

Δραστηριότητες του Γραφείου Διασύνδεσης

Περιεχόμενα

**Ημερίδα στο
Παράρτημα της
Άμφισσας**
Σελ...1

**Σχεδιασμός και
Διαχείριση
Σταδιοδρομίας-
Τεχνικές έρευνας
εργασίας**

Σελ....2-4

**Ομαδικά
εργαστήρια
συμβουλευτικής
σταδιοδρομίας
Εαρινού εξαμήνου**
Σελ.4

**Άλλες δράσεις
του γραφείου**
Σελ...5

Ημερίδα στο Παράρτημα της Άμφισσας

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε η Ημερίδα που διοργάνωσε το Γραφείο διασύνδεσης του Τ.Ε.Ι. Λαμίας για τους φοιτητές και αποφοίτους του Τμήματος Εμπορίας και Διαφήμισης στο παράρτημα του Ιδρύματος στην Άμφισσα, την Παρασκευή 14 Δεκεμβρίου 2012 με θέμα :*«Εμπορία και Διαφήμιση-Προοπτικές Απασχόλησης αποφοίτων»*.



Στην Ημερίδα συμμετείχαν ως ομιλητές ο κ. Γκανέτσος Θεόδωρος, καθηγητής ηλεκτρονικής και επιστημονικός υπεύθυνος του Γραφείου Διασύνδεσης, η Μπούρα Έφη, συμβουλευτική ψυχολόγος-σύμβουλος σταδιοδρομίας του Γραφείου Διασύνδεσης, ενώ προσκεκλημένοι ομιλητές ήταν οι κύριοι Τομάρας Πέτρος, καθηγητής Μάρκετινγκ στο ΤΕΙ Αθήνας και Μπελίδης Αθανάσιος, καθηγητής του Τμήματος Εμπορίας και Διαφήμισης στο Α.Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης και ιδρυματικά υπεύθυνος της Μονάδας Καινοτομίας και Επιχειρηματικότητας (Μο.Κ.Ε.) του Α.Τ.Ε.Ι. Θεσ/κης.

Κατά τη διάρκεια της Ημερίδας, οι σπουδαστές είχαν την ευκαιρία να δούν αναλυτικά τον Οδηγό Επαγγέλματος του Τμήματος Εμπορίας και Διαφήμισης, όπως προσφάτως εκδόθηκε από το Γραφείο Διασύνδεσης του Τ.Ε.Ι. Λαμίας και να πάρουν κατευθύνσεις σχετικές με το σχεδιασμό και τη διαχείριση της σταδιοδρομίας τους. Επίσης, οι σπουδαστές έδειξαν μεγάλο ενδιαφέρον για θέματα κινητικότητας και συμμετοχής των νέων σε ευρωπαϊκά προγράμματα, όπως αυτό του Erasmus, για τα οποία μίλησε αναλυτικά ο επιστημονικός υπεύθυνος του γραφείου διασύνδεσης κύριος Γκανέτσος Θεόδωρος.



Οι προσκεκλημένοι ομιλητές της Ημερίδας κύριοι Τομάρας Πέτρος και Μπελίδης Αθανάσιος, μετέφεραν στους σπουδαστές την πολύτιμη γνώση και εμπειρία τους γύρω από θέματα επαγγελματικής αποκατάστασης αλλά και της ευρύτερης εικόνας της αγοράς εργασίας αναφορικά με την απορρόφηση πτυχιούχων των Τμημάτων Εμπορίας και Διαφήμισης σε όλη τη χώρα.

Οι φοιτητές έθεσαν ποικίλες απορίες και ερωτήματα στους ομιλητές, με τους οποίους είχαν την ευκαιρία να συζητήσουν και αργότερα στον καφέ που ακολούθησε.

Σχεδιασμός και Διαχείριση Σταδιοδρομίας

Η σταδιοδρομία μας είναι μια διαδικασία αναρίθμητων και απρόβλεπτων μαθησιακών εμπειριών που αρχίζουν από τη γέννησή μας για αυτό και είναι δύσκολο να προβλεφθεί. Αυτό που μπορούμε να κάνουμε είναι να προσπαθήσουμε να διαχειριστούμε τη σταδιοδρομία μας σε ένα περιβάλλον περισσότερο αβέβαιο και ευμετάβλητο.



