



Εισαγωγή στις Διαπροσωπικές Δεξιότητες



Soft Skills Training for Women in Construction



Στόχοι Μαθήματος

- ✓ Το Πρόγραμμα High Heels
- ✓ Τι χρειαζόμαστε για μια αποτελεσματική/καλή επίδοση
- ✓ Τι είναι οι Ικανότητες, η Γνώση, οι Δεξιότητες;
- ✓ Τι είναι οι «Διαπροσωπικές Δεξιότητες»;
- ✓ Διαπροσωπικές δεξιότητες για καλύτερη διαχείριση μέσα από το πρόγραμμα High Heels

Οι στόχοι του έργου High Heels

- ✓ Η καταπολέμηση των ανισοτήτων & των στερεότυπων εις βάρος των γυναικών στον εργασιακό χώρο
- ✓ Η αντιμετώπιση των ελλείψεων που υπάρχουν σε δεξιότητες στον κατασκευαστικό τομέα
- ✓ Η αναβάθμιση των δεξιοτήτων των γυναικών σε όλες τις εργασιακές βαθμίδες με στόχο την ενδυνάμωση τους και την επιτυχή παραμονή και εξέλιξη τους στο συγκεκριμένο τομέα
- ✓ Ο «εξοπλισμός» των γυναικών με τις απαραίτητες διαπροσωπικές δεξιότητες ώστε να τις βοηθήσει να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τις απαιτήσεις της εργασίας τους & της καθημερινής αλληλεπίδρασης τους με τους άντρες συναδέλφους
- ✓ Η εκπαίδευση τους & η βελτίωση της αυτοπεποίθησής τους ως μέσα υποστήριξης της καριέρας τους

