



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
— ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837 —



Ενιαίο Πρόγραμμα Αγωγής Σταδιοδρομίας

ΑΘΗΝΑ 2024

Έργο: Ενιαίο Πρόγραμμα Αγωγής Σταδιοδρομίας (Integrated Career Education Programme)
Φορέας υλοποίησης: Εργαστήριο Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας

Φορέας ανάθεσης: Εθνικός Οργανισμός Πιστοποίησης Προσόντων και Επαγγελματικού Προσανατολισμού (Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π.)

Πλαίσιο υλοποίησης: Η σύνταξη και η έκδοση του ανά χείρας Προγράμματος πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του Προγράμματος Δράσεων EUROGUIDANCE για την τριετία 2021-2023 (χρηματοδότηση από το πρόγραμμα Erasmus+ κατά 75% και από εθνικούς πόρους κατά 25%).

Ομάδα έργου:

Αικατερίνη Αργυροπούλου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Παιδαγωγικό Τμήμα Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, Διευθύντρια του Εργαστηρίου Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας, ΕΚΠΑ

Μαρία Μαμούρα, Επίκουρη Καθηγήτρια, Παιδαγωγικό Τμήμα Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, ΕΚΠΑ

Νικόλαος Δρόσος, Επίκουρος Καθηγητής, Επαγγελματικός Προσανατολισμός & Συμβουλευτική, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Νικόλαος Μουράτογλου, Διδάκτωρ Α.Π.Θ., Παιδαγωγικός Συντονιστής Παρακολούθησης European Schoolnet, Εξωτερικός διδάσκων στο Παιδαγωγικό Τμήμα Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, ΕΚΠΑ

Αναστάσιος Ασβεστάς, Διδάκτωρ ΕΚΠΑ, Σύμβουλος Εκπαίδευσης, Συνεργαζόμενο Εκπαιδευτικό Προσωπικό στο Παιδαγωγικό Τμήμα Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, ΕΚΠΑ

Ασπασία Καραβία, M.Sc. Συμβουλευτικής, Σύμβουλος Σταδιοδρομίας και Επαγγελματικού Προσανατολισμού

Πηνελόπη Μπέλκη, M.Sc. Συμβουλευτικής, Σύμβουλος Σταδιοδρομίας και Επαγγελματικού Προσανατολισμού

Μαρία Διβάρη, M.Sc. Συμβουλευτικής, Σύμβουλος Σταδιοδρομίας και Επαγγελματικού Προσανατολισμού

Κασσιανή-Μαρία Κονταξή, Εκπαιδευτικός ΠΕ01, Διδάκτωρ ΕΚΠΑ, Μεταδιδακτορική Ερευνήτρια Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

Μαρία Ξανθοπούλου, MSc. Διοικητικός Υπάλληλος ΠΕ ΕΚΠΑ, Υποψήφια Διδάκτωρ ΕΚΠΑ

Επιστημονική επιμέλεια έκδοσης

Δρ. Δημήτριος Γαϊτάνης, Προϊστάμενος Διεύθυνσης Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού του Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π.

Επιτροπή Παρακολούθησης και Βεβαίωσης Καλής Εκτέλεσης Έργου Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π.

Δρ. Δημήτριος Γαϊτάνης, Προϊστάμενος Διεύθυνσης Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού, Συντονιστής έργου, Υπεύθυνος Εθνικών Κέντρων Euroguidance και Europass Ελλάδος

Σταυρούλα Τετραδάκου, Προϊσταμένη Τμήματος Ανάπτυξης Υπηρεσιών και Εργαλείων ΣυΕΠ, Συντονίστρια Εθνικού Κέντρου Euroguidance.

Πλαρινού Βασιλική, M.Sc. Συμβουλευτικής, Σύμβουλος Σταδιοδρομίας και Επαγγελματικού Προσανατολισμού, Στέλεχος Τμήματος Ανάπτυξης Υπηρεσιών και Εργαλείων ΣυΕΠ.

© Εθνικός Οργανισμός Πιστοποίησης Προσόντων & Επαγγελματικού Προσανατολισμού (Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π.), 2024.

ISBN: 978-618-83528-2-7

Εθνικός Οργανισμός Πιστοποίησης Προσόντων & Επαγγελματικού Προσανατολισμού (Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π.), Διεύθυνση Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού, Λεωφόρος Εθνικής Αντιστάσεως 41, Νέα Ιωνία, 142 34, Αττική.

Επιτρέπεται η ανατύπωση, η αναπαραγωγή, η μετάφραση, η αντιγραφή, μερική ή ολική, η φωτοτύπηση, η φωτογράφιση, κ.τ.λ. του τρόπου έκθεσης της περιεχόμενης ύλης, όπως και η παρουσίαση και προβολή του από οποιοδήποτε οπτικοακουστικό και μαγνητικό μέσο, με την προϋπόθεση ότι θα παρουσιάζονται ή θα αναφέρονται ο φορέας υλοποίησης Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. και τα ονόματα των συντακτών του παρόντος εγχειριδίου. Η έκδοση αυτή συγχρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του Προγράμματος Δράσεων EUROGUIDANCE για την τριετία 2018-2020 (χρηματοδότηση από το πρόγραμμα Erasmus+ κατά 75% και από εθνικούς πόρους κατά 25%). Η παρούσα δημοσίευση δεσμεύει μόνο το συντάκτη της και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνεται για τυχόν χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Περιεχόμενα

1. Πρόλογος Διεύθυνσης ΣυσΕΠ ΕΟΠΠΕΠ	6
2. Εισαγωγή.....	8
3. Μεθοδολογία ανάπτυξης προγράμματος	18
3.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο και λειτουργίες της ΣυσΕΠ.....	18
3.2 Αγωγή σταδιοδρομίας.....	25
3.3 Ανάγκες ομάδων στόχου	30
4. Παιδαγωγική μεθοδολογία εφαρμογής του προγράμματος.....	35
5. Ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας.....	47
5.1 Αυτογνωσία - αυτοαντίληψη	47
5.1.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο	47
5.1.2 Μαθησιακά αποτελέσματα.....	52
5.1.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία	53
5.1.4 Βιωματικές δραστηριότητες	53
5.1.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι	54
5.1.6 Σχέδια μαθήματος	55
5.1.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου.....	60
5.1.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;.....	61
5.2 Πληροφόρηση.....	62
5.2.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο	62
5.2.2 Μαθησιακά αποτελέσματα.....	70
5.2.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία	71
5.2.4 Βιωματικές δραστηριότητες	72
5.2.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοιχτοί πόροι.....	73
5.2.6 Σχέδια μαθήματος	73
5.2.7 Ζητήματα συμπερίληψης.....	79
5.2.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;	80
5.2.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;.....	81
5.3 Λήψη αποφάσεων.....	82
5.3.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο	82
5.3.2 Μαθησιακά αποτελέσματα.....	87
5.3.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία	88
5.3.4 Βιωματικές δραστηριότητες.....	89

5.3.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι	89
5.3.6 Σχέδια μαθήματος	90
5.3.7 Ζητήματα συμπερίληψης	94
5.3.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;	95
5.3.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;.....	97
5.4 Διαχείριση μεταβάσεων	98
5.4.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο	98
5.4.2 Μαθησιακά αποτελέσματα.....	108
5.4.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία	109
5.4.4 Βιωματικές δραστηριότητες	110
5.4.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι	111
5.4.6 Σχέδια μαθήματος	112
5.4.7 Ζητήματα συμπερίληψης	119
5.4.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;	120
5.4.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;.....	121
5.5 Δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας	122
5.5.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο	122
5.5.2 Μαθησιακά αποτελέσματα.....	129
5.5.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία	130
5.5.4 Βιωματικές δραστηριότητες	131
5.5.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι	131
5.5.6 Σχέδια μαθήματος	132
5.5.7 Ζητήματα συμπερίληψης	136
5.5.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;	137
5.5.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;.....	138
6. Παράρτημα.....	139

1. Πρόλογος Διεύθυνσης ΣυΕΠ ΕΟΠΠΕΠ

Ο ΕΟΠΠΕΠ στο πλαίσιο της κύριας αποστολής του για τη διασφάλιση της ποιότητας της δια βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας / Επαγγελματικού Προσανατολισμού (ΣΥ.Ε.Π.) σε συνεργασία με τους λοιπούς αρμόδιους δημόσιους φορείς υλοποίησε το παρόν έργο «Σχεδιασμός, πιλοτική εφαρμογή και αξιολόγηση Ενιαίου Προγράμματος Αγωγής Σταδιοδρομίας» με στόχο την:

- κατάρτιση ενός προτύπου (standard) Προγράμματος Αγωγής Σταδιοδρομίας στο πλαίσιο της εφαρμογής του ΣΕΠ εντός των σχολικών μονάδων της χώρας.
- αξιοποίηση του προτύπου αυτού προγράμματος από τους εκπαιδευτικούς με εξειδίκευση στη Συμβουλευτική και τον Προσανατολισμό καθώς και τους Υπευθύνους Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού που υπηρετούν στις Διευθύνσεις Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για την υποστήριξη των σχολικών μονάδων σε θέματα επαγγελματικού προσανατολισμού των μαθητών.

Το παρόν ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας περιγράφει τις απαιτούμενες μεθόδους, τα εργαλεία, τις πηγές και τις συμπράξεις που θα αξιοποιούν οι φορείς υλοποίησης των προγραμμάτων αγωγής σταδιοδρομίας καλύπτοντας όλες τις λειτουργίες της ΣυΕΠ (αυτογνωσία – αυτοαντίληψη, πληροφόρηση, μετάβαση κλπ). Με την βοήθεια μαθησιακών στόχων και επιθυμητών μαθησιακών αποτελεσμάτων υποστηρίζει παράλληλα την παρακολούθηση της εξέλιξης των μαθητών και την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του ίδιου του προγράμματος.

Η δημιουργία ενός Πρότυπου Προγράμματος Αγωγής Σταδιοδρομίας επιβάλλεται στο πλαίσιο της ανάγκης δημιουργίας μιας Εθνικής Στρατηγικής ΣυΕΠ, που αποτελεί αρμοδιότητα του ΕΟΠΠΕΠ¹, με στόχο την εξασφάλιση του δικαιώματος σε ποιοτική δια βίου ΣυΕΠ για όλους τους πολίτες, σε οποιαδήποτε ηλικία, ομάδα στόχου, περίσταση και στάδιο ζωής / επαγγελματικής ανάπτυξης και αν ανήκουν. Όπως τονίστηκε στο ψήφισμα του συμβουλίου υπουργών παιδείας της ΕΕ του 2008² (Council of the European Union, 2008) η ενθάρρυνση της δια βίου ανάπτυξης δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας βρίσκεται σε διαρκή αλληλεπίδραση με τις υπόλοιπες 3 προτεραιότητες στην Συ.Ε.Π.. Η προτυποποίηση επομένως

¹ Γαϊτάνης, Δ. (2023). Η ανάγκη δημιουργίας μιας εθνικής στρατηγικής - πολιτικής στην συμβουλευτική σταδιοδρομίας / επαγγελματικού προσανατολισμού (Συ.Ε.Π.). *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού Ελ.Ε.ΣΥ.Π.*, 133-134, 97-114.

² Council of the European Union (2008). *Council Resolution on better integrating lifelong guidance into lifelong learning strategies*. 2905th EDUCATION, YOUTH AND CULTURE Council meeting Brussels, 21 November 2008. Available at: https://www.consilium.europa.eu/uedocs/cms_data/docs/pressdata/en/educ/104236.pdf

των προγραμμάτων αγωγής σταδιοδρομίας δεν οδηγεί μόνο σε θετικά μαθησιακά αποτελέσματα για τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς – συμβούλους σταδιοδρομίας, αλλά και σε καλύτερα οργανωσιακά αποτελέσματα σε επίπεδο σχολικής μονάδας, περιφερειακής διεύθυνσης εκπαίδευσης, Υπουργείου Παιδείας και εκπαιδευτικού συστήματος εν γένει, δηλαδή σε συνολική και ενιαία αναβάθμιση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών ΣυΕΠ, από όλους φορείς εκπαίδευσης και κατάρτισης του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα και σε καλύτερη αξιοποίηση πόρων και αποτελεσμάτων της ΣυΕΠ.

Η υλοποίηση του έργου έγινε δυνατή χάρη στην ευρωπαϊκή συγχρηματοδότηση στο πλαίσιο των δράσεων του Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. – Κέντρο EUROGUIDANCE της Ελλάδας για την τριετία 2021-2023.

Δημήτρης Γαϊτάνης, 2024

2. Εισαγωγή

Στη σύγχρονη κοινωνία και αγορά εργασίας, παρατηρούνται συνεχείς αλλαγές και ταχείες εξελίξεις λόγω της τεχνολογικής και ψηφιακής προόδου, της παγκοσμιοποίησης και των μεταβαλλόμενων κοινωνικών, οικονομικών και περιβαλλοντικών αναγκών. Σε αυτό το πλαίσιο, η αγωγή σταδιοδρομίας μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες να **παραμείνουν ενήμεροι/ες για αυτές τις αλλαγές και τους εξοπλίσει με τις δεξιότητες** που χρειάζονται για να ευδοκιμήσουν σε προσωπικό και επαγγελματικό επίπεδο. Επιπλέον, οι σημερινοί μαθητές και μαθήτριες διαθέτουν ένα ευρύτερο φάσμα επιλογών σταδιοδρομίας, τόσο σε επίπεδο εκπαίδευσης και κατάρτισης όσο και σε επίπεδο εργασίας και απασχόλησης. Έτσι, λοιπόν, η αγωγή σταδιοδρομίας μπορεί να τους βοηθήσει να **εξερευνήσουν και να κατανοήσουν τις διαφορετικές ευκαιρίες** που είναι διαθέσιμες, παρέχοντάς τους τη δυνατότητα να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις με βάση τα ενδιαφέροντα, τις ικανότητες και τις αξίες τους.

Ως εκ τούτου, η αγωγή σταδιοδρομίας διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στην προετοιμασία των μαθητών/τριών αναφορικά με τη διαμόρφωση της **προσωπικής και επαγγελματικής τους ταυτότητας**, καθώς δύναται να τους εξοπλίσει με βασικές γνώσεις, δεξιότητες και εμπειρίες, ώστε να προβούν σε ενημερωμένες επιλογές σταδιοδρομίας, να εξερευνήσουν διάφορους επαγγελματικούς ρόλους, κλάδους και τομείς και να αναπτύξουν τις απαραίτητες ικανότητες για επιτυχείς εκπαιδευτικές, εργασιακές, και εν γένει επαγγελματικές, μεταβάσεις. Αναφέρεται σε **καλά οργανωμένες μαθησιακές δραστηριότητες** που στοχεύουν, κατά μία ευρεία έννοια, στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων διαχείρισης της σταδιοδρομίας των ατόμων, όπως ο εντοπισμός και η ερμηνεία πληροφοριών για την αγορά εργασίας, ποικίλων ευκαιριών μάθησης και σταδιοδρομίας και τη λήψη αποφάσεων σταδιοδρομίας (Ευρωπαϊκό Ίδρυμα Επαγγελματικής Εκπαίδευσης, χ.χ.)³. Στην ελληνική υποχρεωτική σχολική εκπαίδευση, η αγωγή σταδιοδρομίας ενσαρκώθηκε στο μάθημα του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού (Kassotakis, 2017)⁴, βασικός στόχος του οποίου αποτέλεσε η υποστήριξη των μαθητών/τριών σε διαφορετικά αναπτυξιακά στάδια προκειμένου να συνειδητοποιήσουν τις κλίσεις, τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητές τους, να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους και να λάβουν εκπαιδευτικές και επαγγελματικές αποφάσεις για να προωθήσουν την κοινωνική και εργασιακή τους συμμετοχή.

³ Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε τη σελίδα: <https://bit.ly/3Df4JgA>

⁴ Kassotakis, M. (2017). Career Counselling and Guidance in Greece. In: Sultana, R.G. (eds) *Career Guidance and Livelihood Planning across the Mediterranean*. EMCER. Rotterdam: SensePublishers. https://doi.org/10.1007/978-94-6300-992-8_19

Η αγωγή σταδιοδρομίας υπερβαίνει την απλή μετάδοση γνώσεων, δίνοντας έμφαση στις πρακτικές εμπειρίες, τον αναστοχασμό και την ανάπτυξη μεταβιβάσιμων δεξιοτήτων. Για παράδειγμα, **στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση**, η αγωγή σταδιοδρομίας βοηθά τους μαθητές και τις μαθήτριες να γνωρίσουν τον εαυτό τους, να αποκτήσουν πληροφορίες σχετικά με διαφορετικά επαγγέλματα, να αναπτύξουν θετικές στάσεις απέναντι στην εργασία και να αποκτήσουν βασικές δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας. Ενθαρρύνει την περιέργεια, την αυτοδιερεύνηση και την κατανόηση της σύνδεσης μεταξύ της εκπαίδευσης και της μελλοντικής σταδιοδρομίας, εισάγοντας κατά βάση βιωματικές δραστηριότητες κατάλληλες για την ηλικία των μαθητών/τριών, όπως παιχνίδια εξερεύνησης σταδιοδρομίας ή ασκήσεις ρόλων. Στη **δευτεροβάθμια εκπαίδευση**, η αγωγή σταδιοδρομίας επικεντρώνεται σε μία βαθύτερη αυτογνωσία και μία εμπλουτισμένη περιβαλλοντογνωσία (Δημητρόπουλος, 2004)⁵, καθώς μαθητές/τριες εξοικειώνονται σε μεγαλύτερο βαθμό με διάφορες επαγγελματικές επιλογές, οι οποίες τροφοδοτούν και υποστηρίζουν τη διαδικασία σχεδιασμού της σταδιοδρομίας τους. Εξερευνώντας διαφορετικούς κλάδους και αποκτώντας γνώσεις για την αγορά εργασίας, οι μαθητές/τριες μπορούν να λάβουν καταλληλότερες εκπαιδευτικές αποφάσεις σχετικά με τις επιλογές τους (μαθήματα, κατευθύνσεις, τύπος σχολείου, επίπεδο εκπαίδευσης, περαιτέρω εκπαίδευση) και τις πιθανές πορείες σταδιοδρομίας που συνδέονται με αυτές. Ειδικότερα, στο πλαίσιο **προγραμμάτων επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης (ΕΕΚ)**, όπου συνήθως προβλέπεται η ολοκλήρωση πρακτικής κατάρτισης, μαθητείας και άλλων ευκαιριών μάθησης με βάση την εργασία, η αγωγή σταδιοδρομίας εμπλουτίζεται από τη δυνατότητα μαθητών/τριών να αναπτύξουν σχετικές επαγγελματικές ικανότητες στην πράξη⁶. Ευθυγραμμίζοντας την εκπαίδευσή τους με συγκεκριμένους κλάδους, οι σπουδαστές/τριες της επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης αποκτούν ανταγωνιστικά πλεονεκτήματα, βελτιώνοντας τις προοπτικές εργασίας τους και ενισχύοντας την εργασιακή ετοιμότητά τους.

Συνοπτικά, μπορούμε να υποστηρίξουμε πως **η αγωγή σταδιοδρομίας μπορεί να υποστηρίξει τους μαθητές και τις μαθήτριες να:**

⁵ Δημητρόπουλος, Ε. (2004). *Συμβουλευτική Προσανατολισμός. Μέρος Β΄. Συμβουλευτική σταδιοδρομίας. Εκπαιδευτικός επαγγελματικός προσανατολισμός*. Αθήνα: Εκδόσεις Γρηγόρη.

⁶ Cedefop (2023). *Inventory of lifelong guidance systems and practices - Greece*. CareersNet national records. <https://www.cedefop.europa.eu/en/publications-and-resources/country-reports/inventory-lifelong-guidance-systems-and-practices-greece-0>

- αναπτύξουν μια σαφή κατανόηση των δυνατών και λιγότερο δυνατών σημείων τους, των ενδιαφερόντων, των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων τους (Patton, 2001)⁷.
- εξερευνήσουν διαφορετικές επιλογές σταδιοδρομίας και να μάθουν για τις απαιτήσεις διαφορετικών θέσεων εργασίας (Welde, Bernes, Gunn, & Ross, 2016)⁸.
- καλλιεργήσουν τις δεξιότητες που χρειάζονται για να είναι επιτυχημένοι/ες στον χώρο εργασίας, όπως η επίλυση προβλημάτων, η ομαδική εργασία και η επικοινωνία (Sultana, 2012)⁹.
- βελτιώσουν τις πεποιθήσεις αυτο-αποτελεσματικότητάς τους και να λαμβάνουν συνειδητές αποφάσεις σταδιοδρομίας, αναπτύσσοντας ένα σχέδιο για τη μελλοντική τους σταδιοδρομία (McWhirter, Crothers, & Rasheed, 2000)¹⁰.
- προσδιορίσουν τους επιθυμητούς στόχους σταδιοδρομίας τους και να εντοπίσουν τους τρόπους με τους οποίους θα τους πετύχουν (McCowan, McIlveen, McLennan, Perera, & Ciccarone, 2023)¹¹.
- αναπτύξουν και βελτιώσουν την αυτοπεποίθησή τους, τα κίνητρα και τα επίπεδα δέσμευσης στην εκπαίδευση, περιορίζοντας το φαινόμενο της διαρροής από δομές εκπαίδευσης και κατάρτισης (Psifidou, Mouratoglou & Farazouli, 2021)¹².
- πυροδοτήσουν την περιέργειά τους και να διευρύνουν τους ορίζοντές τους (Røise, 2022)¹³.

⁷ Patton, W. (2001). Career education: what we know, what we need to know, *Australian Journal of Career Development*, 10(3), 13-19.

⁸ Welde, A. M. J., Bernes, K. B., Gunn, T. M., & Ross, S. A. (2016). Career Education at the Elementary School Level: Student and Intern Teacher Perspectives. *Journal of Career Development*, 43(5), 426–446. <https://doi.org/10.1177/0894845316633524>

⁹ Sultana, R.G. (2012) Learning career management skills in Europe: a critical review, *Journal of Education and Work*, 25(2), 225-248, <https://doi.org/10.1080/13639080.2010.547846>

¹⁰ McWhirter, E. H., Crothers, M., & Rasheed, S. (2000). The effects of high school career education on social-cognitive variables. *Journal of Counseling Psychology*, 47(3), 330–341. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.3.330>

¹¹ McCowan, C., McIlveen, P., McLennan, B., Perera, H. N., & Ciccarone, L. (2023). A Career Education and Development Framework and measure for senior secondary school students. *Australian Journal of Career Development*, 32(2), 122–134. <https://doi.org/10.1177/10384162231164572>

¹² Psifidou, I., Mouratoglou, N., & Farazouli, A. (2021) The role of guidance and counselling in minimising risk factors to early leaving from education and training in Europe. *Journal of Education and Work*, 34(7/8): 810–825. <https://doi.org/10.1080/13639080.2021.1996545>

¹³ Røise, P. (2022). Students' critical reflections on learning across contexts in career education in Norway. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 22(). <https://doi.org/10.1007/s10775-022-09563-x>

- υιοθετήσουν μια νοοτροπία ανάπτυξης (growth mindset) και συνεχούς επαγγελματικής και προσωπικής βελτίωσης (van Tuijl, & van der Molen, 2016)¹⁴.
- αποκτήσουν γνώσεις για τον κόσμο της εργασίας, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με τις μελλοντικές εκπαιδευτικές και επαγγελματικές τους διαδρομές (Savickas, 2019)¹⁵.
- διαχειριστούν με αποτελεσματικό τρόπο τις εκπαιδευτικές τους επιλογές και μεταβάσεις και ειδικότερα άτομα που δυσκολεύονται να ολοκληρώσουν τα προγράμματα εκπαίδευσης και κατάρτισης (Psifidou, Mouratoglou & Farazouli, 2022)¹⁶.
- Αποκτήσουν ισορροπία ανάμεσα στους προσωπικούς στόχους, που συνδέονται με μια ευτυχισμένη, ασφαλή και γεμάτη νόημα ζωή και τους στόχους του εξωτερικού περιβάλλοντος που αναφέρονται στην αξιοποίηση των ταλέντων, την αύξηση της παραγωγικότητας και την προώθηση της καινοτομίας (ILO-ETF, 2021)¹⁷.

Όπως γίνεται αντιληπτό από τα παραπάνω, **η αγωγή σταδιοδρομίας δεν μπορεί να αποτελεί πρωτοβουλία ενός μονάχα εκπαιδευτικού, αλλά αντίθετα προτάσσει την ενεργοποίηση και εμπλοκή ολόκληρης της σχολικής μονάδας.** Αναμένεται, δηλαδή, να συγκροτηθεί ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο που περιλαμβάνει τη συλλογική προσπάθεια όλων, συμπεριλαμβανομένων των εκπαιδευτικών, των συμβούλων, του λοιπού εκπαιδευτικού και υποστηρικτικού προσωπικού και των γονέων, για την παροχή αποτελεσματικής αγωγής σταδιοδρομίας στους μαθητές και τις μαθήτριες. Αναγνωρίζοντας ότι η **βελτίωση της προσωπικής και επαγγελματικής ανάπτυξης των μαθητών/τριών αποτελεί κοινή ευθύνη** και επισημαίνοντας τη σημασία της συνεργασίας και του συντονισμού μεταξύ των εμπλεκόμενων απαιτείται να: α) διασφαλίσουμε ότι όλοι οι μαθητές/τριες έχουν πρόσβαση σε ποιοτική αγωγή σταδιοδρομίας, ανεξάρτητα από το υπόβαθρό τους, β) συμβάλλουμε στο να καταρριφθούν στερεότυπα και προκαταλήψεις που σχετίζονται με την αγωγή σταδιοδρομίας,

¹⁴ van Tuijl, C., & van der Molen, J.H.W. (2016). Study choice and career development in STEM fields: an overview and integration of the research. *International Journal of Technology and Design Education Article*, 26, 159–183. <https://doi.org/10.1007/s10798-015-9308-1>

¹⁵ Savickas, M. L. (2019). The world of work and career interventions. In M. L. Savickas, *Career counseling* (pp. 3–14). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000105-001>

¹⁶ Psifidou, I., Mouratoglou, N., & Farazouli, A. (2022). *Minimising early leaving from vocational education and training in Europe: career guidance and counselling as auxiliary levers*. Luxembourg: Publications Office. Cedefop working paper, No 11. <http://data.europa.eu/doi/10.2801/75320>

¹⁷ ILO και ETF (2021). *Developing national career development support systems. Pathways to enhance lifelong career guidance, career education and career development support for workers*. Geneva: International Labour Office. Available at: https://www.ilo.org/skills/pubs/WCMS_800036/lang--en/index.htm

ώστε αυτή να γίνει πιο προσιτή στους μαθητές και γ) υποστηρίξουμε τη δημιουργία μιας συνεργατικής σχολικής κουλτούρας.

Στον Ευρωπαϊκό χώρο, η προσέγγιση της αγωγής σταδιοδρομίας από ολόκληρο το σχολείο (whole school guidance approach) σχεδιάστηκε, εφαρμόστηκε και υιοθετήθηκε από το εκπαιδευτικό σύστημα της Ιρλανδίας, όπου για παράδειγμα, οι εκπαιδευτικοί συνεργάζονται με άλλα μέρη του προσωπικού προκειμένου να «επαναπροσδιορίσουν» τα περιεχόμενα του παραδοσιακού προγράμματος σπουδών με τέτοιο τρόπο που να συμβάλλει στην προσωπική ευημερία και επαγγελματική ανάπτυξη των μαθητών/τριών¹⁸. Έτσι, η **αγωγή σταδιοδρομίας εντάσσεται στο ευρύτερο πλαίσιο του σχολικού περιβάλλοντος**, υπερβαίνοντας τις μεμονωμένες συμβουλευτικές συνεδρίες/συναντήσεις και το σχολικό μάθημα του σχολικού επαγγελματικού προσανατολισμού, εφόσον αυτό προσφέρεται, ενσωματώνοντας αρχές και δραστηριότητες σταδιοδρομίας σε όλο το πρόγραμμα σπουδών, τα εξωσχολικά προγράμματα και τη συνολική σχολική κουλτούρα. Τα βασικά στοιχεία αυτής της προσέγγισης περιλαμβάνουν τη(ν):

- **συνεργασία:** το σύνολο του προσωπικού του σχολείου, συμπεριλαμβανομένου των γονέων, συνεργάζονται για να δημιουργήσουν ένα υποστηρικτικό και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλον που τροφοδοτεί την προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη των μαθητών/τριών μέσω διαφορετικών προοπτικών και εμπειριών.
- **ολιστικότητα:** περιλαμβάνει μία σειρά παρεμβάσεων, όπως αξιολογήσεις, συμβουλευτική υποστήριξη, επαγγελματικό προσανατολισμό, εργαστήρια και συνεργασίες με φορείς, οργανισμούς και επιχειρήσεις.
- **εξατομίκευση:** αναγνωρίζοντας την ατομικότητα των μαθητών/τριών, η προσέγγιση προσαρμόζει την αγωγή σταδιοδρομίας ώστε να ανταποκρίνεται στις μοναδικές ανάγκες, το πολιτισμικό υπόβαθρο, τα ενδιαφέροντα και τις φιλοδοξίες τους, προωθώντας την αυτο-ανακάλυψη και τη λήψη πληροφορημένων αποφάσεων.
- **συνάφεια:** αναδεικνύοντας τη σύνδεση της σχολικής μάθησης με εφαρμογές του πραγματικού κόσμου, οι μαθητές/τριες είναι πιο πιθανό να διακρίνουν την αξία σε αυτά που μαθαίνουν, να εμβαθύνουν την κατανόησή τους και να εφαρμόσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους πέρα από το σχολικό περιβάλλον.
- **συνέπεια και συνέχεια:** επισημαίνοντας την ανάγκη για μία συνεκτική και συνεχή προσέγγιση στην αγωγή σταδιοδρομίας, οι μαθητές/τριες λαμβάνουν μία ενιαία και

¹⁸ Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε τη σελίδα: <https://www.gov.ie/en/publication/63c5f-guidance-counselling-in-schools/#>

συνεχή εμπειρία καθ' όλη τη διάρκεια της εκπαιδευτικής τους διαδρομής, ελαχιστοποιώντας τη σύγχυση και διευκολύνοντας την αποτελεσματική μετάβαση από την πρωτοβάθμια στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση και πέραν αυτής.

Ορισμένες ενδεικτικές πρακτικές που μπορούν να εγκαθιδρύνουν και να υποστηρίξουν αυτήν την προσέγγιση στη σχολική μονάδα περιλαμβάνουν τη(ν):

- οργάνωση εργαστηρίων όπου οι γονείς και άλλοι προσκεκλημένοι ομιλητές μπορούν να μοιραστούν τις επαγγελματικές τους εμπειρίες.
- οργάνωση εργαστηρίων όπου απόφοιτοι του σχολείου μπορούν να αλληλοεπιδράσουν με μαθητές/τριες του σχολείου
- συνεργασία με τοπικές επιχειρήσεις και κοινοτικούς οργανισμούς για να παρέχονται στους μαθητές αυθεντικές εμπειρίες μάθησης και πρακτική άσκηση
- δημιουργία μίας ομάδας αγωγής σταδιοδρομίας που θα περιλαμβάνει «εκπροσώπους» από όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας, συμπεριλαμβανομένου των μαθητών/τριών.
- ανάπτυξη ενός σχεδίου αγωγής σταδιοδρομίας για όλο το σχολείο, το οποίο περιγράφει τους στόχους και τις βασικές επιδιώξεις. Ξεκινήστε με μικρά και σταθερά βήματα, τα οποία μπορείτε να εμπλουτίσετε στη συνέχεια.
- δημιουργία ψηφιακής βιβλιοθήκης με πόρους σταδιοδρομίας στους οποίους μπορούν να έχουν πρόσβαση οι μαθητές/τριες.

Επιπρόσθετες προτάσεις αναλύονται στο κεφάλαιο της παιδαγωγικής μεθοδολογίας εφαρμογής του προγράμματος αγωγής σταδιοδρομίας.

Το Πρότυπο Πλαίσιο εντός του ρόλου του ΕΟΠΠΕΠ

Ο ΕΟΠΠΕΠ στο πλαίσιο της κύριας αποστολής του για την διασφάλιση της ποιότητας της δια βίου μάθησης και της δια βίου Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού (ΣΥ.Ε.Π.) σε συνεργασία με τους λοιπούς αρμόδιους δημόσιους φορείς και έχοντας την θεσμική αρμοδιότητα:

- της επιστημονικής και τεχνικής υποστήριξης των αρμόδιων φορέων των Υπουργείων Παιδείας και Εργασίας στο σχεδιασμό και την εφαρμογή της Εθνικής Πολιτικής για τη Συμβουλευτική και τον Επαγγελματικό Προσανατολισμό,
- της ανάπτυξης της επικοινωνίας και του συντονισμού της δράσης των δημόσιων και ιδιωτικών φορέων παροχής υπηρεσιών Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού, με σκοπό τη βελτίωση των ήδη παρεχόμενων υπηρεσιών, μέσω της συνεχούς ενημέρωσης και ανταλλαγής πληροφοριών,

- της δημιουργίας Εθνικού Δικτύου Ενημέρωσης και Πληροφόρησης όλων των ενδιαφερόμενων φορέων και προσώπων σε θέματα εκπαίδευσης, κατάρτισης και ανταλλαγών με τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης,
- της παροχής κάθε είδους και μορφής υπηρεσιών επαγγελματικού προσανατολισμού προς τους αρμόδιους φορείς των Υπουργείων Παιδείας και Εργασίας, τα Κέντρα και τους φορείς επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης, τις επιχειρήσεις, καθώς και τις οργανώσεις των εργοδοτών και εργαζομένων,

υλοποιεί στοχευμένες συστημικές παρεμβάσεις βελτίωσης των παρεχόμενων υπηρεσιών Συ.Ε.Π. και αναβάθμισης των προσόντων του ανθρώπινου δυναμικού της Συ.Ε.Π. προς όφελος των πολιτών κάθε ηλικίας. Στο πλαίσιο αυτό το παρόν έργο **«Σχεδιασμός, πιλοτική εφαρμογή και αξιολόγηση Ενιαίου Προγράμματος Αγωγής Σταδιοδρομίας, το οποίο θα διατεθεί στο Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων για την υποστήριξη της επαγγελματικής ανάπτυξης των μαθητών πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης της χώρας»** στο πλαίσιο των δράσεων του Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. – Κέντρο EUROGUIDANCE της Ελλάδας για την τριετία 2021-2023 έχει ως στόχο την:

- κατάρτιση ενός προτύπου (standard) Προγράμματος Αγωγής Σταδιοδρομίας για την παροχή υπηρεσιών Συμβουλευτικής Επαγγελματικού Προσανατολισμού στο πλαίσιο της εφαρμογής του ΣΕΠ και των εργαστηρίων δεξιοτήτων εντός των σχολικών μονάδων της χώρας.
- αξιοποίηση του προτύπου αυτού προγράμματος από τους εκπαιδευτικούς με εξειδίκευση στη Συμβουλευτική και τον Προσανατολισμό καθώς και τους Υπευθύνους Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού που υπηρετούν στις Διευθύνσεις Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για την υποστήριξη των σχολικών μονάδων σε θέματα επαγγελματικού προσανατολισμού των μαθητών.

Το παρόν ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας έχει ως ομάδα στόχου τους μαθητές πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης της χώρας και καλύπτει, από πλευράς περιεχομένου, όλες τις λειτουργίες της ΣυΕΠ, ήτοι υποστηρίζει :

- την αυτογνωσία και αυτοαντίληψη των μαθητών
- την πληροφόρηση για την εκπαίδευση και την αγορά εργασίας και τη γνώση των σχετικών ευκαιριών καθώς και του πού και του πώς αναζητά ο μαθητής πληροφόρηση.

- την καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής και σταδιοδρομίας (π.χ. δεξιοτήτων αναζήτησης πληροφοριών και κριτικού στοχασμού για ευκαιρίες εκπαίδευσης / κατάρτισης και απασχόλησης)
- την ανάπτυξη δεξιοτήτων λήψης απόφασης για τη λήψη σημαντικών εκπαιδευτικών αποφάσεων π.χ. επιλογή γενικής ή επαγγελματικής εκπαίδευσης, επιλογή ομάδας προσανατολισμού και επιστημονικών πεδίων κλπ
- τις διάφορες μεταβάσεις που καλούνται να πραγματοποιήσουν οι μαθητές (π.χ. τη μετάβαση από το γυμνάσιο στο λύκειο, από το λύκειο στη μεταδευτεροβάθμια εκπαίδευση ή το πανεπιστήμιο κλπ).

Επιπλέον, το παρόν ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας:

- είναι προσαρμοσμένο στην αναπτυξιακή φάση κάθε ηλικιακής ομάδας (μαθητές γυμνασίου, μαθητές λυκείου κλπ) και θα έχει εξελικτική διάσταση.
- λαμβάνει υπόψη του τις βασικές θεωρίες και τα στάδια της μάθησης (π.χ. σύμφωνα με την εμπειρική μάθηση του Kolb τα στάδια της μάθησης είναι: εμπειρία, αναστοχασμός, θεωρητικοποίηση, πειραματισμός)
- περιγράφει τις μεθόδους, τα εργαλεία και τις πηγές που θα αξιοποιούν οι φορείς υλοποίησης (π.χ. εργαλεία επαγγελματικού προσανατολισμού, βάσεις πληροφόρησης, εθνικές και ευρωπαϊκές πύλες ΣυΕΠ και διαφάνειας προσόντων (e-stadiodromia, EUROPASS, ESCO, EURES κλπ)
- περιλαμβάνει συνεργασίες και συμπράξεις με σημαντικούς ιθύνοντες (stakeholders) της ΣυΕΠ, όπως τους γονείς, τους εκπαιδευτικούς, τους επαγγελματίες και τον κόσμο της αγοράς εργασίας κλπ, αντλώντας από αντίστοιχες καλές πρακτικές, όπως π.χ. το ιρλανδικό πρόγραμμα Whole School Guidance¹⁹
- δύναται να εφαρμοστεί τόσο στην γενική όσο και στην επαγγελματική εκπαίδευση (ΓΕΛ, ΕΠΑΛ και ΕΠΑΛ μαθητείας)
- δύναται να υλοποιηθεί:
 - ο μέσα από όλα τα μαθήματα του ωρολογίου προγράμματος (across the curriculum). Στο πλαίσιο της μεθόδου αυτής το πρόγραμμα θα περιγράφει με παραδείγματα τον ρόλο κάθε εκπαιδευτικού και τον συντονισμό με τον εκπαιδευτικό με εξειδίκευση στη Συμβουλευτική και τον Προσανατολισμό, την

¹⁹ Για περισσότερες πληροφορίες, βλ. <https://www.pdst.ie/sites/default/files/NCGE-PP-WholeSchoolGuidanceFramework-PDF-EN.pdf>

Διοίκηση του Σχολείου και τον Υπεύθυνο ΣΕΠ της β/θμιας εκπαίδευσης για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος

- μέσα από δράσεις που δεν εντάσσονται στο ωρολόγιο πρόγραμμα του σχολείου (extra-curricular activities) όπως π.χ. ημέρες καριέρας, επισκέψεις σε χώρους επαγγελματιών, σεμινάρια ομαδικής συμβουλευτικής για γονείς, συμμετοχή των μαθητών σε projects και προγράμματα αγωγής σταδιοδρομίας κλπ
- στο πλαίσιο του ειδικού μαθήματος ΣΕΠ που παρέχεται εντός του ωρολογίου προγράμματος της Α ΕΠΑΛ ή/και στο πλαίσιο της γενικής δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης στην περίπτωση που ενταχθεί μάθημα ΣΕΠ στο ωρολόγιο πρόγραμμα αυτής.
- περιγράφει αναμενόμενα μαθησιακά αποτελέσματα (με τη βοήθεια περιγραφικών δεικτών), με σκοπό την παρακολούθηση της εξέλιξης των μαθητών και την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του ίδιου του προγράμματος
- λαμβάνει υπόψη τις προδιαγραφές του Υπουργείου Παιδείας και τις Οδηγίες του ΙΕΠ σχετικά με τα προγράμματα αγωγής σταδιοδρομίας και την εφαρμογή του ΣΕΠ στο σχολείο.
- περιλαμβάνει πιλοτική εφαρμογή του προγράμματος σε ικανό και αντιπροσωπευτικό δείγμα μαθητών, εκπαιδευτικών και συμβούλων σταδιοδρομίας προκειμένου να ελεγχθεί η αποτελεσματικότητα στους τελικούς χρήστες.

Κατά το χρονικό διάστημα ανάπτυξης του Προγράμματος, ο ΣΕΠ στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση παρέχεται στους μαθητές με τους ακόλουθους τρόπους.

- υφίσταται ως μάθημα ΣΕΠ ως διδακτικό αντικείμενο στην Α τάξη ΕΠΑΛ
- υλοποιείται σύμφωνα με την ΚΥΑ 94236 στο Δημοτικό και στο Γυμνάσιο εντός του ωρολογίου προγράμματος «Εργαστήρια Δεξιοτήτων», τα οποία εστιάζουν στην ανάπτυξη των ήπιων δεξιοτήτων των μαθητών.
- υλοποιείται εκτός του ωρολογίου προγράμματος της β/θμιας εκπαίδευσης Προγράμματα αγωγής σταδιοδρομίας μη υποχρεωτικού χαρακτήρα τα οποία ακολουθούν τις οδηγίες που περιλαμβάνονται στην εγκύκλιο Φ11/126281/Δ7/14-10-2022.

Το παρόν πρόγραμμα θα λειτουργήσει επικουρικά στα ανωτέρω δρώντας ως

- Εγχειρίδιο ΣΕΠ
- Εγχειρίδιο των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων

- Πορτφόλιο Αγωγής Σταδιοδρομίας
- Υποστηρικτικό εκπαιδευτικό υλικό Προγραμμάτων Αγωγής Σταδιοδρομίας

3. Μεθοδολογία ανάπτυξης προγράμματος

Η μεθοδολογία ανάπτυξης του προγράμματος αγωγής σταδιοδρομίας στηρίχθηκε σε δύο μέρη: στις λειτουργίες της Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας / Επαγγελματικού Προσανατολισμού και στη διερεύνηση των αναγκών της ομάδας στόχου. Στο παρόν κεφάλαιο παρουσιάζεται το σχετικό εννοιολογικό περιεχόμενο των λειτουργιών και περιγράφονται τα αποτελέσματα από την ανίχνευση των αναγκών.

3.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο και λειτουργίες της ΣυΕΠ

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζεται το βασικό περιεχόμενο των λειτουργιών της Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας / Επαγγελματικού Προσανατολισμού διαμορφώνοντας το βασικό λειτουργικό πλαίσιο βάσει του οποίου αναπτύσσεται το παρόν πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας.

Η **επαγγελματική ανάπτυξη** του ατόμου είναι μία εξελικτική πορεία η οποία ξεκινά από την πρωτοβάθμια εκπαίδευση για να συνεχιστεί δια βίου. Η επαγγελματική και προσωπική ανάπτυξη του ατόμου συγκλίνουν, καθώς η ανάπτυξη της σταδιοδρομίας περιλαμβάνει ολόκληρη τη ζωή του ατόμου, και όχι μόνο το επάγγελμα. Δηλαδή, η επαγγελματική ανάπτυξη επιδιώκει τη διερεύνηση του ατόμου ως συνόλου εμπεριέχοντας ψυχολογικούς, κοινωνικούς, εκπαιδευτικούς, οικονομικούς, σωματικούς, πολιτισμικούς και τυχαίους παράγοντες που συνδυάζονται, με αποτέλεσμα να διαμορφώνουν τη σταδιοδρομία του ατόμου (Κάντας & Χατζή, 1991)²⁰. Οι παράγοντες αυτοί ερμηνεύουν τη σημασία της δυναμικής εξέλιξης της σταδιοδρομίας, ενώ η αξιοποίησή τους ωθεί τους ωφελούμενους να κατανοήσουν κατά πόσο μπορούν να ανταποκριθούν σε διάφορους ρόλους ζωής κατά την αλληλεπίδρασή τους με το περιβάλλον (Savickas, 2011)²¹. Η αποτελεσματικότητα της παροχής υπηρεσιών συμβουλευτικής και επαγγελματικού προσανατολισμού εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, μεταξύ των οποίων είναι η υποστήριξη του ατόμου αναφορικά με τις πέντε βασικές λειτουργίες της Συ.Ε.Π. από τα χρόνια της εκπαίδευσής του. Οι κυριότερες λειτουργίες είναι η *Αυτογνωσία - αυτοαντίληψη*, η *Πληροφόρηση*, η *Λήψη Απόφασης*, οι *Δεξιότητες Διαχείρισης Σταδιοδρομίας* και η *Μετάβαση*.

²⁰ Κάντας, Αρ. & Χαντζή, Αλ. (1991). *Ψυχολογία της Εργασίας. Θεωρίες Επαγγελματικής Ανάπτυξης. Στοιχεία Συμβουλευτικής*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

²¹ Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. American Psychological Association.

Η **αυτογνωσία- αυτοαντίληψη**, ως λειτουργία αναφέρεται στην υποστήριξη του ατόμου, με την κατάλληλη διαπαιδαγώγηση, τη συμβουλευτική παρέμβαση και τη χρήση ψυχομετρικών ή άλλων κατάλληλων μέσων, προκειμένου να:

- γνωρίσει τον εαυτό του όσο πιο αντικειμενικά μπορεί, να συνειδητοποιήσει τις δυνατότητες και τις αδυναμίες του, τις κλίσεις, τα ενδιαφέροντα και τις αξίες του (**Ποιος είμαι;**)
- διαμορφώσει θετική στάση απέναντι στον εαυτό του και να διακρίνει τις επιλογές που σκέφτεται για το μέλλον του (**Τι θέλω;**)
- κατανοήσει τρόπους με τους οποίους παρεμβάλλονται τα εμπόδια στην προσωπική και επαγγελματική του πρόοδο (**Τι με εμποδίζει;**) αλλά και τα μέσα που μπορούν να το βοηθήσουν να προχωρήσει (Ε.Κ.Ε.Π., 2002²². Nathan & Hill, 2006²³).

Ενώ αρχικά προσεγγίζεται η έννοια του «Εαυτού» ως ένα πλέγμα ατομικών χαρακτηριστικών, στη συνέχεια έγινε εστίαση στην αντικειμενική προσωπικότητα και την υποκειμενική αυτοαντίληψη, φτάνοντας σήμερα στην αντίληψη του εαυτού ως προοπτική για το μέλλον, δηλαδή ως μια διαδικασία μέσα στην οποία ο Εαυτός σχηματίζεται, αναπτύσσεται και αναδιαμορφώνεται (Αργυροπούλου, 2022)²⁴. Η ολιστική αυτή προσέγγιση του εαυτού λαμβάνει υπόψη τους ρόλους που καλείται να παίξει το άτομο, καθώς έχει ενεργό εμπλοκή στη διαμόρφωση της σταδιοδρομίας του, αλλά αποδίδει και σημασία στο πλαίσιο (κοινωνικούς ρόλους και διαπροσωπικές σχέσεις) καθώς και τον τρόπο που το ίδιο το άτομο αντιλαμβάνεται και ερμηνεύει αυτή την αλληλεπίδραση (Αργυροπούλου, ό.π.).

Η **πληροφόρηση**, ως λειτουργία αναφέρεται στις δραστηριότητες που σχετίζονται με τη συλλογή, την επεξεργασία, τη διαχείριση και τη διάδοση πληροφοριών που αφορούν στην εκπαίδευση και την κατάρτιση, αρχική και συνεχιζόμενη, στις ευκαιρίες και τις δυνατότητες απασχόλησης, στις εξελίξεις, τις τάσεις και τις προοπτικές της αγοράς εργασίας, καθώς και στις προσφερόμενες ευκαιρίες για τη σταδιοδρομία και την επαγγελματική ανέλιξη των ατόμων (Ε.Κ.Ε.Π., 2002). Η πληροφόρηση διακρίνεται από **έξι βασικές δεξιότητες**:

²² Ε.Κ.Ε.Π. (2002). *Μελέτη για την πιστοποίηση της επάρκειας για την πιστοποίηση της επάρκειας των προσόντων των λειτουργών συμβουλευτικής και επαγγελματικού προσανατολισμού και τον καθορισμό των προϋποθέσεων λειτουργίας των σχετικών φορέων*. Αθήνα: Ε.Κ.Ε.Π.

²³ Nathan, R., & Hill, L. (2006). *Επαγγελματική Συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

²⁴ Αργυροπούλου, Κ. (2022). *Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας. Ζητήματα μιας πολυδιάστατης διαδικασίας*. Αθήνα: Εκδόσεις Γρηγόρη.

- την **ικανότητα αναζήτησης πληροφορίας** (αφορά στην ικανότητα αναγνώρισης, οργάνωσης, απόκτησης και αξιολόγησης της πληροφορίας μέσω εργαλείων αναζήτησης ή ειδικών/experts),
- τη **συγκέντρωση προσοχής** (αφορά την επικέντρωση σε αυτό που θεωρείται σημαντικό και είναι προτεραιότητα, επιδεικνύοντας αντίσταση στους περισπασμούς),
- την **κριτική σκέψη** (αφορά την εξαγωγή ορθολογικών συμπερασμάτων που προκύπτουν όχι από την απλή αποδοχή των πληροφοριών αλλά από την αμφισβήτηση τους),
- την **ανοιχτότητα** (είναι η «ανοιχτή» διάθεση στις νέες ιδέες και εμπειρίες, σχετίζεται με τη φαντασία, την ευαισθησία στο ωραίο, τη διάθεση για ποικιλία και την πνευματική περιέργεια),
- τη **δημιουργικότητα** (σχετίζεται με την αποκλίνουσα σκέψη και την παραγωγή ιδεών που είναι πρωτότυπες και λειτουργικές) και
- την **παραγωγικότητα** (αναφέρεται στο ενδιαφέρον να διαμορφώσουμε έναν καλύτερο κόσμο για τις επόμενες γενεές) (ΕΟΠΠΕΠ, 2021)²⁵.

Η παροχή υπηρεσιών πληροφόρησης μπορεί να γίνεται ομαδικά και ατομικά (Κασσωτάκης, 2004)²⁶. Οι στόχοι της **συλλογικής** πληροφόρησης αναφέρονται στη **διέγερση** του ενδιαφέροντος για τις σπουδές και τα επαγγέλματα, την **πρόκληση** συζητήσεων, την **παροχή** πληροφοριών για ακαδημαϊκές και επαγγελματικές κατευθύνσεις, την ενημέρωση για εκπαιδευτικές και επαγγελματικές ευκαιρίες, ευκαιρίες κινητικότητας, ισοτιμίες και επαγγελματικά δικαιώματα, Εθνικά Πλαίσια Προσόντων κλπ και την **παρώθηση** για την αναζήτηση λεπτομερέστερων και ειδικότερων πληροφοριών σύμφωνα με τα ενδιαφέροντα των μαθητών/τριών. Η **ατομική** πληροφόρηση στους εφήβους στοχεύει στον **εντοπισμό/προσδιορισμό** συγκεκριμένων τομέων σπουδών ή επαγγελματικών τομέων, την **παρώθηση** για την ολοκλήρωση των σπουδών στη Δ/μια Εκπ/ση και στη μετάβαση στην Τριτοβάθμια Εκπ/ση, τη **γνώση** του πραγματικού κόσμου της εργασίας, την προσφορά και ζήτηση επαγγελμάτων και θέσεων εργασίας, τις ζητούμενες δεξιότητες, τις ευκαιρίες πρακτικής άσκησης, τις ευκαιρίες εκπαιδευτικής και επαγγελματικής κινητικότητας, τις ισοτιμίες και τα επαγγελματικά δικαιώματα, την **απόκτηση** ενός βασικού σχεδιασμού – οραματισμού της μελλοντικής ζωής και εργασίας, τον **περιορισμό** των στερεοτύπων για τις

²⁵ ΕΟΠΠΕΠ (2021). *Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Ζωής και Σταδιοδρομίας*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ.

