κόστους, αφού πρόκειται για μια φθηνότερη τεχνική, όσο και λόγω της αίσθησης του ελέγχου και της ασφάλειας που δημιουργείται στο άτομο το οποίο παίρνει μια συνέντευξη αφού έχει δει και μιλήσει στον/στην υποψήφιο/α.

Η συνέντευξη είναι μια αλληλεπίδραση μεταξύ δύο πλευρών κατά την οποία και οι δύο λαμβάνουν πληροφορίες, όχι μόνο από το τι λέγεται, αλλά και από το πώς λένε κάτι και το πώς συμπεριφέρονται πριν, κατά τη διάρκεια και μετά από την συνέντευξη. Ο στόχος είναι, σε γενικές γραμμές να δώσεις μια καλή εντύπωση, πέρα από το περιεχόμενο που σχετίζεται με την δουλειά. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό ο/η υποψήφιος/α να δείξει αυτό που πραγματικά είναι, αλλά ταυτόχρονα να ξέρει τι περιμένει η εταιρεία γενικά, έτσι ώστε να κάνει ένα καλό χειρισμό των εντυπώσεων.

¹ La Práctica de la Psicología Diferencial en Industria y Organizaciones. Juan Espinosa, et al. Pirámide. Madrid. 1996

Τύποι συνεντεύξεων, ανάλογα με την μέθοδο:

- **Άμεση ή δομημένη συνέντευξη:** συγκεκριμένη συνέντευξη με κλειστές ερωτήσεις όπως “Τι εκπαίδευση έχετε;” ή “Πόσα χρόνια επαγγελματικής εμπειρίας έχετε;”. Αναμένεται από τον/την υποψήφιο/α να δώσει ακριβείς απαντήσεις.
- **Ελεύθερη συνέντευξη:** συνέντευξη με μερικές ανοικτές ερωτήσεις όπως “Μπορείς να μου πεις λίγα πράγματα για τον εαυτό σου;” ή “Γιατί ενδιαφέρεσαι για αυτή τη δουλειά;”. Ο/Η υποψήφιος/α αναμένεται να δώσει σαφείς και δομημένες απαντήσεις ενώ η επικοινωνιακή ρευστότητα είναι απαραίτητη.
- **Μικτή συνέντευξη:** ο πιο συχνός τρόπος συνέντευξης. Είναι αυτός ο οποίος συνδυάζει κλειστές και ανοικτές ερωτήσεις.

2. ΣΤΟΧΟΙ.

ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ

Ο στόχος αυτής της ενότητας είναι να μεταδώσει στους μαθητές το μήνυμα ότι η συνέντευξη για δουλειά δεν είναι μια δοκιμασία την οποία θα αντιμετωπίσουν και θα ξεπεράσουν με ένα απρόβλεπτο αποτέλεσμα, αλλά ότι απαιτείται μια θεμελιώδη διάθεση και συμπεριφορά για να καταφέρουν να την ξεπεράσουν, και αυτό συνεπάγεται ότι θα πρέπει να προετοιμαστούν κατάλληλα.

ΕΙΔΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Να καταλάβουν ποιες είναι οι αξίες τις οποίες ψάχνουν οι επιχειρηματίες σε ένα υποψήφιο/εργαζόμενο.
- Να ενημερωθούν οι νέοι για τις διαφορές που υπάρχουν μεταξύ του εργασιακού χώρου και του εκπαιδευτικού περιβάλλοντος.
- Να αποκτήσουν την επίγνωση της ευθύνης που έχει το άτομο που παίρνει μια συνέντευξη και τους ανησυχίες που φέρνει μαζί της η ευθύνη αυτή.
- Να καταρτιστούν οι νέοι με βασικές δεξιότητες στη χρήση λεκτικής και μη-λεκτικής επικοινωνίας.
- Να βοηθηθούν οι νέοι έτσι ώστε να κατανοήσουν την πραγματικότητα των εργασιακών περιβαλλόντων, κάτι το οποίο θα τους επιτρέψει, στο μέλλον, να δείξουν κατανόηση και ενσυναίσθηση για το άτομο που τους παίρνει συνέντευξη.

3. ΛΙΣΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ.

Εκτιμώμενη διάρκεια: 3 ώρες.

Δραστηριότητα 1: Οι ανησυχίες του ατόμου που παίρνει τη συνέντευξη (25 λεπτά)

Δραστηριότητα 2: Εάν εγώ...το άτομο που μου παίρνει τη συνέντευξη θα σκεφτεί... (25 λεπτά)

Δραστηριότητα 3: Τι αναμένεται από εμένα σε μια δουλειά; (25 λεπτά)

Δραστηριότητα 4: Έτσι γίνεται μια σωστή χειραψία (5-10 λεπτά)

Δραστηριότητα 5: Πράγματα που μπορώ να ρωτήσω σε μια συνέντευξη (20 λεπτά)

Δραστηριότητα 6: Συναίσθηση – Επικοινωνία (10-15 λεπτά)

Δραστηριότητα 7: Συναίσθηση – Οπτικοποίηση (10 λεπτά)

4. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΝΝΟΙΕΣ ΓΙΑ ΜΕΤΑΔΟΣΗ

1. ΟΔΗΓΟΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ

Διαφάνειες 1-6

Αυτές οι διαφάνειες στοχεύουν στην ενημέρωση των μαθητών για το πώς αντιλαμβάνονται οι εργοδότες το όραμα της νεολαίας, ποια πράγματα θεωρούν θετικά και ποια αρνητικά, έτσι ώστε να καθορίσουν την στρατηγική που θα ακολουθήσουν κατά τη διάρκεια της συνέντευξης.

Έννοιες για μετάδοση:

- Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης, ο/η υποψήφιος/α έχει ως στόχο να πείσει το άτομο που παίρνει τη συνέντευξη ότι είναι ο/η καταλληλότερος/η για να πάρει τη θέση εργασίας.
- Υπάρχει μια σειρά από δεξιότητες τις οποίες οι εργοδότες αναμένουν να δουν από τον μελλοντικό εργαζόμενο. Η έλλειψη αυτών των δεξιοτήτων είναι ακριβώς αυτό που μετατρέπει την εύρεση εργαζομένων σε μια δύσκολη διαδικασία.
- Οι κακές εμπειρίες του παρελθόντος είναι ο κύριος λόγος που οι εργοδότες δεν επιθυμούν να προσλάβουν νέους (39%).

- Παρ' όλα αυτά, οι περισσότερες εταιρείες είναι πρόθυμες να προσλάβουν νέους για την πλήρωση κενών θέσεων εργασίας (61%).
- Υπάρχουν πλεονεκτήματα αλλά και μειονεκτήματα στην πρόσληψη νέων.

ΟΙ ΑΝΗΣΥΧΙΕΣ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ ΠΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Αποδέκτες: Νέοι σε Αναμορφωτήρια Ανηλίκων.

Διάρκεια: 25 λεπτά.

Υλικά, πηγές και εξοπλισμός: πίνακας, μαρκαδόροι/κιμωλίες, και Φύλλο Εργασίας 12.

Ο στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι να αναπτύξουν οι νέοι την ικανότητα συναισθηματικής ταύτισης με το άτομο που τους παίρνει μια συνέντευξη καταλαβαίνοντας τον τρόπο σκέψης του/της και τις ευθύνες τις οποίες ανέλαβε.

