



Project No: 2022-1-DK01-KA220-HED-000088016

Οδηγός Χρήσης

Ψηφιακό εργαλείο για το στυλ λήψης
αποφάσεων σταδιοδρομίας

**Αναπτύχθηκε από τη σύμπραξη του
έργου GUIDE**



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Ecological Thinking!

Think before printing any material, if it is really necessary. In case something needs to be printed, it is worth thinking about where to print it (e.g. local print shop, ecofriendly online print shop, etc.), on what kind of paper (e.g. recycled paper, grass paper, other alternatives to usual white paper) and with what kind of colors.

Let's protect our environment!

Περιεχόμενα.

1. Εισαγωγή.....	3
2. Οδηγίες.....	4
Βήμα 0. Εισέλθετε στην ιστοσελίδα.....	4
Βήμα 1. Εισέλθετε στο εργαλείο.....	4
Βήμα 2. Εγγραφή /Είσοδος.....	7
Βήμα 2.1 Πληροφορίες εγγραφής.....	7
Βήμα 2.2 Εισέλθετε στο εργαλείο σαν χρήστης.....	8
Βήμα 3. Το εργαλείο.....	9
Βήμα 3.1 Το Ταμπλό.....	11
Βήμα 3.2 οι Κάρτες.....	11

1. Εισαγωγή.

Καλώς ήρθατε στον Οδηγό Χρήσης του Ψηφιακού Εργαλείου για τα Στυλ Λήψης Αποφάσεων Καριέρας!

Το Ψηφιακό Εργαλείο για τα Στυλ Λήψης Επαγγελματικών Αποφάσεων έχει σχεδιαστεί στο πλαίσιο του έργου Erasmus+ KA2 GUIDE - Upgrading the skills of professionals for gender sensitive career guidance.

Το ολοκληρωμένο εργαλείο μας για τη λήψη αποφάσεων σταδιοδρομίας βασίζεται σε ένα δυναμικό μοντέλο συν-δημιουργίας που έχει σχεδιαστεί για να καθοδηγεί τόσο τους συμβούλους όσο και τα άτομα μέσα από μια αναστοχαστική, συνεργατική διαδικασία. Το μοντέλο αυτό δίνει έμφαση στη συνεχή αξιολόγηση και στις κοινές γνώσεις, προωθώντας μια συνεργασία όπου και τα δύο μέρη συμβάλλουν ενεργά στη λήψη καλά ενημερωμένων επιλογών σταδιοδρομίας.

Για την υποστήριξη αυτής της διαδικασίας, έχουμε αναπτύξει μια σειρά από οκτώ (8) κάρτες διαλόγου για την εξερεύνηση της σταδιοδρομίας. Οι κάρτες αυτές παρέχουν στους συμβούλους στοχευμένες προτροπές, εστιάζοντας στην κρίσιμη επιρροή του φύλου στην πορεία σταδιοδρομίας και στη λήψη αποφάσεων.

Χρησιμοποιώντας αυτό το εργαλείο, οι σύμβουλοι μπορούν να διευκολύνουν μια δομημένη αλλά ευέλικτη διαδικασία που προάγει την αυτογνωσία, την προσωπική ανάπτυξη και τη βαθύτερη κατανόηση. Είναι προσαρμόσιμο σε διαφορετικά πλαίσια, εξασφαλίζοντας μια εξατομικευμένη προσέγγιση που ταιριάζει στις μοναδικές ανάγκες κάθε συμβουλευόμενου.

Εξερευνήστε το εγχειρίδιό μας για λεπτομερή καθοδήγηση σχετικά με την αποτελεσματική χρήση του μοντέλου, μαζί με οδηγίες (εγχειρίδιο) για τις κάρτες διαλόγου, που έχουν σχεδιαστεί για να πυροδοτήσουν ουσιαστικές συζητήσεις σχετικά με το φύλο και την επαγγελματική εξέλιξη. Πριν χρησιμοποιήσετε το εργαλείο, παρακαλούμε ελέγξτε το διαθέσιμο εγχειρίδιο [εδώ](#).