Πότε ξεκινά η διαχείριση σταδιοδρομίας;

Συχνά πιστεύουμε ότι η διαχείριση της σταδιοδρομίας μας ξεκινά αμέσως μετά την ολοκλήρωση του κύκλου σπουδών μας, συχνά έχοντας την εσφαλμένη εντύπωση στο νού μας ότι η επαγγελματική αποκατάσταση είναι κάτι πιο μακρινό και αφορά περισσότερο στην ενήλικη ζωή και όχι στη φοιτητική περίοδο. Κι όμως η **διαχείριση σταδιοδρομίας ξεκινά κατά την διάρκεια των σπουδών!**

Γίνε καλός φοιτητής!

Αρχικά αυτό σημαίνει συνεπή και τακτική παρακολούθηση και επιλογή μαθημάτων για την μέγιστη δυνατή απόκτηση καλού βαθμού. Επίσης, η εκμάθηση-χρήση ξένων γλωσσών, η εκμάθηση ηλεκτρονικών υπολογιστών και η εκπόνηση επιστημονικών-ερευνητικών εργασιών, χρειάζεται να δρομολογούνται χρονικά από αυτήν την περίοδο, για να μπαίνουν στο φάκελο των προσόντων μας. Συχνά επίσης η επαφή με το καθηγητικό και ακαδημαϊκό προσωπικό, συμβάλλει με θετικό τρόπο στην απόκτηση εκείνων των δεξιοτήτων συγκέντρωσης και αξιολόγησης πληροφοριών (αυτοπληροφόρηση) που χρειαζόμαστε προκειμένου να ενταχθούμε ομαλότερα στον ενεργό εργασιακό στίβο, έχοντας μια πρώτη εικόνα για τις εξελίξεις στον επαγγελματικό μας κλάδο.

Εργάσου εποχιακά ή ως εθελοντής!

Η εργασία-απασχόλησή μας σε εθελοντικούς οργανισμούς, η συμμετοχή μας σε φορείς που παρέχουν προγράμματα για νέους και η πρακτική άσκηση σε διεθνείς οργανισμούς και εταιρείες, εντός και εκτός Ελλάδος (internships) μπορεί επίσης να συμβάλλει σημαντικά ως προς αυτήν την κατεύθυνση. Η εποχιακή, περιστασιακή ή μερική απασχόληση ακόμη και σε θέσεις μη σχετικές με το αντικείμενο των σπουδών μας επίσης, μπορούν να μας δώσουν μια πρώτη εικόνα του επαγγελματικού μας εαυτού και να μας ενδυναμώσουν για το μέλλον, μέσα από την ανακάλυψη των δυνατών και αδύναμων σημείων που εντοπίζουμε στους εαυτούς μας ως εργαζόμενοι.



Απέκτησε αυτογνωσία!

Η γνώση των προσωπικών και επαγγελματικών μας δεξιοτήτων, όπως επίσης και οι κοινωνικές μας δεξιότητες (soft skills), είναι απαραίτητο εργαλείο για να μπορέσουμε μελλοντικά να προβάλλουμε στους εργοδότες τον εαυτό μας, με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Τέτοιες δεξιότητες, μπορούν να αποτελέσουν η αποτελεσματική επικοινωνία (effective communication), η συνεργασία (cooperation), η επιχειρηματικότητα (entrepreneurship), η ευελιξία (flexibility), ο προσανατολισμός στον πελάτη (customer orientation), η επίλυση προβλημάτων (problem solving), ο σχεδιασμός & οργάνωση (planning & organizing), η προνοητικότητα (proactive approach), η αντοχή στην πίεση (stress resilience) και η διαχείριση πληροφοριών (managing information).

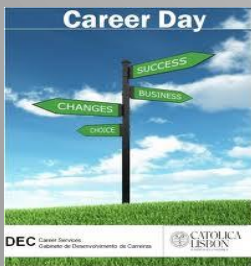
Τεχνικές εύρεσης εργασίας

Με ποιους τρόπους όμως μπορούμε να αναζητήσουμε εργασία;

Αξιοποίησε τις υπηρεσίες του Γραφείου Διασύνδεσης!