Αυτή η δραστηριότητα έχει θέσει επίσης τους εξής στόχους:

1. Να βοηθήσει τους νέους να καταλάβουν τη σημασία του να ανταποκριθούν ως εργαζόμενοι/ες εάν επιλεγτούν, έχοντας υπ' όψιν ότι ένα αποτυχημένο συμβόλαιο θα έχει οικονομικό και επαγγελματικό κόστος για το άτομο που έκανε την επιλογή του εργαζομένου.
2. Να δείξει στους νέους ότι η εταιρεία αναθέτει σε κάποιο άτομο να επιλέξει ποιον/α θα προσλάβει, και ότι η διαδικασία επιλογής εγκυμονεί κινδύνους για το άτομο αυτό, κάτι το οποίο συνεπάγεται την ύπαρξη αισθημάτων ανησυχίας.

Ανάπτυξη της δραστηριότητας:

Πείτε στους μαθητές ότι οι συνεντεύξεις επιλογής υποψηφίου/ας μπορούν να πραγματοποιηθούν από δύο είδη εργαζομένων:

1. Τεχνικό προσωπικό πρόσληψης το οποίο ειδικεύεται σε αυτό το θέμα.
2. Άτομα από την εταιρεία τα οποία αναλαμβάνουν αυτά τα θέματα.

Και στις δύο περιπτώσεις, τα άτομα αυτά αναλαμβάνουν μια σειρά από ρίσκα, κάτι που σημαίνει ότι αντιμετωπίζουν την διαδικασία αυτή με άγχος και φόβο.

Δώστε τους το Φύλλο Εργασίας 12 και εξηγήστε ότι για μερικά λεπτά πρέπει να μπουν στη θέση του ατόμου που παίρνει τη συνέντευξη και να σκεφτούν πράγματα τα οποία θα μπορούσαν να πάνε στραβά στην προσπάθεια επιλογής του ατόμου για τη δουλειά και στη συνέχεια να τα γράψουν στον πίνακα που τους δίνεται.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1 – ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 12

ΑΝΗΣΥΧΙΕΣ ΤΟΥ ΑΤΟΜΟΥ ΠΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Όταν κάποιος/α θέλει να βρει δουλειά περνά από διάφορες “δοκιμασίες”, ο στόχος των οποίων είναι να δείξουν κατά πόσον το συγκεκριμένο άτομο είναι κατάλληλο για την δουλειά ή κατά πόσον μπορεί να κάνει την δουλειά σε ένα ικανοποιητικό βαθμό.

Η συνέντευξη δεν πρόκειται συνήθως για μια συνομιλία μεταξύ ίσων. Αυτό ισχύει τουλάχιστον στις πιο κάτω περιπτώσεις:

- Όταν υπάρχουν πολλοί/ες ενδιαφερόμενοι/ες για το ίδιο επάγγελμα.
- Όταν υπάρχουν πολλοί/ες ενδιαφερόμενοι/ες για να δουλέψουν στην ίδια εταιρεία.
- Όταν υπάρχουν λίγες θέσεις για τις οποίες τα άτομα που ενδιαφέρονται είναι πολλά.

Το να επιλέγεις κάποιον/α για μια δουλειά είναι μεγάλη ευθύνη, αφού μια κακή επιλογή μπορεί να κοστίσει πολλά στην εταιρεία.

Το άτομο το οποίο παίρνει την συνέντευξη είναι ένας άνθρωπος σαν κι εμένα, έχει κάποιες ανησυχίες όταν προσεγγίζει την δουλειά του/της, αφού αυτό προϋποθέτει ότι πρέπει να πάρει κάποιο ρίσκο για την εταιρεία στην οποία δουλεύει.

Όταν τελειώσει η άσκηση αυτή, οι μαθητές θα πρέπει να μοιραστούν αυτά που σκέφτηκαν και να τα γράψουν στον πίνακα. Κάθε μαθητής/τρια θα γράψει αυτά που δεν μπόρεσε να σκεφτεί ο/η ίδιος/α.

Προτείνουμε εδώ κάποιες από τις ανησυχίες που θα μπορούσαν να γραφτούν σε αυτή την άσκηση:

- Η ανησυχία επιλογής ενός ατόμου που δεν έχει τεχνική εξειδίκευση.
- Η ανησυχία επιλογής ενός ατόμου που δεν ταιριάζει με την ομάδα στην οποία πρέπει να ενταχθεί.
- Η ανησυχία ότι το άτομο που θα επιλεγθεί θα προκαλέσει συγκρούσεις.
- Η ανησυχία έλλειψης αρκετών στοιχείων που να επιβεβαιώνουν ότι ένα άτομο είναι ικανότερο από κάποιο άλλο, έτσι ώστε να δικαιολογηθεί η απόφαση που θα πάρει.
- Η ανησυχία του να μην ξέρει τι να ρωτήσει.
- Η ανησυχία ότι ο/η υποψήφιος/α θα αντιληφθεί ότι αυτός/η που παίρνει τη συνέντευξη δεν έχει τεχνική γνώση που να σχετίζεται με την κενή θέση εργασίας.
- Η ανησυχία του να μην ξέρει πώς να απαντήσει στις ερωτήσεις του υποψήφιου.
- Η ανησυχία του να χάσει τη δουλειά του/της εάν η επιλογή αποδειχθεί λανθασμένη.

Συμπερασματικά, πρέπει να εξηγήσετε στους νέους ότι το υπόλοιπο της παρουσίασης θα τους πληροφορήσει για τους τρόπους συμπεριφοράς που θα αποδειχτούν χρήσιμοι κατά τη διάρκεια μιας συνέντευξης έτσι ώστε να νοιώσουν τόσο οι ίδιοι/ες όσο και το άτομο που τους παίρνει τη συνέντευξη, πιο ήρεμοι.

Διαφάνεια 7

Η διαφάνεια αυτή παρουσιάζει, σύντομα, ποια είναι τα μέρη που αποτελούν μια συνέντευξη για δουλειά.

Διαφάνειες 8 μέχρι 21

Αυτές οι διαφάνειες μιλούν για διάφορα θέματα τα οποία πρέπει να εξεταστούν και για τα οποία πρέπει να υπάρξει μια προετοιμασία πριν από την συνέντευξη, ξεκινώντας με την διαφάνεια 8 της οποίας ο ρόλος είναι καθαρά εισαγωγικός.

Διαφάνειες 9 μέχρι 14

Δραστηριότητα
2

ΕΑΝ ΕΓΩ.... ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΜΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΘΑ ΣΚΕΦΤΕΙ....

Αποδέκτες: Νέοι από Αναμορφωτήρια Ανηλίκων

Διάρκεια: 25 λεπτά.

Υλικά, πηγές και εξοπλισμός: πίνακας, μαρκαδόροι/κιμωλίες και Φύλλο Εργασίας 13.

Ο στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές ότι η συνέντευξη αρχίζει πριν ακόμα φτάσουν στην άμεση επαφή με το άτομο που θα πάρει τη συνέντευξη καθώς επίσης και το ότι θα πρέπει να γνωρίζουν κάποια πράγματα για τον εαυτό τους πριν από εκείνη τη στιγμή.