Κάθε πληροφορία που παρέχεται στο ψηφιακό εργαλείο για τα στυλ λήψης επαγγελματικών αποφάσεων και καταγράφεται, θα χρησιμοποιείται αποκλειστικά από τη σύμπραξη έργου του GUIDE. Η σύμπραξη δε θα πουλήσει, δε θα ανταλλάξει και δε θα μεταβιβάσει τις προσωπικές πληροφορίες ενός ατόμου σε οποιοδήποτε τρίτο μέρος ή φορέα. Η σύμπραξη του έργου GUIDE σέβεται τα δικαιώματα ιδιωτικότητας των χρηστών του εργαλείου, σύμφωνα με τον Γενικό Κανονισμό για την Προστασία Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα 2016/679/ΕΕ και το ισχύον εθνικό και ευρωπαϊκό νομικό και κανονιστικό πλαίσιο για την προστασία των προσωπικών δεδομένων.

Η ομάδα GUIDE!

2. Οδηγίες.

Βήμα 0. Εισέλθετε στην ιστοσελίδα.

Που βρίσκεται;

Βρείτε το Ψηφιακό Εργαλείο για τον εντοπισμό στερεοτύπων στις αποφάσεις σταδιοδρομίας, επισκεπτόμενοι την [ιστοσελίδα](#) και κάνοντας κλικ στην ενότητα «Στυλ για τη λήψη αποφάσεων σταδιοδρομίας».

The screenshot shows the GUIDE website interface. At the top, there is a navigation bar with links for 'Σχετικά', 'Εταίροι', 'Παραδοτέα', 'Νέα', and 'Επικοινωνία'. A search bar is located on the right. A dropdown menu is open, showing several options, with a red arrow pointing to 'Στυλ λήψης επαγγελματικών αποφάσεων'. Below the navigation, there is a main heading 'Αναβάθμιση των δεξιοτήτων των ειδικών σταδιοδρομίας με στόχο την ευαισθητοποιημένη καυσοδήγηση ως προς τις διακρίσεις φύλου!' and a sub-heading 'Το GUIDE εστιάζει στην αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με την προκατάληψη και τα εμπόδια, για το φύλο στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας.' There is also a 'Περισσότερα...' button. Below this, there is a section titled 'Τι στοχεύει' with two columns of text explaining the tool's purpose and goals.

Βήμα 1. Εισέλθετε στο εργαλείο.

Εισήλθατε επιτυχώς στο ψηφιακό περιβάλλον του Ψηφιακού Εργαλείου για Στυλ Λήψης Αποφάσεων Καριέρας, όπως μπορείτε να δείτε στην παρακάτω εικόνα:

The screenshot shows the digital tool interface. At the top, there is a navigation bar with links for 'Σχετικά', 'Εταίροι', 'Παραδοτέα', 'Νέα', and 'Επικοινωνία'. A search bar is located on the right. The main heading is 'Ψηφιακό εργαλείο για το στυλ λήψης αποφάσεων σταδιοδρομίας'. Below the heading, there is a detailed introduction text explaining the tool's purpose and goals. At the bottom, there are three buttons: 'Εγχειρίδιο', 'Οδηγός χρήσης', and 'Επισκεφθείτε το Εργαλείο'.

Για να προχωρήσετε, κάντε κλικ στο πρώτο μπλε κουμπί «Εγχειρίδιο». Κάνοντας κλικ σε αυτό, θα μεταφερθείτε σε ένα αρχείο pdf όπου υπάρχουν όλες οι πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο χρήσης αυτού του εργαλείου.

Ψηφιακό εργαλείο για το στυλ λήψης αποφάσεων σταδιοδρομίας

Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας διακρίνεται από δύο βασικά πεδία με τα οποία ασχολούνται τόσο ο σύμβουλος όσο και ο συμβουλευόμενος καθ' όλη τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας. Κεντρικό ρόλο σε αυτό το μοντέλο παίζει ο συνεχής αναστοχασμός και η αξιολόγηση της συμβουλευτικής πορείας, προωθώντας ένα περιβάλλον συνεργασίας όπου και τα δύο μέρη συμβάλλουν ενεργά στην ανάπτυξη νέων γνώσεων και στη λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων σταδιοδρομίας.