²⁶ Κασσωτάκης, Μ. (2004). Συμβουλευτική και Επαγγελματικός προσανατολισμός: εννοιολογικές διασαφήσεις, σκοποί και στόχοι. Στο Μ. Κασσωτάκης (επιμ.) *Συμβουλευτική και Επαγγελματικός Προσανατολισμός. Θεωρία και Πράξη* (σσ. 43-59). Αθήνα: Τυπωθήτω - Γ. Δαρδανός.

σπουδές και τις επαγγελματικές δραστηριότητες και την **κατανόηση, κρίση / αξιολόγηση** των γνωστικών αντικειμένων και των εργασιακών τομέων και δραστηριοτήτων.

Η **λήψη απόφασης**, ως λειτουργία αναφέρεται στις διαδικασίες εκείνες μέσω των οποίων παρέχεται στο άτομο υποστήριξη με στόχο να επιλέξει την πιο κατάλληλη, γι' αυτό, εκπαιδευτική ή επαγγελματική κατεύθυνση μεταξύ των εναλλακτικών δυνατοτήτων που του προσφέρονται σε κάθε στάδιο της ζωής του, ή να λάβει άλλου είδους αποφάσεις σχετικές με τη σταδιοδρομία του (Ε.Κ.Ε.Π., ό.π.). Προσεγγίζουμε τη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων ως μία σύνθετη και πολυδιάστατη διαδικασία, καθώς αυτή συνδιαμορφώνεται από ποικιλία ατομικών, οικογενειακών, πολιτισμικών και κοινωνικοοικονομικών παραγόντων (Αργυροπούλου, 2016)²⁷. Υπό το πρίσμα, αυτό η λήψη αποφάσεων για τη σταδιοδρομία συνίσταται από: α) τη **γνωστική πλευρά**, που περιλαμβάνει πληροφορίες για την επιθυμητή έκβαση μιας εναλλακτικής και τα προτιμώμενα μέσα για να επιτευχθεί, β) το **συναισθηματικό στοιχείο**, που αναφέρεται σε θετικά ή αρνητικά συναισθήματα απέναντι σε μια κατάσταση, και γ) το **συμπεριφορικό στοιχείο** που εκδηλώνεται, όταν το άτομο επιλέγει εκείνους τους τρόπους συμπεριφοράς που ανταποκρίνονται στο αξιολογικό του σύστημα (αξίες και στάσεις) (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Ταμπούρη & Αργυροπούλου, 2011)²⁸.

Ως εκ τούτου, αναδύονται **ατομικές διαφορές** στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων, οι οποίες αναδεικνύουν είτε το πώς σκέφτεται και λειτουργεί το άτομο στη διαδικασία της επιλογής/ τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που περιγράφουν το ίδιο στην προσέγγιση των επαγγελματικών του αναζητήσεων (Δρόσος, 2019)²⁹ είτε αναφέρονται στις ενδεχόμενες δυσκολίες που το εμποδίζουν να λαμβάνει τις κατάλληλες επαγγελματικές αποφάσεις (επαγγελματική αναποφασιστικότητα) (Gati & Amir, 2010)³⁰. Η αξιολόγηση, λοιπόν, για τη διαδικασία λήψης απόφασης χρησιμοποιείται για τη διερεύνηση του «προφίλ» λήψης απόφασης ή τον καθορισμό των προβλημάτων που μπορεί να περιορίσουν ή να καθυστερήσουν τη διαδικασία λήψης αποφάσεων σταδιοδρομίας και όχι για να εκτιμήσει τα

²⁷ Αργυροπούλου, Κ. (2016). Η λήψη επαγγελματικών αποφάσεων στη διαχείριση της σταδιοδρομίας: Νέες θεωρητικές προσεγγίσεις και μέθοδοι συμβουλευτικής παρέμβασης. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής & Προσανατολισμού*, 108, 26-36.

²⁸ Σιδηροπούλου-Δημακάκου Δ., Ταμπούρη, Σ. & Αργυροπούλου, Αικ. (2011). Γνωστικοί παράγοντες που συνδέονται με την επαγγελματική αναποφασιστικότητα-Ο ρόλος της επαγγελματικής συμβουλευτικής. Στον τιμητικό τόμο για την Καθηγήτρια Β. Ι. Λαμπροπούλου, *Μύρα & Μοίρα* (σσ. 105-118). Τομέας Φιλοσοφίας, Τμήμα Φ.Π.Ψ., Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

²⁹ Δρόσος, Ν. (2019). Αξιολόγηση της λήψης επαγγελματικών αποφάσεων: Τι μετράμε και πώς το μετράμε;. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 115-161). Αθήνα: Γρηγόρης.

³⁰ Gati, I., & Amir, T. (2010). Applying a systemic procedure to locate career decision- making difficulties, *Career Development Quarterly*, 58 (4), pp. 301-320.

προσωπικά χαρακτηριστικά που σχετίζονται με την επαγγελματική μας ανάπτυξη (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, 2009)³¹. Ως εκ τούτου, η συμβουλευτική πρακτική, αποδίδει έμφαση στη σημασία της κατανόησης και της βελτίωσης του τρόπου που διαμορφώνονται οι αποφάσεις σταδιοδρομίας, και όχι στην εξέταση μιας «καλής» επαγγελματικής επιλογής.

Οι **δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας** (ή μεταδεξιότητες ή ψυχοκοινωνικοί πόροι) αποτελούν ένα πλέγμα αυτορρυθμιζόμενων δεξιοτήτων που ενδυναμώνουν την ικανότητα του ατόμου για μάθηση, προσαρμογή, πρόβλεψη, διερεύνηση, δημιουργία αλλαγών και αντιμετώπιση μεταβάσεων. Παράλληλα, αποτελούν σημαντικά «εφόδια» στην προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη των νέων, καθώς αξιολογούνται ως κρίσιμες για την αλληλεπίδραση με το εργασιακό και κοινωνικό περιβάλλον. Σύμφωνα με το ELGPN (ELGPN, 2012)³² οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας αναφέρονται στις ικανότητες των ατόμων και των ομάδων να συγκεντρώνουν, αναλύουν, συνθέτουν, και οργανώνουν με δομημένο τρόπο τις πληροφορίες για τον εαυτό, την εκπαίδευση και τα επαγγέλματα και στις δεξιότητες να λαμβάνουν και να εφαρμόζουν αποφάσεις και μεταβάσεις. Επομένως, έχουν αξία για το άτομο από την άποψη της κατασκευής και υλοποίησης ενός σχεδίου ζωής, στο οποίο η εργασία, είτε ως απασχόληση, είτε ως αυτοαπασχόληση καταλαμβάνει κεντρική θέση. Παράλληλα τονίζει ότι αν σκοπός των προγραμμάτων συμβουλευτικής σταδιοδρομίας είναι η υποστήριξη των ατόμων να διαχειριστούν την σταδιοδρομία τους, τότε οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας συνιστούν τα μαθησιακά αποτελέσματα αυτών των προγραμμάτων.

Η κατοχή δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας παρέχει στους έφηβους δομημένους τρόπους για να συλλέγουν, να αναλύουν, να συνθέτουν και να οργανώνουν τις πληροφορίες για τον εαυτό τους, την εκπαίδευση και την αγορά εργασίας, ώστε να εφαρμόζουν την αυτοαντίληψή τους στη διαχείριση της επαγγελματικής τους σταδιοδρομίας (Αργυροπούλου, 2022)³³. Οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας συμβάλλουν στη δημιουργία ενός προσωπικού κεφαλαίου στη ζωή των εφήβων, που διευκολύνει την άνθηση των ικανοτήτων τους όχι μόνο σε ενδο-προσωπικό επίπεδο αλλά και σε δια-προσωπικό, με αποτέλεσμα να αναπτύσσουν

³¹ Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Δ. (2009). *Επαγγελματική Αξιολόγηση. Τεστ και ερωτηματολόγια επαγγελματικού προσανατολισμού*. Αθήνα: Μεταίχιμο.

³² European Lifelong Guidance Policy Network (ELGPN). (2012) Life guidance policy development: A European Resource kit. University of Jyväskylä, Finland and Finnish Institute for Educational Research (FIER), Saarijärvi, Finland. (ELGPN Tools No. 1)

³³ Αργυροπούλου, Κ. (2022). *Συμβουλευτική σταδιοδρομίας. Ζητήματα μιας πολυδιάστατης διαδικασίας*. Αθήνα: Γρηγόρη.

έλεγχο και αυτονομία, να βιώνουν ψυχολογική ευημερία και να επιδιώκουν την κοινωνική τους εναρμόνιση (Αργυροπούλου, Σαμαρά, Μουράτογλου, Καραβία, Μπέλκη, 2022)³⁴.

Ως λειτουργία, η **μετάβαση** αναφέρεται στην υποστήριξη του ατόμου να διαχειριστεί τις αλλαγές, τις μεταβολές και τις διεργασίες από τις οποίες διέρχεται το άτομο καθώς βρίσκεται σε μία εκπαιδευτική ή επαγγελματική κατάσταση και προχωρεί σε μία νέα κατάσταση. Περιλαμβάνει, επίσης, την ικανότητα του ατόμου να αντιμετωπίσει τυχόν δυσκολίες ή εμπόδια που συναντά, με στόχο η μετάβαση να έχει την καλύτερη και ομαλότερη έκβαση για το άτομο. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη μετάβαση από την εκπαίδευση στην αγορά εργασίας και στην ομαλή ένταξη και προσαρμογή του ατόμου στον χώρο της εργασίας. Ειδικότερα οι μεταβάσεις διακρίνονται σε **εκπαιδευτικές** και **επαγγελματικές, εκούσιες ή ακούσιες, σχεδιασμένες ή απρογραμμάτιστες** (Ασβεστάς, 2021)³⁵. Ονομάζονται εκπαιδευτικές, όταν πρόκειται για μεταβάσεις στην εκπαίδευση, δηλαδή από μία δομή σε μία άλλη δομή εντός της ίδιας βαθμίδας (για παράδειγμα στην πρωτοβάθμια, από το νηπιαγωγείο στο δημοτικό) ή από μία βαθμίδα σε μία άλλη βαθμίδα (από το δημοτικό στο γυμνάσιο κ.ο.κ.). Οι επαγγελματικές μεταβάσεις σχετίζονται με τη μετάβαση από την εκπαίδευση στην αγορά εργασίας, αλλά και τις μεταβολές σε θέσεις εργασίας στον ίδιο οργανισμό ή γενικότερα σε αυτές που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της σταδιοδρομίας του ατόμου. Επίσης όταν οι μεταβάσεις πηγάζουν από προσωπική επιθυμία του ατόμου χαρακτηρίζονται εκούσιες, ενώ ακούσιες καλούνται αυτές που προκύπτουν από εξωτερικούς παράγοντες (για παράδειγμα λόγω μείωσης προσωπικού, οικονομικής κρίσης κ.ά.) ή από τυχόν ελλείψεις - αδυναμίες του ατόμου (Fouad & Bynner, 2008)³⁶. Ακόμη, τις διακρίνουμε και σε σχεδιασμένες ή απρογραμμάτιστες, ανάλογα με την ενεργό συμμετοχή του ίδιου του ατόμου για την συγκεκριμένη μετάβαση (για παράδειγμα, μπορεί να επιλέξει το ίδιο το άτομο να παραιτηθεί από μια θέση εργασίας και να παρακολουθήσει συγκεκριμένο πρόγραμμα κατάρτισης στο πλαίσιο του δικού του σχεδιασμού της σταδιοδρομίας του) (Ibarra, & Barbulescu, 2010)³⁷. Τέλος, η Schlossberg τις κατανέμει σε αυτές που αναμένουμε, αυτές που δεν αναμένουμε και στις μεταβάσεις που προκύπτουν όταν δεν διαμορφώνεται η έκβαση ενός αναμενόμενου γεγονότος (για παράδειγμα όταν δεν επιτύχει

³⁴ Αργυροπούλου, Κ., Σαμαρά Α., Μουράτογλου, Ν., Καραβία, Α., & Μπέλκη, Π. (2022). Δομώντας πλαίσια ικανοτήτων για έναν κόσμο που αλλάζει. Η περίπτωση του Πλαισίου Δεξιοτήτων Ζωής και Σταδιοδρομίας. *Συγκριτική και Διεθνής Εκπαιδευτική Επιθεώρηση*, 28, 108-129.

³⁵ Ασβεστάς, Α. (2021). Μετάβαση. Στο Δ. Σιδηροπούλου-Δημακάκου (επιμ.) *Σύμβουλος Σταδιοδρομίας/Επαγγελματικού Προσανατολισμού* (επίπεδο β') (σσ. 345-392). Αθήνα: ΙΝΕ-ΓΣΕΕ.

³⁶ Fouad, N., & Bynner, J. (2008). Work transitions, *American Psychologist*, 63, 241-251.

³⁷ Ibarra, H., & Barbulescu, R. (2010). Identity as narrative: Prevalence, effectiveness and consequences of narrative identity work in macro work role transitions, *Academy of Management Review*, 35, 135- 154

την είσοδό του ο υποψήφιος σε κάποιο σε Α.Ε.Ι. ή όταν ο εργαζόμενος δεν πάρει την προαγωγή που περίμενε στην εργασία του) (Anderson, Goodman, & Schlossberg, 2012)³⁸.

Η διαδικασία της μετάβασης προϋποθέτει την αλληλεπίδραση τεσσάρων παραγόντων:

- **κατάσταση** (τι πυροδότησε τη μετάβαση; σε ποια χρονική στιγμή συμβαίνει η μετάβαση; ποιες αλλαγές προκαλεί η μετάβαση; ποια η προηγούμενη εμπειρία παρόμοιας μετάβασης;)
- **εαυτός** (προσωπικά χαρακτηριστικά, δυνάμεις/πόροι, ανθεκτικότητα)
- **υποστηρικτικό δίκτυο**
- **στρατηγικές** (ενεργός δράση ή αποφυγή της μετάβασης) (Lipshits-Braziler & Gati, 2019)³⁹.

³⁸ Anderson, M., Goodman, J. & Schlossberg, N. (2012). *Counseling adults in transition: Linking Schlossberg's theory with practice in a diverse world*, 4th ed., New York: Springer Publishing Company.

³⁹ Lipshits-Braziler, Y., & Gati, I. (2019). Facilitating career transitions with coping and decision-making approaches. Στο J. G. Maree (Ed.), *Handbook of Innovative Career Counselling* (pp. 139-156). Cham, Switzerland: Springer.

3.2 Αγωγή σταδιοδρομίας

Ο όρος **αγωγή σταδιοδρομίας** αναφέρεται κυρίως στα προγράμματα επαγγελματικού προσανατολισμού που εφαρμόζονται σε ομάδες εκπαιδευόμενων (π.χ. μαθητές/ήτριες β/θμιας εκπαίδευσης) (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, 2008)⁴⁰, με στόχο την αξιοποίηση των πέντε βασικών λειτουργιών της Συ.Ε.Π.. Σημαντική είναι η συμβολή της αγωγής σταδιοδρομίας στη διαμόρφωση της επαγγελματικής ταυτότητας του ατόμου. Η επαγγελματική ταυτότητα συνδέεται με την έννοια της ταυτότητας του εγώ (Erikson, 1968)⁴¹ και επιτυγχάνεται μέσα από παρόμοιες γνωστικές διαδικασίες με την ταυτότητα του εγώ (δηλαδή εξερεύνηση, παρατήρηση, αναστοχασμό και δέσμευση). Η **επαγγελματική ταυτότητα** σχετίζεται με τη γνώση που έχει το άτομο για τα ενδιαφέροντά του, τα ταλέντα του και τους στόχους του (Holland, Gottfredson & Power, 1980 στο Δρόσος, 2021)⁴². Η διαμόρφωση της επαγγελματικής ταυτότητας ενδυναμώνει με σταθερότητα τους μελλοντικούς στόχους σταδιοδρομίας του ατόμου και θέτει τις βάσεις για τη μελλοντική εξέλιξη της σταδιοδρομίας του. Η επίτευξη της διαμόρφωσης της επαγγελματικής ταυτότητας στους εφήβους σχετίζεται με την προαγωγή και την εδραίωση των επαγγελματικών τους φιλοδοξιών που βασίζονται στην πραγματικότητα, τον προσανατολισμό τους σε συγκεκριμένες επαγγελματικές επιλογές, τη διαμόρφωση εργασιακών στάσεων που οδηγούν στην επιτυχία, καθώς και με δείκτες που σχετίζονται με την ψυχική τους υγεία, όπως είναι η υψηλή αυτοεκτίμηση και η ψυχολογική προσαρμογή (Παυλόπουλος, Μπεζεβέγκης & Γεωργαντή, 2012)⁴³.

Η επαγγελματική ταυτότητα επηρεάζεται από τις παρατηρήσεις του ίδιου του ατόμου για τις ικανότητές του, τα ενδιαφέροντά του και τις επαγγελματικές του αξίες, με αποτέλεσμα να συνδέεται με την **αυτοαποτελεσματικότητά** του, δηλαδή με τις κρίσεις που κάνει το άτομο για την ικανότητά του να οργανώσει και να εκτελέσει το απαιτούμενο σχέδιο δράσεων που θα αποδειχτεί αποτελεσματικό σε μία συγκεκριμένη κατάσταση (Δρόσος, ό.π.), όπως είναι και η επιλογή ή η διαχείριση της σταδιοδρομίας.

Καθώς ένα άτομο αλληλεπιδρά και επικοινωνεί, διαμορφώνει τον εαυτό του σε σαφείς **δομές ταυτότητας** (ο τρόπος που ένα άτομο βλέπει τον εαυτό του και τους άλλους σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο, καθώς και ο τρόπος με τον οποίο συσχετίζεται με τους άλλους και τα

⁴⁰ Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Δ. (2008). *Συμβουλευτική και Προσανατολισμός*. Αθήνα: Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Ανώτατη Σχολή Παιδαγωγικής και Τεχνολογικής Εκπαίδευσης.

⁴¹ Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: W. W. Norton.

⁴² Δρόσος, Ν. (2021). Αυτογνωσία - Αυτοαντίληψη - Αυτοεκτίμηση και επιλογή επαγγέλματος. Στο Δ. Σιδηροπούλου-Δημακάκου (επιμ.) *Σύμβουλος Σταδιοδρομίας/Επαγγελματικού Προσανατολισμού (επίπεδο β')*(σ.σ. 279-305). Αθήνα: ΙΝΕ-ΓΣΕΕ.

⁴³ Παυλόπουλος, Β., Μπεζεβέγκης, Η.Γ., & Γεωργαντή, Κ. (2012). Εθνοτική ταυτότητα και ψυχολογική προσαρμογή εφήβων μεταναστών. Στο Α. Παπαστυλιανού (επιμ.), *Διαπολιτισμικές διαδρομές: Παλινόστηση και ψυχοκοινωνική προσαρμογή* (σσ. 91-124). Αθήνα: Gutenberg.

αντικείμενα σε αυτό το πλαίσιο). Επιπλέον, αναγνωρίζει ρόλους (π.χ. μαθητής) και τις σχέσεις αυτών των ρόλων, ενώ στη συνέχεια σκέφτεται πώς κάποιες από αυτές τις δομές ή κάποιιοι από αυτούς τους ρόλους μπορεί να μπουν στο επίκεντρο της ζωής του ή να παραμείνουν περιφερειακοί (Guichard, 2009)⁴⁴. Η αλληλεπίδραση, λοιπόν, του ατόμου με διαφορετικά πλαίσια αναπτύσσει διαφορετικές εμπειρίες που ενισχύουν την ανάπτυξη διαφορετικών εικόνων του εαυτού και την ανάληψη ρόλων που είναι διαφορετικοί από το ένα πλαίσιο στο άλλο. Επομένως, οι άνθρωποι θεωρούνται ότι έχουν πολλαπλούς εαυτούς, με αποτέλεσμα η επαγγελματική ταυτότητα ενός ατόμου να αποτελείται από ένα δυναμικό σύστημα υποκειμενικών μορφών ταυτότητας (Guichard, 2013)⁴⁵.

Για να μπορέσει το άτομο να ανταποκριθεί στις σημερινές προκλήσεις της αγοράς εργασίας καλείται να έχει αναπτύξει **δεξιότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας**, δηλαδή δεξιότητες που βοηθούν το άτομο και τις ομάδες να συλλέξουν, να αναλύσουν, να συνθέσουν και να οργανώσουν τις πληροφορίες για τον εαυτό, την εκπαίδευση και τα επαγγέλματα, καθώς και το είδος των δεξιοτήτων που απαιτούνται για να πάρει/ουν αποφάσεις και να υλοποιήσουν τις μεταβάσεις τους (Sultana, 2012)⁴⁶. Αυτές οι δεξιότητες συνδέονται και με σημαντικές μεταδεξιότητες που απαιτούνται σήμερα, όπως είναι η τυχειότητα (Μουράτογλου, 2020)⁴⁷, η επαγγελματική προσαρμοστικότητα, η επαγγελματική ανθεκτικότητα, η κοινωνική ευαισθητοποίηση, η αυτοαποτελεσματικότητα στο σχεδιασμό της σταδιοδρομίας, καθώς και σχετικές δεξιότητες για την αναζήτηση της εργασίας, αλλά και την κοινωνική δικτύωση (Αργυροπούλου & Αντωνίου, 2020)⁴⁸. Επομένως, οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας αποτελούν σημαντικά «εφόδια» στην προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη του ατόμου, καθώς συμβάλλουν στην ενίσχυση πολλών πτυχών του εαυτού και στη δημιουργία ψυχολογικών πόρων για τη διατήρηση της προσωπικής και κοινωνικής ευημερίας εν μέσω μεταβαλλόμενων κοινωνικών και οικονομικών συνθηκών και δομών (Di Fabio & Kenny,

⁴⁴ Guichard, J. (2009). Self-constructing. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 251–258.

⁴⁵ Guichard, J. (2013). Career guidance, education, and dialogues for a fair and Sustainable human development, in *Proceedings of the Inaugural Conference of the UNESCO Chair of Lifelong Guidance and Counselling*. Poland: University of Wroclaw.

⁴⁶ Sultana, R. (2012). Learning career management skills in Europe: A critical review, *Journal of Education and Work*, 25 (2), pp. 225-248.

⁴⁷ Μουράτογλου, Ν. (2020). Η θεωρία μάθησης της «Τυχειότητας» στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας: προτάσεις ποιοτικής και ποσοτικής προσέγγισης. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α.-Σ. Αντωνίου (Επιμ.), *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα* (σσ. 68-84). Αθήνα: Γρηγόρη.

⁴⁸ Αργυροπούλου, Κ. & Αντωνίου, Α.-Σ. (2020). *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα*. Αθήνα: Γρηγόρης.

2016)⁴⁹. Στο πλαίσιο αυτό, ο Εθνικός Οργανισμός Πιστοποίησης Προσόντων και Επαγγελματικού Προσανατολισμού, από κοινού με το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, ανέπτυξαν το **Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Ζωής και Σταδιοδρομίας** (ΕΟΠΠΕΠ, 2021)⁵⁰, το οποίο αποτελεί ένα εργαλείο ανάπτυξης προενεργητικών και προσαρμοστικών συμπεριφορών στον σχεδιασμό, τη διερεύνηση και τη διαχείριση της σταδιοδρομίας, ενώ περιλαμβάνει πέντε δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας: συναισθηματική νοημοσύνη, αναζήτηση και ανάλυση ευκαιριών εκπαίδευσης ή/και εργασίας, επικοινωνία (διαπροσωπική επικοινωνία και επαγγελματικές σχέσεις), μεταγνωστικές ικανότητες (μαθαίνω πως να μαθαίνω) και σχεδιασμό σταδιοδρομίας και λήψη απόφασης. Η επιλογή των συγκεκριμένων δεξιοτήτων έγκειται αφενός στον καταλυτικό ρόλο που διαδραματίζουν στη διαμόρφωση των μελλοντικών σχεδίων ζωής και σταδιοδρομίας των ανθρώπων, αφετέρου στη πολυσύνθετη φύση τους.

Όλα τα παραπάνω συνθέτουν τη **δόμηση της σταδιοδρομίας**, η οποία καθίσταται πλέον, ένα σημαντικό αναπτυξιακό έργο, ένα ζήτημα σχεδιασμού ζωής (Savickas et al, 2009)⁵¹ για τους εφήβους, το οποίο μετατρέπεται σε μια ευρύτερη πρόκληση προσδιορίζοντας αυτό που κάνει τη ζωή τους πραγματικά αξιόλογη. Η δόμηση της σταδιοδρομίας χαρακτηρίζεται από την ενεργό και δυναμική δράση του ατόμου να προβαίνει σε ποικίλες επιλογές που αφορούν τον τρόπο ζωής που επιθυμεί να ακολουθήσει και τους διάφορους ρόλους που επιλέγει να συμμετέχει, ενώ αναδεικνύει τη **νοηματοδότηση των εμπειριών** και τη **συνολικότερη αντίληψη** που έχει το άτομο για τον εαυτό του, τα βιώματα και τις επαγγελματικές του επιδιώξεις, καθώς συσχετίζεται με τις επιθυμίες και τις ανάγκες του για αυτοπραγμάτωση (Τερζάκη, 2019)⁵².

Συμπερασματικά, καθώς η εργασία αποτελεί ένα από τα σπουδαιότερα θέματα της ζωής του ατόμου που σχετίζεται και με την ποιότητα της ζωής του, η στήριξη των μαθητών/τριών σχετικά με τις κύριες λειτουργίες της Σ.Ε.Π. θεωρείται καίριας σημασίας, ώστε να προετοιμάσει κατάλληλα το άτομο με στόχο να αντιμετωπίσει ενεργά, ευέλικτα και

⁴⁹ Di Fabio A., & Kenny, M. E. (2016). From Decent Work to Decent Lives: Positive Self and Relational Management (PS&RM) in the Twenty-First Century. *Frontiers in Psychology*, 7:361

⁵⁰ ΕΟΠΠΕΠ (2021). *Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας (Life/Career Competences Framework)*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ.

⁵¹ Savickas, M.L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J.P., Duarte, M.E., Guichard, J., . . . van Vianen, A.E.M. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 239-250.

⁵² Τερζάκη, Μ. (2019). Αξιοποιώντας δραστηριότητες της σχολικής ζωής για τον επαγγελματικό προσανατολισμό των εφήβων: ανάγκες και προσδοκίες εφήβων στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.). *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων* (σσ. 13–39). Αθήνα: Γρηγόρης.

αποτελεσματικά τα σημαντικά θέματα που θα κληθεί να διαχειριστεί δια βίου σχετικά με τη σταδιοδρομία του. Για να ανταποκριθεί σε αυτή την πρόκληση η συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία χρειάζεται να εκτυλίσσεται σε ένα πλαίσιο παροχής καθοδήγησης όπου οι λειτουργίες της Συ.Ε.Π., που συναποτελούν και καθορίζουν την αγωγή σταδιοδρομίας και τις επαγγελματικές διαδρομές των μαθητών/τριών, να τους επιτρέπουν ώστε να διαμορφώνουν μια διαφορετική προοπτική, μέσα από την οποία οραματίζονται τη δράση τους και «χτίζουν» το επόμενο κεφάλαιο της προσωπικής και επαγγελματικής τους ιστορίας.

Η αγωγή σταδιοδρομίας ως λειτουργία του σχολείου μπορεί να υλοποιηθεί με διάφορους τρόπους. Ο Sultana (2018)⁵³ διακρίνει 4 μεθόδους:

1. **Αγωγή Σταδιοδρομίας μέσα από όλα τα μαθήματα του ωρολογίου προγράμματος (across the curriculum).** Τα διάφορα μαθήματα του ωρολογίου προγράμματος παρέχουν πολλές ευκαιρίες να διδαχθεί η αγωγή σταδιοδρομίας και οι έννοιες της επαγγελματικής ανάπτυξης και επαγγελματικής ταυτότητας, π.χ. το μάθημα της κοινωνικής αγωγής μπορεί να εισάγει τους μαθητές στην έννοια και τον σκοπό της εργασίας και επομένως του έγκαιρου επαγγελματικού προσανατολισμού. Το πλεονέκτημα αυτής της μεθόδου είναι η παροχή στοιχείων ΣΕΠ μέσα από όλα τα μαθήματα. Παράλληλα, όμως, έχει το μειονέκτημα ότι δεν αποτελεί συγκροτημένο ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας, εκτός αν συνδυαστεί με ένα τέτοιο πρόγραμμα και υπάρχει συστηματικός συντονισμός των εκπαιδευτικών των διαφορετικών μαθημάτων μεταξύ τους. Επίσης σε ένα αυστηρό και πυκνό ωρολόγιο πρόγραμμα υπάρχει ο κίνδυνος η αγωγή σταδιοδρομίας να «περιοριστεί» ή και να «χαθεί» λόγω της ανάγκης κάλυψης της τυπικής ύλης κάθε μαθήματος. Ο Sultana προτείνει μια άσκηση χαρτογράφησης που μπορεί να γίνει μεταξύ όλων των εκπαιδευτικών ενός σχολείου υπό τον συντονισμό μιας ομάδας ΣυΕΠ, ώστε κάθε εκπαιδευτικός να δηλώσει στοιχεία αγωγής σταδιοδρομίας που υπάρχουν και διδάσκονται στο μάθημά του, π.χ. αν εξηγήει ή όχι στους μαθητές ποια επαγγέλματα απαιτούν τις γνώσεις αυτού του μαθήματος. Μια άλλη ιδέα είναι η τήρηση από τον μαθητή ενός «Πορτφόλιο Αγωγής Σταδιοδρομίας», στο οποίο ο μαθητής καταγράφει τι στοιχεία ΣυΕΠ προσέλαβε από κάθε μάθημα του σχολείου, κάτι σαν ημερολόγιο σταδιοδρομίας του σχολείου του.

⁵³ Sultana R. (2018). *Enhancing the quality of career guidance in secondary schools. A Handbook*. Siena: Pluriversum

2. **Αγωγή Σταδιοδρομίας εκτός ωρολογίου προγράμματος (career learning outside the curriculum / extra-curricular).** Η μέθοδος αυτή αφορά δράσεις που δεν είναι τυπικά ενταγμένες στο ωρολόγιο πρόγραμμα, όπως π.χ. οι επισκέψεις σε χώρους εργασίας, η διοργάνωση ημερών σταδιοδρομίας κλπ. Η μέθοδος αυτή παρέχει εξαιρετικές ευκαιρίες διδασκαλίας στοιχείων αγωγής σταδιοδρομίας, αλλά το γεγονός ότι δεν εντάσσεται στο ωρολόγιο πρόγραμμα μπορεί να την καταστήσει δευτερεύουσας σημασίας, δηλαδή μια περιφερειακή δράση που δεν λαμβάνει την δέουσα προσοχή και σημασία από την εκπαιδευτική κοινότητα και υλοποιείται σε ακανόνιστα χρονικά διαστήματα και φάσεις της ζωής του μαθητή. Ως κύρια δράση του ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος που εντάσσεται σε αυτή την κατηγορία αναφέρουμε τα προγράμματα σχολικών δραστηριοτήτων και δη τα προγράμματα αγωγής σταδιοδρομίας.
3. **Αγωγή Σταδιοδρομίας μέσα στο ωρολόγιο πρόγραμμα (career learning in the curriculum).** Η μέθοδος αυτή περιλαμβάνει την παροχή αγωγής σταδιοδρομίας στο πλαίσιο ενός ξεχωριστού μαθήματος ΣΕΠ, είτε υποχρεωτικού είτε προαιρετικού. Στην παρούσα φάση στο ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα το μάθημα ΣΕΠ υλοποιείται μόνο στην Α ΕΠΑΛ. Ωστόσο, στοιχεία αγωγής σταδιοδρομίας παρέχονται στο μάθημα «Εργαστήρια Δεξιοτήτων».
4. **Μικτή Αγωγή Σταδιοδρομίας.** Η μέθοδος αυτή συνδυάζει όλες τις προηγούμενες μεθόδους, δηλαδή μπορεί να περιλαμβάνει την παροχή ΣΕΠ μέσα από όλα τα μαθήματα μέχρι μια συγκεκριμένη σχολική τάξη και μετά να υπάρχει χωριστό υποχρεωτικό μάθημα ΣΕΠ που μπορεί να συνδυάζεται με ένα δεύτερο μη υποχρεωτικό μάθημα αγωγής σταδιοδρομίας ή/και να υποστηρίζεται από εξωσχολικές δραστηριότητες (προγράμματα επιχειρηματικότητας, ημέρες σταδιοδρομίας κλπ). Η μέθοδος αυτή, αν συνδυαστεί με την ενσωμάτωση της αγωγής σταδιοδρομίας σε όλο το σχολικό έτος, και με την συνδρομή όλων των εμπλεκομένων (γονέων, αποφοίτων, εργοδοτών κλπ), παράγει, σύμφωνα με τον Sultana, τα καλύτερα αποτελέσματα.

3.3 Ανάγκες ομάδων στόχου

Προκειμένου το πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας να είναι εύστοχο και να ανταποκρίνεται στις πραγματικές ανάγκες των ωφελούμενων μαθητών και μαθητριών, κρίθηκε σκόπιμη η διερεύνηση των αναγκών τους μέσω της συλλογής ποιοτικών δεδομένων που συλλέχθηκαν μέσω της διεξαγωγής δια ζώσης και διαδικτυακών συνεντεύξεων, ομάδων εστίασης και ερωτηματολογίων που περιείχαν ανοικτές ερωτήσεις, με περιορισμένο αριθμό συμμετεχόντων. Η συλλογή των δεδομένων ενέπλεξε μαθητές και μαθήτριες, εκπαιδευτικούς, συμβούλους επαγγελματικού προσανατολισμού και γονείς και πραγματοποιήθηκε τον Μάρτιο του 2023 από μέλη της συγγραφικής ομάδας, βάσει των ερωτήσεων που παρατίθενται στο παράρτημα. Έμφαση δόθηκε στη συμπερίληψη μαθητών/τριών που παρουσιάζουν στοιχεία ευαλωτότητας, εκπαιδευτικών και συμβούλων που υποστηρίζουν αυτούς τους μαθητές και τις μαθήτριες, καθώς και των γονέων τους.

Αναφορικά με την **πρωτοβάθμια εκπαίδευση**, και ξεκινώντας από τους μαθητές και τις μαθήτριες ΣΤ' τάξης δημοτικού, εντύπωση προκαλεί το γεγονός ότι όχι μόνο δεν είχαν ακούσει ποτέ τον όρο «αγωγή σταδιοδρομίας», αλλά και όταν πληροφορήθηκαν για το τι σημαίνει είπαν ότι δεν έχουν ασχοληθεί ποτέ με κάτι σχετικό στο σχολείο. Κατόπιν σχετικών διευκρινίσεων, συζητήθηκαν αρχικά οι θεματικές που ενδιαφέρουν τους μαθητές και τις μαθήτριες σε αυτήν την εκπαιδευτική βαθμίδα. Από την ανάλυση των δεδομένων **αναδείχθηκαν οι ακόλουθες θεματικές:**

- υπολογιστές,
- θέατρο και παιχνίδι ρόλων,
- χορός,
- μουσική,
- πειράματα,
- ενασχόληση με τη φύση (π.χ. φροντίδα του κήπου του σχολείου) και
- φροντίδα περιβάλλοντος (π.χ. πρόγραμμα καθαριότητας μίας παραλίας).

Παρατηρούμε, λοιπόν, ότι το ενδιαφέρον τους επικεντρώνεται κυρίως σε θέματα τεχνολογίας, τεχνών, επιστημών και περιβάλλοντος, προτάσσοντας μάλιστα θεματικές που φέρουν είτε μία κοινωνική διάσταση μέσω της συνεργασίας μεταξύ τους, είτε έναν κοινωνικό αντίκτυπο στην ευρύτερη κοινωνία. Σε σχέση με τις **δεξιότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας** τους σε μαθησιακό επίπεδο, θεωρούν πολύ σημαντικούς τους τρόπους αντιμετώπισης των στρεσογόνων καταστάσεων, την υπομονή και την επιμονή, ενώ αναφορικά με τις

διαπροσωπικές τους σχέσεις συμπεριέλαβαν το χιούμορ, τη διαπραγμάτευση, τις δεξιότητες επικοινωνίας και την επιλογή της κατάλληλης επικοινωνιακής μεθόδου κατ' αντιστοιχία της προσωπικότητας του συνομιλητή, αναφέροντας παραδείγματα που σχετίζονται με την ενσυναίσθηση και τη συναισθηματική νοημοσύνη ευρύτερα. Ως προς τις **δεξιότητες που θα τους βοηθήσουν κατά τη μετάβασή τους στο Γυμνάσιο**, οι μαθητές και μαθήτριες ανέφεραν την αισιοδοξία, το χιούμορ, τη συνεργασία, την ευγένεια, ενώ παράλληλα εστίασαν στον κομβικό παράγοντα της φιλίας ως ένα υποστηρικτικό σύστημα βοήθειας. Τέλος, θεωρούν ότι **ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας μπορεί να αποκτήσει ενδιαφέρον** εφόσον αυτό τους εμπλέκει ενεργά, περιλαμβάνει βιωματικές δραστηριότητες αλλά και χειρωνακτικές δραστηριότητες που τους επιτρέπουν να δημιουργήσουν απτά αντικείμενα/προϊόντα, με τη χρήση βίντεο και την αξιοποίηση διαφορετικών χώρων πέραν της σχολικής τάξης και της σχολικής μονάδας.

Οι **γονείς των μαθητών/τριών δημοτικού**, θεωρούν σημαντικό για τα παιδιά τους, μέσα από ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας, να έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν και να «ακούσουν» τον εαυτό τους και ως εκ τούτου να είναι σε θέση να αναπτύξουν την αυτογνωσία τους, ενώ μέσα από το θεατρικό παιχνίδι και άλλες βιωματικές δραστηριότητες να αποκτήσουν αποτελεσματικότητα στην επικοινωνία, να καλλιεργήσουν την ευγένεια, την αποδοτική συνεργασία και την πειθαρχία. Αναφορικά με τις **ικανότητες που θεωρούν απαραίτητες για την προσωπική και επαγγελματική ευημερία των παιδιών τους**, οι γονείς ανέφεραν τη ψυχική ανθεκτικότητα, την αισιοδοξία, την κριτική σκέψη, την ευελιξία, την προσαρμοστικότητα καθώς και τις ανεπτυγμένες δεξιότητες επικοινωνίας, τονίζοντας τη σημασία που έχουν οι ήπιες δεξιότητες σε όλα τα πλαίσια δραστηριοποίησης *«Οι ήπιες δεξιότητες είναι η βάση για όλα τα άλλα, χωρίς αυτές δε λειτουργεί τίποτε»*. Παράλληλα, η ενημέρωση και η εξάσκηση σε τεχνικές διαχείρισης χρόνου και στρες αναφέρθηκαν ως καίριας σημασίας για την επιτυχή και ομαλή μετάβαση των μαθητών στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Σε σχέση με τις **θεματικές που θα ανέμεναν να συμπεριληφθούν** σε ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας, σε συμφωνία με τους μαθητές και τις μαθήτριες, αναφέρθηκαν στα αθλήματα, τις τέχνες και τη μουσική σε ευρεία γκάμα, ώστε να έρθουν σε επαφή με εκείνα τα είδη που πιθανόν να μη γνωρίζουν μέχρι τώρα. Παράλληλα, σύμφωνα με τις απόψεις των γονέων, ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας θα πρέπει να περιλαμβάνει εμπειρίες από τον πραγματικό κόσμο και ενδεικτικά, εστίασαν στην ανάγκη επαφής των παιδιών με την επιχειρηματικότητα και τους επιμέρους κλάδους της μέσω επισκέψεων σε εταιρείες, τη συζήτηση με εργαζόμενους τόσο για το αντικείμενο όσο και τις συνθήκες εργασίας τους, αλλά και τη συμπερίληψη τεχνικών επαγγελμάτων τα οποία δεν είναι τόσο δημοφιλή. Προκειμένου ένα πρόγραμμα

αγωγής σταδιοδρομίας να είναι σχετικό με τα ενδιαφέροντα των παιδιών και αποτελεσματικό, οι γονείς προτείνουν την οργάνωση δομημένων εργαστηρίων όπου θα δημιουργούν απτά αποτελέσματα/προϊόντα, όπως μία εφημερίδα/ιστοσελίδα, έναν ραδιοφωνικό σταθμό, έναν λαχανόκηπο για καλλιέργεια και φροντίδα φυτών, μέσω των οποίων οι μαθητές/τριες θα είναι σε θέση να αναπτύξουν τις δεξιότητες τους με πρακτικό τρόπο. Τέλος, οι γονείς σημείωσαν πως είναι ιδιαίτερα σημαντική η ενθάρρυνση, ο ζωντανός, βιωματικός και παιγνιώδης τρόπος προσέγγισης των παιδιών, ώστε να παρακινηθούν και να εμπλακούν ενεργά στη μαθησιακή διαδικασία και να αναπτύξουν την προσωπικότητα και τις δεξιότητές τους με δημιουργικότητα και φαντασία.

Στη **δευτεροβάθμια εκπαίδευση**, υλοποιήθηκε ομάδα εστίασης με τη συμμετοχή μαθητών/τριών Α' και Β' τάξης Γενικού Λυκείου. Οι μαθητές/τριες ανέφεραν πως **οι μεγαλύτερες δυσκολίες που αντιμετωπίζουν** για τη διαχείριση των προκλήσεων της καθημερινότητάς τους περιλαμβάνουν τη διαχείριση χρόνου και τη διαχείριση στρες, την έλλειψη αυτοπεποίθησης και την έλλειψη ανθεκτικότητας και διεκδικητικότητας. Όταν ερωτήθηκαν τι είναι αυτό το οποίο τους έχει βοηθήσει έως τώρα να αντιμετωπίζουν επιτυχώς αυτές τις δυσκολίες, οι μαθητές και μαθήτριες ανέφεραν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες, την καλή σχολική βαθμολογία και τις προηγούμενες εμπειρίες τους, θετικές και αρνητικές, καθώς ακόμη και από τις αρνητικές ήταν σε θέση να αποκομίσουν κάτι. Δεδομένου αυτού, όλοι συμφώνησαν ότι είναι σημαντικό να βοηθηθούν οι μαθητές και μαθήτριες στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση ως προς την ανάπτυξη των δεξιοτήτων αυτών. Σε σχέση με τον **επαγγελματικό προσανατολισμό και τα προγράμματα αγωγής σταδιοδρομίας**, όλοι οι μαθητές και μαθήτριες ανέφεραν τη μεγάλη σημασία της διαδραστικότητας και της υποβοήθησης τους στη λήψη εκπαιδευτικών και επαγγελματικών αποφάσεων, ενώ έδωσαν μεγάλη έμφαση στη σημασία της πληροφόρησης. Ακόμη, επεσήμαναν την ανάγκη συμπερίληψης θεματικών βάσει των ενδιαφερόντων τους, την ενεργό εμπλοκή τους και όχι την παθητική ακρόαση και τέλος την εστίαση στην υποστήριξη επιλογής σπουδών και επαγγέλματος.

Οι γονείς μαθητών/τριών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης αναφέρθηκαν έντονα στο γεγονός ότι τα παιδιά δεν κατανοούν τι ακριβώς είναι ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας και το τι περιλαμβάνει, ενώ η ανάγκη καθοδήγησης σε σχέση με τις σχολές και τα επαγγέλματα αναδεικνύεται πειστικά όταν βρεθούν στο λύκειο και είναι αντιμέτωπα με άμεσες επιλογές. Σύμφωνα με όσα υποστήριξαν οι γονείς, **ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας οφείλει να αναπτύσσει** πάνω απ' όλα την αυτογνωσία, ενώ θα πρέπει να καλλιεργεί επίσης δεξιότητες, όπως η ευελιξία και η προσαρμοστικότητα, η αναζήτηση και η διαχείριση της πληροφορίας, η

συναισθηματική νοημοσύνη και ιδιαίτερα η ενσυναίσθηση και οι επικοινωνιακές δεξιότητες, με ιδιαίτερη αναφορά στη συνεργασία. Οι γονείς επίσης αναφέρθηκαν στην ανάγκη σύνδεσης των προγραμμάτων αγωγής σταδιοδρομίας με τον πραγματικό κόσμο, με επισκέψεις σε επαγγελματικούς χώρους και παρουσιάσεις από επαγγελματίες, αλλά και με την καλλιέργεια της σκέψης και της κριτικής ικανότητας των μαθητών, ώστε να μάθουν να σκέφτονται «έξω από το κουτί». Επιπλέον, επεσήμαναν την ανάγκη τα προγράμματα αυτά να είναι ελκυστικά για τα παιδιά με τη χρήση μεθόδων, όπως είναι η εμπειρική μάθηση, το job shadowing, η συνεργατική διδασκαλία και τα παιχνίδια ρόλων και η χρήση σύγχρονης υλικοτεχνικής υποδομής και ψηφιακών εργαλείων.

Τέλος, η επικοινωνία με συμβούλους επαγγελματικού προσανατολισμού που εργάζονται με παιδιά από ευάλωτες ομάδες ανέδειξε μία σειρά αναγκών που σχετίζονται τόσο με τις γενικότερες ανάγκες της συμβουλευτικής νέων, όσο και με ειδικότερα ζητήματα που προκύπτουν από την ευαλωτότητα. Πιο συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες **εστίασαν στην ανάγκη ανάπτυξης δεξιοτήτων**, όπως η ευελιξία και η προσαρμοστικότητα, καθώς επίσης και στη συνεργατικότητα και την επίλυση συγκρούσεων. Ακόμη, τόνισαν τη σημασία της ανοικτότητας και της κατανόησης των πολιτισμικών διαφορών, την οποία ανέφεραν ως «διαπολιτισμική ενσυναίσθηση», ενώ αναφέρθηκαν και σε επιπρόσθετες δεξιότητες όπως η ικανότητα να αναγνωρίζουν τις ευκαιρίες, η έγκυρη πληροφόρηση και η αυτοαποτελεσματικότητα. Ερωτώμενοι σχετικά με το **πώς μπορεί να διασφαλιστεί ότι η αγωγή σταδιοδρομίας που παρέχουν είναι συμπεριληπτική και προσβάσιμη** για όλους τους μαθητές και τις μαθήτριες, ανεξάρτητα από το υπόβαθρό τους, δήλωσαν ότι *«χρειάζεται να υπάρχει αναγνώριση και σεβασμός στη διαφορετικότητα»*, *«Η γλώσσα να είναι απλή και συμπεριληπτική»*, *«Οι πηγές, τα εργαλεία και οι μέθοδοι να ποικίλουν ανάλογα με τις δυνατότητες και την προσβασιμότητα των κοινωνικών ομάδων και να υπάρχει συνεργασία με επαγγελματίες που γνωρίζουν καλύτερα κάποιες κοινωνικές ομάδες»* και *«ποιοτικός προσωπικός χρόνος με τους ωφελούμενος για την καλύτερη κατανόηση των αναγκών τους»*.

Ως **μεγαλύτερα εμπόδια** ανέφεραν την έλλειψη γλωσσικών δεξιοτήτων και ερωτηματολογίων που να λαμβάνουν υπόψη τους το διαφορετικό πολιτισμικό υπόβαθρο ή/και άλλες μορφές ευαλωτότητας, καθώς και τη μη επαρκή συνεργασία με ψυχοκοινωνικούς φορείς, κάτι που κρίνεται απαραίτητο για την ενδυνάμωση και την επαρκή υποστήριξη των ευάλωτων ομάδων στη συμβουλευτική. Ως προς **τα ζητήματα που αναδείχθηκαν** στη συζήτηση, οι σύμβουλοι δεν απέχουν από τα ζητήματα που ήδη αναφέρθηκαν. Ειδικότερα, επεσήμαναν την ανάγκη για ανάπτυξη της αυτογνωσίας, την πληροφόρηση για τις σχολές και τα επαγγέλματα, ενώ η έλλειψη επαρκούς κατανόησης για το τι προσφέρει ένα τέτοιο πρόγραμμα και η έλλειψη

χρόνου και πόρων σημειώθηκαν ως σημαντικά προβλήματα. Για την αντιμετώπισή τους προτάθηκε η χρήση οπτικοακουστικών μέσων, η επαφή με τον κόσμο της εργασίας με επισκέψεις και job shadowing, καθώς και η ευρεία χρήση προγραμμάτων mentoring και coaching.

4. Παιδαγωγική μεθοδολογία εφαρμογής του προγράμματος

Σημαντικό ρόλο στην αγωγή σταδιοδρομίας των μαθητών/τριών διαδραματίζουν όλα τα σχολικά μαθήματα, καθώς μπορεί να προσφέρουν ένα εύρος πληροφοριών στους εκπαιδευόμενους για την επαγγελματική τους πορεία. Μέσα από τα διάφορα σχολικά μαθήματα, οι μαθητές/τριες αποκτούν πληροφορίες για τα αντικείμενα με τα οποία ασχολείται κάθε επιστήμη, στοιχείο σημαντικό για τον επαγγελματικό τους προσανατολισμό. Υπό το πρίσμα αυτό, η **διαθεματική διδασκαλία** μπορεί να συνδέσει ευρηματικές και εργαστηριακές μορφές μάθησης με ζητήματα διερεύνησης και σχεδιασμού σταδιοδρομίας, καθώς δίνει τη δυνατότητα σε όλους τους μαθητές να μαθαίνουν συμμετέχοντας και ερευνώντας (Ματσαγγούρας, 2002)⁵⁴.

Παρόμοιους στόχους επιδιώκουν τα σύγχρονα **Αναλυτικά Προγράμματα Σπουδών** (Α.Π.Σ.), τα οποία αποσκοπούν στην ενεργό συμμετοχή των μαθητών σε διαδικασίες μάθησης, τη διερεύνηση πληροφοριών, τη λήψη αποφάσεων, την ανάπτυξη πρωτοβουλιών και κριτικής σκέψης (Χαροκοπάκη, 2017)⁵⁵. Επιπλέον, τα **νέα Προγράμματα Σπουδών** με ζητούμενο την πραγμάτωση του αποτελεσματικού, καινοτόμου, δημιουργικού και αειφόρου σχολείου επιδιώκουν:

- την εξέταση διαφόρων θεμάτων από πολλαπλές οπτικές γωνίες και την καλλιέργεια πολυεπίπεδων δεξιοτήτων, στάσεων και αξιών (ικανοτήτων – competences),
- την απόκτηση δεξιοτήτων αναστοχαζόμενων ανθρώπων που μαθαίνουν πώς να μαθαίνουν, πώς να ερευνούν και πώς να γίνονται δημιουργικοί και αποτελεσματικοί,
- τη συμμετοχή σε δρώμενα και πρακτικές για την ενεργοποίηση των μαθητών/τριών ώστε να αντιμετωπίσουν τις σύγχρονες προκλήσεις,
- τη σύνδεση των γνωστικών αντικειμένων με την ευρύτερη ζωή των μαθητών/τριών, την τοπική και την ευρύτερη κοινότητα.

Παράδειγμα, αποτελεί το μάθημα των **ερευνητικών δημιουργικών δραστηριοτήτων**, το οποίο πλέον έχει **αντικατασταθεί από το εργαστήριο δεξιοτήτων**. Οι μαθητές στο πλαίσιο αυτό καλούνται να εργαστούν ομαδικά (λειτουργικά τμήματα κοινού ενδιαφέροντος σε ζώνη ερευνητικών εργασιών) σε θέμα που επιλέγουν από τα προτεινόμενα οι εκπαιδευτικοί που αναλαμβάνουν τη διδασκαλία του μαθήματος, κατά τη διάρκεια ενός ή/και δύο τετραμήνων, και να ανακοινώσουν στη σχολική κοινότητα τα αποτελέσματα της έρευνας-εργασίας τους

⁵⁴ Ματσαγγούρας, Η. (2002). *Η Διαθεματικότητα στη Σχολική Γνώση*. Αθήνα: Γρηγόρη.

⁵⁵ Χαροκοπάκη, Α. (2017). Οργανωτικές προσεγγίσεις με την οπτική του Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού για την ανάπτυξη της δημιουργικότητας στο σύγχρονο σχολείο. *Πρακτικά: Έρευνα, Επιθεώρηση Εκπαιδευτικών – Επιστημονικών Θεμάτων (ειδικό τεύχος)*, 13, 191-202.