Η δραστηριότητα αυτή έχει επίσης τους παρακάτω στόχους:

1. Να ενημερωθούν οι νέοι για το ποιές πτυχές, εξαιρουμένου αυτών που αναφέρονται στη δραστηριότητα, είναι σημαντικές για την επιλογή ενός ατόμου σε ένα εργασιακό χώρο.
2. Να καταλάβουν οι νέοι ότι συγκεκριμένες συμπεριφορές ή τρόποι επικοινωνίας ερμηνεύονται αυτόματα από το άτομο που παίρνει τη συνέντευξη. Αυτές οι συμπεριφορές ή τρόποι επικοινωνίας δεν θα τεκμηριωθούν με κάποια απάντηση αλλά θα αξιολογηθούν με βάση την εντύπωση που δίνουν σε μια συνέντευξη. Η εντύπωση αυτή θα σημειωθεί από τα άτομα που είναι υπεύθυνα για τη διαδικασία αυτή.

Ανάπτυξη της δραστηριότητας

Innovative Learning Approaches in Staff Training and Young Offenders'
Employability Support - ILA Employability
2014-1-RO01-KA200-002856

Any communication or publication related to the Project made by the beneficiaries jointly or individually in any form and using any means reflects only the author's view and the NA and the Commission are not responsible for any use that may be made of the information it contains.



Εξηγήστε στους μαθητές ότι η συνέντευξη πρόκειται για μια συζήτηση για την οποία πρέπει να προετοιμαστούν, ξέροντας από πριν κάποιες πτυχές του εαυτού τους καθώς και πληροφορίες για την εταιρεία και την θέση εργασίας για την οποία ενδιαφέρονται.

Στη συνέχεια, μοιράστε το Φύλλο Εργασίας 13 και πείτε τους ότι στον πίνακα θα βρουν μια σειρά υποθετικών προτάσεων “Αν εγώ...” (πριν από τη συνέντευξη) των οποίων την επίδραση θα πρέπει να γράψουν στην στήλη που βρίσκεται δίπλα “Το άτομο που μου παίρνει τη συνέντευξη θα σκεφτεί...” .

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2 – ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 13

ΕΑΝ ΕΓΩ ... ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΜΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΘΑ ΣΚΕΦΤΕΙ...

Πολλοί άνθρωποι φοβούνται ή αγχώνονται όταν πρόκειται να δώσουν συνέντευξη για δουλειά. Αυτό είναι απόλυτα φυσιολογικό αφού αυτό που διακυβεύεται είναι η πιθανότητα να έχεις την δουλειά που θέλεις.

Κατά τη διάρκεια μιας συνέντευξης είναι πολύ σημαντικό να αφήσεις μια πολύ καλή πρώτη εντύπωση και είναι απαραίτητο να προετοιμαστείς για αυτό, όπως θα δεις στη συνέχεια. Θα ήταν καλό για όλες τις δραστηριότητες να “μπεις στα παπούτσια” αυτού/ης που παίρνει την συνέντευξη, αφού για να είσαι προετοιμασμένος/η για την συνέντευξη, είναι απαραίτητο να βλέπεις τα πράγματα όπως αυτός/η και να καταλάβεις γιατί σκέφτεται όπως σκέφτεται. Αυτό το ονομάζουμε ‘ενσυναίσθηση’.

Στην επόμενη άσκηση θα μιλήσουμε για τα πράγματα που μπορείς να κάνεις πριν την συνέντευξη και τα οποία μπορούν να κάνουν εντύπωση στο άτομο που σου παίρνει την συνέντευξη, ο/η οποίος/α έχει, όπως έχουμε αναφέρει, τον φόβο της λάθος επιλογής.

Το άτομο το οποίο σου παίρνει την συνέντευξη θα ρωτήσει έμμεσα για αυτά τα πράγματα, αλλά θα προσέξει εάν τα έχεις κάνει και εάν έχεις ήδη αποφασίσει για το εάν και πού θέλεις να δουλέψεις. Μπορείς να δεις ότι η άποψη που θα σχηματίσει

το άτομο αυτό εξαρτάται κυρίως από σένα, οπότε το να δημιουργήσεις μια θετική εντύπωση είναι κάτι σχετικά εύκολο, έτσι;

Πιο κάτω σου δίνουμε κάποια από τα πράγματα που πρέπει να κάνεις και σε προσκαλούμε να μπεις στην θέση αυτού/ης που παίρνει μια συνέντευξη αλλά και να αποφασίσεις ποια θα ήταν η άποψη που θα σχημάτιζες αν έβλεπες κάποιον/α να είχε προετοιμαστεί με αυτό τον τρόπο για την συνέντευξη.

Μπορείς να γράψεις τις απαντήσεις σου στον πίνακα. Στην συνέχεια, όταν θα μοιραστείς τις απαντήσεις σου με τους συμμαθητές/τριες σου μπορείς να προσθέσεις αυτά τα οποία δεν είχες σκεφτεί προηγουμένως.

| ΕΑΝ ΕΓΩ... | ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΜΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΘΑ ΣΚΕΦΤΕΙ... |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| μάθω πληροφορίες για την εταιρεία... | |
| ψάξω για πληροφορίες για την εταιρεία και την τοποθεσία της... | |
| υπολογίσω την ώρα που θα χρειαστώ για να φτάσω εκεί στην ώρα μου... | |
| επανεξετάσω το βιογραφικό μου και συσχετίσω τις γνώσεις μου με την δουλειά που προσφέρεται... | |
| πάω στην συνέντευξη με καλή διάθεση... | |

| | |
|----------------------------------------------------------------|--|
| ξέρω ακριβώς τι θέλω και τι μου αρέσει όταν δουλεύω... | |
| ξέρω ακριβώς γιατί είμαι το κατάλληλο άτομο για την δουλειά... | |

Μετά από λίγα λεπτά, οι μαθητές/τριες θα πρέπει να μοιραστούν τα όσα έγραψαν και να συμπληρώσουν τις απαντήσεις τους με αυτές των συμμαθητών/τριων τους που δεν μπόρεσαν να σκεφτούν οι ίδιοι/ες. Μπορεί επίσης να υπάρξει μια συζήτηση για ό,τι δεν είναι σαφές.

Πιο κάτω μπορείτε να δείτε κάποιες από τις απαντήσεις που θα μπορούσαν να δοθούν για αυτή την άσκηση. Είναι οι ίδιες με αυτές που παρουσιάζονται στις διαφάνειες 9 μέχρι 14.

| ΕΑΝ ΕΓΩ... | ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΜΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΘΑ ΣΚΕΦΤΕΙ |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| μάθω πληροφορίες για την εταιρεία... | <p>“ενδιαφέρεται και παίρνει πρωτοβουλίες...”</p> <p>“είναι οργανωμένος/η”</p> |
| ψάξω για πληροφορίες για την εταιρεία και την τοποθεσία της... | |
| υπολογίσω την ώρα που θα χρειαστώ για να φτάσω εκεί στην ώρα μου... | |
| επανεξετάσω το βιογραφικό μου και συσχετίσω τις γνώσεις μου με την δουλειά που προσφέρεται... | “νοιώθει σίγουρος/η για τον εαυτό του/της και ξέρει περί τίνος πρόκειται η δουλειά αυτή...” |
| πάω στην συνέντευξη με καλή διάθεση... | “του/της αρέσει αυτή η δουλειά...” |
| ξέρω ακριβώς τι θέλω και τι μου αρέσει όταν δουλεύω... | “Ξέρει τι θέλει και δεν θα εγκαταλείψει τη δουλειά μετά από λίγες μέρες...” |
| ξέρω ακριβώς γιατί είμαι το κατάλληλο άτομο για την δουλειά... | “Αν δουλέψει μαζί μας, έχουμε πολλά |

να κερδίσουμε”

Διαφάνειες 15 και 16

Αυτές οι δύο διαφάνειες σχολιάζουν την εξωτερική εικόνα και το πώς μπορούν ορισμένοι τρόποι of παρουσίασης του εαυτού σου και προετοιμασίας για την συνέντευξη, να αφήσουν ένα υποψήφιο εκτός επιλογής ή, το αντίθετο, να βοηθήσουν τον/την υποψήφιο/α να γίνει το άτομο που θα επιλεχθεί.