Εκτός από το μοντέλο συν-δημιουργίας, έχουμε αναπτύξει οκτώ (8) κάρτες διαλόγου συν-δημιουργίας που βοηθούν τους συμβούλους και τους συμβουλευόμενους να εστιάζουν στις επιρωές του φύλου στις επιλογές σταδιοδρομίας κατά τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας.



ρησιμοποιώντας αυτό το μοντέλο, οι σύμβουλοι μπορούν να παρέχουν μια σαφή και δομημένη διαδικασία που ενθαρρύνει την αυτογνωσία και την προσωπική ανάπτυξη των συμβουλευόμενων. Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας είναι ευέλικτο και μπορεί να προσαρμοστεί σε διάφορα πλαίσια συμβουλευτικής, διασφαλίζοντας ότι ανταποκρίνεται στις μοναδικές ανάγκες κάθε ατόμου.

Διαβάστε/κατεβάστε το εγχειρίδιο το οποίο όχι μόνο περιγράφει τα βήματα για την αποτελεσματική χρήση του μοντέλου, αλλά και εισάγει τις κάρτες διαλόγου συν-δημιουργίας, οι οποίες προσφέρουν θεματικές ερωτήσεις για να διεγείρουν τον βαθύ προβληματισμό σχετικά με τις πτυχές της επαγγελματικής εξέλιξης που σχετίζονται με το φύλο.

- [Εγχειρίδιο](#)
- [Οδηγός Χρήσης](#)
- [Επισκεφθείτε το Εργαλείο](#)

Το αρχείο pdf:



Κάνοντας κλικ στο δεύτερο μπλε κουμπί «Οδηγός χρήσης», έχετε πρόσβαση σε αυτόν τον Οδηγό χρήσης.

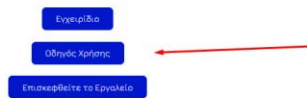
Ψηφιακό εργαλείο για το στυλ λήψης αποφάσεων σταδιοδρομίας

Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας δομείται γύρω από οκτώ (8) βασικά πεδία με τα οποία ασχολούνται τόσο ο σύμβουλος όσο και ο συμβουλευόμενος καθ' όλη τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας. Κεντρικό ρόλο σε αυτό το μοντέλο παίζει ο συνεχής αναστοχασμός και η αξιολόγηση της συμβουλευτικής πορείας, προωθώντας ένα περιβάλλον συνεργασίας όπου και τα δύο μέρη συμβάλλουν ενεργά στην ανάπτυξη νέων γνώσεων και στη λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων σταδιοδρομίας.

Εκτός από το μοντέλο συν-δημιουργίας, έχουμε αναπτύξει οκτώ (8) κάρτες διαλόγου συν-δημιουργίας που βοηθούν τους συμβούλους και τους συμβουλευόμενους να εστιάσουν στις επιρροές του φύλου στις επιλογές σταδιοδρομίας κατά τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας.

ρησιμοποιώντας αυτό το μοντέλο, οι σύμβουλοι μπορούν να παρέχουν μια σαφή και δομημένη διαδικασία που ενθαρρύνει την αυτογνωσία και την προσωπική ανάπτυξη των συμβουλευόμενων. Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας είναι ευέλικτο και μπορεί να προσαρμοστεί σε διάφορα πλαίσια συμβουλευτικής, διασφαλίζοντας ότι ανταποκρίνεται στις μοναδικές ανάγκες κάθε ατόμου.

Διαβάστε/κατεβάστε το εγχειρίδιο το οποίο όχι μόνο περιγράφει τα βήματα για την αποτελεσματική χρήση του μοντέλου, αλλά και εισάγει τις κάρτες διαλόγου συν-δημιουργίας, οι οποίες προσφέρουν θεματικές ερωτήσεις για να διευκρινούν τον βαθύ προβληματισμό σχετικά με τις πτυχές της επαγγελματικής εξέλιξης που σχετίζονται με το φύλο.



