



ΓΡΑΦΕΙΟ
ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ
Internship

Σεμινάριο Προετοιμασίας φοιτητών/τριων Χειμερινό εξάμηνο Ακ. Έτος 2025 - 2026

Εισηγήτρια: Νυφλή Ελευθερία
Σύμβουλος Σταδιοδρομίας, MSc
Στέλεχος Πρακτικής Άσκησης



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή



Περιεχόμενα

01

Διαχείριση Αίτησης

Προθεσμία, προφίλ,
βιογραφικό

03

Αξιολόγηση Αιτήσεων

Διαδικασία, θέσεις ΕΣΠΑ,
οριστικά αποτελέσματα

02

Δήλωση Προσωπικών Στοιχείων

Αριθμός Συστήματος ΕΦΚΑ
Τραπεζικός Λογαριασμός

04

Συμβουλές - Συνέντευξη

Προετοιμασία, συμβουλές,
ανατροφοδότηση από
εταιρίες



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Διαχείριση Αίτησης

01



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή



Περίοδος Αιτήσεων Φοιτητών έως 10.09.2025 στις 13:00

www.dasta-is.aueb.gr

Γραφείο Πρακτικής Άσκησης και Διασύνδεσης



Σύνδεση

Συνδεθείτε με το λογαριασμό που σας δημιούργησε το Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθηνών και δηλώστε συμμετοχή στις δράσεις του Γραφείου Πρακτικής Άσκησης και Διασύνδεσης του ΟΠΑ.

Παράδειγμα ονόματος χρήστη:

- για το φοιτητή: p1234567
- για την εταιρεία: abc@company

Στοιχεία λογαριασμού

Όνομα χρήστη

Κωδικός

☐ Να παραμείνω συνδεδεμένος

[Υποβλήστε στοιχεία εισόδου](#)



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Προφίλ

Προσκήλ Άσκηση

Διασύνδεση

Αρχική Προφίλ Αίτηση Θέσης Παρακαλούμε Δηλώσεις Αρχείο Ε.Α.Σ.

Ελεγχος ακαδημαϊκής ταυτότητας

Αριθμός ακαδημαϊκής ταυτότητας (12 ψηφία)
Συμπληρώστε τον αριθμό σας και πατήστε Έλεγχος ώστε να συμπληρωθεί αυτόματα το όνομα σας και το επώνυμό σας.

Ελεγχος

Προσωπικά στοιχεία

Όνομα
R

Επώνυμο
A

Αριθμός Μητρώου

Όνομα Πατρός

Φύλο
Ανδρας

Ημερ/νία Γεννήσεως
14 Jan 1978

Σταθερό Τηλέφωνο

Κινητό Τηλέφωνο

Email

Διεύθυνση

Οδός/Αριθμός

Πόλη

ΤΚ

Ναός
ΑΤΤΙΚΗΣ

☒ Δηλώνω ότι έχω ενημερωθεί για την επεξεργασία των Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα σύμφωνα με τα οριζόμενα στις διατάξεις του Γενικού Κανονισμού Προστασίας Δεδομένων (ΕΕ) 679/2016 και την Εθνική Νομοθεσία όπως ισχύει, για τους σκοπούς που αναφέρονται στην σχετική ενημέρωση.
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ

Βιογραφικό (Προβλή) Δεν επιλέχθηκε κανένα αρχείο.

Αποθήκευση

Ακαδημαϊκή Ταυτότητα

Εισάγετε τον **12ψήφιο αριθμό**

Πεδία

Τα συμπληρώνετε όλα με **ελληνικούς χαρακτήρες**

Στοιχεία Επικοινωνίας

Μεγάλη προσοχή ως προς την **ορθότητα** τους

Πότε καταχωρείται το Βιογραφικό Σημείωμα;



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Μετά την εισαγωγή της Ακ. Ταυτότητας...

Καταχωρείται το Ονοματεπώνυμο αυτόματα

Αν όχι....