Διαφάνειες 18 μέχρι 22

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3

ΤΙ ΑΝΑΜΕΝΕΤΑΙ ΑΠΟ ΕΜΕΝΑ ΣΕ ΜΙΑ ΔΟΥΛΕΙΑ;

Αποδέκτες: Νέοι από Αναμορφωτήρια Ανηλίκων.

Διάρκεια: 25 λεπτά.

Υλικά, πηγές και εξοπλισμός: πίνακας, μαρκαδόροι/κιμωλίες και Φύλλο Εργασίας 14.

ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ

Ο στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι να μεταφέρει στους μαθητές το μήνυμα ότι υπάρχει ένας ελάχιστος αριθμός πραγμάτων τα οποία αναμένει ο εργοδότης από αυτούς όπως η αυτονομία ή η πρωτοβουλία, επειδή αυτά τα πράγματα εκπέμπουν ηρεμία.

ΕΙΔΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ

Αυτή η δραστηριότητα έχει επίσης τους πιο κάτω στόχους:

- 1- Να καταλάβουν οι νέοι ότι οι εργοδότες στις μέρες μας δίνουν ιδιαίτερη σημασία στο να εργοδοτήσουν άτομα μέσω συμβολαίων.
- 2- Είναι εξαιρετικά σημαντικό να αποκτήσουν τις εργασιακές συνήθειες και κοινωνικές δεξιότητες που προσπαθεί να προωθήσει η εκπαίδευση

αφού στο εργασιακό περιβάλλον θεωρείται δεδομένο το ότι τα άτομα που θέλουν να δουλέψουν θα πρέπει να χαρακτηρίζονται από αυτά.

Ανάπτυξη της δραστηριότητας:

Κάντε μια εισαγωγή σε αυτή τη δραστηριότητα υπενθυμίζοντας την ιδέα στην οποία αναφερθήκαμε πιο πάνω, για την ανάγκη ανάπτυξης ενσυναίσθησης για το άτομο που προσλαμβάνει τους εργαζόμενους κάνοντας μια προσπάθεια για κατανόηση του πώς σκέφτεται και βάζοντας τον εαυτό μας στη θέση του/της.

Αφού παρουσιάσετε την διαφάνεια 17 η οποία διευκρινίζει ότι το πρώτο συμβόλαιο ενός ατόμου 16 χρονών θα είναι πιθανόν πρακτικού χαρακτήρα, εξηγήστε ότι παρόλο που η εκπαίδευση αυτή αναφέρεται στις τεχνικές πτυχές της δουλειάς, υπάρχουν καταστάσεις στις οποίες ο εργοδότης υποθέτει ότι ο εργαζόμενος έχει ήδη αποκτήσει τις απαιτούμενες δεξιότητες, ως μέρος της ανάπτυξής του/της στο άτομο που είναι. Υπάρχουν επίσης πράγματα τα οποία δεν θα εκλάβουν ως θετικά.

Δώστε το Φύλλο Εργασίας 14. Οι μαθητές θα πρέπει να γράψουν ποια πράγματα νομίζουν ότι αναμένονται από αυτούς σαν “αρχάριους εργαζόμενους” και ποια πράγματα θα εκλάβουν σίγουρα ως αρνητικά.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3 – ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 14

ΤΙ ΑΝΑΜΕΝΕΤΑΙ ΑΠΟ ΕΜΕΝΑ ΣΕ ΜΙΑ ΔΟΥΛΕΙΑ;

Όπως μπορείς να δεις, το να μπαίνεις στη θέση αυτού/ης που σου παίρνει συνέντευξη μπορεί να αποδειχτεί πολύ χρήσιμο στην προσπάθεια σου να δώσεις τις σωστές πληροφορίες και να αφήσεις μια καλή εντύπωση.

Πιθανόν αυτός/η που παίρνει την συνέντευξη να μπορεί να βάλει τον εαυτό του/της στην δική σου θέση, να “μπει στα δικά σου παπούτσια” και να προσπαθήσει να σε καταλάβει, να σε μάθει και να καταλάβει το νόημα των λέξεων και της συμπεριφοράς σου.

Ο νόμος απαγορεύει στα άτομα κάτω των 16 να δουλεύουν, εκτός κι αν είσαι ηθοποιός ή μοντέλο.

Αυτό είναι κάτι το οποίο οι εταιρείες γνωρίζουν, επομένως ξέρουν ότι κάθε νεαρός/η μελλοντικός/η εργαζόμενος/η πιθανότατα να μην έχει οποιαδήποτε γνώση για την δουλειά που του/της προσφέρεται.

Γνωρίζουν επίσης ότι, με βάση το Νόμο, η μόνη “δουλειά” του κάθε ατόμου κάτω των 16 είναι να διαβάζει και να πηγαίνει σχολείο. Το ότι ο/η νεαρός/η που φιλοδοξεί να κερδίσει μια θέση εργασίας δεν έχει Απολυτήριο Τίτλο Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης τους λέει κάτι για αυτόν/η.

Εκτός από τον Απολυτήριο Τίτλο Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης, στο σχολείο μαθαίνεις να είσαι υπεύθυνος/η και αποκτάς συνήθειες οι οποίες σε βοηθούν στην επικοινωνία σου με άλλα άτομα και στην προετοιμασία σου για μια δουλειά.

Λαμβάνοντας υπόψη το πιο πάνω και “μπαίνοντας στα παπούτσια” αυτού/ης που σου παίρνει την συνέντευξη, θα γράψεις στον ακόλουθο πίνακα τι πιστεύεις ότι αναμένεται από εσένα στην πρώτη σου δουλειά αλλά και τι δεν θα ήθελε κάποιος να δει σε εσένα.

Μόλις γράψεις τις απαντήσεις σου, μοιράσου τις με τους συμμαθητές/τριες σου και προσπάθησε να δεις τι δεν σκέφτηκες εσύ.

| |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Να δείχνω καλή διάθεση |
| Να μην είμαι αγενής και εκκεντρικός/ια |
| Να υπακούω και να μην διαμαρτύρομαι χωρίς λόγο |
| Να δίνω προσοχή στη δουλειά μου και να μην παίζω εν ώρα εργασίας |
| Να προσαρμόζομαι σε καινούριες καταστάσεις |
| Να είμαι πάντα στην ώρα μου και να μην απουσιάζω χωρίς προειδοποίηση |
| Να συνεχίσω να δουλεύω ακόμη και το καλοκαίρι, όταν οι φίλοι και η οικογένεια μου είναι σε διακοπές |
| Να σέβομαι και να τηρώ τους κανόνες ασφαλείας |
| ΤΙ ΔΕΝ ΘΑ ΑΡΕΣΕ ΣΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ |
| Να δίνω την εντύπωση ότι δεν έχω κίνητρα |
| Να έχω ελλιπή εκπαίδευση |
| Να δείξω επιθετική, αντιδραστική και αγενή συμπεριφορά |
| Να μην συμπεριφέρομαι κατάλληλα |

Διαφάνειες 23 μέχρι 25

Αυτές οι διαφάνειες μιλούν για τη στιγμή πριν από τη συνέντευξη: την αναμονή. Πρόκειται για μια πολύ κρίσιμη στιγμή, καθώς η λεκτική επικοινωνία είναι ελάχιστη και η διάθεση μας εκδηλώνεται μέσα από τη συμπεριφορά, τη στάση του σώματος και την μη-λεκτική επικοινωνία μας.