(Χαροκοπάκη, 2015)⁵⁶. Οι εκπαιδευτικοί που ενδιαφέρονται να υποστηρίξουν τους μαθητές στη λήψη εκπαιδευτικών ή/και επαγγελματικών αποφάσεων, την επαγγελματική διερεύνηση και τον σχεδιασμό σταδιοδρομίας μπορούν να διαμορφώσουν και να προτείνουν σχέδια ερευνητικών δραστηριοτήτων με θέματα από την οικονομική ζωή και τη δραστηριότητα της τοπικής κοινωνίας, την αξιοποίηση της τεχνολογίας και τις επιπτώσεις της στον χώρο της εργασίας, την κοινωνική οικονομία, την επιχειρηματικότητα, κ.λπ., δράσεις που θα δώσουν τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες μαθητές να αναζητήσουν πληροφόρηση, να επεξεργαστούν πληροφορίες και δεδομένα και να ενημερωθούν για τις προοπτικές των επαγγελμάτων που τους ενδιαφέρουν (Τερζάκη, 2019)⁵⁷. Ακόμα, μπορούν να αξιοποιηθούν πολιτισμικές θεματικές ενότητες, εργαστήρια θεατρικής αγωγής, κινηματογράφου, μουσικής και φωτογραφίας, που θα φέρουν τους μαθητές σε άμεση επαφή με επαγγελματικούς κλάδους μέσω της βιοματικής εμπειρίας και μάθησης. Οι δημιουργικές αυτές δραστηριότητες εξασκούν τους μαθητές σε γνωστικές, μεταγνωστικές και κοινωνικές δεξιότητες, καθώς και σε δεξιότητες ομαδικής εργασίας και συνεργασίας, κριτικής σκέψης και επικοινωνίας, ενώ τους παρακινούν να θέσουν στόχους και να αναπτύξουν έναν θετικό προσανατολισμό στο μέλλον. Σύμφωνα επίσης με τη **διεπιστημονική προσέγγιση**, οι Θετικές, Φυσικές, Ανθρωπιστικές και Κοινωνικές Επιστήμες συνιστούν ευρύτερους κύκλους γνωστικών αντικειμένων που μπορούν να συνδυαστούν, μέσω της διαθεματικής προσέγγισης με την εφαρμογή του Επαγγελματικού Προσανατολισμού. Ενδεικτικά, οι εκπαιδευτικοί που αναλαμβάνουν τη διδασκαλία των μαθημάτων αυτών μπορούν να αξιοποιήσουν θεματικές ενότητες σχετικές με την ετερότητα, τη συνεργασία και τη συμβίωση σε πολυπολιτισμικά περιβάλλοντα, τα ανθρώπινα δικαιώματα, την οικογένεια, τις αξίες, τις δεξιότητες διαχείρισης κρίσεων, αλλά και τον κόσμο της εργασίας, την επιχειρηματικότητα και την τεχνολογία. Πολλές από αυτές τις θεματικές ενότητες μπορούν να διδαχθούν διαθεματικά, με συνεργασία διδασκόντων διαφορετικών ειδικοτήτων και ομάδων μαθητών, ενεργητικές βιοματικές τεχνικές και στόχευση που υπερβαίνει το περιορισμένο πλαίσιο της απόκτησης γνώσεων και εστιάζει στην ανάπτυξη προβληματισμών για την προβολή του Εαυτού σε εξελισσόμενα κοινωνικά περιβάλλοντα στο μέλλον (Τερζάκη, 2019 · Χαροκοπάκη, 2017).

⁵⁶ Χαροκοπάκη, Α. (2015). *Διερευνώ τα ενδιαφέροντά μου και τα επαγγέλματα. Ψηφιακό Σενάριο στο γνωστικό αντικείμενο: Ερευνητική Εργασία (Project)*. Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων, Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής. <http://aesop.iep.edu.gr/node/19281>

⁵⁷ Τερζάκη, Κ. (2019). Αξιοποιώντας δραστηριότητες της σχολικής ζωής για τον επαγγελματικό προσανατολισμό των εφήβων: ανάγκες και προσδοκίες εφήβων στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 13-39). Αθήνα: Γρηγόρη.

Κάτι ανάλογο ισχύει και για την υλοποίηση προγραμμάτων αγωγής σταδιοδρομίας, τα οποία αφενός δεν μπορεί να προσεγγίζονται αποκομμένα από τα άλλα μαθήματα, αφετέρου μπορεί να αποδώσουν σε όλα τα μαθήματα του σχολικού προγράμματος προστιθέμενη αξία προς την κατεύθυνση της σύνδεσης της εκπαίδευσης με την εξωσχολική πραγματικότητα. Στους **θεματικούς άξονες των προγραμμάτων αγωγής σταδιοδρομίας**⁵⁸ εντάσσονται η αυτογνωσία, οι πληροφορίες σταδιοδρομίας, η ερευνητική εμπειρία, η συμβουλευτική, η προετοιμασία για τη μετάβαση από το σχολείο και η παρακολούθηση. Δεδομένης, λοιπόν, της διεπιστημονικής φύσης του ίδιου του αντικείμενου του επαγγελματικού προσανατολισμού, η εφαρμογή του στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού συστήματος είναι δυνατόν να αποκτήσει σφαιρική και διεπιστημονική διάσταση με το να γίνει αρμονικό μέρος του εκπαιδευτικού συστήματος: του σχολικού χώρου και των προγραμμάτων σπουδών του (Αργυροπούλου, Καραβία, Λορέντζος, Μικεδάκη, Μουράτογλου & Χαροκοπάκη, 2021)⁵⁹. Ορισμένα ενδεικτικά παραδείγματα ενοτήτων στα γνωστικά αντικείμενα⁶⁰ των υπαρχόντων ωρολογίων προγραμμάτων είναι:

- **Νεοελληνική Λογοτεχνία**⁶¹: επεξεργασία θεμάτων επαγγελματικού προσανατολισμού, όπως η επεξεργασία θεμάτων που αφορούν στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων και δεξιοτήτων σταδιοδρομίας, το «Γραφείο Ιδεών», Αντώνη Σαμαράκη, σελ. 200 Α΄ τάξη γυμνασίου.
- **Νεοελληνική γλώσσα**⁶²: βιωσιμότητα και επαγγέλματα του μέλλοντος ή η ανακάλυψη επαγγελμάτων που το μέλλον τους προβλέπεται ευοίωνο για την αγορά εργασίας, η ενότητα 5 με τίτλο «Ποια επαγγέλματα έχουν μέλλον» νεοελληνικής γλώσσας της Β΄ Γυμνασίου

⁵⁸ Οι προτεινόμενες κεντρικές θεματικές ενότητες για την αγωγή σταδιοδρομίας κατά το σχολικό έτος 2022-2023 είναι: α) Επαγγέλματα και τομείς παραγωγής (πρωτογενής/δευτερογενής/τριτογενής), β) Προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη & καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής, γ) Επαγγέλματα και αγορά εργασίας, δ) Ισότητα στην πρόσβαση στην εργασία, ε) Επιχειρηματικότητα, ε) Ψηφιακές δεξιότητες και νέα Επαγγέλματα, στ) Η αξία των ηπίων δεξιοτήτων/ικανοτήτων στην αγορά εργασίας, ζ) Κριτήρια επιλογής επαγγέλματος, η) Γνωριμία με τη δομή, την οργάνωση και τη λειτουργία μιας επιχείρησης, θ) Ήπιες δεξιότητες και σύγχρονα εργασιακά περιβάλλοντα και ι) Τοπικές αγορές εργασίας και Επαγγέλματα.

⁵⁹ Αργυροπούλου, Κ., Καραβία, Α., Λορέντζος, Α., Μικεδάκη, Κ., Μουράτογλου, Ν., & Χαροκοπάκη, Α. (2021). *Διαδικασία Λήψης Επαγγελματικών Αποφάσεων Εφήβων και Νέων: Παράγοντες, Διαστάσεις και Παρεμβάσεις*. Αθήνα: Γρηγόρη. [ISBN 978-960-612-365-8]

⁶⁰ Οφείλει να σημειωθεί ότι τα γνωστικά αντικείμενα είθισται να τροποποιούνται σύμφωνα με τις εκάστοτε εγκυκλίους. Για αυτόν τον λόγο, στα ενδεικτικά παραδείγματα που ακολουθούν υπάρχει η σχετική αναφορά της Υπουργικής απόφασης και του αντίστοιχου ΦΕΚ που έχει δημοσιευτεί.

⁶¹ Το μάθημα στην Α Γυμνασίου ονομάζεται Νεοελληνική Λογοτεχνία και συγκαταλέγεται στο διδακτικό αντικείμενο Νεοελληνική Γλώσσα και Γραμματεία (Υπουργική Απόφαση 94207/Δ2/2021 - ΦΕΚ 3791/Β/13-8-2021)

⁶² Το μάθημα στη Β Γυμνασίου λέγεται Γλωσσική Διδασκαλία και συγκαταλέγεται στο διδακτικό αντικείμενο Νεοελληνική Γλώσσα και Γραμματεία (Υπουργική Απόφαση 94207/Δ2/2021 - ΦΕΚ 3791/Β/13-8-2021)

- **Πολιτική Παιδεία⁶³**: στο πλαίσιο του Κεφαλαίου 10: «Επιχειρηματικότητα και Καινοτομία» της Α΄ τάξης ΓΕ.Λ. και ΕΠΑ.Λ. μπορούν να αξιοποιηθούν η σύνταξη οργανογράμματος μιας επιχείρησης, η επεξεργασία των απαιτήσεων σε σπουδές και τα επαγγελματικά καθήκοντα στο πλαίσιο λειτουργίας των διαφόρων τμημάτων της επιχείρησης, την πραγματοποίηση επισκέψεων σε χώρους εργασίας, συνεντεύξεις με επιχειρηματίες κ.ά. (Χαροκοπάκη, 2017).
- **Ιστορία⁶⁴**: τι συνιστά βιώσιμη επαγγελματική ανάπτυξη στο πλαίσιο διαφορετικών πολιτικών, οικονομικών και κοινωνικών συγκειμένων θα μπορούσαν να είναι οι ενότητες: Ιστορία Β΄ Λυκείου: *Ιστορία του Μεσαιωνικού και Νεότερου Κόσμου*, το κεφάλαιο 7.2 «Οικονομικές εξελίξεις: οι απαρχές της βιομηχανικής επανάστασης, οι οικονομικές θεωρίες» (σσ.167-169) και Ιστορία Γ΄ Γυμνασίου: *Νεότερη και Σύγχρονη Ιστορία*, τρίτο κεφάλαιο: «Οικονομικές, κοινωνικές και πολιτικές εξελίξεις στην Ευρώπη και στον κόσμο τον 19^ο αιώνα», και συγκεκριμένα τα υποκεφάλαια: 12. Η ωρίμανση της βιομηχανικής επανάστασης και 13. Κοινωνικές και πολιτικές διαστάσεις της βιομηχανικής επανάστασης (σσ.41-45).
- **Αρχαία Ελληνική Γλώσσα⁶⁵**: στη θεματική «Αρχαία Ελλάδα. Ο τόπος και οι άνθρωποι» (Ανθολόγιο) της Β΄ τάξης Γυμνασίου οι μαθητές μπορούν να γνωρίσουν, να κατανοήσουν και να ερμηνεύσουν τον τρόπο που βίωναν οι αρχαίοι τα καθημερινά θέματα/προβλήματα σε συγκεκριμένο τόπο και χρόνο και να τα συγκρίνουν με αντίστοιχες δικές τους εμπειρίες. Επίσης, να διαπιστώσουν και να πληροφορηθούν με ποιες επιστήμες ασχολήθηκαν οι αρχαίοι και ποια ήταν τα τεχνολογικά τους επιτεύγματα.
- **Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός - Ασφάλεια & Υγεία στον χώρο εργασίας⁶⁶**: Μέσα από το μάθημα του επαγγελματικού προσανατολισμού οι μαθητές/τριες των ΕΠΑΛ έρχονται σε επαφή με τις γνώσεις και δεξιότητες οι οποίες θα τους βοηθήσουν στην ένταξή τους στην αγορά εργασίας και την επαγγελματική ζωή. Έμφαση δίνεται και στις συνθήκες ασφάλειας και υγιεινής της εργασίας για τα επαγγέλματα των διαφορετικών τομέων και ειδικοτήτων των ΕΠΑΛ και επικουρικά

⁶³ Το μάθημα παραμένει ως Πολιτική Παιδεία (Υπουργική Απόφαση 94207/Δ2/2021 - ΦΕΚ 3791/Β/13-8-2021).

⁶⁴ Το μάθημα Ιστορία παραμένει ως έχει σύμφωνα με Υπουργική Απόφαση 94207/Δ2/2021 - ΦΕΚ 3791/Β/13-8-2021

⁶⁵ Το μάθημα ονομάζεται Αρχαία Ελληνική Γλώσσα και συγκαταλέγεται στο διδακτικό αντικείμενο Αρχαία Ελληνική Γλώσσα και Γραμματεία Υπουργική Απόφαση 94207/Δ2/2021 - ΦΕΚ 3791/Β/13-8-2021

⁶⁶ Σχετικά με τις οδηγίες διδασκαλίας του μαθήματος για το σχολικό έτος 2022-2023 βλ.

<http://iep.edu.gr/el/ekpaideftiko-yliko-genik-paideias/a-epal-20222023>

στην πληροφόρηση των μαθητών/τριών για τα επαγγέλματα που σχετίζονται με τις διαφορετικές ειδικότητες των ΕΠΑΛ προκειμένου να υποστηριχθούν στη σχετική λήψη απόφασης. Ειδική αναφορά στα επαγγέλματα πραγματοποιείται στο κεφάλαιο του σχετικού εγχειριδίου και συγκεκριμένα στις υποενότητες «Η ποικιλία των επαγγελμάτων», «Η εποχικότητα της εργασίας», «Η επαγγελματική ικανοποίηση» και «Η επαγγελματική εξέλιξη». Ο χρόνος παρά ταύτα που αφιερώνεται για την συγκεκριμένη ενότητα, λαμβάνοντας υπόψη το σχετικό ωρολόγιο πρόγραμμα και τις σχετικές οδηγίες διδασκαλίας, φαίνεται ότι είναι πολύ περιορισμένος.

Τα εργαστήρια δεξιοτήτων στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση⁶⁷, τα οποία αποτελούν μία καινοτόμα προσέγγιση στο εκπαιδευτικό σύστημα της χώρας μας, ενώ μπορεί να αποτελέσουν το υπόβαθρο για ένα πρωτοποριακό πλαίσιο παρέμβασης που εξασφαλίζει στους μαθητές και τις μαθήτριες τις δεξιότητες του 21^{ου} αιώνα που θα τους βοηθήσουν να εξελιχθούν ως άτομα (προσωπικό επίπεδο), ως μέλη της αγοράς εργασίας (εργασιακό επίπεδο) και ως μέλη της ευρύτερης κοινωνίας (κοινωνικό επίπεδο) (Αργυροπούλου, ό.π.). Υπάρχουν τέσσερις κατηγορίες δεξιοτήτων που επιχειρούνται να καλλιεργηθούν κατά την υλοποίηση των εργαστηρίων δεξιοτήτων:

- δεξιότητες μάθησης: κριτική σκέψη, επικοινωνία, συνεργασία, δημιουργικότητα, ψηφιακή μάθηση και παραγωγική μάθηση μέσω των τεχνών και της δημιουργικότητας
- δεξιότητες ζωής: αυτομέριμνα, κοινωνικές δεξιότητες, πολιτειότητα, ενσυναίσθηση και ευαισθησία, προσαρμοστικότητα, ανθεκτικότητα, υπευθυνότητα, πρωτοβουλία, οργανωτική ικανότητα, προγραμματισμός, παραγωγικότητα, δεξιότητες της ψηφιακής ιθαγένειας, δεξιότητες διαμεσολάβησης και δεξιότητες επιχειρηματικότητας
- δεξιότητες τεχνολογίας και επιστήμης: δεξιότητες μοντελισμού και προσομοίωσης, γραμματισμοί [πληροφορικός, ψηφιακός, τεχνολογικός, στα Μέσα (μιντιακός)], ευχέρεια στην ηλεκτρονική διακυβέρνηση, ψηφιακές ανθρωπιστικές επιστήμες, ασφαλής πλοήγηση στο διαδίκτυο, προστασία από εξαρτητικές συμπεριφορές στις τεχνολογίες, συνδυαστικές δεξιότητες ψηφιακής τεχνολογίας, επικοινωνίας και συνεργασίας, δεξιότητες ανάλυσης και παραγωγής περιεχομένου σε έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα, δεξιότητες διεπιστημονικής και διαθεματικής χρήσης των νέων τεχνολογιών

⁶⁷ Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να ανατρέξετε στο ΦΕΚ 3791/Β'/13-08-2021 https://www.et.gr/api/DownloadFeksApi/?fek_pdf=20210203791

- δεξιότητες του νου: στρατηγική σκέψη, επίλυση προβλημάτων, μελέτη περιπτώσεων (case studies), κατασκευές, πλάγια σκέψη (lateral thinking).

Μέσω των εργαστηρίων αυτών διασφαλίζεται η ενεργός εμπλοκή των μαθητών/τριών και **ενισχύεται η μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση**. Κατά ανάλογο τρόπο, απαιτείται από τους μαθητές και τις μαθήτριες να προβούν σε μία ενεργητική δράση (μόνοι ή συνεργατικά), αποδίδοντας έμφαση στη διερεύνηση των αναγκών, των ενδιαφερόντων, των στάσεων και των αξιών τους αυξάνοντας το επίπεδο κινήτρων τους για τις εργασίες που τους προτείνονται (Αργυροπούλου, ό.π.). Υπό το πρίσμα αυτό, **κάθε σχολική μονάδα διατηρεί την ευελιξία να επιλέξει προγράμματα** τα οποία καλύπτουν τόσο τις ανάγκες της σχολικής μονάδας όσο και τις ανάγκες της τοπικής κοινωνίας.

Επιπρόσθετα, προς ενίσχυση της παιδαγωγικής θεμελίωσης της εκπαιδευτικής διαδικασίας σε θέματα συμβουλευτικής και επαγγελματικού προσανατολισμού θα μπορούσαν να υλοποιηθούν τα ακόλουθα:

- **Διαθεματικές προσεγγίσεις STE(A)M⁶⁸**: η αύξηση των κινήτρων των μαθητών/τριών ώστε να επιλέξουν σταδιοδρομίες STE(A)M μέσω μιας πρακτικής εκπαιδευτικής προσέγγισης. Η μάθηση που συνδέεται με τη σταδιοδρομία μπορεί να ανοίξει την πόρτα για συζητήσεις σχετικά με άλλες δεξιότητες που χρησιμοποιούνται στο μάθημα των φυσικών επιστημών, αλλά και να εκτεθούν οι μαθητές/τριες σε μία μεγάλη ποικιλία επαγγελμάτων, να συζητηθούν οι επαγγελματικές τους φιλοδοξίες και να σκεφτούν πώς αυτές συνδέονται με κλάδους STE(A)M.
- **Συνεργατικά έργα eTwinning**: Ένα ευρωπαϊκό έργο eTwinning δημιουργείται από τουλάχιστον δύο σχολεία από δύο διαφορετικές χώρες, ώστε οι εκπαιδευτικοί, οι μαθητές και οι μαθήτριες να συνεργαστούν σε ένα οποιοδήποτε εκπαιδευτικό θέμα που θα επιλέξουν. Ως εκ τούτου, μπορούν να συνδεθούν θέματα και ζητήματα που εμπίπτουν στην αγωγή σταδιοδρομίας, τα οποία μπορούν να διαπραγματευθούν συνεργατικά και σε αλληλεπίδραση με μαθητές/τριες άλλων χωρών, καλλιεργώντας παράλληλα επιπρόσθετες δεξιότητες, όπως οι ψηφιακές, η διαπολιτισμική επικοινωνία, η επικοινωνία σε μία ξένη γλώσσα κ.λπ. Από το 2014, μπορούν επίσης να δημιουργηθούν εθνικά έργα από τουλάχιστον δύο σχολεία της ίδιας χώρας, ως ένα πρώτο βήμα πριν την ίδρυση ευρωπαϊκών έργων. Περισσότερες πληροφορίες

⁶⁸ Το ακρωνύμιο STE(A)M αναφέρεται σε μία διεπιστημονική προσέγγιση για τη μάθηση, η οποία ενσωματώνει τις θεματικές περιοχές της φυσικής (Science), της τεχνολογίας (Technology), της Μηχανικής (Engineering), των τεχνών (Arts) και των μαθηματικών (Mathematics). Αρχικά χρησιμοποιήθηκε το ακρωνύμιο STEM, το οποίο διευρύνθηκε σε STEAM με την προσθήκη των τεχνών.

υπάρχουν στην [Ευρωπαϊκή Πλατφόρμα Σχολικής Εκπαίδευσης](#). Τα προγράμματα αυτά αφορούν όλη τη σχολική εκπαίδευση, συμπεριλαμβανομένων της προσχολικής και της επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης (Mouratoglou, Gilleran, Pateraki & Scimeca, 2022)⁶⁹ και μπορούν εύκολα να συνδεθούν με τα αντίστοιχα γνωστικά αντικείμενα και τα αναλυτικά προγράμματα των ελληνικών σχολείων (Mouratoglou, Gilleran & Scimeca, 2021)⁷⁰.

- **Επισκέψεις δια ζώσης ή εξ αποστάσεως σε χώρους εργασίας (δημόσιους ή ιδιωτικούς φορείς, οργανισμούς και επιχειρήσεις):** η επίσκεψη σε χώρους εργασίας εξυπηρετεί διττό στόχο: αφενός την ενημέρωση για την παραγωγική δραστηριότητα της επιχείρησης και αφετέρου τη γνωριμία με θέσεις εργασίας της επιχείρησης/οργανισμού, τις επαγγελματικές τους δραστηριότητες, τις απαιτήσεις τους σε προσόντα, δεξιότητες και ικανότητες.
- **Συνεντεύξεις δια ζώσης ή εξ αποστάσεως με επαγγελματίες, ακαδημαϊκούς, επιχειρηματίες διαφόρων τομέων και ειδικοτήτων («Επαγγελματικά πρότυπα»):** η πραγματοποίηση τέτοιων συνεντεύξεων είναι δυνατό να γίνει με διάφορους τρόπους: επισκέψεις των επαγγελματιών στην τάξη, τηλεδιασκέψεις, δια ζώσης συνεντεύξεις – επισκέψεις των μαθητών/-τριών, τηλεφωνικές συνεντεύξεις, συνεντεύξεις των μαθητών/-τριών εκτός ωρών σχολικού προγράμματος και αξιοποίηση στην τάξη κ.ά.). Ιδιαίτερη προσοχή θα πρέπει να δοθεί στα χαρακτηριστικά του επαγγελματικού προτύπου που θα επιλεγεί για τη μεγιστοποίηση των αποτελεσμάτων της δραστηριότητας.
- **Ημέρες σταδιοδρομίας με θέμα τα επαγγέλματα:** συμμετοχή σε εκδηλώσεις με σκοπό την ενημέρωση του κοινού για θέσεις εργασίας κατά την οποία οι μαθητές/τριες έρχονται σε επαφή με επαγγελματίες και συγκεντρώνουν πληροφορίες μέσα από τις προσωπικές τους αφηγήσεις για τα επαγγέλματα που ασκούν. Επιπλέον, μπορούν να ενημερωθούν για τις τάσεις της αγοράς εργασίας ή για τα προγράμματα σπουδών των Πανεπιστημίων (Σκουλάκη, 2019)⁷¹.

⁶⁹ Mouratoglou, N., Gilleran, A., Pateraki, I. & Scimeca, S (2022). *Exploring the impact of eTwinning in early childhood education and care and initial vocational education and training : monitoring report*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2797/707689>

⁷⁰ Mouratoglou, N., Gilleran, A. & Scimeca, S. (2021). *Embedding eTwinning in national educational policies from practice to policy: monitoring report*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2797/245581>

⁷¹ Σκουλάκη, Μ. (2019). Εξερευνώντας το χάος της πληροφόρησης: θεωρητικές και πρακτικές προσεγγίσεις στην πληροφόρηση για σπουδές και επαγγέλματα. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 225-261). Αθήνα: Γρηγόρη.

- **Συμμετοχή σε διαγωνισμούς επιχειρηματικότητας/επιχειρηματικά πρότζεκτ:** οι μαθητές/τριες μέσα από τη συνεργασία, την ενεργή αναζήτηση πληροφοριών και την προσπάθεια να αναπτύξουν ένα δικό τους πρότζεκτ (π.χ. να στήσουν μια επιχείρηση, να δημιουργήσουν ένα καινοτόμο προϊόν, να προωθήσουν καινοτόμες ιδέες), όχι μόνο αποκτούν γνώσεις για τον κόσμο των επαγγελματιών και την αγορά εργασίας, αλλά παράλληλα καλλιεργούν κριτικές, αναλυτικές και κοινωνικές δεξιότητες (Σκουλάκη, ό.π.). Η διοργάνωση του διαγωνισμού αυτού μπορεί να πραγματοποιηθεί σε επίπεδο σχολείου, ή συμμετοχή σε διαγωνισμούς σε τοπικό ή περιφερειακό επίπεδο.
- **Καλλιτεχνική έκφραση:** δραστηριότητες παραγωγής «προϊόντων» για όλες τις ανωτέρω αναφερόμενες δραστηριότητες: PowerPoint, βίντεο - ντοκιμαντέρ, μικρά θεατρικά, τραγούδια, συνθήματα, αφίσες, κολάζ, κείμενα (π.χ. αφηγηματικά, ποιητικά, μουσικά, κινηματογραφικά, θεατρικά κ.ά.), podcast (διαδικτυακές ραδιοφωνικές μεταδόσεις), οργάνωση έκθεσης στο σχολείο, σύνταξη εντύπου π.χ. εφημερίδας, ανάρτηση των συλλογικών ή/και ανώνυμων συμπερασμάτων, πορισμάτων και του λοιπού υλικού σε πλατφόρμα ασύγχρονης τηλεκπαίδευσης κ.λπ.
- **Εθελοντισμός:** ο εθελοντισμός αποτελεί μία σπουδαία ευκαιρία για την καλλιέργεια των δεξιοτήτων και της προσωπικότητας, τη διερεύνηση επαγγελματικών ρόλων και την ενίσχυση της κοινωνικής προσφοράς.
- **Μαθητεία:** η μαθητεία δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να εκπαιδευτούν, να εφαρμόσουν τις γνώσεις τους στην πράξη και να μάθουν για τις αρμοδιότητες των επαγγελματιών που τους ενδιαφέρουν.
- **Παρακολούθηση/παρατήρηση εργασίας (job shadowing):** δίνεται η δυνατότητα σε μαθητές να παρακολουθήσουν επαγγελματίες στο χώρο τους και να βιώσουν από κοντά την επαγγελματική καθημερινότητά τους. Αυτές οι δραστηριότητες γίνονται ολοένα και πιο δημοφιλείς με αποτέλεσμα πολλές εταιρείες στην Ελλάδα να τις διοργανώνουν και να αναρτούν στο διαδίκτυο προσκλήσεις συμμετοχής (Σκουλάκη, 2019).
- **Προγράμματα προσομοίωσης:** μικρής διάρκειας προσομοιώσεις διαφόρων επίσημων οργάνων, όπως της Ευρωπαϊκής Ένωσης, πάνω σε κρίσιμα ζητήματα της εποχής.
- **Mentoring:** προγράμματα όπου επαγγελματίες αναλαμβάνουν να γίνουν Μέντορες σε μαθητές για να τους βοηθήσουν στην επιλογή της σταδιοδρομίας τους. Τα συγκεκριμένα προγράμματα είναι πολύ βοηθητικά, καθώς οι μέντορες γίνονται πρότυπα για τους μαθητές και μέσω των δυσκολιών, που οι ίδιοι χρειάστηκαν να

αντιμετωπίσουν στην σταδιοδρομία τους, παρουσιάζουν διαφορετικές εναλλακτικές και παρέχουν θετικά κίνητρα στους μαθητές (Σκουλάκη, ό.π.).

Σε εκπαιδευτικό/πρακτικό επίπεδο, δύναται να αξιοποιηθούν ποικίλες παιδαγωγικές μέθοδοι και τεχνικές, προκειμένου να διασφαλιστεί η ενεργός εμπλοκή των μαθητών/τριών και να ενισχυθεί η μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση. Οι προσεγγίσεις αυτές αποσκοπούν στην **ενεργητική μάθηση** (active learning), η οποία τοποθετεί τους μαθητές και τις μαθήτριες στο κέντρο της μαθησιακής διαδικασίας και τους/τις υποστηρίζει στην ενεργό οικοδόμηση των γνώσεών τους. Ακόμη, βασίζεται σε πραγματικές συνθήκες ζωής που έχουν νόημα για τους μαθητές και τις μαθήτριες, ενθαρρύνει τη διαρκή μάθηση αντί να χρησιμοποιεί μόνο τη βραχυπρόθεσμη μνήμη τους και τους εμπλέκει στον σχεδιασμό, τη διεξαγωγή και αξιολόγηση της μάθησης. Επικεντρώνεται στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων παρά στη μετάδοση πληροφοριών, απαιτεί από τους μαθητές και τις μαθήτριες να προβούν σε μία ενεργητική δράση (μόνοι ή συνεργατικά), δίνει έμφαση στη διερεύνηση των στάσεων και των αξιών τους και αυξάνει το επίπεδο κινήτρων τους για τις εργασίες που τους προτείνονται. Παραδείγματα αυτών των ενεργητικών παιδαγωγικών προσεγγίσεων αποτελούν:

- η **ανακαλυπτική μάθηση** (discovery learning): όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες αναμένεται να είσαι σε θέση να εντοπίσουν μονάδες και δομές αφηρημένης γνώσης, όπως έννοιες και κανόνες, χρησιμοποιώντας τη δική τους επαγωγική συλλογιστική σχετικά με μη αφηρημένο εκπαιδευτικό υλικό. Παραδείγματα τέτοιου υλικού είναι οι γενικές έννοιες, προσεγγίσεις και διαδικασίες (π.χ. νέες τεχνολογίες, επιχειρηματική ικανότητα), τα τοπικά προβλήματα (ανεργία, σχολική βία) ή φαινόμενα που επιδέχονται αιτιολογικής προσέγγισης (π.χ. γιατί ένα υγρό αλλάζει χρώμα;) (Castronova, 2002)⁷².
- η **συνεργατική μάθηση** (collaborative learning), όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες εργάζονται σε ομάδες των δύο ή περισσότερων, αναζητώντας από κοινού να κατανοήσουν μία έννοια, να εντοπίσουν λύσεις ή να δημιουργήσουν ένα προϊόν. Ο σχεδιασμός της ομαδικής εργασίας απαιτεί επανεξέταση του μαθησιακού περιεχομένου και της κατανομής χρόνου, ενώ από πλευράς μαθητών και μαθητριών απαιτείται υπευθυνότητα, επιμονή και ευαισθησία. Παραδείγματα συνεργατικής

⁷² Castronova, J. A. (2002). *Discovery Learning for the 21st Century: What is it and how does it compare to traditional learning in effectiveness in the 21st Century?* Retrieved from: <https://www.myenglishpages.com/resources/1282044031.pdf>

μάθησης είναι η μάθηση ομότιμων, οι μελέτες περίπτωσης, οι στρογγυλές τράπεζες, οι κοινότητες μάθησης, η συνεργατική γραφή, η ετερο-αξιολόγηση, η ερευνητική εργασία και τα debates (Smith & MacGregor, 1992)⁷³.

- η **μάθηση μέσω project** (project based learning): όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες μαθαίνουν καθώς εργάζονται για μεγάλο χρονικό διάστημα σε ένα project, ώστε να διερευνήσουν και να απαντήσουν σε μια αυθεντική, περίπλοκη ερώτηση, πρόκληση ή πρόβλημα. Βασικές συνιστώσες της μεθόδου είναι η αυθεντικότητα, η συστηματοποιημένη έρευνα, η αυτορρύθμιση και αυτενέργεια των μαθητών/τριών, ο αναστοχασμός και η αναθεώρηση και η δημιουργία ενός τελικού προϊόντος (Markula & Aksela, 2022)⁷⁴.
- η **μάθηση βάσει επίλυσης προβλήματος** (problem-based learning): όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες μαθαίνουν για ένα θέμα δουλεύοντας σε ομάδες για να λύσουν ένα ανοιχτό πρόβλημα. Αυτό το πρόβλημα είναι που καθοδηγεί τα κίνητρα και τη μάθηση. Οι μαθητές/τριες εξετάζουν και ορίζουν το πρόβλημα, εξερευνούν τι γνωρίζουν ήδη για το ζήτημα, προσδιορίζουν τι πρέπει να μάθουν και πού μπορούν να αποκτήσουν πληροφορίες/εργαλεία που απαιτούνται, αξιολογούν πιθανούς τρόπους επίλυσης και λύνουν το πρόβλημα και αναφέρουν τα ευρήματά τους (Tawfik, et al., 2021)⁷⁵.
- η **διερευνητική μάθηση** (inquiry-based learning): όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες αναπτύσσουν ερωτήσεις που θέλουν να απαντήσουν και ξεκινούν τη διερεύνηση. Τους ζητείται να παρουσιάσουν αυτά που έμαθαν χρησιμοποιώντας κάποιο προϊόν τους και στη συνέχεια προσκαλούνται να σκεφτούν τι λειτούργησε στη διαδικασία και τι όχι. Ο προβληματισμός είναι το κλειδί, όχι μόνο για το θέμα, αλλά και σχετικά με την ίδια τη διαδικασία. Ως μέθοδος εστιάζει στη μεταγνώση και στο πώς έμαθαν, πέρα από αυτό που έμαθαν (Gholam, 2019)⁷⁶.

⁷³ Smith, B.L., and J. MacGregor. (1992). *Collaborative Learning: A Sourcebook for Higher Education*. University Park, PA: National Center on Postsecondary Teaching, Learning, and Assessment (NCTLA). 9-22. Retrieved from:

<https://www.evergreen.edu/sites/default/files/facultydevelopment/docs/WhatisCollaborativeLearning.pdf>

⁷⁴ Markula, A., & Aksela, M. (2022). The key characteristics of project-based learning: how teachers implement projects in K-12 science education. *Disciplinary and Interdisciplinary Science Education Research* 4(2).

<https://doi.org/10.1186/s43031-021-00042-x>

⁷⁵ Tawfik, A. A., Gish-Lieberman, J. J., Gatewood, J. & Logan Arrington, T. (2021). How K-12 Teachers Adapt Problem-Based Learning, *The Interdisciplinary Journal of Problem-based Learning*, 15(1), 1-19.

<https://doi.org/10.14434/ijpbl.v15i1.29662>

⁷⁶ Gholam, A. (2019). Inquiry-Based Learning: Student Teachers' Challenges and Perceptions, *Journal of Inquiry & Action in Education*, 10(2), 112-133. Retrieved from: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1241559.pdf>

- η **μάθηση βάσει φαινομένου** (phenomenon-based learning): όπου οι μαθητές και οι μαθήτριες εξετάζουν ένα θέμα πραγματικό ζήτημα ή «φαινόμενο», ενταγμένο στο παγκόσμιο πλαίσιο. Το φαινόμενο πρέπει να επιτρέπει μία διεπιστημονική προσέγγιση ώστε οι μαθητές να υιοθετήσουν διαφορετικές οπτικές για να μελετήσουν το φαινόμενο. Ως μέθοδος, επιτρέπει τη βαθύτερη μάθηση επειδή οι μαθητές δημιουργούν συνδέσεις μεταξύ των θεμάτων και βλέπουν την πρακτική συνάφεια με την πραγματική ζωή (Akkas & Ekker, 2021)⁷⁷.
- η **ανεστραμμένη μάθηση** (flipped learning): η οποία βοηθά τους εκπαιδευτικούς να δώσουν προτεραιότητα στην ενεργό μάθηση κατά τη διάρκεια «του μαθήματος στην τάξη», αναθέτοντας στους μαθητές υλικό για το σπίτι ή έξω από την τάξη. Η άμεση διδασκαλία μετακινείται από έναν «ομαδικό» χώρο μάθησης στον ατομικό, ενώ ο ομαδικός χώρος μετατρέπεται σε ένα δυναμικό, διαδραστικό περιβάλλον μάθησης όπου ο εκπαιδευτικός καθοδηγεί τους μαθητές, καθώς εφαρμόζουν έννοιες και εμπλέκονται δημιουργικά στο αντικείμενο (Flipped Learning Network, 2014)⁷⁸.

Καθώς οι μεθοδολογικές προσεγγίσεις της συμβουλευτικής για τη σταδιοδρομία απομακρύνονται από το παραδοσιακό πνεύμα του θετικισμού και, μέσα από τη δημιουργία νέων θεωρητικών κατευθύνσεων περνούν σε μία περισσότερο ολιστική προσέγγιση λαμβάνοντας υπόψη το ευρύτερο πλαίσιο μέσα στο οποίο το άτομο ζει και αλληλεπιδρά (Savickas, 2005)⁷⁹, η βιωματική εμπειρία ενθαρρύνει τη δημιουργική ακρόαση του εαυτού, προκαλεί τον εσωτερικό διάλογο και παρέχει γόνιμο έδαφος για κατανόηση και ανάλυση, καινοτομία και δράση (Savickas, 2011). Η αξιοποίηση των αφηγηματικών τεχνικών καθιστά το μαθητή/τρια από «παθητικό αποδέκτη» σε «ενεργό συμμετέχοντα» (McAdams & McLean, 2013)⁸⁰. Η ανάπτυξη μιας αφήγησης για τον εαυτό προϋποθέτει την ικανότητα για αναστοχασμό και την ικανότητα δημιουργίας μιας ιστορίας με συνοχή και ορισμένη χρονική σειρά και δομή (αρχή-μέση-τέλος). Οι αφηγηματικές τεχνικές καλλιεργούν τον αναστοχασμό, το βίωμα και τη μάθηση μέσω ποικίλων αναπαραστάσεων ενώ ενισχύουν τη στοχοθέτηση, τον θετικό προσανατολισμό στο μέλλον και τις στρατηγικές σχεδιασμού σταδιοδρομίας. Επιπλέον,

⁷⁷ Akkas, E. & Ekker, C. (2021). The effect of phenomenon-based learning approach on students' metacognitive awareness. *Educational Research and Reviews*, 16(5), 181-188. <https://doi.org/10.5897/ERR2021.4139>

⁷⁸ Flipped Learning Network (FLN). (2014) *The Four Pillars of F-L-I-P™*. Retrieved from: https://flippedlearning.org/wp-content/uploads/2016/07/FLIP_handout_FNL_Web.pdf

⁷⁹ Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to work* (pp. 42-70). Hoboken, NJ: Wiley

⁸⁰ McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238. <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>

καθίστανται ιδιαίτερα χρήσιμες σε ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας καθώς ενθαρρύνουν τη δημιουργική ακρόαση του εαυτού, προκαλούν και προσκαλούν τους μαθητές και τις μαθήτριες σε έναν εσωτερικό διάλογο, ενώ παρέχουν γόνιμο έδαφος για κατανόηση και ανάλυση, καινοτομία και δράση στη διερεύνηση και τον σχεδιασμό της σταδιοδρομίας τους. Έτσι, οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να αναστοχαστούν πάνω στα συναισθήματά τους, τις συμπεριφορές ή τις εμπειρίες τους σε σχέση με την εξέλιξη της επαγγελματικής τους ζωής και να δομήσουν μία μελλοντική ιστορία που είναι εφικτή και προσωπική, καθώς δημιουργείται μέσα από τις προηγούμενες και τις τωρινές πράξεις και εμπειρίες τους.

5. Ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας

Το ενιαίο πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας στηρίζεται στις πέντε λειτουργίες της Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας / Επαγγελματικού Προσανατολισμού που συνίστανται στην αυτογνωσία και την αυτοαντίληψη, την πληροφόρηση, τη λήψη αποφάσεων, τη μετάβαση και τις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας. Η κάθε λειτουργία αναπτύσσεται σε μία υποενότητα η οποία περιλαμβάνει το εννοιολογικό περιεχόμενο, τα μαθησιακά αποτελέσματα, την ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία, ενδεικτικές βιωματικές δραστηριότητες, ψηφιακά εργαλεία και ανοικτούς πόρους που δύνανται να αξιοποιηθούν, ενδεικτικά σχέδια μαθήματος βάσει του [Learning Designer](#), ζητήματα συμπερίληψης ευάλωτων κοινωνικών ομάδων και, τέλος, ενδεικτικών δραστηριοτήτων που οι μαθητές/τριες μπορούν να εφαρμόσουν.

5.1 Αυτογνωσία - αυτοαντίληψη



5.1.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο

Η αυτογνωσία και η αυτοαντίληψη είναι δύο βασικές έννοιες, που αποτελούν τα θεμέλια για τη δόμηση της έννοιας του «Εαυτού». Η **αυτογνωσία** είναι μία εσωτερική διαδικασία που συνδέεται με τη βαθύτερη γνώση και τη ρεαλιστική αντίληψη για τις πληροφορίες που κατέχει κάποιος για τον εαυτό του (Φλουρής, 2002)⁸¹. Η αυτογνωσία μας βοηθάει να **δώσουμε απαντήσεις** στα ερωτήματα: «*Ποιος είμαι;*», «*Τι θέλω να γίνω;*» «*Πού βρίσκομαι τώρα;*», «*Τι τρόπους διαθέτω, ώστε να μπορέσω να προχωρήσω;*» ώστε να προβώ σε εκπαιδευτικές και επαγγελματικές επιλογές. Ως θεμελιώδης συνιστώσα, η αυτογνωσία ενισχύει την *αυτοπεποίθησή* μας, προάγει τη *διαχείριση* της προσωπικής και επαγγελματικής μας ανάπτυξης, διευκολύνει τη *συνεργασία* και την *επικοινωνία* μας με τους άλλους ανθρώπους (Sutton, Williams, & Allinson, 2015)⁸², ενισχύει την *εναρμόνιση* μας με το περιβάλλον και προωθεί την *ενημερία* (Argyropoulou, Antoniou, Mouratoglou, Charokopaki & Mikedaki, 2020)⁸³.

Σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας διαδραματίζει ο αριθμός, η ποιότητα, η ποικιλία και η διάρκεια της *επικοινωνίας* που έχει κάθε άνθρωπος με τα άλλα άτομα του

⁸¹ Φλουρής, Γ. (2002). Αυτοαντίληψη, αυτογνωσία και επαγγελματικός προσανατολισμός. Στο Μ. Κασσωτάκης (Επιμ.). *Συμβουλευτική και Επαγγελματικός Προσανατολισμός* (σσ. 345–365). Αθήνα: Τυπωθήτω.

⁸² Sutton, A., Williams, H. M., & Allinson, C. W. (2015). A longitudinal, mixed method evaluation of self-awareness training in the workplace. *European Journal of Training and Development*, 39 (7), 610-627.

⁸³ Argyropoulou, K., Antoniou, A.S., Mouratoglou, N., Charokopaki, A., & Mikedaki, K. (2020). Psychometric Properties of the Life Project Reflexivity Scale in Greek University Students. *Counseling*, 13(1), 4-20

περιβάλλοντός του. Στο πλαίσιο αυτό, κρίνεται αναγκαία η **αυτορρύθμιση** του ατόμου, μία μορφή ελέγχου της συμπεριφοράς, των συναισθημάτων και των σκέψεων μας και η **αναστοχαστικότητα**, η επίγνωση, δηλαδή, του πώς βλέπουμε το μέλλον μας και το πώς ερμηνεύουμε τις αλλαγές που συμβαίνουν γύρω μας. Για να αποκτήσει το άτομο μεγαλύτερη αυτογνωσία χρειάζεται να εξετάζονται (Nathan & Hill, 2006)⁸⁴:

- τα **χαρακτηριστικά προσωπικότητας** (ποιες δυνάμεις έχω; ποιες πτυχές του εαυτού μου χρειάζεται να βελτιώσω;): το **σύνολο των γνωρισμάτων της προσωπικότητάς μας** (π.χ. εξωστρέφεια συναισθηματική σταθερότητα, εμπιστοσύνη στους άλλους, επινοητικότητα, αυτοπεποίθηση, κοινωνική επιδεξιότητα) που έχουν μία πολύ σημαντική επίδραση στην επαγγελματική μας ανάπτυξη και το είδος της σταδιοδρομίας που επιδιώκουμε να έχουμε.
- τα **ενδιαφέροντα** (τι με ελκύει;) και οι **κλίσεις**: τα ενδιαφέροντα ορίζονται ως καταστάσεις, δραστηριότητες και πράγματα που μας αρέσουν και μας **προσφέρουν ευχαρίστηση**. Εκδηλώνονται συνήθως μέσα από τις δραστηριότητες που ακολουθούμε, τα αντικείμενα στα οποία αποδίδουμε αξία, σε ό,τι βρίσκουμε διασκεδαστικό, ελκυστικό ή προκλητικό. Η αξιολόγηση, δηλαδή η μέτρηση των επαγγελματικών ενδιαφερόντων, συμβάλλει στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας του ατόμου αφού αποκαλύπτει πληροφορίες για το πώς αντιλαμβάνεται το άτομο τον εαυτό του και το περιβάλλον του (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, 2009). Παραπλήσια έννοια με τα ενδιαφέροντα είναι αυτή των «κλίσεων», η οποία περιγράφει μία έντονη και μόνιμη εσωτερική τάση που έχουν τα άτομα προς έναν ορισμένο στόχο και που μπορούν να συνδεθούν με την έννοια της «έφεσης».
- οι **ικανότητες**: ο όρος *ικανότητα* αναφέρεται στην επιδεκτικότητα του ατόμου να αποκτήσει κάποια γνώση ή δεξιότητα μέσω εκπαίδευσης. Το σύνολο των ικανοτήτων ενός ατόμου αποτελείται από τις **διανοητικές** και τις **σωματικές ικανότητες**. Οι ειδικές σωματικές ικανότητες είναι σημαντικές για την επιτυχή εκτέλεση λιγότερο εξειδικευμένων και περισσότερο τυποποιημένων εργασιών, ενώ οι διανοητικές ικανότητες νοούνται ως το σύστημα όλων των γνωστικών διεργασιών, οι οποίες εκδηλώνονται στις εργασιακές διαδικασίες (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Αργυροπούλου & Δρόσος, 2014)⁷¹
- οι **αξίες** (τι είναι σημαντικό για εμένα;) Οι επαγγελματικές αξίες αντιπροσωπεύουν το **βαθμό στον οποίο το άτομο θεωρεί την εργασία του αξιόλογη** και αντανακλούν το τι

⁸⁴ Nathan, R., & Hill, L. (2006). *Επαγγελματική Συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

προσδοκεί ως «αμοιβή» από αυτήν (Nathan & Hill, 2006)⁸⁵. Οι επαγγελματικές αξίες λειτουργούν ως οδηγοί στη διάρκεια διαφόρων φάσεων της επαγγελματικής μας ανάπτυξης και πορείας, ενώ αποτελούν τον συνδετικό κρίκο ανάμεσα στη γενικότερη κινητοποίηση που προκαλούν οι ανάγκες (αλληλεπίδραση ατόμου-περιβάλλοντος) και στην ειδικότερη κινητοποίηση που προκαλούν οι στόχοι ή οι προτιμήσεις μας (Παπαθεοδώρου, 2019)⁸⁶.

- οι **δεξιότητες** (πόσο καλά κάνω κάτι στην παρούσα φάση; με τι ευκολία, ακρίβεια και ταχύτητα εκτελώ μια σειρά από ενέργειες): η ικανότητα εφαρμογής της γνώσης και της τεχνογνωσίας για την ολοκλήρωση καθηκόντων ή την επίλυση προβλημάτων. Περιγράφονται ως γνωστικές (αναφερόμενες στη χρήση της λογικής, της διαίσθησης και της δημιουργικής σκέψης) ή ως πρακτικές (αναφερόμενες στη χειρωνακτική επιδεξιότητα και τη χρήση μεθόδων, υλικών και εργαλείων). Διακρίνονται σε βασικές (επίπεδο γλωσσικού και αριθμητικού αλφαριθμητισμού, αλλά και επιστημονικών και τεχνολογικών γνώσεων) και ήπιες/μαλακές (οριζόντιες ή εγκάρσιες ανεξάρτητες από το επάγγελμα που κάνουμε (ΕΟΠΠΕΠ, 2021)).
- οι **επιθυμίες** και οι **ανάγκες** που σχετίζονται με τη σταδιοδρομία: με τον όρο ανάγκη εννοούμε αυτό που χρειαζόμαστε για να επιβιώσουμε (π.χ. τροφή, ρουχισμός, ιατρική περίθαλψη, η εκπαίδευση, η πνευματικότητα,). Οι επιθυμίες χωρίζονται σε προτιμήσεις των οποίων η πραγματοποίηση τους μας φέρνει χαρά και σε γενικότερες κατευθύνσεις (π.χ. η λαχτάρα για ένα συγκεκριμένο επάγγελμα, η επιθυμία ανάπτυξης μιας συγκεκριμένης σταδιοδρομίας) μέσω των οποίων βιώνουμε αίσθηση πληρότητας. Οι επιθυμίες, ωστόσο, δεν είναι ανάγκες, δεν είναι κάτι που χρειαζόμαστε αλλά κάτι που θέλουμε. Είναι σημαντικό, λοιπόν, να αναγνωρίζουμε και να διακρίνουμε τις ανάγκες και τις επιθυμίες μας στη διερεύνηση και το σχεδιασμό της σταδιοδρομίας μας, αλλά και να τις εκφράζουμε προκειμένου να βιώνουμε μια πιο ισορροπημένη και καλύτερης ποιότητας προσωπική και επαγγελματική ζωή (Mellody, Wells Miller & Miller, 2010)⁸⁷.
- οι **ψυχοκοινωνικές δυνάμεις**: αντανakλούν σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές που αναδεικνύουν τα χαρακτηριστικά του ατόμου και το ενεργοποιούν για να επιτύχει

⁸⁵ Nathan, R., & Hill, L. (2006). *Επαγγελματική Συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχιμο.

⁸⁶ Παπαθεοδώρου, Σ. (2019). Εργασιακές αξίες: η λειτουργία τους και η αξιοποίησή τους στη συμβουλευτική διαδικασία και τις αποφάσεις σταδιοδρομίας Στο: Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων* (σσ. 317-349). Αθήνα: Εκδόσεις Γρηγόρης.

⁸⁷ Mellody, P., Wells Miller, A., Miller, J. K. (2010). *Εξάρτηση, Συνεξάρτηση. Πώς Υπονομεύουμε τη Ζωή Μας*. Εκδόσεις Φυτράκη.

τη βέλτιστη λειτουργία, την ανάπτυξη και την απόδοση των δυνατοτήτων του (Τσεχελίδου, 2019)⁸⁸. Για τον λόγο αυτό ουσιαστικά λειτουργούν ως ψυχολογικοί πόροι. Όλοι οι άνθρωποι διαθέτουν θετικές δυνάμεις σε κάποιο βαθμό, αλλά ο καθένας μας κατά έναν μοναδικό συνδυασμό που τον διαφοροποιεί από τους άλλους. Μια σημαντική δεξαμενή, λοιπόν, ψυχολογικών δυνάμεων (π.χ. ελπίδα, αισιοδοξία, οραματισμός μέλλοντος, ανθεκτικότητα, προσαρμοστικότητα) διευκολύνει την ανάπτυξη, τον εμπλουτισμό και την ενεργοποίηση και άλλων πόρων, που με τη σειρά τους, επηρεάζουν θετικά την ψυχολογική και επαγγελματική ανάπτυξη ενός ατόμου, καθώς και την ευημερία του (Laranjeira & Querido, 2022)⁸⁹.

- τα **επιτεύγματα** (τι έχω αποκομίσει από στιγμές προσωπικής υπερηφάνειας, εμπειρίες ικανοποίησης ή απόλαυσης;): αναφέρονται σε κατορθώματα, σημαντικά αποτελέσματα ύστερα από προσπάθεια.

