



Κέντρο Ερευνών & Μελετών του Πανεπιστημίου Κρήτης

**ΚΕΜΕ-ΠΚ**

για τις Ανθρώπινες, τις Κοινωνικές & τις Επιστήμες της Αγωγής



**Level UP**

*Ημερίδα*

*Αρκούν τα πτυχία;  
Η σημασία των ήπιων δεξιοτήτων  
στην εύρεση εργασίας*

*Αλέξιος Αρβανίτης & Παναγιώτα Δημητροπούλου  
Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης*

**Πανεπιστήμιο Κρήτης, Ηράκλειο, Πανεπιστημιούπολη Βουτών  
Τμήμα Εφαρμοσμένων Μαθηματικών  
Σάββατο 18 Μαρτίου, 2023**

**Όταν ακούτε τη φράση  
"ήπιες δεξιότητες"  
τι σας έρχεται στο μυαλό;**

**[www.menti.com](http://www.menti.com)**

## Ήπιες δεξιότητες (soft skills) – Πώς ορίζονται

- κοινωνικές δεξιότητες
- ενσυναίσθηση
- επικοινωνιακές δεξιότητες
- κριτική σκέψη
- δημιουργικότητα
- δεξιότητες επίλυσης προβλήματος
- δεξιότητες για τη λήψη αποφάσεων
- συνεργασία στο πλαίσιο ομάδων
- αυτορρύθμιση και αυτοέλεγχος
- αυτοαντίληψη
- οργανωτικές δεξιότητες
- ηγετικές ικανότητες

(Balcar, 2016. Lippman et al., 2015. Onabamiro et al., 2014)

# Οι δεξιότητες του 21ου αιώνα που χρειάζεται κάθε φοιτητής

<https://www.weforum.org/agenda/2016/03/21st-century-skills-future-jobs-students/>

Exhibit 3: A variety of general and targeted learning strategies foster social and emotional skills



## *To πρόγραμμα “Setting the ground for a multi-level approach on developing soft skills in Higher Education – Level Up”*

- Ευρωπαϊκό πρόγραμμα Erasmus+
- Συνέργεια του Τμήματος Ψυχολογίας του ΠΚ με 4 άλλα πανεπιστήμια/φορείς της Ευρώπης

*Πανεπιστήμιο Κύπρου, Stichting VU (Netherlands)*

*Universidad De Jaen (Spain), Silversky3d VR Technologies Ltd (Cyprus)*



Πανεπιστήμιο  
Κύπρου



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ  
UNIVERSITY OF CRETE



VRJIE  
UNIVERSITEIT  
AMSTERDAM

UJa.

Universidad de Jaén



silversky

- Στόχος: να σχεδιαστούν συγκεκριμένες παρεμβάσεις, βασισμένες σε εμπειρικά δεδομένα, με στόχο την προαγωγή των ήπιων δεξιοτήτων σε φοιτητές/τριες - βάση της προσωπικής και της μελλοντικής εργασιακής επιτυχίας του



*To πρόγραμμα “Setting the ground for a multi-level approach on developing soft skills in Higher Education – Level Up”*

IO1 --‘Mind the skills gap review’  
evidence synthesis report

IO2 --‘Life Skills 101: Skills for success  
in the workplace and life’ course.

IO3 --‘Life Skills Boot Camp’.

IO4 iBoard ’ self tracking and  
eCoaching tool.

IO5 --‘Bridge the skills gap  
implementation roadmap’.



*To πρόγραμμα “Setting the ground for a multi-level approach on developing soft skills in Higher Education – Level Up”*

**IO6 -- ‘Evaluation of the bridge the skills gap’.**

- Διάρκεια έργου 34 μήνες
- Ιανουάριος 2021- Οκτώβριος 2023

# Ποια βήματα έχουν ήδη γίνει για το ΠΚ....

Συστηματική Ανασκόπηση  
και Μετα-ανάλυση

3 Ομάδες  
Συμβουλευτικής και  
Ψυχοεκπαίδευσης από  
το ΣΚΦ  
Αξιολόγηση Pre-Post

- Καταγραφή υφιστάμενης κατάστασης
- Ομάδα Εστίασης
- Έρευνα για την εκπαίδευση των ήπιων δεξιοτήτων

Εργαστήριο στο  
Τμήμα Ψυχολογίας –  
Αξιολόγηση Pre-Post

- Ίδρυση Adhoc Επιτροπής
- Εντοπισμός ατόμων σε θέσεις «κλειδιά»

Εργαστήριο συν-  
διαμόρφωσης  
διαδικασιών  
εκπαίδευσης ήπιων  
δεξιοτήτων στο ΠΚ





# Αποτελέσματα μετα-ανάλυσης Παρεμβάσεις βασισμένες στη βιωματική μάθηση

## Βιωματική μάθηση

(team-based, project-based, problem-based, community service learning...)