Αν ο υποψήφιος δεν σέβεται τους βασικούς κανόνες κοινωνικής συμπεριφοράς είναι πολύ πιθανόν να παρεξηγηθεί, και επειδή ο/η υποψήφιος/α είναι αυτός που έχει να χάσει, πρέπει να είναι πολύ προσεχτικός/η με το θέμα αυτό.

Διαφάνεια 26

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4

Αποδέκτες: Νέοι από Αναμορφωτήρια Ανηλίκων.

Διάρκεια: 5-10 λεπτά.

Υλικά, πηγές και εξοπλισμός: δεν χρειάζονται.

ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ

Ο στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι να μάθουν οι νέοι πώς γίνεται μια σωστή και επαγγελματική χειραψία αφού αυτό είναι το πρώτο σημείο επαφής πιθανόν με το μελλοντικό αφεντικό τους, και μπορεί έτσι να αφήσουν είτε θετική είτε αρνητική εντύπωση.


Ανάπτυξη της δραστηριότητας:

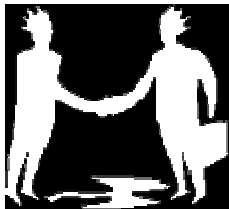
Η ανάπτυξη της δραστηριότητας αυτής είναι πολύ απλή: ο μέντορας θα διδάξει στους μαθητές πώς να κάνουν μια σωστή χειραψία.

Ο μέντορας θα κάνει χειραψία δυο ή τρεις φορές με κάθε μαθητή για να επιβεβαιώσει ότι έχουν καταλάβει το πώς γίνεται:

- Χρησιμοποιούμε συνήθως το δεξί χέρι.
- Τα δύο χέρια γεμίζουν το χώρο ανάμεσα στον αντίχειρα και τον δείκτη.
- Ενώνουμε τις παλάμες.
- Όταν ενωθούν τα χέρια μας, γερά αλλά όχι πολύ σφιχτά, κινούμε την παλάμη μας δυο ή τρεις φορές από πάνω προς τα κάτω και στη συνέχεια αφήνουμε ομαλά.

Όταν οι μαθητές ξέρουν πώς να κάνουν μια χειραψία, θα το κάνουν μεταξύ τους σε ομάδες των τριών. Η άσκηση αυτή θα γίνει όπως εξηγείται στην διαφάνεια 26.

 Ξέρεις πώς γίνεται μια σωστή χειραψία;



Η συνέντευξη: Αναμονή και εισαγωγή

Διαφάνειες 23 μέχρι 28

Αυτές οι διαφάνειες δίνουν μια σειρά από βασικές συμβουλές που διέπουν αυτό το είδος επικοινωνίας, όπου η ροή πληροφοριών είναι σημαντική. Εάν ακολουθηθούν οι συμβουλές αυτές, τότε οι λεκτικές πληροφορίες θα φτάσουν στον αποδέκτη χωρίς να διαστρεβλωθούν από αντιλήψεις αντίστασης ή την προσπάθεια ελέγχου της επικοινωνίας, από μη λεκτικές συμπεριφορές και άλλα ενοχλητικά στοιχεία που αναφέρονται στις διαφάνειες.

Διαφάνειες 28 μέχρι 34

Οι διαφάνειες αυτές αποτελούν ένα δείγμα ερωτήσεων που θα μπορούσαν να γίνουν από το άτομο που παίρνει τη συνέντευξη καθώς και ένα παράδειγμα του πώς μπορούν να συσχετιστούν προηγούμενες εμπειρίες με τη δουλειά που προσφέρεται και πώς μια πρακτική δραστηριότητα μπορεί να αποδείξει την ικανότητα του υποψηφίου να λειτουργήσει με παρόμοιο τρόπο στο εργασιακό περιβάλλον.

Διαφάνειες 35 μέχρι 37

Δραστηριό
τητα
5

ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΡΩΤΗΣΩ ΣΕ ΜΙΑ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Αποδέκτες: Νέοι από Αναμορφωτήρια Ανηλίκων

Διάρκεια: 20 λεπτά.

Υλικά, πηγές και εξοπλισμός: πίνακας, μαρκαδόροι/κιμωλίες και Φύλλο Εργασίας 15.

ΓΕΝΙΚΟΣ ΣΤΟΧΟΣ

Ο στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι να πληροφορήσει τους μαθητές ότι οι ερωτήσεις που κάνουμε κατά τη διάρκεια μιας συνέντευξης μπορούν να βοηθήσουν τον άλλο να σχηματίσει μια ιδέα για το πώς δουλεύουμε και το τι προσδοκούμε.

ΕΙΔΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

Αυτή η δραστηριότητα έχει επίσης τους πιο κάτω στόχους:

1. Να μάθουν να ελέγχουν την έκφραση επιθυμιών σε επίσημες συζητήσεις.
2. Να μάθουν να κάνουν ερωτήσεις με τέτοιο τρόπο που να λαμβάνονται θετικά από το άτομο που παίρνει τη συνέντευξη.

Ανάπτυξη της δραστηριότητας:

Η διαφάνεια 34 παρουσιάζεται σαν μια παρουσίαση της έννοιας που πρέπει να μεταδοθεί μέσα από τη δραστηριότητα αυτή, μέσω της οποίας μπορείτε επίσης να κάνετε μια εισαγωγή στους στόχους που περιγράψαμε πιο πάνω.

Δώστε το Φύλλο Εργασίας 15. Εξηγήστε ότι σε αυτό το Φύλλο Εργασίας θα δουν αρκετές ερωτήσεις τις οποίες θα μπορούσαν να κάνουν κατά τη διάρκεια μιας συνέντευξης.

Μπορούν να γράψουν τις απαντήσεις στον πίνακα και στη συνέχεια να τις μοιραστούν με τους/τις συμμαθητές/τριες και τον/την εκπαιδευτικό τους..

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 5 – ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 15

ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΡΩΤΗΣΩ ΣΕ ΜΙΑ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

Όπως έχεις δει μέσα από αυτές τις δραστηριότητες, η συνέντευξη είναι μια ανταλλαγή πληροφοριών ανάμεσα σε δυο άτομα. Υπάρχει η προσπάθεια και από τις δυο πλευρές να καταλάβουν εάν μια συνεργασία ανάμεσά τους θα προβεί ωφέλιμη για όλους.

Όντας μια ανταλλαγή πληροφοριών, σε μια συνέντευξη δεν υποχρεώνεσαι να δώσεις μόνο πληροφορίες αλλά και να πάρεις. Είναι δικαίωμά σου φεύγοντας από τη συνέντευξη να γνωρίζεις τις συνθήκες εργασίας που θα υφίστανται εάν και όταν πάρεις τη δουλειά.

Και πάλι, είναι σημαντικό να γνωρίζεις τι να ρωτήσεις αλλά και πώς να το ρωτήσεις, επειδή αυτός/η που θα σου πάρει την συνέντευξη θα βγάλει ορισμένα συμπεράσματα τα οποία μπορούν να σε βοηθήσουν.

