

# ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

# Τι εννοούμε με τον όρο λήψη απόφασης ;



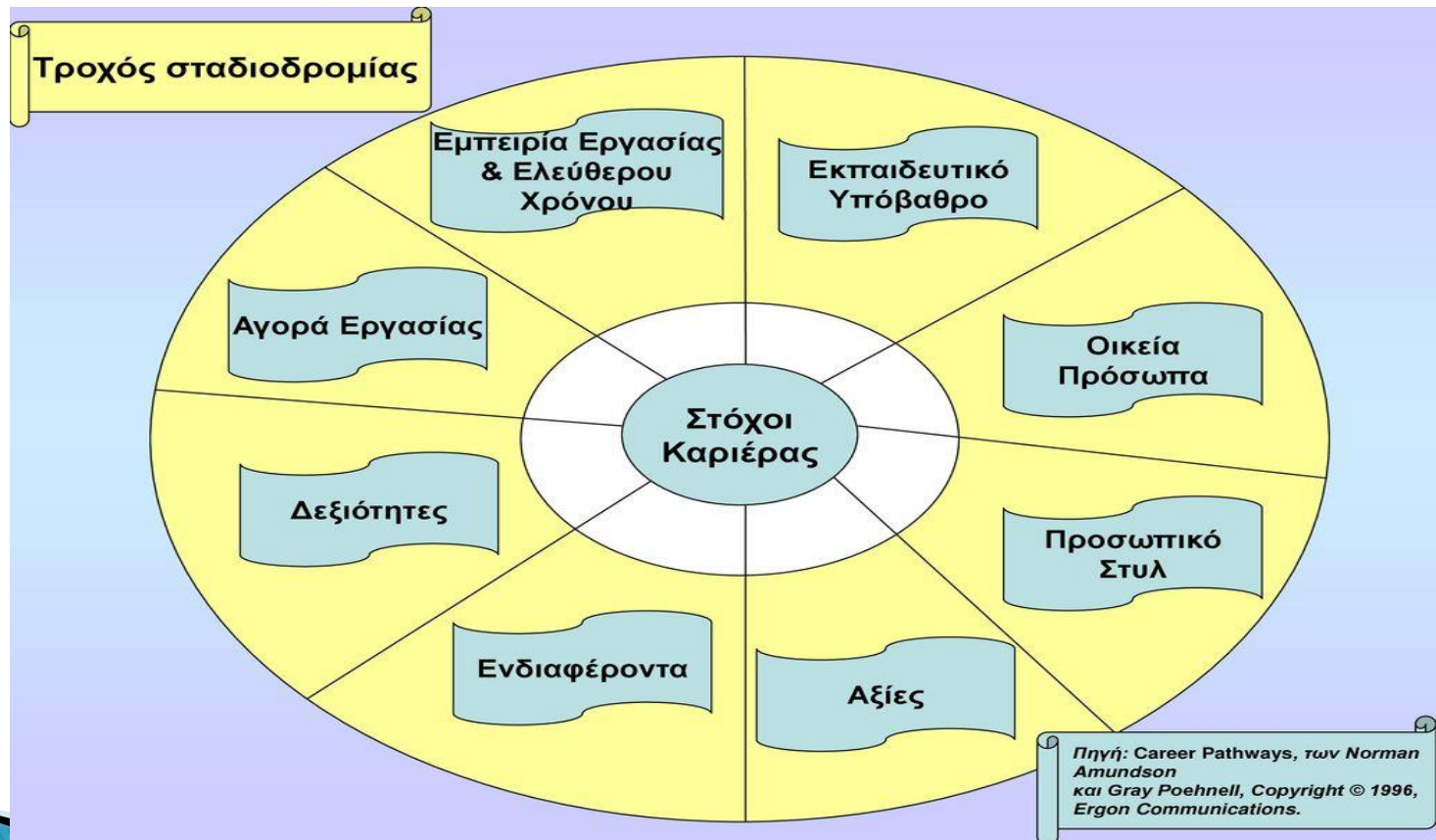
- ▶ Διαδικασία επιλογής μιας κατεύθυνσης ανάμεσα σε έναν αριθμό εναλλακτικών λύσεων

