



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

Ανάπτυξη δεξιοτήτων: ευελιξία και προσαρμοστικότητα

2023-2024

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

σελ. 03

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

σελ. 04

ΣΚΟΠΟΣ

σελ. 05

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

σελ. 08

ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ

σελ. 11

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ



ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

**Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος:**

Μάριος Κουκουνάρας - Λιάγκης

**Τύπος Πιστοποιητικού:**

Πιστοποιητικό Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης & Συμπλήρωμα Europass

**Διάρκεια:**

1 μήνας | 35 ώρες | 1.4 ECTS

**Μέθοδος Εκπαίδευσης:**

Εξ αποστάσεως Ασύγχρονη



- Επαγγελματίες ενήλικοι/ες, απόφοιτοι/ες Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης & Πανεπιστημιακής Εκπαίδευσης,
- Απασχολούμενοι/ες στον ιδιωτικό ή στον δημόσιο τομέα,
- Αυτοαπασχολούμενοι/ες και ελεύθεροι επαγγελματίες, στελέχη επιχειρήσεων,
- Ανθρώπους που εργάζονται στη διαχείριση ανθρώπινων πόρων,
- Όσοι/ες επιδιώκουν την αυτοβελτίωση, κατάρτιση και προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη.

ΣΚΟΠΟΣ

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ: ΕΥΕΛΙΞΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΙΚΟΤΗΤΑ

Σκοπός του προγράμματος είναι να ενισχύσει τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες στην ανάπτυξη των δεξιοτήτων της ευελιξίας και της προσαρμοστικότητας σε επαγγελματικά πλαίσια. Οι συμμετέχοντες/-ουσες θα προσεγγίσουν τις έννοιες της ευελιξίας και προσαρμοστικότητας και με βάση αυτές θα αξιολογήσουν τον βαθμό προσωπικής ανάπτυξής τους.

Θα αποκτήσουν τα εργαλεία εξερεύνησης μεταβαλλόμενων ή/και δύσκολων συνθηκών και αξιολόγησης μιας εξελισσόμενης κατάστασης και της διαχείρισης της σε πολλαπλά επίπεδα, όπως η αλλαγή σκεπτικού, οπτικής γωνίας και επιλογής της καλύτερης δυνατής διαχείρισης της εκάστοτε συνθήκης.

Επιπλέον, θα διερευνήσουν μεθόδους επίλυσης προβλημάτων και αντιμετώπισης των νέων προκλήσεων ιδίως αυτών που εμφανίζονται στον εργασιακό χώρο. Έτσι θα καλλιεργήσουν την ικανότητα να διαφοροποιούν τις ενέργειες και την συμπεριφορά, την πορεία ή την προσέγγισή τους προκειμένου να ανταποκριθούν σε διαφορετικές συνθήκες ή περιβάλλοντα και να προσαρμόζονται σε νέες συνθήκες.

Μαθησιακά Αποτελέσματα

ΓΝΩΣΕΙΣ

Μετά το πέρας του προγράμματος ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:

- ✓ ορίζει τις έννοιες της ευελιξίας και της προσαρμοστικότητας, αντιπαραβάλλοντας τις σημασίες τους,
- ✓ προσδιορίζει τα χαρακτηριστικά των συνθηκών στις οποίες καλείται να υπάρξει ώστε να εντοπίσει διεξόδους για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα,
- ✓ περιγράφει ποια συνθήκη χαρακτηρίζεται δύσκολη και απαιτεί διαχείριση,
- ✓ διακρίνει ευκαιρίες μάθησης σε δύσκολες συνθήκες.



Μαθησιακά Αποτελέσματα

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Μετά το πέρας του προγράμματος ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:

- ✓ αξιολογεί πόσο ευέλικτος/η και προσαρμοστικός/ή είναι,
- ✓ αξιοποιεί τους ήδη διαθέσιμους πόρους οριζόντιων δεξιοτήτων του,
- ✓ πειραματίζεται με τις διαδικασίες της αλλαγής (Unfreeze-Change-Freeze),
- ✓ σχηματίζει ρεαλιστικές προσδοκίες και προκρίνει τις διαδικασίες αυτογνωσίας για την διαχείριση αυτών των προσδοκιών,
- ✓ προετοιμάζει και σχεδιάζει το προσωπικό του σχέδιο δράσης,
- ✓ επιλέγει κατάλληλους τρόπους διαχείρισης της εκάστοτε συνθήκης, όπως αλλαγή σκεπτικού, οπτικής γωνίας.



Μαθησιακά Αποτελέσματα

ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ

Μετά το πέρας του προγράμματος ο/η εκπαιδευόμενος/η θα είναι σε θέση να:

- ✓ αναπτύσσει τον δημιουργικό τρόπο σκέψης του/της μέσα σε προκαθορισμένα πλαίσια και σε μεταβαλλόμενες καταστάσεις και συνθήκες,
- ✓ 2. αναγνωρίζει τη σημασία των συνεργειών και της δικτύωσης,
- ✓ 3. διαφοροποιεί τις ενέργειες και τη συμπεριφορά του/της για να ανταποκριθεί σε διαφορετικές συνθήκες ή περιβάλλοντα,
- ✓ 4. διαχειρίζεται την επιτυχία και την αποτυχία,
- ✓ 5. εκφράζει την αξία της δημιουργίας προσωπικού σχεδίου δράσης.



ΕΝΟΤΗΤΑ 1

Ευελιξία & Προσαρμοστικότητα

ΔΙΑΡΚΕΙΑ | 10 ΩΡΕΣ

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΕΣ

1. Ορίζοντας τις έννοιες
2. Πόσο ευέλικτος/η και προσαρμοστικός/ή είμαι;
3. Νοητική ευελιξία

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Με την ολοκλήρωση της ενότητας, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα μπορεί να:

- παρουσιάζει τις έννοιες ευελιξία & προσαρμοστικότητα,
- αντιπαραβάλλει τους ορισμούς των εννοιών,
- αξιολογεί πόσο ευέλικτος και προσαρμοστικός είναι ο ίδιος/η ίδια,
- εκτιμά την νοητική του/της ευελιξία.

ΕΝΟΤΗΤΑ 2

Διαχείριση Μεταβαλλόμενων καταστάσεων

ΔΙΑΡΚΕΙΑ | 15 ΩΡΕΣ

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΕΣ

1. Ευκαιρίες μάθησης σε δύσκολες συνθήκες
2. Διαδικασίες της Αλλαγής (Unfreeze-Change-Freeze)

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Με την ολοκλήρωση της ενότητας, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα μπορεί να:

- διακρίνει τις ευκαιρίες μάθησης σε δύσκολες συνθήκες,
- διερευνά τις υπάρχουσες συνθήκες για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα,
- πειραματίζεται με διαδικασίες της αλλαγής (Unfreeze-Change-Freeze).

ΕΝΟΤΗΤΑ 3

Δημιουργία & Εφαρμογή Προσωπικού Σχεδίου Δράσης

ΔΙΑΡΚΕΙΑ | 10 ΩΡΕΣ

ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΕΣ

1. Η αξία της δημιουργίας προσωπικού σχεδίου δράσης
2. Δημιουργία και Εφαρμογή προσωπικού σχεδίου δράσης

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Με την ολοκλήρωση της ενότητας, ο/η εκπαιδευόμενος/η θα μπορεί να:

- προσδιορίζει ρεαλιστικά τις προσδοκίες στην προσωπική και επαγγελματική του ανάπτυξη,
- καλλιεργεί την αυτογνωσία του σε σχέση με τις δεξιότητες της ευελιξίας και προσαρμοστικότητας,
- προετοιμάζει και σχεδιάζει το προσωπικό του/της σχέδιο δράσης για την ανάπτυξη της ευελιξίας και προσαρμοστικότητας,
- εφαρμόζει το προσωπικό σχέδιο δράσης,
- επιχειρηματολογεί για τη σημασία των συνεργειών και της δικτύωσης.

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Η αξιολόγηση της επίτευξης των προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων πραγματοποιείται με κριτήρια αυτοαξιολόγησης.

Δεν υπάρχουν εξετάσεις και η αξιολόγηση δεν είναι αρνητική, αλλά δρα αυτοβελτιωτικά, με κριτήριο τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα κάθε διδακτικής ενότητας.

Για να ολοκληρώσετε επιτυχώς το πρόγραμμα, θα πρέπει να συμπληρώσετε τρία (3) συνολικά online κριτήρια αυτό-αξιολόγησης (ένα κριτήριο για κάθε διδακτική ενότητα) στην ηλεκτρονική πλατφόρμα E-class.

είπαν για εμάς:

”

**ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΚΑΙ ΔΟΥΛΕΜΕΝΟ, ΜΕ
ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΠΟΥ ΓΝΩΡΙΖΕΙ ΤΟ
ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΚΑΙ
ΕΝΔΙΑΦΕΡΕΤΑΙ ΟΥΣΙΑΣΤΙΚΑ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ
ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ.**

“

ΝΙΚΟΛΑΣ Α.

παρακολούθησε το πρόγραμμα

Ανάπτυξη δεξιοτήτων: ευελιξία και προσαρμοστικότητα

Επικοινωνήστε μαζί μας:
Τ. 210 7275 735, 6975 913005
E. info@learninn.gr