Αρχικά μπορείς να καταχωρήσεις τα πλήρη βιογραφικά σου στοιχεία στη βάση δεδομένων του Γραφείου Διασύνδεσης της σχολής σου. Έτσι, με τη γραπτή συγκατάθεση σου, τα στοιχεία του βιογραφικού σου είναι στη διάθεση των εταιρειών που ζητούν συνεργάτες με τα προσόντα σου. Εάν κάποια εταιρεία ενδιαφερθεί και θέλει να σε καλέσει σε συνέντευξη, θα πρέπει να επικοινωνήσει με το γραφείο και να ζητήσει τα στοιχεία επικοινωνίας, τα οποία δεν ανακοινώνονται στη βάση δεδομένων. Στα γραφεία διασύνδεσης επίσης, αναρτώνται αγγελίες καθημερινά με κενές θέσεις εργασίας στο ηλεκτρονικό site. Μπορείς να φέρεις το βιογραφικό σου ή να το στείλεις με email προς τους ειδικούς συμβούλους του γραφείου. Το Γραφείο Διασύνδεσης στέλνει τα βιογραφικά σημειώματα των ενδιαφερομένων, στις εταιρείες όταν προκύπτουν θέσεις ανάλογες των προσόντων των πτυχιούχων των τμημάτων.

Έλα στις Ημέρες Σχεδιασμού Σταδιοδρομίας!



Στην εκδήλωση αυτή γίνεται αναλυτική παρουσίαση των εταιριών που συμμετέχουν, με αναλυτική αναφορά στις ειδικότητες των απασχολουμένων, την πολιτική των προσλήψεων και τις προοπτικές εξέλιξης των εργαζομένων. Μετά την παρουσίαση της εταιρίας, πραγματοποιούνται συνεντεύξεις φοιτητών και νέων αποφοίτων πάντα στο χώρο του πανεπιστημίου. Οι συνεντεύξεις αυτές έχουν κυρίως χαρακτήρα γνωριμίας αλλά μπορούν να οδηγήσουν και σε μια προσφορά θέσης εργασίας.

Ενημέρωσε τον κύκλο των γνωστών και φίλων σου, ότι ψάχνεις δουλειά!

Ενημέρωσε τους για τα προσόντα, τις σπουδές, την προϋπηρεσία που τυχόν έχεις, και τις ειδικές γνώσεις σου (H/Y, ξένες γλώσσες). Μη διστάσεις να αφήσεις το βιογραφικό σου σημείωμα σε γνωστούς σου που πιθανόν να μπορούν να το δώσουν σε κάποιον ενδιαφερόμενο εργοδότη.

Αναζήτησε εταιρείες ευρέσεως εργασίας και επιλογής προσωπικού!



Σε αυτές τις εταιρείες, ο υποψήφιος δίνει το βιογραφικό του ή συμπληρώνει μια αίτηση με τις προσωπικές του πληροφορίες. Στη συνέχεια, 'πέραν' από μια σειρά συνεντεύξεων από στελέχη του γραφείου και γίνεται η αξιολόγηση του. Εάν εκείνη τη στιγμή υπάρχει κάποια θέση που θα μπορούσε να απασχοληθεί ο υποψήφιος, του γίνεται η προσφορά. Αν όχι, τα στοιχεία του υποψηφίου κρατούνται στα αρχεία του γραφείου και ειδοποιείται όταν βρεθεί κάτι που τον ενδιαφέρει.

Γίνε μέλος σε διάφορες επαγγελματικές οργανώσεις και φορείς σχετικές με την ειδικότητά σου!

Τέτοιου είδους συμμετοχές σε δραστηριότητες φορέων σου προσφέρουν ενημέρωση γύρω από τα δρώμενα του κλάδου σου και επιπλέον μπορούν να σου προσφέρουν πληροφορίες που να σε βοηθήσουν στην επαγγελματική σου αποκατάσταση.

Κάνε έξυπνη χρήση του Internet!

Στο διαδίκτυο, πολλές εταιρείες ανακοινώνουν κάποιες θέσεις εργασίας στην ιστοσελίδα τους, ενώ κυκλοφορούν ποικίλα ηλεκτρονικά sites που ασχολούνται αποκλειστικά με δημοσίευση θέσεων εργασίας και διαχείριση βιογραφικών σημειωμάτων. Με την αναζήτηση στο Internet μπορείς να πληροφορηθείς για ευρωπαϊκά προγράμματα πρακτικής άσκησης, έρευνας, εποχιακής απασχόλησης στο εξωτερικό ή να μάθεις για κάποιες εταιρείες που το αντικείμενο τους σε ενδιαφέρει αλλά δεν έτυχε να τις γνωρίζεις.

Μερικά χρήσιμα Tips..

- ✓ Φτιάξε ένα πλάνο ενεργειών, διατηρώντας ταυτόχρονα ανοιχτές τις επιλογές σου.
- ✓ Κάνε πράγματα, ακόμη και εάν δεν γνωρίζεις το αποτέλεσμα
- ✓ Εργάσου σε ένα αντικείμενο, ακόμη και εάν δεν κατέχεις όλες τις γνώσεις και δεξιότητες που απαιτούνται.
- ✓ Μη φοβάσαι τις αποτυχίες και τα λάθη
- ✓ Μην περιμένεις να σου φέρει η τύχη την επιθυμητή πορεία, αλλά κάνε ό,τι μπορείς για να δημιουργήσεις τη δική σου τύχη.
- ✓ Ιεράρχησε τις προτεραιότητές σου, εντάσσοντας και την προσωπική σου ζωή, εκτός από την εκπαιδευτική και επαγγελματική, στο πλάνο σου.
- ✓ Χρειάζεται να αντιληφθείς ότι οι σπουδές σου και η μετέπειτα πορεία σου εκτός από προσωπικό όφελος ενέχουν και κοινωνικό όφελος, καθώς η προσωπική μας πρόοδος δεν μπορεί να διαχωριστεί και να αποκτήσει αξία χωρίς τη συνακόλουθη κοινωνική πρόοδο.

Καλή Σταδιοδρομία!

Μπούρα Έφη
Συμβουλευτική Ψυχολόγος-Σύμβουλος
Σταδιοδρομίας Γρ. Διασύνδεσης Τ.Ε.Ι.
Λαμίας

Ομαδικά εργαστήρια συμβουλευτικής σταδιοδρομίας εαρινού εξαμήνου 2013

Τα ομαδικά εργαστήρια ξεκίνησαν και λειτουργούν για δεύτερη ακαδημαϊκή χρονιά στο Γραφείο Διασύνδεσης! Το πρόγραμμα των ομαδικών εργαστηρίων και οι θεματικές ενότητες που θα διεξαχθούν, εντός του εαρινού εξαμήνου 2013 φαίνονται παρακάτω:

Πέμπτη 7/3/2013

«Βιογραφικό σημείωμα, συνοδευτική επιστολή, αυτοπεριγραφική έκθεση»

Πέμπτη 28/3/2013

«Συνέντευξη επιλογής προσωπικού - Τι πρέπει να προσέξω;»

Πέμπτη 11/4/2013

«Μεταπτυχιακές σπουδές στην Ελλάδα και το εξωτερικό» - Συνάντηση 1^η

Πέμπτη 18/4/2013

«Μεταπτυχιακές σπουδές στην Ελλάδα και το εξωτερικό» - Συνάντηση 2^η

Πέμπτη 23/5/2013

«Δεξιότητες μελέτης, οργάνωσης χρόνου και προετοιμασίας για εξετάσεις»

Πέμπτη 6/6/2013

«Stress & Time Manageme

Σας περιμένουμε!

**Ενημερωθείτε αναλυτικά για ομαδικά εργαστήρια της χρονιάς, από το link:*
career.teilam.gr/announcements/simvouleutikis/index.html

Άλλες δράσεις του γραφείου

«Δράσεις Ενημέρωσης των μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης» του Γραφείου Διασύνδεσης του ΤΕΙ Λαμίας

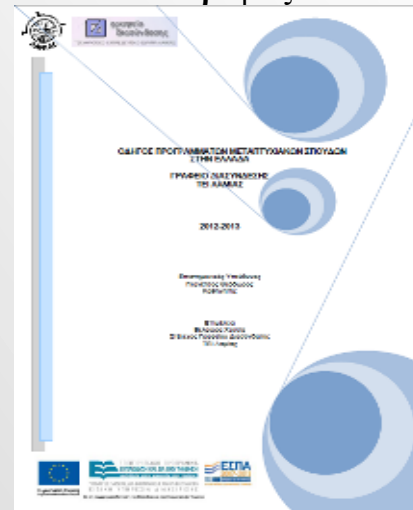
Το Γραφείο Διασύνδεσης του ΤΕΙ Λαμίας σε συνεργασία με το ΚΕΣΥΠ της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Φθιώτιδας οργανώνει επισκέψεις των μαθητών των σχολείων της Λαμίας στο ΤΕΙ Λαμίας, με σκοπό την ενημέρωσή τους αναφορικά με τις προπτυχιακές σπουδές στις σχολές και τα τμήματα του ΤΕΙ Λαμίας και τις επαγγελματικές προοπτικές των αποφοίτων τους από μέλη ΕΠ του ΤΕΙ Λαμίας και την περιήγησή τους στους χώρους του εκπαιδευτικού ιδρύματος όπως βιβλιοθήκη, εστιατόριο, εργαστήρια, αίθουσες διδασκαλίας, αμφιθέατρα κτλ. Στους μαθητές θα δοθούν έντυπα ενημερωτικά φυλλάδια και ένας συγκεντρωτικός οδηγός σπουδών των τμημάτων του ΤΕΙ Λαμίας σε ηλεκτρονική μορφή.