Για να επισκεφθείτε το εργαλείο, κάντε κλικ στο τρίτο μπλε κουμπί «Επισκεφθείτε το εργαλείο».

Ψηφιακό εργαλείο για το στυλ λήψης αποφάσεων σταδιοδρομίας

Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας δομείται γύρω από οκτώ (8) βασικά πεδία με τα οποία ασχολούνται τόσο ο σύμβουλος όσο και ο συμβουλευόμενος καθ' όλη τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας. Κεντρικό ρόλο σε αυτό το μοντέλο παίζει ο συνεχής αναστοχασμός και η αξιολόγηση της συμβουλευτικής πορείας, προωθώντας ένα περιβάλλον συνεργασίας όπου και τα δύο μέρη συμβάλλουν ενεργά στην ανάπτυξη νέων γνώσεων και στη λήψη τεκμηριωμένων αποφάσεων σταδιοδρομίας.

Εκτός από το μοντέλο συν-δημιουργίας, έχουμε αναπτύξει οκτώ (8) κάρτες διαλόγου συν-δημιουργίας που βοηθούν τους συμβούλους και τους συμβουλευόμενους να εστιάσουν στις επιρροές του φύλου στις επιλογές σταδιοδρομίας κατά τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας.

ρησιμοποιώντας αυτό το μοντέλο, οι σύμβουλοι μπορούν να παρέχουν μια σαφή και δομημένη διαδικασία που ενθαρρύνει την αυτογνωσία και την προσωπική ανάπτυξη των συμβουλευόμενων. Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας είναι ευέλικτο και μπορεί να προσαρμοστεί σε διάφορα πλαίσια συμβουλευτικής, διασφαλίζοντας ότι ανταποκρίνεται στις μοναδικές ανάγκες κάθε ατόμου.

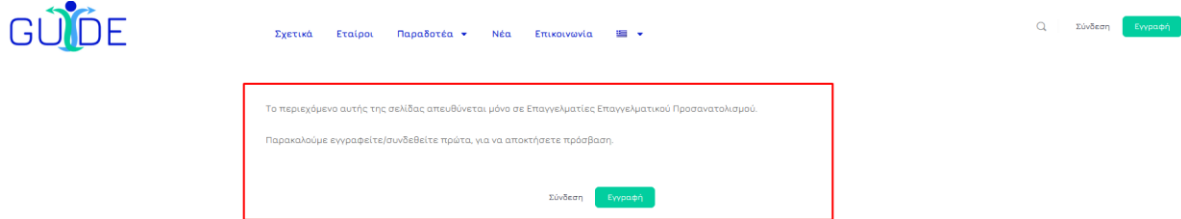
Διαβάστε/κατεβάστε το εγχειρίδιο το οποίο όχι μόνο περιγράφει τα βήματα για την αποτελεσματική χρήση του μοντέλου, αλλά και εισάγει τις κάρτες διαλόγου συν-δημιουργίας, οι οποίες προσφέρουν θεματικές ερωτήσεις για να διευκρινούν τον βαθύ προβληματισμό σχετικά με τις πτυχές της επαγγελματικής εξέλιξης που σχετίζονται με το φύλο.



Βήμα 2. Εγγραφή /Είσοδος

Για να αποκτήσετε πρόσβαση στο εργαλείο πρέπει να συνδεθείτε ή να εγγραφείτε, όπως περιγράφεται στην ακόλουθη εικόνα.

Για να εγγραφείτε, κάντε κλικ στο πράσινο κουμπί «Εγγραφή»:



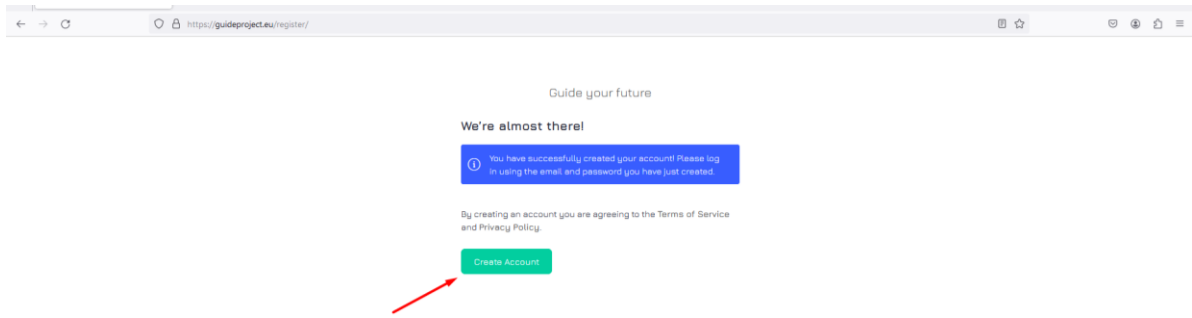
Βήμα 2.1 Πληροφορίες εγγραφής.

Θα εισέλθετε σε μια άλλη σελίδα, όπως φαίνεται στην παρακάτω εικόνα, όπου θα πρέπει να εισάγετε τις πληροφορίες που σας ζητούνται, προκειμένου να δημιουργήσετε το λογαριασμό σας. (η σελίδα είναι επίσης διαθέσιμη στον ακόλουθο σύνδεσμο: <https://guideproject.eu/register/>).

A screenshot of a web browser showing the 'Create an Account' registration form on the website 'https://guideproject.eu/register/'. The form is titled 'Guide your future' and 'Create an Account or sign in'. It contains several input fields: 'Email', 'Password', 'First Name', 'Last Name', 'Nickname', and a dropdown menu for 'I am a'. A green 'Create Account' button is at the bottom. A small note states: 'By creating an account you are agreeing to the Terms of Service and Privacy Policy.' Red numbers 1 through 7 are placed to the left of the form fields to indicate the registration steps.

Παρακαλώ, προχωρήστε όπως περιγράφεται παρακάτω:

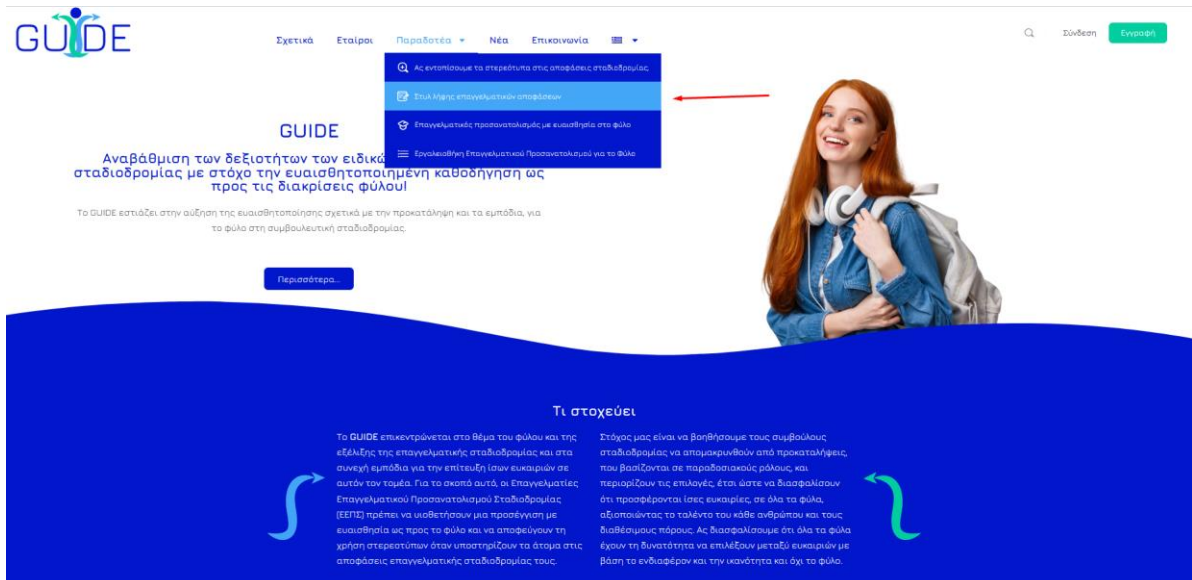
1. Εισάγετε το email σας.
2. Ορίστε τον κωδικό πρόσβασής σας.
3. Εισάγετε το Όνομά σας.
4. Εισάγετε το επώνυμό σας.
5. Εισάγετε το ψευδώνυμό σας.
6. Επιλέξτε αν είστε Σύμβουλος ή μαθητής.
7. Κάντε κλικ στο κουμπί "Δημιουργία λογαριασμού".