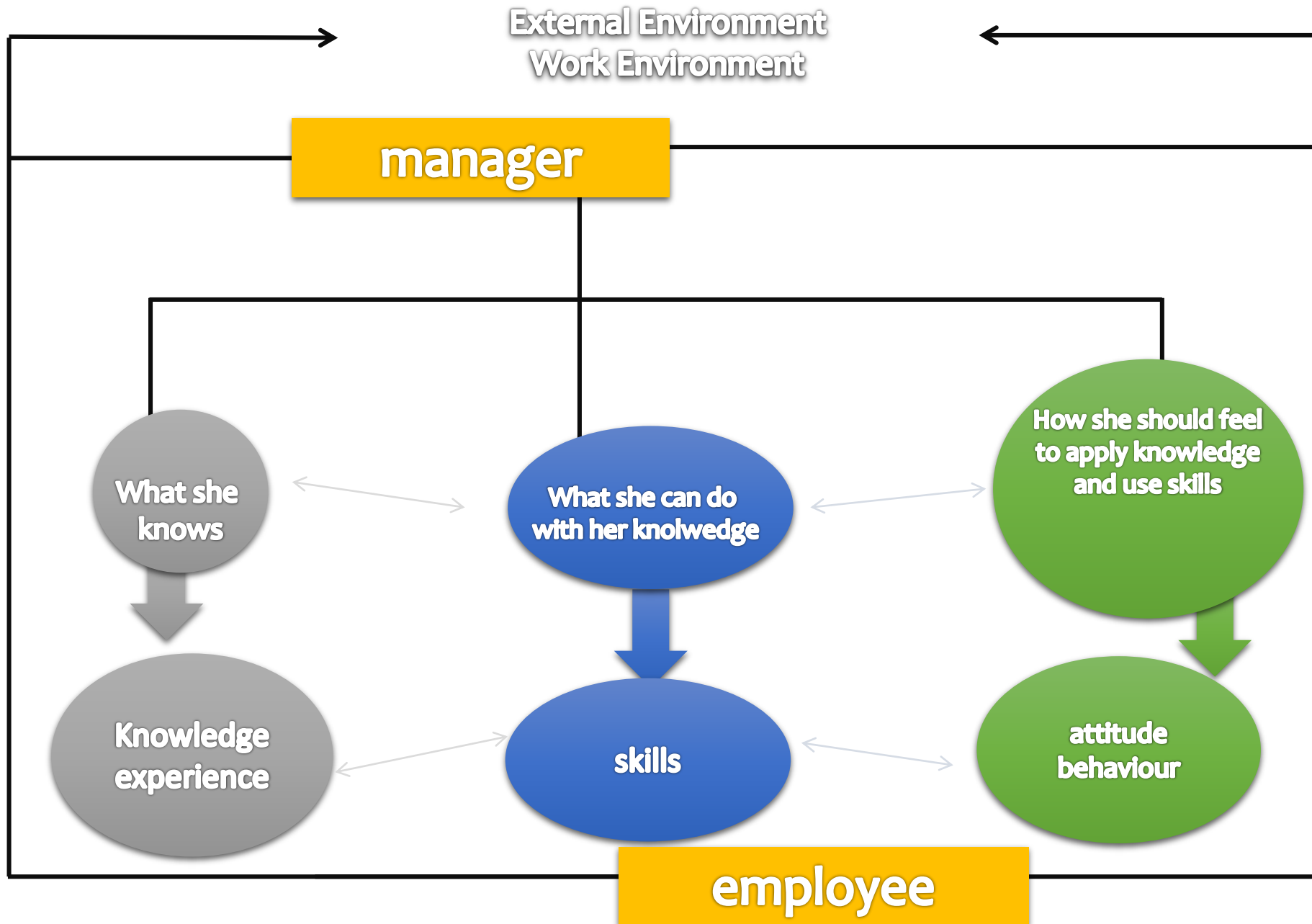


Δράσεις του έργου High Heels

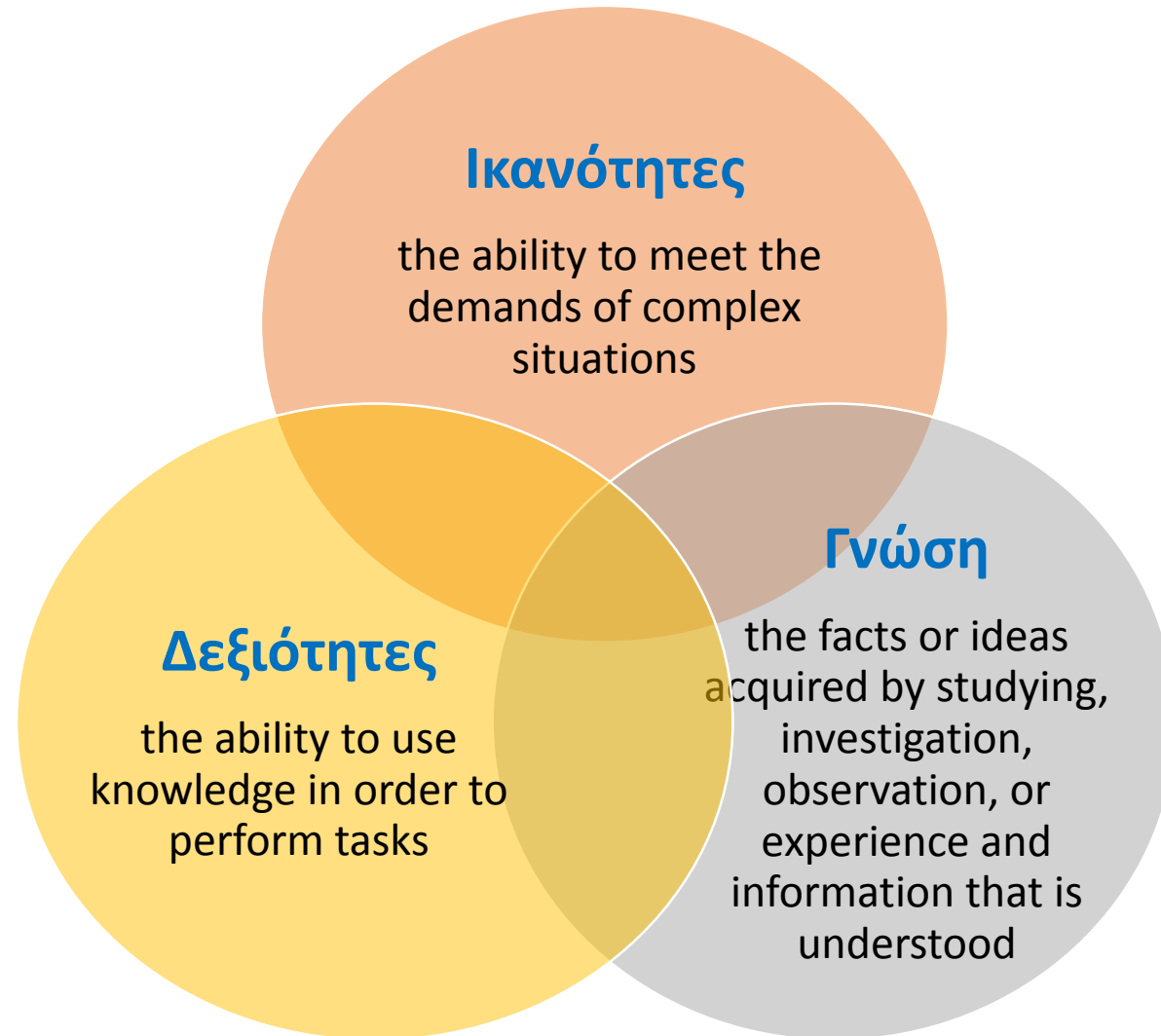
- ✓ Πρόγραμμα Μεταφοράς Καινοτομίας (2010) 'Women and Work: Sector Pathways Initiative' το οποίο στόχευε στη στήριξη & προώθηση των επικοινωνιακών, διοικητικών και ηγετικών δεξιοτήτων των γυναικών που δουλεύουν στον κατασκευαστικό τομέα
- ✓ Διεξαγωγή πρωτογενούς και δευτερογενούς έρευνας σε Βουλγαρία, Ελλάδα, Κύπρο και Ρουμανία για την αναγνώριση των εκπαιδευτικών αναγκών σε διαπροσωπικές δεξιότητες των γυναικών που δουλεύουν στον κατασκευαστικό τομέα
- ✓ Αναθεώρηση, προσαρμογή και μετάφραση του εκπαιδευτικού προγράμματος με βάση τις ανάγκες της συγκεκριμένης ομάδας στόχου
- ✓ Ανάπτυξη μιας μεθοδολογίας μικτής κατάρτισης (πρόσωπο με πρόσωπο/διαδικτυακά) & παραγωγή δύο ολοκληρωμένων μικτών εκπαιδευτικών προγραμμάτων στις διαπροσωπικές δεξιότητες, ένα για διευθυντικά στελέχη & ένα για υπαλλήλους
- ✓ Διεξαγωγή πιλοτικών εκπαιδευτικών σεμιναρίων στη Βουλγαρία, Ελλάδα και Ρουμανία για αξιολόγηση των εκπαιδευτικών προγραμμάτων & προσαρμογή του υλικού.

Εκπαίδευση High Heels σε Διαπροσωπικές Δεξιότητες

ΘΕΜΑ		ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ	
		Διευθυντικά Στελέχη	Υπάλληλοι
Εισαγωγή	Εισαγωγή στην εργασία στον κατασκευαστικό τομέα	x	x
Αυτοδιαχείριση & Κατανόηση της πολυμορφίας	(Αυτό) Ηγεσία/ (Αυτό) Υποκίνηση	x	x
	Δουλεύοντας με αυτοπεποίθηση	x	x
	Συναισθηματική επίγνωση - Προσαρμοστικότητα	x	x
	Στρες & Ευεξία στη δουλειά	x	x
	Αναγνώριση δυνατών σημείων	x	x
	Διαχείριση & εργασία με άτομα από άλλες κουλτούρες	x	x
Επικοινωνία & Εργασία με άλλους	Αποτελεσματική επικοινωνία	x	x
	Διαχείριση δύσκολων ανθρώπων	x	x
	Επίλυση συγκρούσεων	x	x
	Δικτύωση	x	x
	Διαπραγμάτευση	x	x
	Ομαδική εργασία	x	x
Μαθαίνοντας & Μεγαλώνοντας	Διευκόλυνση εκμάθησης	x	x
	Σχεδιασμός ανάπτυξης		
	Μέντορινγκ – Εκπαίδευση (Coaching)	x	
	Στοχοθέτηση & Σχεδιασμός δράσεων	x	x
	Διαχείριση χρόνου	x	x



Ικανότητες, Γνώση, Δεξιότητες



Η εργασιακή σας εμπειρία



Συμβαίνει σε μένα;

- ✓ Κοντόφθαλμη οπτική
- ✓ Άγνοια των πραγματικών αναγκών
- ✓ Έλλειψη αναγνώρισης
- ✓ Ανικανότητα προώθησης ιδεών
- ✓ Διαπολιτισμικό ατόπημα
- ✓ Η ειλικρινή έκφραση/ομιλία έχει επιπτώσεις καριέρα
- ✓ Μη συμμετοχή σε βασικά δίκτυα
- ✓ Σαμποτάζ: “Δεν είδα το πρόβλημα να έρχεται



Γιατί είναι πρόβλημα;

- ✓ Άλλα άτομα παίρνουν τις προαγωγές και τα σημαντικά έργα
- ✓ Δεν υπάρχει τρόπος να σπάσεις τη «γυάλινη οροφή» (glass ceiling)
- ✓ Η δουλειά σου δεν εκτιμάται
- ✓ Οι ιδέες σου κλέβονται
- ✓ Άλλα άτομα αναγνωρίζονται για τη δίκη σου σκληρή δουλειά
- ✓ Οι ιδέες σου δεν ακούγονται
- ✓ Σε «ταμπελώνουν»
- ✓ Άλλοι άνθρωποι δεν σε υποστηρίζουν



Φανταστείτε...



Ο κόσμος να χωριζόταν σε
2 κατηγορίες ανθρώπων:

Πολιτικά άτομα

Μη πολιτικά άτομα

Αυτά τα άτομα...

Μη πολιτικά

- ✓ Πιστεύουν στη δύναμη της καλής δουλειάς
- ✓ Εκτιμούν την ανατροφοδότηση και τη μάθηση
- ✓ Βασίζονται στην ακεραιότητα
- ✓ Έχουν ανοικτή ατζέντα
- ✓ Πιστεύουν ότι αυτοί που έχουν τα προσόντα εκτιμώνται
- ✓ Πιστεύουν ότι τα αποτελέσματα και οι ιδέες μιλούν από μόνες τους

Πολιτικά

- ✓ Πιστεύουν στην εξουσία της θέσης
- ✓ Η εικόνα και η αντίληψη είναι πολύ σημαντικά
- ✓ Τονίζουν τις επιτυχίες τους
- ✓ Έχουν λεκτική πειθαρχία
- ✓ Έχουν προσωπική ατζέντα
- ✓ Βασίζονται στις σχέσεις
- ✓ Είναι καλοί στην αυτό-προώθηση

Εξισορρόπηση

- ✓ Πρέπει να είσαι το ένα ή το άλλο;
- ✓ Που βρίσκεσαι σε μια κλίμακα από το 1 μέχρι το 10 (1 μη πολιτικό άτομο, 10 πολιτικό άτομο)

Αλλά τι μπορείς να κάνεις;



Διαχείριση της προσωπικής εικόνας

- ✓ Συλλογή πληροφοριών για την εικόνα σου
 - Ρώτησε
 - Ζήτα από κάποιον να ρωτήσει για σένα
 - Reflect on the feedback (formal or informal) that you receive
- ✓ Αναγνώριση αντιλήψεων και ετικετών
 - Τι είδους συμπεριφορά σε οδήγησε σε αυτό το αποτέλεσμα
- ✓ Πως θα ήθελες να σε βλέπουν;
 - Τι είδους συμπεριφορά χρειάζεται να υιοθετήσε
- ✓ Ανέπτυξε στρατηγική για να δημιουργήσεις
 - νέες αντιλήψεις



Γίνε «δάσκαλος» στις πωλήσεις

- ✓ Αναθεώρησε τη γλώσσα που χρησιμοποιείς
 - Σε προωθεί ή σε υποτιμά;
 - Τι σημεία προωθείς καλά ή κακά;
 - Κράτησε αρχείο για μια εβδομάδα με τα σχόλια που έκανες στο αφεντικό σου – τι του δείχνεις;
- ✓ Να επιλέγεις με προσοχή τις λέξεις σου – έχουν δύναμη
- ✓ Χρησιμοποίησε δυνατές λέξεις για να αγκιστρώσεις τους συνεργάτες σου



Διαχείριση «κρυφών ατζέντων»



✓ ΟΛΟΙ έχουν μια ατζέντα!

- Δεν είναι πάντα καλό ή κακό
- Ποια είναι η δική σου ατζέντα;

✓ Προσπάθησε να καταλάβεις την ατζέντα των συνεργατών σου

- Τώρα προσπάθησε να τους επηρεάσεις συνδέοντας τις ιδέες σου με τη δική τους ατζέντα
- Βάλε στόχους για να φέρεις άτομα στη δική σου πλευρά
- Επωφελή για όλους, ειδικά εσένα

*Διαχείριση διαπροσωπικών
δεξιοτήτων (για σένα)
&
άλλους!*

Οδήγησε τον εαυτό σου & τους άλλους προς την επιτυχία

Αυτό-ηγεσία

- ✓ Να είσαι υπεύθυνος για τις πράξεις σου & τις επιπτώσεις τους
- ✓ Βάλε στόχους & προτεραιότητες εξισορροπώντας τη δουλειά & την προσωπική ζωή
- ✓ Σχεδίασε & διαχειρίσου το χρόνο, τα λεφτά & άλλες πηγές για να επιτύχεις τους στόχους
- ✓ Αξιολόγησε, ζύγισε & διαχειρίσου τον κίνδυνο
- ✓ Να είσαι υπεύθυνος τόσο για τις πράξεις σου όσο και για αυτές της ομάδας σου

Ηγεσία

- ✓ Μύθοι & γεγονότα για την ηγεσία
- ✓ Διεύθυνση & ηγεσία (είναι διαφορετικά;)
- ✓ Τι χρειάζονται οι σημερινοί ηγέτες;
- ✓ Είδη ηγεσίας & τι θα μπορούσε να δουλέψει για μας
- ✓ Ανάπτυξη ηγετικών ικανοτήτων για μελλοντική επιτυχία



Να έχεις αυτοπεποίθηση & να προωθείς τον εαυτό σου με σθένος

- ✓ Γνώρισε από που προέρχεται και που βρίσκεται η αυτοπεποίθηση
- ✓ Γνώρισε ποιο είναι καλό για σένα και πως το κάνεις
- ✓ Μάθε πως μπορείς να διατηρήσεις την αυτοπεποίθηση σου ακόμα και όταν τα πράγματα γίνουν δύσκολα
- ✓ Συνειδητοποίησε πως η αυτοπεποίθηση σου βοηθά σε όλα τα είδη καταστάσεων & στην αντιμετώπιση όλων των ειδών ανθρώπων

Γνώρισε τις δεξιότητες & φιλοδοξίες σου

- Κάνε μια λίστα με τα πράγματα που κατάφερες & με τα πράγματα που θέλεις να καταφέρεις
- ✓ Βεβαιώσου ότι οι σωστοί άνθρωποι ακούν για τα επιτεύγματα σου
 - Βρες τον τρόπο να μιλήσεις
 - Κάνε συμφωνία με κάποιο έμπιστο φίλο



Επικοινωνία με Επίδραση

Τι πραγματικά συμβαίνει όταν επικοινωνούμε

- ✓ Μελέτησε τις μορφές επικοινωνίας & πως τείνουμε να επικοινωνούμε με τους άλλους
- ✓ Εξέτασε διάφορα εργαλεία & τεχνικές που βοηθούν στην προώθηση της εμπιστοσύνης & αποτελεσματικής επικοινωνίας
- ✓ Παροχή & λήψη ανατροφοδότησης

Διαχείριση δύσκολων ανθρώπων

- ✓ Ποια είδη ανθρώπων συναντάς
- ✓ Γιατί οι άνθρωποι μπορεί να φαίνονται δύσκολοι
- ✓ Πως μπορείς να βελτιώσεις την αλληλεπίδραση με όλα τα είδη ανθρώπων
- ✓ Πως να σταματήσεις τις διαφωνίες πριν να γίνουν «τοξικές»

Οικοδόμηση Αποτελεσματικών Σχέσεων

- ✓ Κατανόησε & δούλεψε μέσα στη δυναμική της ομάδας
- ✓ Διασφάλισε ότι ο σκοπός & οι στόχοι μιας ομάδας είναι σαφείς
- ✓ Να είσαι ευέλικτη(ος):
 - να είσαι ανοιχτός σε & υποστηρικτικός στις σκέψεις, απόψεις/συνεισφορές άλλων στην ομάδα
 - Με σεβασμό
- ✓ Αναγνώρισε & σεβάσου την διαφορετικότητα των ανθρώπων, τις ατομικές διαφορές & οπτικές
- ✓ Αποδοχή & παροχή ανατροφοδότησης με εποικοδομητικό τρόπο
- ✓ Συνείσφερε στην ομάδα μέσω της ανταλλαγής πληροφοριών & πραγματογνωμοσύνης
- ✓ Οδήγησε ή υποστήριξε όπου πρέπει, υποκίνησε μια ομάδα για ψηλές επιδόσεις
- ✓ Κατανόησε το ρόλο της σύγκρουσης σε μια ομάδα