Πιο κάτω, παραθέτουμε μια σειρά ερωτήσεων που θα μπορούσες να κάνεις. Γράψε δίπλα τι πιστεύεις ότι θα σκεφτεί ο εξεταστής σε κάθε περίπτωση. Θα ήταν καλό να προσπαθήσεις να μπεις ξανά στη θέση αυτού/ης που σου παίρνει τη συνέντευξη και να προσπαθήσεις να σκεφτείς με τον τρόπο που θα σκεφτόταν.

Μπορείς να γράψεις τις απαντήσεις στον πίνακα και στη συνέχεια να τις μοιραστείς με τους συμμαθητές/τριες και τον/την μέντορά σου.

| ΕΑΝ ρωτήσω... | ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΘΑ ΣΚΕΦΤΕΙ ΟΤΙ ... |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Θα μπορούσα να δω το εργαστήριο ή χώρο εργασίας; | |
| Από τις δουλειές που βλέπουμε, ποια μοιάζει περισσότερο με αυτό που θα κάνω εγώ; | |
| Υπάρχει η πιθανότητα ανανέωσης του συμβολαίου; (Εάν πρόκειται για προσωρινό συμβόλαιο). | |
| Εάν έχω οποιαδήποτε απορία για το πώς να κάνω τη δουλειά μου, ποιόν θα πρέπει να ρωτήσω; | |

| | |
|------------------------------|--|
| Πότε θα έχω διακοπές; | |
| Τι ώρα θα σχολνάω κάθε μέρα; | |

Δίνονται στους μαθητές κάποια λεπτά για γράψουν την απάντησή τους, και στη συνέχεια μοιράζονται τις απαντήσεις τους μεταξύ τους με τον μέντορα να δίνει τις πιθανές απαντήσεις που εμφανίζονται στις διαφάνειες 36 και 37, και οι οποίες θα πρέπει να προστεθούν στις απαντήσεις των μαθητών.

| Αν ρωτήσω... | ΤΟ ΑΤΟΜΟ ΠΟΥ ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΘΑ ΣΚΕΦΤΕΙ ΟΤΙ... |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Θα μπορούσα να δω το εργαστήριο ή χώρο εργασίας; | Δείχνω ενδιαφέρον |
| Από τις δουλειές που βλέπουμε, ποια μοιάζει περισσότερο με αυτό που θα κάνω εγώ; | Δείχνω ενδιαφέρον και θέλω να μάθω |
| Υπάρχει η πιθανότητα ανανέωσης του συμβολαίου; (Εάν πρόκειται για προσωρινό συμβόλαιο). | Μου άρεσαν τα όσα είδα και ενδιαφέρομαι να μείνω για αρκετό καιρό. |
| Εάν έχω οποιαδήποτε απορία για το πώς να κάνω τη δουλειά μου, ποιόν θα πρέπει να ρωτήσω; | Θέλω να κάνω τη δουλειά μου σωστά |
| Πότε θα έχω διακοπές; | Αν δεν έχω ακόμη αρχίσει να δουλεύω και ήδη έχω αρχίσει να ρωτώ για διακοπές ή το πρόγραμμα, τότε ίσως να μην είμαι εργατικός/η. |
| Τι ώρα θα σχολνάω κάθε μέρα; | |

Έχεις το δικαίωμα να γνωρίζεις τα δύο τελευταία σημεία ωστόσο δεν είναι συνετό και φρόνιμο να ρωτήσεις για αυτά από την πρώτη συνέντευξη. Εάν το κάνεις, θα πρέπει να έχεις φροντίσει να έχεις λόγο

για να δικαιολογήσεις την ερώτηση σου έτσι ώστε να μην εγείρεις υποψίες ότι δεν θέλεις πραγματικά να δουλέψεις. Για παράδειγμα:

- Θα ήθελα να μάθω πως οργανώνετε τις καλοκαιρινές διακοπές στην εταιρεία σας. Λόγω του ότι είμαι έφηβος/η δεν μπορώ να μείνω μόνος/η στο σπίτι και εάν το πρόγραμμα σας δεν ταιριάζει με αυτό των γονιών μου θα πρέπει να οργανώσουμε τη διαμονή μου με τους παππούδες μου.
- Θα μπορούσα να γνωρίζω το πρόγραμμα της εταιρείας; Θα ήθελα να συνδυάσω την δουλειά με κάποιο άθλημα οπότε θα ήθελα να δω εάν τα ωράρια ταιριάζουν. Αν όχι, θα προσπαθήσω, όσο μπορώ, να γυμνάζομαι τα σαββατοκύριακα.

Διαφάνειες 38 μέχρι 43

Οι διαφάνειες αυτές έχουν ως στόχο να αναδείξουν τη σημασία της μη-λεκτικής επικοινωνίας και της επαφής με τα μάτια. Έτσι οι νέοι θα διαμορφώσουν μια ιδέα για την επίδραση που μπορεί να έχει στον συνομιλητή μας η λάθος χρήση των κωδικών αυτών.

- ✚ Μπορούμε να κάνουμε μια άσκηση για να εφαρμόσουμε όσα είπαμε.
- ✚ Η άσκηση θα γίνει με το άτομο που κάθεται δίπλα σου. Πρώτα, κοίταξε τον/την στα μάτια συνεχόμενα, χωρίς παύση, καθώς αυτός/η σου περιγράφει τι έκανε το Σαββατοκύριακο.
- ✚ Μετά, θα περιγράψεις εσύ τι έκανες το Σαββατοκύριακο καθώς εκείνος/η σε κοιτάζει περιστασιακά.

- ✚ Πώς ένοιωσες;



Στη συνέχεια προτείνουμε μια δεύτερη άσκηση την οποία μπορείτε να δείτε στην [διαφάνεια 44](#).

Αφού σχηματίσετε ζευγάρια, κοιτάξτε ο ένας τον άλλο:

- ✚ Αρχικά, από τέσσερα ή πέντε μέτρα απόσταση, στο σημείο ανάμεσα στα μάτια – φρύδια – γέφυρα της μύτης.



- ✚ Στη συνέχεια, λίγο πιο κοντά, πρώτα στο ένα μάτι και μετά στο άλλο.
Σας φαίνεται να κοιτάτε ο ένας τον άλλο στα μάτια;
- ✚ Προς το παρόν μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτά τα κόλπα.
Όταν θα έχετε περισσότερη αυτοπεποίθηση δεν θα τα χρειάζεστε.



Δραστηριότητα
6

ΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ - ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Δραστηριότητα 6

Αποδέκτες: Νέοι από Αναμορφωτήρια Ανηλίκων.

Διάρκεια: 20 λεπτά

Υλικά, πηγές και εξοπλισμός: πίνακας και μαρκαδόροι/κιμωλίες.

Στόχοι

- Να κατανοήσουν τη σημασία της επικοινωνίας (που συνδέεται με την συνέντευξη και την επικοινωνία με το άτομο που παίρνει τη συνέντευξη)
- Να μάθουν να χρησιμοποιούν τους κώδικες επικοινωνίας και τις κοινωνικές δεξιότητες ως βασικά εργαλεία έτσι ώστε να αποφύγουν συγκρούσεις και να δημιουργήσουν μια καλή προσωπική σχέση.