# Τι πρέπει να λάβουμε υπόψη

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ	ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ
Δεξιότητες	Οικεία πρόσωπα
Ενδιαφέροντα	Εκπαιδευτικό υπόβαθρο
Αξίες	Εμπειρία εργασίας
Προσωπικό στυλ	Αγορά εργασίας

# ΤΡΟΧΟΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ

## Θεωρία Amundson & Pehnell



# ΤΥΠΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ HOLLAND

## Τυπολογική θεωρία της προσωπικότητας

- ▶ Θεωρία ταιριάσματος ατόμου και περιβάλλοντος (σύμπτωση)
- ▶ Χαρακτηρισμός του περιβάλλοντος με βάση τους 6 τύπους προσωπικότητας

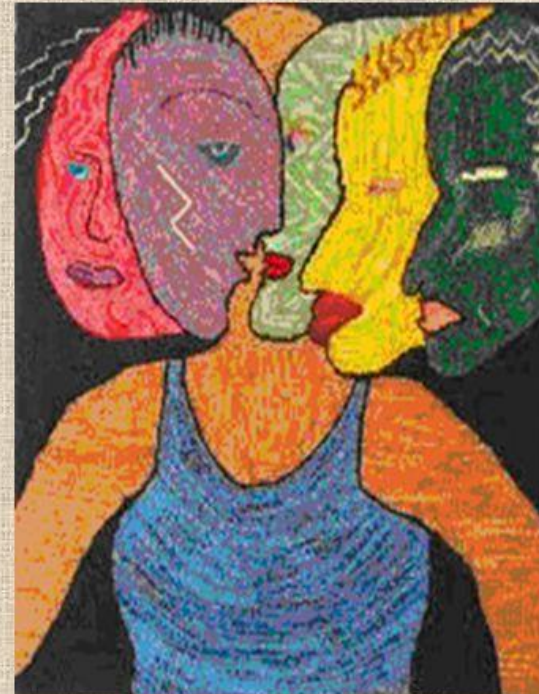


- ▶ Επιλέγω το επάγγελμα που ταιριάζει στα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς μου

