



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



IMPROVING SKILLS OF SOCIAL ENTREPRENEURS

Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα για
τους Μέντορες Κοινωνικών
Επιχειρηματιών

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ, 2019

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus +. Η παρούσα δημοσίευση [ανακοίνωση] αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του δημιουργού και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

2018-1-ES01-KA204-050918



Συντάκτες

João Pedro Constâncio, União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim (PT)

Cátia Sousa, União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim (PT)

Ana Torres, União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim (PT)

Συνεργάτες

Maria Lencastre, Coordinator of the Social Entrepreneurship Incubator “Idade Maior” of AMUT - Associação Mutualista de Gondomar (PT)

Σεπτέμβριος, 2019

Το παρόν ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ είναι ένα προϊόν / αποτέλεσμα που παράχθηκε στο πλαίσιο του Erasmus+ έργου ISSE "IMPROVING SKILLS OF SOCIAL ENTREPRENEURS", συντονισμένο από τον οργανισμό FUNDACION DE LA COMUNIDAD VALENCIANA DEL PACTO PARA EL EMPLEO EN LA CIUDAD DE VALENCIA (Ισπανία).

Επικοινωνία με συντάκτη: joao.constancio@uf-gvj.pt

Αναφέρετε αυτό το έγγραφο ως εξής:

Constâncio, J. P., Sousa, C. & Torres, A. (2019). *Module III Exercises Notebook - Short Training Course for Social Entrepreneurs Mentors: Intellectual Output 3, in the framework of the Erasmus+ Project ISSE “IMPROVING SKILLS OF SOCIAL ENTREPRENEURS”*. Gondomar: União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim.



Θεματικό Κεφάλαιο 1

Βάσεις Μέντορα- Καθοδήγησης

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 1

Αντιστοιχίστε τις σωστές ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ από την παρακάτω λίστα με τους σωστούς ορισμούς από τον κατάλογο όρων (1 βαθμός η κάθε μια).

1.	Ικανότητα να συμπάσχετε τους άλλους.
2.	Θα πρέπει να έχετε καλή κατανόηση των δικών σας δυνάμεων και των αναπτυξιακών αναγκών.
3.	Θα πρέπει να είστε διατεθειμένοι να προσπαθήσετε να κατανοήσετε διαφορετικές προοπτικές, προσεγγίσεις και ενδεχομένως υπόβαθρα διαφορετικών ατόμων.
4.	Χρειάζεστε εξαιρετικές δεξιότητες επικοινωνίας και να είστε σε θέση να κατανοήσετε τις ιδέες και τα συναισθήματα των άλλων. Θα πρέπει επίσης να είστε ένας πολύ καλός ακροατής.
5.	Θα πρέπει να είστε σε θέση να δημιουργήσετε ένα εργασιακό περιβάλλον όπου είναι ασφαλές για τα άτομα να δοκιμάσουν διαφορετικά πράγματα, επιτρέποντάς τους να συνεισφέρουν με διάφορους τρόπους.
6.	Θα πρέπει να κατανοήσετε τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αναπτύσσονται και έχουν εμπειρία, τυπικά ή ανεπίσημα, για την ανάπτυξη άλλων.
7.	Θα πρέπει να γνωρίζετε πώς να γίνουν τα πράγματα και πώς λειτουργούν τα πράγματα.
8.	Θα πρέπει να έχετε προσωπική και επαγγελματική αξιοπιστία, αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την ιδιότητα του να είστε μέλος σχετικών οργανώσεων.
9.	να είστε ανοιχτοί σε νέους τρόπους να κάνετε πράγματα και διαφορετικούς τρόπους εργασίας.
10.	Θα πρέπει να είστε διατεθειμένοι και ικανοί να αφιερώσετε αρκετό χρόνο στον μαθητευόμενο σας για να προσφέρετε υποστήριξη και καθοδήγηση.

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΟΡΩΝ:

Βαθμός: ____/10

- ☐ Αυτογνωσία
- ☐ Οργανωτική τεχνογνωσία
- ☐ Αξιοπιστία
- ☐ Προσβασιμότητα
- ☐ Επικοινωνία
- ☐ Δυνατότητα ενίσχυσης
- ☐ Η επιθυμία να βοηθήσεις τους άλλους να αναπτυχθούν
- ☐ Εφευρετικότητα
- ☐ Ενσυναίσθηση
- ☐ Κατανόηση

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 2

Από το κατάλογο φράσεων που ακολουθούν, αντιγράψτε 2 προτάσεις που θεωρείται σωστές για κάθε ράφι που αναφέρεται πιο κάτω: ράφι δικαιωμάτων μέντορα, ράφι ευθυνών μέντορα, και τέλος ράφι καθηκόντων μέντορα (1 βαθμός η κάθε μια).

1) _____

2) _____



Ράφι Δικαιωμάτων Μέντορα

1) _____

2) _____



Ράφι Ευθυνών Μέντορα

1) _____

2) _____



Ράφι Λειτουργιών Μέντορα

Βαθμός: ____/6

Κατάλογος Φράσεων:

- | | |
|---|---|
| • Να προετοιμάζεται για συναντήσεις ή συνομιλίες | • Να δίνει σχόλια από τις εμπειρίες του, θετικές ή αρνητικές |
| • Λειτουργίες χρηματοοικονομικής υποστήριξης | • Απόκτηση οφελών |
| • Το δικαίωμα άρνησης οποιουδήποτε μαθητευόμενου εάν αισθάνεται άβολα. | • Το δικαίωμα να είναι μέρος της πνευματικής ιδιοκτησίας του έργου του μαθητευόμενου. |
| • Λειτουργία του προτύπου | • Ψυχολογικές λειτουργίες |
| • Να είναι ενεργός μαθητευόμενος | • Το δικαίωμα να λαμβάνουν επαρκή κατάρτιση, υποστήριξη και πόρους για να επιτελούν καλά τον ρόλο τους. |
| • Το δικαίωμα να αρνηθεί να κάνει οποιαδήποτε εργασία θεωρεί ανήθικη ή κατάλληλη. | • Να αποκτήσει τεχνικά και οργανωτικά οφέλη από τη σχέση, αποδέχοντας και προσαρμόζοντας τις συμβουλές που είναι κατάλληλες για τον οργανισμό/το έργο του |
| • Κοινωνικές λειτουργίες | |

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 3

Συνδυάστε τα οφέλη του mentoring (της καθοδήγησης) σύμφωνα με τα ενδεικτικά προφίλ μέντορα και μαθητευόμενου μέσω γραμμικών συνδέσεων. Ακολουθήστε το παράδειγμα που παρέχεται (1 βαθμός η κάθε μια).

Οφέλη
Μέντορα ●

●	Αναγνώριση	●
●	Μαθαίνουν τον κόσμο των επιχειρήσεων	●
●	Προσωπική ικανοποίηση/εκπλήρωση	●
●	Πραγμάτωση	●
●	Έχουν έμπιστους ανθρώπους να κάνουν ερωτήσεις χωρίς φόβο, επειδή είναι άνθρωποι που ξέρουν ότι ακόμα μαθαίνουν	●
●	Έχουν πρόσβαση σε δίκτυα ανθρώπων/επαφών	●
●	Συμβουλευτική και υποστήριξη	●
●	Κληροδότημα	●
●	Ταχύτερη ανέλιξη	●
●	Κίνητρο	●

● Οφέλη
Μαθητευόμενου

Βαθμός: ____/10

Κατά τη γνώμη σας περισσότερα οφέλη θα μπορούσαν να υπήρχαν και για τους μέντορες και για τους μαθητευόμενους. Ονομάστε 2 πιθανά οφέλη και για τους μέντορες και για τους μαθητευόμενους και μοιραστείτε μαζί με τους υπόλοιπους τους λόγους ή γιατί υποστηρίζεται αυτή την άποψη.

ΟΦΕΛΗ ΜΕΝΤΟΡΑ

1.

2.

ΟΦΕΛΗ ΜΑΘΗΤΕΥΟΜΕΝΟΥ

1.

2.

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 4 – Πρότυπο Κοινωνικού Επιχειρηματικού Μόντελου

Βασικοί Πόροι	Βασικές Εταιρικές Σχέσεις	Είδος παρέμβασης	Τμήματα	Προτίμηση Αξίας
Τι πόρους θα χρειαστείτε για να εκτελέσετε τις δραστηριότητές σας; Ανθρώπους, οικονομικά, πρόσβαση; Συνεργάτες και βασικοί ενδιαφερόμενοι φορείς		Ποια είναι η μορφή της παρέμβασής σας;	Δικαιούχος	Κοινωνική Προσφορά Αξίας
		Κανάλια	Πελάτης	Μέτρα αντίκτυπου
	Ποιες δραστηριότητες του προγράμματος και του μη-προγράμματος θα πραγματοποιήσει ο οργανισμός σας;	Πώς έρχεστε σε επαφή με τους δικαιούχους;	Ποιοι είναι οι άνθρωποι ή οι οργανισμοί, οι οποίοι θα πληρώσουν για να αντιμετωπίσουν αυτό το ζήτημα;	Πώς θα δείξετε ότι δημιουργείτε κοινωνικές επιπτώσεις; Προσφορά Αξίας Πελάτη Τι θέλουν να πάρουν οι πελάτες σας από αυτή την πρωτοβουλία;
Δομή Κόστους Ποιες είναι οι μεγαλύτερες περιοχές των δαπανών σας; Πως αλλάζουν καθώς επεκτείνεστε;		Πλεόνασμα Που σκοπεύετε να επενδύσετε τα κέρδη σας;	Έσοδα Εξάλειψη των πηγών εσόδων κατά %	



Θεματικό Κεφάλαιο 2

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

MENTOR



Θεματικό Κεφάλαιο 2. Άσκηση 1

Έντυπο αιτήσεως μαθητευόμενου

Σε αυτή την άσκηση διαθέτουμε στο πλαίσιο της καθοδήγησης, ένα υπόδειγμα που μπορεί να διερευνηθεί από τον μαθητευόμενο και να υποβληθεί στον οργανισμό ως εργαλείο για την επιλογή και την αντιστοίχιση της διαδικασίας.

Όνομα μαθητευόμενου: _____

Τίτλος: _____

Τηλέφωνο: _____ Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: _____

Για να μας βοηθήσετε να γίνει το καλύτερο ταίριασμα μαθητευόμενου-μέντορα, παρακαλώ όπως συμπληρώσετε το πιο κάτω ερωτηματολόγιο. Οι πληροφορίες θα χρησιμοποιηθούν έτσι ώστε να βρεθεί ένας μέντορας με τον οποίο έχετε κοινά ενδιαφέροντα και να μπορεί να σας παρέχει την υποστήριξη που χρειάζεστε. Όλες οι πληροφορίες θα είναι αυστηρά εμπιστευτικές και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για σκοπούς διαχείρισης προγραμμάτων. Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας.

1. Ο λόγος που ενδιαφέρομαι για την καθοδήγηση είναι...

2. Τα ενδιαφέροντα/οι προσδοκίες μου είναι...

3. Οι 3 κορυφαίες επαγγελματικές μου δυνατότητες είναι...

4. Οι 3 πρώτες ανάγκες μου για επαγγελματική ανάπτυξη είναι...



5. Οι στόχοι στους οποίους επιθυμώ να συνεργαστώ μαζί ένα μέντορα είναι...

6. Όσον αφορά την διαδικασία καθοδήγησης, αυτή είναι: (επιλέξτε ένα)...

α) Η πρώτη φορά που κάνω εγγραφή ☐

β) Η δεύτερη φορά ☐

γ) Περισσότερο από 2 εμπειρίες καθοδήγησης ☐

6.1. Αν είναι τουλάχιστον η δεύτερη φορά, παρακαλώ κάντε αναφορά για το τι συνέβη καλά στα προηγούμενα πειράματα.

6.2. Αν είναι τουλάχιστον η δεύτερη φορά, παρακαλώ κάντε αναφορά για το τι συνέβη λιγότερο καλά στα προηγούμενα πειράματα.