<https://submit-atlas.grnet.gr/student>

Μην ξεχάσετε να κάνετε αποθήκευση/υποβολή των προσωπικών σας στοιχείων που θα σας εμφανίσει ακόμα και αν δεν κάνετε κάποια αλλαγή/προσθήκη και έπειτα να δοκιμάσετε πάλι στο ΠΣ ΔΑΣΤΑ να κάνετε την αίτηση σας.



Βιογραφικό Σημείωμα

✗ Δεν αποτελεί υποχρεωτικό βήμα για την αίτηση

🕒 Απαραίτητη καταχώριση μέχρι την 1η εκδήλωση ενδιαφέροντος

📄 Προτείνεται μορφή PDF

🌐 Επιλογή γλώσσας: Ελληνικά ή Αγγλικά

🔄 Αν κάνετε αλλαγές στο CV → μπορεί να εμφανίζεται το παλιό αρχείο στο ΠΣ ΔΑΣΤΑ

✓ **Λύση:** Refresh / Ανώνυμη περιήγηση / Άλλος browser





Αίτηση Πρακτικής Άσκησης



Επιλέγετε Νέα Αίτηση
Εκδήλωσης
Ενδιαφέροντος

Εισάγετε τον αριθμό
της φοιτητικής
ταυτότητας

Συμπληρώνετε όλα
τα πεδία & Υποβολή

Η Αίτηση σας υποβλήθηκε επιτυχώς και έχει ένδειξη «Αναμονής» pending

Δήλωση Προσωπικών Στοιχείων

Δεν είναι υποχρεωτικό βήμα μέχρι 10.09.2025

02



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Αριθμός Συστήματος ΕΦΚΑ

(ή αλλιώς AMA ΙΚΑ)



Δεν είναι υποχρεωτικό
βήμα μέχρι 10/09/2025

Όσοι φοιτητές/τριες δεν έχετε ή δεν γνωρίζετε
αν έχετε **Αριθμό Συστήματος ΕΦΚΑ (AMA
ΙΚΑ)**

✓ Ακολουθείτε τις διαδικασίες που
αναφέρονται στον **ΟΔΗΓΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ
AMA ΙΚΑ** στον ιστότοπο ΠΑ.

Αν όντως δεν έχετε AMA ΙΚΑ



ζητάτε **βεβαίωση πρακτικής
άσκησης** από το Γραφείο
Πρακτικής Άσκησης

IBAN – Τραπεζικός Λογαριασμός

Διερευνάτε εάν έχετε τραπεζικό λογαριασμό (IBAN) ως δικαιούχος ή συνδικαιούχος σε οποιαδήποτε ελληνική τράπεζα.

Αν δεν έχετε λογαριασμό σε καμία ελληνική τράπεζα



άμεσα έκδοση λογαριασμού (όχι μισθοδοσίας)



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Συμπληρώνετε τη **Δήλωση
Προσωπικών Στοιχείων**
στο **ΠΣ ΔΑΣΤΑ ΟΠΑ**
(μενού Δηλώσεις)

1. **ΠΡΟΣΟΧΗ** στα στοιχεία που θα δηλώσετε **ΑΦΜ, ΔΟΥ, ΑΜΚΑ** προσωπικά και όχι των γονέων σας. **ΔΟΥ** όλες της Αττικής είναι **ΚΕΦΟΔΕ ΑΤΤΙΚΗΣ**

1. Εάν έχετε **ΑΜΑ ΙΚΑ** με 7 ψηφία, στο ΠΣ ΔΑΣΤΑ ΟΠΑ συμπληρώνετε **δυσ μηδενικά στην αρχή** (πλέον υποχρεωτικά 9ψήφιος ΑΜΑ ΙΚΑ).