Περιεχόμενο

- Τι είναι επικοινωνία;
- Πώς επικοινωνούμε;
- Τα βασικά στοιχεία μιας καλής επικοινωνίας είναι:
 - Ενεργητική Ακρόαση
 - Ενσυναίσθηση

Ανάπτυξη της δραστηριότητας:

Ξεκινήστε τη συνεδρία με ένα φιλικό, συμμετοχικό τρόπο ρωτώντας για τις προηγούμενες συνεδρίες.

1. Άσκηση Επικοινωνίας

- Καλέστε ένα συμμετέχοντα να βγει έξω από την αίθουσα. Ο/Η εκπαιδευτικός του/της ζητά να επιστρέψει στην ομάδα και να προσπαθήσει να μην επικοινωνήσει απολύτως τίποτα. Στη συνέχεια ζητά από την ομάδα να παρατηρήσει τι μεταδίδει όταν έρθει πίσω.
- Μια κοινή ανάλυση της επικοινωνιακής πράξης και της έλλειψης δυνατότητας για επικοινωνία.
- Παρουσίαση και έκθεση των πληροφοριών για τις επικοινωνιακές δεξιότητες.
- Ρωτήστε τους μαθητές πώς αναπτύσσουν το δικό τους τρόπο επικοινωνίας.

2. Άσκηση ενεργητικής ακρόασης και ενσυναίσθησης:

- Σε ζευγάρια, κάθε άτομο θα μιλήσει για κάτι σημαντικό το οποίο του/της συνέβη.
- Μοιραστείτε την εμπειρία. Το κάθε άτομο να περιγράψει το πώς ένοιωσε: αν ένοιωσαν ότι το άλλο άτομο τους/τις άκουσε, τους/τις κατάλαβε, εάν το άλλο άτομο μιλούσε ή εάν η προσοχή του/της ήταν αλλού, αν τον/την διέκοψε. Εάν δηλαδή ήταν εύκολο να μπουν στα παπούτσια του άλλου.
- Στο τέλος της συνεδρίας δείτε συνοπτικά την άσκηση επανεξετάζοντας τα κύρια σημεία.
- Εξασκηθείτε στην ελεγχόμενη αναπνοή.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 6

Τι είναι επικοινωνία?

Επικοινωνία είναι οποιαδήποτε συμπεριφορά ενός ατόμου στην παρουσία κάποιου άλλου. Είναι αδύνατο να μην επικοινωνήσουν. Η επικοινωνία είναι η βάση και το μέσο που επιτρέπει να αναπτυχθεί μια σχέση μεταξύ ατόμων. Είναι σημαντικό και απαραίτητο να υπάρχουν καλές δεξιότητες επικοινωνίας έτσι ώστε να αποφευχθεί οποιαδήποτε σύγκρουση.

Η επικοινωνία έχει δύο επίπεδα:

Το περιεχόμενο, όπου διαβιβάζονται πληροφορίες.

Η σχέση, όπου καθιερώνεται μια σχέση με τον ακροατή.

Αυτό προέρχεται από τον τρόπο με τον οποίο το μήνυμα μεταφέρεται και εξαρτάται από τον τρόπο που εκφράζεται το περιεχόμενο.

Παράδειγμα:

A) Θα έρθεις για δείπνο σήμερα;

B) Τι; Θα έρθεις για δείπνο ή όχι;

Το επίπεδο της σχέσης κυβερνά το περιεχόμενο και μπορεί να το τροποποιήσει.

Επικοινωνούμε διεθνώς με λέξεις, με τη στάση του σώματος, με το χαμόγελο, το βλέμμα, τις χειρονομίες. Το συνολικό μήνυμα είναι 100%, με την διανομή ποσοστού να είναι:

- **Λέξεις: 7%**
- **Τόνος της Φωνής: 38%**
- **Χειρονομίες και βλέμμα: 55%**

Είναι, επομένως, σημαντικό να δώσουμε την απαραίτητη αξία τόσο στην λεκτική όσο και στην μη-λεκτική επικοινωνία.

Κύρια στοιχεία μιας καλής επικοινωνίας

Τα κύρια στοιχεία μιας καλής επικοινωνίας βασίζονται στις καλές κοινωνικές δεξιότητες:

- Ενεργητική ακρόαση
- Ενσυναίσθηση
- Αυτοπεποίθηση

ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ

Πρόκειται για την βασικότερη δεξιότητα από όλες. Είναι το πρώτο βήμα για την ανάπτυξη οποιασδήποτε άλλης κοινωνικής και επικοινωνιακής δεξιότητας.

Διαφοροποίηση της ενεργητικής ακρόασης από την ακοή.

Η ακρόαση είναι μια σκόπιμη πράξη, η οποία στοχεύει στην κατανόηση του τι θέλει ο άλλος. Είναι μια πράξη η οποία είναι επιλεκτική, απαιτεί συγκέντρωση και επιθυμία για την αποκρυπτογράφηση του μηνύματος, να καταλάβουμε δηλαδή τι λέει ο άλλος και γιατί, κ.λπ.

Το να μην ακούς είναι εύκολο αλλά πρόκειται για ένα συχνό και σοβαρό λάθος, που συνήθως οδηγεί σε συγκρούσεις. Το να ξέρουμε πώς να ακούμε είναι μια τέχνη.

Όταν ακούμε διεξοδικά προσπαθούμε να καταλάβουμε τους λόγους του άλλου ατόμου, την κοινή παράμετρο που χαρακτηρίζει τη λογική του.

Αυτό, βέβαια, δεν σημαίνει ότι πρέπει να ενστερνιστούμε τους λόγους αυτούς αλλά προϋποθέτει μια προσπάθεια να καταλάβουμε γιατί λέει αυτά που λέει.

Μπορούμε να έχουμε ατομικές παρεμβάσεις: γνωστικές (επηρεαζόμενες από την διάθεση) και κοινωνικές (κοινωνική θέση, κατάσταση). Κύρια στοιχεία για την ενεργητική ακρόαση:

- Εξάλειψη προκαταλήψεων
- Να κοιτάς τον/ην άλλο/η στα μάτια, χέρια, στάση του σώματος κ.λπ.
- Αφιέρωση χρόνου
- Να κάνεις ησυχία
- "Ευσεβής" ακρόαση (η οποία κάνει καλό στους άλλους)
- Να ακούς χωρίς επικριτική διάθεση

ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ

Η ενσυναίσθηση απαιτεί πραγματικό ενδιαφέρον για το άλλο άτομο (να μπει στη θέση του). Πρέπει να καταλαβαίνεις τα αισθήματα, τη συμπεριφορά, τα συναισθήματα, τα ενδιαφέροντα και τις απόψεις του άλλου, δείχνοντας σεβασμό και ανοχή στις απόψεις του/της λες και είναι δικές σου.

Δύο διαδικασίες μπορούν να εντοπιστούν στην περίπτωση της ενσυναίσθησης: η αναγνώριση ενός αισθήματος διαφορετικού από το δικό μας (αντιληπτική ικανότητα) και η απάντηση (feedback) που δίνουμε στην προσπάθειά μας να δείξουμε ότι έχουμε ακούσει και καταλάβει το άλλο άτομο (επικοινωνιακές ικανότητες). Εδώ θα πρέπει να σημειώσουμε ότι για να δείξουμε ενσυναίσθηση με ένα μη-λεκτικό τρόπο σημαίνει ότι πρέπει να έχουμε παρόμοια συμπεριφορά και αισθήματα με το άλλο άτομο με όλα τα στοιχεία της μη-λεκτικής γλώσσας που λαμβάνουμε από αυτόν/η, υιοθετώντας μια συνεκτική στάση και έκφραση προσώπου.

