



Δομή Απασχόλησης &  
Σταδιοδρομίας  
Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

# « « ΗΠΙΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ » »

## Φάκας Θεράπων

Σύμβουλος Ανάπτυξης & Επικοινωνίας  
Life & Business Coach  
Εξωτερικός συνεργάτης Δ.Α.ΣΤΑ. Δ.Π.Θ.



✉ [tfakas@apiron.gr](mailto:tfakas@apiron.gr)

📷 [Therapon Fakas](#)

📘 [@apirontraining](#)

**Μονοπάτια**  
Από το skywalker



# Δομή Απασχόλησης & Σταδιοδρομίας

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

**Κόμβοι σε :** Ξάνθη  
Κομοτηνή  
Αλεξανδρούπολη  
Ορεστιάδα

**Ρόλος :** Ενημέρωση – Συμβουλευτική - Δικτύωση



# Δομή Απασχόλησης & Σταδιοδρομίας

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

[dasta.duth.gr](http://dasta.duth.gr)



Γραφείο Διασύνδεσης

[Career.duth.gr](http://Career.duth.gr)



Μονάδα Καινοτομίας & Επιχειρηματικότητας

[epixeireite.duth.gr](http://epixeireite.duth.gr)



Europe Direct

[europedirect.duth.gr](http://europedirect.duth.gr)

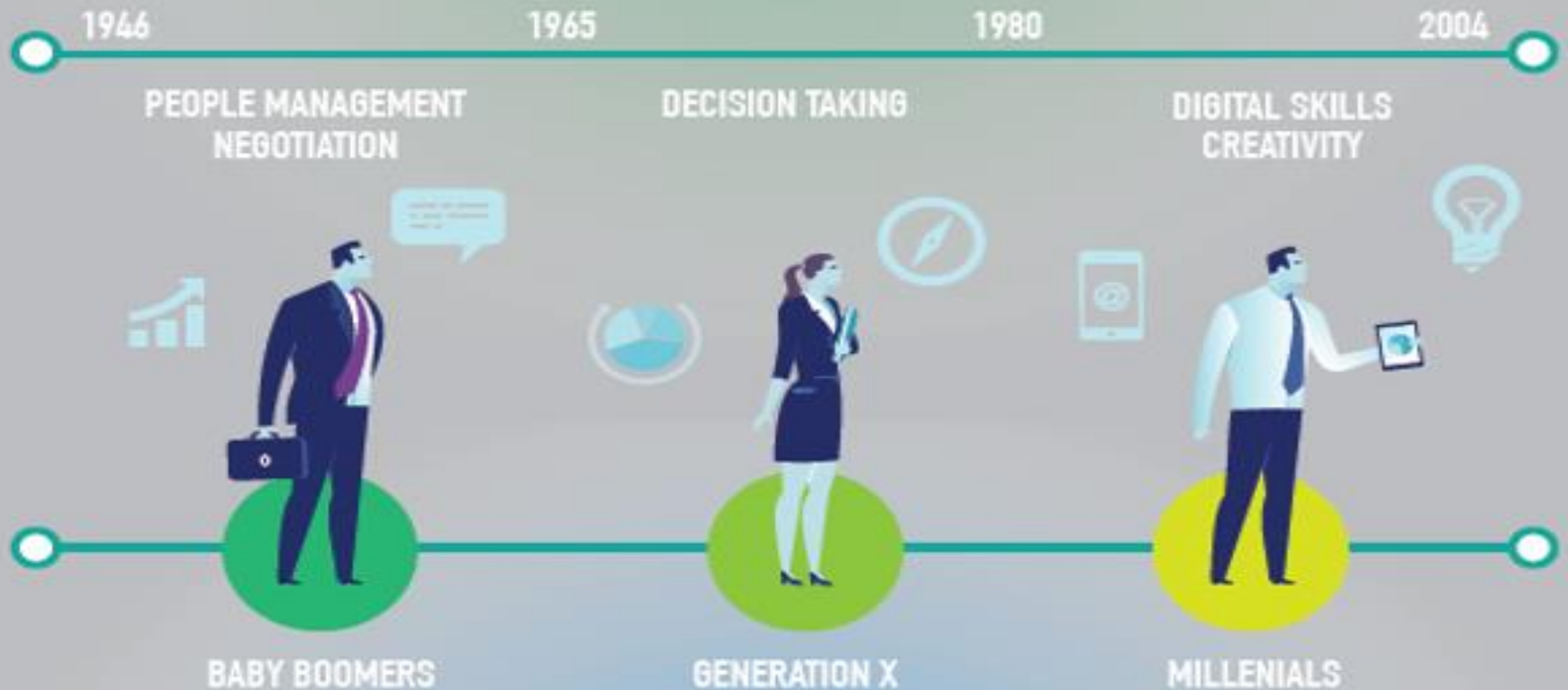


Euraxess

[euraxess.duth.gr](http://euraxess.duth.gr)



