ΔΙΕΘΝΕΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση
Ειδική Υπηρεσία Διαχείρισης
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΣΠΑ 2014-2020
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Σεμινάριο επιμόρφωσης υποψηφίων «Μεντόρων» - 3ος κύκλος στο πλαίσιο της δράσης «i-Mentor»

ΠΡΑΞΗ: «Υποστήριξη Παρεμβάσεων Κοινωνικής Μέριμνας Φοιτητών Διεθνές Πανεπιστήμιο»

ΔΟΜΗ ΟΜΠΡΕΛΑ του ΔΙΠΑΕ

https://umbrella.ihu.gr/mentores/
Email: info@umbrella.ihu.gr
@iMentor.iIHU.Sindos

Πρόγραμμα σύγχρονων εξ αποστάσεως συνεδριών

***Zoom link*: https://zoom.us/j/95742788540**

1η Συνάντηση: Τετάρτη 8/12/2021 και ώρα 8 - 10 μ.μ. (Εισηγητής: Βιτούλης Μιχάλης)
2η Συνάντηση: Δευτέρα 13/12/2021 και ώρα 8 - 10 μ.μ. (Εισηγητής: Γρηγοριάδης Αθανάσιος)
3η Συνάντηση: Τετάρτη 15/12/2021 και ώρα 8 - 10 μ.μ. (Εισηγήτρια: Τσιτιρίδου Μαρία)
4η Συνάντηση: Δευτέρα 20/12/2021 και ώρα 8 - 10 μ.μ. (Εισηγητής: Γρηγορόπουλος Ηρακλής)
5η Συνάντηση: Τετάρτη 22/12/2021 και ώρα 8 - 10 μ.μ. (Εισηγητής: Γρηγορόπουλος Ηρακλής)

Ενδεικτικά θέματα που θα προσεγγίσουμε στις συναντήσεις:

- ✓ Βιώματα και αναστοχασμοί από την εμπειρία μεντόρων με παράλληλη συμμετοχή τους, παρουσίαση και περιγραφή του ρόλου του μέντορα, προσδοκίες και αντίκτυπος.
- ✓ Υποκίνηση, αυτοδιαχείριση του προσωπικού χρόνου, ενεργοποίηση κινήτρων, στοχοθεσία, διαχείριση χρόνου, αναγνώριση του σημείου εκκίνησης του άλλου, προετοιμασία και ετοιμότητα, πρακτικές λύσεις και δεξιότητες σχετικά με την αυτοβελτίωσή, την αντιμετώπισης της αναβλητικότητας, την ενίσχυση της θέλησης και της συγκέντρωσής, την αύξηση της παραγωγικότητας και τις τεχνικές δημιουργίας καλύτερων και υγιεινότερων συνηθειών.
- ✓ Πρακτικά ζητήματα που αφορούν το πώς οργανώνεται, συμπεριφέρεται, εργάζεται, μελετά και αυτοαξιολογείται ο φοιτητής.
- ✓ Αποτελεσματική συμβουλευτική, στοχοθεσία, διαχείριση του χρόνου, γεφύρωση της «απόκλισης», ετοιμότητα πρόληψης προβλημάτων και δυσκολιών.
- ✓ Βασικές δεξιότητες επικοινωνίας - Η σημασία και οι δεξιότητες της ενεργητικής ακρόασης.
- ✓ Ενεργητική ακρόαση, ενσυναίσθηση, λεκτικοί και μη λεκτικοί τρόποι επικοινωνίας, πρακτικές ενθάρρυνσης, διαχείριση δύσκολων καταστάσεων, τήρηση ορίων.
- ✓ Εισαγωγή στις βασικές δεξιότητες της ενεργητικής ακρόασης και της σημασίας τους π.χ. τρόποι προσεκτικής παρακολούθησης και ακρόασης.
- ✓ Πιθανά εμπόδια στην επικοινωνία & τρόποι προσέγγισής τους.
- ✓ Παράγοντες που μπορεί να εμποδίσουν την επικοινωνία και τρόποι προσέγγισης των πιθανών προβλημάτων.