Η αυτογνωσία είναι συστατικό στοιχείο της **αυτοαντίληψης**, δηλαδή, της στάσης, της γνώμης, της ιδέας που σχηματίζει το άτομο για τον εαυτό του, μέσα από τη διαδικασία της αλληλεπίδρασης με τους άλλους. Είναι το σύνολο των νοητικών αναπαραστάσεων που αναφέρονται στο πώς βλέπουμε τον εαυτό μας ως προς διάφορες ιδιότητες και σε διάφορους τομείς δράσης (Burns, 1982)⁹⁰. Διαμορφώνεται από τους σημαντικούς άλλους, τους συνομηλίκους, τους φίλους, το φύλο, το κοινωνικοπολιτισμικό πλαίσιο και σημαντικά γεγονότα της ζωής (Λεονταρή, 1996)⁹¹. Ορισμένα στοιχεία που αξίζει να σημειωθούν:

- Η αυτοαντίληψη είναι **πολυδιάστατη**: ακαδημαϊκή (εικόνα για τον ακαδημαϊκό εαυτό), κοινωνική (βαθμός αποδοχής από τους άλλους), συναισθηματική, σωματική (σωματικές ικανότητες)
- Η αυτοαντίληψη **αλλάζει** με τον χρόνο δίνοντας συνέχεια στις επιλογές και τις προσαρμογές.
- Η αντίληψη του εαυτού μας **επηρεάζει** τα συναισθήματα, τις στάσεις, τις πεποιθήσεις και τη συμπεριφορά μας.

⁸⁸ Τσεχελίδου, Κ. (2019). Σκέψου θετικά διερευνώντας τις επαγγελματικές επιλογές σου: Η αξιοποίηση των θετικών ψυχοκοινωνικών δυνάμεων στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων. Στο: Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων* (σσ. 197-225). Αθήνα: Γρηγόρη.

⁸⁹ Laranjeira, C., & Querido, A. (2022). Hope and Optimism as an Opportunity to Improve the "Positive Mental Health" Demand. *Frontiers in psychology*, 13, 827320.

⁹⁰ Burns, B. R. (1982). *Self-concept development and education*. London: Holt, Rinehart and Winston.

⁹¹ Λεονταρή, Α. (1996). *Αυτοαντίληψη*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Κατά τον Super (1990)⁹² ο κάθε άνθρωπος έχει ικανότητες και χαρακτηριστικά για να πετύχει σε ένα επάγγελμα ή σε μία δέσμη επαγγελμάτων και η διαδικασία της επαγγελματικής ανάπτυξης είναι στην ουσία, διαδικασία **σύνθεσης** και **πραγμάτωσης** της αυτοαντίληψης του ατόμου. Με άλλα λόγια, το άτομο επιλέγει επαγγέλματα που του επιτρέπουν να «παίζει» ένα ρόλο συνεπή προς τον τρόπο με τον οποίο βλέπει τον εαυτό του. Στην επιλογή εκπαιδευτικής και επαγγελματικής κατεύθυνσης είναι απαραίτητη η ανάπτυξη μιας ισχυρής, ξεκάθαρης και ρεαλιστικής αυτοαντίληψης, η οποία θα περιλαμβάνει *κατανόηση* ενδιαφερόντων, ικανοτήτων και αξιών, *κατάκτηση* συγκεκριμένων γνώσεων για τον εργασιακό κόσμο, *απόκτηση* γνώσεων και δεξιοτήτων για τη δόμηση της σταδιοδρομίας.

Στενά συνδεδεμένες έννοιες με την αυτοαντίληψη είναι:
αυτοεικόνα, αυτοσυναίσθημα, αυτοαποτελεσματικότητα, αυτό-ανίχνευση,
αυτό-κατανόηση, αυτοεκτίμηση, αυτοπεποίθηση

⁹² Super, D. E. (1990). A life span, life-space approach to career development. Στο D. Brown, L. Brooks, & Associates (Eds.), *Career choice and development: Applying contemporary theories in practice* (2nd ed., pp. 197–261). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

5.1.2 Μαθησιακά αποτελέσματα



Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση να:

Θεματικές περιοχές ↓	Απόκτηση Απόκτηση γνώσεων	Εφαρμογή Επίδειξη γνώσεων	Εξατομίκευση Ενσωμάτωση της μάθησης και της γνώσης	Πράξη Μετασχηματισμός και δημιουργία της γνώσης
Ανάπτυξη και διατήρηση αυτογνωσίας και θετικής αυτοαντίληψης	Αναγνωρίζουν, προσδιορίζουν και περιγράφουν προσωπικά χαρακτηριστικά, ενδιαφέροντα, κλίσεις, αξίες, δυνάμεις και συναισθήματα, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο αυτά επηρεάζουν τη συμπεριφορά τους.	Διερευνούν τον ρόλο που έχουν η αυτογνωσία και η αυτοαντίληψη στην ακαδημαϊκή και επαγγελματική τους ανάπτυξη.	Εκτιμούν, επανεξετάζουν και κρίνουν πώς η αυτογνωσία, η αυτοαντίληψη και η συμπεριφορά επηρεάζουν τους εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς τους στόχους και τις επιλογές τους.	Αλλάζουν ή/και προσαρμόζουν τη συμπεριφορά τους και τις στάσεις τους για την ενίσχυση της αυτογνωσίας και της αυτοαντίληψης τους, τα οποία θα βοηθήσουν στην υλοποίηση των εκπαιδευτικών και επαγγελματικών στόχων.
Αποτελεσματική αλληλεπίδραση με άλλους (πρόσωπο με πρόσωπο και στο διαδίκτυο)	Περιγράφουν και εξηγούν βασικές διαστάσεις της διαπροσωπικής επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης, αναγνωρίζοντας την επίδραση των προσδοκιών, των στάσεων και των προκαταλήψεων στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς.	Εφαρμόζουν αποτελεσματικές δεξιότητες αλληλεπίδρασης και δικτύωσης που δε λειτουργούν εις βάρος άλλων ανθρώπων.	Αναστοχάζονται και εντοπίζουν μοτίβα συμπεριφοράς που μπορεί να επηρεάζουν τις σχέσεις με τους άλλους, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως η ηλικία και το πολιτισμικό υπόβαθρο, αλλά και επικοινωνιακές περιστάσεις (π.χ. τυπικό πλαίσιο, καθημερινότητα).	Αλλάζουν ή/και προσαρμόζουν τις στάσεις και συμπεριφορές τους με στόχο να πραγματοποιήσουν τους στόχους της σταδιοδρομίας τους και την οικοδόμηση θετικών σχέσεων στη ζωή τους.
Εναρμόνιση ρόλων ζωής και σταδιοδρομίας	Αναγνωρίζουν και να κατανοούν τους διαφορετικούς ρόλους που αναλαμβάνουν σε ποικίλες πλευρές της ζωής τους, καθώς και των απαιτήσεων και ευθυνών που απορρέουν από αυτούς.	Πραγματώνουν τους ρόλους τους εξισορροπημένα, εφαρμόζοντας τις απαραίτητες ενέργειες προκειμένου να διασφαλίσουν την ισορροπία μεταξύ προσωπικής και επαγγελματικής ζωής.	Προβληματίζονται σχετικά με τους παράγοντες, βάσει των οποίων μερικοί ρόλοι τους μπορεί να μπουν στο επίκεντρο της ζωής τους ή να παραμείνουν περιφερειακοί.	Αναλαμβάνουν ρόλους σύμφωνα με τους επαγγελματικούς στόχους και τις φιλοδοξίες τους και να καταρτίζουν ένα σχέδιο σταδιοδρομίας λαμβάνοντας υπόψη τις πτυχές της προσωπικής και επαγγελματικής τους ταυτότητας.

5.1.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία



Ενδεικτικά γνωστικά αντικείμενα στο πλαίσιο της διαθεματικής προσέγγισης:

- **Α/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Μελέτη Περιβάλλοντος, Ιστορία, Αισθητική Αγωγή, Αγγλικά, Τ.Π.Ε., Φυσική Αγωγή, Θρησκευτικά
- **Β/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Ιστορία, Πολιτική Παιδεία, Λογοτεχνία, Φυσική Αγωγή, Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός

Ενδεικτικές θεματικές ενότητες προγραμμάτων αγωγής υγείας ή/και σταδιοδρομίας:

Α/θμια: «Ψυχική υγεία - συναισθηματική αγωγή - διαπροσωπικές σχέσεις», «Αγωγή του καταναλωτή», «Αγωγή υγείας και οι Δεκαεπτά Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης» (π.χ. σύνδεση με τον 8ο Στόχο: Αξιοπρεπής εργασία και οικονομική ανάπτυξη/ Προάγουμε τη διαρκή, βιώσιμη και χωρίς αποκλεισμούς οικονομική ανάπτυξη και την πλήρη απασχόληση και αξιοπρεπή εργασία για όλους)

- **Β/θμια** Προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη και καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής, Κριτήρια Επιλογής Επαγγέλματος

Ενδεικτικοί κύκλοι εργαστηρίων δεξιοτήτων:

- Κύκλος Ζω καλύτερα – Ευ Ζην, υποάξονας «Ψυχική και Συναισθηματική Υγεία - Πρόληψη»
- Δημιουργώ και Καινοτομώ – Δημιουργική Σκέψη και Πρωτοβουλία, - υποάξονας «Επιχειρηματικότητα- Αγωγή Σταδιοδρομίας- Γνωριμία με επαγγέλματα».



5.1.4 Βιωματικές δραστηριότητες

Περισσότερες πληροφορίες για ένα εύρος **δραστηριοτήτων αυτογνωσίας – αυτοαντίληψης** μπορείτε να βρείτε στο Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας που είναι προσβάσιμο στον ακόλουθο σύνδεσμο:

https://www.eoppep.gr/images/SYEP/ETHNIKO_PLAISIO_DEXIOTHTON.pdf

5.1.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι



- **Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας**
<https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
 - Ερωτηματολόγιο Ενδιαφερόντων
 - Ερωτηματολόγιο Αξιών
- **Εθνική Πύλη Europass ΕΟΠΠΕΠ**
<https://europass.eoppep.gr/>
 - Προφίλ Europass
 - Εργαλεία Europass
- **Ευρωπαϊκή Πύλη Euroguidance – Βάση καλών πρακτικών**
<https://www.euroguidance.eu/guidance-systems-and-practice/good-practices>
- **Ευρωπαϊκή Πύλη ESCO - Σύνδεση επαγγελματών και δεξιοτήτων**
<https://esco.ec.europa.eu/el>
- **Εργαστήριο Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας** <https://uoacounselinglab.weebly.com>
 - Ερωτηματολόγιο Βιώσιμης Επαγγελματικής Ανάπτυξης
 - Κλίμακα Αναστοχαστικότητας Σχεδίων Ζωής
 - Προσανατολισμοί Εργασίας
- **Ι.Ε.Π. Ψηφιακά σενάρια «Αίσωπος»**
<https://aesop.iep.edu.gr/>
 - Ανακαλύπτω τον εαυτό μου
 - Διερευνώ τα ενδιαφέροντά μου και τα επαγγέλματα
- **Βιβλιοθήκη ΙΕΠ- Εκπαιδευτικό Υλικό**
 - <https://iep.edu.gr/el/ekpaideutiko-yliko>
- **Εκπαιδευτικό υλικό δραστηριοτήτων & ασκήσεων επαγγελματικού προσανατολισμού για τους μαθητές της Στ' τάξης του Δημοτικού Σχολείου**
<http://keaes.ppp.uoa.gr>

5.1.6 Σχέδια μαθήματος



1^ο Σχέδιο μαθήματος - Προσδιορίζω τις επαγγελματικές μου αξίες, συνθέτω τον Εαυτό μου	
<p>Θεματική περιοχή: Ανάπτυξη και διατήρηση αυτογνωσίας και θετικής αυτοαντίληψης</p> <p>Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το πρώτο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να αναγνωρίζουν, προσδιορίζουν και περιγράφουν προσωπικά χαρακτηριστικά, ενδιαφέροντα, κλίσεις, αξίες, δυνάμεις και συναισθήματα, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο αυτά επηρεάζουν τη συμπεριφορά τους.</p> <p>Εστίαση⁹³: επαγγελματικές αξίες</p>	
<p>Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματοποιείται τη θεματική περιοχή της ανάπτυξης και διατήρησης αυτογνωσίας και θετικής αυτοαντίληψης και αναπτύσσεται σε δύο διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.</p> <p>Ψηφιακή μορφή σεναρίου⁹⁴: https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/acfab1abe8db01e38981fdafff8782aacd8719794893c90877527764330d649f</p>	
1^η διδακτική ώρα: Εισαγωγή και διερεύνηση επαγγελματικών αξιών	
<p>Συζητούμε με τους μαθητές τι είναι ή τι νομίζουν ότι είναι οι αξίες (προτείνεται ο εκπαιδευτικός να αναζητήσει ένα βίντεο σχετικό με τις επαγγελματικές αξίες) Μέσω ιδεοθύελλας συλλέγουμε παραδείγματα αξιών που αναφέρουν οι μαθητές και κατόπιν τις ομαδοποιούμε σε κατηγορίες (π.χ. προσωπικές, κοινωνικές, επαγγελματικές).</p>	15'
<p>Προτείνεται ο εκπαιδευτικός να αναζητήσει ένα βίντεο με τη σημασία των επαγγελματικών αξιών και ζητούμε από τους μαθητές να σκεφθούν κατά τη διάρκεια του βίντεο, τη σημασία των επαγγελματικών αξιών. Κατόπιν ρωτάμε τους μαθητές και τις μαθήτριες να αναλογιστούν τον ρόλο των επαγγελματικών αξιών στην εργασία χρησιμοποιώντας παραδείγματα.</p>	15'

⁹³ Καθώς το μαθησιακό αποτέλεσμα περιλαμβάνει πολλαπλές διαστάσεις της αυτογνωσίας (πχ. Προσωπικά χαρακτηριστικά, ενδιαφέροντα, κλίσεις, αξίες κ.λπ.), το συγκεκριμένο σχέδιο μαθήματος εστιάζει σε μία από αυτές.

⁹⁴ Προκειμένου να εξοικειωθείτε με το εργαλείο Learning Designer και τον τρόπο αναπαράστασης των πληροφοριών συστήνεται να παρακολουθήσετε το ακόλουθο βίντεο: <https://youtu.be/f4BfYaMSpQk?t=59>

<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να επισκεφθούν την ιστοσελίδα του ΕΟΠΠΕΠ που περιλαμβάνει το τεστ επαγγελματικών αξιών. Εφόσον δώσουμε τις απαιτούμενες οδηγίες, ζητούμε να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο στο σπίτι τους (βλ. ανεστραμμένη μάθηση) και να καταγράψουν τα αποτελέσματα. Σημείωση: ο χρόνος των 15 λεπτών αφορά στην παρουσίαση του εργαλείου και την παροχή οδηγιών. Η συμπλήρωσή του γίνεται αυτόνομα από τους μαθητές και τις μαθήτριες στο σπίτι τους.</p>	<p>15'</p>
<p>2η διδακτική ώρα: Ο ρόλος των επαγγελματικών αξιών στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς μας</p>	
<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να συζητήσουν τα αποτελέσματα του τεστ με το άτομο που κάθεται δίπλα τους και να δώσουν κάποια παραδείγματα από καταστάσεις στις οποίες έχουν λειτουργήσει ή θα λειτουργούσαν βάσει των επαγγελματικών τους αξιών. Παράλληλα, ζητούμε από τον συνομιλητή του κάθε ατόμου να καταγράψει κατά πόσο έχει αντιληφθεί αυτές τις αξίες στον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρεται ο συμμαθητής/η συμμαθήτριά τους.</p>	<p>15'</p>
<p>Προσκαλούμε ενδεικτικά δύο δυάδες που θέλουν να παρουσιάσουν τα αποτελέσματα των συζητήσεων τους στην ολομέλεια, δίνοντας έμφαση στον τρόπο με τον οποίο οι επαγγελματικές αξίες επηρεάζουν τη συμπεριφορά και τις επιλογές των ατόμων.</p>	<p>5'</p>
<p>Κατόπιν, συγκροτούμε ομάδες των τεσσάρων ατόμων και τους ζητούμε να σκεφθούν, να συζητήσουν και να καταγράψουν σε έναν εννοιολογικό χάρτη, τους παράγοντες που θεωρούν ότι συνέβαλαν στη διαμόρφωση αυτών των αξιών. Ολοκληρώνοντας τους ζητούμε να αναστοχαστούν σχετικά με το εάν πιστεύουν ότι οι επαγγελματικές αξίες παραμένουν σταθερές ή μεταβάλλονται στον χρόνο. Σε κάθε περίπτωση ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να μας εξηγήσουν το σκεπτικό τους και να μας αναφέρουν παραδείγματα.</p>	<p>25'</p>
<p>2ο Σχέδιο μαθήματος - Τι προσπαθούν να μου πουν τα πρότυπα συμπεριφοράς μου;</p>	
<p>Θεματική περιοχή: Αποτελεσματική αλληλεπίδραση με άλλους (πρόσωπο με πρόσωπο και στο διαδίκτυο)</p> <p>Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το τρίτο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να αναστοχάζονται και εντοπίζουν μοτίβα</p>	

συμπεριφοράς που μπορεί να επηρεάζουν τις σχέσεις με τους άλλους ή/και με άτομα με διαφορετικές ικανότητες και από διαφορετικές κουλτούρες.

Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τη θεματική περιοχή της αποτελεσματικής αλληλεπίδρασης με άλλους (πρόσωπο με πρόσωπο και στο διαδίκτυο) και αναπτύσσεται σε δύο διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Όπως διαφαίνεται, το 50% του μαθήματος αφορά στη διερεύνηση, δίνοντας έμφαση στη διερευνητική μάθηση.

Ψηφιακή μορφή σεναρίου: <https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/e4ad246867cb10b742c6b5025e3521110db5b0155204c85fbd795469f4a1919e>

1^η διδακτική ώρα: Μοτίβα συμπεριφοράς

Προτείνεται ο εκπαιδευτικός να αναζητήσει ένα βίντεο σχετικά με την ύπαρξη των μοτίβων στη φύση ή να βγάλει τους μαθητές και τις μαθήτριες στον προαύλιο χώρο του σχολείου και να παρατηρήσουν τη φύση (π.χ. φύλλα δέντρων, ουρανός, κορμός δέντρων κλπ) προκειμένου να εντοπίσουν διάφορα μοτίβα. Τους ζητούμε να σκεφθούν εάν οι ίδιοι/ες έχουν ορισμένα μοτίβα συμπεριφοράς (π.χ. τι κάνουν όταν ξυπνούν κάθε πρωί); Κατόπιν, μέσω ιδεοθύελλας, τους ζητούμε να σκεφτούν σε τι μας εξυπηρετούν τα μοτίβα αυτά;

15'

Εστιάζοντας στην ανθρώπινη συμπεριφορά και ειδικότερα στη δική τους, ζητάμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να προσδιορίσουν μία δραστηριότητα η οποία είναι ιδιαίτερα ευχάριστη και μπορεί να προέρχεται από διαφορετικά πλαίσια (ελεύθερος χρόνος, σχολείο κ.λπ.). Τους ζητούμε να σκεφτούν μία συγκεκριμένη στιγμή σε αυτήν τη δραστηριότητα που ήταν ευχάριστη και θετική, καθώς και μία αντίστοιχη, η οποία ήταν δυσάρεστη και αρνητική. Οι μαθητές/τριες αναμένεται να καταγράψουν τις απαντήσεις τους σε ένα Padlet (<https://padlet.com/>).

30'

Στη συνέχεια, ζητάμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να περιγράψουν διαδοχικά και με λεπτομέρειες τις θετικές και αρνητικές εμπειρίες από τις ευχάριστες και δυσάρεστες στιγμές που βίωσαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας σε δύο παράλληλες στήλες. Για να διευκολύνουμε τον αναστοχασμό τους, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ερωτήσεις που αφορούν σε συναισθήματα, σκέψεις και ανθρώπους που εμπλέκονται στη συγκεκριμένη αφήγηση.

2η διδακτική ώρα: Μοτίβα συμπεριφοράς, άτομο και αλλαγή	
Εφόσον έχει ολοκληρωθεί η προηγούμενη δραστηριότητα, τους ζητούμε να εστιάσουν στον εντοπισμό εκείνων των στοιχείων που διαφοροποιούν τις θετικές και αρνητικές τους εμπειρίες. Όταν προσδιορίσουν αυτούς τους παράγοντες, τους ζητούμε να εξετάσουν αυτά τα οποία κατέγραψαν και να εντοπίσουν μοτίβα που αναπαράγονται βάσει των περιγραφών που έχουν καταγράψει.	15'
Σε ένα πλαίσιο κάτω από τις στήλες με τις θετικές και αρνητικές εμπειρίες των δραστηριοτήτων, οι μαθητές/τριες καλούνται να απαντήσουν στο ακόλουθο ερώτημα: «Τι σημαίνουν αυτά τα μοτίβα για εμένα ως άτομο;» καταγράφοντας τα προσωπικά χαρακτηριστικά, τις αξίες και τις δεξιότητες που χρησιμοποίησαν για τη διαχείριση των εκάστοτε καταστάσεων.	15'
Παρακινούμε τους μαθητές και τις μαθήτριες να παρατηρήσουν εάν υπάρχουν μοτίβα συμπεριφοράς που τους προκαλούν δυσκολίες/εμπόδια, ή μοτίβα τα οποία θα ήθελαν να αλλάξουν. Έτσι, λοιπόν, εστιάζουμε στο ερώτημα «Πως θα μπορούσα να αλλάξω τα μοτίβα εκείνα που μου δημιουργούν προβλήματα/δυσκολίες;», καταγράφοντας στρατηγικές που θα μπορούσαν να υιοθετήσουν και ενέργειες στις οποίες θα μπορούσαν να προβούν ώστε να τροποποιήσουν τα μοτίβα συμπεριφοράς τους, για να είναι περισσότερο αποτελεσματικοί/ες. Συστήνεται οι εκπαιδευτικοί να αναζητήσουν σχετικά βίντεο και υλικό που αφορούν σε παράγοντες όπως η στοχοθέτηση, η κινητοποίηση και η υποστήριξη για την αλλαγή της συμπεριφοράς.	15'

5.1.7 Ζητήματα συμπερίληψης



Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού στο πλαίσιο της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και στο πνεύμα της κοινωνικής δικαιοσύνης είναι ιδιαίτερα κρίσιμος για την ένταξη των ατόμων που προέρχονται από ευάλωτες κοινωνικά ομάδες. Για παράδειγμα:

- δημιουργήστε ένα ασφαλές και φιλόξενο περιβάλλον χρησιμοποιώντας συμπεριληπτική γλώσσα αποφεύγοντας τις υποθέσεις.
- ενσωματώστε πρακτικές διδασκαλίας που υποστηρίζουν μαθητές/τριες με διαφορετικά στυλ μάθησης, ικανότητες και πολιτισμικό υπόβαθρο.
- συζητήστε τα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις και προκαλέστε τους να σκεφτούν κριτικά τις υποθέσεις τους.
- ενθαρρύνετε τους να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις προοπτικές τους για να προωθήσουν την κατανόηση και την ενσυναίσθηση.
- προωθήστε τη συνεργασία και την ομαδική εργασία μεταξύ των μαθητών/τριών με διαφορετικό υπόβαθρο ή ικανότητες για να εργαστούν μαζί.
- προσκαλέστε τις οικογένειες των μαθητών/τριών σας για να γνωρίσουν ένα ευρύ φάσμα επιλογών σταδιοδρομίας από διαφορετικά πολιτισμικά υπόβαθρα.
- συνδέστε μαθητές/τριες με μέντορες που έχουν παρόμοιο υπόβαθρο ή που εργάζονται σε τομείς που τους ενδιαφέρουν.
- εξετάστε πώς διαφορετικές πτυχές της ταυτότητας ενός ατόμου (φύλο, πεποιθήσεις, γλώσσα) μπορεί να επηρεάσουν την εξέλιξη της σταδιοδρομίας του.
- Βοηθήστε τους μαθητές και τις μαθήτριες να συνειδητοποιήσουν και να πιστέψουν ότι με τις δικές τους ενέργειες μπορούν να επηρεάσουν και να καθορίσουν το επαγγελματικό τους μέλλον (Ασβεστάς, 2004⁹⁵ · Ασβεστάς, 2022⁹⁶).

⁹⁵ Ασβεστάς, Α. (2004). Ειδική Αγωγή: Ζήτημα των ατόμων με ειδικές ανάγκες ή ευθύνη όλων μας. Στο Χρ. Κοσμίδου-Hardy (Επιμ.), *Ο Δάσκαλος ως Σύμβουλος: Το Γιατί και το Πώς*, (σ.σ. 133-169). Αθήνα: Άλφα Εκδοτική.

⁹⁶ Ασβεστάς, Α. (2022). Διαπολιτισμικές δεξιότητες του/της εκπαιδευτικού και καλές πρακτικές στο συμπεριληπτικό σχολείο. Στα Πρακτικά του Πανελληνίου Εκπαιδευτικού Συνεδρίου *Διαπολιτισμική εκπαίδευση: Ισότητα, αποδοχή, ένταξη*, (σ.σ. 56-69).

5.1.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου



Το δέντρο. Ζωγραφίζω ένα μεγάλο δέντρο και φτιάχνω το οικογενειακό μου δέντρο. Δίπλα στα ονόματα σημειώνω τα επαγγέλματα του κάθε μέλους. Συλλέγω πληροφορίες από τους γονείς μου και τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας (ανάλογα με την ηλικία των μαθητών θα υπάρχει και ο περιορισμός των γενεών – ιδανικά έως δύο γενεές για τις πολύ μικρές τάξεις) και περιγράφω την επαγγελματική καθημερινότητα και τις αρμοδιότητες του κάθε επαγγέλματος (Σκουλάκη, 2019).

Παιχνίδι και σχολική ζωή

Γράφω σε ένα χαρτί τα παιχνίδια που μου αρέσουν να παίζω με τους φίλους μου ή με την οικογένειά μου και τα καταφέρνω καλά. Στη συνέχεια, προσπαθώ να βρω ποιες γνώσεις που έχω αποκτήσει μέσα από τα μαθήματα στο σχολείο με βοηθούν σε κάθε παιχνίδι. Κατόπιν καταγράφω τα σχολικά μαθήματα που μου αρέσουν περισσότερο ή σημειώνω καλές επιδόσεις (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Αργυροπούλου, Δρόσος & Ταμπούρη, 2011).

Διερεύνηση προτύπων: Αναζητώ πρόσωπα που με έχουν εμπνεύσει και καθοδηγήσει με το παράδειγμά τους και που κατάφεραν να επιτύχουν τους στόχους τους παρά τις δυσκολίες που είχαν. Προσδιορίζω τα χαρακτηριστικά και τις αξίες που διαθέτουν και σκέφτομαι τα κοινά σημεία και τις διαφορές με τα αντίστοιχα χαρακτηριστικά και τις αξίες που διαθέτω.

Εθελοντισμός. Έρχομαι σε επαφή με επαγγελματίες και ειδικούς, μαθαίνω για τις ιδιαιτερότητες του αντικειμένου που με ενδιαφέρει και αποκτώ την ικανοποίηση ότι συμβάλλω σε έναν σκοπό.

Διερευνώ τα τμήματα/επαγγέλματα βάσει των ενδιαφερόντων μου. Συμπληρώνω το Ερωτηματολόγιο Ενδιαφερόντων στην Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας (Θεματικοί κατάλογοι: Στήριξη για τον Σχεδιασμό εδώ Σταδιοδρομίας σου) και αναζητώ πληροφορίες για τα αντίστοιχα Επαγγέλματα ή Τμήματα Σχολών από τις ιστοσελίδες των αντίστοιχων Τμημάτων και κρατώ εποικοδομητικές σημειώσεις.

Παρακολούθηση/παρατήρηση εργασίας (Job shadowing): Παρακολουθώ επαγγελματίες στον χώρο τους και βιώνω από κοντά την επαγγελματική καθημερινότητά τους.

5.1.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;

- Διαμορφώνει **σενάρια διδασκαλίας** αξιοποιώντας τα **συστατικά στοιχεία** της **αυτογνωσίας - αυτοαντίληψης**, σύμφωνα με τις ανάγκες των μαθητών και των μαθητριών.
- Συνδέει, με **ομαδικά παιχνίδια** και **παιχνίδια ρόλων**, το **εννοιολογικό περιεχόμενο** της **αυτογνωσίας- αυτοαντίληψης** με την αυτοεικόνα, το αυτοσυναίσθημα, την αυτοαποτελεσματικότητα, την αυτό-ανίχνευση, την αυτό-κατανόηση και την αυτοεκτίμηση.
- Αξιοποιεί επικουρικά το **Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας** σε **ομαδικές βιωματικές δραστηριότητες** και **εφαρμόζει ασκήσεις και τεχνικές** που θα βοηθήσουν τους μαθητές και τις μαθήτριες να διευρύνουν την αυτογνωσία τους και την αυτοαντίληψή τους σε σχέση με την ενασχόλησή τους με την προσέγγιση των επιλογών τους.
- Διερευνά και αξιοποιεί τα **ψηφιακά εργαλεία** και τους **ανοικτούς πόρους** του ΕΟΠΠΕΠ και άλλων φορέων, ώστε να καλλιεργήσει στάσεις και συμπεριφορές για την ενίσχυση της αυτογνωσίας και της αυτοαντίληψης.
- Χρησιμοποιεί **ποσοτικά εργαλεία** σε συνδυασμό με **ποιοτικές μεθόδους** για να ενισχύσει την ενδοσκόπηση.
- **Εντάσσει ζητήματα συμπερίληψης** στην εκπαιδευτική διαδικασία ώστε να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες από ευάλωτες ομάδες να εξετάζουν πως διαφορετικές πτυχές της ταυτότητας τους επηρεάζουν την εξέλιξη της σταδιοδρομίας τους.
- **Εκπαιδεύει** τους μαθητές και τις μαθήτριες να **διατηρούν** το ενδιαφέρον τους και την ενέργειά τους για την ανάπτυξη και ενίσχυση της αυτογνωσίας και της αυτοαντίληψής τους μπαίνοντας στη **«θέση του οδηγού»**, του ατόμου, δηλαδή, που συμμετέχει ενεργά στη διαδικασία.

5.2 Πληροφόρηση



5.2.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο

Η **πληροφόρηση** είναι η βάση της ανθρώπινης μάθησης στο σημερινό περιβάλλον της κατακλυσμιαίας ενημέρωσης και διάχυσης της πληροφορίας. Σχετίζεται άμεσα με την κοινή πρακτική της αναζήτησης της πληροφορίας που αφορά στην μάθηση (τυπική και μη τυπική) αλλά και την εργασιακή και ευρύτερη καθημερινή ζωή (ΕΟΠΠΕΠ, 2021)⁹⁷. Η **ικανότητα αναζήτησης πληροφοριών** ορίζεται ως σύνολο δεξιοτήτων που περιλαμβάνει τη δεξιότητα άντλησης πληροφοριών από βιβλία, υπολογιστές, κοινωνικά δίκτυα και άλλα μέσα σε συνδυασμό με ηθική και κριτική σκέψη, αλλά και επικοινωνιακές δεξιότητες, ώστε να μοιράζεται κάποιος τις τελικές πληροφορίες, αφού έχει προηγηθεί η συγκέντρωση, ανάλυση και σύνθεσή τους (CSU CLRIT 1995: 4-5)⁹⁸. Η ικανότητα πληροφόρησης δεν έχει έναν, καθολικά, αποδεκτό ορισμό. Ωστόσο, υπάρχουν αρκετές ομοιότητες ανάμεσα στις υπάρχουσες απόπειρες ορισμού. Οι Cohen και Jan (1995)⁹⁹ την ορίζουν ως «την ικανότητα του ατόμου α) να αναγνωρίζει την ανάγκη για πληροφόρηση β) να την κατακτά και να την αξιολογεί γ) να την οργανώνει και να τη διατηρεί και τέλος δ) να την ερμηνεύει και να την επικοινωνεί. Οι Pope (2012) και Isaacson (1977)¹⁰⁰, συνοψίζοντας τις απόψεις πολλών άλλων ερευνητών του πεδίου, αναφέρουν ότι με βάση τις πληροφορίες επιτελούνται οι ακόλουθες τέσσερις ειδικές λειτουργίες: η παρωθητική, η διδακτική, η προσαρμοστική και η κατανεμητική.

- Η **παρωθητική λειτουργία** των πληροφοριών γίνεται φανερή αν λάβουμε υπόψη τον τρόπο με τον οποίο επενεργεί στο άτομο η πληροφόρηση πάνω σε ορισμένες καταστάσεις ή προϋποθέσεις μέσω των οποίων γίνεται δυνατή η προσπέλαση προς κάποιον στόχο. Έτσι, π.χ. ο μαθητής παρωθείται να εντείνει τις προσπάθειές του στη μελέτη ενός γνωστικού αντικειμένου αν πληροφορηθεί ότι η καλή γνώση αυτού του αντικειμένου διευκολύνει την είσοδο του σε κάποια σχολή ή τμήμα φοίτησης.

⁹⁷ ΕΟΠΠΕΠ, (2021). *Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας (Life/Career Competences Framework)*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ

⁹⁸ California State University, Commission on Learning Resources and Instructional Technology (1997). Work Group on Information Competence, *Information Competence in the CSU: A Report Available: <http://www.csupomona.edu/library/InfoComp/CLRIT.html>*

⁹⁹ Cohen, I., & Jan, E. (1995). *Basic Library and Information Competencies: A Unified State-Wide Approach. Final Report*. San Francisco: City College of San Francisco Library.

¹⁰⁰ Pope, D. (2012). Isaacson, Lee E. (1977). *Career Information in Counselling and Teaching*. (3rd Edition). *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 14(1). Retrieved from <https://cjc-rc.calgary.ca/article/view/60300>

- Η **διδασκτική λειτουργία** των πληροφοριών είναι η πιο εμφανής δεδομένου μάλιστα ότι το μεγαλύτερο μέρος της πληροφόρησης σε ένα εξελικτικό σύστημα Σχολικού Προσανατολισμού γίνεται μέσω της διδασκαλίας των πληροφοριών στους μαθητές, ώστε να διευκολυνθούν στη λήψη απόφασης.
- Η **προσαρμοστική λειτουργία** είναι σημαντικότερη, διότι διευκολύνει τη δημιουργία μιας στοιχειώδους ισορροπίας ανάμεσα στο φανταστικό και το πραγματικό. Η πραγματικότητα αυτή είναι πάντα συνισταμένη των επιμέρους στοιχείων, εκείνων δηλαδή που αναφέρονται στο ίδιο το άτομο (ατομικές πληροφορίες) κι εκείνων που αναφέρονται στο περιβάλλον του (κοινωνικό, εκπαιδευτικό, επαγγελματικό κ.ο.κ.).
- Η **κατανομική λειτουργία** σχετίζεται με τις διαδικασίες «κατανομής» της πληροφορίας, που στην προκειμένη περίπτωση αφορούν στην τοποθέτηση σε κάποιο περιβάλλον ή στην είσοδο σε κάποιο επαγγελματικό, κυρίως, περιβάλλον. Η προετοιμασία για κάποιες συγκεκριμένες δραστηριότητες γίνεται συνήθως μακριά από το συγκεκριμένο περιβάλλον μέσα στο οποίο το άτομο θα απασχοληθεί, γι' αυτό και η πληροφόρηση είναι τόσο σημαντική.

Είναι γενικά παραδεκτό ότι δύο είναι οι τρόποι με τους οποίους είναι δυνατόν το άτομο να αποκτήσει εποπτεία του εαυτού του και του περιβάλλοντος, **η άμεση πληροφόρηση και η έμμεση γνωριμία**, η οποία είναι δυνατή μόνο με τη συγκέντρωση πληροφοριών. Σήμερα θεωρείται ότι η πληροφορία έχει καταλυτική σημασία για το άτομο, ιδίως όταν είναι αυτή που πρέπει, όπως πρέπει και όταν τη χρειάζεται. Γι' αυτό πολλοί θεωρούν την πληροφορία «επένδυση» και μάλιστα πολύ σημαντική.

Είναι γεγονός ότι οι ευκαιρίες και οι προκλήσεις της εποχής μας είναι περισσότερο διαθέσιμες για όσους μπορούν να λειτουργήσουν αποτελεσματικά μέσα στις σύνθετες απαιτήσεις μιας κοινωνίας που εξαρτάται ολοένα και περισσότερο από τις πληροφορίες. Οι μαθητές πρέπει να είναι καλά πληροφορημένοι όπως, εξάλλου, και οι υπάλληλοι, οι επιχειρηματίες αλλά και όλοι οι ενήλικες που θέλουν να προσαρμόζονται στις γρήγορες αλλαγές. Αν, ειδικότερα, οι νέοι κατακτήσουν την ικανότητα πληροφόρησης, θα είναι ενδυναμωμένοι ώστε να κατακτήσουν την επαγγελματική επιτυχία, ακόμα και αν οι γνώσεις που έλαβαν από το σχολείο ή το Πανεπιστήμιο ξεχαστούν ή καταστούν παρωχημένες.

Ωστόσο, παρατηρείται έλλειψη σύνδεσης μεταξύ των ταχέως αναπτυσσόμενων τεχνολογιών επικοινωνίας και της ικανότητας πολλών από τους πολίτες να αξιοποιήσουν αυτές τις πηγές. Υπάρχουν, βέβαια, οι ερευνητές, οι ακαδημαϊκοί και οι «έμπειροι χρήστες» της τεχνολογίας που διαθέτουν πληροφοριακή ικανότητα. Ωστόσο, όσο διευρύνεται το χάσμα μεταξύ αυτών

που διαθέτουν πληροφοριακό γραμματισμό και των υπολοίπων, τόσο πιο αναγκαία κρίνεται η ανταπόκριση του εκπαιδευτικού συστήματος. Φαίνεται πως κάποια άτομα μαθαίνουν μόνα τους να είναι παραγωγικά και να ενδυναμώνονται μέσα σε αυτό το νέο περιβάλλον του καταιγισμού των πληροφοριών και άλλα να μένουν πίσω (Green, 1996)¹⁰¹.

Πολύ κοντά εννοιολογικά στην ικανότητα αναζήτησης πληροφοριών βρίσκεται ο όρος **πληροφοριακός γραμματισμός** (information literacy). Η American Library Association (1989)¹⁰² περιγράφει την ικανότητα ως τη διαδικασία κατά την οποία το άτομο αναγνωρίζει την αναγκαιότητα την πληροφόρησης, εντοπίζει την πληροφορία, την αξιολογεί και τη χρησιμοποιεί αποτελεσματικά στην καθημερινή ζωή για να παίρνει «σωστές» αποφάσεις. Εξάλλου, ο πληροφοριακός γραμματισμός προϋποθέτει την ικανότητα να διαχειρίζεται κανείς τον καταιγισμό των πληροφοριών που παράγεται από όλα τα μέσα γύρω μας καθημερινά και να μαθαίνει κατά τη διάρκεια όλης της ζωής του, καθώς οι τεχνολογικές και κοινωνικές αλλαγές απαιτούν νέες δεξιότητες και γνώσεις.

Ο **πληροφοριακός γραμματισμός** αναγνωρίζεται διεθνώς ως ένα σύνολο ικανοτήτων καίριων για την εκπαιδευτική, επαγγελματική και προσωπική ζωή των ανθρώπων του 21ου αιώνα. Εντάσσεται στο ευρύτερο πλαίσιο ικανοτήτων (γνώσεων, δεξιοτήτων και στάσεων) που συγκροτούν το συνεχές του Γραμματισμού στα Μέσα και την Πληροφορία και συντελεί στο να κατανοούμε τη λειτουργία των μέσων και των διάφορων παρόχων πληροφόρησης, να αξιολογούμε κριτικά το περιεχόμενο της πληροφόρησης και να λαμβάνουμε συνειδητές αποφάσεις ως χρήστες και δημιουργοί πληροφοριών (Brown & Krumholz, 2002¹⁰³; Μπουγατζέλη, Σουλιώτη, Τόγια, 2015¹⁰⁴).

Ο πληροφοριακός γραμματισμός παρέχει σταθερές βάσεις για τη δια βίου μάθηση, έχοντας αναχθεί σε μία δεξιότητα «επιβίωσης» στην εποχή της πληροφορίας, καθώς δημιουργεί κατάλληλα περιβάλλοντα μάθησης εκκινώντας από τα ενδιαφέροντα των μαθητών, και συνεχίζοντας με τη ενθάρρυνση όσον αφορά στη συμμετοχή τους σε δημιουργικές δραστηριότητες ερευνητικού χαρακτήρα, όπου η γνώση δεν παρέχεται έτοιμη, αλλά αποκτάται

¹⁰¹ Green, K.C., (1996). The Coming Ubiquity of Information Technology, *Change: The Magazine of Higher Learning* 28 (2), 24-28

¹⁰² American Library Association (1989). Presidential Committee on Information Literacy Final Report. Chicago: ALA. Retrieved from: <https://www.ala.org/acrl/publications/whitepapers/presidential>

¹⁰³ Brown, C. & Krumholz, L. (2002). Integrating information literacy into the science curriculum. *College and Research Libraries*, 63(2), 111–123.

¹⁰⁴ Μπουγατζέλη, Ε., Σουλιώτη, Ε. & Τόγια, Α. (2015). Πληροφοριακός Γραμματισμός και εκπαίδευση φοιτητών/τριών παιδαγωγικών τμημάτων: η περίπτωση του ΠΤΔΕ της Παιδαγωγικής Σχολής του ΑΠΘ. *Περιοδικό Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών*, 2, 15–27.

μέσα από διαδικασίες ανάκλησης και επεξεργασίας πληροφοριών (Ντρενογιάννη, 2001)¹⁰⁵. Υπό το πρίσμα αυτό, η ικανότητα του ατόμου να βρίσκει, να αξιολογεί και να χρησιμοποιεί την πληροφορία αποτελεσματικά είναι καίρια για όσους επιδιώκουν τη μάθηση κατά τον 21ο αιώνα (American Association of School Librarians, 2007)¹⁰⁶. Περαιτέρω ερευνητικά αποτελέσματα ενισχύουν τη σημασία κατάκτησης του πληροφοριακού γραμματισμού (Wang, 2006)¹⁰⁷ και των τρόπων που τα άτομα μπορεί να επωφεληθούν, αφού εξοικειώνει με διαφορετικούς τύπους δημοσιευμένης πληροφορίας (πληροφοριακό υλικό, βιβλία, περιοδικά, εφημερίδες), εξασκεί σε πηγές αναζήτησης πληροφοριών, καλλιεργεί τη μάθηση σχετικά με τα κριτήρια αξιολόγησης των παρεχόμενων πληροφοριών (αξιοπιστία, ακρίβεια, εγκυρότητα, επικαιρότητα κλπ) και ενισχύει την προσέγγιση συγκεκριμένων πηγών πληροφόρησης.

Από την οπτική της αναζήτησης της πληροφορίας ως διαδικασίας μάθησης, η αναζήτηση νοηματοδοτείται ως η **διαδικασία** κατά την οποία τα άτομα **δεσμεύονται** σε διάφορες **δραστηριότητες αναζήτησης**, όπως η κριτική επεξεργασία πληροφοριών, ο συνδυασμός πληροφοριών, ώστε να δημιουργηθεί κάποια νέα πληροφορία, η αξιολόγηση και η αξιοποίηση της πληροφορίας (Rieh et. al. 2016)¹⁰⁸. Κριτήρια για την αξιολόγηση της αποτελούν η αυθεντία, η αντικειμενικότητα, η ακρίβεια, ο βαθμός επικαιρότητάς της και η κάλυψη από τις διαδικτυακές πηγές.

Σύμφωνα με τους White et. al. (2009)¹⁰⁹ ο πληροφοριακός γραμματισμός σχετίζεται με:

- **την επισκεψιμότητα στο διαδίκτυο** (web visitation): όσοι διαθέτουν υψηλά επίπεδα αποτελεσματικότητας στην αναζήτηση πληροφοριών τείνουν να επισκέπτονται διαφορετικές και ποικίλες ιστοσελίδες. Ένα μέτρο αξιολόγησης αυτού είναι ο μέσος όρος των μοναδικών ιστοσελίδων που επισκέπτονται, όπως αυτός προκύπτει από τις σελίδες αποτελεσμάτων αναζήτησης.
- **την επικέντρωση** (focus): οι ειδικοί στην αναζήτηση πληροφοριών διερευνούν με πιο στοχευμένο τρόπο, περιοριζόμενοι σε αυτό ακριβώς που αναζητούν. Το στοιχείο αυτό

¹⁰⁵ Ντρενογιάννη, Ε. (2001). Δεξιότητες διαχείρισης και επεξεργασίας πληροφοριών: Ένας στόχος αιχμής για την εκπαίδευση στη Κοινωνία της Πληροφορίας. Στο Μακράκης, Β. (Επιμ.) *Νέες Τεχνολογίες στην Εκπαίδευση και στην Εκπαίδευση από Απόσταση* (pp. 359-369). Ρέθυμνο: Εκδόσεις Ατραπός.

¹⁰⁶ American Association of School Librarians (2007). *Standards for the 21st-century learner*. Chicago, IL: American Association of School Librarians

¹⁰⁷ Wang R. (2006). The lasting impact of a library credit course. *Portal: Libraries and the Academy* 6(1), 79–92.

¹⁰⁸ Rieh, S.Y., Collins-Thompson, K., Hansen, P. & Lee, H.J. (2016). Towards searching as a learning process: A review of current perspectives and future directions. *Journal of Information Science*, 42(1), 19–34.

¹⁰⁹ White, R.W., Dumais, S.T. & Teevan, J. (2009). Characterizing the influence of domain expertise on web search behavior. *Proceedings of the second ACM international conference on web search and data mining (WSDM)*, 132–141.

επιβεβαιώνεται και πάλι από τις σελίδες αποτελεσμάτων αναζήτησης που αφορούν ένα θέμα.

- **την εντροπία** (entropy): η εντροπία σχετίζεται με την ποικιλία στην αναζήτηση πολλαπλών θεμάτων, διαφορετικών μεταξύ τους, που υποσκάπτει την αποτελεσματικότητα στην αναζήτηση της πληροφορίας. Οι ειδικοί στην αναζήτηση τείνουν να αποφεύγουν την εντροπία και να υιοθετούν πρακτικές επικέντρωσης σε αυτό το οποίο αναζητούν.
- **τη διακλάδωση των πληροφοριών** (branchiness): οι ειδικοί στην αναζήτηση τείνουν να ακολουθούν τις «διακλαδώσεις» των πληροφοριών, επιστρέφοντας σε ένα σημείο που έχουν ξαναδεί και ακολουθώντας ένα ανεξερεύνητο μονοπάτι, εμβαθύνοντας και αναζητώντας την ποιότητα στην πληροφορία.
- **τον χρόνο παραμονής**: πρόκειται για τον χρόνο που ο χρήστης ξοδεύει για να διαβάσει τα αποτελέσματα της αναζήτησης του. Ο μικρότερος χρόνος παραμονής συνδέεται με καλύτερες επιδόσεις στην αναζήτηση πληροφορίας που οφείλεται στην ταχύτερη αξιολόγηση της πληροφορίας.
- **την πολυπλοκότητα ερωτημάτων και όρων** (query and session complexity): η χρήση τεχνικών και εξειδικευμένων όρων κατά την αναζήτηση σχετίζεται με την αποτελεσματική αναζήτηση πληροφοριών. Μάλιστα, ο αριθμός των ερωτημάτων όπως και τα μοτίβα αναδιατύπωσης των ερωτήσεων μπορούν να αξιοποιηθούν ως κριτήρια.

Η **ικανότητα αναζήτησης πληροφοριών** αναφέρεται στην εύρεση πληροφοριών που είναι ακριβείς και πραγματικές. Περιλαμβάνει ως επί το πλείστον τον τρόπο δεκτικής μάθησης, καθώς πρωταρχικός σκοπός είναι η εύρεση και απόκτηση υπαρχουσών πληροφοριών. Μάλιστα, γνωστικές δραστηριότητες υψηλότερου επιπέδου όπως η ανάλυση (διαφοροποίηση, οργάνωση, απόδοση), η αξιολόγηση (έλεγχος, κριτική) και η δημιουργία (δημιουργία, σχεδιασμός, παραγωγή) μπορούν να κατακτηθούν μέσω μιας ολοκληρωμένης αναζήτησης, η οποία χρησιμεύει ως διαδικασία μάθησης από μόνη της. Εξάλλου, σύμφωνα με τον Marchionini (2006)¹¹⁰ η διερευνητική αναζήτηση προϋποθέτει συνεχείς επαναλήψεις προκειμένου να επιτευχθεί η ανάλυση, η σύνθεση, η ανακάλυψη, ο σχεδιασμός και η τροποποίηση/αλλαγή. Η αναζήτηση για πληροφορίες και η επεξεργασία των ληφθέντων πληροφοριών είναι μία πολύπλοκη γνωστική διαδικασία που απαιτεί από τα άτομα

¹¹⁰ Marchionini, G.(2006). Exploratory search: From finding to understanding. *Communications of the ACM* 49(4), 41–46.

επαλήθευση, αξιολόγηση, οργάνωση και σύνθεση πληροφοριών που λαμβάνονται από διαφορετικές πηγές (Walraven, Brand-Gruwel & Boshuizen, 2008)¹¹¹.

Όταν λαμβάνεται υπόψη το μέγεθος και η ποικιλία των διαθέσιμων πληροφοριών στο διαδίκτυο παρουσιάζονται ή προκύπτουν ζητήματα όπως η αξία, η αξιοπιστία, η αμεροληψία και η δυνατότητα εφαρμογής τους. Οι πληροφορίες αποτελούν ερωτηματικό για τα άτομα, ενώ είναι απαραίτητο να αξιολογηθούν οι ιστότοποι κατά μία κριτική προσέγγιση. Αυτό καθιστά δύσκολη την αναζήτηση πληροφοριών στο διαδίκτυο και τα άτομα συχνά χάνονται και δεν ξέρουν πού θα πάνε, πού είναι και τι θα κάνουν (Aşkar & Mazman, 2013)¹¹². Έτσι, έμφαση χρειάζεται να δίνεται στα κριτήρια αξιολόγησης των παρεχόμενων πληροφοριών (αξιοπιστία, ακρίβεια, εγκυρότητα, επικαιρότητα κλπ), προκειμένου να κατανοείται ότι η οργάνωση και η μορφή κάθε πληροφορίας αποτελεί μέρος του συνολικού νοήματός της, ώστε στη συνέχεια, να αξιολογείται σε σχέση με τις ανάγκες της.

Το Cedefop αναλύει τα ποιοτικά κριτήρια αξιολόγησης των πληροφοριών για την αγορά εργασίας (Cedefop, 2016)¹¹³ Παράλληλα έχει δημιουργήσει μια εργαλειοθήκη¹¹⁴ με τίτλο *Resources for guidance* “Developing Information Technologies and Labour Market Information in Lifelong Guidance” που αναφέρεται στο ρόλο και τον τρόπο ένταξης της πληροφόρησης για την αγορά εργασίας στην συμβουλευτική σταδιοδρομίας και στις επιμέρους λειτουργίες της. (αυτογνωσία, λήψη απόφασης κλπ)

Ο χρήστης που θέλει να έχει πρόσβαση σε πληροφορίες για ένα συγκεκριμένο θέμα συχνά αντιμετωπίζει πολλές άσχετες, ψευδείς και αναξιόπιστες πληροφορίες σχετικά με το θέμα αναζήτησης (Firat & Kurt, 2015)¹¹⁵. Αυτό οδήγησε στη γέννηση της έννοιας της «πληροφοριακής ρύπανσης στο διαδίκτυο», η οποία ονομάστηκε «infollution» από την Power (2015)¹¹⁶. Στη μελέτη που διεξήχθη από τους Firat και Kurt (2008)¹¹⁷ η ρύπανση της πληροφορίας ορίστηκε από τους εκπαιδευτικούς «ως παρουσία περιττών, λανθασμένων,

¹¹¹ Walraven, A., Brand-Gruwel, S. & Boshuizen, H.P.A. (2008). Information- problem solving: A review of problems students encounter and instructional solutions. *Computers in Human Behavior*, 24(3), 623–648.

¹¹² Aşkar, P. & Mazman, S.G. (2013). Adaptation of online information searching strategy inventory into Turkish. *Education and Science*, 38 (168), 167-182.

¹¹³ Cedefop (2016). Labour market information and Guidance.

¹¹⁴ <https://www.cedefop.europa.eu/en/tools/resources-guidance/toolkit>

¹¹⁵ Firat, M. & Kurt, A.A. (2015). İnternet’te Bilgi Kirliliği Ölçeğinin geliştirilmesi ve uygulanması. *Eğitimde Kuramve Uygulama*, 11(1), 89-103.