## “DIFFERENT SKILLS FOR DIFFERENT GENERATION”



# Top 10 skills

## in 2020

---

1. Complex Problem Solving
2. Critical Thinking
3. Creativity
4. People Management
5. Coordinating with Others
6. Emotional Intelligence
7. Judgment and Decision Making
8. Service Orientation
9. Negotiation
10. Cognitive Flexibility



## in 2015

---

1. Complex Problem Solving
2. Coordinating with Others
3. People Management
4. Critical Thinking
5. Negotiation
6. Quality Control
7. Service Orientation
8. Judgment and Decision Making
9. Active Listening
10. Creativity



Source: Future of Jobs Report, World Economic Forum

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

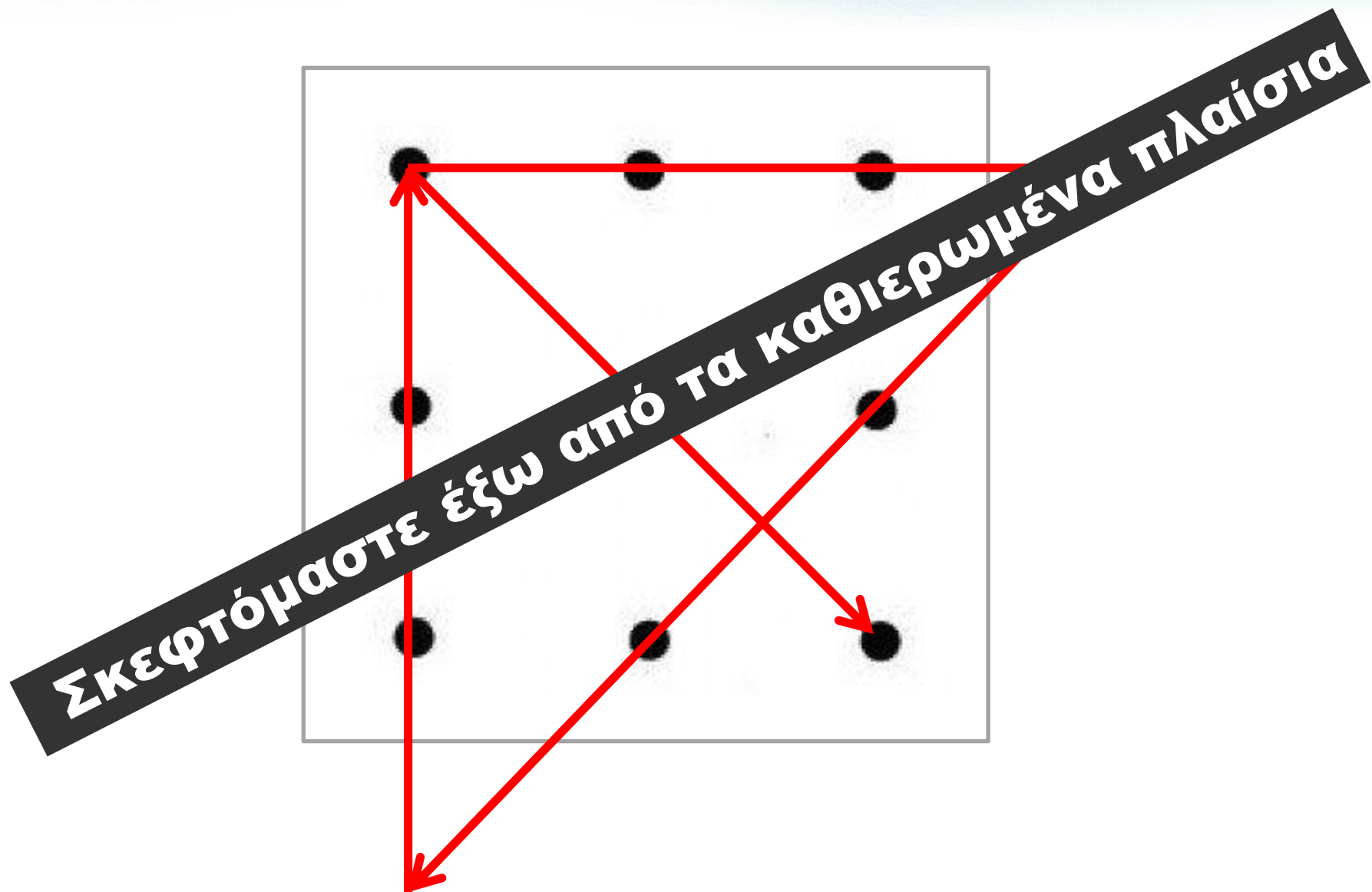
---



# ΜΑΘΗΣΗΣ



# Κριτική & Δημιουργική σκέψη



# Κριτική & Δημιουργική σκέψη

**ΔΕΝ**  
μπορώ

**Vs**

**ΠΩΣ**  
μπορώ



# Κριτική & Δημιουργική σκέψη



# Κριτική & Δημιουργική σκέψη



# Συνεργασία

T

ogether

E

veryone

A

chieves

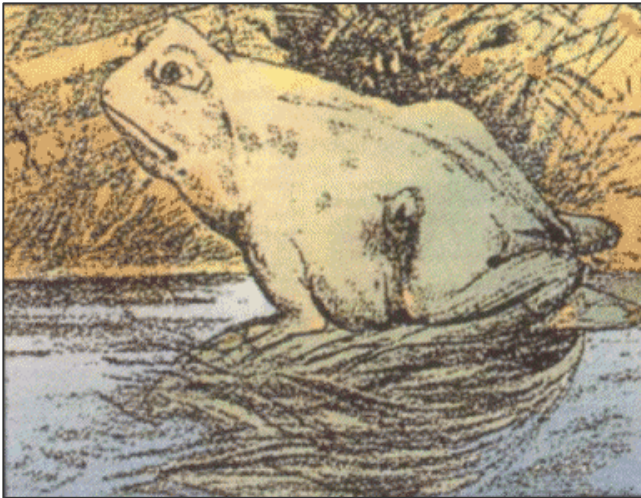
M

ore



# Επικοινωνία

*Τι βλέπεις ;*



*Είσαι σίγουρος ότι ο άλλος  
«βλέπει»το ίδιο ;*



**Μήπως δε φταίει ο άλλος  
που δεν καταλαβαίνει  
τι του λες ?**

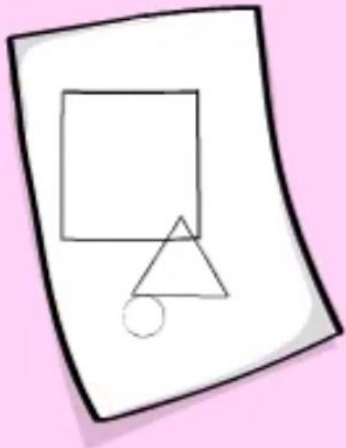


# Επικοινωνία

Γράψε τις 10 λέξεις που έρχονται στο μυαλό  
όταν ακούς τη λέξη γάμος.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

