

"Αναζητώντας τον εαυτό μου, ανακαλύπτω επιλογές" από το Κέντρο Κοινότητας Δήμου Βόλου στο 1ο ΕΠΑΛ

ΑΝΤΙΓΟΝΗ ΖΗΣΗ 09 Μάι 2025



Στο πλαίσιο δράσεων για τον Επαγγελματικό προσανατολισμό, το Κέντρο Κοινότητας του Δήμου Βόλου, σε απάντηση πρόσκλησης που

απηύθυνε το **1ο ΕΠΑΛ Ν.Ιωνίας Βόλου**, διοργάνωσε την **Παρασκευή 9 Μαΐου** βιωματική δράση για τους μαθητές/τριες ενός τμήματος της Ά Λυκείου με θέμα: **"Αναζητώντας τον εαυτό μου, ανακαλύπτω επιλογές"**.

Η λήψη επαγγελματικών αποφάσεων συνιστά μια ολοένα και δυσκολότερη διαδικασία για τους εφήβους. Από τη μια πλευρά, το μεγάλο εύρος των επαγγελματικών επιλογών και πληροφοριών δυσχεραίνουν τις επιλογές ενώ, από την άλλη πλευρά, το έλλειμμα στη αυτογνωσία, που παρατηρείται συχνά, εντείνει τις δυσκολίες. Η επαγγελματική αναποφασιστικότητα είναι συχνό φαινόμενο, ενώ οι δυσκολίες στη λήψη αποφάσεων συνδέονται τόσο με γνωστικούς και συναισθηματικούς παράγοντες.

Σκοπός της δράσης λοιπόν ήταν ο/η έφηβος/η μαθητής/τρια να μπορέσει να ανακαλύψει χαρακτηριστικά και δυνατότητές που ο/η ίδιος/α διαθέτει, να μπορέσει να τις φωτίσει, και να διερευνήσει τρόπους που θα τον/την βοηθήσουν να πάρει αποφάσεις που αφορούν στο μέλλον του/της.

Η δράση διάρκειας 2 ωρών, είχε βιωματικό χαρακτήρα με τους/τις μαθητές/τριες να συμμετέχουν ενεργά, ενώ το συντονισμό ανέλαβε η κα Ζήση Αντιγόνη -Ψυχολόγος Οικογενειακή Ψυχοθεραπεύτρια, στέλεχος του Κέντρου Κοινότητας του Δήμου Βόλου. Η δράση διεξήχθη στους χώρους του 1ου ΕΠΑΛ Ν.Ιωνίας Βόλου.

Το Κέντρο Κοινότητας Δήμου Βόλου ευχαριστεί την Διεύθυνση του σχολείου, καθώς και την κα **Ζυγούρη Κωνσταντία-Εκπαιδευτικό** Υπεύθυνη Εργαστηρίου Δεξιοτήτων για την πρόσκληση και τη φιλοξενία..



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