¹¹⁶ Power, C. (2015). Higher education: The engine of development. Power C. (2015) Higher Education: The Engine of Development. In: *The Power of Education. Education in the Asia-Pacific Region: Issues, Concerns and Prospects*, 27. Springer, Singapore.

¹¹⁷ Firat, M. & Kurt, A.A. (2008). The views of candidate teachers of information technologies about information pollution on the internet. 7th WSEAS *International Conference on Education and Educational Technology - Edu’08*, Venice, Italy.

ξεπερασμένων, αναξιόπιστων, ασυνεπών, εμπορικών πληροφοριών, που δε δημοσιεύεται από ειδικούς στο διαδίκτυο με τακτικό τρόπο». Ως μία από τις συνέπειες της «**πληροφοριακής ρύπανσης**» μπορεί να θεωρηθεί η απώλεια χρόνου. Αυτή η κατάσταση εκφράζεται είτε από την αντίληψη ότι ξοδεύουμε περισσότερο από τον προγραμματισμένο χρόνο είτε την αντίληψη ότι ο χρόνος περνά πιο γρήγορα όταν ασχολούμαστε με τεχνολογίες (Koçak-Usluel & Kurt-Vural, 2009)¹¹⁸. Συνεπώς, το άτομο δύναται να αφιερώσει πολύ χρόνο στην αναζήτηση αξιόπιστων πληροφοριών, τουλάχιστον περισσότερο από ό,τι είχε αρχικά προγραμματιστεί λόγω της ρύπανσης των πληροφοριών στο διαδίκτυο.

Σύμφωνα με την έρευνα των Kurt και Emiroğlu (2018)¹¹⁹, οι μαθητές έρχονται αντιμέτωποι με τη ρύπανση των πληροφοριών που προέρχονται από το περιβάλλον και όχι από τον εαυτό τους. Σήμερα, τα άτομα δυσκολεύονται ολοένα και περισσότερο να επιλέξουν τη σωστή πληροφορία ανάμεσα στις ορδές των πληροφοριών που είναι διαθέσιμες στον διαδικτυακό ιστό, ενώ παράλληλα τα άτομα καθίστανται περισσότερο παραγωγοί παρά απλοί καταναλωτές πληροφοριών χρησιμοποιώντας υπολογιστές (Mercimek, Dulkadir-Yaman, Kelek & Odabaşı, 2016)¹²⁰.

Επιπρόσθετα, τα άτομα που αναζητούν εργασία πρέπει να διαθέτουν ποιοτικές πληροφορίες και αναπτυγμένες δεξιότητες αναζήτησης εργασίας. Οι **στρατηγικές αναζήτησης εργασίας**, που αναφέρονται επίσης ως μέθοδοι αναζήτησης εργασίας, ορίζονται ως πηγές που χρησιμοποιούνται για την εύρεση θέσεων εργασίας (Barber, Daley, Giannantonio & Phillips, 1994)¹²¹. Οι σημαντικοί παράγοντες για μία επιτυχημένη αναζήτηση εργασίας περιλαμβάνουν την επίγνωση των δεξιοτήτων και των στόχων του ατόμου, την κατανόηση της αγοράς εργασίας και μία καλά σχεδιασμένη στρατηγική αναζήτησης εργασίας.

Ο προσδιορισμός των αξιών, των ενδιαφερόντων και των δεξιοτήτων ενός ατόμου συμβάλλει στην αναζήτηση εργασίας (Judge, Locke, & Durham, 1997)¹²². Παρόλο που η αυτοαξιολόγηση μπορεί να είναι μια χρονοβόρα διαδικασία, προσφέρει πολύτιμες πληροφορίες και διευκολύνει

¹¹⁸ Koçak Usluel, Y. & Kurt Vural, F. (2009). Adaptation of Cognitive Absorption Scale To Turkish . *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 42(2), 77–92.

¹¹⁹ Kurt, A.A. & Emiroğlu, B.G. (2018). Analysis of Students' Online Information Searching Strategies, Exposure to Internet Information Pollution and Cognitive Absorption Levels Based on Various Variables. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 6(1), 18–29.

¹²⁰ Mercimek, B., Dulkadir-Yaman, N., Kelek, A. & Odabaşı, F.H. (2016). The new reality of the digital world: Trolls, *Journal of Trakya University Education Faculty*, 6(1), 67–77.

¹²¹ Barber, A.E., Daley, C.L., Giannantonio, C.M. & Phillips, J.M. (1994). Job search activities: An examination of changes over time. *Personnel Psychology*, 47, 739–766.

¹²² Judge, T.A., Locke, E.A. & Durham, C.C. (1997). The dispositional causes of job satisfaction: A core evaluations approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151–188.

τη λήψη αποφάσεων σταδιοδρομίας, ενώ προετοιμάζει τα άτομα στην προώθηση του εαυτού τους στην αγορά εργασίας (Chang, Ferris, Johnson, Rose, & Tan, 2012)¹²³.

Η γνώση της αγοράς και του επαγγελματικού κλάδου είναι μια δεξιότητα που σχετίζεται με την **ικανότητα αναζήτησης και ανάλυσης ευκαιριών εργασίας** και αναφέρεται στο κατά πόσο το άτομο που αναζητά εργασία έχει πραγματοποιήσει έγκαιρα μια ενδεδειγμένη έρευνα γύρω από:

- τον επαγγελματικό κλάδο, τις τάσεις απασχόλησης, τις αγοραστικές συνήθειες κλπ.
- τα γενικά χαρακτηριστικά του επαγγέλματος για το οποίο είναι υποψήφιος ή/και των άλλων επαγγελμάτων του κλάδου.
- την εταιρία στην οποία ενδιαφέρεται να προσληφθεί, το προφίλ της, τη θέση της στην αγορά, τα προϊόντα της, την οργανωτική δομή της, τους ανταγωνιστές της και τα χαρακτηριστικά και τις απαιτήσεις των πελατών της
- τις προσφερόμενες θέσεις απασχόλησης σε έναν επαγγελματικό κλάδο ή πιο συγκεκριμένα σε μια εταιρεία
- τα χαρακτηριστικά της συγκεκριμένης θέσης εργασίας (αρμοδιότητες, συνθήκες εργασίας, ωράρια, προοπτικές απασχόλησης) και τις απαιτήσεις της σε γνώσεις, επαγγελματικές και εγκάρσιες δεξιότητες και ικανότητες.

Η έρευνα αυτή είναι αναγκαία, ώστε το άτομο που αναζητά εργασία αφενός να είναι καλύτερα πληροφορημένο για τις απαιτήσεις της αγοράς γενικά και του συγκεκριμένου επαγγελματικού κλάδου ειδικότερα και αφετέρου να αντιληφθεί εάν τα προσωπικά του κίνητρα συμπίπτουν με αυτά της εταιρείας, στην οποία ενδιαφέρεται να προσληφθεί.

Στενά συνδεδεμένες έννοιες με την ικανότητα αναζήτησης πληροφόρησης
Κριτική σκέψη, Κοινωνική/ Ψηφιακή δικτύωση, Επαλήθευση πληροφοριών,
Παραγωγικότητα, Ανοιχτότητα, Δημιουργικότητα, Αντικειμενικότητα, Αυθεντία,
Επιχειρηματικότητα

¹²³ Chang, C.H., Ferris, D.L., Johnson, R.E., Rosen, C.C. & Tan, J.A. (2012). Core self-evaluations: A review and evaluation of the literature. *Journal of Management*, 38, 81–128.

5.2.2 Μαθησιακά αποτελέσματα

Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση να:



Θεματικές περιοχές ↓	Απόκτηση Απόκτηση γνώσεων	Εφαρμογή Επίδειξη γνώσεων	Εξατομίκευση Ενσωμάτωση της μάθησης και της γνώσης	Πράξη Μετασχηματισμός και δημιουργία της γνώσης
Αποτελεσματική αξιοποίηση πληροφοριών	Γνωρίζουν τους τρόπους πρόσβασης σε πληροφορίες σχετικές με την επαγγελματική πορεία (μέσω διαδικτύου, γονέων, δασκάλων, συμβούλων, κοινωνικών λειτουργών κ.λπ.), κατανοώντας ότι οι πληροφορίες πρέπει να είναι ακριβείς και αξιόπιστες.	Αναζητούν πληροφορίες από αξιόπιστες πηγές και να διερευνούν τις απαιτήσεις που σχετίζονται με τα επαγγελματικά τους ενδιαφέροντα, αξιοποιώντας τις τάσεις της αγοράς για την καλύτερη επαγγελματική επιλογή.	Αναλύουν και επεξεργάζονται πληροφορίες που ταιριάζουν με τους επαγγελματικούς τους στόχους, σε συνδυασμό με τα ενδιαφέροντά τους και τις ικανότητές τους.	Δημιουργούν ένα πλάνο για την επαγγελματική τους πορεία, βάσει των διαφορετικών πηγών πληροφόρησης, παρουσιάζοντάς το σε σημαντικούς ανθρώπους της ζωής τους.
Κατανόηση του κόσμου της εργασίας και των επαγγελματικών ρόλων	Περιγράφουν επαγγελματικούς ρόλους και τις συνθήκες εργασίας τους (μερική, πλήρης, ευέλικτη απασχόληση, επιχειρηματικότητα, εθελοντισμός), λαμβάνοντας υπόψη τις τάσεις και τις ευκαιρίες στον χώρο εργασίας, τη σημασία της εργασίας στην καθημερινή ζωή και την ατομική ικανοποίηση.	Εξετάζουν τις διαφορές στις απαιτήσεις μεταξύ των επαγγελμάτων και των εργασιακών χώρων και να προσδιορίζουν τους παράγοντες εκείνους που τους προσφέρουν μεγαλύτερη ικανοποίηση.	Αναστοχάζονται την επίδραση των σύγχρονων τάσεων στην αγορά εργασίας, των αναγκών που δημιουργούνται για μία διαβίου μάθηση και των πιθανών ευκαιριών και κινδύνων.	Αναπροσαρμόζουν το πλάνο της επαγγελματικής τους πορείας βάσει νέων τάσεων και συνθηκών που επικρατούν, λαμβάνοντας υπόψη τις επαγγελματικές τους φιλοδοξίες και προτιμήσεις σε σχέση με τις εργασιακές συνθήκες.
Συμμετοχή στη δια βίου μάθηση/ πληροφόρηση	Αναγνωρίζουν τον τρόπο που μαθαίνουν και να εμπλέκονται σε δραστηριότητες μάθησης (π.χ. αυτόνομη μελέτη, συνεργατικά project), κατανοώντας τον αντίκτυπο των προηγούμενων και τρεχουσών επιδόσεων στην επιλογή σπουδών ή επαγγέλματος.	Εφαρμόζουν τις ικανότητές τους (γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις) προκειμένου να πετύχουν τους επαγγελματικούς τους στόχους, διερευνώντας την πιθανή μεταφορά και αξιοποίησή τους από ένα πλαίσιο σε ένα άλλο.	Αξιολογούν τις πληροφορίες που βελτιώνουν τις ικανότητές τους και να επιλέγουν τις καλύτερες στρατηγικές για συνεχή μάθηση μετά από έρευνα και εξέταση αυτών των πληροφοριών.	Βελτιώνουν τον τρόπο με τον οποίο μαθαίνουν προκειμένου να πετύχουν τους προσωπικούς και επαγγελματικούς τους στόχους, δεσμευόμενοι/ες στη συνεχή πληροφόρηση και μάθηση.

5.2.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία



Ενδεικτικά γνωστικά αντικείμενα στο πλαίσιο της διαθεματικής προσέγγισης:

- **Α/θμια:** Γλώσσα, Πληροφορική, Ιστορία, Κοινωνική και Πολιτική Αγωγή, Αγγλικά
- **Β/θμια:** Νεοελληνική Γλώσσα, Λογοτεχνία, Πληροφορική, Κοινωνική και Πολιτική Αγωγή, Ιστορία, Αγγλικά, Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός, Project – Παρουσιάσεις, ΑΟΘ, Φιλοσοφία

Ενδεικτικές θεματικές ενότητες προγραμμάτων αγωγής υγείας ή/και σταδιοδρομίας:

- **Α/θμια:** Επαγγέλματα και τομείς παραγωγής (πρωτογενής / δευτερογενής / τριτογενής), Επαγγέλματα και αγορά εργασίας, Τοπικές αγορές εργασίας και επαγγέλματα, Ισότητα στην πρόσβαση στην εργασία, Γνωριμία με τη δομή, την οργάνωση και τη λειτουργία μιας επιχείρησης
- **Β/θμια:** Προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη & καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής, Επιχειρηματικότητα, Κριτήρια επιλογής επαγγέλματος, Ψηφιακές δεξιότητες και νέα επαγγέλματα, Η αξία των ήπιων δεξιοτήτων/ικανοτήτων στην αγορά εργασίας, Ήπιες δεξιότητες και σύγχρονα εργασιακά περιβάλλοντα

Ενδεικτικοί κύκλοι εργαστηρίων δεξιοτήτων:

- Κύκλος Δημιουργώ και Καινοτομώ - υποάξονας «Επιχειρηματικότητα - Αγωγή Σταδιοδρομίας- Γνωριμία με τα επαγγέλματα»
- Κύκλος Φροντίζω το Περιβάλλον

5.2.4 Βιωματικές δραστηριότητες



Περισσότερες πληροφορίες για ένα εύρος δραστηριοτήτων **πληροφόρησης** μπορείτε να βρείτε στο Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας που είναι προσβάσιμο στον ακόλουθο σύνδεσμο:

https://www.eoppep.gr/images/SYEP/ETHNIKO_PLAISIO_DEXIOTHTON.pdf

Επιπλέον:

- Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας για την υποστήριξη των NEET's
https://www.eoppep.gr/images/SYEP/2_NEETs_exercises.pdf
- Επισκέψεις επαγγελματιών στο σχολείο μετά από συντονισμό είτε μιας υπηρεσίας που παρέχει συμβουλευτική σταδιοδρομίας, είτε του ίδιου του σχολείου ή του πανεπιστημίου για να μιλήσουν για το επάγγελμά ή/και τον επαγγελματικό κλάδο τους.
- Επισκέψεις των μαθητών σε επαγγελματικούς χώρους και παρακολούθηση/παρατήρηση εργασίας (Job Shadowing)
- Ομιλίες συμβούλων σταδιοδρομίας σε σχολεία αναφορικά με τις επιλογές σπουδών και επαγγέλματος
- Πληροφόρηση για τα προγράμματα κινητικότητας Erasmus+
- Συμμετοχή σε προγράμματα επιμόρφωσης που παρέχει το σχολείο (π.χ. ξένη γλώσσα, προγράμματα σχεδίασης, γλώσσες προγραμματισμού)
- Συμμετοχή σε αγώνες – ομίλους.

5.2.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοιχτοί πόροι



- Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας
<https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
- Real Game: διαδραστικό παιχνίδι για εφήβους
<https://e-stadiodromia.eoppep.gr/index.php/real-game>
- Εθνική Βάση Δεδομένων Εκπαιδευτικών Ευκαιριών «Πλοηγός»
<http://ploigos.eoppep.gr/ekep/external/index.html;jsessionid=8F6A64B3E65F34476E931111E8D50EE0>
- Η νέα Ευρωπαϊκή Πύλη Europass <http://europass.eoppep.gr/index.php/el/>
- Πύλη ESCO <https://esco.ec.europa.eu/el>
- Διεθνής ταξινόμηση επαγγελμάτων ISCO
<https://www.ilo.org/public/english/bureau/stat/isco/isco08/>
- Εθνικό Μητρώο Προσόντων του ΕΟΠΠΕΠ <https://proson.eoppep.gr/el>
- Ιστοσελίδα του ΕΟΠΠΕΠ με τα Επαγγελματικά Περιγράμματα
<https://www.eoppep.gr/index.php/el/structure-and-program-certification/workings>
- Ψηφιακά εργαλεία του CEDEFOP όπως το Skills Forecast
<https://www.cedefop.europa.eu/en/tools/skills-forecast>
- Πύλη Επαγγελμάτων και Επαγγελματικών Δικαιωμάτων του ΙΝΕ της ΓΣΕΕ
<https://profdata.inegsee.gr/>
- Ερωτηματολόγιο Συνδεσιμότητας με τη Φύση / Εργαστήριο Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας
<https://uoacounselinglab.weebly.com>

5.2.6 Σχέδια μαθήματος



1^ο Σχέδιο μαθήματος - Διερευνώντας τις συνθήκες εργασίας επαγγελματικών ρόλων σε συνάρτηση με την ατομική ικανοποίηση	
<p>Θεματική περιοχή: Κατανόηση του κόσμου της εργασίας και των επαγγελματικών ρόλων</p> <p>Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το πρώτο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να περιγράφουν επαγγελματικούς ρόλους και τις συνθήκες εργασίας τους (μερική, πλήρης, ευέλικτη απασχόληση, επιχειρηματικότητα, εθελοντισμός), λαμβάνοντας υπόψη τις τάσεις και τις ευκαιρίες στον χώρο εργασίας, τη σημασία της εργασίας στην καθημερινή ζωή και την ατομική ικανοποίηση.</p>	
<p>Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τη θεματική περιοχή της «Κατανόησης του κόσμου της εργασίας και των επαγγελματικών ρόλων» και αναπτύσσεται σε τρεις διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.</p> <p>Ψηφιακή μορφή σεναρίου¹²⁴: https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/a11d72f13ce91744385cb9c270c9ee58138794853396f8a73a84adb73b270232</p>	
1^η διδακτική ώρα: Συνθήκες εργασίας και επαγγελματικοί ρόλοι	
<p>Χωρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας σε ομάδες και τους δίνουμε σενάρια που αντιπροσωπεύουν διαφορετικούς επαγγελματικούς ρόλους. Για κάθε σενάριο, πρέπει να συζητήσουν τις συνθήκες εργασίας και να αποφασίσουν εάν πρόκειται για μερική απασχόληση, πλήρη απασχόληση, ευέλικτη απασχόληση, απομακρυσμένη εργασία, επιχειρηματικότητα ή εθελοντισμό. Τους ζητούμε να καταγράψουν 3-4 σημεία από τα σενάρια, τα οποία συνδέονται με τις συνθήκες εργασίας.</p>	15'
<p>Στη συνέχεια ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να κάνουν καταγίγισμό ιδεών και να προσθέσουν στον πίνακα διάφορα επαγγέλματα με τα οποία είναι εξοικειωμένοι/ες λαμβάνοντας υπόψη ευκαιρίες μερικής απασχόλησης, πλήρους απασχόλησης, ευέλικτης απασχόλησης,</p>	15'

¹²⁴ Προκειμένου να εξοικειωθείτε με το εργαλείο Learning Designer και τον τρόπο αναπαράστασης των πληροφοριών συστήνεται να παρακολουθήσετε το ακόλουθο βίντεο: <https://youtu.be/f4BfYaMSp9k?t=59>

<p>απομακρυσμένης εργασίας, επιχειρηματικότητας και εθελοντισμού. Τους ενθαρρύνουμε να σκεφθούν πέρα από τους παραδοσιακούς ρόλους.</p>	
<p>Κατόπιν, βλέπουμε το ακόλουθο βίντεο για τις συνθήκες εργασίας και τη βιώσιμη εργασία: https://www.youtube.com/watch?v=xdcQ-11iegs&t=25s Συζητούμε όλοι/ες μαζί:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Πώς θα ορίζατε τις «συνθήκες εργασίας» με βάση τις πληροφορίες που παρέχονται; • Ποιοι παράγοντες συμβάλλουν στην έννοια των συνθηκών εργασίας; • Πώς επηρεάζουν τις συνθήκες εργασίας ο τομέας της απασχόλησης, το μορφωτικό επίπεδο και το φύλο; Μπορείτε να δώσετε παραδείγματα για να υποστηρίξετε την απάντησή σας; 	15'
<p>2η διδακτική ώρα: Συνθήκες εργασίας και ατομική ικανοποίηση</p>	
<p>Προσκαλούμε έναν ομιλητή (μπορεί να είναι κάποιος επαγγελματίας, κάποιος γονέας) που εκπροσωπεί έναν συγκεκριμένο επαγγελματικό ρόλο (κατά προτίμηση κάποιον που έχει εμπειρία σε διαφορετικούς τύπους εργασίας). Ο σκοπός είναι να μοιραστεί τις εμπειρίες, τις προκλήσεις και τα επίπεδα ικανοποίησής του/της σε διάφορα περιβάλλοντα απασχόλησης αναφερόμενος/η σε ώρες εργασίας, παροχές, περιβάλλον εργασίας κ.λπ.). Παροτρύνουμε τους μαθητές/τριες να κάνουν ερωτήσεις που τους απασχολούν.</p>	20'
<p>Χωρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας σε ομάδες και τους ζητούμε να επιλέξουν μία τάση που επικρατεί στην αγορά εργασίας (π.χ. πανδημία, τεχνητή νοημοσύνη και αυτοματισμός και ό,τι άλλο μπορούμε να προσδιορίσουμε). Τους/τις ζητούμε να διερευνήσουν τον αντίκτυπο της τάσης αυτής στους επαγγελματικούς ρόλους και τις συνθήκες εργασίας, δίνοντας έμφαση στην προσωπική ευημερία και ικανοποίηση. Στο τέλος ζητούμε από ένα μέλος της κάθε ομάδας να παρουσιάσει σύντομα στην ολομέλεια.</p>	25'
<p>3η διδακτική ώρα: Συνθήκες εργασίας, επαγγελματικοί ρόλοι και ατομική ικανοποίηση</p>	
<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να επιλέξουν έναν επαγγελματικό ρόλο που τους ενδιαφέρει και με τη μορφή εννοιολογικού χάρτη να καταγράψουν τις πιθανές συνθήκες εργασίας (π.χ. ώρες, παροχές, περιβάλλον εργασίας) που σχετίζονται με αυτόν τον ρόλο. Επίσης, τους παροτρύνουμε να</p>	20'

<p>σκεφθούν εάν κάποια τάση της αγοράς εργασίας επηρεάζει αυτόν τον ρόλο, βάσει των όσων άκουσαν από την προηγούμενη δραστηριότητα.</p>	
<p>Παρέχουμε ένα φύλλο εργασίας με ένα σύνολο ερωτήσεων που σχετίζονται με την ατομική ικανοποίηση στο χώρο εργασίας. Οι μαθητές/τριες μπορούν, αναλογιζόμενοι των απαντήσεων τους στην προηγούμενη δραστηριότητα, να διερευνήσουν και επιχειρούν να καθορίσουν ποιοι παράγοντες συμβάλλουν στη δική τους ικανοποίηση στον επαγγελματικό ρόλο που επέλεξαν. Ενδεικτικές ερωτήσεις (όχι όλες):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Τι σημαίνει για εσάς «ικανοποίηση στο χώρο εργασίας»; Πώς θα περιγράφατε έναν ικανοποιητικό επαγγελματικό ρόλο; • Σκεφτείτε τον μελλοντικό επιθυμητό επαγγελματικό σας ρόλο. Ποιες συγκεκριμένες πτυχές αυτού του ρόλου πιστεύετε ότι θα συμβάλουν στην ικανοποίησή σας; • Σκεφτείτε τα καθήκοντα και τις ευθύνες που σχετίζονται με το επάγγελμα που έχετε επιλέξει. Ποια θεωρείτε πιο ικανοποιητικά και γιατί; • Πόσο σημαντική είναι για εσάς η ισορροπία επαγγελματικής και προσωπικής ζωής; Ποιες στρατηγικές πιστεύετε ότι μπορείτε να εφαρμόσετε για να διατηρήσετε μια υγιή ισορροπία μεταξύ της επαγγελματικής και της προσωπικής ζωής; • Η συνεργασία και η ομαδική εργασία είναι συχνά απαραίτητες σε επαγγελματικά περιβάλλοντα. Πώς φαντάζεστε τις ιδανικές εργασιακές σχέσεις σας με συναδέλφους και προϊσταμένους; • Σκεφτείτε την εργασιακή κουλτούρα και τις αξίες του ιδανικού χώρου εργασίας σας. Πώς ευθυγραμμίζονται με τις προσωπικές σας πεποιθήσεις και πώς μπορεί να επηρεάσουν την ικανοποίησή σας; • Υπάρχουν πιθανές προκλήσεις ή εμπόδια που προβλέπετε που θα μπορούσαν να επηρεάσουν την ικανοποίησή σας στο χώρο εργασίας; Πώς σκοπεύετε να τα αντιμετωπίσετε ή να τα ξεπεράσετε; 	<p>25'</p>

2ο Σχέδιο μαθήματος - Εφαρμόζοντας και μεταφέροντας ικανότητες σε διαφορετικά περιβάλλοντα

Θεματική περιοχή: Συμμετοχή στη δια βίου μάθηση/ πληροφόρηση

Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το δεύτερο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να εφαρμόζουν τις ικανότητές τους (γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις) προκειμένου να πετύχουν τους επαγγελματικούς τους στόχους, διερευνώντας την πιθανή μεταφορά και αξιοποίησή τους από ένα πλαίσιο σε ένα άλλο.

Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματοποιείται τη θεματική περιοχή της «Συμμετοχής στη δια βίου μάθηση/ πληροφόρηση» και αναπτύσσεται σε δύο διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξεταστικότητα και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.

Ψηφιακή μορφή σεναρίου: <https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/dca09b99576e4d762f7c6212fe901102abc92379bd0a4250aef4861c99254ee3>

1^η διδακτική ώρα: Ικανότητες και μεταφορά/μεταβίβαση για την επίτευξη στόχων

<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να προσδιορίσουν τους επαγγελματικούς τους στόχους και να τους γράψουν σε ένα φύλλο εργασίας. Κατόπιν τους ζητούμε να απαριθμήσουν συγκεκριμένες ικανότητες (γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις) που πιστεύουν ότι είναι απαραίτητες για την επίτευξη κάθε στόχου.</p>	15'
<p>Χωρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριες σε μικρές ομάδες. Ζητούμε από την κάθε ομάδα να εντοπίσει έναν συγκεκριμένο επαγγελματικό στόχο (π.χ. να ξεκινήσουν μια επιχείρηση, να γίνουν εκπαιδευτικοί, να ακολουθήσουν μια καριέρα στην ιατρική). Εντός των ομάδων συζητούν και κάνουν καταγισμό ιδεών για τις σχετικές ικανότητες που απαιτούνται για τον στόχο που επέλεξαν.</p>	15'
<p>Μετά τον καταγισμό ιδεών, ζητούμε από κάθε ομάδα να επιλέξει έναν επαγγελματικό στόχο από μια άλλη ομάδα και να συζητήσουν πώς θα μπορούσαν να μεταφερθούν και να χρησιμοποιηθούν για την επίτευξη του νέου στόχου που επέλεξαν, οι ικανότητες που ανέφεραν για τον αρχικό τους στόχο. Κάθε ομάδα παρουσιάζει τα ευρήματά της στην τάξη, προωθώντας μια</p>	15'

<p>συζήτηση σχετικά με την ευελιξία και τη δυνατότητα μεταφοράς/μεταβίβασης των ικανοτήτων σε διαφορετικά περιβάλλοντα.</p>	
<p>2η διδακτική ώρα: Ικανότητες και μεταφορά/μεταβίβαση για την πλοήγηση διαφορετικών επαγγελματικών ρόλων</p>	
<p>Οργανώνουμε μια δια ζώσης ή διαδικτυακή συζήτηση με επαγγελματίες από διάφορους τομείς. Οι συμμετέχοντες στο πάνελ μπορούν να μοιραστούν τις εμπειρίες τους σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο αξιοποίησαν τις ικανότητές τους για να μετακινηθούν σε διαφορετικούς ρόλους ή κλάδους κατά τη διάρκεια της σταδιοδρομίας τους. Οι μαθητές μπορούν να κάνουν ερωτήσεις και να αποκτήσουν γνώσεις για τη δυναμική φύση των μονοπατιών σταδιοδρομίας.</p>	<p>20'</p>
<p>Κατόπιν δίνουμε στους μαθητές και τις μαθήτριές μας σενάρια ρόλων όπου προσομοιώνουν πραγματικές καταστάσεις που μπορεί να συναντήσουν στα επαγγέλματα που επιθυμούν. Φροντίζουμε να υπάρχουν διαφορετικές προκλήσεις σε κάθε σενάριο. Οι μαθητές/τριες πρέπει να εφαρμόσουν δημιουργικά τις ικανότητές τους για να ξεπεράσουν τις προκλήσεις και να επιτύχουν τους στόχους τους. Μετά το παιχνίδι ρόλων, συζητούμε τις στρατηγικές που χρησιμοποιήθηκαν για να ξεπεραστούν τα εμπόδια/οι δυσκολίες/προκλήσεις και τις δυνατότητες μεταφοράς ικανοτήτων από το ένα πλαίσιο στο άλλο.</p>	<p>25'</p>

5.2.7 Ζητήματα συμπερίληψης



Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού στο πλαίσιο της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και στο πνεύμα της κοινωνικής δικαιοσύνης είναι ιδιαίτερα κρίσιμος για την ένταξη των ατόμων που προέρχονται από ευάλωτες κοινωνικά ομάδες. Για παράδειγμα:

- λάβετε υπόψη τον βαθμό πρόσβασης του κάθε μαθητή και μαθήτριας στην πληροφορία
- αναγνωρίστε τον βαθμό υιοθέτησης στερεοτύπων και προκαταλήψεων που ενδεχομένως να περιλαμβάνουν οι πληροφορίες σε σχέση με συγκεκριμένα επαγγέλματα και κλάδους
- αναλογιστείτε τον βαθμό δυνατότητας αξιοποίησης τεχνολογικού εξοπλισμού του κάθε μαθητή και μαθήτριας
- παρέχετε ένα ευρύ φάσμα πηγών πληροφόρησης για τη σταδιοδρομία, όπως ιστότοπους, βιβλία, βίντεο και προσκεκλημένους ομιλητές, που ανταποκρίνονται σε διαφορετικά υπόβαθρα, ικανότητες και ενδιαφέροντα
- διασφαλίστε ότι οι πόροι αυτοί είναι προσβάσιμοι σε όλους τους μαθητές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με αναπηρίες ή γλωσσικά εμπόδια
- αναγνωρίστε και σεβαστείτε το πολιτισμικό υπόβαθρο και τις εμπειρίες των κοινωνικά ευάλωτων ομάδων. Ενσωματώστε παραδείγματα, ιστορίες και πρότυπα από διάφορες κουλτούρες και κοινότητες για να προωθήσετε τη συμμετοχικότητα και να βοηθήσετε τους μαθητές να δουν τον εαυτό τους σε διαφορετικούς επαγγελματικούς ρόλους.
- χρησιμοποιήστε γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς στις συζητήσεις, το υλικό και τις αξιολογήσεις στην τάξη. Βεβαιωθείτε ότι τα παραδείγματα, οι εικόνες και τα βίντεο αντιπροσωπεύουν άτομα με διαφορετικό υπόβαθρο και αποφύγετε την ενίσχυση των στερεοτύπων.
- συζητήστε και αντιμετωπίστε θέματα προκατάληψης, διακρίσεων και κοινωνικής ανισότητας στον κόσμο της εργασίας. Ενθαρρύνετε την κριτική σκέψη και τις ανοιχτές συζητήσεις σχετικά με τα συστημικά εμπόδια και τους τρόπους αμφισβήτησής τους.

5.2.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;



Η δραστηριότητα αυτοαξιολόγησης απευθύνεται σε μαθητές Λυκείου και τους ζητείται να βαθμολογήσουν τον εαυτό τους αναφορικά με την επάρκειά τους σε σχέση με τις παρακάτω συμπεριφορές πληροφοριακού γραμματισμού από το 1 -10 (άριστα). Η βαθμολογία που προκύπτει αξιοποιείται για αναστοχασμό και αναζήτηση βοήθειας προκειμένου να αυξηθεί η βαθμολογία στις δηλώσεις που, ενδεχομένως, σημειώθηκε χαμηλή βαθμολογία.

Εύρεση και πρόσβαση στην εργασία

- Μαθαίνω μέσα από τη ζωή.
- Μπορώ να βρω ευκαιρίες μάθησης που είναι ακριβώς για εμένα.
- Ψάχνω καινούριες ευκαιρίες για να βοηθήσω στο χτίσιμο της καριέρας μου.
- Μπορώ να αναπτύξω δεξιότητες οι οποίες θα με βοηθήσουν να πάρω αυτό που θέλω από την εργασία.
- Εκτιμώ τα θετικά και τα αρνητικά από τις επίσημες και ανεπίσημες πηγές πληροφόρησης.
- Μπορώ να αντιμετωπίσω αλλαγές στον κόσμο της εργασίας.

Διαχείριση ζωής και σταδιοδρομίας

- Μπορώ να παίρνω αποφάσεις και να θέσω στόχους καριέρας για τον εαυτό μου μέσα σε κατάλληλα χρονικά διαστήματα.
- Διαχειρίζομαι τους στόχους μου, την ώρα και τα προσωπικά μου οικονομικά με τρόπο που στηρίζει την σταδιοδρομία μου.
- Είμαι καινοτόμος και δημιουργικός στην σκέψη μου για την εργασία, μάθηση και ζωή μου.
- Διατηρώ μια ισορροπία στη ζωή μου, τη μάθηση και τη δουλειά που μου ταιριάζει.
- Μπορώ να αντιμετωπίσω τις προκλήσεις και αλλαγές οι οποίες συμβαίνουν στη ζωή.

Κατανόηση του κόσμου

- Κατανοώ πως αλλαγές στην κοινωνία σχετίζονται με την μάθηση και την εργασία.
- Κατανοώ πως η μάθηση και η εργασία αλλάζει με το πέρασμα του χρόνου.
- Μπορώ να επηρεάσω θετικά την κοινωνία.
- Αξιοποιώ τις περισσότερες ευκαιρίες που συναντάω.
- Είμαι ανοιχτός σε ευκαιρίες συμπεριλαμβανομένων και αυτών σε άλλες χώρες.

5.2.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;

- Διαμορφώνει **σενάρια διδασκαλίας** αξιοποιώντας τα **συστατικά στοιχεία** της **πληροφόρησης**, σύμφωνα με τις ανάγκες των μαθητών και των μαθητριών.
- Συνδέει, με **ομαδικά παιχνίδια** και **παιχνίδια ρόλων**, το **εννοιολογικό περιεχόμενο** της **πληροφόρησης**.
- Αξιοποιεί επικουρικά το **Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας** σε **ομαδικές βιωματικές δραστηριότητες** και **εφαρμόζει ασκήσεις και τεχνικές** που θα βοηθήσουν τους μαθητές και τις μαθήτριες να διευρύνουν την γνώση τους για το περιβάλλον τους και την αγορά εργασίας σε σχέση με τις προσωπικές και επαγγελματικές αξίες, ανάγκες και επιθυμίες τους.
- Διερευνά και αξιοποιεί τα **ψηφιακά εργαλεία** και τους **ανοικτούς πόρους** του ΕΟΠΠΕΠ και άλλων φορέων, ώστε να **εντοπίζουν** την πληροφορία **σκεπτόμενοι με δημιουργικό τρόπο**, **εστιάζοντας** σε αυτό που αναζητούν, και κάνοντας **σωστή διαχείριση του χρόνου** τους.
- Ενθαρρύνει την **αξιοποίηση της πληροφόρησης** με καινοτόμο τρόπο, συνδυάζοντάς τη, δημιουργικά και διεπιστημονικά, με τα σχολικά μαθήματα ή τη διαθεματική προσέγγιση.
- **Εντάσσει ζητήματα συμπερίληψης** στην εκπαιδευτική διαδικασία ώστε να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες από ευάλωτες ομάδες να εξετάζουν πως διαφορετικές πτυχές της ταυτότητας τους επηρεάζουν την εξέλιξη της σταδιοδρομίας τους.
- **Εκπαιδεύει** τους μαθητές και τις μαθήτριες να **διερευνούν πληροφορίες** σχετικά με **αυτό** το οποίο **ψάχνουν**.

5.3 Λήψη αποφάσεων



5.3.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο

Η λήψη επαγγελματικών αποφάσεων δεν αποτελεί στιγμιαία απόφαση του ατόμου, αλλά συνιστά μία διαδικασία επαγγελματικής ανάπτυξης, η οποία επηρεάζεται από πολλά αλληλένδετα ζητήματα, ενώ έχει μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στη διαχείριση της σταδιοδρομίας (Gati & Tal, 2008)¹²⁵. Η διαδικασία λήψης επαγγελματικής απόφασης θεωρείται παραδοσιακά μία **ορθολογική διαδικασία** που σηματοδοτεί τη διερεύνηση μεταξύ διαφόρων εκπαιδευτικών και επαγγελματικών εναλλακτικών, την αξία που σχετίζεται με τις εναλλακτικές εκδοχές, την ποικιλία στην αποτελεσματικότητα των συνεπειών και την αναγνώριση της καταλληλότερης επιλογής (Gati & Asher, 2001)¹²⁶.

Η ανάπτυξη, λοιπόν, της **δεξιότητας λήψης απόφασης** στην επαγγελματική επιλογή προϋποθέτει μία **λογική εξελικτική διεργασία**, και όχι μία τυχαία διαδικασία, που σηματοδοτεί έναν λογικό συνδυασμό δεδομένων, ο οποίος περιγράφεται μέσα από τη σύνθεση ορισμένων σταδίων: **γνώση, αξιολόγηση, εξερεύνηση, δέσμευση, εφαρμογή και επαναξιολόγηση** (Guirdham & Tyler, 1992)¹²⁷.

Ωστόσο, ποτέ δεν μπορεί να είμαστε σίγουροι/ες ότι μία απόφαση θα είναι σωστή για χρόνο, πέρα από τη στιγμή που την πήραμε, γιατί ακόμη και όταν μπορούμε να ελέγξουμε τις εξωτερικές συνθήκες, δεν μπορούμε να αποφύγουμε τις εσωτερικές μας αλλαγές, καθώς το **αξιολογικό μας σύστημα**, που περιλαμβάνει **γνωστικά, συναισθηματικά και συμπεριφορικά** στοιχεία, διαδραματίζει ουσιαστικό ρόλο στη διαδικασία λήψης επαγγελματικών αποφάσεων (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Ταμπούρη & Αργυροπούλου, 2011)¹²⁸. Έτσι, στις αποφάσεις αναδεικνύεται η παρουσία των **ατομικών διαφορών**. Τα αποτελέσματα, μάλιστα, των αποφάσεών μας μπορεί να μεταβάλλονται με τη λήψη νέων αποφάσεων, αφού εμφανίζονται συνεχώς νέες προοπτικές, καθώς περνάμε από το ένα ηλικιακό στάδιο στο άλλο. Κάθε απόφαση, λοιπόν, έχει τη **δυναμική** της, **εξελίσσεται**,

¹²⁵ Gati, I. & Tal, S. (2008). Decision-making models and career guidance. In J. Athanasou & R. Van Esbroeck (Eds), *International handbook of career guidance* (pp. 157-185). Springer.

¹²⁶ Gati, I. & Asher, I. (2001). Prescreening, in-depth exploration, and choice: From decision theory to career counseling practice. *The Career Development Quarterly*, 50, 140-157.

¹²⁷ Guirdham, M. & Tyler, K. (1992). *Enterprises Skills for Students*. Butterworth – Heinemann, Ltd.

¹²⁸ Σιδηροπούλου-Δημακάκου Δ., Ταμπούρη, Σ. & Αργυροπούλου, Αικ. (2011). Γνωστικοί παράγοντες που συνδέονται με την επαγγελματική αναποφασιστικότητα - Ο ρόλος της επαγγελματικής συμβουλευτικής. Στον τιμητικό τόμο για την Καθηγήτρια Β. Ι. Λαμπροπούλου, *Μύρα & Μοίρα* (σσ. 105-118). Τομέας Φιλοσοφίας, Τμήμα Φ.Π.Ψ., Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

πραγματοποιείται, εφαρμόζεται, γίνεται παρελθόν και, τελικά, οδηγεί στη **λήψη νέων** αποφάσεων (Αργυροπούλου, 2021)¹²⁹. Ως εκ τούτου, η λήψη επαγγελματικών αποφάσεων καθίσταται μία διά βίου, πολύπλευρη και πολυσύνθετη διαδικασία.

Οι **τρόποι** ή οι **στρατηγικές** λήψης αποφάσεων αναφέρονται στο πώς σκέφτεται και λειτουργεί το άτομο στη διαδικασία της επιλογής. Οι τρόποι αυτοί φανερώνουν τόσο τον **γνωστικό** τομέα όσο και τη **συναισθηματική** πλευρά της συμπεριφοράς και μας δείχνουν τη **μεθοδολογία** που ακολουθεί το άτομο, προκειμένου η απόφασή του να έχει την καλύτερη δυνατή έκβαση. Καθώς τα άτομα χρησιμοποιούν πλέον μία πληθώρα τρόπων λήψης απόφασης ορμώμενα από έναν **συνδυασμό χαρακτηριστικών** που αναφέρονται τόσο στην **προσωπικότητά** τους όσο και **στους εξωτερικούς παράγοντες** που επιδρούν στη διαδικασία της επιλογής υφίσταται πλέον, ένα **«προφίλ»** λήψης επαγγελματικής απόφασης, που παρέχει τη δυνατότητα ανάδειξης των πολύπλευρων παραγόντων που διαμορφώνουν μία απόφαση και της αξιοποίησης ενός εύρους χαρακτηριστικών στη διαδικασία με την οποία το άτομο προβαίνει σε αποφάσεις. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα το άτομο να αποφασίζει με βάση τον τρόπο που ανταποκρίνεται στην προσωπικότητα και τις δυνατότητές του, δηλαδή με βάση το προσωπικό του στυλ (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Αργυροπούλου & Δρόσος, 2011)¹³⁰.

Χαρακτηριστικά που περιγράφουν ένα «προφίλ» λήψης επαγγελματικής απόφασης μπορεί να είναι: η **συλλογή** και **επεξεργασία πληροφοριών**, η **έδρα ελέγχου**, ο **χρόνος** και η **διανοητική προσπάθεια** που επενδύεται στη διαδικασία λήψης απόφασης, η **αναβλητικότητα**, η **ταχύτητα λήψης** της τελικής απόφασης, η **ανάγκη συμβουλής** από **άλλους** κατά τη διάρκεια των διαφορετικών σταδίων της διαδικασίας λήψης απόφασης, η **εξάρτηση** από **άλλους**, η **επιθυμία** να **ευχαριστήσεις** τους **άλλους** (π.χ. γονείς, φίλους) (Δρόσος, 2019)¹³¹. Η ολοκληρωμένη συλλογή και επεξεργασία πληροφοριών, ο έλεγχος του επαγγελματικού μέλλοντος, η μεγαλύτερη ταχύτητα στη λήψη αποφάσεων, η περιορισμένη αναβλητικότητα, η μικρότερη επιθυμία να ευχαριστήσεις τους άλλους, η επιδίωξη για το ιδανικό επάγγελμα και η

¹²⁹ Αργυροπούλου, Κ. (2021) (Επιστημονική Επιμέλεια). *Διαδικασία Λήψης Επαγγελματικών Αποφάσεων Εφήβων και Νέων: Παράγοντες, Διαστάσεις και Παρεμβάσεις*. Γρηγόρη.

¹³⁰ Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Δ., Αργυροπούλου, Κ. & Δρόσος, Ν. (2011). Διερεύνηση των «προφίλ» λήψης εκπαιδευτικών και επαγγελματικών αποφάσεων των εφήβων με τη χρήση του Ερωτηματολογίου Χαρακτηριστικών Λήψης Επαγγελματικής Απόφασης. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*, 96-97, 74-93.

¹³¹ Δρόσος, Ν. (2019). Αξιολόγηση της λήψης επαγγελματικών αποφάσεων: Τι μετράμε και πώς το μετράμε;. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 115-161). Γρηγόρη.

χαμηλή προθυμία για συμβιβασμό θεωρούνται **λειτουργικά στοιχεία** για την όσο το δυνατόν μεγαλύτερη **ευστοχία** στις επαγγελματικές αποφάσεις (Αργυροπούλου, 2019)¹³².

Η λήψη αποφάσεων για τη σταδιοδρομία έχει γίνει ένα συχνό και απαιτητικό ζήτημα στον σύγχρονο κόσμο της εργασίας, καθώς οι αποφάσεις αυτές είναι από τις πιο σημαντικές αποφάσεις που λαμβάνουν τα άτομα στη ζωή τους. Έτσι, ενώ στο παρελθόν τα άτομα αντιμετώπιζαν μία μοναδική επιλογή σταδιοδρομίας, σήμερα χρειάζεται συχνά να **αναθεωρούν**, να **μετατρέπουν**, να **αντικαθιστούν** ή ακόμη να **προσαρμόζουν** τις αποφάσεις τους για τον σχεδιασμό και τη διαχείριση της σταδιοδρομίας τους. Ως αποτέλεσμα, έρχονται συχνά αντιμέτωπα με δυσκολίες ή οδηγούνται σε λιγότερο ικανοποιητικές αποφάσεις που ενδεχομένως αργότερα θελήσουν να τις αλλάξουν (Di Fabio, et al., 2015)¹³³.

Η **αναποφασιστικότητα** για τη **σταδιοδρομία** είτε δηλώνει τις προκλήσεις ή τις δυσκολίες που εμποδίζουν τους ανθρώπους να λαμβάνουν τις κατάλληλες επαγγελματικές αποφάσεις (Gati & Saka, 2001)¹³⁴ είτε φανερώνει την αδυναμία του ατόμου να πραγματοποιήσει οποιεσδήποτε επιλογές σχετίζονται με επαγγελματικά ζητήματα. Υπό το πρίσμα αυτό, διακρίνονται δύο ευρείες ομάδες ατόμων που παρουσιάζουν αναποφασιστικότητα στη σταδιοδρομία: στην **πρώτη ομάδα** ανήκουν οι άνθρωποι που ενδέχεται να βιώσουν επαγγελματική αναποφασιστικότητα, όταν αναμένεται να κάνουν μια «φυσική» μετάβαση ή να διαχειριστούν ένα «φυσικό» σταυροδρόμι όπου απαιτείται να λάβουν αποφάσεις σχετικές με τη σταδιοδρομία, ενώ στη **δεύτερη ομάδα** ανήκουν άνθρωποι οι οποίοι αναρωτιούνται εάν οι επιλογές που έκαναν είναι οι «σωστές» (κατάλληλες) αντιμετωπίζοντας συνεχώς διλήμματα μπροστά σε επαγγελματικά θέματα (Maree, 2016)¹³⁵.

Ο **επαγγελματικά αναποφασιστος** θεωρείται ότι αντιμετωπίζει μία αναπτυξιακή δυσκολία και δε συνεπάγεται ότι λειτουργεί με αβεβαιότητα και στους άλλους τομείς της καθημερινότητάς του. Σε αντίθεση με την επαγγελματική αναποφασιστικότητα, η **γενικευμένη αναποφασιστικότητα** υπάρχει περίπτωση να παραμείνει για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα στη ζωή του ατόμου και να αποτελεί ένα χαρακτηριστικό της προσωπικότητάς του που το διακρίνει σε όλες τις καταστάσεις που προϋποθέτουν τη λήψη

¹³² Αργυροπούλου, Κ. (2019). Από τις «ορθές» στις ευέλικτες αποφάσεις: Η αξιοποίηση της επαγγελματικής προσαρμοστικότητας στην προσέγγιση των επαγγελματικών επιλογών. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 261-291). Αθήνα: Γρηγόρη.

¹³³ Di Fabio, A., Palazzeschi, L., Levin, N. & Gati, I. (2015). The role of personality in the career decision-making difficulties of Italian young adults. *Journal of Career Assessment*, 23(2), 281-293.

¹³⁴ Gati, I. & Saka, N. (2001). High-school students' career-related decision-making difficulties. *Journal of Counseling and Development*, 7, 331-340.

¹³⁵ Maree, J. G. (2016). Career construction as a way of resolving career indecision. *South African Journal of Higher Education*, 30(3), 170-192.

αποφάσεων, ακόμα και αν οι συνθήκες είναι ευνοϊκές (Argyropoulou, Sidiropoulou-Dimakakou & Besevegis, 2007)¹³⁶. Για να διακρίνουμε, λοιπόν, τον πολυσύνθετο χαρακτήρα της αναποφασιστικότητας στη σταδιοδρομία προσπαθούμε να αναζητήσουμε τους **παράγοντες** (ή τις πηγές) που ευθύνονται για τις δυσκολίες των αποφάσεων και να εκτιμήσουμε τον βαθμό που οι παράγοντες αυτοί επηρεάζουν την ικανότητα του ατόμου να λαμβάνει σωστές και αποτελεσματικές επαγγελματικές αποφάσεις. Οι δυσκολίες λήψης απόφασης που συνθέτουν την αναποφασιστικότητα σταδιοδρομίας αναφέρονται σε **γνωστικούς** και **μη-γνωστικούς** (συναισθηματικούς) παράγοντες, οι οποίοι μπορεί να εμφανισθούν πριν ή/και κατά τη διαδικασία λήψης επαγγελματικής απόφασης και να οδηγήσουν: (α) στη μη έναρξη της διαδικασίας λήψης απόφασης, β) στη διακοπή της διαδικασίας πριν ληφθεί απόφαση, ή (γ) στη λήψη μιας μη βέλτιστης απόφασης (Gati & Tal, ό.π.).

Τα άτομα διαχειρίζονται την αναποφασιστικότητα στη σταδιοδρομία **αξιοποιώντας στρατηγικές αντιμετώπισης** (coping) του στρες που προκαλεί η επαγγελματική αναποφασιστικότητα. Τέτοιου είδους στρατηγικές είναι: η **παραγωγική διαχείριση**, η **αναζήτηση υποστήριξης**, η **μη παραγωγική διαχείριση** (Lipshits-Braziler, Gati και Tatar, 2016)¹³⁷. Ακόμη, η οργάνωση ή/και χαρτογράφηση προσαρμοστικών μεθόδων αντιμετώπισης της επαγγελματικής αναποφασιστικότητας βοηθούν το άτομο να διαχειρίζεται τη λήψη αποφάσεων για τη σταδιοδρομία ως μια **ευκαιρία εξέλιξης** και **προσωπικής προόδου** και να την αντιμετωπίζει με λειτουργικό τρόπο αναπτύσσοντας **δεξιότητες διαχείρισης** λήψης αποφάσεων (π.χ. προσωπικές δυνάμεις, πόροι σταδιοδρομίας) (Argyropoulou & Kaliris, 2018)¹³⁸.

Η διεργασία αυτή καθιστά τη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων μια **υποκειμενική εμπειρία** μέσα από την οποία το άτομο ερμηνεύει *γιατί κάνει επιλογές* και *ποια ζητήματα καθοδηγούν τις επιλογές* του. Ως εκ τούτου, η λήψη επαγγελματικών αποφάσεων καθίσταται πλέον, ένα **ζήτημα σχεδιασμού ζωής** που βασίζεται σε ένα σύνολο εμπειριών και νοηματοδοτήσεων, το

¹³⁶ Argyropoulou, A., Sidiropoulou-Dimakakou, D. & Besevegis, E.G. (2007). Generalized self-efficacy, coping, career indecision and vocational choices of senior high school students in Greece: Implications for career guidance practitioners. *Journal of Career Development*, 33(4), 316-337.

¹³⁷ Lipshits-Braziler, Y., Gati, I. & Tatar, M. (2016). Strategies for coping with career indecision. *Journal of Career Assessment*, 24, 42-66.

¹³⁸ Argyropoulou, K. & Kaliris, A. (2018). From career decision-making to career decision-management: New trends and prospects for career counseling. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 5(10), 483-502.

οποίο αξιοποιείται από το άτομο, προκειμένου να προσεγγίσει, να διερευνήσει, να σχεδιάσει, να περιγράψει και να κατανοήσει τις επαγγελματικές του επιλογές (Savickas et al., 2009)¹³⁹.

**Στενά συνδεδεμένες έννοιες με τη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων είναι:
στάδια λήψης απόφασης, χαρακτηριστικά λήψης απόφασης, αναποφασιστικότητα στη
σταδιοδρομία, δυσκολίες λήψης απόφασης, διαχείριση λήψης απόφασης,
νοηματοδότηση**

¹³⁹ Savickas, M. L., Nota, L. Rossier, J., Dauwalder, J.P., Duarte, M.E. & Van Vianen, A.E.M. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 239-250.