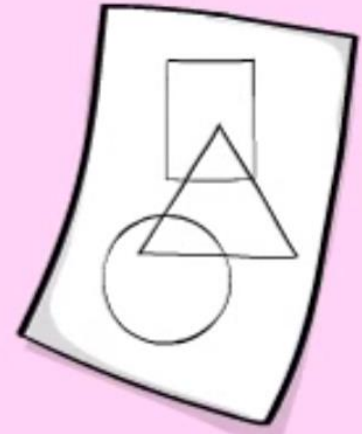
# Επικοινωνία



A

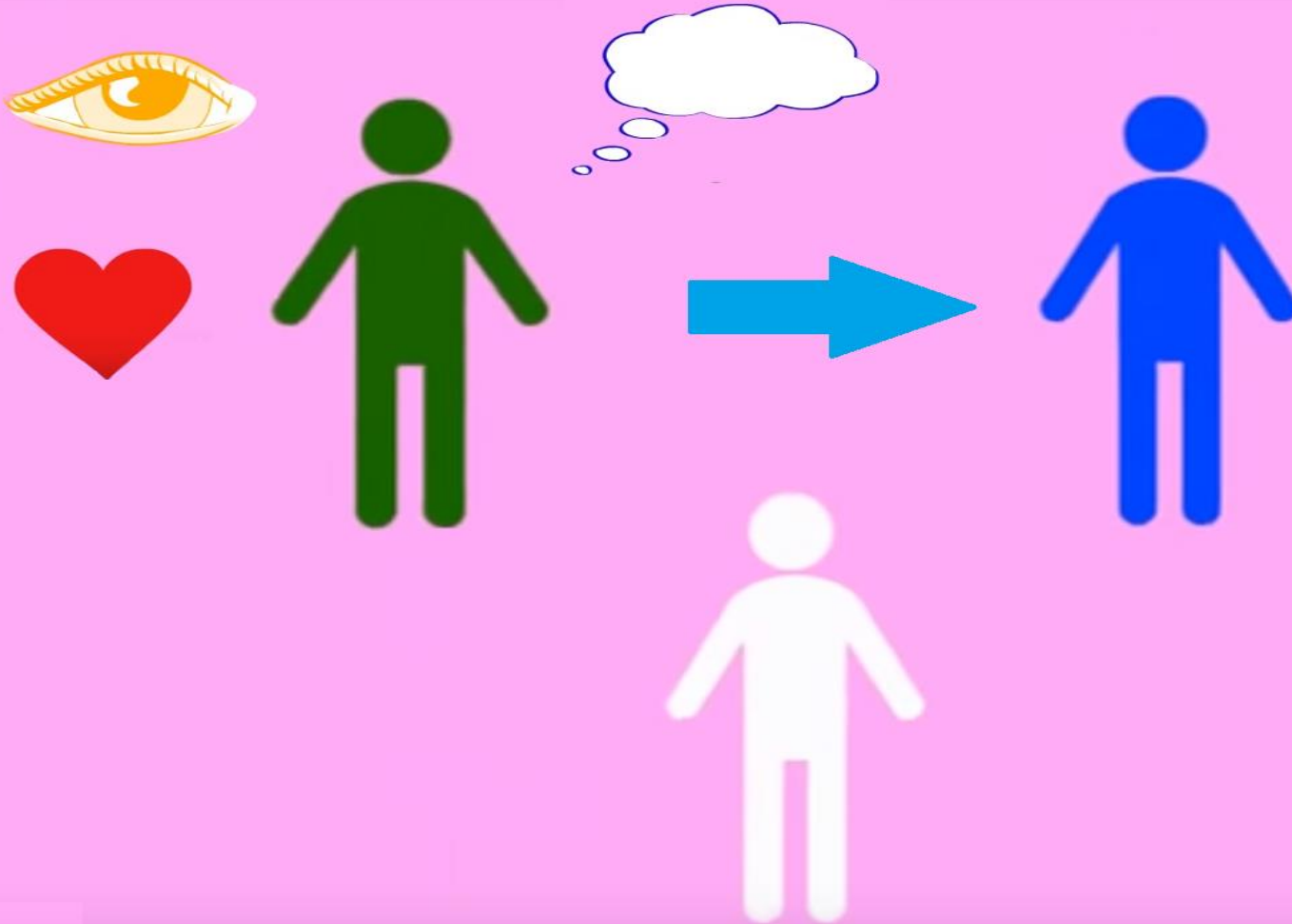


B





# Επικοινωνία

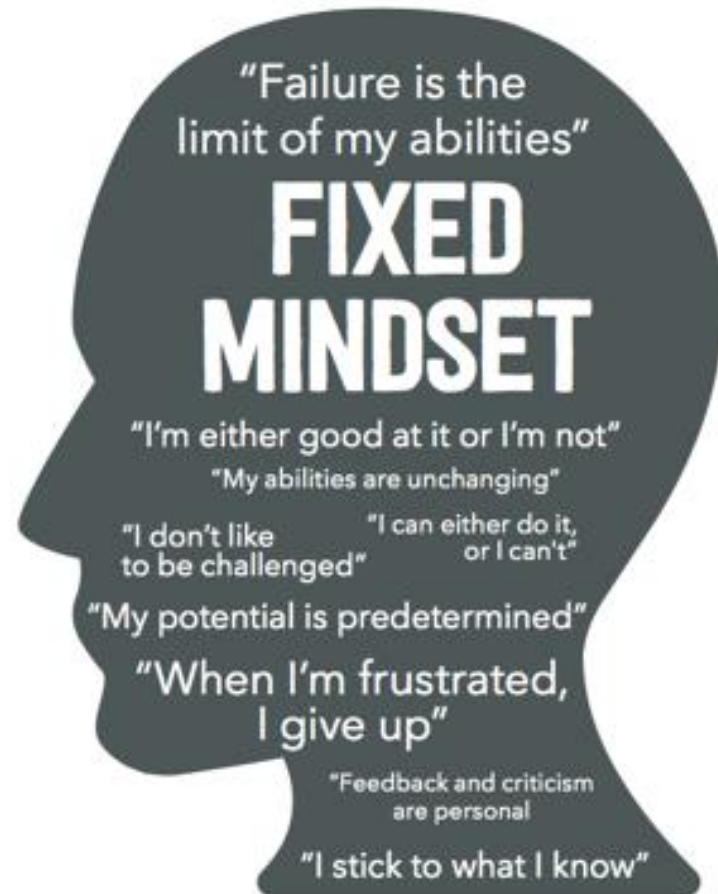


# Επικοινωνία

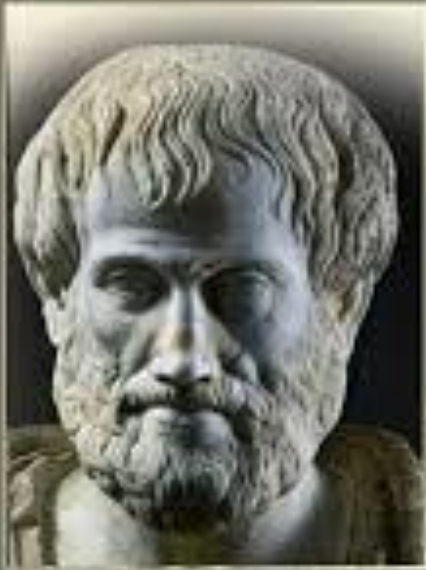
## Κτίζοντας γέφυρες

«Επικίνδυνες» εκφράσεις	Εκφράσεις «Γέφυρα»
Όχι κάνεις/έχετε λάθος	Δε ξέρω, μπορεί να κάνω και λάθος. Αυτό που ξέρω είναι .. (διατυπώνω αυτό που θέλω με ερώτηση )
Πρέπει να	δεν απομένει, λοιπόν, παρά να... επικοινωνητικό θα ήταν ... θα είναι χρήσιμο να... χρειάζεται ... είναι αναγκαίο ...θα ωφελούσε να ...
Δεν είναι δουλειά μου	Για αυτό το θέμα θα ήταν καλύτερο να σας εξυπηρετήσει...
Δεν ξέρω/ Δε γνωρίζω	Δώστε μου λίγο χρόνο να το διερευνήσω και θα επανέλθω με απάντηση
Στείλε μου - Στείλτε μου	Θα χαρώ να έχω από σένα / εσάς
Δε μπορώ τώρα/δεν έχω χρόνο	Θα χαρώ να το δούμε σε λίγο/αργότερα

# Νοοτροπία



# Νοοτροπία



«Υπάρχει μόνο ένας τρόπος  
για να αποφύγεις την  
κριτική...

Να μην κάνεις τίποτα, να  
μη λες τίποτα, να είσαι  
τίποτα..»

Αριστοτέλης

# Νοοτροπία

## Αντί να σκεφτείτε

Δεν είμαι καλός σε αυτό

Τα παρατάω

Είναι αρκετά καλό

Δεν μπορώ να κάνω κάτι καλύτερο

Είναι πολύ δύσκολο

Έκανα λάθος

Δεν μπορώ να το κάνω

Ποτέ δε θα είμαι τόσο έξυπνος

Το σχέδιο Α δεν λειτούργησε

Ο φίλος μου μπορεί να το κάνει

## Μπορείτε να σκεφτείτε :

Τι δε κάνω καλά

Θα χρησιμοποιήσω άλλη  
στρατηγική

Είναι αυτό ότι καλύτερο μπορώ να  
κάνω

Μπορώ πάντα να βελτιώνομαι

Μπορεί να πάρει λίγη ώρα

Μαθαίνω από τα λάθη μου

Θα εκπαιδεύσω το μυαλό μου

Θα μάθω πώς να το κάνω

Υπάρχει πάντα πλάνο Β

Θα μάθω από τους φίλους μου

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ



## ΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ



# Εξοικείωση με την τεχνολογία



# Βιογραφικό



Europass  
Curriculum Vitae



Navigation bar with icons for Home, Search, My Network, Jobs, Messaging, Notifications, Me, Learning, Try Premium for Free, and Work.

**Opportunity**

[Sign In](#) [Sign Up](#)

## Welcome to the Land of Opportunity

A lead generation tool built inside of a business network - Opportunity matches you with professionals who can bring you sales, advance your career, help grow your network, and more...