Όπως αναφέρεται στο μπλε πλαίσιο, "Δημιουργήσατε με επιτυχία το λογαριασμό σας! Παρακαλούμε συνδεθείτε χρησιμοποιώντας το email και τον κωδικό πρόσβασης που μόλις δημιουργήσατε". Κάντε κλικ στο πράσινο κουμπί "Δημιουργία λογαριασμού".

Βήμα 2.2 Εισέλθετε στο εργαλείο σαν χρήστης.

Τώρα που έχετε δημιουργήσει το λογαριασμό σας, θα μεταφερθείτε ξανά στην αρχική σελίδα του έργου GUIDE.



Ακολουθήστε τα βήματα 0 και 1 ξανά.

Βήμα 3. Το εργαλείο.

Τώρα πρέπει να κάνετε ξανά κλικ στο μπλε κουμπί «Επισκεφθείτε το εργαλείο» και θα μεταφερθείτε εδώ:

The screenshot shows the GUIDE tool interface. At the top, there is a navigation bar with the GUIDE logo and menu items: Σχετικά, Έταίροι, Παραδοτέα, Νέα, Επικοινωνία. Below the navigation bar, the title reads "Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας". The central diagram features a central circle labeled "Συν-διαμορφωμένη κατανόηση και αξιολόγηση" connected to eight surrounding boxes:

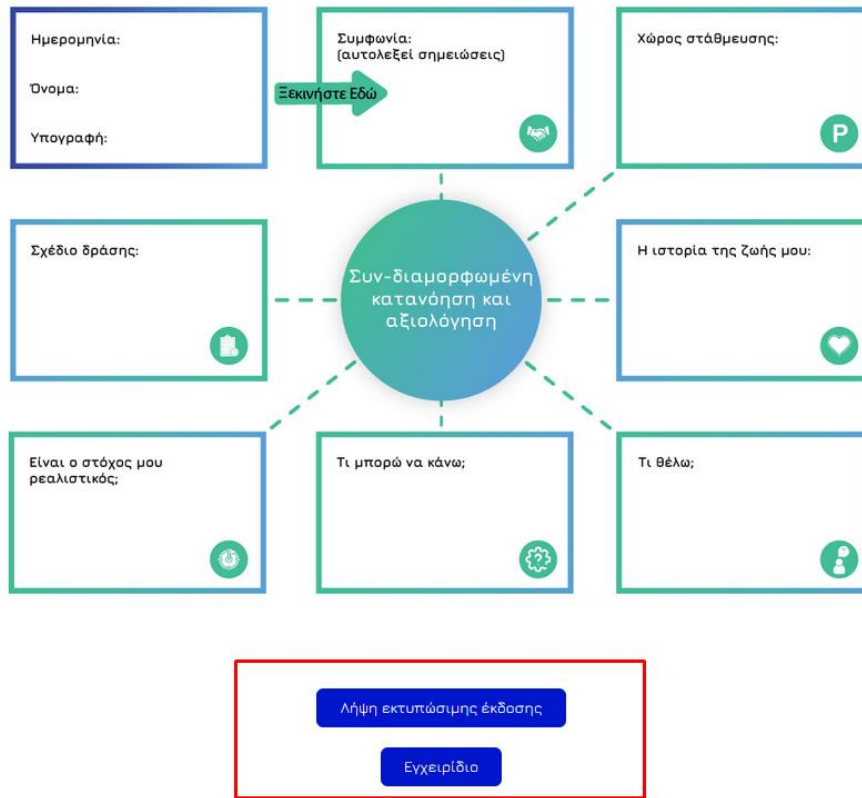
- Ημερομηνία, Όνομα, Υπογραφή
- Συμφωνία (συμπληρεί σημειώσεις)
- Κάποιος επιβλεπόμενος
- Σχόλια βήματος
- Η ιστορία της ζωής μου
- Είμαι ο στόχος μου ρεαλιστικός
- Τι μπορώ να κάνω
- Τι θέλω