5.3.2 Μαθησιακά αποτελέσματα

Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση να:



Θεματικές περιοχές ↓	Απόκτηση Απόκτηση γνώσεων	Εφαρμογή Επίδειξη γνώσεων	Εξαστομίκευση Ενσωμάτωση της μάθησης και της γνώσης	Πράξη Μετασχηματισμός και δημιουργία της γνώσης
Κατανόηση εκπαιδευτικών επιλογών σε συνάρτηση με τις επαγγελματικές φιλοδοξίες	Κατανοούν τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να ενημερωθούν για τις διαφορετικές επιλογές που σχετίζονται με την επαγγελματική τους ανάπτυξη.	Διερευνούν τις διαφορετικές επιλογές που σχετίζονται με την επαγγελματική τους ανάπτυξη σε συνάρτηση με ευρύτερα ζητήματα της εκπαίδευσης, κατάρτισης και απασχόλησης.	Αναλύουν και αξιολογούν τις γνώσεις και τις δεξιότητες που αποκτούν, σε σχέση με τους στόχους ζωής και σταδιοδρομίας που θέτουν.	Αναπροσαρμόζουν τις εκπαιδευτικές επιλογές τους σύμφωνα με τις ευκαιρίες και τους περιορισμούς που εμφανίζονται στη ζωή και τη σταδιοδρομία τους.
Διαχείριση λήψης απόφασης για τη σταδιοδρομία	Αναπτύσσουν δεξιότητες λήψης απόφασης, αναγνωρίζοντας πιθανές δυσκολίες και εντοπίζοντας διαφορετικές στρατηγικές για την αντιμετώπισή τους.	Λαμβάνουν κατάλληλες αποφάσεις σταδιοδρομίας και να επιλέγουν και εφαρμόζουν αποτελεσματικές στρατηγικές για την αντιμετώπιση των δυσκολιών που μπορεί να προκύψουν.	Αξιολογούν τη λήψη αποφάσεων σταδιοδρομίας σύμφωνα με τις επαγγελματικές φιλοδοξίες και τους στόχους τους.	Εμπλουτίζουν τα προσωπικά και επαγγελματικά τους σχέδια με αποφάσεις που προσδίδουν νόημα και σκοπό, αναλαμβάνοντας την ευθύνη για τις συνέπειες των αποφάσεών τους.
Λήψη αποφάσεων, ανάπτυξη και εξέλιξη καθόλη τη διάρκεια της ζωής	Διαμορφώνουν το δικό τους «προφίλ» λήψης απόφασης, λαμβάνοντας υπόψη εξωγενείς παράγοντες (σχολείο, οικογένεια, συνομήλικοι, ελεύθερος χρόνος) που επηρεάζουν την ανάπτυξη αυτού του προφίλ.	Λαμβάνουν αποφάσεις, συνεξετάζοντας όλους εκείνους τους παράγοντες που διαμορφώνουν τις επιλογές σταδιοδρομίας τους.	Αναγνωρίζουν την επίδραση της αλλαγής, της ανάπτυξης και των προτεραιοτήτων σε θέματα αποφάσεων ζωής, εκπαίδευσης, κατάρτισης και εργασίας.	Αξιοποιούν προηγούμενες εμπειρίες λήψης αποφάσεων για την ανάπτυξη προσωπικών στρατηγικών coping ώστε να σχεδιάζουν την επαγγελματική τους πορεία σύμφωνα με τους στόχους, τις φιλοδοξίες τους και το περιβάλλον τους.



Ενδεικτικά γνωστικά αντικείμενα στο πλαίσιο της διαθεματικής προσέγγισης:

- **Α/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Μελέτη Περιβάλλοντος, Ιστορία, Αισθητική Αγωγή, Αγγλικά, Τ.Π.Ε., Φυσική Αγωγή, Θρησκευτικά
- **Β/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Ιστορία, Πολιτική Παιδεία, Λογοτεχνία, Φυσική Αγωγή, Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός

Ενδεικτικές θεματικές ενότητες προγραμμάτων αγωγής υγείας ή/και σταδιοδρομίας:

- **Α/θμια:** Αγωγή υγείας στο αειφόρο σχολείο – Αγωγή υγείας και οι Δεκαεπτά Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης (ενδεικτικά αναφέρονται: Στόχος 3/ Ισότητα των φύλων, Στόχος 8/ Αξιοπρεπής εργασία και οικονομική ανάπτυξη, Στόχος 4/ Ποιοτική Εκπαίδευση κ.ά.), Κοινωνική ένταξη - ισότητα ευκαιριών - σεβασμός στη διαφορετικότητα, Παιδεία στα Μέσα και την Πληροφορία-Ψηφιακός Γραμματισμός
- **Β/θμια** Ισότητα στην πρόσβαση στην εργασία, Επιχειρηματικότητα, Ήπιες δεξιότητες και σύγχρονα εργασιακά περιβάλλοντα

Εργαστήρια Δεξιοτήτων

- Κύκλος Ενδιαφέρομαι και Ενεργώ – Κοινωνική Συναίσθηση και Ευθύνη υποάξονας «Συμπερίληψη, Αλληλοσεβασμός, Διαφορετικότητα»
- Κύκλος Δημιουργώ και Καινοτομώ - υποάξονας «Επιχειρηματικότητα - Αγωγή Σταδιοδρομίας- Γνωριμία με τα επαγγέλματα»

Επιπλέον:

- Συνεντεύξεις δια ζώσης ή εξ αποστάσεως με επαγγελματίες, ακαδημαϊκούς, επιχειρηματίες διαφόρων τομέων και ειδικοτήτων («Επαγγελματικά πρότυπα»)
- Επιχειρηματικά πρότζεκτ
- Εθελοντισμός
- Παρακολούθηση/παρατήρηση εργασίας (job shadowing)

5.3.4 Βιωματικές δραστηριότητες



- Περισσότερες πληροφορίες για ένα εύρος δραστηριοτήτων λήψης απόφασης μπορείτε να βρείτε στο Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας που είναι προσβάσιμο στον ακόλουθο σύνδεσμο:
https://www.eoppep.gr/images/SYEP/ETHNIKO_PLAISIO_DEXIOTHTON.pdf
- Η Επαγγελματική μου Ιστορία - Ένα Αυτοβιογραφικό Βιβλίο Εργασίας για την Επιτυχία στη Ζωή και τη Σταδιοδρομία- Εγχειρίδιο Συμβουλευτικής Κατασκευής Σταδιοδρομίας

5.3.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι



- Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας:
<https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
 - Real Game: διαδραστικό παιχνίδι για εφήβους
- Εργαστήριο Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας
<https://uoacounselinglab.weebly.com>
 - Επαγγελματικές Αποφάσεις
 - Στρατηγικές Αντιμετώπισης Επαγγελματικής Αναποφασιστικότητας (ΣΑΕΑ)
 - Πεποιθήσεις Λήψης Αποφάσεων για τη Σταδιοδρομία
 - Κλίμακα Επαγγελματικής Απόφασης
 - Αναλαμβάνω δράση για τη σταδιοδρομία μου
- **Κλίμακα Λήψης Επαγγελματικών Αποφάσεων για παιδιά Δημοτικού**
<http://keaes.ppp.uoa.gr>
- Βιβλιοθήκη ΙΕΠ- Εκπαιδευτικό Υλικό <https://elearning.iep.edu.gr>
Αναλαμβάνω δράση για τη σταδιοδρομία μου
- Εκπαιδευτικό υλικό ανάπτυξης δεξιοτήτων λήψης απόφασης για μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης <http://keaes.ppp.uoa.gr>

5.3.6 Σχέδια μαθήματος



1 ^ο Σχέδιο μαθήματος - Μετά το Γυμνάσιο, τι;	
<p>Θεματική περιοχή: Κατανόηση εκπαιδευτικών επιλογών σε συνάρτηση με τις επαγγελματικές φιλοδοξίες</p> <p>Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το πρώτο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής αφορά στην ικανότητα των μαθητών/τριών να κατανοούν τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να ενημερωθούν για τις διαφορετικές επιλογές που σχετίζονται με την επαγγελματική τους ανάπτυξη.</p>	
<p>Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τις θεματικές περιοχές της «Κατανόησης εκπαιδευτικών επιλογών σε συνάρτηση με τις επαγγελματικές φιλοδοξίες» και αναπτύσσεται σε δύο διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.</p> <p>Ψηφιακή μορφή σεναρίου¹⁴⁰: https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/6d77b3440ec1e3fee2d890f4c6441fa19d15d5092d969b32f4c0d698024d5376</p>	
1 ^η διδακτική ώρα: Μετά το Γυμνάσιο, τι;	
<p>Χωρίζουμε την τάξη σε μικρές ομάδες των 3-4 μαθητών/τριών και σε κάθε ομάδα επιλέγεται ή τους ανατίθεται ένα μονοπάτι μεταδευτεροβάθμιας εκπαίδευσης που θα εξερευνήσει (π.χ. γενικό λύκειο, επαγγελματικό, ΙΕΚ, σχολεία δεύτερης ευκαιρίας, νυχτερινά σχολεία, Πανεπιστήμια, κολλέγια κ.λπ. - εάν επιθυμούμε μπορούμε να εντάξουμε και τις σπουδές στο εξωτερικό). Τους δίνουμε τις σχετικές οδηγίες και τους ζητούμε να καταγράψουν τις πληροφορίες.</p>	10'
<p>Δίνουμε στις ομάδες διαφορετικές ιστοεξερευνήσεις που περιέχουν υποστηρικτικό υλικό, πόρους και ιστοσελίδες που θα τους βοηθήσουν. Ζητούμε από τις ομάδες να εξερευνήσουν τα βασικά χαρακτηριστικά, τις απαιτήσεις εισόδου, τις πιθανές ευκαιρίες σταδιοδρομίας και οποιεσδήποτε άλλες σχετικές πληροφορίες για τη διαδρομή που επέλεξαν ή που τους ανατέθηκε.</p>	35'

¹⁴⁰ Προκειμένου να εξοικειωθείτε με το εργαλείο Learning Designer και τον τρόπο αναπαράστασης των πληροφοριών συστήνεται να παρακολουθήσετε το ακόλουθο βίντεο: <https://youtu.be/f4BfYaMSpQk?t=59>

2η διδακτική ώρα: Μετά το Γυμνάσιο, τι;	
Ζητούμε από την κάθε ομάδα να εντοπίσουν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα της διαδρομής που τους ανατέθηκε ή επέλεξαν. Τους παροτρύνουμε να λάβουν υπόψη παράγοντες όπως το κόστος, η διάρκεια σπουδών, οι προοπτικές εργασίας, η ευελιξία και η ευθυγράμμιση με προσωπικά ενδιαφέροντα και στόχους.	20'
Τέλος, δίνουμε στις ομάδες ένα υπόδειγμα παρουσίασης PPT και τους ζητούμε να ετοιμάσουν μία παρουσίαση για τη διαδρομή που επέλεξαν ή τους ανατέθηκε. Οι παρουσιάσεις μεταφορτώνονται σε έναν κοινό φάκελο, όπου οι μαθητές/τριες της τάξης έχουν πρόσβαση. Εάν επιθυμούμε μπορούμε να επεκτείνουμε την παρούσα δραστηριότητα με μία επιπρόσθετη 45λεπτη συνάντηση, όπου εκπρόσωποι των ομάδων (ή όλα τα μέλη των ομάδων) παρουσιάζουν τη δουλειά τους σε άλλες τάξεις, προκειμένου να ενημερώσουν τους συμμαθητές και τις συμμαθήτριές τους.	25'

2ο Σχέδιο μαθήματος - Άτομο, περιβάλλον και πορείες σταδιοδρομίας	
Θεματικές περιοχές: Κατανόηση εκπαιδευτικών επιλογών σε συνάρτηση με τις επαγγελματικές φιλοδοξίες και Λήψης αποφάσεων, ανάπτυξης και εξέλιξης καθόλη τη διάρκεια της ζωής	
Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το δεύτερο μαθησιακό αποτέλεσμα της πρώτης θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να διερευνούν τις διαφορετικές επιλογές που σχετίζονται με την επαγγελματική τους ανάπτυξη, ενώ το πρώτο μαθησιακό αποτέλεσμα της δεύτερης περιοχής στην ικανότητα των μαθητών/τριών να «διαμορφώνουν το δικό τους «προφίλ» λήψης απόφασης, λαμβάνοντας υπόψη εξωγενείς παράγοντες.	
Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τις θεματικές περιοχές της «Κατανόησης εκπαιδευτικών επιλογών σε συνάρτηση με τις επαγγελματικές φιλοδοξίες» και της «Λήψης αποφάσεων, ανάπτυξης και εξέλιξης καθόλη τη διάρκεια της ζωής» και αναπτύσσεται σε τρεις διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.	
Ψηφιακή μορφή σεναρίου: https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/f718e5ba81492f49da33cd3bd13407c45e1d2d8b90f61a7c7c55b2c3cc1ed32f	

1^η διδακτική ώρα: Ζητήματα εκπαίδευσης, κατάρτισης και απασχόλησης	
Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες μας να χωριστούν σε ομάδες και να καταγράψουν με τη μορφή ενός εννοιολογικού χάρτη, ό,τι τους έρχεται στο μυαλό (ιδεοθύελλα) που να αφορά σε τάσεις, εξελίξεις και ζητήματα που αφορούν την εκπαίδευση, την κατάρτιση και την απασχόληση (π.χ. ανεργία, υπογεννητικότητα, πανεπιστημιακή εκπαίδευση, τεχνική εκπαίδευση, κοινωνικές ανισότητες, τεχνητή νοημοσύνη, ψηφιακά εργαλεία κ.λπ.).	20'
Κατόπιν οι ομάδες παρουσιάζουν τα αποτελέσματά τους στην ολομέλεια και καταγράφουμε στον πίνακα τις ιδέες τους, παραλείποντας ίδιες απαντήσεις. Έπειτα τις κατηγοριοποιούμε βάσει κάποιου παράγοντα που μας ενδιαφέρει (στην συγκεκριμένη περίπτωση θα κατηγοριοποιήσουμε τις απαντήσεις βάσει του πεδίου: κοινωνία, οικονομία, τεχνολογία κ.λπ. Σε άλλη περίπτωση θα μπορούσαμε να χρησιμοποιήσουμε τους τομείς της εκπαίδευσης/κατάρτισης και της εργασίας/απασχόλησης).	20'
Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να ψηφίσουν/επιλέξουν ο καθένας και η κάθε μία τα δύο σημαντικότερα ζητήματα που θεωρούν ότι δύναται να επηρεάσουν την επαγγελματική ανάπτυξή τους.	5'
2η διδακτική ώρα: Άτομο ή Περιβάλλον; Ίδου η απορία	
Χωρίζουμε την τάξη σε δύο ομάδες για μία συζήτηση debate με θέμα: "Τι ασκεί μεγαλύτερη επίδραση στην επαγγελματική μας ανάπτυξη; Το άτομο ή το περιβάλλον του;" Η μία ομάδα υποστηρίζει τη σημασία του ατόμου, των προσωπικών χαρακτηριστικών και ικανοτήτων έναντι των περιβαλλοντικών παραγόντων. Η δεύτερη ομάδα υποστηρίζει ότι η επίδραση των περιβαλλοντικών παραγόντων (όπως για παράδειγμα τα ζητήματα που συζητήθηκαν νωρίτερα) είναι μεγαλύτερη από ότι η επίδραση του ατόμου και των χαρακτηριστικών/ικανοτήτων τους.	30'
Στο τέλος συζητούμε όλοι/ες μαζί τα δύο ακόλουθα ερωτήματα: <ul style="list-style-type: none"> • Υπήρξαν συγκεκριμένα παραδείγματα ή στοιχεία που παρουσιάστηκαν από την "αντίπαλη" ομάδα" που σας έκαναν να αμφισβητήσετε τη δική σας θέση; 	15'

<ul style="list-style-type: none"> • Αναλογιζόμενοι/ες τη συζήτηση, θα μπορούσε να υπάρξει ισορροπία μεταξύ του ατόμου και του περιβάλλοντός του στη διαμόρφωση της επαγγελματικής εξέλιξης; 	
3η διδακτική ώρα: Πορείες σταδιοδρομίας	
<p>Ζητούμε από τον κάθε μαθητή και την κάθε μαθήτριά να επιλέξουν ένα επάγγελμα ή έναν κλάδο που τους ενδιαφέρει και να καταγράψουν τις πιθανές πορείες σταδιοδρομίας σε αυτόν τον τομέα. Παροτρύνουμε τη χρήση του Η/Υ για αναζήτηση αξιόπιστων και έγκυρων πληροφοριών. Θα πρέπει να προσδιορίσουν τις διαφορετικές επιλογές εκπαίδευσης, κατάρτισης και απασχόλησης που είναι διαθέσιμες, αναγνωρίζοντας τις προσωπικές τους φιλοδοξίες και ικανότητες σε συνδυασμό με ζητήματα που προέκυψαν κατά τις προηγούμενες συζητήσεις.</p>	<p>25'</p>
<p>Κατόπιν τους ζητούμε να δημιουργήσουν μια οπτική αναπαράσταση (π.χ. αφίσα ή infographic) που να αποτυπώνει αυτές τις πληροφορίες.</p>	<p>20'</p>

5.3.7 Ζητήματα συμπερίληψης



Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού στο πλαίσιο της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και στο πνεύμα της κοινωνικής δικαιοσύνης είναι ιδιαίτερα κρίσιμος για την ένταξη των ατόμων που προέρχονται από ευάλωτες κοινωνικά ομάδες. Για παράδειγμα:

- Εντοπίζετε τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές με διαφορετικά στυλ μάθησης, ικανότητες και πολιτισμικό υπόβαθρο λαμβάνουν αποφάσεις. Η εκτίμηση των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών στην προσέγγιση των επιλογών ενισχύει τη συλλογή πολλών και περισσότερο στοχευμένων πληροφοριών για τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές λαμβάνουν αποφάσεις και τους παράγοντες που τις επηρεάζουν.
- Συμβάλλετε στην κατανόηση της προέλευσης των συναισθημάτων, της λειτουργίας και της σημασίας τους και εκπαιδεύστε τους μαθητές ώστε να τα διαχειρίζονται με τρόπο ωφέλιμο τη λήψη των αποφάσεων που αφορούν τη σταδιοδρομία τους.
- Υποστηρίζετε τους μαθητές σας να αναπτύσσουν ενεργό εμπλοκή στην αντιμετώπιση της αβεβαιότητας στη σταδιοδρομία τους, αναγνωρίζοντάς την ως μια προσωρινή δυσκολία που μπορεί να ξεπεραστεί.
- Καλλιεργείτε την αίσθηση σκοπού και νοήματος στις εκπαιδευτικές/επαγγελματικές αναζητήσεις, καθώς μειώνει την αναποφασιστικότητα και προάγει την προσωπική ευημερία.
- Ενθαρρύνετε τους μαθητές σας να συνειδητοποιούν ότι έχουν σημαντικούς εσωτερικούς και εξωτερικούς πόρους, για να διαχειρίζονται τη λήψη αποφάσεων ως πρόκληση και όχι ως απειλή.
- Προσφέρετε δραστηριότητες εξερεύνησης σταδιοδρομίας που αναδεικνύουν μια ποικιλία εκπαιδευτικών μονοπατιών, συμπεριλαμβανομένης της επαγγελματικής κατάρτισης, της μαθητείας και των πανεπιστημιακών πτυχίων.
- Παρέχετε πληροφορίες σχετικά με υποτροφίες, οικονομικές ενισχύσεις και υπηρεσίες υποστήριξης που είναι διαθέσιμες σε μαθητές από κοινωνικά ευάλωτες ομάδες για να επιτύχουν τους εκπαιδευτικούς τους στόχους.
- Ενσωματώστε ποικίλα πρότυπα και ιστορίες επιτυχίας από κοινωνικά ευάλωτες ομάδες σε συζητήσεις, παρουσιάσεις και υλικό σχετικά με τη σταδιοδρομία.

5.3.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;



Γραμμή σταδιοδρομίας

Σχεδιάζω μία γραμμή που αναπαριστά την πορεία της ζωής μου μέχρι αυτή τη στιγμή. Βάζω ένα σημάδι για κάθε σχολική τάξη/ για κάθε περίοδο της ζωής μου. Σκέφτομαι τι με δυσκόλεψε σε κάθε στάδιο. Πώς το αντιμετώπισα; Από τη θέση που βρίσκομαι τώρα, καταγράφω τι είδους βοήθεια θα ήθελα να είχα στις δυσκολίες που συνάντησα; (Pope, & Mino, 2004 στο Σιδηροπούλου-Δημακάκου κ.ά., ό.π.).

Το δέντρο της απόφασης

Σχεδιάζω σε ένα χαρτί ένα μεγάλο δέντρο με κλαδιά. Στην κορυφή του δέντρου καταγράφω μία ερώτηση σχετικά με ένα ζήτημα που με ενδιαφέρει και μπορεί να απαντηθεί με *ναι* είτε με *όχι*. Γράφω στη συνέχεια, όλες τις πιθανές συνέπειες κάθε απόφασης (εφόσον δεν είναι ένα "ναι/όχι") πάνω σε διάφορα κλαδιά. Εξετάζω προσεκτικά όλες τις συνέπειες και καταλήγω σε μια απόφαση που μπορεί τελικά, να ληφθεί. Βοηθητικές ερωτήσεις: *Τι κερδίζω ή τι χάνω από την απόφαση που τελικά λαμβάνω; Πόσο πιθανό είναι να υλοποιήσω την απόφασή μου λαμβάνοντας υπόψη τις δυνατότητές μου; Πόσο πιθανό είναι να προσεγγίσω την απόφασή μου αναζητώντας βοήθεια και υποστήριξη;*

Μια εικόνα χίλιες λέξεις ...: Συγκεντρώνω φωτογραφίες από περιοδικά ή ύστερα από αναζήτηση στο διαδίκτυο. Επιλέγω μία εικόνα που θεωρώ ότι σχετίζεται καλύτερα με τη λήψη αποφάσεων στη διερεύνηση της σταδιοδρομίας μου. Στη συνέχεια, αναστοχάζομαι *το τι σημαίνει* η εικόνα που επέλεξα σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων στον σχεδιασμό της σταδιοδρομίας μου, *αλλά και τι σημαίνει λήψη επαγγελματικών αποφάσεων* για εμένα τον/την ίδιο/α. Καταγράφω τι σκέψεις μου σε μία παράγραφο σε ένα χαρτί.

Το ποίημα μου. Καταγράφω σε ένα χαρτί ό,τι μου έρχεται αυθόρμητα στο μυαλό όταν ακούω τη λέξη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων. Επιλέγω μία λέξη από αυτές που έγραψα που έχει για εμένα ιδιαίτερη σημασία. Μπορεί να είναι κάποιο συναίσθημα, κάποια αξία, προτροπή ή οποιαδήποτε άλλη λέξη έχει για εμένα βαθύτερο περιεχόμενο. Χρησιμοποιώ τα γράμματα αυτής της λέξης για να γράψω ένα ποίημα, όπως θα κάναμε για παράδειγμα σε μία ακροστιχίδα. Το ποίημα μου μπορεί να έχει ομοιοκαταληξία ή όχι και να ακολουθεί οποιοδήποτε ύφος επιθυμώ. Ζητούμενο είναι να εκφραστώ ελεύθερα και δημιουργικά.

Οι αποσκευές μου. Αναστοχάζομαι το εκπαιδευτικό μου ταξίδι μέχρι σήμερα. Επικεντρώνομαι στο περιεχόμενο των αποσκευών μου κατά τη διάρκεια αυτού του εκπαιδευτικού ταξιδιού (π.χ. εκπαίδευση, γνώσεις, εμπειρίες μάθησης, επιτεύγματα, δεξιότητες που ανέπτυξα, εμπόδια, απρόοπτα γεγονότα, στόχους). Στη συνέχεια, δημιουργώ

τρεις στήλες σε ένα χαρτί και καταγράφω τι θέλω: α) να «αποχαιρετήσω» π.χ. αρνητικά γεγονότα, συναισθήματα και εμπειρίες του παρελθόντος, β) να «κρατήσω» π.χ. επιτεύγματα, ικανότητες και εμπειρίες που έχω να επιδείξω στο παρόν, και γ) να «καλωσορίσω» π.χ. επιθυμίες, στόχους, και προσδοκίες για το μέλλον προχωρώντας έτσι, σε μελλοντικές ενέργειες και αποφάσεις, στη διάρκεια του επαγγελματικού μου ταξιδιού (Αργυροπούλου, 2019)¹⁴¹.

Εκπαιδευτικές Επισκέψεις σε Σχολές, σε Εργασιακούς Χώρους και Ημέρες Καριέρας. Συμμετέχω σε εκπαιδευτικές επισκέψεις σε Σχολές, σε Εργασιακούς Χώρους και Ημέρες Καριέρας όπου επαγγελματίες και γονείς περιγράφουν τα επαγγέλματά τους και μοιράζονται τα βιώματα, τις δυσκολίες και τα επιτεύγματά τους.

¹⁴¹ Αργυροπούλου, Κ. (2019). Από τις «ορθές» στις ευέλικτες αποφάσεις: Η αξιοποίηση της επαγγελματικής προσαρμοστικότητας στην προσέγγιση των επαγγελματικών επιλογών. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 261-291). Αθήνα: Γρηγόρη

5.3.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;

- Διαμορφώνει **σενάρια διδασκαλίας** αξιοποιώντας τα **συστατικά στοιχεία** της λήψης **αποφάσεων**, σύμφωνα με τις ανάγκες των μαθητών και των μαθητριών.
- Συνδέει, με **ομαδικά παιχνίδια** και **παιχνίδια ρόλων**, το **εννοιολογικό περιεχόμενο** της λήψης **αποφάσεων** με τα στάδια λήψης απόφασης, τα χαρακτηριστικά λήψης απόφασης, την αναποφασιστικότητα στη σταδιοδρομία, τις δυσκολίες λήψης απόφασης, τη διαχείριση λήψης απόφασης, τη νοηματοδότηση.
- Αξιοποιεί επικουρικά το **Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας** σε **ομαδικές βιωματικές δραστηριότητες** και δημιουργεί **προγράμματα παρέμβασης** για την **εκμάθηση συγκεκριμένων τεχνικών λήψης απόφασης** με δημιουργικό τρόπο.
- Διερευνά και αξιοποιεί τα **ψηφιακά εργαλεία** και τους **ανοικτούς πόρους** του ΕΟΠΠΕΠ και άλλων φορέων, ώστε να επεξεργαστεί θέματα σχετικά με τη διαδικασία λήψης αποφάσεων και τον ρόλο της στη διερεύνηση της σταδιοδρομίας.
- Χρησιμοποιεί **ποσοτικά εργαλεία** σε συνδυασμό με **ποιοτικές μεθόδους** για να υποστηρίξει τους μαθητές και τις μαθήτριες ώστε να εντείνουν τις προσπάθειές τους και να επιτύχουν τις αποφάσεις τους.
- **Εντάσσει ζητήματα συμπερίληψης** στην εκπαιδευτική διαδικασία ώστε να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες από ευάλωτες ομάδες να διαχειρίζονται τη λήψη αποφάσεων ως πρόκληση και όχι ως απειλή.
- **Εκπαιδεύει** τους μαθητές και τις μαθήτριες να **διατηρούν** το ενδιαφέρον τους και την ενέργειά τους για τη λήψη αποφάσεων μπαίνοντας στη **«θέση του οδηγού»**, του ατόμου, δηλαδή, που συμμετέχει ενεργά στη διαδικασία.

5.4 Διαχείριση μεταβάσεων



5.4.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο

Ως μετάβαση μπορεί να οριστεί η εσωτερική ψυχολογική διαδικασία που αντιμετωπίζουν τα άτομα κατά την προσαρμογή τους σε μια εξωτερική αλλαγή (Lipshits-Brazilier, 2018)¹⁴². Ενεργοποιείται από τη μετακίνηση του ατόμου σε ένα διαφορετικό κοινωνικο-πολιτισμικό σύστημα, το οποίο συνεπάγεται αλλαγές που πρέπει να διαχειριστεί το άτομο προκειμένου να προσαρμοστεί και να επανέλθει σε σταθερότητα. Ο Hopson (1986)¹⁴³ ορίζει τον όρο μετάβαση ως “την έλλειψη συνέχειας στη ζωή ενός ανθρώπου”. Το επίπεδο δυσκολίας κατά τη διάρκεια μιας μετάβασης προκαλεί ταραχή και μια αίσθηση αποπροσανατολισμού, καταστάσεις που μπορεί να διαχειριστεί το άτομο μέσω της αυτο-φροντίδας κι εξισορρόπησης πόρων/ελλειμμάτων, ώστε να αναπτύξει εξωτερικούς κι εσωτερικούς μηχανισμούς αντιμετώπισης (Ivins, Copenhaver, & Koclanes, 2017)¹⁴⁴. Τα στάδια της συναισθηματικής προσαρμογής στην αλλαγή ξεκινούν από ένα σοκ με τελικό στόχο την αποδοχή και την εστίαση στο μέλλον (Smith, 1989)¹⁴⁵. Σύμφωνα με τη **θεωρία μετάβασης** (Schlossberg, 1981)¹⁴⁶ υπάρχουν **τρία είδη μετάβασης**, μια **αναμενόμενη κατάσταση**, μια **μη-αναμενόμενη** και μια **επιθυμητή κατάσταση** που, όμως τελικά, δεν προέκυψε. Αναμενόμενη μετάβαση είναι για παράδειγμα η αποφοίτηση από το σχολείο, μη-αναμενόμενη είναι η απόλυση από μια εργασία. Όταν αναφερόμαστε σε μια επιθυμητή κατάσταση που δεν επήλθε, μιλάμε για μια προσδοκία που δεν επιτεύχθηκε, όπως για παράδειγμα η μη εισαγωγή στην τριτοβάθμια εκπαίδευση.

Η μετάβαση έχει ως συνέπεια αλλαγές σε σχέσεις, ρουτίνες, ρόλους και υποθέσεις (Goodman, Schlossberg, & Anderson, 2006)¹⁴⁷. Και βέβαια, η έννοια της μετάβασης υπάρχει μόνο όταν

¹⁴² Lipshits-Brazilier, Y. (2018) Coping with career indecision among young adults: Implications for career counseling. In V. Cohen-Scali, J. Rossier & L. Nota (Eds.), *New perspectives on career counseling and guidance in Europe*. Cham, Switzerland: Springer International Publishing, 71-85.

¹⁴³ Hopson, B. (1986). Transition: understanding and managing personal change. In: *Psychology for Social Workers. Psychology for Professional Groups*. Palgrave Macmillan, London. https://doi.org/10.1007/978-1-349-18151-3_11

¹⁴⁴ Ivins, T., Copenhaver, K., & Koclanes, A. (2017). *Adult transitional theory and transfer shock in higher education: Practices from the literature*. Reference Services Review.

¹⁴⁵ Smith, M. (1989), *The Best Is Yet to Come: A Workbook for the Middle Years*, Sheffield: Lifeskills Associates

¹⁴⁶ Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The counseling psychologist*, 9(2), 2-18.

¹⁴⁷ Goodman, J. Schlossberg, N. & Anderson, M. (2006). *Counseling adults in transition*. Springer Publishing: NY.

κάποιος περιγράφει την κατάσταση που βιώνει ως μεταβατική. Για κάποιον που βιώνει μια μετάβαση, είναι πολύ σημαντικό στοιχείο για τη διαχείρισή της ο βαθμός που επηρεάζει την καθημερινότητά του. Σ' αυτό το σημείο, είναι σκόπιμο να επισημάνουμε ότι τόσο οι ανεπιθύμητες όσο και οι επιθυμητές αλλαγές επιφέρουν στρες, πόσο μάλλον οι μεταβάσεις που συμβαίνουν ταυτόχρονα. Στην αρχή το άτομο εστιάζει αποκλειστικά στον νέο του ρόλο. Σταδιακά, αρχίζει να απομακρύνεται από το παρελθόν και να μπαίνει σε νέους ρόλους, να υιοθετεί νέες ρουτίνες καθημερινότητας, να κάνει καινούριες υποθέσεις και να δημιουργεί νέες σχέσεις. Η **κάθε μετάβαση έχει τρία στάδια**: το πρώτο είναι **όταν κάποιος εισέρχεται σε μια κατάσταση**, το δεύτερο **όταν την βιώνει** και το τρίτο **όταν την ξεπερνά** (“moving in”, “moving through” και “moving out”). Αναλυτικότερα, όταν το άτομο μπαίνει σε μια νέα κατάσταση, θα πρέπει να εξοικειωθεί με τους κανόνες, τις νόρμες και τις προσδοκίες του νέου συστήματος. Στη συνέχεια, σε δεύτερη φάση, θα πρέπει να βρει τρόπους να εξισορροπήσει τη δραστηριότητά του στο νέο πλαίσιο παράλληλα με τα προϋπάρχοντα. Όταν πλέον έχει βρει τρόπους προσαρμογής στα νέα δεδομένα, έρχεται το τρίτο στάδιο, το οποίο σηματοδοτεί το τέλος της μεταβατικής περιόδου. Η **ικανότητα** του ατόμου να **αντεπεξέλθει** και να **διαχειριστεί** τη μετάβαση επηρεάζεται από **τέσσερις παράγοντες**, την **κατάσταση**, τον **εαυτό**, την **υποστήριξη** και τις **στρατηγικές**. Όσο περισσότερους πόρους διαθέτει κάποιος σ' αυτούς τους τομείς, τόσο πιο αποτελεσματική θα είναι η διαχείριση της κατάστασης (όπ.π.). Πιο συγκεκριμένα, η κατάσταση διαφέρει ανάλογα με το τι προκάλεσε τη μετάβαση, τη χρονική περίοδο που λαμβάνει χώρα, τον βαθμό στον οποίο το άτομο μπορεί να ελέγξει τη μετάβαση, τους νέους ρόλους που καλείται να αναλάβει καθώς και τις άλλες καταστάσεις που βιώνει. Αναφορικά με τον **εαυτό**, αναφερόμαστε τόσο σε **προσωπικά** και **δημογραφικά** χαρακτηριστικά όσο και σε ψυχολογικούς πόρους. Τα μεν προσωπικά και δημογραφικά χαρακτηριστικά περιλαμβάνουν την κοινωνικο-οικονομική κατάσταση, το φύλο, την εθνικότητα, την ηλικία, την υγεία, παράγοντες που διαμορφώνουν καθοριστικά κι επιδρούν στη γενικότερη αντίληψη και στάση ζωής. Οι δε ψυχολογικοί πόροι περιλαμβάνουν τον βαθμό προσωπικής ανάπτυξης, τις απόψεις, τις αξίες, την ανεκτικότητα και την πνευματικότητα του ατόμου. Η **υποστήριξη** μπορεί να πάρει τη μορφή στοργής, πρακτικής βοήθειας, ειλικρινούς ανατροφοδότησης από οικογένεια, φίλους, συντρόφους, φορείς και την κλειστή ή ευρύτερη κοινότητα. Τέλος, οι **στρατηγικές** σχετίζονται με τους τρόπους διαχείρισης της κατάστασης από το άτομο. Οι τρόποι αυτοί μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα την τροποποίηση της κατάστασης, την αλλαγή νοηματοδότησής της ή τη διαχείριση του στρες. Φυσικά, το άτομο

ανταποκρίνεται καλύτερα στις απαιτήσεις που συνεπάγεται η μετάβαση που βιώνει, όταν κάνει χρήση πολλαπλών στρατηγικών και αναπτύσσει προσαρμοστικότητα κι ευελιξία.

Όταν κάνουμε λόγο για **εκπαιδευτικές μεταβάσεις**, αναφερόμαστε στη μετάβαση από τη μια δομή στην άλλη εντός της ίδιας βαθμίδας, (για παράδειγμα στην πρωτοβάθμια, από το νηπιαγωγείο στο δημοτικό) ή από μία βαθμίδα σε μία άλλη βαθμίδα (από το δημοτικό στο γυμνάσιο κ.ο.κ.). Αντίστοιχα, επαγγελματικές είναι οι μεταβάσεις από την εκπαίδευση στην αγορά εργασίας, αλλά και οι μετακινήσεις από τη μια θέση εργασίας σε μια άλλη, τόσο στον ίδιο οργανισμό, όσο και από το ένα πλαίσιο στο άλλο, κατά τη διάρκεια της σταδιοδρομίας ενός ατόμου. Όσον αφορά στις εκπαιδευτικές, οι μεταβάσεις από το νηπιαγωγείο στο δημοτικό και μετά στο γυμνάσιο είναι αναμενόμενες και ακούσιες, αφού προκαλούνται από εξωτερικούς παράγοντες, δεδομένου ότι η εκπαίδευση μέχρι και το γυμνάσιο είναι υποχρεωτική. Στο επόμενο εκπαιδευτικό στάδιο, ωστόσο, η μετάβαση είναι εκούσια, υπάρχει η προσωπική επιλογή του ατόμου αναφορικά με τον τύπο του σχολείου το οποίο προτίθεται να παρακολουθήσει (Γ.Ε.Λ. ή ΕΠΑ.Λ.), αλλά και αναφορικά με το αν θα συνεχίσει την εκπαίδευση ή θα εισέλθει στον χώρο εργασίας. Ενώ η μετάβαση από τη μια εκπαιδευτική βαθμίδα στην επόμενη είναι αναμενόμενη, τουλάχιστον μέχρι και το γυμνάσιο, υπάρχουν και οι μη αναμενόμενες μεταβάσεις, όταν για παράδειγμα ο υποψήφιος φοιτητής δεν καταφέρει να εισαχθεί σε κάποιο πανεπιστημιακό τμήμα ή όταν ο εργαζόμενος απολυθεί από μία θέση στην επαγγελματική του πορεία (Anderson, Goodman, & Schlossberg, 2012)¹⁴⁸.

Η **μετάβαση** από την **πρωτοβάθμια** στη **δευτεροβάθμια εκπαίδευση** είναι ιδιαίτερα σημαντική για την **ψυχοκοινωνική** και **συναισθηματική** ανάπτυξη του ατόμου (Marquesetal, 2011, όπως αναφέρεται στις Αηδόνη και Αργυροπούλου (2021)¹⁴⁹, καθώς προϋποθέτει ευέλικτη προσαρμογή, όχι μόνο στην αλλαγή σχολικού περιβάλλοντος και εκπαιδευτικής βαθμίδας, αλλά και στη διαχείριση εκπαιδευτικών, συναισθηματικών και κοινωνικών ζητημάτων, που προκύπτουν από αυτήν την αλλαγή, η οποία μάλιστα συμπίπτει και με την έναρξη της εφηβείας. Η **μετάβαση** από το **Δημοτικό** στο **Γυμνάσιο** είναι μια κατάσταση η οποία επιφέρει μια σειρά αλλαγών όσον αφορά στην ακαδημαϊκή επίδοση (νέες απαιτήσεις),

148 Anderson, M., Goodman, J. & Schlossberg, N. (2012). *Counseling adults in transition: Linking Schlossberg's theory with practice in a diverse world*, 4th ed., New York: Springer Publishing Company.

149 Αηδόνη, Μ., & Αργυροπούλου, Κ. (2021). Η αξιοποίηση των θετικών ψυχοκοινωνικών δυνάμεων στην επαγγελματική ανάπτυξη των εφήβων κατά τη μετάβαση από την πρωτοβάθμια στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. *Επιστήμες Αγωγής*, 2021(1), 162-180.

και στο κοινωνικό πεδίο (καινούριοι καθηγητές, καινούριοι συμμαθητές), (Anderson, Jacobs, Schramm, & Splittgerber, 2000)¹⁵⁰.

Κατά συνέπεια, οι απόφοιτοι του Δημοτικού Σχολείου καλούνται να διαχειριστούν το άγχος των εξετάσεων, το κοινωνικό άγχος και την αυτο-αντίληψή τους όταν ξεκινούν να φοιτούν στην Β'θμια εκπαίδευση. Μια σημαντική βοήθεια για την προσαρμογή των μαθητών στην επόμενη βαθμίδα εκπαίδευσης είναι η αίσθηση του ανήκειν και η λειτουργικότητά τους σε κοινωνικο-οικονομικό πλαίσιο, και γενικότερα το επίπεδο ευεξίας τους. Εφόσον αισθάνονται ότι ανήκουν σε κάποια κοινωνική ομάδα, είναι πιο πιθανό να έχουν ισχυρότερη κινητοποίηση (Cueto, Guerrero, Sugimaru & Zevallos, 2010)¹⁵¹. Κατά συνέπεια, σ' αυτό το στάδιο, οι μαθητές αισθάνονται τη μετάβαση ως λιγότερο απειλητική, αν γνωρίζουν ότι θα πάνε στο ίδιο σχολείο με τους συμμαθητές τους. Κάτι άλλο που δρα προστατευτικά είναι η επίσκεψη των μαθητών της ΣΤ' τάξης Δημοτικού στο μελλοντικό τους σχολείο, ώστε να γνωρίσουν τόσο τον χώρο και να έρθουν σε επαφή με τους καθηγητές που θα έχουν και με τα παιδιά που φοιτούν στην Α' Γυμνασίου (Sirsch, 2003)¹⁵².

Στο τέλος του Γυμνασίου, θα πρέπει να γίνει μια διερεύνηση στα ενδιαφέροντα και τους στόχους των μαθητών, ούτως ώστε να επιλέξουν αν θα ακολουθήσουν τον δρόμο του Γενικού Λυκείου ή του Επαγγελματικού Λυκείου. Οι μαθητές που θα εκπαιδευτούν στο ΕΠΑ.Λ., αποφοιτώντας θα έχουν ήδη αποκτήσει κάποια ειδικότητα. Η **μετάβαση από το Γυμνάσιο στο Λύκειο** σηματοδοτείται κατά κύριο λόγο από τον προσανατολισμό στους βαθμούς και τη γενικότερη επίδοση με απώτερο στόχο την εισαγωγή στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Η έρευνα επιβεβαιώνει τη σημασία προγραμμάτων που βοηθούν τη μετάβαση, με προγράμματα ενημέρωσης, μέντορες-μαθητές μεγαλύτερων τάξεων, ορισμό υπεύθυνου καθηγητή για υποστήριξη (Cushman, 2006)¹⁵³.

Εξάλλου, το θέμα που απασχολεί τους μαθητές του Λυκείου είναι τι θα κάνουν μετά από την αποφοίτησή τους. Αυτό που περιμένει τους νέους είναι το θολό τοπίο της επιλογής περαιτέρω σπουδών. Γι' αυτό, παράλληλα με την πληροφόρηση και την καθοδήγηση για την επιλογή των σπουδών που τους ταιριάζουν, χρειάζονται προετοιμασία για να αντιμετωπίσουν τη σημαντική

¹⁵⁰ Anderson, L.W., Jacobs, J., Schramm, S., & Splittgerber, F. (2000). School transitions: Beginning of the end or a new beginning? *International Journal of Educational Research*, 33, 325–339.

¹⁵¹ Cueto, S., Guerrero, G., Sugimaru, C., & Zevallos, A. M. (2010). Sense of belonging and transition to high schools in Peru. *International Journal of Educational Development*, 30(3), 277-287.

¹⁵² Sirsch, U. (2003). The impending transition from primary to secondary school: Challenge or threat?. *International Journal of Behavioral Development*, 27(5), 385-395.

¹⁵³ Cushman, K. (2006). Help us make the 9th grade transition. *Educational Leadership*, 63(7) 47-52

μετάβαση από τον δομημένο τρόπο ζωής στο σχολείο στον λιγότερο δομημένο εξωτερικό κόσμο (Nathan & Hill, 2006)¹⁵⁴. Πολλοί νέοι θα δεχτούν επιρροές από τους σημαντικούς άλλους και θα προσπαθήσουν να διαμορφώσουν την ταυτότητά τους, μέσα από αυτές τις συχνά αλληλοσυγκρουόμενες επιρροές.

Σύμφωνα με τους Stewart και συνεργάτες (2002)¹⁵⁵, η μετάβαση στην ενήλικη ζωή αποτελεί μια κρίσιμη, πολύπλευρη διαδικασία καθώς οι νέοι λαμβάνουν καθοριστικές αποφάσεις για τη ζωή και το μέλλον τους, την προσωπική κι επαγγελματική τους ανάπτυξη και σταδιοδρομία. Η **μετάβαση στην ενήλικη ζωή** συνδέεται άρρηκτα με τη διεύρυνση οριζόντων, την ικανότητα διαχείρισης δυσκολιών, την επίλυση κοινωνικών και ψυχολογικών προβλημάτων και την αλληλεπίδραση με διάφορα άτομα και οργανισμούς. Επιπλέον, η μετάβαση στην ενήλικη ζωή επιφέρει αλλαγές στον τρόπο με τον οποίο βλέπουμε τον εαυτό μας όπως και, στον τρόπο με τον οποίο μας βλέπουν οι άλλοι (Dee, 2006)¹⁵⁶. Οι μεταβάσεις κατά την ενηλικίωση περιλαμβάνουν τη μετάβαση μέσα από τον κύκλο ζωής, τη μετάβαση κατά την ανάληψη γονεϊκού ρόλου, θεωρία της συνέχειας, θεωρία ρόλων και τις προοπτικές της ζωής (Hattar-Pollara, 2010)¹⁵⁷. Η μετάβαση σηματοδοτεί τον εσωτερικό επαναπροσανατολισμό και τον επαναπροσδιορισμό που οι άνθρωποι βιώνουν προκειμένου να ενσωματώσουν την αλλαγή στην ζωή τους.

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, μία από τις σημαντικές επιδιώξεις των εθνικών πλαισίων διαχείρισης της σταδιοδρομίας είναι η κατανόηση της μεταβαλλόμενης φύσης των ρόλων ζωής και σταδιοδρομίας. Κομβικά στοιχεία για την επιτυχία στην εκπαιδευτική μετάβαση είναι η κινητοποίηση του μαθητή και η ενίσχυση της αυτο-παρακίνησής του, ώστε να προχωρήσει στη στοχοθεσία με μεγάλες πιθανότητες επιτυχίας. Εξάλλου, οι Συστάσεις του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου του 2006 και του 2018 αναγνώρισαν, ανάμεσα σε άλλες, τη σημασία των πόρων και ιδιαίτερα της κινητοποίησης και της επιμονής, αλλά και της δράσης για την αντιμετώπιση της αβεβαιότητας, της ασάφειας και του κινδύνου, στοιχεία που εμπεριέχει η μετάβαση (ΕΟΠΠΕΠ, 2021)¹⁵⁸.

¹⁵⁴ Nathan, R., & Hill, L. (2006). *Επαγγελματική Συμβουλευτική*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

¹⁵⁵ Stewart, D., Law, M., Rosenbaum, P. & Willms, D, (2002) A Qualitative Study of the Transition to Adulthood for Youth with Physical Disabilities, *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*, 21(4), 3-21.

¹⁵⁶ Dee, L. (2006). *Improving transition planning for young people with special educational needs: For young people with special educational needs*. McGraw-Hill Education (UK).

¹⁵⁷ Hattar-Pollara, M. (2010). Developmental transitions. In Meleis, A. I. (Ed.) *Transitions theory: Middle-range and situation-specific theories in nursing research and practice* (87-94). Springer Publishing Company.

¹⁵⁸ ΕΟΠΠΕΠ (2021). *Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Ζωής και Σταδιοδρομίας*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ.

Διαθέσιμο στο: https://www.eoppep.gr/images/SYEP/ETHNIKO_PLAISIO_DEXIOTHTON.pdf

Σημαντικό ρόλο στη μετάβαση από το ένα εκπαιδευτικό πλαίσιο στο άλλο, διαδραματίζει ο στόχος που θα πρέπει να θέσει το άτομο σύμφωνα με την προσωπικότητα, τα ενδιαφέροντα, τις αξίες του και τα δεδομένα που συλλέγει από το περιβάλλον του. Στο πλαίσιο αυτό κρίνεται αναγκαία, λοιπόν, η στοχοθεσία.

Ως **στοχοθεσία** ορίζεται η διαδικασία προσδιορισμού συγκεκριμένου στόχου ή αποτελέσματος που θέλει να επιτύχει κάποιος, καθώς και του πλάνου δράσης για να το επιτύχει. Οι στόχοι επηρεάζουν την προσοχή, κατευθύνουν την προσπάθεια, αυξάνουν τα κίνητρα και διευκολύνουν την ανάπτυξη στρατηγικών με σκοπό την επίτευξη στόχου (Kneebone & Cropley, 2006)¹⁵⁹. Ο καθορισμός στόχου επηρεάζει τις ατομικές επιλογές και κατευθύνει τις επιδιώξεις. Ο στόχος είναι ένας ρυθμιστικός μηχανισμός παρακολούθησης, αξιολόγησης και ελέγχου της συμπεριφοράς (Latham & Locke, 2006)¹⁶⁰. Οι εκπαιδευτικές προσπάθειες για την προώθηση της δεξιότητας θέσπισης στόχου επικεντρώνονται πρωτίστως στον προσδιορισμό των συγκεκριμένων στόχων, την ανάπτυξη πλάνου και τις δράσεις που απαιτούνται για την επιτυχή έκβασή του. Για να αποδειχθεί αποτελεσματική η στοχοθεσία, θα πρέπει ο **στόχος** που θα θέσει το άτομο να είναι **έξυπνος**, σύμφωνα με το ακρωνύμιο **SMARTER**, δηλαδή ο στόχος να είναι **συγκεκριμένος, μετρήσιμος, εφικτός, ρεαλιστικός, χρονικά προσδιορισμένος, αξιολογήσιμος και αναθεωρήσιμος** (Μουράτογλου, 2020)¹⁶¹. Αναλυτικά, ο **συγκεκριμένος** και ξεκάθαρος στόχος συμβάλλει καθοριστικά στη διαμόρφωση ενός επιτυχημένου πλάνου δράσης και βοηθά στην εστίαση της προσοχής στα βήματα που απαιτούνται. Όταν ο στόχος είναι **μετρήσιμος**, δίνει τη δυνατότητα στο άτομο να δει πού βρίσκεται σε σχέση με αυτόν, να εντοπίσει την πρόοδό του και να μένει κινητοποιημένος. Οι μετρήσιμοι στόχοι αποτελούν μια πυξίδα που δείχνει αν κάποιος προχωρά σωστά ή πρέπει να προσαρμόσει την προσέγγισή του ανάλογα. Το να θέσει κάποιος έναν **εφικτό** στόχο αυξάνει τις πιθανότητες επιτυχίας. Οι μη ρεαλιστικοί στόχοι μπορεί να οδηγήσουν σε απογοήτευση. Όσο για τη σχετικότητα του στόχου, αναφερόμαστε στη σχέση που έχει ο στόχος με τις ανάγκες, τις αξίες, τις προτεραιότητες και τα ενδιαφέροντα του ατόμου. Ο **καθορισμός** μιας **προθεσμίας** που θα σηματοδοτήσει την επίτευξη του στόχου δίνει το αίσθημα του επείγοντος και μπορεί να

¹⁵⁹ Kneebone, I., Hurn, J. & Cropley, M., (2006) Goal setting as an outcome measure: a systematic review, *Clinical Rehabilitation*, 20(9), 756-772.

¹⁶⁰ Latham, G., & Locke, E., (2006) Enhancing the Benefits and Overcoming the Pitfalls of Goal Setting, *Organizational Dynamics*, 35(4), 332-340

¹⁶¹ Μουράτογλου, Ν. (2020). Η θεωρία μάθησης της «Τυχαιότητας» στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας: προτάσεις ποιοτικής και ποσοτικής προσέγγισης. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α. Σ. Αντωνίου (Επιμ), *Διαχείριση δεξιοτήτων και ανάπτυξη σταδιοδρομίας στο σύγχρονο εκπαιδευτικό και εργασιακό περιβάλλον*, (σ. 68-83). Αθήνα: Γρηγόρη.

κρατήσει το άτομο εστιασμένο και κινητοποιημένο. Επίσης, βάζει προτεραιότητα στις προσπάθειες και τη δουλειά που απαιτείται. Ακόμη, ο στόχος αναμένεται να είναι **αξιολογήσιμος**, υπό την έννοια ότι το άτομο οφείλει να αναγνωρίζει και να αξιολογεί κατά πόσο υπάρχει εξέλιξη στη διαδικασία επίτευξής του και, τέλος, να είναι **αναθεωρήσιμος**, όπου το άτομο καλείται να αναπροσαρμόσει τη συμπεριφορά του ή τον στόχο του, στην περίπτωση που δεν επιτεύχθηκε.

