

"Σχεδίασε τη Σταδιοδρομία σου, αξιοποιώντας τα δυνατά σου σημεία"

Κύκλος 6 συναντήσεων αυτογνωσίας και θετικής λήψης αποφάσεων



Το Γραφείο Διασύνδεσης του ΑΠΘ προσκαλεί φοιτητές/φοιτήτριες και νέους/νέες αποφοίτους του ΑΠΘ να συμμετάσχουν σε έναν κύκλο 6 βιωματικών συναντήσεων με στόχο την ενίσχυση της αυτογνωσίας και της λήψης αποφάσεων σταδιοδρομίας, μέσα από τις αρχές της θετικής ψυχολογίας.

Το ομαδικό εργαστήριο συμβουλευτικής θα εστιάσει

- στην αναγνώριση και αξιοποίηση των προσωπικών δυνατών σημείων,
- στη διερεύνηση αξιών και κινήτρων,
- στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και της ανθεκτικότητας,
- στη λήψη αποφάσεων με μεγαλύτερη σαφήνεια και εσωτερική συνέπεια,
- στον σχεδιασμό ρεαλιστικών και ουσιαστικών επόμενων βημάτων.

Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, ομαδική συζήτηση και στοχευμένα εργαλεία αυτογνωσίας, οι συμμετέχοντες/ουσες θα έχουν την ευκαιρία να:

- ✓ κατανοήσουν τι τους κινητοποιεί πραγματικά
- ✓ αναδείξουν τα δυνατά τους σημεία
- ✓ διαμορφώσουν προσωπική κατεύθυνση σταδιοδρομίας
- ✓ σχεδιάσουν συγκεκριμένο πλάνο δράσης

Διάρκεια: 6 δίωρες συναντήσεις (σε εβδομαδιαία βάση) από 26/2/26 έως και 2/4/26(κάθε Πέμπτη ώρες 11πμ-1μμ)

Απευθύνεται σε: Φοιτητές/φοιτήτριες και νέους/νέες αποφοίτους του ΑΠΘ

Αριθμός συμμετεχόντων: 15 άτομα (θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας)

Τόπος διεξαγωγής: 1ος όροφος, Άνω Πανεπιστημιακή Φοιτητική Λέσχη, αίθουσα συνεδριάσεων (είσοδος από την οδό 3η Σεπτεμβρίου)

Δηλώσεις συμμετοχής: [Φόρμα Συμμετοχής Εργαστήριο Συμβουλευτικής "Σχεδίασε τη Σταδιοδρομία σου, αξιοποιώντας τα δυνατά σου σημεία"](#)

Πληροφορίες:

Κατερίνα Παπακώτα, Ψυχολόγος - Σύμβουλος Σταδιοδρομίας, email: papakota@auth.gr, τηλ 2310995831