### βελτιώνει

- Δεξιότητες ανάλυσης
- Επικοινωνιακές δεξιότητες
- Προσωπικές δεξιότητες
- Αυτορρύθμιση
- Κοινωνικές δεξιότητες

Τα παραπάνω προκύπτουν από την pre-post σύγκριση αντίστοιχων παρεμβάσεων

# Συστηματική ανασκόπηση

- Εξειδικευμένες παρεμβάσεις που στοχεύουν σε συγκεκριμένες δεξιότητες βελτιώνουν προσωπικές, επικοινωνιακές, αναλυτικές δεξιότητες ... από την pre-post σύγκριση αντίστοιχων παρεμβάσεων
- Επαγγελματική κατάρτιση, προγράμματα προσωπικής ανάπτυξης και καθοδήγηση βελτιώνουν απασχολησιμότητα, δεξιότητες σταδιοδρομίας, κοινωνικές δεξιότητες, προσαρμοστικότητα και αυτορρύθμιση

# Ομάδες Συμβουλευτικής και Ψυχοεκπαίδευσης - ΣΚΦ



ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΦΟΙΤΗΤΩΝ  
Πανεπιστήμιο Κρήτης

## ΟΜΑΔΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ & ΨΥΧΟΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

διάρκειας 5 συναντήσεων

Level UP



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

1  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ  
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ  
ΡΥΘΜΙΣΗ

2  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΙΣ  
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ  
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

3  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗΝ  
ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΙΚΟΤΗΤΑ/  
ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ

### Έναρξη ομάδων:

1 ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ  
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ  
ΡΥΘΜΙΣΗ

Δευτέρα 14/03/2022  
ώρα. 12:30 – 14:00

2 ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΙΣ  
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ  
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Πέμπτη 17/03/2022  
ώρα. 14:30 – 16:00

3 ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗΝ  
ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΤΙΚΟΤΗΤΑ/  
ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ

Πέμπτη 17/03/2022  
ώρα. 12:30 – 14:00

Για να δηλώσετε συμμετοχή σε μία από τις ομάδες ακολουθήστε τον παρακάτω σύνδεσμο: <https://bit.ly/3phWNON>  
Δηλώσεις συμμετοχής έως Παρασκευή 4/3

Χώρος Διεξαγωγής: ΚΔΑΠ (δίπλα απο το ΣΚΦ) “δια ζώσης”

- Συμμετέχοντες: 28 φοιτητές από τις Σχολές του Ρεθύμνου
- Τμήματα: Ψυχολογίας, Κοινωνιολογίας, ΠΤΔΕ, Φιλοσοφικών και Κοινωνικών Σπουδών, Οικονομικών Επιστημών, Ιστορίας και Αρχαιολογίας
- Διάρκεια: 5 εβδομάδες για κάθε δεξιότητα

# Και μια ποιοτική έρευνα

APA PsycNet<sup>®</sup>

 AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

SEARCH ▾

BROWSE ▾

Recent Searches

My List

My PsycNet

 Export Citation

 Add To My List

 Alerts



 Request Permissions




Turn Dictionary Off

 PDF

OPEN ACCESS

Original Article

## Learning How to Learn in a Real-Life Context: Insights from Expert Focus Groups on Narrowing the Soft-Skills Gap

Alexios Arvanitis , Anna K. Touloumakos, Panagiota Dimitropoulou, Elke Vlemincx, Marios Theodorou, Georgia Panayiotou

[Author Affiliations](#) ▾

Arvanitis, A., Touloumakos, A. K., Dimitropoulou, P., Vlemincx, E., Theodorou, M., & Panayiotou, G. (2022). Learning how to learn in a real-life context: Insights from expert focus groups on narrowing the soft-skills gap. *European Journal of Psychology Open*, 81(3), 71–77. <https://doi.org/10.1024/2673-8627/a000027>

Abstract

European Journal of  
Psychology Open



2022 Volume 81, Issue 3

Jump to

[Abstract](#)

[Method](#)

[Results](#)

[Discussion](#)

[References](#)

[Acknowledgements](#)

[Corresponding Author](#)

# Το χάσμα των ήπιων δεξιοτήτων



# Δύο βασικοί πυλώνες του προβλήματος

## Εργασιακές απαιτήσεις

- Μικρές επιχειρήσεις, δεν γνωρίζουν τι χρειάζονται
- Πολλές απαιτήσεις σε διαφορετικές θέσεις

## Εργαζόμενοι

- Δεν γνωρίζουν τι απαιτείται
- Δεν έχουν ρεαλισμό στη σκέψη τους και αποχωρούν εύκολα από την εργασία

# Το διαρκώς μεταβαλλόμενο (ευρύτερο) περιβάλλον



# Ο ρόλος του πανεπιστημίου

- Πρέπει το πανεπιστήμιο να προσαρμοστεί στην αγορά;
- Μπορεί το πανεπιστήμιο να προσαρμοστεί στην αγορά;



# Δύο βασικοί πυλώνες της λύσης

## Τι χρειάζεται

- Μεταγνωστικές δεξιότητες
- Προσαρμοστικότητα
- Πρωτοβουλία και αυτονομία

## Που αναπτύσσεται

- Στην καθημερινή ζωή
- «Δεν είναι η βιωματική εκπαίδευση μια αναπαράσταση της ζωής. Πρέπει να είναι η ίδια η ζωή.»

# Ο γρίφος της επαγγελματικής επιτυχίας



Ευχαριστούμε ιδιαίτερα για τη συμμετοχή σας