Email address

**GET STARTED**

Or sign up with [Facebook](#) or [Google](#)

# ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟ









# Διαχείριση της πληροφορίας





# ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

---



## ΖΩΗΣ

# Προσαρμοστικότητα - Ευελιξία

## BE LIKE WATER



“ You put water into a cup it becomes the cup.  
You put water into a bottle it becomes the bottle.  
You put it in a teapot, it becomes the teapot. ”

# Πρωτοβουλία - Αυτοκαθοδήγηση



# Παραγωγικότητα

**Μιλάμε  
έχω λιώσει  
στη δουλειά  
σήμερα**



**Δεν πληρωνόμαστε  
για την **ώρα** που δουλεύουμε...**

**Πληρωνόμαστε  
για την **αξία** που **δίνουμε**  
στην **ώρα** που δουλεύουμε !**





# SUCCESSFUL PEOPLE

# UNSUCCESSFUL PEOPLE

**Ανάληψη  
ευθύνης**



They Take Responsibility  
For Their Failures



They Blame Others  
For Their Failures







# Ηγεςία



# Ηγεσία



USES  
PEOPLE

VS.



DEVELOPS  
PEOPLE





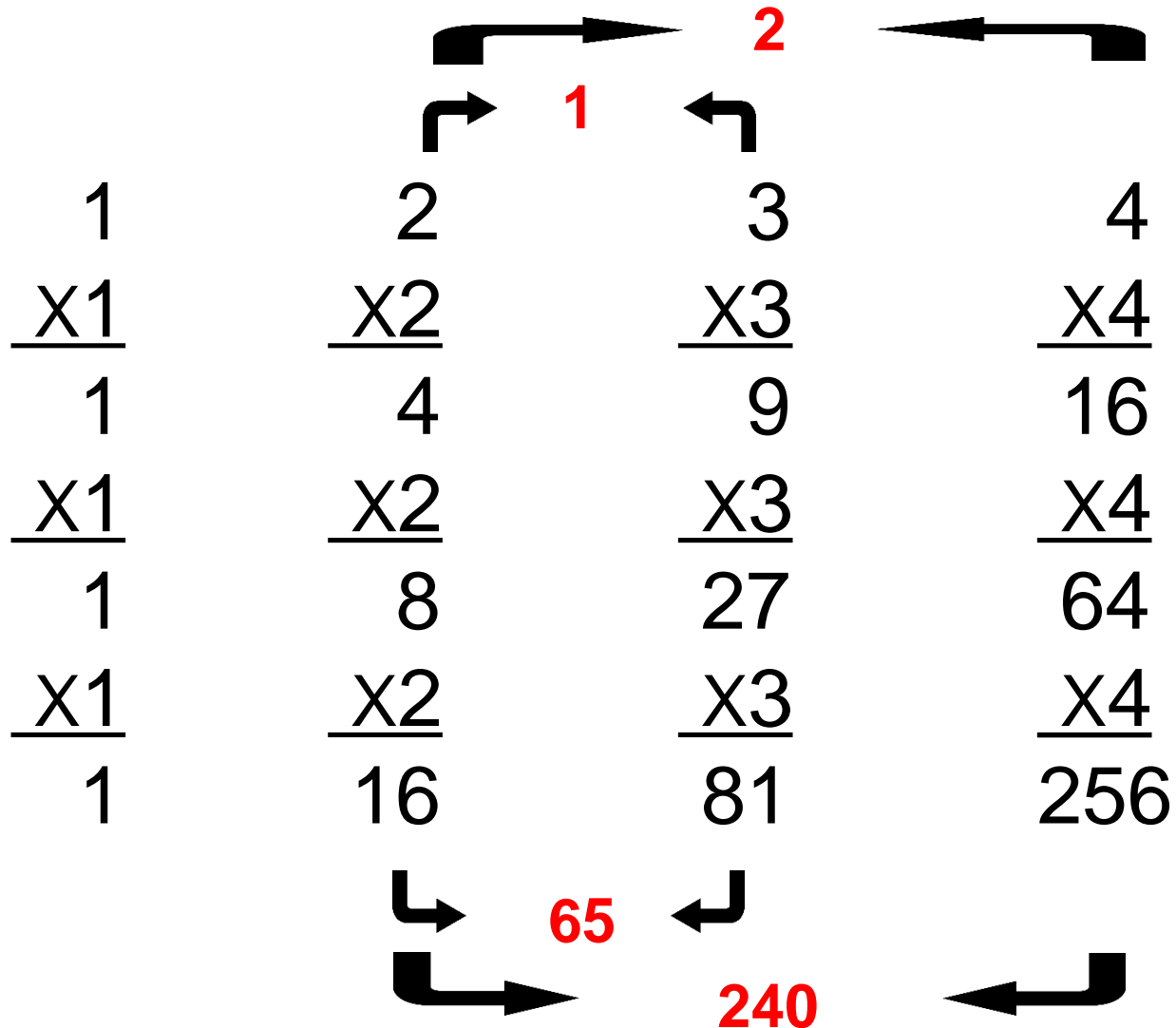
**‘ TRAIN PEOPLE  
WELL ENOUGH SO  
THEY CAN LEAVE,  
BUT TREAT THEM  
WELL ENOUGH SO  
THEY DON'T WANT TO. ’**