Κύρια στοιχεία για την ενσυναίσθηση:

- Ενεργητική ακρόαση
- Δημιουργία ατμόσφαιρας υποστήριξης και εμπιστοσύνης
- Παρατήρηση και συγκέντρωση στην λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία
- Να εγκαταλείψεις το “εγώ” σου και να ακούσεις τον/την άλλο/η
- Να φανταστείς τα δικά σου αισθήματα σε παρόμοιες καταστάσεις
- Να προσπαθήσεις να καταλάβεις τη συναισθηματική κατάσταση
- Η ενσυναίσθηση είναι μια εθελοντική διαδικασία, δεν μπορεί να επιβληθεί
- Η κατανόηση των λόγων που δίνει το άλλο άτομο για να δικαιολογήσει τις πράξεις του/της.
- Η προώθηση θετικής επικοινωνίας για να ενισχυθεί η ικανότητα ενσυναίσθησης. Είναι απαραίτητο να υπάρξει πραγματική ενεργητική ακρόαση του τι λέει το άλλο άτομο, καθώς και η δυνατότητα να μπούμε στη θέση του άλλου και να νοιώσουμε τα όσα περνά.

Καθήκοντα:

Κατά τη διάρκεια της βδομάδας θα εξασκήσουμε την ενεργητική ακρόαση και την ενσυναίσθηση.

Στην επόμενη συνεδρία, οι συμμετέχοντες θα παρουσιάσουν τις δικές τους εμπειρίες.

ΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ – ΟΠΤΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

Αποδέκτες: Νέοι από Αναμορφωτήρια Ανηλίκων

Στόχοι:

- Να καταλάβουν τη δύναμη της σκέψης και της θέλησης.
- Ενθάρρυνση της δημιουργικότητας.
- Να θέσουν και να επιτύχουν στόχους.
- Να προωθηθεί ένα χώρος διαλογισμού και χαλάρωσης το οποίο ευνοεί τον εσωτερικό διάλογο.
- Συμβολή στην βελτίωση των δυνατοτήτων νοητικής αναπαράστασης.

Δεξιότητες για να αποκτήσουν:

- Αυτονομία και πρωτοβουλία

Παρουσίαση Ασκήσεων (χωρίς κάρτες)

2. Η επανάληψη μιας δήλωσης αρκετές φορές την ημέρα μπορεί να σε κρατήσει συγκεντρωμένο στο στόχο σου, να ενδυναμώσει τα κίνητρα σου, και προγραμματίζει το υποσυνείδητό σου στέλνοντας την εντολή να κάνεις ό,τι χρειαστεί για να πετύχεις το στόχο σου.
3. Δημιούργησε μια εικόνα κάθε πτυχής της ζωής που ονειρεύεσαι. Δημιούργησε μια εικόνα ή μια οπτική αναπαράσταση για κάθε στόχο που έχεις θέσει. Αν ο στόχος σου είναι να δουλέψεις σε μια κουζίνα, σκέψου τον εαυτό σου ντυμένο/η σαν σεφ σε μια



κουζίνα. Αν ο στόχος σου είναι να ταξιδέψεις στο Παρίσι, κόψε μια φωτογραφία του Πύργου του Άιφελ και βάλε μια δική σου φωτογραφία δίπλα του. Για κάθε στόχο σου, δημιούργησε μια οπτική εικόνα και μια επιβεβαίωση.

Innovative Learning Approaches in Staff Training and Young Offenders'
Employability Support - ILA Employability
2014-1-RO01-KA200-002856

Any communication or publication related to the Project made by the beneficiaries jointly or individually in any form and using any means reflects only the author's view and the NA and the Commission are not responsible for any use that may be made of the information it contains.



Funded by the European Union



Erasmus+

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 7 – ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 16

Τι είναι οπτικοποίηση;

Όπως υποδηλώνει και το όνομα, η οπτικοποίηση πρόκειται για εικόνες που μπορούμε να σχηματίσουμε στο μυαλό μας. Αυτή είναι η δύναμη της σκέψης με την οποία μπορούμε να φανταστούμε αλλά και να ξαναζήσουμε στιγμές, μέρη και γεγονότα και να τα συνδέσουμε με τον κόσμο των αισθημάτων και συναισθημάτων μας. Με αυτό τον τρόπο μπορούμε να θυμόμαστε ένα γεγονός το οποίο έχουμε ήδη ζήσει και να νοιώσουμε ξανά τα συναισθήματα που μας προκάλεσε.

Μέσω της οπτικοποίησης μπορούμε επίσης να προετοιμαστούμε για καινούριες καταστάσεις τις οποίες δεν έχουμε ακόμη βιώσει, έχοντας έτσι τη δυνατότητα να τις αντιμετωπίσουμε κατάλληλα όταν έρθουν. Αν φανταστούμε για παράδειγμα τη στιγμή της συνέντευξης και σκεφτούμε το χώρο και το πώς θα απαντούσαμε σε ερωτήσεις, μπορούμε να αναπτύξουμε το αίσθημα της ασφάλειας και να αποκτήσουμε την εμπιστοσύνη που έχουμε στον εαυτό μας.

Η οπτικοποίηση μπορεί να βοηθήσει στην χαλάρωση, στην ηρεμία αλλά και στον ενθουσιασμό για κάτι το οποίο θα κάνουμε. Πρέπει όμως να έχουμε πλήρη αντίληψη της παρούσας στιγμής.

Πώς μπορούμε να το κάνουμε;

Για να καταφέρουμε να φανταστούμε τις καταστάσεις που θέλουμε, χρειαζόμαστε ένα ήσυχο μέρος όπου δεν θα μπορεί να μας ενοχλήσει κάποιος. Δέκα λεπτά θα είναι αρκετά για να ξεκινήσεις τη διαδικασία. Μπορείς να κάνεις την άσκηση έχοντας καθίσει ή ξαπλώσει, αυτό εξαρτάται από το πώς νοιώθεις πιο άνετα.

Για να ξεκινήσεις θα ήταν πολύ καλό να ηχογραφήσεις την άσκηση, να ακούσεις τις οδηγίες που δίνονται και να κάνεις ότι σου λένε. Η ηχογράφηση δουλεύει το ίδιο καλά με το να αναθέσεις σε κάποιο άτομο να σου διαβάσει τις οδηγίες.

Ο μόνος τρόπος να μάθεις εάν σε ηρεμεί, και αν σε κάνει να νοιώθεις καλύτερα, πιο ήρεμα και πιο αποφασισμένο/η να κάνεις πράγματα είναι να προσπαθήσεις.

Φύλλο Εργασίας
Το σχέδιο δράσης μου

Θέσε τρεις συγκεκριμένους στόχους. Θα πρέπει να είναι πράγματα που χρειάζεσαι και που θα σε κάνουν ευτυχισμένο. Τι πρόκειται να κάνεις την επόμενη εβδομάδα, τον επόμενο μήνα και τον επόμενο χρόνο για να επιτύχεις τους στόχους αυτούς;

| | |
|-------------------------|-------------------------------------------------|
| Επόμενη εβδομάδα | Ποιος θα με στηρίξει και θα με βοηθήσει; |
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| Επόμενος μήνας | Ποιος θα με στηρίξει και θα με βοηθήσει; |
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| Επόμενος χρόνος | Ποιος θα με στηρίξει και θα με βοηθήσει; |
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |