

## ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

### ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΧΩΡΟ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

**Οδηγίες:** Η παρακάτω άσκηση προτείνεται στο πλαίσιο μιας συνεδρίας καθοδήγησης. Εάν βρίσκετε ότι δεν είναι αρκετά συναφής με την κατάσταση ή τους στόχους σας, μπορείτε ελεύθερα να τροποποιήσετε την άσκηση ώστε να αντιστοιχεί στις ανάγκες καθοδήγησής σας.

Τίτλος άσκησης	Πώς μπορείτε να επικοινωνήσετε με διαφορετικά είδη συμπεριφοράς και σε ποιο από αυτά ανήκετε εσείς;
Κατηγορία	μη τεχνικές δεξιότητες / soft skills
Υποκατηγορία	Επικοινωνία
Λέξεις-κλειδιά	Ατομικά τεστ, είδη προσωπικότητας, επικοινωνία, ανατροφοδότηση
Πεδίο ανάπτυξης	Η επικοινωνία εξαρτάται από διάφορους παράγοντες, βασικότερος από τους οποίους είναι τα εμπλεκόμενα μέρη. Το είδος συμπεριφοράς τους μπορεί να επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό την κατεύθυνση της επικοινωνίας. Εφαρμόζοντας διαφορετικές μεθόδους ατομικών τεστ συμπεριφοράς/προσωπικότητας, γίνεται ευκολότερη η μεταφορά κατάλληλων μηνυμάτων σε εργαζόμενους, -ες με διαφορετικά είδη συμπεριφοράς τους σε ένα πολυγενεακό περιβάλλον.
Η άσκηση με λίγα λόγια	Εστίαση σε στρατηγικές επικοινωνίας με βάση το είδος συμπεριφοράς του εργαζομένου.
Η Πρακτική Άσκηση επιτρέπει την καλλιέργεια και την εφαρμογή δεξιοτήτων στα εξής πεδία	Οι συμμετέχοντες προσδιορίζουν τις προσωπικότητές τους σύμφωνα με τις 16 προσωπικότητες ή με μία έρευνα του Πανεπιστημίου της Πενσυλβάνια. Έχοντας αυτό υπόψη, θα είναι σε θέση να αντιμετωπίζουν κάθε είδος με διαφορετικό τρόπο.
Η Πρακτική Άσκηση επιτρέπει την περαιτέρω καλλιέργεια και εφαρμογή γνώσεων ως προς	Ο συμμετέχων έχει ευρύτερη γνώση της προσωπικότητάς του και των επικοινωνιακών πτυχών του είδους συμπεριφοράς στο οποίο ανήκει. Η συζήτηση κάνει μια ευρύτερη επισκόπηση του είδους συμπεριφοράς.
Περιγραφή άσκησης	Βήμα 1. Οι συμμετέχοντες συμφωνούν εκ των προτέρων ποιο διαδικτυακό τεστ θα συμπληρώσουν, Α. <a href="https://www.16personalities.com/free-personality-test">https://www.16personalities.com/free-personality-test</a> (διαθέσιμο σε όλες τις γλώσσες του έργου) ή Β. Ερωτηματολόγιο της έρευνας του Πανεπιστημίου της Πενσυλβάνια <a href="https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/questionnaires/survey-character-strengths">https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/questionnaires/survey-character-strengths</a> (διατίθεται στα αγγλικά και απαιτεί εγγραφή) . Βήμα 2. Συμπληρώνει καθένας ξεχωριστά το επιλεγμένο τεστ πριν από την άσκηση, αποθηκεύει τα αποτελέσματα διατηρώντας την εστίαση σε θέματα επικοινωνίας, μεταφέρει τα αποτελέσματα του τεστ στην άσκηση



	<p>Βήμα 3. Κατά τη διενέργεια της άσκησης, κάθε συμμετέχοντας εξηγεί εν συντομία τις επικοινωνιακές πτυχές του τεστ τους στους υπόλοιπους και συζητούν στη συνέχεια για το αποτέλεσμα</p> <p>Βήμα 4. Εξετάζουν σχετικές επικοινωνιακές πτυχές και στρατηγικές με βάση τα αποτελέσματα των τεστ και τη συζήτηση, διαμορφώνουν οδηγίες για την καθημερινή τους εφαρμογή.</p>
Εργαλεία και πόροι	Σύνδεση στο διαδίκτυο πριν τη διενέργεια της άσκησης, συμπλήρωση ατομικού τεστ
Προτεινόμενο χρονοδιάγραμμα	1 έως 2 συνεδρίες, διάρκειας 1-1,5 ωρών



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).



Με συγχρηματοδότηση από το πρόγραμμα «Erasmus+» της Ευρωπαϊκής Ένωσης

*Το έργο αυτό έχει χρηματοδοτηθεί με την υποστήριξη του Προγράμματος Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η παρούσα ανακοίνωση αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.*