*— Richard Branson*





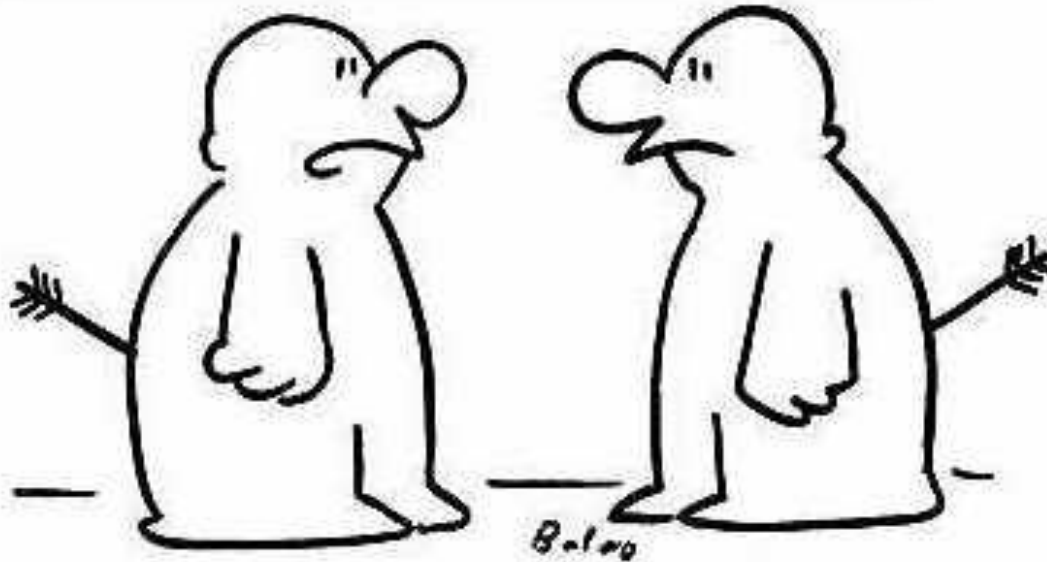
# Αναπαραγωγή



# Διαχείριση κρίσεων



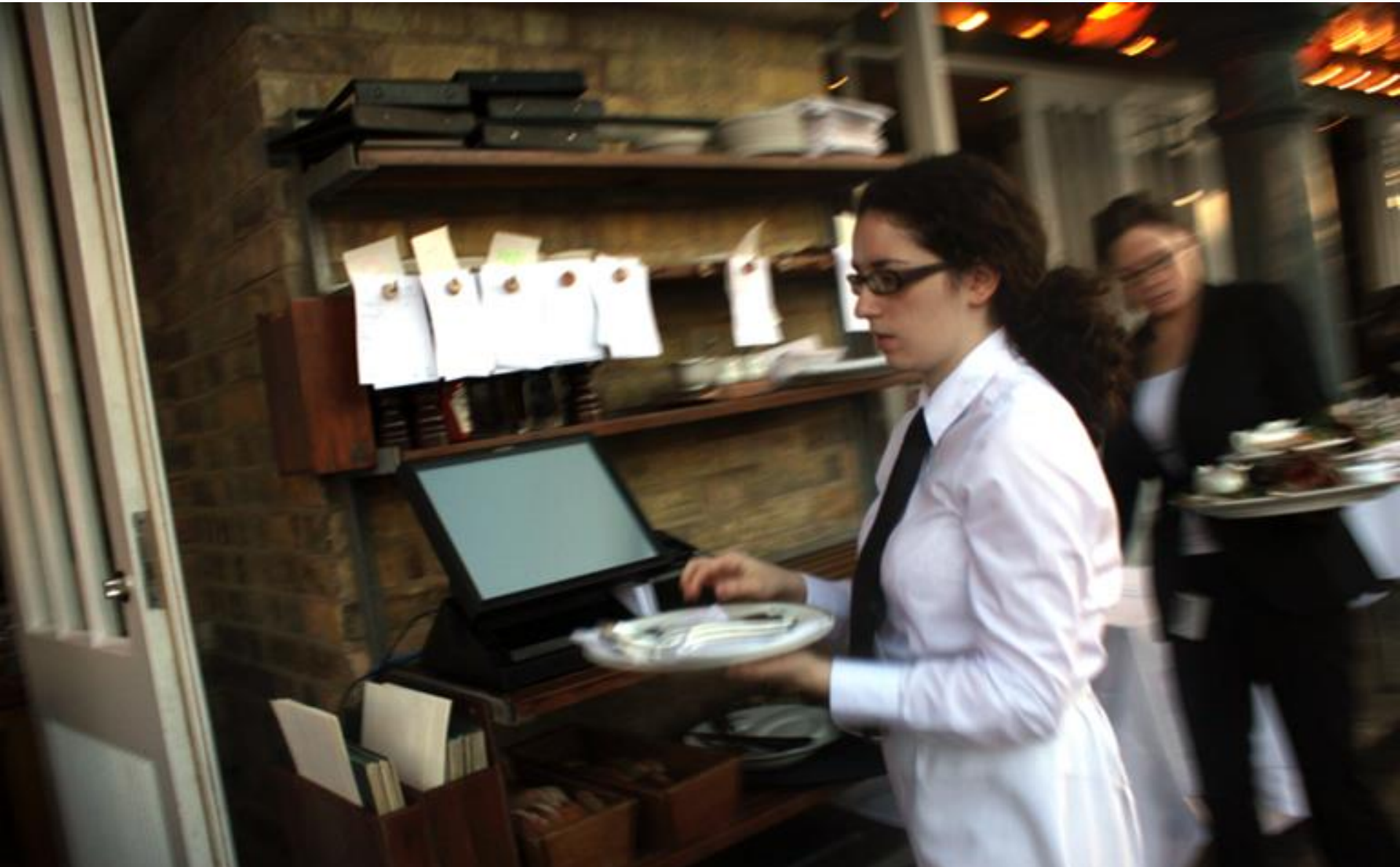
# Ενσυναίσθηση



"I know exactly how you feel."



# Ενσυναίσθηση



**Το αρχικό  
απαραίτητο  
συστατικό  
της επιτυχίας !!!!!**





MIND THE GAP

3% vs 97%



**Ερωτήσεις ;**






**GIVING**

OPENS THE WAY FOR

**RECEIVING**

~FLORENCE SCOVEL SHINN





# Δομή Απασχόλησης & Σταδιοδρομίας

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

**dasta.duth.gr**

**Ευχαριστώ πολύ για την προσοχή σας !**



ΑΠΕΙΡΟΝ

**www.apiron.gr**