



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
UNIVERSITY of the PELOPONNESE



ΓΡΑΦΕΙΟ
ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ

ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΣΕ ΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΣΕ ΚΑΘΕ ΡΟΛΟ



Αγαπητές φοιτήτριες, αγαπητοί φοιτητές,

Οι δεξιότητες δεν αναπτύσσονται μόνο μέσα από τη γνώση που αποκτούμε, αλλά και μέσα από τις εμπειρίες που ζούμε.

Κάθε ομαδική εργασία, κάθε πρόκληση και κάθε νέα προσπάθεια συμβάλλουν στη διαμόρφωση ικανοτήτων που μας συνοδεύουν σε κάθε επαγγελματική και προσωπική φάση.

Η συνεργασία, η προσαρμοστικότητα, η επίλυση προβλημάτων και η ανθεκτικότητα είναι δεξιότητες που δεν περιορίζονται σε έναν ρόλο ή σε ένα επάγγελμα. Είναι στοιχεία που εξελίσσονται μαζί μας και στηρίζουν τη διαδρομή μας μέσα στον χρόνο.

Σε αυτό το τεύχος, εστιάζουμε στη σημασία των δεξιοτήτων που χτίζονται στη διάρκεια των σπουδών και των εμπειριών σας — δεξιότητες που θα σας ακολουθούν σε κάθε επόμενο βήμα.

Με εκτίμηση,
Η Ομάδα της Δομής Συμβουλευτικής
Σταδιοδρομίας & Επιχειρηματικότητας

• ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΓΝΩΣΕΙΣ

Υπάρχουν στοιχεία που δεν αποτυπώνονται εύκολα σε έναν τίτλο σπουδών ή σε μια θέση εργασίας.

Είναι ο τρόπος που **συνεργαζόμαστε** με άλλους, ο τρόπος που **προσαρμοζόμαστε** σε νέες συνθήκες και ο τρόπος που **αντιμετωπίζουμε** δυσκολίες και αλλαγές.

Οι δεξιότητες αυτές **καλλιεργούνται σταδιακά** μέσα από εμπειρίες μάθησης, ομαδικές προσπάθειες και καθημερινές προκλήσεις.

Και είναι αυτές που μας συνοδεύουν σε κάθε επόμενο βήμα της επαγγελματικής και προσωπικής μας πορείας.



• ΟΙ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

Οι δεξιότητες αποκτούν πραγματικό νόημα όταν γίνονται μέρος της καθημερινής μας εμπειρίας.

Η **ανάπτυξη δεξιοτήτων** είναι μια διαδικασία που εξελίσσεται παράλληλα με τη μάθηση. Κατά τη διάρκεια των σπουδών, οι φοιτητές δεν αποκτούν μόνο επιστημονικές γνώσεις, αλλά καλλιεργούν σταδιακά δεξιότητες που σχετίζονται με τη συνεργασία, την επικοινωνία, την οργάνωση και τη λήψη αποφάσεων.

Οι ομαδικές εργασίες, για παράδειγμα, δημιουργούν ευκαιρίες για την ανάπτυξη της **συνεργασίας** και της **υπευθυνότητας**, καθώς απαιτούν συντονισμό, ανταλλαγή ιδεών και κοινή προσπάθεια για την επίτευξη ενός στόχου. Η προετοιμασία μιας παρουσίασης ή μιας εργασίας συμβάλλει στην ενίσχυση της επικοινωνίας και της αυτοπεποίθησης. Παράλληλα, η διαχείριση προθεσμιών και η οργάνωση της μελέτης ενισχύουν δεξιότητες όπως η **αυτορρύθμιση** και η **διαχείριση χρόνου**. Η αντιμετώπιση δυσκολιών κατά τη διάρκεια της μάθησης ή της συνεργασίας ενισχύει τη δεξιότητα **επίλυσης προβλημάτων**, ενώ η **προσαρμοστικότητα** αναπτύσσεται όταν οι συνθήκες απαιτούν νέους τρόπους σκέψης και δράσης. Σημαντικό ρόλο παίζει και η **ανθεκτικότητα**, η οποία καλλιεργείται μέσα από την προσπάθεια, την επιμονή και την εμπειρία. Κάθε δυσκολία μπορεί να λειτουργήσει ως ευκαιρία μάθησης και ενίσχυσης της αυτοπεποίθησης.

Με τον χρόνο, οι δεξιότητες αυτές συνδέονται με την προσωπική εξέλιξη και διαμορφώνουν την επαγγελματική στάση του ατόμου.

Αποτελούν ένα σταθερό υπόβαθρο που υποστηρίζει τη **μετάβαση** από το πανεπιστήμιο στον επαγγελματικό χώρο και συνοδεύει κάθε νέα εμπειρία μάθησης και εργασίας.



Μικρή άσκηση Σκέψης

Σκέψου μια πρόσφατη εμπειρία από τις σπουδές ή την καθημερινότητά σου.

- Ποια δεξιότητα χρησιμοποίησες;
- Τι έμαθες από αυτή την εμπειρία;
- Τι θα έκανες διαφορετικά την επόμενη φορά;

Η αναγνώριση των δεξιοτήτων μας είναι **το πρώτο βήμα** για την εξέλιξή τους.

● ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΣΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ

Καθώς προχωράτε από το πανεπιστήμιο προς τον επαγγελματικό χώρο, οι δεξιότητες που έχετε αναπτύξει αποκτούν ακόμη μεγαλύτερη σημασία.

Η συνεργασία, η επικοινωνία, η οργάνωση, η επίλυση προβλημάτων και η προσαρμοστικότητα αποτελούν βασικά στοιχεία για τη λειτουργία σας σε κάθε επαγγελματικό περιβάλλον και διευκολύνουν την **προσαρμογή** σε νέους ρόλους και ευθύνες.

Μετά την ολοκλήρωση των σπουδών, οι δεξιότητες αυτές μπορούν να αξιοποιηθούν σε διαφορετικές μορφές επαγγελματικής δραστηριότητας — στην εργασία σε έναν οργανισμό, στη συμμετοχή σε ομάδες έργου, στην ανάληψη πρωτοβουλιών ή στην ανάπτυξη μιας επαγγελματικής ιδέας.

Σε κάθε περίπτωση, αποτελούν το υπόβαθρο που υποστηρίζει τη συνεργασία, τη λήψη αποφάσεων και την αποτελεσματική αντιμετώπιση προκλήσεων.

Η μετάβαση από το πανεπιστήμιο στην εργασία συνοδεύεται από **νέες εμπειρίες μάθησης** και προσαρμογής. Μέσα από την καθημερινή επαγγελματική εμπειρία, οι δεξιότητες εξελίσσονται, αποκτούν πιο συγκεκριμένη μορφή και ενισχύουν τη σταδιακή διαμόρφωση της επαγγελματικής πορείας.



✦ Οι επερχόμενες εκδηλώσεις μας

Στις προηγούμενες συναντήσεις, ακούσαμε μια αληθινή ιστορία. Μιλήσαμε για επιλογές, αμφιβολίες και το πώς μια ιδέα αρχίζει να παίρνει μορφή.

Τώρα, περνάμε στο επόμενο στάδιο.

Από την έμπνευση και την προσωπική διαδρομή, στην πράξη.

Σε αυτή τη συνάντηση, δεν μένουμε στο **τι θέλουμε να κάνουμε**, αλλά εξερευνούμε το **πώς μπορεί αυτό να σταθεί στην πραγματικότητα**. Πώς μια ιδέα οργανώνεται, σχεδιάζεται και βρίσκει τα εργαλεία για να προχωρήσει.

*Από το Όνειρο στην Πράξη
Επιχειρηματικό Σχέδιο & Χρηματοδοτικά
Εργαλεία*

✦ ΤΙ ΘΑ ΑΚΟΥΣΟΥΜΕ

Σε αυτή τη συνάντηση θα μιλήσουμε **για τη στιγμή που η ιδέα ζητά δομή**. Όταν το όραμα χρειάζεται σχέδιο για να μπορέσει να σταθεί στην πράξη.

Θα ακούσουμε:

- τι είναι το επιχειρηματικό σχέδιο και γιατί δεν είναι απλώς ένα έγγραφο
- πώς μια ιδέα μετατρέπεται σε κάτι εφαρμόσιμο και ρεαλιστικό
- ποια χρηματοδοτικά εργαλεία υπάρχουν και πώς μπορούν να στηρίξουν μια αρχική προσπάθεια

Η συζήτηση είναι **πρακτική, κατανοητή και ανοιχτή**. Με χώρο για ερωτήσεις, παραδείγματα και σκέψη — όχι έτοιμες συνταγές.

ΑΠΟ ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ & ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

📍 20 Μαρτίου 2026 | 🖥️ Online | 🕒 18:00–20:00

👉 Δήλωσε συμμετοχή εδώ

✨ Πώς μια ιδέα γίνεται επιχείρηση;

Μιλάμε πρακτικά για επιχειρηματικό σχέδιο, χρηματοδοτικά εργαλεία και τα πρώτα βήματα για να κάνεις το όνειρό σου πράξη.

📍 Live εκδήλωση με Q&A & Kahoot.

Συχνές Ερωτήσεις (FAQ)

Πώς μπορώ να συμμετέχω;

Δήλωσε εύκολα συμμετοχή μέσω των online συνδέσμων που θα λάβεις στο email σου!

Σε ποιους απευθύνονται οι υπηρεσίες;

Σε όλους τους φοιτητές και αποφοίτους του Πανεπιστημίου.

Υπάρχει κόστος;

Όλες οι υπηρεσίες παρέχονται δωρεάν!

Πώς να κλείσω ατομική συνεδρία;

Μπορείτε να κλείσετε το προσωπικό σας ραντεβού με έναν από τους εξής τρόπους:

- **Φόρμα Υποβολής** – Συμπληρώστε την online εδώ.
- **Email** – Στείλτε το αίτημά σας στο careercounselor@uop.gr ή στο career@uop.gr.
- **Τηλέφωνο** – Καλέστε στο 27520 96126 (ώρες γραφείου).
- **Δια ζώσης** – Ελάτε στη Γραμματεία του Γραφείου Διασύνδεσης για άμεση κράτηση.

Χρήσιμα Links / Στοιχεία Επικοινωνίας



<https://linktr.ee/career.uop>

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
UNIVERSITY of the PELLOPONNISE

ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ

ΑΠΟ ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

“ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΟ & ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ”

Πώς στήνεται μια Επιχειρηματική Ιδέα

- 📺 Live διαδικτυακή εκδήλωση
- 🎮 Διαδραστικό Kahoot με δώρο έκπληξη
- 💬 Q&A

ΣΕΙΡΑ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΩΝ ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

📅 20 /3/2026

🕒 18:00 - 20:00

- Πώς μετατρέπουμε το όνειρο μας για τη δημιουργία της δικής μας επιχείρησης, σε πράξη;
- Ποιες είναι οι παράμετροι που πρέπει να λάβω υπόψη;
- Τι είναι το επιχειρηματικό σχέδιο και που μπορεί να μου είναι χρήσιμο;
- Τι χρηματοδοτικά εργαλεία παρέχει το κράτος;

Ένας Εργασιακός Σύμβουλος συζητά μαζί μας και μας βοηθά να οργανωθούμε λίγο καλύτερα για να κάνουμε το όνειρο της επιχείρησης μας, πράξη!

ΔΗΛΩΣΤΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ <https://forms.gle/kir1Wf8i4u2yzP6>

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΣΠΑ 2021-2027

Πρόγραμμα Ανθρώπινο δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή

Η ομάδα της Δομής Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας & Επιχειρηματικότητας

Επιστημονικός Υπεύθυνος: κ. Χρίστος Κουτσαμπέλας, Αναπληρωτής Καθηγητής, Τμήμα Κοινωνικής και Εκπαιδευτικής Πολιτικής

Σύμβουλος Σταδιοδρομίας, Εκπαίδευσης & Απασχόλησης: Αγγελική Θωμά, Πτυχιούχος Κοινωνικής & Εκπαιδευτικής Πολιτικής, MSc Εκπαίδευση, Ανθρώπινο Δυναμικό & Πολιτικές Απασχόλησης, ΠΕΣΥΠ – ΑΣΠΑΙΤΕ

Σύμβουλος Σταδιοδρομίας, Εκπαίδευσης & Δια Βίου Μάθησης: Ιωάννα Μέττου. MSc Συμβουλευτική, Επαγγελματικός Προσανατολισμός & Δια Βίου Μάθηση, M.Ed Ειδική Αγωγή & Εκπαίδευση, ΠΕΣΥΠ – ΑΣΠΑΙΤΕ

Διοικητική Υποστήριξη: Ταξιάρχης Κουρούνης

Υπεύθυνος Τεχνικής Υποστήριξης, Πληροφορικής & Ψηφιακών Υπηρεσιών: Αθανάσιος Γαλάτη

Στατιστική Ανάλυση & Ερευνητική Υποστήριξη: Ιωάννης Ντούνας