Below the diagram are two buttons: "Μεγιστοποιώ βήματα" and "Επιστροφή". Below these buttons are eight boxes, each with a central icon and a Greek term, with arrows pointing outwards from the center:

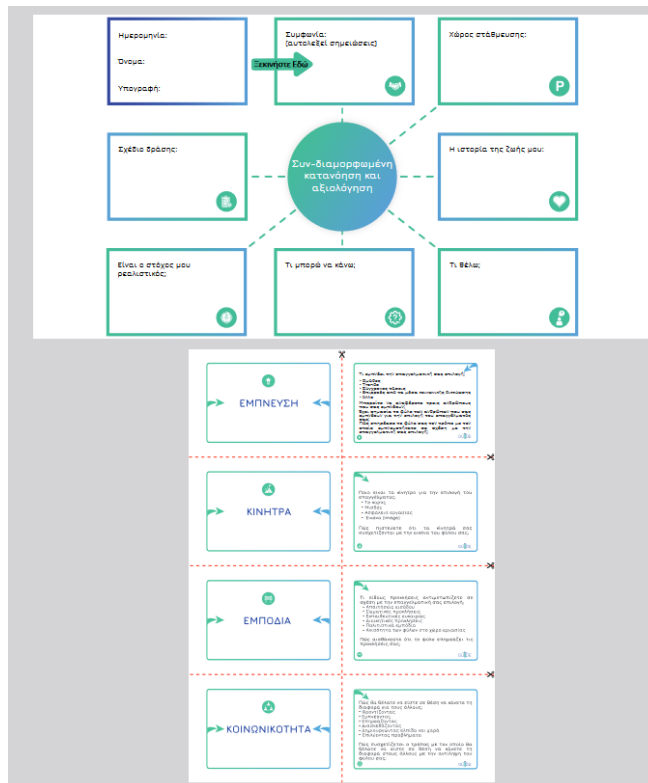
- ΕΜΠΝΕΥΣΗ
- ΚΙΝΗΤΡΑ
- ΕΜΠΟΔΙΑ
- ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΤΗΤΑ
- ΑΙΣΘΗΣΗ ΤΟΥ ΑΝΗΚΕΙΝ
- ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ
- ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ
- ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΠΡΟΚΑΤΑΛΗΨΗ

Τώρα που βρίσκεστε εδώ:

Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας



Κάνοντας κλικ στο «Κατεβάστε την εκτυπώσιμη έκδοση», μπορείτε να κατεβάσετε το ταμπλό και τις κάρτες και να τις χρησιμοποιήσετε ως επιτραπέζιο παιχνίδι.