7. Θα ήθελα να συνεργαστώ με ένα μέντορα ο οποίος... (σημειώστε X στις επιλογές που θεωρείται κατάλληλες)

Προτάσεις	Δείκτης Επαλήθευσης
Έχει εμπειρία στην καθοδήγηση και παροχή συμβουλών στην επιχειρηματικότητα.	☐
Αυτός/Αυτή θα μου παρέχει παγκόσμια προβολή για το έργο μου (για παράδειγμα μέσω μάρκετινγκ).	☐



Αυτός/Αυτή μπορεί να βοηθήσει στον εντοπισμό κεφαλαίων ή την πρόσβαση σε πόρους (για παράδειγμα, από τη νομοθεσία).	☐
Μπορεί να βοηθήσει στον προγραμματισμό της κοινωνικής επιχείρησής μου, με βραχυπρόθεσμους και μακροπρόθεσμους στόχους.	☐
Μπορεί να βοηθήσει με τις δυνατότητες δικτύωσης.	☐
Μπορεί να με βοηθήσει στο να αναδείξω τις δεξιότητες μου στην κοινωνική επιχειρηματικότητα.	☐
Άλλα (διευκρινίστε)	☐
α) _____	☐
β) _____	☐

8. Το άτομο που θα ήθελα να είναι μέντορας μου είναι...

Πρώτη επιλογή: _____

Δεύτερη επιλογή: _____

Τρίτη επιλογή: _____

Δεν έχω κάποια προτίμηση: ☐

Σημείωση: Θα κάνουμε το καλύτερο δυνατό για να ταιριάξουμε τις προτιμήσεις σας, αλλά προφανώς αυτό δεν είναι μπορεί να εγγυημένο.

8. Τα χόμπι και τα ενδιαφέροντα μου είναι...

9. Άλλα σχόλια...

Θεματικό Κεφάλαιο 2. Άσκηση 2

Έντυπο αιτήσεως μέντορα

Σε αυτή την άσκηση παρέχουμε στο πλαίσιο της καθοδήγησης, ένα υπόδειγμα που μπορεί να διερευνηθεί από τους μέντορες και να υποβληθεί στον οργανισμό ως εργαλείο επιλογής μέντορα για το πρόγραμμα καθοδήγησης.

Όνομα Μέντορα: _____	
Τίτλος: _____	
Τηλέφωνο: _____	Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: _____

Για να μας βοηθήσετε να γίνει το καλύτερο ταίριασμα μέντορα-μαθητευόμενου, παρακαλώ όπως συμπληρώσετε το πιο κάτω ερωτηματολόγιο. Οι πληροφορίες θα χρησιμοποιηθούν έτσι ώστε να γίνει ταίριασμα με ένα μαθητευόμενο με τον οποίο έχετε κοινά ενδιαφέροντα και μπορεί να επωφεληθεί περισσότερο από την καθοδήγηση σας. Όλες οι πληροφορίες θα είναι αυστηρά εμπιστευτικές και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για σκοπούς διαχείρισης προγραμμάτων. Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας.

1. Ο λόγος που ενδιαφέρομαι να γίνω μέντορας είναι...

2. Οι τομείς εξειδίκευσης ή ανάπτυξης κοινωνικών επιχειρήσεων, όπου θα ήμουν πιο αποτελεσματικός στην παροχή καθοδήγησης σε ένα μαθητευόμενο είναι (σημειώστε X στις επιλογές που θεωρείται κατάλληλες)

Προτάσεις	Δείκτης Επαλήθευσης
Εμπειρία στην καθοδήγηση και παροχή συμβουλών στην επιχειρηματικότητα.	☐
Βελτίωση της προβολής (για παράδειγμα μέσω μάρκετινγκ).	☐
Προσδιορισμός πόρων ή πρόσβαση σε πόρους (για παράδειγμα από τη νομοθεσία)	☐
Προγραμματισμός κοινωνικών επιχειρήσεων, με βραχυπρόθεσμους και μακροπρόθεσμους στόχους.	☐
Τεχνικές δικτύωσης.	☐



Παροχή βοήθειας για την βελτίωση των δεξιοτήτων του κοινωνικού επιχειρηματία.	☐
Άλλα (διευκρινίστε).	☐
α) _____	☐
β) _____	☐

3. Οι 3 κορυφαίες επαγγελματικές μου δυνατότητες είναι...

4. Οι 3 πρώτες ανάγκες μου για επαγγελματική ανάπτυξη είναι...

5. Θα προτιμούσα να συνεργαστώ με ένα μαθητευόμενο τον οποίο... (σημειώστε X στις επιλογές που θεωρείται κατάλληλες)

Προτάσεις	Δείκτης Επαλήθευσης
Είναι η πρώτη του/της φορά που κάνει εγγραφή σαν μαθητευόμενος σε μια διαδικασία καθοδήγησης.	☐
Είχε ξανά στο παρελθόν εμπειρία σαν μαθητευόμενος σε μια διαδικασία καθοδήγησης.	☐
Άλλα (διευκρινίστε).	☐
α) _____	☐
β) _____	☐



6. Σημειώστε ότι ισχύει για εσάς (σημειώστε X στις επιλογές που θεωρείται κατάλληλες):

Έχω εμπειρία στην διαδικασία καθοδήγησης ☐

Δεν έχω εμπειρία στην διαδικασία καθοδήγησης ☐

Η προηγούμενη εμπειρία μου στην διαδικασία καθοδήγησης ήταν επίσημη ☐

Η προηγούμενη εμπειρία μου στην διαδικασία καθοδήγησης ήταν ανεπίσημη ☐

7. Το άτομο που θα ήθελα να είναι μαθητευόμενος μου είναι...

Πρώτη επιλογή: _____

Δεύτερη επιλογή: _____

Τρίτη επιλογή: _____

Δεν έχω κάποια προτίμηση: ☐

Σημείωση: Θα κάνουμε το καλύτερο δυνατό για να ταιριάξουμε τις προτιμήσεις σας, αλλά προφανώς αυτό δεν είναι μπορεί να εγγυημένο.

8. Τα χόμπι και τα ενδιαφέροντα μου είναι...

9. Άλλα σχόλια...

Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 3**Συμβόλαιο Καθοδήγησης**

Αυτό το συμβόλαιο αποτελεί τη βασική συμφωνία και δέσμευση για την σχέση καθοδήγησης. Θα πρέπει να συμπληρωθεί κατά τη διάρκεια της πρώτης ή της δεύτερης συνάντησης, και θα πρέπει να έχουν από ένα αντίγραφο ο μαθητευόμενος και ο μέντορας, καθώς και ένα αντίγραφο θα πρέπει να επιστραφεί στον οργανισμό καθοδήγησης.

Στοιχεία Μέντορα	
Όνομα	
Μέθοδος επαφής	
Τηλέφωνο	
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο	
Ώρες επικοινωνίας	

Στοιχεία μαθητευόμενου	
Όνομα	
Μέθοδος επαφής	
Τηλέφωνο	
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο	
Ώρες επικοινωνίας	

Συμφωνηθέντα στοιχεία για την σχέση της καθοδήγησης	
Συχνότητα των συναντήσεων	
Διάρκεια των συναντήσεων	
Χώρος συνεδριάσεων	
Διαδικασία ακύρωσης	
Στυλ καθοδήγησης (σε σχέση με τις πληροφορίες που δίνονται σε αυτό το πακέτο)	
Όρια σχέσης/Προσωπικά όρια	



Οποιοσδήποτε άλλες
πληροφορίες
(συμπεριλαμβανομένων
ιατρικών θεμάτων, κ.λ.π)

Μαθητευόμενος

Υπογραφή

.....

Εκτύπωση

.....

Ημερομηνία

Μέντορας

Υπογραφή

.....

Εκτύπωση

.....

Ημερομηνία

Όνομα

Όνομα



Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 4

Πλάνο Καθοδήγησης

Όνομα:

Ημερομηνία:

Οι στόχοι μου για τους επόμενους 6 μήνες είναι (πρέπει να είναι ΕΞΥΠΝΟΙ και σε διαδοχική σειρά βάσει ορόσημων):

1.

2.

3.

Οι στόχοι μου μεταξύ της παρούσας και της επόμενης συνάντησης μαζί με τον Μέντορα/Μαθητευόμενο είναι (με σειρά προτεραιότητας):

1.

2.

3.

Τα πρακτικά βήματα για την επίτευξη αυτών των στόχων είναι:

Δράση	Από ποιον	Μέχρι πότε



--	--	--

Πως θα γνωρίζω πότε έχω επιτεύξει τον στόχο μου:

Ημερομηνία Αναθεώρησης	Σχόλια σχετικά με την πρόοδο



Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 5

Φόρμα Αναθεώρησης

Όνομα Μαθητευόμενου	
Όνομα Μέντορα	
Ημερομηνία	

Πως τα πάτε με τον Μαθητευόμενο/Μέντορα σας;

Ποια είναι τα καλά σημεία / οφέλη από τις συναντήσεις μέχρι στιγμής;

Υπάρχουν οποιαδήποτε θέματα/προβλήματα σχετικά με τη σχέση καθοδήγησης;



Έχετε συμφωνήσει οποιουσδήποτε στόχους; Παρακαλώ όπως σημειώσετε πιο κάτω.

Ποια είναι η πρόοδος που έχετε κάνει σε σχέση με τους συμφωνημένους σας στόχους;

Πώς θα μπορούσε να βελτιωθεί το πρόγραμμα;

Ημερομηνία και ώρα της επόμενης συνάντησης αναθεώρησης:

Ημερομηνία

Υπογραφή



Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 6

Φύλλο Προετοιμασίας Μαθητευόμενου

Όνομα Μαθητευόμενου:		Ημερομηνία:	
Προκλήσεις/Θέματα που θα ήθελα να εξερευνήσω στη συνεδρία			
Πως να:			
Πως να:			
Πως να:			
Πράσινη Ζώνη		Κόκκινη Ζώνη	
Θέματα στην πράσινη ζώνη:		Θέματα στην κόκκινη ζώνη:	
• • •		• • •	
Τα βήματα που μπορώ να κάνω για να αντιμετωπίσω αυτά τα ζητήματα είναι:		Τα βήματα που μπορώ να κάνω για να αντιμετωπίσω αυτά τα ζητήματα είναι:	
• • •		• • •	
Υπάρχουν οποιεσδήποτε άλλες προκλήσεις/θέματα που θα ήθελα να εξερευνήσω στην συνεδρία βάση της προετοιμασίας μου;			
Πως να: • • •			



Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 7

Φύλλο Καθοδήγησης Συνεδρίας

Όνομα Μαθητευόμενου:	Ημερομηνία:
Όνομα Μέντορα:	Διάρκεια συνεδρίας:
Οι προκλήσεις / Ημερίσια Διάταξη της Συνεδρίας:	
Δράσεις που πρέπει να ληφθούν για την επόμενη συνεδρία	
Κατι που δεν τελείωσε από την προηγούμενη συνεδρία	
Στοιχεία κατά τη διάρκεια της συνεδρίας	

Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 8

Χρονοδιάγραμμα Καθοδήγησης

[illegible]



Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 9

Αξιολόγηση Συνεργασίας από Μαθητευόμενο

Όνομα Μαθητευόμενου:	Ημερομηνία:
Όνομα Μέντορα:	Ώρες που αφιερώθηκαν:
Παρακαλώ εξηγήστε με δικά σας λόγια πως βιώσατε την διαδικασία καθοδήγησης	
Ποια ήταν η προσωπική αξία που αποκτήσατε από την εμπειρία καθοδήγησης;	
Τρία πράγματα που θέλετε να αναγνωρίσετε για τον εαυτό σας	
Τρία πράγματα που θέλετε να αναγνωρίσετε στον μέντορα σας	
Αναφέρετε 3 σημεία συγκεκριμένης ανατροφοδότησης για τον μέντορα σας	
Τι θα μπορούσε να κάνει την διαδικασία καθοδήγησης καλύτερη;	



Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 10

Αξιολόγηση Συνεργασίας από Μέντορα

Όνομα Μέντορα:	Ημερομηνία:
Όνομα Μαθητευόμενου:	Ώρες που αφιερώθηκαν:
Ποια ήταν τα συγκεκριμένα πράγματα που μάθατε και αποκτήσατε από το να είστε μέντορας;	
Ποια ήταν η προσωπική αξία που πιστεύετε ότι ο εκπαιδευόμενος κέρδισε από την εμπειρία καθοδήγησης;	
Τρία πράγματα που θέλετε να αναγνωρίσετε για τον εαυτό σας	
Τρία πράγματα που θέλετε να αναγνωρίσετε στον μαθητευόμενο σας	
Τι πιστεύετε ότι θα μπορούσατε να κάνετε καλύτερα την επόμενη φορά; Και πως;	

Θεματικό Κεφάλαιο 2. ΑΣΚΗΣΗ 11

Αξιολόγηση Συνεργασίας Καθοδήγησης

Συμπληρώστε όσο το δυνατόν μεγαλύτερο μέρος αυτής της φόρμας, για να μπορέσουμε να λάβουμε ανατροφοδότηση σχετικά με το πώς η σχέση καθοδήγησης έχει υποστηρίξει εσάς και την κοινωνική σας επιχείρηση.