Δημιουργία Ισχυρών Συμμαχιών

- ✓ Χάρτης Δικτύων:
 - συνεργάτες/ φίλοι
- ✓ Αναγνώριση δυνατών παικτών
- ✓ Κάνε τον εαυτό σου γνωστό σε αυτούς
- ✓ Κράτησε τακτική επικοινωνία
- ✓ Διατήρησε μια σχέση
- ✓ Μάθε πως να μιλάς για τα επιτεύγματα σου και τη δύ



Δικτυώσου αποτελεσματικά

- ✓ Αναδιατύπωσε τη δικτύωση
 - Οικοδόμηση αμοιβαία επωφελών σχέσεων
- ✓ Δημιουργία δικτυακού χάρτη
- ✓ Αναγνώριση κενών & στόχων
- ✓ Αναγνώριση των τρόπων επίτευξης τους
- ✓ Δικτυώσου αυθεντικά
- ✓ Δείξε ενδιαφέρον, όχι ενδιαφερόμενος
- ✓ Άκουγε 80% μίλα 20%



Επίλυση συγκρούσεων

- ✓ Κατανόησε πως η συμπεριφορά σου μπορεί να επηρεάσει το αποτέλεσμα μιας σύγκρουσης
- ✓ Κατανόησε τι αποτέλεσμα θέλεις από μια σύγκρουση
- ✓ Διερεύνησε πως μπορείς να χρησιμοποιήσεις αποτελεσματικά τη δύναμη της επικοινωνίας για να πετύχεις μια θετική κατάληξη

Επιρροή & διαπραγμάτευση

- ✓ Συζήτησε τη σημασία της επιρροής & της διαπραγμάτευσης στη δουλειά
- ✓ Εξέτασε διάφορες διαθέσιμες στρατηγικές για να επηρεάζεις, να διαπραγματεύεσαι, να κτίζεις & να διαχειρίζεσαι σχέσεις
- ✓ Συζήτησε για την πειθώ, την ικανότητα να πείσεις

Διαχείριση χρόνου

- ✓ Παρουσίασε την έννοια του χρόνου & τις πιο κοινές παρανοήσεις
- ✓ Συνειδητοποίησε τη σχέση μεταξύ του εαυτού σου, των στόχων σου & της διαχείρισης του χρόνου σου
- ✓ Σκέψου τρόπους που θα ενισχύσουν τις συνολικές στρατηγικές και εφαρμογές για αποτελεσματική διαχείριση χρόνου

Αναγνώριση δυνατών σημείων

- ✓ Μάθε ποια είναι τα δυνατά σου σημεία
- ✓ Σκέψου τρόπους να τα χρησιμοποιήσεις για να πετύχεις τους στόχους σου
- ✓ Αναγνώρισε τα δυνατά σημεία άλλων ανθρώπων

Στοχοθέτηση & σχεδιασμός δράσεων

- ✓ Αποσαφήνισε τις εταιρικές και τις προσωπικές αξίες
- ✓ Συζήτησε τη λειτουργία των στόχων
- ✓ Διαφοροποίησε τους εγγενείς & εξωγενείς στόχους
- ✓ Βάλε «έξυπνους» (SMART) στόχους
- ✓ Ανέπτυξε σχέδιο δράσης για επίτευξη των στόχων

Βρες ένα Μέντορα ή Εκπαιδευτή

- ✓ Βάλε όρια
- ✓ Διαχειρίσου προσδοκίες
- ✓ Εκμεταλλεύσου αυτό που σου προσφέρουν
- ✓ Εκπαίδευσε/κάνε τον μέντορα σε κάποιο εσύ
- ✓ Βρες κάποιον που μπορείς να εμπιστευτείς

COPYRIGHT

© Copyright 2013 High Heels Consortium

Consisting of:

BULGARIAN CONSTRUCTION CHAMBER (BG)

CONSTRUCTION TRAINING CENTER (BG)

AR CI PROFESSIONAL CENTRE Ltd (BG)

MILITOS EMERGING TECHNOLOGIES & SERVICES (GR)

KNOWL (GR)

RNDO Ltd (CY)

STEJAR CENTER OF RESEARCH, DEVELOPMENT & EXCELLENCE (RO)

*Transferring the University of Salford's
award winning training programme:
“Women and Work: Sector Pathways
Initiative” (2010)*

This document may not be copied, reproduced, or modified in whole or in part for any purpose without written permission from the High Heels Consortium. In addition an acknowledgement of the authors of the document and all applicable portions of the copyright notice must be clearly referenced.
All rights reserved.