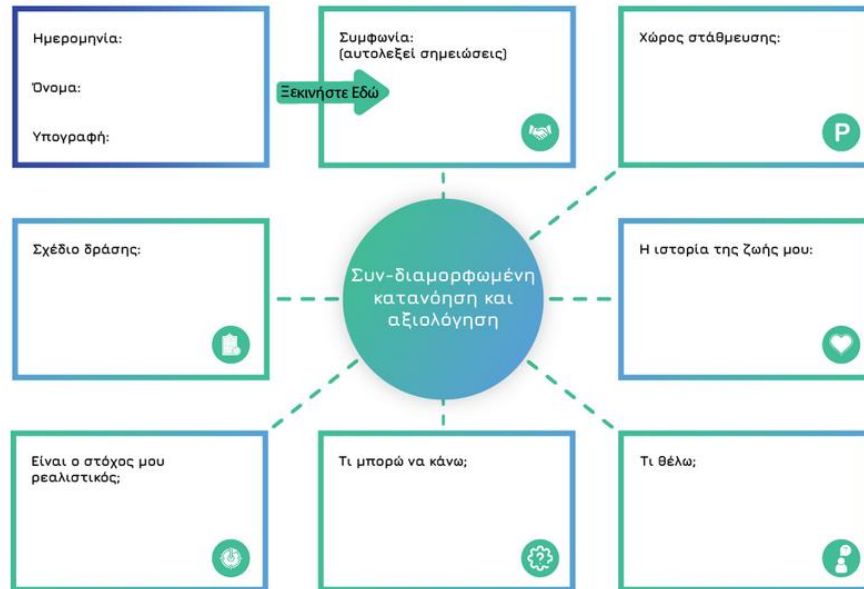


Κάνοντας κλικ στο κουμπί «Λήψη εγχειριδίου», μπορείτε να διαβάσετε λεπτομερώς όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε στο πλαίσιο του εργαλείου.

Βήμα 3.1 Το Ταμπλό.

Μόλις μπείτε στη σελίδα μπορείτε να δείτε το ταμπλό που αποτελεί τη ραχοκοκαλιά του εργαλείου.

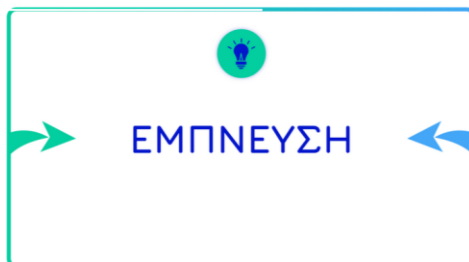
Το μοντέλο συμβουλευτικής συν-δημιουργίας



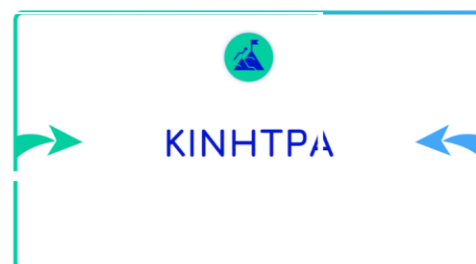
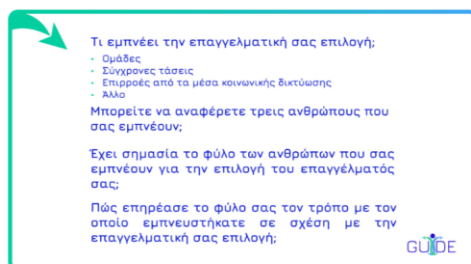
Βήμα 3.2 οι Κάρτες.

Μόλις μπείτε στη σελίδα μπορείτε να δείτε τα οκτώ (7) που θα σας βοηθήσουν να ξεκινήσετε διάλογο με το άτομο. Μετακινώντας τον κέρσορα σε κάθε, κάρτα, η κάρτα αναποδογυρίζει και μπορείτε να διαβάσετε τις ερωτήσεις.

Χωρίς να έχετε τον κέρσορα στην κάρτα:



Έχοντας τον κέρσορα πάνω στην κάρτα:



Σημείωση: Αυτό το εργαλείο δεν παρέχει αποτελέσματα. Προωθώντας ένα περιβάλλον συνεργασίας μεταξύ συμβούλων και συμβουλευόμενων, η προσέγγιση αυτή ενθαρρύνει τον βαθύ προβληματισμό σχετικά με το πώς οι κοινωνικές νόρμες και οι προσωπικές εμπειρίες διαμορφώνουν τις αποφάσεις για τη σταδιοδρομία. Τονίζει τη σημασία του να έχουν οι σύμβουλοι επίγνωση των δικών τους προκαταλήψεων όσον αφορά το φύλο, προωθώντας έτσι μια πιο περιεκτική και ενδυναμωτική εμπειρία συμβουλευτικής.

Τέλος, αυτό το πλαίσιο εξοπλίζει τους συμβουλευόμενους με τα εργαλεία για να πλοηγηθούν στις αποφάσεις σταδιοδρομίας με αυθεντικότητα και αυτοπεποίθηση, συμβάλλοντας σε πιο ποικίλες και ικανοποιητικές πορείες σταδιοδρομίας.



GUIDE

Project No: 2022-1-DK01-KA220-HED-000088016

Scan to learn more!



Thank you!