«Θέσεις εργασίας & Θέσεις πρακτικής άσκησης»

Το Γραφείο Διασύνδεσης του ΤΕΙ Λαμίας έχει ήδη ολοκληρώσει ένα χρόνο λειτουργίας του και προσπαθεί συνεχώς να είναι στη διάθεση των φοιτητών και αποφοίτων των τμημάτων του ΤΕΙ Λαμίας και μέσα από τον δικτυακό τόπο του γραφείου. Μέχρι τώρα έχουν δημοσιευτεί περίπου **1000 θέσεις εργασίας** και **100 θέσεις πρακτικής άσκησης** μέσα από τη συνεργασία επιχειρήσεων/εταιρειών με το γραφείο.

«Μεταπτυχιακά προγράμματα & Υποτροφίες»



Το Γραφείο Διασύνδεσης του ΤΕΙ Λαμίας έχει ήδη ολοκληρώσει τη σύνταξη του **Οδηγού Μεταπτυχιακών Σπουδών στην Ελλάδα** με σκοπό την ενημέρωση των αποφοίτων τριτοβάθμιας εκπαίδευσης σχετικά με προγράμματα μεταπτυχιακών σπουδών στην Ελλάδα. Στον παραπάνω οδηγό επιχειρείται η καταγραφή των προγραμμάτων μεταπτυχιακών σπουδών των Ανώτατων Ακαδημαϊκών ή Τεχνολογικών Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων της Ελλάδας που λειτουργούν σε δημόσια τριτοβάθμια ιδρύματα της χώρας μας κατά το ακαδημαϊκό έτος 2012-2013 με τις ηλεκτρονικές τους σελίδες. Επίσης το Γραφείο Διασύνδεσης του ΤΕΙ Λαμίας έχει ήδη ολοκληρώσει τη σύνταξη του **Οδηγού Μεταπτυχιακών Σπουδών στη Γερμανία, στη Γαλλία, στην Ολλανδία** όπου επιχειρείται η καταγραφή των πανεπιστημίων των παραπάνω χωρών με τις ηλεκτρονικές τους σελίδες, μερικών απαραίτητων πληροφοριών για προπτυχιακές σπουδές, μεταπτυχιακές σπουδές, διδακτορική διατριβή, υποτροφίες κτλ. Σύντομα θα ολοκληρωθούν και οι Οδηγοί Μεταπτυχιακών Σπουδών στη Μεγάλη Βρετανία, στην Αμερική και την Ιταλία. Οι παραπάνω οδηγοί είναι διαθέσιμοι στους φοιτητές και αποφοίτους του ΤΕΙ Λαμίας και για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επισκεφτούν το Γραφείο Διασύνδεσης του ΤΕΙ Λαμίας.

Βελαώρα Χρύσα
Υπεύθυνη Διαχείρισης Ιστοσελίδας
Γραφείο Διασύνδεσης ΤΕΙ Λαμίας

Είμαστε στο facebook!
Επισκεφθείτε μας στη διεύθυνση:
[http://www.facebook.com/
careerteilamias](http://www.facebook.com/careerteilamias)



Γραφείο Διασύνδεσης Τ.Ε.Ι. Λαμίας



3ο χλμ Π.Ε.Ο. Λαμίας - Αθηνών,
Λαμία, Φθιώτιδας Τ.Κ. 35100
Κτίριο Βιβλιοθήκης, 1^{ος} όροφος, Τ.Ε.Ι. Λαμίας
ΤΗΛΕΦΩΝΟ:(22310) – 60196 ΦΑΞ: (22310) – 60196
E-MAIL:career@teilam.gr