Αφού συμπληρωθεί, παρακαλώ στείλτε μήνυμα στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο <εισαγωγή ηλεκτρονικής διεύθυνσης>. Ευχαριστούμε.

Τα Στοιχεία Σας

Πλήρες όνομα			
Αριθμός Επικοινωνίας			
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο			
Μέντορας		Αριθμός Συνεδριών	

Συνεργασία Καθοδήγησης

Ελέγξτε τα παρακάτω στοιχεία και σημειώστε εάν η συνεργασία καθοδήγησης σας έχει επηρεάσει σε οποιαδήποτε από αυτά τα στοιχεία:

	Επίδραση				
	Συμφωνώ		Διαφωνώ		
Ο Μέντορας ήταν καλά προσαρμοσμένος στις ανάγκες μου					
Ο Μέντορας ήταν πολύ υποστηρικτικός κατά την διάρκεια του προγράμματος					
Έχοντας έναν Μέντορα έχει κάνει διαφορά για τον εαυτό μου προσωπικά					
Έχοντας έναν Μέντορα έχει κάνει διαφορά για την επιχείρησή μου					
Ο μέντορας υποστήριξε την απόκτηση πρόσθετων πληροφοριών όπου δεν είχα γνώση					
Η διαδικασία καθοδήγησης ήταν αντίστοιχη των προσδοκιών μου					
Θα πρότεινα το πρόγραμμα καθοδήγησης και σε άλλους ιδιοκτήτες επιχειρήσεων					
Σχόλια:					



Προσωπικά Αποτελέσματα

Ελέγξτε τα παρακάτω στοιχεία και σημειώστε εάν η συνεργασία καθοδήγησής σας έχει επηρεάσει σε οποιαδήποτε από αυτά τα στοιχεία:

	Δεν εφαρμόζεται	Επίδραση			
		Χαμηλή		Μέτρια	Υψηλή
Δημιουργία επιχείρησης					
Δημιουργία παραρτήματος					
Σχεδιασμός επιχείρησης					
Ανάπτυξη επιχείρησης					
Δικαιόχρηση ενός επιχειρηματικού μοντέλου					
Στρατηγική εξόδου / Πώληση μιας επιχείρησης					
Τοποθεσία και εγκαταστάσεις					
Διαχείριση έργων και αλλαγών					
Αποδοτικότητα επιχείρησης / Βελτίωση διαδικασίας					
Προμηθευτές / ανάθεση σε εξωτερικούς συνεργάτες					
Σχέσεις με πελάτες και διατήρηση τους					
Καινοτομίες και νέες εισαγωγές προϊόντων (NPI)					
Νομικό / Εμπορικό					
Προσωπικές δεξιότητες (εξουσιοδότηση, δικτύωση, εμπιστοσύνη, κλπ)					
Χρηματοοικονομικά, λογιστική, εξωτερικές επενδύσεις και φόροι					
Διεθνές εμπόριο					
Περιβαλλοντικά ζητήματα					
Ανθρώπινο δυναμικό/Προσλήψεις					
Πωλήσεις&Τεχνικές					
Διαφήμιση και δημόσιες σχέσεις					
Στρατηγικές μάρκετινγκ					
Διαδίκτυο / Βελτιστοποίηση μηχανών αναζήτησης (SEO)					

Μέσα κοινωνικής δικτύωσης/Ψηφιακό μάρκετινγκ						
Τεχνολογίες πληροφοριών και επικοινωνιών (ICT)						
Προσωπική αποτελεσματικότητα / διαχείριση χρόνου						
Διαχείριση σε ένα απρόβλεπτο περιβάλλον						
Επίλυση προβλημάτων και λήψη αποφάσεων						
Δεξιότητες επικοινωνίας						

Κοινωνικά επιχειρησιακά αποτελέσματα

Ελέγξτε τα παρακάτω στοιχεία και σημειώστε εάν η συνεργασία καθοδήγησης σας έχει επηρεάσει σε οποιαδήποτε από αυτά τα στοιχεία:

	Επίδραση				
	Χαμηλή		Μέτρια		Υψηλή
Βελτίωση του κύκλου εργασιών					
Αύξηση πωλήσεων					
Βελτίωση των κερδών					
Βελτιωμένο ηθικό					
Νέες συμβάσεις/επιχειρήσεις					
Βελτίωση αναγνώρισης εμπορικού σήματος					
Αύξηση της ικανοποίησης των πελατών					
Αυξημένα επιχειρηματικά δίκτυα					
Σχεδιασμός διαδοχής					

Άλλα αποτελέσματα

Οποιαδήποτε άλλα σχόλια ή απρόσμενα αποτελέσματα του προγράμματος;

Αν νομίζετε ότι το πρόγραμμα είναι πολύτιμο, θα μπορούσατε να δώσετε μια σύντομη κατάθεση είτε στο πρόγραμμα είτε στο Μέντορα σας;



Θεματικό Κεφάλαιο 3

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΣΧΕΣΕΩΝ

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 1

Υπάρχουν διάφοροι ορισμοί της έννοιας του κινήτρου σύμφωνα με διαφορετικούς συγγραφείς, σε γενικές γραμμές, πολλοί ορισμοί της έννοιας δεν διαφέρουν σημαντικά και τείνουν να περιλαμβάνουν τέσσερα θεμελιώδη στοιχεία. Αντιστοιχίστε αυτά τα στοιχεία και τις έννοιες τους μέσω μιας γραμμής βέλους όπου θα συνδέει το στοιχείο με την έννοια του.

ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ	ΕΝΝΟΙΑ
Ανταμοιβή •	• παρατηρηθείσα συμπεριφορά
Διέγερση •	• παράταση της παρακινημένης συμπεριφοράς
Κίνηση και επιμονή •	• σας ενισχύει από προηγούμενες ενέργειες
Δράση και προσπάθεια •	• ενεργειακές δυνάμεις που ευθύνονται για την ενεργοποίηση της συμπεριφοράς

Βαθμός: ____/4

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 2

Η Jane ξεκίνησε τις κοινωνικές επιχειρηματικές δραστηριότητές της με συμπόνια για την βελτίωση της ποιότητας ζωής της κοινότητας στην οποία δραστηριοποιείται και ιδιαίτερα όπου βλέπει τεράστια προβλήματα και κενά στα παιδιά. Το είδος των κινήτρων που οδηγεί τη Jane μπορούμε να το αποκαλέσουμε _____.

α. εσωτερικό κίνητρο, β. εξωτερικό κίνητρο, γ. ενδογενές κίνητρο, δ. Εξωγενές κίνητρο.

Βαθμός: ____/1

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 3

Σύμφωνα με την θεωρία της προσδοκίας του Vroom, ο βαθμός του κινήτρου προς μια συμπεριφορά, ενέργεια ή εργασία εξαρτάται από τρεις θεμελιώδεις αντιλήψεις ή έννοιες: τη **δραστικότητα**, το **μέσο** και η **προσδοκία**. Στις ακόλουθες προτάσεις, γράψτε την πιο κατάλληλη αντίληψη για κάθε πρόταση.

☞ Ένα μέτρο της έλξης που ασκεί ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα σε ένα άτομο ή την ικανοποίηση που αναμένει να λάβει από ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα αναφέρεται ως _____.



☞ Η αντίληψη ενός ατόμου για τη σχέση ανάμεσα στην εκτέλεση μιας δράσης και τη δοκιμασία ενός συγκεκριμένου αποτελέσματος ονομάζεται

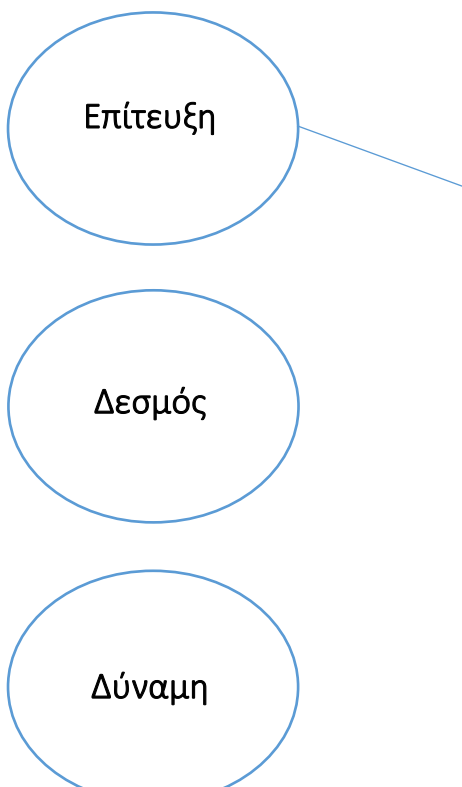
_____.

☞ _____ είναι η πιθανότητα μια συγκεκριμένη δράση να οδηγήσει σε ένα επιθυμητό αποτέλεσμα, εφόσον τα μέσα και οι ικανότητες είναι διαθέσιμα για επιτυχία.

Βαθμός: ____/3

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 4

Σύμφωνα με την θεωρία κινήτρων του McClelland υπάρχουν οι ανάγκες της επίτευξης, του δεσμού και της δύναμης. Αντιστοιχίστε τις ανάγκες με τα χαρακτηριστικά τους μέσω μιας γραμμής βέλους.

ΑΝΑΓΚΕΣ	ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ
	• Επιδιώκει την επιτυχία • Προσδίδει περισσότερη σημασία στους ανθρώπους παρά τις εργασίες • Κατά προτίμηση σχετίζεται με εμπειρογνώμονες • Ανησυχεί για το κύρος • Καταβάλλει προσπάθειες για την οικοδόμηση φιλίας • Προβλέπει στην επίτευξη υψηλών αλλά ρεαλιστικών στόχων • Προσπάθειες για ανάληψη ηγετικών θέσεων • Ψάχνει για ισχυρές διαπροσωπικές σχέσεις • Παίρνει μέτρια ρίσκα • Χρειάζεται/του αρέσει να επηρεάζει • Ζητά έγκριση από άλλους • Αναλαμβάνει πρωτοβουλία • Παίρνει μεγάλα ρίσκα
	Βαθμός: ____/13

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 5

Υποδείξτε ποια είναι τα τρία βήματα ή μέρη της αντιληπτικής διαδικασίας.

$\alpha)$ _____

β) _____

$\gamma)$ _____

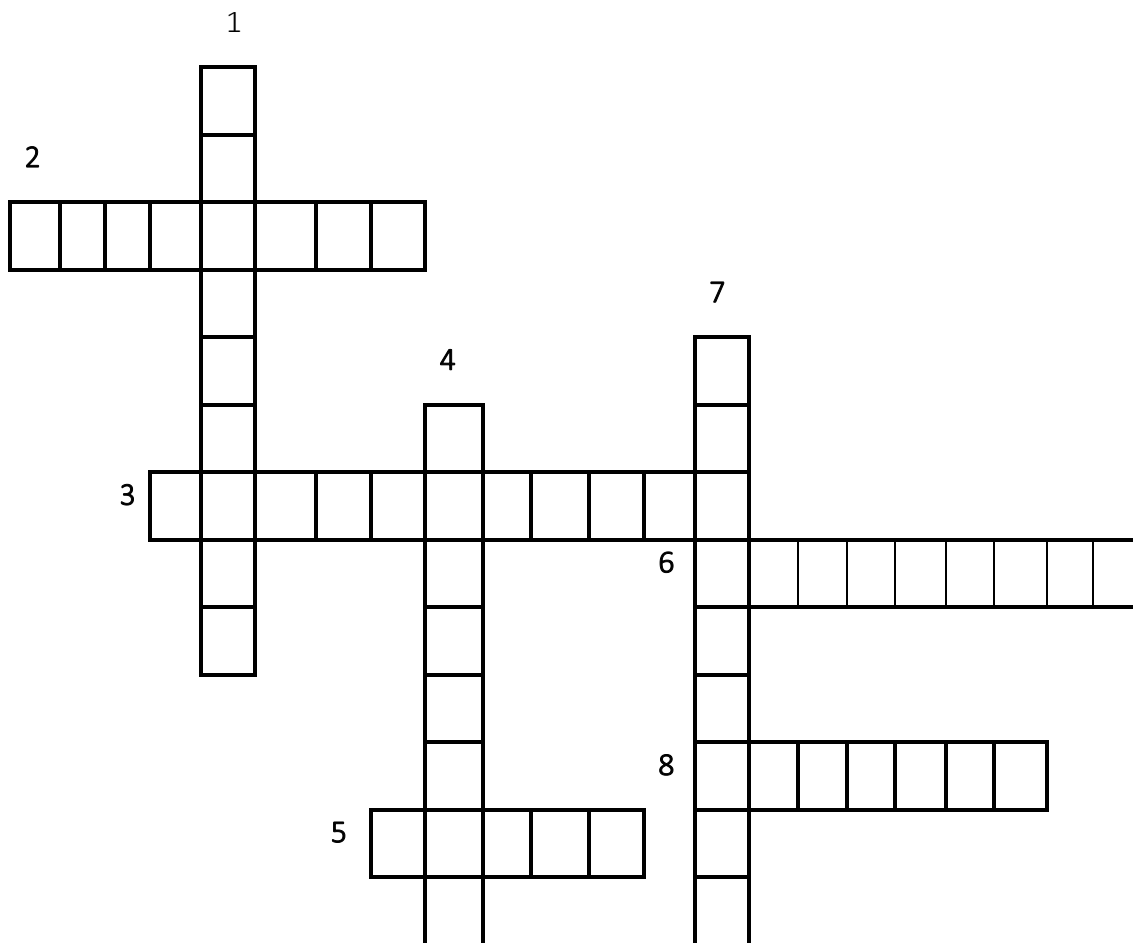
Βαθμός: ____/3

Επιλέξτε ένα από τα τρία και εξηγήστε το με τα δικά σας λόγια

[illegible]

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 6

Συμπληρώστε το ακόλουθο σταυρόλεξο:



1	Αποτέλεσμα των επιδόσεων του φίλτρου που περιλαμβάνουν την κατάρτιση αρχών ή συμπερασμάτων από συγκεκριμένα στοιχεία ή γεγονότα
2	Μια γενική ψυχολογική προδιάθεση για κάτι. Είναι μια συμπεριφορά που προκύπτει από μια εσωτερική προδιάθεση που κατευθύνει σε μια ορισμένη έννοια όλες τις αλληλεπιδράσεις με το συγκεκριμένο αντικείμενο
3	Στάδιο στο οποίο τα ερεθίσματα "μετατρέπονται" σε πρότυπα, δηλαδή αναγνωρίσιμα για να μπορούν να ερμηνευτούν
4	Το στάδιο στο οποίο η έννοια αποδίδεται στις παρατηρήσεις που παρουσιάστηκαν αρχικά
5	Είναι μια παράλογη (όχι πάντα ασυνείδητη, αλλά συχνά ξεχασμένη) υποκειμενική βεβαιότητα προσωπικής (στενής βεβαιότητας) ή κοινωνικής (βεβαιότητας μιας ηλικίας) τάξης
6	Αποτέλεσμα των επιδόσεων του φίλτρου που σβήνουν, διαγράφουν ή ακυρώνουν πληροφορίες



7	Αποτέλεσμα των επιδόσεων του φίλτρου που περιλαμβάνουν στρεβλώσεις ή κάμψη πληροφοριών εκτός φόρμας
8	Αντιπροσωπεύει το πρώτο βήμα που καθορίζει τα ερεθίσματα που θα επιλέξετε για να επικεντρωθείτε

Βαθμός: ____/8

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 7

Αντιστοιχίστε τις περιγραφές με τις περιοχές που υπάρχουν στο μοντέλο Παράθυρο του Johari με την χρήση γραμμής βέλους.

ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΑ	Ή	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Τυφλή περιοχή ●		● περιλαμβάνει όλα τα είδη πληροφοριών για εμάς που γνωρίζουμε, δηλαδή για όσα έχουμε επίγνωση οι ίδιοι και οι άλλοι επίσης
Κρυμμένη περιοχή ●		● αναφέρεται σε άγνωστες πληροφορίες για τον εαυτό μας, που ούτε εμείς ούτε οι άλλοι γνωρίζουμε
Άγνωστη περιοχή ●		● περιλαμβάνει πληροφορίες για τον εαυτό μας, που δεν γνωρίζουμε, αλλά άλλοι το γνωρίζουν
Ελεύθερη περιοχή ●		● περιλαμβάνει πληροφορίες για τον εαυτό μας που ξέρουμε, αλλά οι άλλοι όχι

Βαθμός: ____/4

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 8

Αντιστοιχίστε τους τύπους μοτίβου επικοινωνίας με τις περιοχές που υπάρχουν στο μοντέλο Παράθυρο του Johari με την χρήση γραμμής βέλους.

ΠΕΡΙΟΧΕΣ Ή ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΑ	ΤΥΠΟΣ ΜΟΤΙΒΟΥ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ
Τυφλή περιοχή ●	● Τύπος Δ
Κρυμμένη περιοχή ●	● Τύπος Γ
Άγνωστη περιοχή ●	● Τύπος Β
Ελεύθερη περιοχή ●	● Τύπος Α

Βαθμός: ____/4

Με τα δικά σας λόγια, πώς περιγράφετε τον μοτίβο επικοινωνίας τύπου Δ;

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 9

Αντιστοιχίστε τις τεχνικές από την στήλη Α με τους σκοπούς από την στήλη Β.

ΣΤΗΛΗ Α-ΤΕΧΝΙΚΗ	ΣΤΗΛΗ Β-ΣΚΟΠΟΣ
Παραφράζοντας ●	● Λάβετε περισσότερες πληροφορίες
Μορφοποίηση συναισθημάτων ●	● Βοηθήστε τον πελάτη να δει άλλες απόψεις
Ρωτώντας ●	● • Να αποσαφηνίσετε τι λέγεται
Συνοψίζοντας ●	● Ενθαρρύνετε να συνεχίσει να μιλά
Αποσαφηνίζοντας ●	● Μεταφέρετε ενδιαφέρον
Ενθαρρύνοντας ●	● Δείξτε ότι καταλαβαίνετε
Εξισορροπώντας ●	● Ελέγξτε την πρόοδο

Βαθμός: ____/7

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 10

Μέσω ενεργών τεχνικών ακρόασης και διαφορετικών τύπων ερωτήσεων που ευθυγραμμίζονται καθ 'όλη τη διάρκεια της συνεδρίας, για την επίλυση προβλημάτων, την διεξαγωγή της συνέντευξης, κάντε την κατάλληλη αντιστοιχία μεταξύ των διαφορετικών τύπου ερωτήσεων που βρίσκονται στην στήλη Α υπό το πρίσμα των ενεργών τεχνικών ακρόασης με τα διαφορετικά κύρια στοιχεία για ανάλυση που βρίσκονται στην στήλη Β.

ΣΤΗΛΗ Α-ΕΙΔΗ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ	ΣΤΗΛΗ Β-ΚΥΡΙΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΑΝΑΛΥΣΗ
Ανοιχτές Ερωτήσεις (Ρωτώντας, Παραφράζοντας, Εκφράζοντας συναισθήματα) ●	● ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΩΝ
Ερωτήσεις Ελέγχου (Αποσαφήνιση, Ενθάρρυνση) ●	● ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ/ ΠΡΑΞΗ/ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ/ ΠΡΟΣΔΟΚΙΕΣ
Ερωτήσεις Επιβεβαίωσης (Αποσαφήνιση, Εξισορρόπηση) ●	● ΑΝΑΛΥΣΤΕ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ/ΟΦΕΛΗ

Βαθμός: ____/3



Θεματικό Κεφάλαιο 4

ΡΥΘΜΙΣΗ ΣΧΕΣΕΩΝ

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 1

KWHLAQ Chart

Είναι σημαντικό να αξιολογούνται τα πλεονεκτήματα, οι αδυναμίες και οι τομείς για ανάπτυξη, προκειμένου να αξιολογηθεί η πορεία της ανάπτυξης. Ο πίνακας KWHLAQ είναι χρήσιμος τόσο για τον μέντορα όσο και για τον μαθητευόμενο για να εκτιμήσουν το που βρίσκονται σήμερα και που θα ήθελαν να φτάσουν με σκοπό να παραμείνουν εστιασμένοι στο ταξίδι της καθοδήγησης. Είναι επίσης χρήσιμο να προσδιοριστεί ποιες ενέργειες έχουν ληφθεί, ποια νέα μάθηση έχει συγκεντρωθεί και ποιες νέες ανάγκες μπορεί να προκύψουν. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην αρχή του ταξιδιού καθοδήγησης και να ενημερώνονται τα στοιχεία προς το τέλος της κάθε φάσης.

KWHLAQ chart		
K	Τι ξέρω;	
W	Τι θέλω να μάθω;	
H	Πώς μπορώ να μάθω περισσότερα;	
L	Τι έχω μάθει;	
A	Τι μέτρα θα πάρω;	
Q	Τι νέες ερωτήσεις έχω;	

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 2

Πρότυπο συμφωνίας καθοδήγησης #1¹

Ο σκοπός αυτού του προτύπου είναι να σας βοηθήσει να τεκμηριώσετε αμοιβαία συμφωνημένους στόχους και παραμέτρους που θα χρησιμεύσουν ως βάση για τις συμβουλευτικές σχέσεις σας. Αυτό το πρότυπο αναμένεται να τροποποιηθεί για να καλύψει τις ατομικές ανάγκες.

1. Στόχοι (που ελπίζετε να επιτύχετε ως αποτέλεσμα αυτής της σχέσης, π.χ. να αποκτήσετε προοπτική σε σχέση με τις δεξιότητες που απαιτούνται για την επιτυχία στον ακαδημαϊκό χώρο, να διερευνήσετε νέες ευκαιρίες σταδιοδρομίας / εναλλακτικές λύσεις, να αποκτήσετε γνώσεις σχετικά με την οργανωτική κουλτούρα, τη δικτύωση, την ανάπτυξη δεξιοτήτων ηγεσίας κλπ.).
2. Βήματα για την επίτευξη των στόχων όπως προαναφέρθηκαν (π.χ. τακτική συνάντηση, χειρόγραφα / επιχορηγήσεις, συνεργασία σε ερευνητικά έργα, βήματα για την επίτευξη ανεξαρτησίας κ.λπ.).
3. Συχνότητα συναντήσεων (συχνότητα, διάρκεια και τοποθεσία συναντήσεων).
4. Εμπιστευτικότητα: Όλα τα ευαίσθητα θέματα που συζητούμε θα πραγματοποιούνται με απόλυτη εχεμύθεια. Συμπεριλαμβάνονται και θέματα που είναι εκτός ορίων για συζήτηση.
5. Σχέδιο για την αξιολόγηση της σχέσης αποτελεσματικότητας (π.χ., εξαμηνιαία επισκόπηση των συνεδριάσεων καθοδήγησης, των στόχων και των επιτευγμάτων / επιτευγμάτων).
6. Ρήτρα τερματισμού σχέσης: Σε περίπτωση που οποιοδήποτε πλευρά διαπιστώσει ότι η σχέση καθοδήγησης είναι αντιπαραγωγική και ζητήσει να τερματιστεί, συμφωνούμε να τηρούμε την απόφαση του ατόμου χωρίς αμφιβολία ή ευθύνη.
7. Διάρκεια: Αυτή η σχέση καθοδήγησης θα συνεχιστεί εφόσον αμφότερα τα μέρη αισθάνονται άνετα με την παραγωγικότητά τους.

¹ Και τα τρία μοντέλα συμφωνιών καθοδήγησης για το πλαίσιο κατάρτισης ελήφθησαν από την ακόλουθη πηγή: https://www.washington.edu/medicine/pediatrics/pednet/documents/mentoring/sample_mentoring_agreements.docx

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 3

Πρότυπο συμφωνίας καθοδήγησης #2

Αυτή η σύμβαση είναι μεταξύ του μαθητευόμενου και των μεντόρων του. Ο μαθητευόμενος και ο κάθε μέντορας πρέπει να συμπληρώσουν το έντυπο ξεχωριστά και στην συνέχεια να αναθεωρήσουν από κοινού το τι έχει συμπληρωθεί από τον καθένα προκειμένου να επιτευχθεί συμφωνία.. Ο μαθητευόμενος πρέπει να σημειώσει ξανά τις συμφωνηθέντα στοιχεία πριν υπογράψει αυτός και ο κάθε μέντορας. Ο μαθητευόμενος είναι υπεύθυνος για την διατήρηση της σύμβασης και την αναθεώρηση/ενημέρωση της όπου είναι απαραίτητο. Η πρώτη κοινή επανεξέταση θα πρέπει να πραγματοποιηθεί ένα μήνα μετά την αρχική συνεδρίαση για έλεγχο και να συμφωνηθούν όλες οι απαραίτητες αλλαγές όπου χρειάζονται.

1. Τι είδους βοήθεια θέλει ο μαθητευόμενος από τον μέντορα;
2. Τι προσδοκίες έχουν οι μέντορες από ένα μαθητευόμενο;
3. Τι προσδοκίες έχουν οι μαθητευόμενοι από τους μέντορες;
4. Πόσο συχνά θα γίνονται συναντήσεις;
5. Πότε και που θα γίνονται οι συναντήσεις;
6. Για πόσο καιρό;
7. Ποιος θα είναι υπεύθυνος για τον προγραμματισμό των συναντήσεων;
8. Ποια θα είναι τα θέματα συζήτησης;
9. Ποιοι θα είναι οι βασικοί κανόνες για τις συζητήσεις; (Π.χ., εμπιστευτικότητα, διαφάνεια, ειλικρίνεια, αλήθεια κ.λπ.)
10. Εάν προκύψουν προβλήματα, πώς θα επιλυθούν;
11. Οποιοσδήποτε ανησυχίες που έχει ο μαθητευόμενος και θέλει να συζητήσουν και να επιλύσουν;
12. Οποιοσδήποτε ανησυχίες που έχει ο μέντορας και θέλει να συζητήσουν και να επιλύσουν;
13. Πώς θα ξέρετε τότε η σχέση καθοδήγησης έχει εξυπηρετήσει το σκοπό της και πρέπει να τερματιστεί;
14. Συμφωνήσαμε ότι οι αρχικές μας συναντήσεις θα επικεντρωθούν σε αυτά τα τρία θέματα:
α. _____
β. _____
γ. _____
15. Οποιαδήποτε άλλα θέματα που θέλετε να συζητήσετε και να συμφωνήσετε;

Υπογραφή Μαθητευόμενου

Ημερομηνία

Υπογραφή Μέντορα

Ημερομηνία

Υπογραφή Μέντορα

Ημερομηνία

Προσαρμοσμένο από: Hook, Edward W III and Audrey Wrenn. UAB Center for Clinical and Translational Science Mentoring Contract.

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 4

Πρότυπο συμφωνίας καθοδήγησης #3

Όνομα μέντορα:

Όνομα μαθητευόμενου:

1. **Περιγραφή των εργασιών που θα αποτελέσουν αντικείμενο εστιασμένης καθοδήγησης κατά τη διάρκεια της καθοδήγησης.** (Περιγράψτε συνοπτικά τον τομέα εργασίας γύρω από τον οποίο θα γίνει η καθοδήγηση και θα δηλώσετε τους στόχους του.) Μην είστε υπερβολικά φιλόδοξοι - σκεφτείτε προσεκτικά για ένα ρεαλιστικό πεδίο εργασίας που ταιριάζει με το χρόνο και τους πόρους που είναι διαθέσιμοι για τον μέντορα και τον μαθητευόμενο. Επίσης, να γνωρίζετε ότι οι εγκρίσεις IRB ή άλλοι εξωτερικοί παράγοντες ενδέχεται να έχουν αντίκτυπο στη σκοπιμότητα ορισμένων έργων και προσπαθήστε να αποφύγετε τον εστιασμό του έργου σε παράγοντες που είναι πέρα από τον έλεγχο του μέντορα ή του μαθητευόμενου).

2. **Περιγραφή της τρέχουσας καθοδήγησης.** (Περιγράψτε συνοπτικά τη συμβουλευτική υποστήριξη που έχει ο μαθητευόμενος στο ίδρυμα του όσο αφορά τον πρωτοβάθμιο μέντορα έρευνας, τον ερευνητικό σύμβουλο σταδιοδρομίας, τον διευθυντή υποτροφίας, τον επικεφαλής διατριβής, τον επικεφαλής του τμήματος, τον πρόεδρο τμήματος ή τον διευθυντή του κέντρου. Περιγράψτε τους γενικούς τομείς στους οποίους θεωρείτε ότι χρειάζεστε περισσότερη καθοδήγηση και γιατί αυτό δεν είναι διαθέσιμο για εσάς αυτήν τη στιγμή).

3. **Ορίστε τους στόχους ανάπτυξης δεξιοτήτων για τον μαθητευόμενο** (Περιγράψτε τις δεξιότητες που θα αποτελέσουν το επίκεντρο της καθοδήγησης. Δώστε έναν ή δύο ρεαλιστικούς στόχους τους οποίους η καθοδήγηση θα προσπαθήσει να επιτύχει τους 12 μήνες που σχετίζονται με αυτές τις δεξιότητες).

4. **Περιγραφή του σχεδίου επικοινωνίας** (Διευκρινίστε σαφώς τις προσδοκίες για επαφή και ανταλλαγή κατά τη διάρκεια της καθοδήγησης. Αποφύγετε τους διφορούμενους όρους και καθορίστε τις αμοιβαίες προσδοκίες της ανταλλαγής από την άποψη της συχνότητας, της διάρκειας και της μεθόδου. Διευκρινίστε τις ευθύνες για την κάλυψη οποιουδήποτε κόστους που σχετίζεται με αυτό το πρόγραμμα ανταλλαγής).

5. **Περιγραφή οποιονδήποτε προγραμματισμένων συναντήσεων**

6. **Δεσμεύσεις που θα γίνουν μεταξύ τους** (Καταγράψτε τις δεσμεύσεις που θα γίνουν στην πραγματικότητα μεταξύ τους προκειμένου να εκπληρωθεί ο στόχος της ανάπτυξης των δεξιοτήτων του μαθητευόμενου).

7. **Προσδοκίες που αναμένονται μεταξύ τους** (Καταγράψτε τις προσδοκίες που έχετε από τον μέντορα και τον μαθητευόμενο κατά τη διάρκεια της καθοδήγησης σε γενικό επίπεδο. Για παράδειγμα: προσδοκίες του μέντορα - αναθεώρηση του μηχανισμού ανάπτυξης, καθοδήγηση σχετικά με τη συνολική στρατηγική εκτέλεσης της μελέτης, αναθεώρηση του χειρόγραφου. Προσδοκίες μαθητευόμενου – προετοιμασία όλων των μελετών, προετοιμασία σχεδίου χειρογράφων, εξασφάλιση των απαραίτητων εγκρίσεων).

8. **Αποτελέσματα** (Καταγράψτε τα αποτελέσματα που αναμένεται να παραδώσει η καθοδήγηση και υποδείξτε τον χρόνο που αναμένεται ότι θα οριστικοποιηθεί. Προσπαθήστε να είστε όσο το δυνατόν



πιο συγκεκριμένοι - αυτό θα βοηθούσε και τους δυο σας να διαπιστώσετε ότι η καθοδήγηση συνεχίζεται όπως έχει προγραμματιστεί. Στην ιδανική περίπτωση, καθορίστε τα αναμενόμενα αποτελέσματα μετά από 3, 9 και 12 μήνες καθοδήγησης).

Δεσμεύσεις μεντόρων και μαθητευόμενων

Έχω διαβάσει τα παραπάνω και αναλαμβάνω ότι θα συμμετέχω σε αυτή την καθοδήγηση σύμφωνα με τη συμφωνία καθοδήγησης, τις αρχές και την περιγραφή που περιγράφονται παραπάνω.

(Υπογραφή μαθητευόμενου)

(Υπογραφή μέντορα)

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 5

Χαρτογράφηση αναγκών-φόβου²

Περιγραφή: Η χαρτογράφηση των Αναγκών-Φόβων είναι ένα εργαλείο διευκρίνισης προσανατολισμένο προς τους ηθοποιούς. Για κάθε ηθοποιό, τα θέματα, τα ενδιαφέροντα / οι προσδοκίες / οι ανάγκες, οι φόβοι, τα μέσα και οι επιλογές παρατίθενται σε έναν πίνακα. Αυτό επιτρέπει σύγκριση και γρήγορη αναφορά. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί 1) να αναλύσει μια σύγκρουση από έναν ηθοποιό, να γράψει τα σημεία για τους άλλους ηθοποιούς υποθετικά, 2) από ένα τρίτο μέρος για να διευκρινίσει την αντίληψή του για τους ηθοποιούς υποθετικά, 3) κατά τη διάρκεια της διαμεσολάβησης μπορεί να χρησιμοποιηθεί ένας πίνακας, π.χ. με θέματα και συμφέροντα. Βλέποντας τα ζητήματα και τα συμφέροντά τους που γράφτηκαν σε έναν πίνακα γραφικών ή ένα πίνακα ανακοινώσεων, ένα συμβαλλόμενο μέρος της σύγκρουσης έχει κάποια διαβεβαίωση ότι έχει ακουστεί, 4) μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως μια άσκηση αλλαγής των προοπτικών σύγκρουσεων, όταν κάθε ηθοποιός συμπληρώνει τον πίνακα για τους άλλους ηθοποιούς και στην συνέχεια αλλάζουν την εικόνα για τον εαυτό τους και για τους άλλους. Απαιτείται κάποιος βαθμός εμπιστοσύνης και κατανόησης για να λειτουργήσει αυτή η τελευταία έκδοση.

Στόχος:

- ✓ Να αποσαφηνίσει τα χαρακτηριστικά των διάφορων ηθοποιών.
- ✓ Να αφήσει θέσεις που οδηγούν σε αδιέξοδο, και να επικεντρωθεί στις ανάγκες και τους φόβους, και τις πιθανές επιλογές για την αντιμετώπιση αυτών.
- ✓ Να βοηθήσει τους ανθρώπους να αντιλαμβάνονται τις αντιλήψεις των άλλων.
- ✓ Προώθηση συζήτησης.

Οδηγίες βήμα προς βήμα::

1. Σχεδιάστε έναν πίνακα με τις ακόλουθες στήλες: Θέματα, ενδιαφέροντα / ανάγκες, φόβους, μέσα και επιλογές.
2. α) Ένα συμβαλλόμενο μέρος ή τρίτο μέρος συμπληρώνει τον πίνακα ως εργαλείο ανάλυσης συγκρούσεων, ο οποίος δεν βλέπει τα άλλα συμβαλλόμενα μέρη. β) Σε ένα συντονισμένο εργαστηριακό περιβάλλον, κάθε μέρος της σύγκρουσης συμπληρώνει τον πίνακα για τη δική του κατάσταση. Ο κοινός πίνακας συζητείται στην ομάδα. Ο

² Source: www.act4transformation.net



μεσάζων αποσαφηνίζει τη σημασία της επικέντρωσης στα ενδιαφέροντα (γιατί οι άνθρωποι θέλουν κάτι) και όχι στις θέσεις (τι λένε οι άνθρωποι ότι θέλουν). Οι επιλογές δεν είναι απαραίτητο να είναι εφικτές στο μέλλον.

ΜΕΡΗ	ΘΕΜΑΤΑ	ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ	ΦΟΒΟΙ	ΜΕΣΑ	ΕΠΙΛΟΓΕΣ



Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 6

Το δέντρο των συγκρούσεων

Σε πολλές συγκρούσεις θα υπάρξει μια σειρά από απόψεις σχετικά με ερωτήσεις όπως:

- ✓ Ποιο είναι το βασικό πρόβλημα;
- ✓ Ποιες είναι οι βασικές αιτίες;
- ✓ Ποιες είναι οι επιπτώσεις που έχουν προκύψει από αυτό το πρόβλημα;

Ποιο είναι το σημαντικότερο θέμα για την ομάδα μας;

Το δέντρο των συγκρούσεων προσφέρει μια μέθοδο για τον εντοπισμό των ζητημάτων που θεωρεί ο καθένας ως σημαντικά και στη συνέχεια ταξινομούνται σε τρεις κατηγορίες:

1. Βασικά προβλήματα
2. Αιτίες
3. Επιπτώσεις

Πολλά ζητήματα μπορούν να θεωρηθούν τόσο ως αίτια όσο και ως επιπτώσεις της σύγκρουσης.

Αυτό μπορεί να αποτελέσει τη βάση για μια χρήσιμη συζήτηση σχετικά με τον κύκλο της βίας και τον τρόπο με τον οποίο οι κοινότητες μπορούν να παγιδευτούν από συγκρούσεις.

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 7**Φύλλο εργασίας για τη διαμόρφωση περιπτώσεων**

Προσαρμοσμένη από τη γνωστική ψυχολογία, αυτό το εργαλείο επιτρέπει την ανάλυση των σκέψεων, των συναισθημάτων, των συμπεριφορών και των φυσικών αισθήσεων του επιχειρηματία που σχετίζονται με μια συγκεκριμένη κατάσταση του παρόντος. Αυτό το φύλλο εργασίας έχει σχεδιαστεί για να συμπληρώνεται μόνο από τον μέντορα, με βάση πληροφορίες που παρέχονται από τον επιχειρηματία σε συνεδρία με απευθείας σύνδεση (online). Έχει σχεδιαστεί για να συγκεντρώνει δεδομένα (γεγονότα που οδήγησαν στην αποτυχία της κοινωνικής επιχείρησης) και έχει σχεδιαστεί για να διερευνήσει τους μηχανισμούς στους οποίους βασίζονται αυτές οι προβληματικές καταστάσεις (αισθήματα, συναισθήματα, σκέψεις και πεποιθήσεις που αντιμετωπίζει ο επιχειρηματίας και τις πιθανές γνωστικές τους στρεβλώσεις).

- 1) Προσδιορίστε μια προβληματική κατάσταση
- 2) Προσδιορίστε τις αυτόματες σκέψεις
- 3) Προσδιορίστε της σημασία αυτών των αυτόματων σκέψεων
- 4) Προσδιορίστε ποια συναισθήματα συσχετίστηκαν με την αυτόματη σκέψη
- 5) Προσδιορίστε τις φυσικές αισθήσεις
- 6) Εξερευνήστε τον τρόπο συμπεριφοράς του πελάτη ως αποτέλεσμα

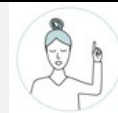
Για να σας βοηθήσουμε να συμπληρώσετε το φύλλο εργασίας, εδώ είναι μια λίστα των γνωστικών στρεβλώσεων:

	Φιλτράρισμα Εστιασμός αποκλειστικά στο αρνητικό, αγνοώντας όλα τα θετικά.		Πολωμένη σκέψη Σκέψεις μαύρου και άσπρου, χωρίς να βλέπετε το γκρι.
	Υπεργενίκευση Υποθέτοντας ότι όλες οι εμπειρίες και οι άνθρωποι είναι οι ίδιες, με βάση μια αρνητική εμπειρία.		Γρήγορα συμπεράσματα Είσατε πεπεισμένοι για κάτι με λίγα ή καθόλου αποδεικτικά στοιχεία για να το υποστηρίξετε.
	Καταστροφικότητα Υποθέτοντας το χειρότερο σενάριο, μεγθύνοντας τα αρνητικά και ελαχιστοποιώντας τα θετικά.		Εξατομίκευση Πιστεύοντας ότι είστε τουλάχιστον μερικώς υπεύθυνος για όλα τα κακά που συμβαίνουν γύρω σας.
	Έλεγχος πλάνης Σκεπτόμενος ότι όλα όσα συμβαίνουν σε εσάς είναι είτε όλα τα λάθη σας είτε δεν έχετε καθόλου λάθη εσείς.		Πλάνη του δικαίου Ανησυχώντας πολύ για το αν όλα είναι δίκαια.
	Κατηγορία Κατηγορία άλλων όταν ψάχνετε για μια αιτία αρνητικού γεγονότος, αντί να κοιτάτε τον εαυτό σας.		Τα Πρέπει Κρατώντας σφιχτά στους προσωπικούς σας κανόνες για το πώς θα έπρεπε να συμπεριφέρονται οι άνθρωποι.
	Συναισθηματική λογική Πιστεύοντας "Αν το αισθάνομαι, πρέπει να είναι αλήθεια!".		Μεταβολή αλλαγής Περιμένοντας τους άλλους να αλλάξουν ώστε να ταιριάζουν με τις ανάγκες ή τις επιθυμίες σας.



Παγκόσμια επισήμανση/παραπλανητική σήμανση

Γενικεύοντας μία ή δύο περιπτώσεις σε μια συνολική κρίση, χρησιμοποιώντας υπερβολική και συναισθηματικά φορτισμένη γλώσσα.



Έχοντας πάντα δίκαιο

Πιστεύοντας ότι είναι απολύτως απαράδεκτο να είναι λάθος.



Heavens' reward fallacy

Believing that any good act on your part will be repaid or rewarded.



Φύλλο εργασίας για σύνθεση υποθέσεων³

Προβληματική κατάσταση



Αυτόματες σκέψεις



Έννοια των Αυτόματων Σκέψεων που σχετίζονται με τις Γνωστικές Στρεβλώσεις

Συναισθήματα



Αισθήσεις



Συμπεριφορές



³ Προσαρμοσμένο από την ακόλουθη πηγή: PositivePsychology.com



Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 8

Φύλλο εργασίας αναθεώρησης αποτελεσμάτων και προσδοκιών

Ποιοι ήταν οι προβλεπόμενοι στόχοι για τον κοινωνικό επιχειρηματία σε αυτό το έργο:	
Βραχυπρόθεσμα	
Μεσοπρόθεσμα	
Μακροπρόθεσμα	

Με αυτό το έργο ήταν τα επιδιωκόμενα / αναμενόμενα αποτελέσματα για τον κοινωνικό επιχειρηματία:	
Επαγγελματικό επίπεδο	
Προσωπικό επίπεδο	

Ποιο έργο μπορεί να χρησιμοποιηθεί ακόμα για μια εταιρική σχέση με έναν άλλο επιχειρηματία που μπορεί να καλύψει το τμήμα που ανήκει στην προβληματική περιοχή για παράδειγμα, ή μπορεί ακόμα να επιτρέψει μια νέα περιπέτεια όπου ο επιχειρηματίας μπορεί να επιτύχει επαγγελματικά και προσωπικά μεσοπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα;

Σε αυτό το σημείο συνιστάται στον κοινωνικό επιχειρηματία (σημειώστε ένα X στις επιλογές):			
Ειδική εκπαίδευση	☐	Δικτύωση	☐
Συνεταιρισμός	☐		
Άλλο/α. Ποιο/α;			

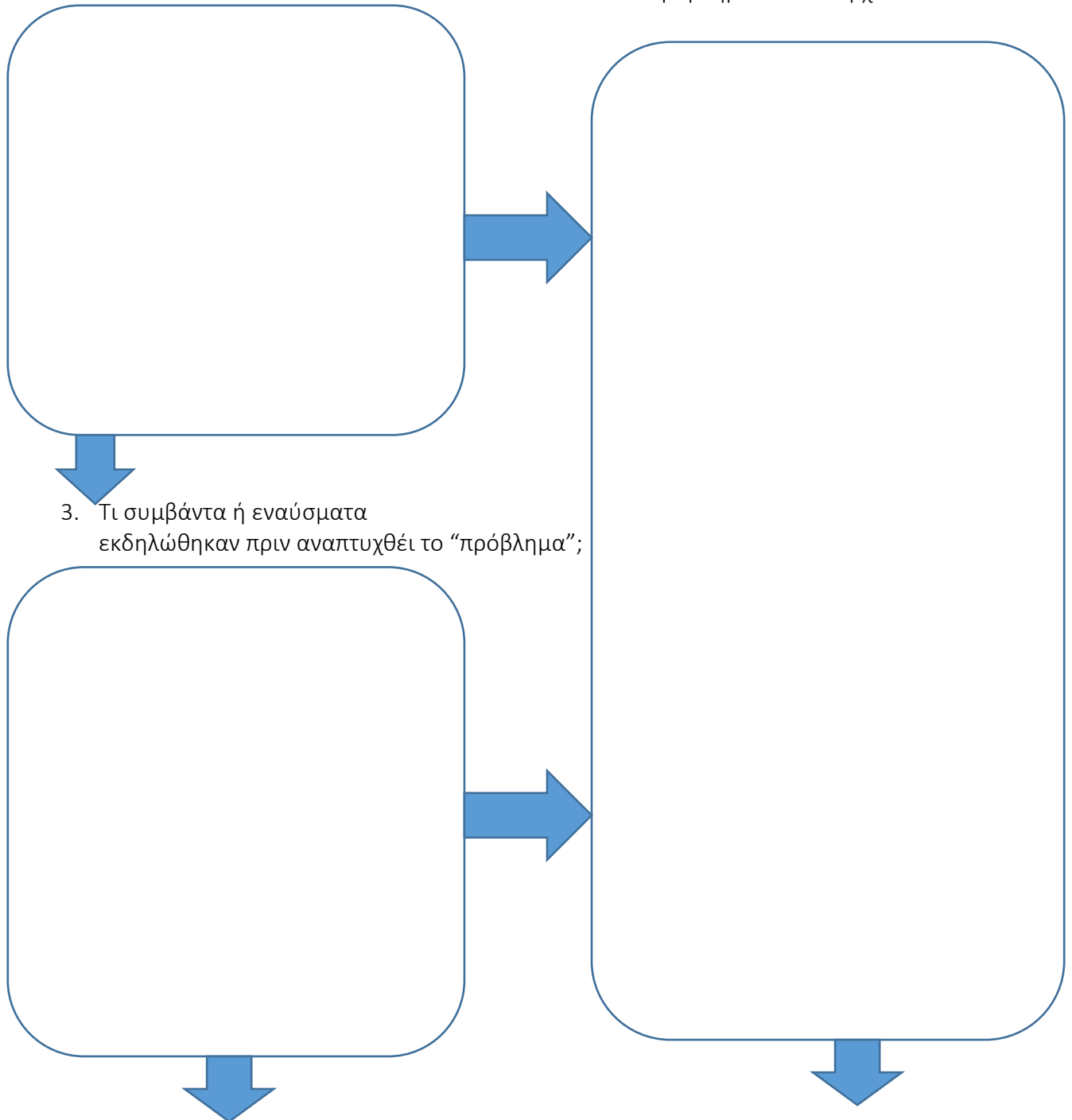


Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 9

Φύλλο εργασίας: Πως αναπτύχθηκε το “Πρόβλημα”

1. Τι συνέβη με τον επιχειρηματία στο επιχειρηματικό του σχέδιο;

3. Τι διατηρεί ακόμη το
“Πρόβλημα” και υπάρχει?



3. Τι συμβάντα ή εναύσματα
εκδηλώθηκαν πριν αναπτυχθεί το “πρόβλημα”;

Αν είναι δυνατόν, τι πρέπει να είναι ικανός ο κοινωνικός επιχειρηματίας για να μετριάσει ή ακόμα και να εξαλείψει την αποτυχία

Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 10

Αναθεώρηση του Κοινωνικού Επιχειρηματικού Σχεδίου

Το παρόν εργαλείο προτίθεται ως εναλλακτική άσκηση για την ανάλυση του κοινωνικού επιχειρηματικού σχεδίου που βασίζεται στο Καμβά Κοινωνικού Επιχειρηματικού Μοντέλου μεταξύ του τι συμβαίνει καλά ή του τι πήγε καλά και τι δεν λειτουργεί ή δεν έχει λάβει ικανοποιητικά αποτελέσματα.

Αυτό το εργαλείο προτείνει την πραγματοποίηση αυτής της ανάλυσης σύμφωνα με τις ενσωματωμένες ενότητες:

- **Της ΑΠΟΣΤΟΛΗΣ:** οι επιχειρήσεις κοινωνικού σκοπού είναι σε μια αποστολή να αλλάξουν την κοινωνία προς το καλύτερο.
- **Της ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ:** βασικοί σύμμαχοι, βασικοί πόροι και βασικές δραστηριότητες.
- **Της ΑΞΙΑΣ:** κοινωνική καινοτομία και προσφορά αξίας.
- **Της ΑΓΟΡΑΣ:** πελατειακές σχέσεις, οφέλη για τους πελάτες και κανάλια.
- **Των ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ:** κόστος παράδοσης, κοινοτική επανεπένδυση και ροές εσόδων.

Είναι μια άσκηση που εξετάζει το τι είχε προγραμματιστεί και τι είναι λάθος στο παρόν, και έτσι πιέζει για να βρεθούν λύσεις ή εναλλακτικές λύσεις για τη βελτίωση του κοινωνικού επιχειρηματικού σχεδίου.

Υπό αυτή την έννοια, η ανάλυση απαιτεί για κάθε ενσωματωμένη ενότητα να ανταποκριθεί στις ακόλουθες μεταβλητές:

- **Μεταβλητή ΔΙΑΦΟΡΑ-** Ποια είναι η διαφορά μεταξύ του προγραμματισμένου και του τι συμβαίνει στην πραγματικότητα στην κάθε ενσωματωμένη ενότητα του κοινωνικού επιχειρηματικού σχεδίου;



- Μεταβλητή ΛΥΣΕΙΣ- Ποια είναι η καταλληλότερη λύση ή λύσεις που μετριάζουν, εξαλείφουν ή εξουδετερώνουν τα αίτια ή τους παράγοντες που συμβάλλουν σε τέτοιες μη ικανοποιητικές επιδόσεις.

Τέλος, είναι ένα εργαλείο που ενθαρρύνει τον μέντορα και τον μαθητευόμενο σε μια αναλυτικά ορθολογική στιγμή του κοινωνικού επιχειρηματικού σχεδίου και αν η τελική ανάλυση θα πρέπει να συνεχιστεί με το αρχικό επιχειρηματικό σχέδιο.



Αναθεώρηση του Κοινωνικού Επιχειρηματικού Σχεδίου – Μέρος Πρώτο

	ΔΙΑΦΟΡΕΣ	ΛΥΣΕΙΣ
ΑΠΟΣΤΟΛΗ		
Τι αλλαγές σχεδιάζετε να κάνετε στον κόσμο;		
Είναι το κοινωνικό επιχειρηματικό σχέδιο σύμφωνο με την αρχικά προγραμματισμένη αποστολή;		
Παρατηρήσεις για την αποστολή		

	ΔΙΑΦΟΡΕΣ	ΛΥΣΕΙΣ
ΕΦΑΡΜΟΓΗ		
Βασικοί Σύμμαχοι		
Βασικοί Πόροι		
Βασικές Δραστηριότητες		
Παρατηρήσεις για την εφαρμογή		

	ΔΙΑΦΟΡΕΣ	ΛΥΣΕΙΣ
ΑΞΙΑ		
Κοινωνική Καινοτομία		
Προσφορά αξίας		
Παρατηρήσεις για την αξία		

Αναθεώρηση του Κοινωνικού Επιχειρηματικού Σχεδίου – Μέρος Δεύτερο

	ΔΙΑΦΙΟΡΕΣ	ΛΥΣΕΙΣ
ΑΓΟΡΑ		
Πελατειακές Σχέσεις		
Οφέλη για τους πελάτες		
Κανάλια		
Παρατηρήσεις για την αγορά		

	ΔΙΑΦΟΡΕΣ	ΛΥΣΕΙΣ
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ		
Κόστος Παράδοσης		
Κοινοτική Επανεπένδυση		
Ροές Εσόδων		
Παρατηρήσεις για τα οικονομικά		



Θεματικό Κεφάλαιο 4. ΑΣΚΗΣΗ 11

Καταγραφή Γνώσεων Μέντορα – Μέρος Πρώτο

ΣΧΕΔΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ	
Όνομα Μαθητευόμενου:	
Κύρια πρόταση κοινωνικών επιχειρήσεων:	
Έτος:	

Ενσωματωμένες ενότητες του Επιχειρησιακού Σχεδίου που δεν είναι ή δεν πήγαν όπως είχαν προγραμματιστεί και γιατί

ΕΦΑΡΜΟΓΗ	Βασικοί Σύμμαχοι	Βασικοί Πόροι	Βασικές Δραστηριότητες
Σημειώστε ένα "X" στην επιλογή ή τις επιλογές	☐	☐	☐
ΓΙΑΤΙ			
ΑΞΙΑ	Κοινωνική Καινοτομία	-	Προσφορά Αξίας
Σημειώστε ένα "X" στην επιλογή ή τις επιλογές	☐		☐
ΓΙΑΤΙ			
ΑΓΟΡΑ	Πελατειακές Σχέσεις	Οφέλη για τους πελάτες	Κανάλια
Σημειώστε ένα "X" στην επιλογή ή τις επιλογές	☐	☐	☐
ΓΙΑΤΙ			
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ	Κοινοτική Επανεπένδυση	Κόστος Παράδοσης	Ροές Εσόδων
Σημειώστε ένα "X" στην επιλογή ή τις επιλογές	☐	☐	☐
ΓΙΑΤΙ			



Καταγραφή Γνώσεων Μέντορα – Μέρος Δεύτερο

ΣΧΕΔΙΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ	
Διορθωτικές ενέργειες και λύσεις όπου χρησιμοποιήθηκαν μαζί	
Τελικό αποτέλεσμα μετά από διορθωτικές ενέργειες:	
Τελικό αποτέλεσμα	



ΛΥΣΕΙΣ

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 1

1. Ενσυναίσθηση	Ικανότητα να συμπάσχετε τους άλλους.
2. Αυτογνωσία	Θα πρέπει να έχετε καλή κατανόηση των δικών σας δυνάμεων και των αναπτυξιακών αναγκών.
3. Κατανόηση	Θα πρέπει να είστε διατεθειμένοι να προσπαθήσετε να κατανοήσετε διαφορετικές προοπτικές, προσεγγίσεις και ενδεχομένως υπόβαθρα διαφορετικών ατόμων.
4. Επικοινωνία	χρειάζεστε εξαιρετικές δεξιότητες επικοινωνίας και να είστε σε θέση να κατανοήσετε τις ιδέες και τα συναισθήματα των άλλων. Θα πρέπει επίσης να είστε ένας πολύ καλός ακροατής.
5. Δυνατότητα ενίσχυσης	Θα πρέπει να είστε σε θέση να δημιουργήσετε ένα εργασιακό περιβάλλον όπου είναι ασφαλές για τα άτομα να δοκιμάσουν διαφορετικά πράγματα, επιτρέποντάς τους να συνεισφέρουν με διάφορους τρόπους.
6. Η επιθυμία να βοηθήσεις τους άλλους να αναπτυχθούν	Θα πρέπει να κατανοήσετε τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αναπτύσσονται και έχουν εμπειρία, τυπικά ή ανεπίσημα, για την ανάπτυξη άλλων.
7. Οργανωτική τεχνογνωσία	Θα πρέπει να γνωρίζετε πώς να γίνουν τα πράγματα και πώς λειτουργούν τα πράγματα.
8. Αξιοπιστία	Θα πρέπει να έχετε προσωπική και επαγγελματική αξιοπιστία, αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την ιδιότητα του να είστε μέλος σχετικών οργανώσεων.
9. Εφευρετικότητα	να είστε ανοιχτοί σε νέους τρόπους να κάνετε πράγματα και διαφορετικούς τρόπους εργασίας.
10. Προσβασιμότητα	Θα πρέπει να είστε διατεθειμένοι και ικανοί να αφιερώσετε αρκετό χρόνο στον μαθητευόμενο σας για να προσφέρετε υποστήριξη και καθοδήγηση.

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 2

- 1) Το δικαίωμα να λαμβάνουν επαρκή κατάρτιση, υποστήριξη και πόρους για να επιτελούν καλά τον ρόλο τους
- 2) Το δικαίωμα να αρνηθεί να κάνει οποιαδήποτε εργασία θεωρεί ανήθικη ή κατάλληλη

Ράφι Δικαιωμάτων Μέντορα

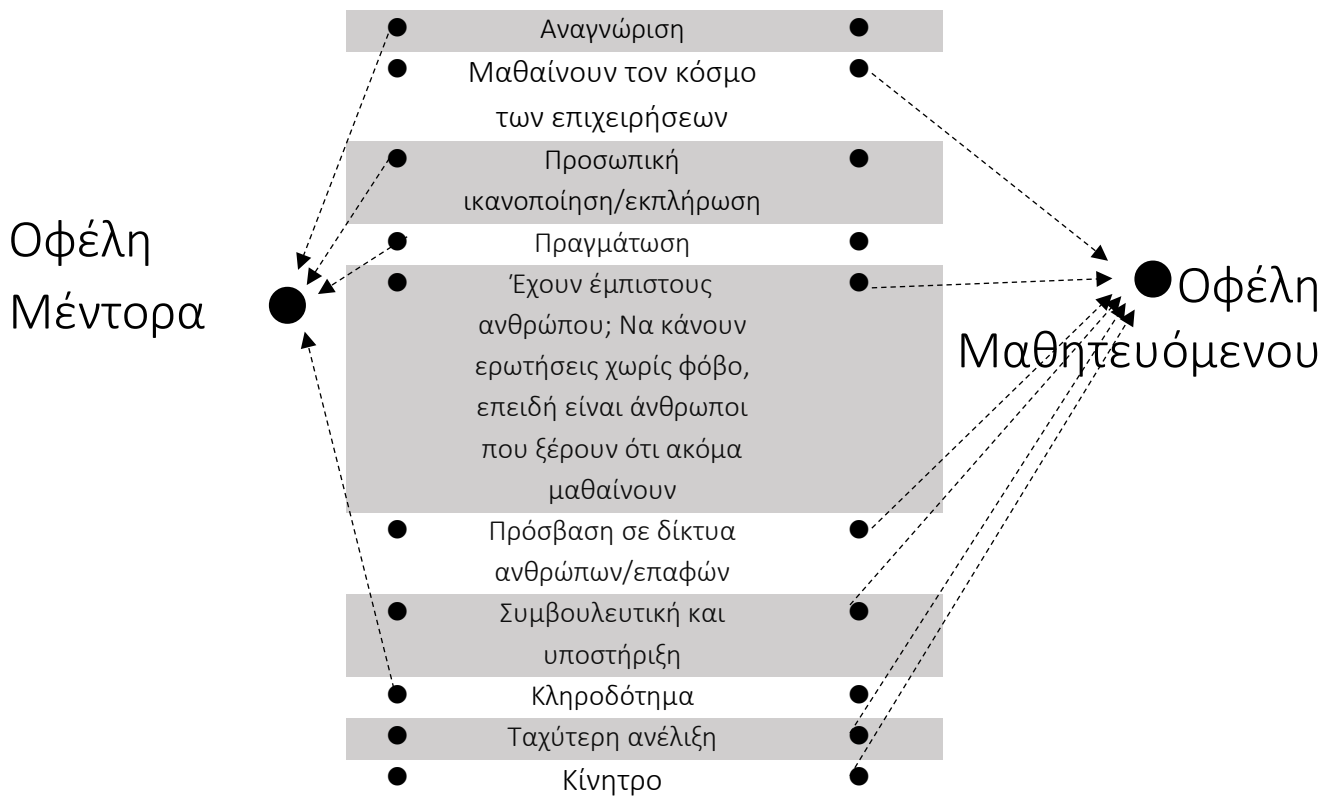
- 1) Να προετοιμάζεται για συναντήσεις ή συνομιλίες
- 2) Να δίνει σχόλια από τις εμπειρίες του, θετικές ή αρνητικές

Ράφι Ευθυνών Μέντορα

- 1) Λειτουργία του προτύπου
- 2) Ψυχολογικές λειτουργίες

Ράφι Λειτουργιών Μέντορα

Θεματικό Κεφάλαιο 1. ΑΣΚΗΣΗ 3



Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 1

ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ	ΕΝΝΟΙΑ
Ανταμοιβή	Παρατηρηθείσα συμπεριφορά
Διέγερση	Παράταση της παρακινημένης συμπεριφοράς
Κίνηση και επιμονή	Σας ενισχυεί από προηγούμενες ενέργειες
Δράση και προσπάθεια	Ενεργειακές δυνάμεις που ευθύνονται για την ενεργοποίηση της συμπεριφοράς

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 2

Η Jane ξεκίνησε τις κοινωνικές επιχειρηματικές δραστηριότητές της με συμπόνια για την βελτίωση της ποιότητας ζωής της κοινότητας στην οποία δραστηριοποιείται και ιδιαίτερα όπου βλέπει τεράστια προβλήματα και κενά στα παιδιά. Το είδος των κινήτρων που οδηγεί τη Jane μπορούμε να το αποκαλέσουμε ενδογενές κίνητρο.

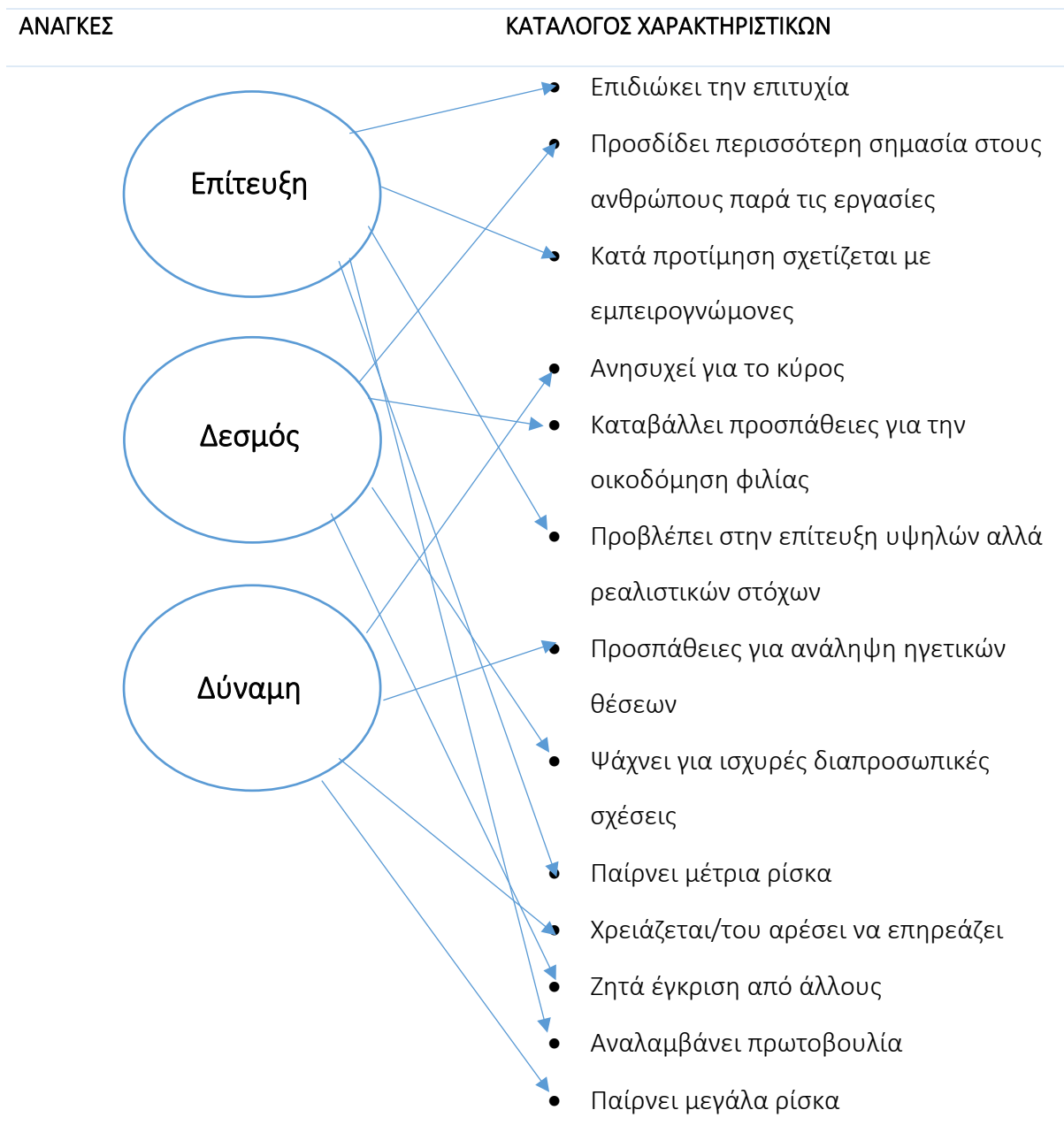


Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 3

Δραστικότητα, μέσο και προσδοκία. Στις ακόλουθες προτάσεις, γράψτε την πιο κατάλληλη αντίληψη για κάθε πρόταση.

- ☞ Ένα μέτρο της έλξης που ασκεί ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα σε ένα άτομο ή την ικανοποίηση που αναμένει να λάβει από ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα αναφέρεται ως δραστικότητα
- ☞ Η αντίληψη ενός ατόμου για τη σχέση ανάμεσα στην εκτέλεση μιας δράσης και τη δοκιμασία ενός συγκεκριμένου αποτελέσματος ονομάζεται μέσο.
- ☞ Προσδοκία είναι η πιθανότητα μια συγκεκριμένη δράση να οδηγήσει σε ένα επιθυμητό αποτέλεσμα, εφόσον τα μέσα και οι ικανότητες είναι διαθέσιμα για επιτυχία.

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 4



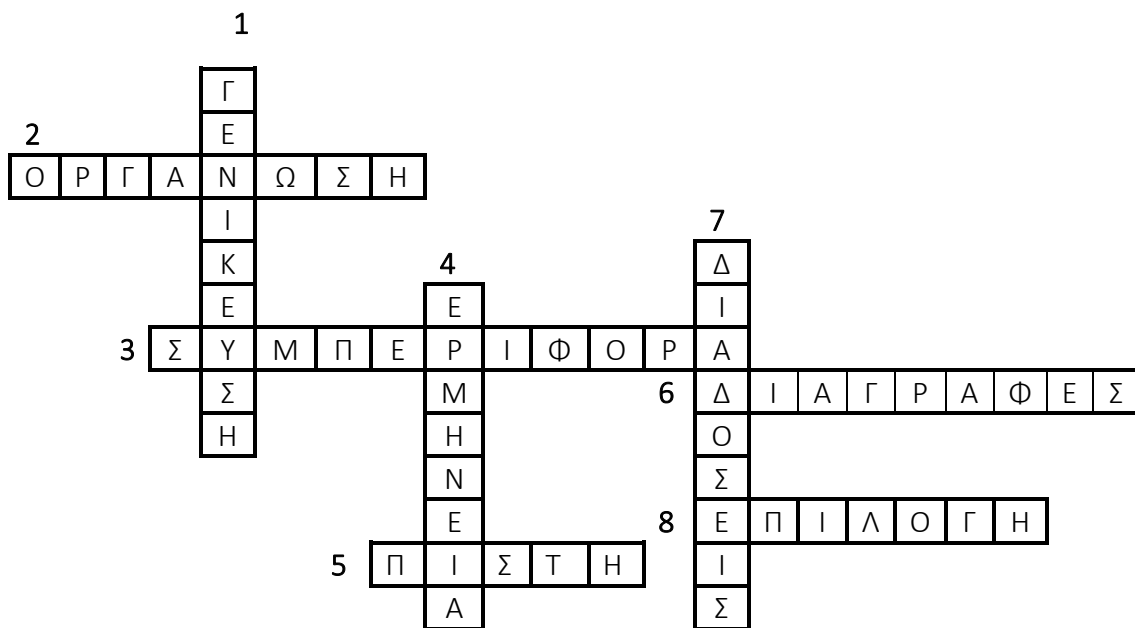
Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 5

Υποδείξτε ποια είναι τα τρία βήματα ή μέρη της αντιληπτικής διαδικασίας.

- α) Επιλογή – αντιπροσωπεύει το πρώτο βήμα που καθορίζει τα ερεθίσματα που θα επιλέξετε για να επικεντρωθείτε.
- β) Οργάνωση - στάδιο στο οποίο τα ερεθίσματα "μετατρέπονται" σε πρότυπα, δηλαδή αναγνωρίσιμα για να μπορούν να ερμηνευτούν.
- γ) Ερμηνεία - το στάδιο στο οποίο η έννοια αποδίδεται στις παρατηρήσεις που παρουσιάστηκαν αρχικά.

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 6

Συμπληρώστε το ακόλουθο σταυρόλεξο:



Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 7

ΠΕΡΙΟΧΕΣ Ή ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Τυφλή περιοχή ●	● περιλαμβάνει όλα τα είδη πληροφοριών για εμάς που γνωρίζουμε, δηλαδή για όσα έχουμε επίγνωση οι ίδιοι και οι άλλοι επίσης
Κρυμμένη περιοχή ●	● αναφέρεται σε άγνωστες πληροφορίες για τον εαυτό μας, που ούτε εμείς ούτε οι άλλοι γνωρίζουμε
Άγνωστη περιοχή ●	● περιλαμβάνει πληροφορίες για τον εαυτό μας, που δεν γνωρίζουμε, αλλά άλλοι το γνωρίζουν
Ελεύθερη περιοχή ●	● περιλαμβάνει πληροφορίες για τον εαυτό μας που ξέρουμε, αλλά οι άλλοι όχι

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 8

ΠΕΡΙΟΧΕΣ Ή ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΑ	ΤΥΠΟΣ ΜΟΤΙΒΟΥ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ
Τυφλή περιοχή ●	● Τύπος Δ
Κρυμμένη περιοχή ●	● Τύπος Γ
Άγνωστη περιοχή ●	● Τύπος Β
Ελεύθερη περιοχή ●	● Τύπος Α

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 9

ΣΤΗΛΗ Α-ΤΕΧΝΙΚΗ	ΣΤΗΛΗ Β-ΣΚΟΠΟΣ
Παραφράζοντας ●	Λάβετε περισσότερες πληροφορίες ●
Μορφοποίηση συναισθημάτων ●	Βοηθήστε τον πελάτη να δει άλλες απόψεις ●
Ρωτώντας ●	Να αποσαφηνίστε τι λέγεται ●
Συνοψίζοντας ●	Ενθαρρύνετε να συνεχίσει να μιλά ●
Αποσαφηνίζοντας ●	Μεταφέρετε ενδιαφέρον ●
Ενθαρρύνοντας ●	Δείξτε ότι καταλαβαίνετε ●
Εξισορροπώντας ●	Ελέγξτε την πρόοδο ●

Θεματικό Κεφάλαιο 3. ΑΣΚΗΣΗ 10

ΣΤΗΛΗ Α-ΕΙΔΗ ΕΡΩΤΗΣΕΩΝ	ΣΤΗΛΗ Β-ΚΥΡΙΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΑΝΑΛΥΣΗ
Ανοιχτές Ερωτήσεις (Ρωτώντας, Παραφράζοντας, Εκφράζοντας συναισθήματα) ●	ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΩΝ ●
Ερωτήσεις Ελέγχου (Αποσαφήνιση, Ενθάρρυνση) ●	ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ/ ΠΡΑΞΗ/ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ/ ΠΡΟΣΔΟΚΙΕΣ ●
Ερωτήσεις Επιβεβαίωσης (Αποσαφήνιση, Εξισορρόπηση) ●	ΑΝΑΛΥΣΤΕ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ/ ΟΦΕΛΗ ●