Ωστόσο, προκειμένου να θέσει έναν στόχο που θα βοηθήσει το άτομο να αναπτυχθεί και να εξελιχθεί, χρειάζεται να υιοθετήσει έναν **αναπτυξιακό τρόπο σκέψης**. Η κοινωνική ψυχολόγος Carol Dweck (2017)¹⁶² εισήγαγε τις έννοιες fixed mindset και growth mindset. Τα άτομα που χαρακτηρίζονται από έναν **αναπτυξιακό τρόπο σκέψης** (growth mindset) θεωρούν ότι οι ικανότητες, δεξιότητες και ο τρόπος αντιμετώπισης των δυσχερειών αναπτύσσονται μέσω της προσπάθειας και της θέλησης. Αντίθετα, άτομα με **σταθερό τρόπο σκέψης** (fixed mindset) πιστεύουν ότι ο άνθρωπος γεννιέται με κάποια ταλέντα, ικανότητες που δεν αλλάζουν. Είναι πιο πιθανό να τα παρατήσουν εύκολα, με την πρώτη δυσκολία, αφού ό,τι και να κάνουν δεν μπορούν να βελτιώσουν κάποια χαρακτηριστικά που δεν έχουν ανεπτυγμένα.

Γενικότερα, είναι σκόπιμο να καλλιεργηθεί η ενδυνάμωση του ατόμου και η θετική διαχείριση των προκλήσεων μέσα από τον **αναπτυξιακό τρόπο σκέψης**, την υιοθέτηση της θετικής ψυχολογίας, την καλλιέργεια σημαντικών δεξιοτήτων όπως της προσαρμοστικότητας και της ανθεκτικότητας. Η δεξιότητα της προσαρμοστικότητας καθιστά το άτομο πιο ανοιχτό στις αλλαγές και τις προκλήσεις που ανακύπτουν. Προσαρμοστικότητα είναι η δεξιότητα με την οποία επεξεργαζόμαστε μία νέα κατάσταση και εντοπίζουμε, μέσω του αναστοχασμού και της αυτο-παρατήρησης από τα δυνατά μας σημεία εκείνα που μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε για να ανταπεξέλθουμε στις απαιτήσεις της νέας κατάστασης. Κάποια ενδεικτικά βήματα για την ανάπτυξη της προσαρμοστικότητας είναι ο σχεδιασμός δεύτερου και τρίτου πλάνου δράσης για εφαρμογή σε περίπτωση που αποτύχει το πρώτο, η παρατήρηση και ο εντοπισμός των συναισθημάτων μας και των σκέψεων που έχουμε, ώστε να αναγνωρίσουμε τον τρόπο με τον οποίο διαχειριζόμαστε την αλλαγή, αλλά και η ηθελημένη έκθεσή μας σε νέα περιβάλλοντα και καταστάσεις.

Στενά συνδεδεμένος όρος είναι η ανθεκτικότητα, η ικανότητα ενός ατόμου, δηλαδή, να αντιμετωπίζει και να προσαρμόζεται στις αλλαγές, τις προκλήσεις και να ξεπερνά τις

¹⁶² Dweck, C. (2017). *Mindset-updated edition: Changing the way you think to fulfil your potential*. Hachette UK.

δυσκολίες χωρίς να εγκαταλείπει την προσπάθεια, επιδεικνύοντας επιμονή και υπομονή. Όπως ο καθένας, έτσι και το άτομο που χαρακτηρίζεται από υψηλό επίπεδο ανθεκτικότητας δοκιμάζεται και αυτό από δυσκολίες, στις οποίες όμως δεν επιτρέπει να του στερήσουν την επιτυχία. Αντίθετα, μέσα από τις δυσκολίες χτίζει επιπλέον δεξιότητες, παίρνει χρήσιμα μαθήματα που τα χρησιμοποιεί προς όφελός του. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι η ανθεκτικότητα λειτουργεί σαν ένα τόξο που τεντώνει, αλλά δεν σπάει. Κάποιες δεξιότητες από τις οποίες αποτελείται και μέσα από τις οποίες χτίζεται η ανθεκτικότητα είναι η αυτοπεποίθηση, η αισιοδοξία, η ευελιξία, η υπομονή, η ικανότητα επίλυσης των προβλημάτων, η αυτεπίγνωση, η αυτορρύθμιση, η αποδοχή, η διαχείριση χρόνου και οι επικοινωνιακές δεξιότητες. Η ανθεκτικότητα μπορεί να λειτουργήσει ως ένα πολύτιμο εργαλείο σε περιόδους αλλαγών και μεταβάσεων και γι' αυτό είναι σκόπιμο να αναπτυχθεί. Μία βασική προϋπόθεση είναι να έχουμε κάποιο σκοπό ο οποίος θα αποτελεί λόγο ανάπτυξης της ανθεκτικότητας. Για παράδειγμα, όταν το άτομο επιθυμεί μια προαγωγή στην εργασία του, θα μπορεί να αντεπεξέλθει πιο εύκολα σε απαιτητικές συνθήκες προκειμένου να επέλθει η προαγωγή του. Κατά παρόμοιο τρόπο, η στοχοθεσία είναι ένας τρόπος ενδυνάμωσης της ανθεκτικότητας, καθώς περιλαμβάνει ένα πλάνο διαχείρισης των προκλήσεων, ούτως ώστε το άτομο να μείνει στοχοπροσηλωμένο και να προχωρήσει στην κατεύθυνση του στόχου του. Εξάλλου, ο αναστοχασμός του ατόμου όσον αφορά στις δεξιότητες που ήδη έχει χρησιμοποιήσει για την επίλυση προηγούμενων προβλημάτων λειτουργεί ως μηχανισμός επινόησης νέων.

Επιπροσθέτως, θα πρέπει να τονιστεί η καίριας σημασίας συμβολή της αυτοφροντίδας και της χαλάρωσης με συγκεκριμένες τεχνικές, όπως αναφέρονται παρακάτω. Τα άτομα που διαθέτουν αυτόν τον τρόπο σκέψης και εφαρμόζουν αυτές τις τεχνικές είναι πιο πιθανό να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες ως προκλήσεις, να μην τα παρατήσουν όταν συναντήσουν εμπόδια και να αντιληφθούν την αποτυχία ως ευκαιρία για εξέλιξη και μάθηση. Πιο συγκεκριμένα, τα άτομα με αυτή τη στάση ζωής θέτουν φιλόδοξους στόχους που επιδιώκουν με κάθε τρόπο να επιτύχουν, χωρίς να φοβούνται να βγουν από τη ζώνη άνεσής τους. Ένα καίριας σημασίας στοιχείο για να είναι επιτυχής η έκβαση της προσπάθειας είναι η **κινητοποίηση** του ατόμου, η οποία συνδέεται τόσο με τη δράση όσο και με το συναίσθημα. Οι μαθητές μπορούν να κινητοποιηθούν άμεσα μέσα από τη χρήση ενός υλικού μάθησης που δίνεται με ελκυστικό τρόπο, τους διεγείρει την περιέργεια, τους εμπλέκει στη διαδικασία και,

τέλος, τους αναπτύσσει ένα θετικό συναίσθημα που σχετίζεται με τη διαδικασία μάθησης και την αποκτημένη γνώση (Gopalan, Bakar, Zulkifli, Alwi, & Mat, 2017)¹⁶³.

Ένας επιπρόσθετος παράγοντας που συνδέεται με τη διαχείριση των μεταβάσεων είναι το **υποστηρικτικό δίκτυο** μέσω του οποίου αντλείται ψυχική δύναμη κι ανθεκτικότητα. Το άτομο το οποίο βιώνει μια μεταβατική περίοδο, είτε είναι επιθυμητή, είτε όχι, χρειάζεται δίπλα του κάποια άτομα με τα οποία θα αισθάνεται άνετα να μοιραστεί τους προβληματισμούς και τις δυσκολίες του και τα οποία θα έχουν τη δυνατότητα και τη διάθεση να σταθούν αρωγοί στην προσπάθειά του. Είναι πολύ σημαντικό να διαχωριστεί η έννοια του να έχει κάποιος απλώς σχέσεις, από το να καλλιεργεί υγιείς και υποστηρικτικές σχέσεις οι οποίες δρουν προληπτικά και ενδυναμώνουν ψυχικά το άτομο σε περιπτώσεις μεταβάσεων (Cook-Cottone, 2015)¹⁶⁴. Επίσης, σε μια μετάβαση το άτομο θα πρέπει να έχει τη δυνατότητα να απευθυνθεί σε φορείς κι ομάδες για να ζητήσει τη συνδρομή τους. Ένα παράδειγμα υποστηρικτικών σχέσεων είναι οι υποστηρικτικές ομάδες σε επίπεδο κοινότητας, όπως για παράδειγμα μία σχολική τάξη, μία ομάδα με κοινά ενδιαφέροντα, ένας σύλλογος. Συνεπώς, η διαχείριση εξαρτάται και από περιβαλλοντικούς υποστηρικτικούς μηχανισμούς που να δημιουργούν περισσότερο ευνοϊκές συνθήκες για τη διαχείριση των μεταβάσεων (Crant, 2000)¹⁶⁵.

Βέβαια, το υποστηρικτικό πλαίσιο εκτός του ότι αποτελεί έναν μηχανισμό ψυχικής ενδυνάμωσης, είναι κι ένας από τους παράγοντες ενσυνείδητης φροντίδας που απαλύνει τις δυσκολίες κι επιτρέπει στο άτομο να αποστασιοποιείται για λίγο από τις δυσκολίες, ώστε να χαλαρώνει και να ανασυντάσσει τις ψυχικές του δυνάμεις για τη διαχείριση της μετάβασης που βιώνει. Οι άλλοι παράγοντες είναι η φροντίδα του σώματος, η αυτεπίγνωση, η αυτοσυμπόνια και ο σκοπός καθώς και η πνευματικότητα και η ενσυνείδητη χαλάρωση (Cook-Cottone & Guyker, 2018)¹⁶⁶. Οι Norcross και Guy (2007)¹⁶⁷ δίνουν εξέχουσα σημασία στη διατροφή ως μέσο αυτο-φροντίδας, ενώ παράλληλα επισημαίνεται πως ένα υγιές σώμα ανταποκρίνεται καλύτερα στο στρες (Davis et al. 2008)¹⁶⁸. Η ξεκούραση, εξάλλου, αποτελεί

¹⁶³ Gopalan, V., Bakar, J. A. A., Zulkifli, A. N., Alwi, A., & Mat, R. C. (2017). *A review of the motivation theories in learning*. In AIP conference proceedings (Vol. 1891). AIP Publishing LLC. <https://doi.org/10.1063/1.5005376>

¹⁶⁴ Cook-Cottone, C. P. (2015). *Mindfulness and yoga for self-regulation: A primer for mental health professionals*. Springer Publishing Company.

¹⁶⁵ Crant, J. M. (2000). Proactive behavior in organizations. *Journal of management*, 26(3), 435-462.

¹⁶⁶ Cook-Cottone, C. P., & Guyker, W. M. (2018). The development and validation of the Mindful Self-Care Scale (MSCS): An assessment of practices that support positive embodiment. *Mindfulness*, 9, 161-175.

¹⁶⁷ Norcross, J.C., & Guy, J.D. (2007). *Leaving It at the Office: A Guide to Psychotherapist Self-Care*. New York: Guilford Press.

¹⁶⁸ Davis, M., Eshelman, E. R., & McKay, M. (2008). *The relaxation and stress reduction workbook*. New Harbinger Publications.

μία σημαντική μεταβλητή της αυτο-φροντίδας η οποία απαρτίζεται από αρκετό ύπνο καλής ποιότητας και προγραμματισμένα διαλείμματα χαλάρωσης (Cook-Cottone 2015)¹⁶⁹. Η αυτο-φροντίδα είναι μια διαδικασία που επίσης περιλαμβάνει την αυτεπίγνωση και την εκτίμηση τόσο των εσωτερικών αναγκών όσο και των εξωτερικών απαιτήσεων, καθώς και την σκόπιμη ενασχόληση με συγκεκριμένες ενέργειες που προάγουν την ευεξία και την καλύτερη επίδοση του ατόμου (όπ.π.). Η ενσυνείδητη χαλάρωση περιλαμβάνει τεχνικές για ανακούφιση, ηρεμία και χαλάρωση, συστατικά απαραίτητα για τη συναισθηματική αυτορρύθμιση. Ενδεικτικά, μπορούμε να αναφέρουμε εργαλεία όπως ασκήσεις αναπνοής, τη σταδιακή χαλάρωση των μυών, χαλαρωτικά ακούσματα, την ανάπτυξη επίγνωσης των αισθήσεων, το διάβασμα και το γράψιμο (Cook-Cottone 2015 · Davis et al., 2008¹⁷⁰ · Norcross, & Guy, 2007)¹⁷¹. Τέλος, όταν αναφερόμαστε στην πνευματικότητα κάνουμε λόγο για κάτι ανώτερο από τον εαυτό και προέρχεται από μια αίσθηση σκοπού, νοηματοδότησης, στοιχεία που ενδυναμώνουν και καλλιεργούν την ανθεκτικότητα (όπ.π.).

Στενά συνδεδεμένες έννοιες με τη μετάβαση είναι:

στάδια μετάβασης, στρατηγικές μετάβασης, στοχοθεσία, κινητοποίηση, αναπτυξιακός τρόπος σκέψης, υποστηρικτικό πλαίσιο, αυτο-φροντίδα

¹⁶⁹ όπ.π.

¹⁷⁰ Davis, M., Eshelman, E. R., & McKay, M. (2008). *The relaxation and stress reduction workbook*. New Harbinger Publications.

¹⁷¹ Norcross, J.C., & Guy, J.D. (2007). *Leaving It at the Office: A Guide to Psychotherapist Self-Care*. New York: Guilford Press.

5.4.2 Μαθησιακά αποτελέσματα

Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση να:



Θεματικές περιοχές ↓	Απόκτηση Απόκτηση γνώσεων	Εφαρμογή Επίδειξη γνώσεων	Εξατομίκευση Ενσωμάτωση της μάθησης και της γνώσης	Πράξη Μετασχηματισμός και δημιουργία της γνώσης
Στοχοθεσία, κίνητρα και αυτό-παρακίνηση	Διαμορφώνουν ένα πλάνο δράσης με “εξυπνότερους” στόχους, βάσει των κινήτρων τους.	Εφαρμόζουν το πλάνο δράσης τους με στόχο να ολοκληρώσουν τη μεταβατική φάση που βιώνουν όσο πιο ομαλά γίνεται, παρακινούμενοι από τους στόχους και τα κίνητρά τους.	Εντοπίζουν και εξετάζουν παράγοντες στη συμπεριφορά τους και το περιβάλλον τους που είτε τους φέρνουν πιο κοντά στον στόχο είτε τους απομακρύνουν, καθιστώντας αντίστοιχα τη μετάβαση πιο εύκολη ή δύσκολη.	Αναπροσαρμόζουν τη συμπεριφορά τους με τρόπο που αποδυναμώνουν τις δυσκολίες ή/και ενισχύουν τους υποστηρικτικούς παράγοντες για την ολοκλήρωση μίας ομαλής μετάβασης.
Αναγνώριση και διαχείριση μεταβάσεων	Αναγνωρίζουν τα διαφορετικά είδη μεταβάσεων στην καθημερινή ζωή και σταδιοδρομία τους, προσδιορίζοντας τις συνέπειες τους σε επίπεδο ρόλων, σχέσεων, συναισθημάτων, συνηθειών και συμπεριφορών.	Διαχειρίζονται τις μεταβάσεις ζωής και σταδιοδρομίας τους λαμβάνοντας υπόψη την κατάσταση, τον εαυτό τους, την ενδεχόμενη υποστήριξη και τις στρατηγικές διαχείρισης που διαθέτουν.	Εντοπίζουν και αξιολογούν τις δυσκολίες μιας μετάβασης και να εξετάζουν τους τρόπους με τους οποίους άτομα και ομάδες ατόμων θα μπορούσαν να τους υποστηρίξουν.	Αναστοχάζονται κατά πόσο παρελθοντικές εμπειρίες διαχείρισης μεταβάσεων εμπλουτίζουν τους παράγοντες εκείνους που αφορούν στον εαυτό τους, την ενδεχόμενη υποστήριξη και τις στρατηγικές διαχείρισης μιας μετάβασης.
Αναπτυξιακός τρόπος σκέψης	Κατανοούν το περιεχόμενο και τα οφέλη ενός αναπτυξιακού τρόπου σκέψης (π.χ. ανθεκτικότητα, επιμονή και προθυμία να μαθαίνουν από λάθη και αποτυχίες) στην προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη.	Εφαρμόζουν στρατηγικές για την καλλιέργεια ενός αναπτυξιακού τρόπου σκέψης, όπως η αποδοχή των προκλήσεων, η επιδίωξη λήψης ανατροφοδότησης και η εκτίμηση της προσπάθειας και της επιμονής.	Αναλύουν και αξιολογούν τα λάθη, τις προκλήσεις και τις δυσκολίες που ανακύπτουν κατά τις μεταβάσεις, σε μία ρεαλιστική βάση εκτιμώντας παράλληλα τις συνέπειες που μπορεί να έχουν στη σωματική και ψυχική υγεία τους (π.χ. εξουθένωση).	Αναπτύσσουν στρατηγικές βελτίωσης, επιδεικνύοντας ανθεκτικότητα και αποφασιστικότητα στο να ξεπερνούν τις όποιες αποτυχίες/δυσκολίες και να τις χρησιμοποιούν ως εφαλτήριο για το μέλλον.

5.4.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία



Ενδεικτικά γνωστικά αντικείμενα στο πλαίσιο της διαθεματικής προσέγγισης:

- **Α/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Μελέτη Περιβάλλοντος, Ιστορία, Αισθητική Αγωγή, Αγγλικά, Τ.Π.Ε., Φυσική Αγωγή, Θρησκευτικά
- **Β/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Ιστορία, Πολιτική Παιδεία, Λογοτεχνία, Φυσική Αγωγή, Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός

Ενδεικτικές θεματικές ενότητες προγραμμάτων αγωγής υγείας ή/και σταδιοδρομίας:

- **Α/θμια:** «Ψυχική υγεία - συναισθηματική αγωγή - διαπροσωπικές σχέσεις»
- **Β/θμια** Ήπιες δεξιότητες και σύγχρονα εργασιακά περιβάλλοντα, Προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη & καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής, Ισότητα στην πρόσβαση στην εργασία

Εργαστήρια Δεξιοτήτων

- Κύκλος Φροντίζω το Περιβάλλον
- Κύκλος Δημιουργώ και Καινοτομώ - υποάξονας «Επιχειρηματικότητα - Αγωγή Σταδιοδρομίας- Γνωριμία με τα επαγγέλματα»

Επιπλέον:

- Επισκέψεις δια ζώσης ή εξ αποστάσεως σε χώρους εργασίας (δημόσιους ή ιδιωτικούς φορείς, οργανισμούς & επιχειρήσεις)
- Συναντήσεις – Συνεντεύξεις μεταξύ ομοτίμων στην τάξη
- Διοργάνωση Ημερών Σταδιοδρομίας με θέμα τις Εκπαιδευτικές Διαδρομές

5.4.4 Βιωματικές δραστηριότητες



- Περισσότερες πληροφορίες για ένα εύρος δραστηριοτήτων διαχείρισης των μεταβάσεων μπορείτε να βρείτε στο Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας που είναι προσβάσιμο στον ακόλουθο σύνδεσμο:
https://www.eoppep.gr/images/SYEP/ETHNIKO_PLAISIO_DEXIOTHTON.pdf
- Άσκηση διερεύνησης μεταβάσεων σύμφωνα με το μοντέλο της Schlossberg

Σκέφτομαι τη **συνολική κατάσταση** στην οποία βρίσκομαι. Με βοηθούν οι ερωτήσεις:

- Τι καινούριο υπάρχει στη ζωή μου;
- Τι άλλο συμβαίνει στη ζωή μου που με απασχολεί;
- Ποια είναι τα στοιχεία της κατάστασης που με χαροποιούν;
- Ποια είναι τα στοιχεία που με δυσκολεύουν;

Στη συνέχεια σκέφτομαι και εντοπίζω τα **χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς** μου τα οποία μπορούν να με βοηθήσουν να διαχειριστώ τη νέα κατάσταση. Θυμάμαι τις φορές που φάνηκα δυνατός/ή ή/και εκείνες τις φορές που αντιμετώπισα τις δυσκολίες με αισιοδοξία.

Μετά, αναζητώ τα **άτομα που μπορούν να με βοηθήσουν**, από το οικογενειακό και φιλικό μου περιβάλλον, ρωτώντας τον εαυτό μου:

- Ποιος με βοήθησε σε μια δύσκολη στιγμή;
- Ποιος με καταλαβαίνει όταν περνάω δύσκολα;
- Τι είδους βοήθεια θα χρειαστώ;

Τέλος, θα πρέπει να βρω τους **τρόπους αντιμετώπισης** της νέας κατάστασης, ρωτώντας τον εαυτό μου:

- Υπάρχει κάποιος τρόπος να το κάνω πιο εύκολο; Αν ναι, ποιος είναι;
- Πώς θα μπορούσα να μειώσω τη σημασία που έχει στη ζωή μου αυτή η αλλαγή;
- Πώς μπορώ να χαλαρώνω τις στιγμές που νιώθω έντονο άγχος;

Οι απαντήσεις θα με βοηθήσουν να αισθανθώ μεγαλύτερη εμπιστοσύνη και να σχεδιάσω τα επόμενα βήματά μου.

5.4.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι



- **Σταδιοδρομία σε Πράσινο**, Εργαστήριο Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας <https://uoacounselinglab.weebly.com>
- **Εκπαιδευτικό υλικό ανάπτυξης δεξιοτήτων επαγγελματικής προσαρμοστικότητας για μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης** «Ένα επάγγελμα για μια ζωή; Αποχαιρετώντας τη μονιμότητα και οδεύοντας στην επαγγελματική προσαρμοστικότητα» <http://keaes.ppp.uoa.gr>

5.4.6 Σχέδια μαθήματος



1^ο Σχέδιο μαθήματος - Κατανοώντας τις μεταβάσεις ζωής και σταδιοδρομίας	
<p>Θεματική περιοχή: Αναγνώριση και διαχείριση μεταβάσεων</p> <p>Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το δεύτερο μαθησιακό αποτέλεσμα συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να διαχειρίζονται τις μεταβάσεις ζωής και σταδιοδρομίας τους λαμβάνοντας υπόψη την κατάσταση, τον εαυτό τους, την ενδεχόμενη υποστήριξη και τις στρατηγικές διαχείρισης που διαθέτουν. Ακόμη, το τρίτο μαθησιακό αποτέλεσμα περιλαμβάνει την ικανότητα των μαθητών/τριών να εντοπίζουν και αξιολογούν τις δυσκολίες μιας μετάβασης και να εξετάζουν τους τρόπους με τους οποίους άτομα και ομάδες ατόμων θα μπορούσαν να τους υποστηρίξουν.</p>	
<p>Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τη θεματική περιοχή της «Αναγνώριση και διαχείριση μεταβάσεων» και αναπτύσσεται σε τρεις διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.</p> <p>Ψηφιακή μορφή σεναρίου¹⁷²: https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/847dbb7e675549a123c656f638dceed6b20c65291372dc8be1c55d1f4ca5c909</p>	
1^η διδακτική ώρα: Κατανόηση μεταβάσεων και υποστήριξη	
<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να δημιουργήσουν ένα χρονοδιάγραμμα σημαντικών μεταβάσεων ζωής και καριέρας που έχουν βιώσει ή αναμένουν να συναντήσουν στο μέλλον. Θα πρέπει να περιλαμβάνουν τόσο θετικές όσο και προκλητικές μεταβάσεις, όπως η έναρξη ενός νέου σχολείου, η μετακόμιση σε μια νέα πόλη ή η αλλαγή εκπαιδευτικής βαθμίδας. Οι μαθητές μπορούν να συζητήσουν αυτές τις μεταβάσεις σε ζευγάρια, λαμβάνοντας υπόψη τα συναισθήματα και τις αλλαγές που σχετίζονται με την κάθε μετάβαση.</p>	20'
<p>Ξεκινούμε μια ομαδική συζήτηση σχετικά με τη σημασία της υποστήριξης κατά τις μεταβάσεις. Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες να προσδιορίσουν τα υπάρχοντα δίκτυα υποστήριξής τους, συμπεριλαμβανομένων φίλων, οικογένειας,</p>	15'

¹⁷² Προκειμένου να εξοικειωθείτε με το εργαλείο Learning Designer και τον τρόπο αναπαράστασης των πληροφοριών συστήνεται να παρακολουθήσετε το ακόλουθο βίντεο: <https://youtu.be/f4BfYaMSpqq?t=59>

δασκάλων, συμβούλων ή άλλων ατόμων που μπορούν να παρέχουν καθοδήγηση σε δύσκολες στιγμές.	
Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να πάρουν συνέντευξη από ένα μέλος της οικογένειας, φίλο ή μέντορα που έχει υποστηρίξει κάποιον κατά τη διάρκεια μιας μετάβασης ζωής ή σταδιοδρομίας. Οι μαθητές/τριες θα πρέπει να διερευνήσουν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν κατά τη διάρκεια της διαδικασίας και τις στρατηγικές που χρησιμοποιούνται για την παροχή αποτελεσματικής υποστήριξης. Μπορούν να αποτυπώσουν τα αποτελέσματα δημιουργώντας μία παρουσίαση ή ένα infographic. (Στο πλαίσιο αυτό ουσιαστικά εξηγούμε το τι αναμένουμε να διερευνήσουν στο πλαίσιο της συνέντευξης).	10'
2η διδακτική ώρα: Μεταβάσεις και δυσκολίες που αντιμετωπίζουμε	
Οι μαθητές/τριες παρουσιάζουν τα αποτελέσματα της προηγούμενης δραστηριότητας και συζητούμε όλοι/ες μαζί.	25'
Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να αναπτύξουν ένα ατομικό σχέδιο δράσης για τη διαχείριση μιας πιθανής μετάβασης ζωής ή καριέρας που προβλέπουν στο μέλλον τους. Θα πρέπει να περιγράψουν τις δυσκολίες που μπορεί να συναντήσουν και τις συγκεκριμένες στρατηγικές υποστήριξης που θα εφαρμόσουν με βάση τη μάθησή τους από το μάθημα.	20'
3η διδακτική ώρα: Μεταβάσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών	
Χωρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας σε ζευγάρια και τους δίνουμε σενάρια ρόλων όπου ο ένας μαθητής περνάει από μια σημαντική μετάβαση και ο άλλος λειτουργεί ως υποστηρικτικός φίλος ή μέντορας. Ενθαρρύνουμε την ενεργητική ακρόαση, την ενσυναίσθηση και την εξερεύνηση πιθανών χρήσιμων συμβουλών ή πόρων. Μπορούμε να αξιοποιήσουμε τις ακόλουθες ερωτήσεις: Για τον μαθητή / τη μαθήτρια στον ρόλο αυτού που βιώνει τη μετάβαση: <ul style="list-style-type: none"> • Ποιες είναι οι βασικές σου ανησυχίες ή προκλήσεις που σχετίζονται με αυτήν τη μετάβαση; • Πώς θα ήθελες ο φίλος ή ο μέντοράς σου να προσεγγίσει την κατάσταση για να σε βοηθήσει περισσότερο; Για τον μαθητή / τη μαθήτρια στον ρόλο του υποστηρικτικού φίλου ή του μέντορα: <ul style="list-style-type: none"> • Πώς νιώθεις που ο φίλος σου περνά αυτή τη σημαντική μετάβαση; 	20'

<ul style="list-style-type: none"> • Ποιους πόρους ή συμβουλές μπορείς να του προσφέρεις για να τον/την υποστηρίξεις κατά τη διάρκεια αυτής της μετάβασης; <p>Για να συζητήσουν και οι δύο μαθητές/τριες μετά το παιχνίδι ρόλων:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Νιώθατε ότι ακούγατε και κατανοούσατε ο ένας τον άλλον κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ρόλων; • Ποιες πτυχές της συζήτησης ήταν ιδιαίτερα χρήσιμες ή υποστηρικτικές; • Πώς μπορείτε να εφαρμόσετε τα «διδάγματα» από αυτό το παιχνίδι ρόλων σε πραγματικές καταστάσεις όπου οι φίλοι σας μπορεί να χρειάζονται υποστήριξη; 	
<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να δημιουργήσουν έναν «Υποστηρικτικό Χάρτη Δικτύου» όπου προσδιορίζουν βασικά άτομα ή ομάδες που μπορούν να παρέχουν υποστήριξη κατά τη διάρκεια διαφορετικών τύπων μεταβάσεων. Μπορούν να απεικονίσουν τις σχέσεις μεταξύ αυτών των συστημάτων υποστήριξης και να συζητήσουν τα διάφορα επίπεδα βοήθειας που μπορεί να λάβουν από το καθένα.</p> <p>Ακόμη τους παρέχουμε μια λίστα με στρατηγικές αντιμετώπισης και πόρους για τη διαχείριση των μεταβάσεων (π.χ. τεχνικές διαχείρισης χρόνου, δραστηριότητες μείωσης του άγχους, συμβουλευτικές υπηρεσίες). Θα πρέπει να εξετάσουν ποιες στρατηγικές έχουν απήχηση σε αυτούς προσωπικά και πώς θα μπορούσαν να εφαρμοστούν κατά τη διάρκεια διαφόρων μεταβάσεων.</p>	25’
<p>Υποστηρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας στην ανάπτυξη ενός σχεδίου νοοτροπίας ανάπτυξης. Θα πρέπει να προσδιορίσουν συγκεκριμένες στρατηγικές που θα εφαρμόσουν για να καλλιεργήσουν μια νοοτροπία ανάπτυξης στην προσωπική και επαγγελματική τους ζωή. Οι στρατηγικές μπορεί να περιλαμβάνουν την αναζήτηση ανατροφοδότησης, την αποδοχή προκλήσεων, την προβολή των αποτυχιών ως ευκαιρίες μάθησης και τον καθορισμό μαθησιακών στόχων.</p>	20’

2ο Σχέδιο μαθήματος - Θεμελιώνοντας μία νοοτροπία ανάπτυξης

Θεματική περιοχή: Αναπτυξιακός τρόπος σκέψης

Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το πρώτο μαθησιακό αποτέλεσμα συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να κατανοούν το περιεχόμενο και τα οφέλη ενός αναπτυξιακού τρόπου σκέψης (π.χ. ανθεκτικότητα, επιμονή και προθυμία να μαθαίνουν από λάθη και αποτυχίες)

στην προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη. Ακόμη, το δεύτερο μαθησιακό αποτέλεσμα περιλαμβάνει την ικανότητα των μαθητών/τριών να εφαρμόζουν στρατηγικές για την καλλιέργεια ενός αναπτυξιακού τρόπου σκέψης, όπως η αποδοχή των προκλήσεων, η επιδίωξη λήψης ανατροφοδότησης και η εκτίμηση της προσπάθειας και της επιμονής.

Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματοποιείται τη θεματική περιοχή της «Αναπτυξιακός τρόπος σκέψης» και αναπτύσσεται σε τρεις διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.

Ψηφιακή μορφή σεναρίου: <https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/ab286b1695782e42f7a732372106a5dff90adf859b6b7573f198cfaa08b3d95b>

1^η διδακτική ώρα: Τι είναι η νοοτροπία ανάπτυξης;

Ξεκινούμε με μια σύντομη εισαγωγή για την έννοια της νοοτροπίας ανάπτυξης, δίνοντας έμφαση στη διαφορά μεταξύ μιας νοοτροπίας ανάπτυξης (πίστη στην ικανότητα μάθησης και βελτίωσης) και μιας σταθερής νοοτροπίας (πεποίθηση ότι οι ικανότητες είναι έμφυτες και αμετάβλητες). Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να αναζητήσουν αντίστοιχα βίντεο που μπορούν να αξιοποιήσουν για την επεξήγηση αυτών των εννοιών. Τέλος, ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριάς μας να δημιουργήσουν ένα μότο νοοτροπίας ανάπτυξης. Μπορούν να συντάξουν μια δήλωση που αντανακλά τη δέσμευσή τους να αναπτύξουν και να διατηρήσουν μια νοοτροπία ανάπτυξης στις σχολικές και προσωπικές τους επιδιώξεις.

20’

Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριάς μας να αναλογιστούν τις δικές τους τάσεις νοοτροπίας απαντώντας σε ένα ερωτηματολόγιο που αξιολογεί τις πεποιθήσεις τους σχετικά με τη νοημοσύνη, τη μάθηση και τις ικανότητες, βάσει των ακόλουθων επιλογών απάντησης για κάθε ερώτηση: "συμφωνώ απόλυτα", "συμφωνώ", "ουδέτερο", "διαφωνώ" και "διαφωνώ απόλυτα". Το παρακάτω ερωτηματολόγιο δεν αποτελεί κάποιο ψυχομετρικό εργαλείο, αλλά ορισμένες ερωτήσεις που μπορούν να πυροδοτήσουν τον αναστοχασμό των μαθητών/τριών.

15’

- Πιστεύω ότι η ευφυΐα και οι ικανότητες είναι σταθερά χαρακτηριστικά που δεν μπορούν να αλλάξουν σημαντικά.

<ul style="list-style-type: none"> • Πιστεύω ότι κάποιοι άνθρωποι είναι από τη φύση τους πιο έξυπνοι ή πιο ταλαντούχοι από άλλους. • Μπορώ να μάθω και να βελτιώσω τις δεξιότητές μου σε οποιονδήποτε τομέα με αρκετή προσπάθεια. • Όταν αντιμετωπίζω εμπόδια, πιστεύω ότι οι ικανότητές μου είναι ανεπαρκείς. • Όταν αντιμετωπίζω εμπόδια τα βλέπω ως ευκαιρίες για ανάπτυξη. • Πιστεύω ότι η προσπάθεια και η σκληρή δουλειά μπορούν να βελτιώσουν σημαντικά την απόδοση και τις ικανότητές μου. • Όταν αντιμετωπίζω αναποδιές, συνεχίζω να προσπαθώ και να επιμένω. • Μου αρέσει να λαμβάνω ανατροφοδότηση ή εποικοδομητική κριτική για αυτό που κάνω. • Βλέπω την ανατροφοδότηση ως μια ευκαιρία για μάθηση και ανάπτυξη. • Βλέπω την ανατροφοδότηση ως μια προσωπική επίθεση. • Συχνά συγκρίνω τον εαυτό μου με άλλους όσον αφορά την ευφυΐα ή τις ικανότητές μου. • Θεωρώ τον ανταγωνισμό ως μια ευκαιρία να βελτιωθώ και να μάθω από τους άλλους. • Θεωρώ τον ανταγωνισμό ως μία κατάσταση που με κάνει να νιώθω ότι απειλούμε. • Πιστεύω ότι το ταλέντο από μόνο του αρκεί για την επιτυχία. • Πιστεύω ότι η προσπάθεια παίζει πιο σημαντικό ρόλο στην επιτυχία ενός ατόμου, παρά το ταλέντο του. • Είμαι ανοιχτός/ή στο να δοκιμάσω νέες στρατηγικές ή προσεγγίσεις μάθησης όταν αντιμετωπίζω προκλήσεις. • Νιώθω άνετα όταν βγαίνω από τη ζώνη άνεσής μου για να αποκτήσω νέες δεξιότητες. <p>Κατόπιν ζητούμε από τους μαθητές να προσδιορίσουν τα δύο κύρια χαρακτηριστικά τα οποία αποδίδουν ο καθένας και η καθεμία ξεχωριστά στην νοοτροπία ανάπτυξης και στη σταθερή νοοτροπία.</p>	
<p>Εισάγουμε την έννοια του ημερολογίου νοοτροπίας ανάπτυξης. Οι μαθητές/τριες μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτό το ημερολόγιο για να καταγράψουν τις</p>	<p>10'</p>

<p>προσπάθειές τους, την πρόοδό τους και τους προβληματισμούς τους σχετικά με τις προκλήσεις και τις αποτυχίες. Τους/ις ενθαρρύνουμε να γράψουν για το πώς μπορούν να μάθουν από τις αποτυχίες και να προσεγγίσουν τα μελλοντικά εμπόδια με νοοτροπία ανάπτυξης.</p>	
<p>2η διδακτική ώρα: Εντοπίζοντας συμπεριφορές νοοτροπίας ανάπτυξης</p>	
<p>Παρουσιάζουμε στους μαθητές και τις μαθήτριές μας μελέτες περιπτώσεων ή ιστορίες ατόμων που αποτελούν παράδειγμα ανάπτυξης ή σταθερής νοοτροπίας. Θα πρέπει να αναλύσουν τις συμπεριφορές και τις στάσεις που επιδεικνύει το κάθε άτομο και να συζητήσουν τον αντίκτυπο της νοοτροπίας του στην προσωπική και επαγγελματική του ανάπτυξη.</p>	<p>20'</p>
<p>Χωρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας σε ζευγάρια και τους ζητούμε να επιλέξουν μία συγκεκριμένη πρόκληση ή εργασία, κατά προτίμηση σχετική με το αντικείμενο ή την προσωπική ανάπτυξη. Ο ένας μαθητής ενεργεί ως κάποιος με νοοτροπία ανάπτυξης και ο άλλος ως κάποιος με σταθερή νοοτροπία. Εξετάζουν το πώς ο κάθε τύπος νοοτροπίας θα προσέγγιζε την πρόκληση. Ορισμένα παραδείγματα τέτοιων προκλήσεων είναι:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μάθετε πώς να παίζετε ένα μουσικό όργανο (π.χ. κιθάρα, πιάνο, φλάουτο). • Επίλυση ενός σύνθετου μαθηματικού προβλήματος ή ενός απαιτητικού παζλ. • Γράψτε ένα διήγημα ή ένα ποίημα για ένα δεδομένο θέμα. • Παρουσίαση ή ομιλία μπροστά στην τάξη. • Συνεργασία για την ολοκλήρωση ενός ομαδικού έργου. • Εξισορρόπηση σχολικών, εξωσχολικών δραστηριοτήτων και προσωπικών δεσμεύσεων. 	<p>20'</p>
<p>Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριές μας να βρουν εμπνευσμένες ιστορίες ή συνεντεύξεις επιτυχημένων ατόμων που έχουν επιδείξει μια νοοτροπία ανάπτυξης σε όλα τα προσωπικά και επαγγελματικά τους ταξίδια. Θα πρέπει να παρουσιάσουν αυτά τα παραδείγματα στην επόμενη συνάντηση και να συζητήσουν τις συγκεκριμένες στρατηγικές νοοτροπίας ανάπτυξης που χρησιμοποιούν αυτά τα άτομα.</p>	<p>5'</p>

3η διδακτική ώρα: Μεταβάσεις και στρατηγικές αντιμετώπισης δυσκολιών	
Δίνουμε στους μαθητές και τις μαθήτριές μας την ευκαιρία να παρουσιάσουν τις εμπνευσμένες ιστορίες που εντόπισαν στην προηγούμενη εργασία για το σπίτι. Κατά τη διάρκεια αυτών των παρουσιάσεων, οι μαθητές θα πρέπει να τονίσουν τις στρατηγικές νοοτροπίας ανάπτυξης που παρουσιάζουν τα πρότυπα.	25'
Υποστηρίζουμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας στην ανάπτυξη ενός σχεδίου νοοτροπίας ανάπτυξης. Θα πρέπει να προσδιορίσουν συγκεκριμένες στρατηγικές που θα εφαρμόσουν για να καλλιεργήσουν μια νοοτροπία ανάπτυξης στην προσωπική και επαγγελματική τους ζωή. Οι στρατηγικές μπορεί να περιλαμβάνουν την αναζήτηση ανατροφοδότησης, την αποδοχή προκλήσεων, την προβολή των αποτυχιών ως ευκαιρίες μάθησης και τον καθορισμό μαθησιακών στόχων.	20'

5.4.7 Ζητήματα συμπερίληψης



Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού στο πλαίσιο της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και στο πνεύμα της κοινωνικής δικαιοσύνης είναι ιδιαίτερα κρίσιμος για την ένταξη των ατόμων που προέρχονται από ευάλωτες κοινωνικά ομάδες. Για παράδειγμα:

- Λειτουργήστε ως πρότυπο για τους μαθητές σας αναφορικά με την αντιμετώπιση προκλήσεων και μεταβάσεων.
- Εντοπίζετε τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές με διαφορετικά χαρακτηριστικά προσωπικότητας, ικανότητες και πολιτισμικό υπόβαθρο διαχειρίζονται τις μεταβάσεις. Η εκτίμηση των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών των μαθητών στην αντιμετώπιση προκλήσεων και μεταβατικών φάσεων συμβάλλει καθοριστικά στον εντοπισμό μίας κατάλληλης μεθόδου προσέγγισης.
- Ενθαρρύνετε τους μαθητές σας να συνειδητοποιούν ότι έχουν σημαντικούς εσωτερικούς και εξωτερικούς πόρους, για να διαχειρίζονται τη μετάβαση ως πρόκληση/ευκαιρία μάθησης και όχι ως απειλή.
- Υποστηρίξτε τη μετάβαση μαθητών με αναπηρίες από βαθμίδα σε βαθμίδα. Το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας έχει εκπονήσει ένα σχετικό πρόγραμμα μετάβασης από τη Α/θμια στη Β/θμια γενικά για τα άτομα με αναπηρίες,¹⁷³. Ακόμη, ο Ευρωπαϊκός Φορέας για την Ανάπτυξη στην Ειδική Αγωγή και την Ενταξιακή Εκπαίδευση έχει διαθέσιμο Εξατομικευμένο Σχέδιο Μετάβασης σε ελληνική μετάφραση¹⁷⁴.
- Δημιουργήστε ευκαιρίες για αναστοχασμό σχετικά με τις μεταβάσεις, ενθαρρύνοντας τους μαθητές και τις μαθήτριες να εντοπίσουν τις υποθέσεις, προκαταλήψεις και εναλλακτικές προοπτικές τους.

¹⁷³ Προσβάσιμο στο:

http://www.sed.uth.gr/images/downloads/egxiridio_metavasis.pdf?fbclid=IwAR0QS_MKw9Vz0chbws0dOnwp_1ntYu9-boQJ7nTZ02v7dBlmhWnT9-alluo

¹⁷⁴ Προσβάσιμο στο: https://www.european-agency.org/sites/default/files/individual-transition-plans_itp_el.pdf



5.4.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;

Ο καλύτερος δυνατός εαυτός μου

Κάθομαι κάπου ήσυχα για 20-30 λεπτά και σκέφτομαι πώς θα είναι η ζωή μου σε λίγο καιρό που θα έχω ξεπεράσει τη μεταβατική περίοδο. Οπότε, αφού σκεφτώ όλες τις επιθυμίες μου, οραματίζομαι ένα μέλλον στο οποίο όλα γίνονται όπως ακριβώς θέλω. Στο μεσοδιάστημα, έχω βάλει τα δυνατά μου, έχω δουλέψει όσο απαιτείται κι έτσι τα κατάφερα. Αφού το σκεφτώ όσο πιο λεπτομερώς μπορώ βάζοντας και πολύ συναίσθημα πίστης στο θετικό αποτέλεσμα, είναι ώρα να το εκφράσω γραπτώς στο ημερολόγιό μου. Είναι πιθανό να μην προκύψει αβίαστα αυτή η άσκηση, αλλά με εξάσκηση και λίγο χρόνο το αποτέλεσμα εγγυάται την επιτυχία. Μερικές φορές μπορεί να εκπλαγώ με αυτά που γράφω για τον εαυτό μου καθώς γράφω για το μέλλον μου και τους στόχους που προκύπτουν. Το να κρατάς ημερολόγιο, εξάλλου, καλλιεργεί την υπομονή και την επιμονή, στοιχεία απαραίτητα για την επιτυχία.

Τα δυνατά μου σημεία

Μια άλλη τεχνική είναι να θυμηθώ κάποια αλλαγή στη ζωή μου στο παρελθόν, να αναγνωρίσω ποια δυνατά μου σημεία χρησιμοποίησα, ώστε να τα αξιοποιήσω συνειδητά κι όχι τυχαία αυτήν τη φορά. Αυτή η τεχνική μας κινητοποιεί και ενδυναμώνει.

10+1 τρόποι να φροντίζω τον εαυτό μου και να νιώθω δυνατός/ή

Φτιάχνω ένα κολλάζ με φωτογραφίες με ανθρώπους που αγαπώ, δραστηριότητες και πράγματα που απολαμβάνω, με χαλαρώνουν και με κάνουν να νιώθω ηρεμία, χαρά και διασκέδαση. Όλα αυτά που μου δίνουν δύναμη να αντιμετωπίζω δυσκολίες και προκλήσεις.

5.4.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;

- Διαμορφώνει **σενάρια διδασκαλίας** αξιοποιώντας τα συστατικά στοιχεία της **θετικής διαχείρισης μιας μετάβασης**, σύμφωνα με τις ανάγκες των μαθητών και των μαθητριών.
- Συνδέει, με **ομαδικά παιχνίδια και παιχνίδια ρόλων**, το **εννοιολογικό περιεχόμενο της αλλαγής-μετάβασης** με τη στοχοθεσία, την κινητοποίηση, τον αναπτυξιακό τρόπο σκέψης και το χτίσιμο υποστηρικτικού πλαισίου.
- Αξιοποιεί επικουρικά το **Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας** σε **ομαδικές βιωματικές δραστηριότητες και εφαρμόζει ασκήσεις και τεχνικές** που θα βοηθήσουν τους μαθητές και τις μαθήτριες να θέτουν στόχους, να κινητοποιούνται και να επιδεικνύουν δεξιότητες θετικής διαχείρισης των μεταβάσεων σε σχέση με τις αλλαγές που ανακύπτουν στη ζωή τους.
- Διερευνά και αξιοποιεί τα **ψηφιακά εργαλεία** και τους **ανοικτούς πόρους** του ΕΟΠΠΕΠ και άλλων φορέων, ώστε να καλλιεργήσει στάσεις και συμπεριφορές για την καλλιέργεια κι ενίσχυση των δεξιοτήτων διαχείρισης των μεταβάσεων.
- Χρησιμοποιεί **ποσοτικά εργαλεία** σε συνδυασμό με **ποιοτικές μεθόδους** για να ενισχύσει τη θετική διαχείριση των μεταβάσεων.
- **Εντάσσει ζητήματα συμπερίληψης** στην εκπαιδευτική διαδικασία ώστε να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες από ευάλωτες ομάδες να διαχειρίζονται τις μεταβάσεις της ζωής τους με θετική προσέγγιση, αποδοχή, ανθεκτικότητα και προσαρμοστικότητα.
- **Εκπαιδεύει** τους μαθητές και τις μαθήτριες να **διατηρούν** το ενδιαφέρον τους και την ενέργειά τους για την ανάπτυξη και ενίσχυση της θετικής διαχείρισης των μεταβάσεων της ζωής τους μπαίνοντας στη **«θέση του οδηγού»**, του ατόμου, δηλαδή, συμμετέχοντας ενεργά στη διαδικασία.

5.5 Δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας



5.5.1 Εννοιολογικό περιεχόμενο

Σε έναν κόσμο που χαρακτηρίζεται από διαρκείς αλλαγές και αστάθεια, αλλά και από αλματώδη ανάπτυξη της τεχνολογίας που συχνά επαναπροσδιορίζει τα όρια της γνώσης και των προσωπικών επιλογών, η επαγγελματική επιτυχία αποκτά αναπόφευκτα ένα πιο «προσωπικό» περιεχόμενο. Έτσι, οι άνθρωποι καλούνται να επιδείξουν μεγαλύτερη ατομική ευθύνη συγκριτικά με το παρελθόν, ώστε να διαχειριστούν με αποτελεσματικό τρόπο τις αναδυόμενες προκλήσεις στην εξέλιξη της προσωπικής και επαγγελματικής τους ζωής, προσδιορίζοντας ταυτόχρονα την έννοια αυτής της επιτυχίας και εφαρμόζοντάς τη στη δική τους διαδρομή.

Ο σχεδιασμός της σταδιοδρομίας απαιτεί συνεπώς έναν πιο δυναμικό, αλλά και ταυτόχρονα πολύπλευρο και σύνθετο τρόπο δράσης, που ανατρέπει τα δεδομένα πάνω στα οποία είχε οικοδομηθεί η εργασιακή μας κουλτούρα και συμπεριφορά (Αργυροπούλου & Αντωνίου, 2020)¹⁷⁵. Ο ευμετάβλητος χαρακτήρας των σημερινών κοινωνιών ασκεί μία πολυεπίπεδη πίεση στα άτομα, τα οποία καλούνται συνεχώς να κατασκευάσουν και να ανακατασκευάσουν πτυχές της επαγγελματικής τους σταδιοδρομίας, προκειμένου να είναι λειτουργικά στον απρόβλεπτο κόσμο της εργασίας. Στο πλαίσιο αυτό, όροι όπως αλλαγή, μετάβαση, πολυπλοκότητα, αβεβαιότητα, προσαρμογή, προσαρμοστικότητα και δια βίου μάθηση αποκτούν ολοένα και περισσότερη βαρύτητα, αποδυναμώνοντας, αντίστοιχα, όρους όπως γραμμικότητα, ασφάλεια, σιγουριά και σταθερότητα (Μουράτογλου, 2020)¹⁷⁶. Συνειδητοποιούμε, λοιπόν, ότι για να ανταποκριθούμε στις ανάγκες που διαμορφώνονται στη σύγχρονη κοινωνία, χρειάζεται να αναπτύξουμε επιπρόσθετες δεξιότητες¹⁷⁷ που θα μας

¹⁷⁵ Αργυροπούλου, Κ., & Αντωνίου, Α.-Σ. (2020). Σταδιοδρομία και δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας στις μεταμοντέρνες προσεγγίσεις επαγγελματικής ανάπτυξης. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α.-Σ. Αντωνίου (Επιστημονική Επιμέλεια), *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα*. Αθήνα: Γρηγόρη, σσ. 15-33.

¹⁷⁶ Μουράτογλου, Ν. (2020). Η θεωρία μάθησης της «Τυχαιότητας» στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας: προτάσεις ποιοτικής και ποσοτικής προσέγγισης. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α.-Σ. Αντωνίου (Επιμ.), *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα* (σσ. 68-84). Αθήνα: Γρηγόρη

¹⁷⁷ Σύμφωνα με το CEDEFOP (2014), ως «δεξιότητα» (skill) ορίζεται η εφαρμογή της γνώσης και της τεχνογνωσίας που κατέχει ένα άτομο, προκειμένου να εκτελέσει κάποια διεργασία και να λύσει προβλήματα. Η δεξιότητα αφορά συνήθως την εκτέλεση εργασιών που μαθαίνονται μέσα από πρακτική άσκηση, χωρίς να απαιτείται μεγάλη εμπέδωση στη λογική που υπάρχει πίσω από αυτές. Με άλλα λόγια, ως «δεξιότητα» νοείται η ικανότητα εφαρμογής γνώσεων και αξιοποίησης τεχνογνωσίας για την ολοκλήρωση εργασιών και την επίλυση προβλημάτων και συνιστά την επάρκεια ή επιδεξιότητα στην εκτέλεση ενός καθήκοντος (δηλαδή, η ικανότητα κάποιου να κάνει κάτι καλά). Ο όρος «ικανότητα» (competence), από την άλλη, αντιστοιχεί στην

επιτρέπουν να πλοηγηθούμε με μεγαλύτερη άνεση στον ταραχώδη σύγχρονο εργασιακό κόσμο. Οι σημερινές τάσεις στην αγορά εργασίας δείχνουν ότι η επιτυχία θα στηρίζεται –πέρα από την τεχνική γνώση και την εκπαίδευση επαγγελματικών δεξιοτήτων– σε **επιπρόσθετες δεξιότητες** (ΕΟΠΠΕΠ, 2021¹⁷⁸).

