

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΑΡΧΙΚΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΜΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ

Ζητώντας από τους φοιτητές να απαντήσουν γραπτώς ή on-line σε ένα σύντομο ερωτηματολόγιο πριν την αρχική συνάντηση, στέλνουμε το μήνυμα ότι οι φοιτητές παίζουν ενεργό ρόλο στη συμβουλευτική και ωθούνται να σκεφτούν και να προβληματιστούν πριν συναντηθούν μαζί μας.

10 ερωτήσεις αναστοχασμού που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι Σύμβουλοι με τους νέους φοιτητές στο Πανεπιστήμιο:

1. Ποια ήταν τα αγαπημένα σας μαθήματα στο Λύκειο; Ποια είναι τα ακαδημαϊκά σας «δυνατά σημεία»;
2. Ποιοι είναι οι στόχοι σας για αυτό το εξάμηνο;
3. Σκέφτεστε τομείς ενδιαφέροντος (ή ειδικότητες); Αν ναι, ποια; Τι σας ελκύει σε αυτό/αυτά;
4. Τι σκοπεύετε να πετύχετε στο πλαίσιο των προπτυχιακών σας σπουδών;
5. Τι προσδοκάτε περισσότερο από το πανεπιστήμιο;
6. Ποια είναι η μεγαλύτερη σας ανησυχία ως προς τις σπουδές σας;
7. Ποιες ακαδημαϊκές δεξιότητες σκοπεύετε να εργαστείτε σκληρότερα για να βελτιώσετε;
 - Μαθηματικές δεξιότητες
 - Δεξιότητες μελέτης
 - Δεξιότητες γραφής
 - Δεξιότητες ανάγνωσης
 - Δεξιότητες προφορικής επικοινωνίας
 - Δεξιότητες διαχείρισης χρόνου
 - Δεξιότητες συνεργασίας
 - Δεξιότητες δημόσιας παρουσίασης/υποστήριξης
 - Άλλη _____

Γιατί οι δεξιότητες αυτές είναι σημαντικές για εσάς;

8. Ποιες δραστηριότητες εκτός των μαθημάτων πιστεύετε ότι μπορείτε να ακολουθήσετε;
9. Ποια είναι τα πράγματα που «βγάζουν» τον καλύτερό σας εαυτό;
10. Υπάρχουν άλλες πληροφορίες που θα θέλατε να γνωρίζει ο σύμβουλος σας;

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΜΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΠΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΥΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΕΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ

Ζητώντας από τους φοιτητές που αντιμετωπίζουν δυσκολίες να απαντήσουν σε μερικές ερωτήσεις (προφορικά, γραπτώς ή on-line) μπορεί να βοηθήσει τους φοιτητές να σκεφτούν τους λόγους για τις δυσκολίες τους και τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να αποφύγουν αυτές τις δυσκολίες στα επόμενα εξάμηνα.

10 ερωτήσεις αναστοχασμού που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι σύμβουλοι με τους φοιτητές που δεν τα πάνε καλά:

1. Ποιοι είναι οι σημαντικότεροι λόγοι για τις ακαδημαϊκές σας δυσκολίες; Γιατί είναι σημαντικοί;

2. Όταν αντιμετωπίσατε άλλου είδους δυσκολίες στο παρελθόν, πώς τις αντιμετωπίσατε;
3. Αν μπορούσατε να γυρίσετε τη ζωή σας πίσω και να επιστρέψετε στην αρχή του περασμένου εξαμήνου, τι θα είχατε αλλάξει;
4. Ποιοι είναι οι στόχοι σας για το επόμενο εξάμηνο;
5. Τι είδους υποστήριξη θα χρειαστείτε για να επιτύχετε τους στόχους σας;
6. Ποιους ακαδημαϊκούς πόρους / υπηρεσίες / δομές σκοπεύετε να χρησιμοποιήσετε για να σας βοηθήσουν να επιτύχετε τους στόχους σας;
7. Με ποιο τρόπο μπορείτε να δεσμεύσετε τον εαυτό σας να τηρήσει τις αποφάσεις που παίρνετε τώρα;
8. Πώς θα ξέρετε αν σημειώνετε πρόοδο προς την επίτευξη των στόχων σας;
9. Ποιοι είναι οι μακροπρόθεσμοι στόχοι σας; Πού φαντάζεστε τον εαυτό σας σε πέντε χρόνια;
10. Πώς μπορεί ο Σύμβουλος σας να σας βοηθήσει να επιτύχετε τους στόχους σας;

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΠΡΟΟΔΟΥ ΦΟΙΤΗΤΩΝ/ΤΡΙΩΝ

Ζητώντας από τους φοιτητές να απαντήσουν σε ΜΕΡΙΚΕΣ από τις ακόλουθες ερωτήσεις (προφορικά, γραπτώς ή on-line) θα βοηθήσει τους φοιτητές να αξιολογήσουν πώς πάνε με τις σπουδές τους (και τη ζωή τους) αρκετά νωρίς στο εξάμηνο, ώστε να μπορούν να κάνουν κάποιες ενδιαμέσες διορθωτικές ενέργειες και να δοθεί η δυνατότητα σε εσάς ως Συμβούλους να προτείνετε πόρους/υπηρεσίες/δομές που θα τους βοηθήσουν να ανταπεξέλθουν.

10 ερωτήσεις αναστοχασμού που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι Σύμβουλοι για την παρακολούθηση της πορείας των φοιτητών/τριών:

1. Ποια πράγματα πάνε καλά για εσάς;
2. Ποια ζητήματα έχουν προκύψει;
3. Πώς τα πάτε με την επίτευξη των στόχων που έχετε θέσει για το τρίμηνο;
4. Έχετε προβληματισμούς σχετικά με κάποιο από τα μαθήματά σας; Εάν ναι, ποιες είναι αυτές;
5. Τι γίνεται με την υπόλοιπη ζωή σας - γνωριμίες με νέους ανθρώπους, συμμετοχή σε δραστηριότητες, διατήρηση της ισορροπίας, διαθέσιμος χρόνος για σωστή διατροφή, ύπνο, άσκηση κ.λπ.
6. Ποιο είναι το αγαπημένο σας μάθημα αυτό το εξάμηνο; Γιατί;
7. Τι μάθατε για τον εαυτό σας αυτό το εξάμηνο που σας εξέπληξε; Ή επιβεβαίωσε τις ιδέες σας για τα χαρίσματα και τις ικανότητές σας; Ή σας αναστάτωσε;
8. Ποια συμβουλή θα δίνετε στον εαυτό σας αυτή τη στιγμή; Γιατί;
9. Πώς τα πάτε με τη βελτίωση των ακαδημαϊκών δεξιοτήτων που είχατε θέσει ως στόχο στην αρχή του εξαμήνου;
10. Υπάρχει κάτι άλλο που θα ήταν καλό να γνωρίζω;

Υλικό Ενότητας «Συμβουλευτική Φοιτητών/τριών»
Αλεξάνδρα Καρούσου & Ευθυμία Πεντέρη