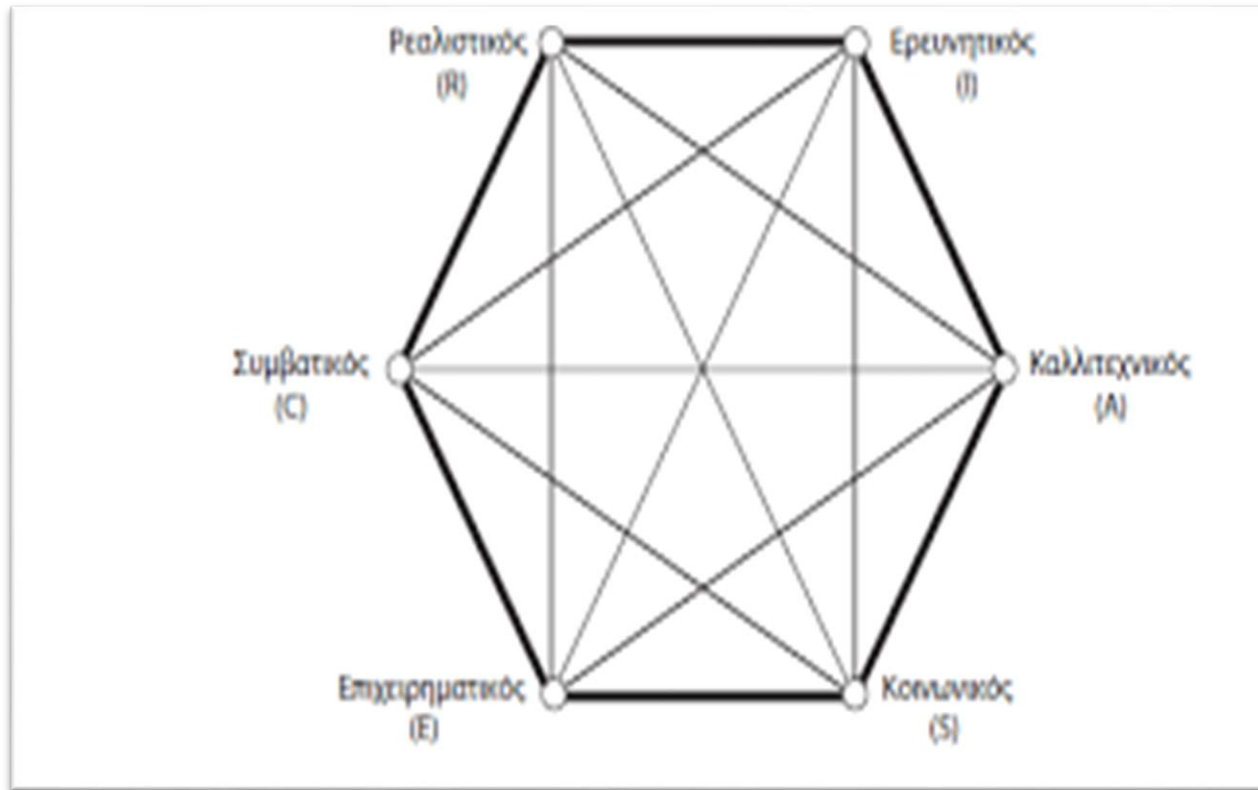


# Οι τύποι

- Πρακτικός/Ρεαλιστικός
- Επιχειρηματικός
- Οργανωτικός/ Διοικητικός
- Καλλιτεχνικός
- Κοινωνικός
- Ερευνητικός/Επιστημονικός







Βαθμός συνέπειας : υψηλός/μεσαίος /  
χαμηλός



# Αβεβαιότητα στη λήψη απόφασης

- Αλλαγές στην αγορά εργασίας
- Μεταβαλλόμενες συνθήκες ζωής
- Αλλαγές - εξέλιξη της προσωπικότητας
- Έλλειψη σωστής και πλήρους πληροφόρησης

# Διαδικασία λήψης απόφασης σε 7 βήματα

1. Αναγνωρίζω - αποσαφηνίζω την απόφαση που πρέπει να πάρω
2. Γνωρίζω τον εαυτό μου (Αυτογνωσία) : Δεξιότητες, ικανότητες, Ενδιαφέροντα , αξίες, προσωπικότητα
3. Εξερεύνηση καριέρας
4. Συγκεντρώνω πληροφορίες
5. Εκτίμηση των επιλογών
6. Επιλογή μιας από τις εναλλακτικές λύσεις
7. Σχεδιάζω μια πορεία δράσης και ξεκινώ την εκτέλεση της απόφασής μου.

# Τα μυστικά της επιτυχίας

- ▶ Θετική στάση
- ▶ Αυτογνωσία
- ▶ Συγκέντρωση των απαραίτητων πληροφοριών (κόσμος εργασίας, σπουδές)  
- σωστή πληροφόρηση
- ▶ Ικανότητα επεξεργασίας πληροφοριών
- ▶ Σχεδιασμός σταδιοδρομίας
- ▶ Συνεχής αξιολόγηση και επαναπροσδιορισμός του στόχου
  
- ▶ Τεστ επαγγελματικού προσανατολισμού

# Χρήσιμες ιστοσελίδες

- ▶ <https://sep4u.gr/>
- ▶ <https://e-stadiodromia.eoppep.gr/>



και το σημαντικότερο να  
θυμάστε

- ▶ *Επιτυχημένος  
επαγγελματίας είναι αυτός  
που αγαπάει αυτό που κάνει*

# Βιβλιογραφία

- ▶ Καντάς.Αρ., Χαντζή Αλ. Ψυχολογίας της Εργασίας– Θεωρία Επαγγελματικής Ανάπτυξης, Αθήνα. Ελληνικά Γράμματα.
- ▶ Amundson Norman, Βασικές αρχές Επαγγελματικής Συμβουλευτικής , ΕΠΕΑΕΚ II, 2008
- ▶ Δημητρόπουλος Ε. Συμβουλευτική και Συμβουλευτική Ψυχολογία. Τόμος I και Τόμος II, Αθήνα Εκδ. Γρηγόρη . 1998
- ▶ Κατσανέβας Θ. Επαγγέλματα του μέλλοντος. Εκδ.Παπαζήση.

*Σας ευχαριστώ  
για την προσοχή σας.*

# ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ ΣΤΑΔΙΟΔΡΟΜΙΑΣ