Οι **δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας** (αλλιώς και μεταδεξιότητες ή ψυχοκοινωνικοί πόροι) αποτελούν ένα **πλέγμα αυτορρυθμιζόμενων δεξιοτήτων** που ενδυναμώνουν την ικανότητα του ατόμου για **μάθηση, προσαρμογή, πρόβλεψη, διερεύνηση, δημιουργία αλλαγών και αντιμετώπιση μεταβάσεων**. Παράλληλα, αποτελούν σημαντικά «εφόδια» στην προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη των νέων, καθώς αξιολογούνται ως κρίσιμες για την αλληλεπίδραση με το εργασιακό και κοινωνικό περιβάλλον. Η κατοχή αυτών των δεξιοτήτων παρέχει στους έφηβους και τις έφηβες δομημένους τρόπους για να **συλλέγουν, να αναλύουν, να συνθέτουν και να οργανώνουν** τις πληροφορίες για τον εαυτό τους, την εκπαίδευση και την αγορά εργασίας (Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Αργυροπούλου & Δρόσος, 2013)¹⁷⁹, ώστε να χρησιμοποιούν όσα γνωρίζουν για τον εαυτό τους, να ενημερώνουν την αυτοαντίληψή τους και να διαχειρίζονται την επαγγελματική τους σταδιοδρομία (Amudson, 2018)¹⁸⁰.

Γίνεται έτσι σαφής η σημασία καλλιέργειάς του καθώς διαπιστώνεται ότι ενισχύουν την ενεργό εμπλοκή του ατόμου στη διά βίου ανάπτυξη της επαγγελματικής του πορείας και το καθιστούν ικανό να αποδεχτεί και να διαχειριστεί τη ρευστότητα του περιβάλλοντος, να ενσωματώσει νέους ρόλους στην επαγγελματική του ταυτότητα και να καλλιεργεί τη συνεχή μάθηση μέσα από την εξέλιξη της σταδιοδρομίας του.

Πρακτικά, θα λέγαμε ότι οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας όχι μόνο **ενισχύουν την αυτογνωσία**, αλλά και **ενδυναμώνουν** την ικανότητά του ατόμου να **διαχειρίζεται την προσωπική και κοινωνική του ζωή** με αποτελεσματικό τρόπο. Επιπλέον, του δίνουν τη δυνατότητα να συνειδητοποιήσει τη σημασία της εργασίας και των κοινωνικών σχέσεων στη δόμηση της σταδιοδρομίας του, να αξιοποιεί τα δυνατά του σημεία και να προσεγγίζει ένα εύρος εναλλακτικών επαγγελματικών επιλογών, βιώνοντας ικανοποίηση και ψυχολογική ευημερία. Δε θα πρέπει επίσης να παραβλέψουμε την **κοινωνική σημασία** των δεξιοτήτων

αποδεδειγμένη δυνατότητα ενός ατόμου να αξιοποιεί την τεχνογνωσία, τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις προσωπικές, κοινωνικές ή/και οργανωτικές ικανότητές του στις σπουδές, στην εργασία και στην επαγγελματική ή/και την προσωπική του ανάπτυξη, ώστε να διαχειρίζεται με επιτυχία, τόσο οικείες όσο και νέες επαγγελματικές καταστάσεις και απαιτήσεις.

¹⁷⁸ ΕΟΠΠΕΠ (2021). *Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας (Life/Career Competences Framework)*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ.

¹⁷⁹ Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Δ., Αργυροπούλου, Α., & Δρόσος, Ν. (2013). *Ανάπτυξη δεξιοτήτων Δια Βίου Διαχείρισης Σταδιοδρομίας: Θεωρητικό Πλαίσιο*. Αθήνα: Εθνικός Οργανισμός Πιστοποίησης Προσόντων & Επαγγελματικού Προσανατολισμού (ΕΟΠΠΕΠ).

¹⁸⁰ Amundson, N. E. (2018). *Active Engagement*. Anniversary Edition. Canada: Ergon Communications.

σταδιοδρομίας, καθώς φαίνεται να ενθαρρύνουν την ανάπτυξη προσωπικών δυνάμεων που αποσκοπούν στην **προώθηση της ισορροπίας μεταξύ ατομικών προσδοκιών και κοινωνικών ή και παγκόσμιων αναγκών** (Di Fabio & Kenny, 2015)¹⁸¹. Υπό το πρίσμα αυτό, οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας συμβάλλουν στη δημιουργία ενός προσωπικού κεφαλαίου (Di Fabio & VanEsbroeck, 2016)¹⁸², που διευκολύνει την άνθηση των ικανοτήτων τους όχι μόνο σε ενδο-προσωπικό επίπεδο, αλλά και σε δια-προσωπικό, με αποτέλεσμα να **αναπτύσσουν έλεγχο και αυτονομία**, να **βιώνουν ψυχολογική ευημερία** και να **επιδιώκουν την κοινωνική τους εναρμόνιση** (Di Fabio & Tsuda, 2018)¹⁸³. Με βάση την αντίληψη αυτή, τα άτομα που είναι πρόθυμα να εξελίξουν τις επαγγελματικές και προσωπικές τους δεξιότητες θα επιδιώξουν την ισορροπία ανάμεσα στο «εγώ» και το «εμείς», ώστε να προάγουν τη θετική τους ανάπτυξη και να συμβάλλουν με την επαγγελματική τους δραστηριότητα στη βελτίωση του κόσμου στον οποίο ζουν. Επιπλέον, θα αξιοποιήσουν εκτός από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους, τους προσωπικούς τους πόρους, για να επιτύχουν τη **θετική διαχείριση σχέσεων**, την **αποδοχή της αλλαγής** και την **πολιτισμική ενσυναίσθηση** στη διερεύνηση και τον σχεδιασμό της σταδιοδρομίας τους (Valickas, Raišienė & Rapuano, 2019)¹⁸⁴.

Βάσει των παραπάνω, οι κύριες δεξιότητες που μπορούν να υποστηρίξουν τον επαγγελματικό σχεδιασμό περιλαμβάνουν:

- **Επαγγελματική ανθεκτικότητα:** Περιγράφεται ως η ικανότητα προσαρμογής στις αλλαγές, ακόμη και όταν οι συνθήκες είναι αποθαρρυντικές ή αποδιοργανωτικές (London, 1997)¹⁸⁵. Θεωρείται βασικό συστατικό της ετοιμότητας στην αντιμετώπιση και ανακατασκευή δυσκολιών που συνδέονται με τη ζωή και την εργασία, αλλά και την αποτελεσματική αξιοποίηση των πηγών στήριξης ενός ατόμου. Τα ανθεκτικά άτομα δεν αποφεύγουν τις δύσκολες καταστάσεις, αλλά τις διαχειρίζονται με λειτουργικό τρόπο, ενισχύοντας την επαγγελματική τους γνώση (Charokopaki, Kaliris & Argyropoulou, 2019)¹⁸⁶.

¹⁸¹ Di Fabio, A. & Kenny, M.E. (2015). The contributions of emotional intelligence and social support for adaptive career progress among Italian youth. *Journal of Career Development, 42*, 48-59.

¹⁸² Di Fabio, A., & VanEsbroeck, R. (2016). Intrapreneurial Self-Capital: A concept fitting a life-designing intervention. *Giornale Italiano di Ricerca e Applicazioni, 9*.

¹⁸³ Di Fabio, A., & Tsuda, A. (2018). The Psychology of Harmony and Harmonization: Advancing the Perspectives for the Psychology of Sustainability and Sustainable Development. *Sustainability, 10*, 4726.

¹⁸⁴ Valickas, A., Raišienė, A. G., & Rapuano, V. (2019) Planned Happenstance Skills as Personal Resources for Students' Psychological Wellbeing and Academic Adjustment. *Sustainability, 11*(12), 1-11.

¹⁸⁵ London, M. (1997). Overcoming career barrier: A model of cognitive and emotional processes for -realistic appraisal and constructive coping. *Journal of Career Development, 24*(1), 25-38.

¹⁸⁶ Charokopaki, A., Kaliris, A., Argyropoulou, K. (2020). Resilience and Career Decision Making Self-Efficacy among Greek Neets. In *Career Guidance for Inclusive Society: Conference Proceedings from the 2019*

- **Επικοινωνιακές δεξιότητες:** Ως επικοινωνιακή ικανότητα ορίζεται η αίσθηση της καταλληλότητας και της αποτελεσματικότητας στην επικοινωνία (Spitzberg & Cupach, 1984)¹⁸⁷, η οποία σχετίζεται λειτουργικά με την προσωπική κινητοποίηση, τη γνώση, τις δεξιότητες και με τις δεδομένες, διευκολυντικές ή δυσχερείς συνθήκες (Spitzberg, 2013)¹⁸⁸. Οι δεξιότητες διαπροσωπικής επικοινωνίας περιλαμβάνουν δεξιότητες διαπραγμάτευσης, δεξιότητες εργασίας σε ομάδες, οργανωτικές και συντονιστικές δεξιότητες και δεξιότητες επικοινωνίας στη μητρική γλώσσα (Puhakka et al. 2010)¹⁸⁹.
- **Επαγγελματική προσαρμοστικότητα:** Πρόκειται για την ετοιμότητα του ατόμου να ανταποκριθεί σε όλους τους προβλέψιμους αναπτυξιακούς στόχους που αφορούν την προετοιμασία και συμμετοχή του σε εργασιακούς ρόλους, αλλά και να αντιμετωπίσει όλες τις απρόβλεπτες προσαρμογές, που ενδεχομένως θα απαιτηθούν από τις αλλαγές στις εργασιακές συνθήκες και την αγορά εργασίας ευρύτερα (Savickas, 2013)¹⁹⁰. Όσο πιο ενεργό είναι το άτομο σχετικά με τη σταδιοδρομία του και εμπλέκεται σε διεργασίες, όπως το να κάνει ερωτήσεις, να αναζητά πληροφορίες και πρόσωπα που θα τον υποστηρίξουν, να παρατηρεί, να παρέχει και να λαμβάνει ανατροφοδότηση, να μαθαίνει από τα λάθη του καθώς και να δοκιμάζει και να πειραματίζεται, τόσο περισσότερο καλλιεργεί την επαγγελματική του προσαρμοστικότητα (Αργυροπούλου & Λορέντζος, 2021)¹⁹¹.
- **Διαχείριση χρόνου:** Ορίζεται ως η ολοκλήρωση των εργασιών μέσα σε ένα αναμενόμενο χρονικό πλαίσιο, διατηρώντας παράλληλα την ποιότητα του αποτελέσματος, μέσω μηχανισμών όπως ο προγραμματισμός, η οργάνωση και η ιεράρχηση (Μπέλκη, 2020)¹⁹². Το άτομο που διαχειρίζεται τον χρόνο του

Conference of the International Association for Educational and Vocational Guidance (IAEVG). Slovakia:

Združenie pre kariérové poradenstvo a rozvoj kariéry (Δημοσίευση σε e-book), pp. 208-228.

¹⁸⁷ Spitzberg, B.H. & Cupach, W.R. (1984). *Interpersonal Communication Competence*. Beverly Hills, CA: Sage.

¹⁸⁸ Spitzberg, B. H. (2013). (Re)Introducing Communication Competence to health professions. *Journal of Public Health Research*, 2(3): e23.

¹⁸⁹ Puhakka, A. Rautopuro, J. & Tuominen, V. (2010) Employability and Finnish University Graduates. *European Educational Research Journal*, 9(1), 45–55.

¹⁹⁰ Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In R. W. Lent & S.D. Brown (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research into work* (2nd ed., pp. 147-183). Hoboken, NJ: Wiley.

¹⁹¹ Αργυροπούλου Α. & Λορέντζος Α. (2021). Η «δοκιμασία» της πανδημίας του κορωνοϊού ως ευκαιρία στον επαγγελματικό σχεδιασμό των εφήβων: Ο ρόλος των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας. *Νέα Παιδεία*, 179, 17-30.

¹⁹² Μπέλκη, Π.. (2020). Διαχείριση χρόνου και αποτελεσματική μελέτη: αξιοποίηση τεχνικών (αυτο)διαχείρισης χρόνου στην επίτευξη εκπαιδευτικών στόχων. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α-Σ. Αντωνίου (Επιστημονική Επιμέλεια), *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα* (σσ. 300-310). Αθήνα: Γρηγόρη.

αποτελεσματικά εφαρμόζει πρακτικές σε σχέση με την εκτίμηση του χρόνου, τον σχεδιασμό, την ιεράρχηση και την παρακολούθηση της προσπάθειάς του, οι οποίες το βοηθούν να είναι πιο παραγωγικό στην καθημερινότητα του, επιτυγχάνοντας με ευκολία τους προσωπικούς και/ή επαγγελματικούς του στόχους.

- **Συναισθηματική νοημοσύνη:** Εκφράζει την ικανότητα του ατόμου να κινητοποιεί τον εαυτό του για να πετύχει έναν στόχο, να επιμένει ενάντια στις ματαιώσεις, να ελέγχει τις παρορμήσεις του, να χαλιναγωγεί την ανυπομονησία του, να ρυθμίζει σωστά τη διάθεσή του και να έχει ενσυναίσθηση και αισιοδοξία (Φλουρής, 2005)¹⁹³. Οι δεξιότητες της συναισθηματικής νοημοσύνης διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην καθημερινή ζωή των ατόμων, καθώς συνδέονται άμεσα με τις κοινωνικές δεξιότητες, ενώ επιμέρους διαστάσεις της, όπως η ενσυναίσθηση μπορεί να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο τόσο στις επαγγελματικές επιλογές όσο και στη μελλοντική επαγγελματική επιτυχία.
- **Διεκδικητικότητα:** Σχετίζεται με την έκφραση της δικής μας οπτικής με έναν άμεσο και ξεκάθαρο τρόπο, όταν αναλαμβάνουμε την ευθύνη των συνεπειών αυτών των σκέψεων και των συμπεριφορών μας, σεβόμενοι παράλληλα τους άλλους. Οι δεξιότητες διεκδικητικότητας βοηθούν τα άτομα να αξιοποιούν δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και να λαμβάνουν αποφάσεις, κάνοντας επιλογές που τους ικανοποιούν για τη ζωή και τη σταδιοδρομία τους (Λορέντζος, 2020)¹⁹⁴.
- **Ενεργητικότητα προς απροσδόκητα γεγονότα και μετατροπή αυτών σε ευκαιρίες ανάπτυξης:** Σε έναν κόσμο που χαρακτηρίζεται από αστάθεια, η ενεργητική και μαθησιακή στάση απέναντι στα απροσδόκητα (μη αναμενόμενα) γεγονότα καθιστά τα άτομα ικανά να αναγνωρίζουν, να δημιουργούν και να αξιοποιούν «τυχαία» γεγονότα ως επαγγελματικές ευκαιρίες. Τα άτομα που αντιλαμβάνονται τη σημασία της ετοιμότητας απέναντι σε απροσδόκητα γεγονότα, αναπτύσσουν ανοικτότητα και είναι θετικοί απέναντι σε νέες και απρόβλεπτες καταστάσεις και μπορούν να τις αξιοποιήσουν ώστε να βελτιώσουν την επαγγελματική αλλά και την προσωπική τους ζωή (Μουράτογλου, 2020)¹⁹⁵.

¹⁹³ Φλουρής, Γ. (2005). Εγκέφαλος, Μάθηση, Νοημοσύνη και Εκπαίδευση. *Επιστήμες Αγωγής*, 2, 7-32.

¹⁹⁴ Λορέντζος, Α.. (2020). Καλλιέργεια δεξιοτήτων διεκδικητικότητας στο σύγχρονο επαγγελματικό περιβάλλον. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α-Σ. Αντωνίου (Επιστημονική Επιμέλεια), *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα*. Αθήνα: Γρηγόρη, σσ. 84-96

¹⁹⁵ Μουράτογλου, Ν. (2020). Η θεωρία μάθησης της «Τυχειότητας» στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας: προτάσεις ποιοτικής και ποσοτικής προσέγγισης. Στο Κ. Αργυροπούλου & Α-Σ. Αντωνίου (Επιστημονική

- **Κριτική σκέψη:** Αναφέρεται στον διαφορετικό τρόπο σκέψης και την αξιοποίηση πληροφοριών που προέρχονται από πολλαπλές πηγές. Η ανάπτυξη κριτικής σκέψης φαίνεται να συντελεί στην εξαγωγή ορθολογικών συμπερασμάτων που προκύπτουν όχι από την απλή, παθητική αποδοχή των πληροφοριών, αλλά από την ενεργό επεξεργασία και ίσως ακόμη και την αμφισβήτησή τους (ΕΟΠΠΕΠ, 2021)¹⁹⁶.
- **Αναστοχαστικότητα:** Πρόκειται για μία δυναμική και συνεχή διαδικασία βελτίωσης της αυτογνωσίας που αναδεικνύει πώς το άτομο αντιλαμβάνεται τον κόσμο, πώς βλέπει το μέλλον του και πώς ερμηνεύει τις αλλαγές που συμβαίνουν γύρω του. Η αναστοχαστικότητα είναι ένα μέσο για να βοηθήσει τα άτομα να σχεδιάσουν την επαγγελματική τους πορεία, σε σχέση με τους αυθεντικούς εαυτούς τους, τις αξίες της σταδιοδρομίας τους, και τους σκοπούς της ζωής τους, αξιοποιώντας πρότερες εμπειρίες και συνδέοντας το παρελθόν με το παρόν και το μέλλον (Argyropoulou, Mouratoglou, Antoniou, Charokopaki & Mikedaki, 2020¹⁹⁷ · Savickas, 2013¹⁹⁸).
- **Θετική αυτοαξιολόγηση:** Ερμηνεύεται ως θετική κρίση του ατόμου αναφορικά με την αυτεπάρκεια, την αυτοεκτίμηση, την έδρα ελέγχου, αλλά και ως απουσία συναισθημάτων απαισιοδοξίας. Η θετική αυτοαξιολόγηση ενισχύει το άτομο να παραμείνει αισιόδοξο και να δεσμευθεί με περισσότερο ενεργό τρόπο στην επίτευξη ενός εκπαιδευτικού ή επαγγελματικού στόχου (Judge, Erez, Bono & Thoresen, 2003)¹⁹⁹.

Για μία αναλυτικότερη προσέγγιση των παραπάνω δεξιοτήτων, αλλά και επιπρόσθετων δεξιοτήτων (βλ. ΕΟΠΠΕΠ, 2021)²⁰⁰.

Επιμέλεια), *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα*. Αθήνα: Γρηγόρη, σσ. 84-96.

¹⁹⁶ ΕΟΠΠΕΠ (2021). *Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας (Life/Career Competences Framework)*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ.

¹⁹⁷ Argyropoulou, K., Antoniou, A.S., Mouratoglou, N., Charokopaki, A., & Mikedaki, K. (2020). Psychometric Properties of the Life Project Reflexivity Scale in Greek University Students. *Counseling*, 13(1), 4-20

¹⁹⁸ Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In R. W. Lent & S.D. Brown (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research into work* (2nd ed., pp. 147-183). Hoboken, NJ: Wiley

¹⁹⁹ Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2003). The core self-evaluations scale: development of a measure. *Personnel Psychology*, 56, 303- 331.

²⁰⁰ ΕΟΠΠΕΠ (2021). *Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας (Life/Career Competences Framework)*. Αθήνα: ΕΟΠΠΕΠ.

Στενά συνδεδεμένες έννοιες με τις δεξιότητες σταδιοδρομίας είναι:

**αυτοαποτελεσματικότητα, αυτορρύθμιση, αυτοδιαχείριση της σταδιοδρομίας,
επίλυση προβλημάτων, βιώσιμη επαγγελματική ανάπτυξη, επαγγελματική ανάπτυξη
με κοινωνικό πρόσημο**

5.5.2 Μαθησιακά αποτελέσματα

Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση να:



Θεματικές περιοχές ↓	Απόκτηση Απόκτηση γνώσεων	Εφαρμογή Επίδειξη γνώσεων	Εξατομίκευση Ενσωμάτωση της μάθησης και της γνώσης	Πράξη Μετασχηματισμός και δημιουργία της γνώσης
Κατανόηση δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας	Προσδιορίζουν το περιεχόμενο των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας και να αντιλαμβάνονται τα οφέλη τους στην εκπαίδευση, την κατάρτιση και την απασχόληση.	Αξιοποιούν τις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας για να ενισχύσουν την προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη (στόχοι, διαχείριση μεταβάσεων).	Εξετάζουν πως τα διδασκόμενα μαθήματα και οι εξωσχολικές δραστηριότητες συμβάλλουν στην εκπλήρωση στόχων ζωής και σταδιοδρομίας.	Αντιλαμβάνονται τις εκπαιδευτικές επιλογές τους ως ευκαιρίες ενίσχυσης και ανάπτυξης των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας τους.
(Αυτό-)αξιολόγηση δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας	Αναγνωρίζουν και να κατανοούν τη σημασία της (αυτό-)αξιολόγησης των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας μέσω τεχνικών, εργαλείων και δραστηριοτήτων.	Εμπλέκονται τακτικά σε διαδικασίες και δραστηριότητες (αυτό-)αξιολόγησης των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας.	Δημιουργούν έναν φάκελο δεξιοτήτων (portfolio) διαχείρισης σταδιοδρομίας στο οποίο να αναλύουν τα αποτελέσματα της (αυτό-)αξιολόγησης των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας.	Αναστοχάζονται και αξιοποιούν τα αποτελέσματα της (αυτό-)αξιολόγησης με σκοπό τον εντοπισμό των δεξιοτήτων που χρήζουν βελτίωσης.
Δια βίου καλλιέργεια δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας	Προσδιορίζουν την επίδραση των κοινωνικών, οικονομικών, τεχνολογικών και περιβαλλοντικών αλλαγών και εξελίξεων στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας.	Μετατρέπουν τους περιορισμούς και τις δυσκολίες σε πόρους και ευκαιρίες για την αποτελεσματική διαχείριση της σταδιοδρομίας τους.	Αναστοχάζονται ως προς τους τρόπους με τους οποίους οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας συμβάλλουν στην ευημερία τους και την εξισορρόπηση μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.	Διερευνούν τους τρόπους που μπορούν να συνεχίσουν να αναπτύσσουν δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας αξιοποιώντας ποικίλες ευκαιρίες μάθησης (τυπικής, μη τυπικής, άτυπης).

5.5.3 Ενσωμάτωση στην εκπαιδευτική διαδικασία



Ενδεικτικά γνωστικά αντικείμενα στο πλαίσιο της διαθεματικής προσέγγισης:

- **Α/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Μελέτη Περιβάλλοντος, Ιστορία, Αισθητική Αγωγή, Αγγλικά, Τ.Π.Ε., Φυσική Αγωγή, Θρησκευτικά
- **Β/θμια:** Γλώσσα, Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή, Ιστορία, Πολιτική Παιδεία, Λογοτεχνία, Φυσική Αγωγή, Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός

Ενδεικτικές θεματικές ενότητες προγραμμάτων αγωγής υγείας ή/και σταδιοδρομίας:

- **Α/θμια:** Διαπροσωπικές σχέσεις - διαχείριση συγκρούσεων, Ψυχική υγεία - συναισθηματική αγωγή, Αξίες ζωής (σεβασμός, αγάπη, ειρήνη, ανεκτικότητα, τιμότητα κ.ά.)
- **Β/θμια:** Ψυχική υγεία - συναισθηματική αγωγή, Η αξία των ήπιων δεξιοτήτων/ικανοτήτων στην αγορά εργασίας, Ήπιες δεξιότητες και σύγχρονα εργασιακά περιβάλλοντα, Ισότητα στην πρόσβαση στην εργασία», Διαπροσωπικές σχέσεις - διαχείριση συγκρούσεων, Προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη & καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής, Εθελοντισμός – αλληλεγγύη.

Εργαστήρια Δεξιοτήτων

- Κύκλος Ενδιαφέρομαι και Ενεργώ – Κοινωνική Συναίσθηση και Ευθύνη υποάξονες «Ανθρώπινα δικαιώματα», «Εθελοντισμός-διαμεσολάβηση», «Συμπερίληψη, Αλληλοσεβασμός, Διαφορετικότητα»
- Κύκλος Δεξιοτήτων - υποάξονες «Δεξιότητες κοινωνικής ζωής», «Δεξιότητες διαμεσολάβησης και κοινωνικής ενσυναίσθησης», «Στρατηγική σκέψη».

Επιπλέον:

- Συνεργατικά πρότζεκτ
- Συμμετοχή σε πολιτιστικούς, κοινωνικούς, αθλητικούς κλπ συλλόγους/ενώσεις
- Ενασχόληση με ομαδικά σπορ ή καλλιτεχνικές δραστηριότητες
- Εθελοντισμός

5.5.4 Βιωματικές δραστηριότητες



Περισσότερες πληροφορίες για ένα εύρος δραστηριοτήτων δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας μπορείτε να βρείτε στο Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας που είναι προσβάσιμο στον ακόλουθο σύνδεσμο:
https://www.eoppep.gr/images/SYEP/ETHNIKO_PLAISIO_DEXIOTHTON.pdf

5.5.5 Ψηφιακά εργαλεία και ανοικτοί πόροι



- Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας <https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
Αυτοαξιολόγηση επικοινωνιακών δεξιοτήτων
- Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας <https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
Αυτοαξιολόγηση συναισθηματικής νοημοσύνης
- Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας <https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
Αυτοαξιολόγηση ικανότητας αναζήτησης και ανάλυσης ευκαιριών εκπαίδευσης ή/και εργασίας
- Εθνική Πύλη Δια Βίου Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας <https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>
Φάκελος Σχεδιασμού Σταδιοδρομίας (e-Portfolio)
Εργαστήριο Συμβουλευτικής Επιστήμης και Επαγγελματικής Σταδιοδρομίας <https://uoacounselinglab.weebly.com>
- myHomework: Εφαρμογή που βοηθά τους μαθητές να οργανώσουν τις σχολικές τους υποχρεώσεις <https://www.microsoft.com/el-gr/p/myhomework/9wzdnrcfjb3n?activetab=pivot:overviewtab>

5.5.6 Σχέδια μαθήματος



1ο Σχέδιο μαθήματος - Δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας και εκπαιδευτικές επιλογές	
Θεματική περιοχή: Κατανόηση των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το τρίτο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να εξετάζουν πως τα διδασκόμενα μαθήματα και οι εξωσχολικές δραστηριότητες συμβάλλουν στην εκπλήρωση στόχων ζωής και σταδιοδρομίας. Ακόμη, το τέταρτο μαθησιακό αποτέλεσμα περιλαμβάνει την ικανότητα των μαθητών/τριών να αντιλαμβάνονται τις εκπαιδευτικές επιλογές τους ως ευκαιρίες ενίσχυσης και ανάπτυξης των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας τους.	
Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τη θεματική περιοχή της «Κατανόησης των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας » και αναπτύσσεται σε τρεις διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιοματική και αναστοχαστική μάθηση. Ψηφιακή μορφή σεναρίου ²⁰¹ : https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?url=/personal/nikosmouratog/designs/fid/6739539289ebc3cbc40d27bd6e390e8253f58b06a3c35d93868c9dc14c90b1ec	
1^η διδακτική ώρα: Σύνδεση της Εκπαίδευσης με τους Στόχους Ζωής και Σταδιοδρομίας	
Ζητούμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες μας να συμμετάσχουν σε μια δραστηριότητα καθορισμού στόχων όπου προσδιορίζουν τόσο βραχυπρόθεσμους όσο και μακροπρόθεσμους στόχους ζωής και σταδιοδρομίας. Τους/ις ενθαρρύνουμε να είναι συγκεκριμένοι/ες και να σκεφτούν τις δεξιότητες και τις γνώσεις που θα χρειάζονταν για να επιτύχουν αυτούς τους στόχους.	15'
Δίνουμε στους μαθητές και τις μαθήτριες μας μια λίστα με τα μαθήματα που προσφέρονται στο σχολείο και τους/ις ζητούμε να χαρτογραφήσουν πώς κάθε μάθημα ευθυγραμμίζεται με τους στόχους και τις δεξιότητες/γνώσεις που	30'

²⁰¹ Προκειμένου να εξοικειωθείτε με το εργαλείο Learning Designer και τον τρόπο αναπαράστασης των πληροφοριών συστήνεται να παρακολουθήσετε το ακόλουθο βίντεο: <https://youtu.be/f4BfYaMSpqr?t=59>

προσδιόρισαν προηγουμένως. Θα πρέπει να προσδιορίσουν μαθήματα που σχετίζονται άμεσα με τα ενδιαφέροντα και τις φιλοδοξίες τους.	
2η διδακτική ώρα: Δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας και εκπαιδευτικές επιλογές	
Προσκαλούμε «επιτυχημένους/ες» αποφοίτους από διάφορους τομείς ώστε να μοιραστούν τα εκπαιδευτικά τους ταξίδια και πώς τα μαθήματα και οι εξωσχολικές δραστηριότητές τους συνέβαλαν στην επιτυχία της σταδιοδρομίας τους. Οι μαθητές/τριες μπορούν να μάθουν για τη σημασία της επιλογής των σωστών εκπαιδευτικών ευκαιριών για την επίτευξη των στόχων τους.	25'
Οργανώνουμε ένα εργαστήριο αξιολόγησης δεξιοτήτων όπου οι μαθητές/τριες προσδιορίζουν τις τρέχουσες δεξιότητές τους και αυτές που θέλουν να αναπτύξουν. Θα πρέπει να εξετάσουν πώς οι εκπαιδευτικές τους επιλογές και η συμμετοχή σε εξωσχολικές δραστηριότητες μπορούν να βοηθήσουν στην ενίσχυση αυτών των δεξιοτήτων. Μπορούμε να αξιοποιήσουμε ορισμένα από τα εργαλεία αυτοαξιολόγησης του ΕΟΠΠΕΠ .	20'
3η διδακτική ώρα: Δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας και εξωσχολικές δραστηριότητες	
Οργανώνουμε μια έκθεση εξωσχολικών δραστηριοτήτων όπου οι μαθητές/τριες παρουσιάζουν τους συλλόγους, τους οργανισμούς ή τις δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχουν. Τους/ις ενθαρρύνουμε να εξηγήσουν πώς αυτές οι δραστηριότητες συμβάλλουν στην προσωπική και επαγγελματική τους ανάπτυξη.	45'

2ο Σχέδιο μαθήματος - Καλλιεργώντας τις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας δια βίου

Θεματική περιοχή: Δια βίου καλλιέργεια δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας

Μαθησιακό αποτέλεσμα: Το δεύτερο μαθησιακό αποτέλεσμα της θεματικής περιοχής συνίσταται στην ικανότητα των μαθητών/τριών να μετατρέπουν τους περιορισμούς και τις δυσκολίες σε πόρους και ευκαιρίες για την αποτελεσματική διαχείριση της σταδιοδρομίας τους. Ακόμη, το τρίτο μαθησιακό αποτέλεσμα περιλαμβάνει την ικανότητα των μαθητών/τριών να αναστοχάζονται ως προς τους τρόπους με τους οποίους οι δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας συμβάλλουν στην ευημερία τους και την εξισορρόπηση μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.

<p>Περιγραφή: Το παρόν σχέδιο μαθήματος πραγματεύεται τη θεματική περιοχή της «Δια βίου καλλιέργεια δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας» και αναπτύσσεται σε τρεις διδακτικές ώρες των 45 λεπτών. Οι συναντήσεις αξιοποιούν τη συνεργασία, τη συζήτηση, την εξατομίκευση και την παραγωγή, στοιχεία που ενισχύουν τη μαθητοκεντρική, εμπειρική, βιωματική και αναστοχαστική μάθηση.</p> <p>Ψηφιακή μορφή σεναρίου: https://www.ucl.ac.uk/learning-designer/viewer.php?uri=/personal/nikosmouratog/designs/fid/e80f9eddbacaca6fb92c46ce6d4d45c97a1166ef42ec34888911a859094f2084</p>	
<p>1^η διδακτική ώρα: Μετατροπή δυσκολιών σε ευκαιρίες για ανάπτυξη</p>	
<p>Παρουσιάζουμε στους μαθητές και τις μαθήτριές μας διαφορετικούς περιορισμούς ή προκλήσεις που σχετίζονται με τη σταδιοδρομία (π.χ. έλλειψη εμπειρίας, οικονομικούς περιορισμούς, χρονικούς περιορισμούς). Σε μικρές ομάδες, επινοούν δημιουργικούς τρόπους για να μετατρέψουν αυτούς τους περιορισμούς σε πόρους ή ευκαιρίες για ανάπτυξη σταδιοδρομίας. Κάθε ομάδα μοιράζεται τις ιδέες της στην τάξη.</p>	<p>20'</p>
<p>Προσκαλούμε έναν ομιλητή (γονέα ή επαγγελματία) που έχει ξεπεράσει σημαντικά εμπόδια ή περιορισμούς σταδιοδρομίας για να πετύχει. Ο ομιλητής μοιράζεται την ιστορία του και τις στρατηγικές που χρησιμοποίησε για να μετατρέψει τις προκλήσεις σε ευκαιρίες. Οι μαθητές μπορούν να κάνουν ερωτήσεις και να μάθουν από τις εμπειρίες του ομιλητή.</p>	<p>25'</p>
<p>2η διδακτική ώρα: Διαχείριση σταδιοδρομίας και ευημερία</p>	
<p>Ξεκινούμε μια συζήτηση στην τάξη σχετικά με τη σχέση μεταξύ ευημερίας και επιτυχίας σταδιοδρομίας. Καθοδηγούμε τους μαθητές και τις μαθήτριές μας στη διερεύνηση του τρόπου με τον οποίο η αποτελεσματική διαχείριση σταδιοδρομίας μπορεί να συμβάλει στη συνολική ευημερία και την ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής.</p>	<p>25'</p>
<p>Οργανώνουμε ένα εργαστήριο αξιολόγησης δεξιοτήτων όπου οι μαθητές/τριες προσδιορίζουν τις τρέχουσες δεξιότητές τους και αυτές που θέλουν να αναπτύξουν. Θα πρέπει να εξετάσουν πώς οι εκπαιδευτικές τους επιλογές και η συμμετοχή σε εξωσχολικές δραστηριότητες μπορούν να βοηθήσουν στην ενίσχυση αυτών των δεξιοτήτων. Μπορούμε να αξιοποιήσουμε ορισμένα από τα εργαλεία αυτοαξιολόγησης του ΕΟΠΠΕΠ.</p>	<p>20'</p>

3η διδακτική ώρα: Πως μπορεί η ενσυνειδητότητα να μας βοηθήσει;	
Εφαρμόζουμε ορισμένες πρακτικές και τεχνικές ενσυνειδητότητας που μπορούν να βελτιώσουν την καθημερινή μας διάθεση και ευημερία. Οι μαθητές/τριες μαθαίνουν για τις ασκήσεις ενσυνειδητότητας, διαλογισμού και μείωσης του στρες. Προτείνεται ο/η εκπαιδευτικός να αναζητήσει υλικό με λέξεις κλειδιά ενσυνειδητότητα mindfulness κλπ.	30'
Συζητούμε πώς αυτές οι πρακτικές μπορούν να επηρεάσουν θετικά την ευημερία και τη διαχείριση της σταδιοδρομίας τους και ζητούμε από κάθε μαθητή/τρια να δημιουργήσει ένα μόντο που προωθεί την προσωπική ευημερία και ισορροπία μεταξύ σχολείου και προσωπικής ζωής.	15'
Επιπρόσθετα, και πέρα από τη συγκεκριμένη συνάντηση, μπορούμε να ζητήσουμε από τους μαθητές και τις μαθήτριες μας να επανεξετάσουν την αρχική τους αυτοαξιολόγηση σχετικά με τις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας. Θα πρέπει να αναλογιστούν την ανάπτυξή τους, τις βελτιώσεις που έγιναν και τον αντίκτυπο των προσπαθειών διαχείρισης της σταδιοδρομίας τους στην ευημερία και την ισορροπία μεταξύ σχολείου και προσωπικής ζωής. Οι μαθητές/τριες μπορούν να γράψουν ένα τελικό δοκίμιο αναστοχασμού ή να δημιουργήσουν ένα βίντεο που συνοψίζει τις ιδέες τους.	

5.5.7 Ζητήματα συμπερίληψης



Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού στο πλαίσιο της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και στο πνεύμα της κοινωνικής δικαιοσύνης είναι ιδιαίτερα κρίσιμος για την ένταξη των ατόμων που προέρχονται από ευάλωτες κοινωνικά ομάδες. Για παράδειγμα:

- Προσαρμόζετε την εκπαιδευτική σας πράξη στις συγκεκριμένες ανάγκες της τάξης αλλά και χρησιμοποιείτε τις ιδιαιτερότητές της στη βιωματική καλλιέργεια δεξιοτήτων διαχείρισης της σταδιοδρομίας.
- Εντοπίζετε τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές με διαφορετικές ικανότητες, ιδιαιτερότητες και πολιτισμικό υπόβαθρο αντιλαμβάνονται τις διάφορες δεξιότητες και παραμείνετε ευαισθητοποιημένοι σε σχέση με δυσκολίες και εμπόδια που μπορεί να προκύψουν από αυτή τη διαφορετικότητα.
- Συμβάλλετε στην κατανόηση της σημασίας της σύνδεσης της ατομικής με την κοινωνική ευημερία και ζητήστε παραδείγματα από την καθημερινή ζωή των μαθητών/τριών.
- Καλλιεργείτε την ομαδικότητα και συμπεριληπτικότητα σε κάθε εκπαιδευτική σας δραστηριότητα και φροντίστε ώστε όλοι οι μαθητές να έχουν πρόσβαση σε σχετικούς πόρους ανάλογα με τις ανάγκες και τις δυνατότητες τους.
- Προσαρμόστε τις τεχνικές και τις δραστηριότητες (αυτό-)αξιολόγησης ώστε να είναι πολιτισμικά ευαίσθητες και να λαμβάνουν υπόψη τα διαφορετικά πολιτισμικά υπόβαθρα, τις εμπειρίες και ικανότητες των μαθητών/τριών σας.
- Δημιουργήστε έναν ασφαλή και μη επικριτικό χώρο για να μοιραστούν οι μαθητές/τριες τα αποτελέσματα της αυτοαξιολόγησής τους, επιτρέποντάς τους να εκφράσουν τις φιλοδοξίες τους χωρίς τον φόβο προκαταλήψεων ή διακρίσεων.
- Διευκολύνετε τη διαδικασία ανατροφοδότησης από ομότιμους, όπου οι μαθητές/τριες μπορούν να συζητήσουν τα αποτελέσματα της αυτοαξιολόγησής τους και να παρέχουν επικοινωνιακή συμβολή στους συμμαθητές και τις συμμαθήτριάς τους.

5.5.8 Τι μπορώ να κάνω μόνος/η μου;



Οι ήρωές μου

Όλοι οι άνθρωποι έχουν κάποια πρόσωπα που θαυμάζουν για κάτι που έχουν πετύχει στη ζωή τους. Σκέφτομαι αυτούς που θαυμάζω εγώ και προσπαθώ να εντοπίσω τα χαρακτηριστικά εκείνα που τους βοήθησαν να το πετύχουν. Καταγράφω τα χαρακτηριστικά αυτά και στη συνέχεια παρατηρώ ποια χαρακτηριστικά από αυτά είναι κοινά σε όλους αυτούς τους ήρωες. Τέλος, προσπαθώ να σκεφτώ περιπτώσεις που κι εγώ επέδειξα αυτά τα χαρακτηριστικά, αλλά και τον τρόπο που με βοήθησαν.

Το ημερολόγιό μου

Η γραφή μειώνει την ταχύτητα των σκέψεων και τις κάνει πιο παρατηρήσιμες. Ξεκινώ λοιπόν να γράφω τις σκέψεις και τα συναισθήματά μου για κάποιο διάστημα. Αυτό θα με βοηθήσει να συνδέσω καλύτερα τα συναισθήματά μου με τα γεγονότα, αλλά και να δω τις εναλλακτικές επιλογές που μου προσφέρονται ως αντίδραση σε αυτά τα γεγονότα.

Εκπαιδευτικές Επισκέψεις σε Σχολές, σε Εργασιακούς Χώρους και Ημέρες Καριέρας.

Συμμετέχω σε εκπαιδευτικές επισκέψεις σε Σχολές, σε Εργασιακούς Χώρους και Ημέρες Καριέρας όπου επαγγελματίες και γονείς περιγράφουν τα επαγγέλματά τους και μοιράζονται τα βιώματα, τις δυσκολίες και τα επιτεύγματά τους.

Ομαδικές δραστηριότητες και δραστηριότητες κοινωνικής ευαισθητοποίησης

Συμμετέχω σε αθλητικές ή/και καλλιτεχνικές ομαδικές δραστηριότητες, που απαιτούν συνεργασία και παραγωγή ιδεών ομαδικά. Παρακολουθώ ενεργά τις διαδικασίες εκλογής μαθητικών συμβουλίων και διαμορφώνω άποψη σχετικά.

Συμμετέχω σε δραστηριότητες αειφορίας, περιβαλλοντικές δράσεις (δεντροφυτεύσεις, επίσκεψη σε αγροκτήματα και ξενώνες ζώων, εθελοντισμός, θεραπευτική ιππασία)

Επικοινωνώ με ομάδες ευάλωτων κοινωνικά ομάδων (επισκέψεις σε ξενώνες απόρων, βοήθεια ηλικιωμένων στο σπίτι, φιλανθρωπικές δράσεις κλπ).

5.5.9 Τι μπορεί να κάνει ο εκπαιδευτικός;

- Διαμορφώνει **σενάρια διδασκαλίας** αξιοποιώντας τα **δομικά χαρακτηριστικά των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας**, σύμφωνα με τις ανάγκες των μαθητών και των μαθητριών.
- Αξιοποιεί επικουρικά το **Εθνικό Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Ζωής και Σταδιοδρομίας** σε **ομαδικές βιωματικές δραστηριότητες** και δημιουργεί **προγράμματα καλλιέργειας των δεξιοτήτων σταδιοδρομίας** με δημιουργικό τρόπο.
- Διερευνά και αξιοποιεί τα **ψηφιακά εργαλεία** και τους **ανοικτούς πόρους** του ΕΟΠΠΕΠ και άλλων φορέων, ώστε να διευκολύνει την κατανόηση της έννοιας και του περιεχομένου των **δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας** και να προωθήσει την ανάπτυξή τους, δίνοντας βάρος στην αυτο-αξιολόγηση και τον αναστοχασμό.
- Ενισχύει τους μαθητές και τις μαθήτριες στην προσπάθειά τους να γνωρίσουν τον κόσμο και τον εαυτό τους, οργανώνοντας **επισκέψεις, δράσεις και εκδηλώσεις που προωθούν την ομαδικότητα** και καλλιεργούν **δεξιότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας**.
- Προωθεί και υποστηρίζει τη μαθητική πρωτοβουλία σε **δραστηριότητες που επιδεικνύουν κοινωνική ευαισθητοποίηση** και αξιοποιεί αυτές τις δραστηριότητες για να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες να αντιληφθούν τη σύνδεσή τους με τις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας και τον τρόπο με τον οποίο **συμβάλλουν στην ατομική και κοινωνική ευημερία**.
- Εντάσσει **ζητήματα συμπερίληψης** στην εκπαιδευτική διαδικασία ώστε να βοηθήσει τους μαθητές και τις μαθήτριες από ευάλωτες ομάδες **να αναπτύξουν δεξιότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας τους** μέσα σε ένα ασφαλές και ενθαρρυντικό πλαίσιο.

6. Παράρτημα

Εκπαιδευτικοί – Επαγγελματίες (σύμβουλοι, κοινωνικοί λειτουργοί κλπ. που εμπλέκονται, ωστόσο, στην αγωγή σταδιοδρομίας ή τη συμβουλευτική μαθητών/τριών)	
Ζήτημα Διερεύνησης	Ερωτήσεις
Υπάρχουσα κατάσταση	Πώς ενσωματώνετε αυτή τη στιγμή την αγωγή σταδιοδρομίας (επαγγελματικό προσανατολισμό) στη διδακτική σας πρακτική (στην περίπτωση άλλων επαγγελματιών: στην επαγγελματική σας πρακτική);
	Πώς προετοιμάζετε τους μαθητές και τις μαθήτριες για επαγγέλματα που θα απαιτήσουν από αυτούς/ές να εργαστούν σε πολυπολιτισμικά περιβάλλοντα; Τι είδους δεξιότητες θεωρείτε ότι θα τους βοηθήσουν;
	Πώς βοηθάτε τους μαθητές/τριες να κατανοήσουν τη σχέση μεταξύ των ενδιαφερόντων, των δυνατοτήτων και της μελλοντικής τους σταδιοδρομίας;
	Πώς παραμένετε ενημερωμένοι με τις αλλαγές και τις εξελίξεις σε διαφορετικούς τομείς σταδιοδρομίας και πώς μοιράζεστε αυτές τις πληροφορίες με τους μαθητές σας;
	Πώς διασφαλίζετε ότι η αγωγή σταδιοδρομίας (επαγγελματικός προσανατολισμός) που παρέχετε είναι συμπεριληπτική και προσβάσιμη για όλους τους μαθητές και τις μαθήτριες, ανεξάρτητα από το υπόβαθρό τους;
Σημαντικές δεξιότητες και ανταπόκριση στις προκλήσεις του σύγχρονου κόσμου	Ποιες πιστεύετε ότι είναι οι πιο σημαντικές δεξιότητες και ικανότητες που πρέπει να αναπτύξουν οι μαθητές και μαθήτριες προκειμένου να είναι επιτυχημένοι στη μελλοντική τους σταδιοδρομία;
	Πώς ενθαρρύνετε τους μαθητές να αναπτύξουν ικανότητες επιχειρηματικότητας και καινοτομίας με σκοπό να δημιουργήσουν τις δικές τους ευκαιρίες εργασίας;
	Κατά τη γνώμη σας, ποιες είναι οι κύριες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι μαθητές και μαθήτριες όσον αφορά την επιλογή μιας επαγγελματικής πορείας;
Ρόλος εκπαιδευτικών και βέλτιστη μεθοδολογία	Πώς μπορεί η αγωγή σταδιοδρομίας (επαγγελματικός προσανατολισμός) να γίνει πιο σχετική και ελκυστική για τους μαθητές και τις μαθήτριες;
	Ποιος πιστεύετε ότι πρέπει να είναι ο ρόλος των γονέων, των εργοδοτών και της ευρύτερης κοινότητας (π.χ. επιχειρήσεις, οργανισμοί) στην αγωγή σταδιοδρομίας (επαγγελματικό προσανατολισμό) που παρέχεται στους μαθητές και τις μαθήτριες;
	Ποιες αλλαγές, εάν υπάρχουν, θα θέλατε να δείτε στον τρόπο που παρέχεται η αγωγή σταδιοδρομίας (επαγγελματικός προσανατολισμός) στο σχολείο σας (στην περίπτωση άλλων επαγγελματιών: στον οργανισμό σας);
Εμπόδια και προκλήσεις	Ποια είναι μερικά από τα μεγαλύτερα εμπόδια που αντιμετωπίζετε όταν εφαρμόζεται την αγωγή σταδιοδρομίας (επαγγελματικό προσανατολισμό) με τους μαθητές και τις μαθήτριες σας;
	Πώς πιστεύετε ότι ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας μπορεί να ενσωματωθεί στο υπάρχον αναλυτικό πρόγραμμα σπουδών και ποιες προκλήσεις εντοπίζετε κατά αυτήν την ένταξη;

Αναγκαίοι πόροι και υλικά	Ποιοι τύποι πόρων (υλικοτεχνικοί, ψηφιακά εργαλεία, πηγές, βίντεο, μελέτες περιπτώσεων, προσκεκλημένοι ομιλητές κ.λπ.) πιστεύετε ότι θα ήταν χρήσιμοι για ένα πρόγραμμα που υποστηρίζει τους μαθητές και τις μαθήτριες στη διερεύνηση και την προετοιμασία της σταδιοδρομίας τους; Μπορείτε να αναφέρετε συγκεκριμένα παραδείγματα;
	Πώς μπορεί το σχολείο να υποστηρίξει τους εκπαιδευτικούς στην υλοποίηση ενός ολοκληρωμένου προγράμματος αγωγής σταδιοδρομίας;
	Τι επιπλέον πόρους θεωρείτε αναγκαίους ώστε ένα πρόγραμμα σταδιοδρομίας να ανταποκρίνεται στις ανάγκες και τα ενδιαφέροντα διαφορετικών πληθυσμών μαθητών (βλ. διαφορετικές κατηγορίες ευαλωτότητας);

Γονείς	
Ζητήματα προς διερεύνηση	Ερωτήσεις
Σημαντικές δεξιότητες (κατά την κρίση τους)	Τι ακούτε από τα παιδιά σας σε σχέση με την ανάγκη τους για επαγγελματική συμβουλευτική στο σχολείο;
	Ποιες συγκεκριμένες δεξιότητες θα θέλατε να καλλιεργήσουν/αποκτήσουν τα παιδιά σας μέσω ενός προγράμματος αγωγής σταδιοδρομίας (επαγγελματικού προσανατολισμού); Γιατί τις θεωρείτε σημαντικές;
	Πόσο σημαντικό θεωρείτε ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας (επαγγελματικού προσανατολισμού) που θα διδάξει στα παιδιά σας την επιχειρηματικότητα;
Περιεχόμενο-αντικείμενο της αγωγής σταδιοδρομίας	Ποιες ικανότητες (γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις) πιστεύετε ότι θα χρειαστούν τα παιδιά σας για να ευδοκιμήσουν στη ζωή τους (επαγγελματική και προσωπική);
	Πόσο σημαντικό πιστεύετε ότι είναι για τα σχολεία να περιλαμβάνουν ήπιες δεξιότητες όπως σε ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας;
	Για ποιους τομείς επαγγελμάτων πιστεύετε ότι θα πρέπει να ενημερωθούν και να μάθουν τα παιδιά σας στο σχολείο;
	Πώς πιστεύετε ότι τα σχολεία μπορούν να κάνουν την αγωγή σταδιοδρομίας πιο σχετική με τα ενδιαφέροντα και τους στόχους των παιδιών σας;
	Υπάρχουν θεματικές που πιστεύετε ότι δεν καλύπτονται επαρκώς στα σχολεία και θα πρέπει να συμπεριληφθούν σε ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας;
Ρόλος γονέων	Υπάρχουν κάποιοι συγκεκριμένοι πόροι ή εργαλεία που θα θέλατε να δείτε να παρέχονται από τα σχολεία για να βοηθήσετε τα παιδιά σας στη διερεύνηση της σταδιοδρομίας τους;
	Πώς μπορεί ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας να συμπεριλάβει εμπειρίες από τον πραγματικό κόσμο;
Υπάρχουσα κατάσταση	Πώς βλέπετε τον δικό σας ρόλο σε ένα τέτοιο πρόγραμμα (αγωγής σταδιοδρομίας);

Μαθητές	
Ζητήματα προς διερεύνηση	Ερωτήσεις
Τρέχουσα κατάσταση	<p>Συμμετέχετε σε δραστηριότητες και προγράμματα που αφορούν στην αγωγή σταδιοδρομίας στο σχολείο σας;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εάν ναι, με ποιες θεματικές έχετε ασχοληθεί; • Εάν όχι, ποιες θεματικές θα σας ενδιέφεραν;
Δεξιότητες	<p>Τι σας έχει βοηθήσει ως τώρα (ποιο προσωπικό χαρακτηριστικό ή δεξιότητα) να:</p> <ul style="list-style-type: none"> • αντιμετωπίζετε τις τυχόν δυσκολίες που συναντάτε στη σχολική σας ζωή (δώστε παραδείγματα) (για μαθητές δημοτικού) • έρθετε πιο κοντά στην επιλογή σπουδών ή επαγγέλματος (δώστε παραδείγματα) (για μαθητές γυμνασίου/λυκείου) <p>Ποια χαρακτηριστικά ή δεξιότητες θεωρείτε ότι θα σας βοηθήσουν να προσαρμοστείτε στο πέρασμα από τη μία βαθμίδα εκπαίδευσης σε μία άλλη (δημοτικό, γυμνάσιο, λύκειο, πανεπιστήμιο και γενικότερα στο μέλλον);</p>
Προτάσεις βελτίωσης	<p>Με ποιους τρόπους μπορεί ένα πρόγραμμα αγωγής σταδιοδρομίας να γίνει πιο ελκυστικό και ενδιαφέρον για εσάς;</p>