Δήλωση Προσωπικών Στοιχείων

Είναι απαραίτητο
να συμπληρωθεί
ηλεκτρονικά μέχρι
την αποδοχή της
αίτησης σας.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Επιδοτούμενες θέσεις ΕΣΠΑ



«Πρακτική Άσκηση Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών ακ. ετών 2024-2025, 2025-2026 και 2026-2027» με κωδικό MIS: 6018829 στο Πρόγραμμα «Ανθρώπινο Δυναμικό και Κοινωνική Συνοχή 2021-2027»

ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΑΝΑ ΤΜΗΜΑ ΟΠΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΟ ΕΞΑΜΗΝΟ ΑΚ. ΕΤΟΥΣ 2025- 2026	ΘΕΣΕΙΣ
1: ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ	70
2: ΔΙΕΘΝΩΝ & ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ	40
3: ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ & ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ	120
4: ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ & ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ	70
5: ΛΟΓΙΣΤΙΚΗΣ & ΧΡΗΜΑΤΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ	66
6: ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ & ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ	120
7: ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ	60
8: ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ	25
ΣΥΝΟΛΟ	575



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Αξιολόγηση Αιτήσεων

03



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Κριτήρια Αξιολόγησης

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ	Δικαίωμα συμμετοχής στο Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης του Τμήματος Οικονομικής Επιστήμης έχουν οι φοιτητές του 3ου έτους σπουδών και άνω. Οι τριτοετείς φοιτητές θα πρέπει να έχουν εξετασθεί επιτυχώς σε τουλάχιστον 14 μαθήματα, οι τεταρτοετείς φοιτητές σε τουλάχιστον 20 μαθήματα, οι φοιτητές που βρίσκονται στο πέμπτο έτος σε τουλάχιστον 30 μαθήματα, οι φοιτητές που βρίσκονται στο έκτο έτος σε τουλάχιστον 32 μαθήματα, ενώ οι φοιτητές που βρίσκονται στο έβδομο και άνω έτος σε τουλάχιστον 34 μαθήματα , μέχρι την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτηση τους. Δεν προσμετρούνται τα μαθήματα των Αγγλικών
ΔΕΟΣ	Δικαίωμα συμμετοχής στο Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης του Τμήματος Διεθνών και Ευρωπαϊκών Οικονομικών Σπουδών έχουν οι φοιτητές του 3ου έτους σπουδών και άνω. Οι τριτοετείς φοιτητές θα πρέπει να έχουν εξετασθεί επιτυχώς σε τουλάχιστον 16 μαθήματα, οι τεταρτοετείς φοιτητές σε τουλάχιστον 20 μαθήματα, οι φοιτητές του πέμπτου έτους σε τουλάχιστον 24 μαθήματα, οι φοιτητές του έκτου έτους σε τουλάχιστον 30 μαθήματα, και οι φοιτητές του εβδόμου και πάνω έτους σε τουλάχιστον 36 μαθήματα , μέχρι και την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτηση τους.
ΟΔΕ	Το Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης απευθύνεται σε φοιτητές 3ου έτους σπουδών και άνω. Οι τριτοετείς φοιτητές οφείλουν να έχουν εξεταστεί επιτυχώς σε τουλάχιστον 17 μαθήματα, οι τεταρτοετείς σε τουλάχιστον 22 μαθήματα, ενώ από 5 ο έτος σπουδών και άνω σε τουλάχιστον 34 μαθήματα , μέχρι την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτηση τους.
ΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ & ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ	Το Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης απευθύνεται σε φοιτητές 3ου έτους σπουδών και άνω. Οι τριτοετείς φοιτητές οφείλουν να έχουν εξεταστεί επιτυχώς σε τουλάχιστον 15 μαθήματα, οι τεταρτοετείς σε τουλάχιστον 23 μαθήματα, ενώ από 5ο έτος σπουδών και άνω σε τουλάχιστον 34 μαθήματα , μέχρι την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτηση τους.

Κριτήρια Αξιολόγησης

ΛΟΧΡΗ	Το πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης απευθύνεται σε φοιτητές/τριες όπου έχουν ολοκληρώσει επιτυχώς τουλάχιστον τα δύο πρώτα ακαδημαϊκά έτη και ο μέσος όρος βαθμολογίας τους είναι από 6,51 και πάνω, μέχρι και την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτηση.
ΔΕΤ	Δικαίωμα συμμετοχής στο Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης του Τμήματος Διοικητικής Επιστήμης και Τεχνολογίας έχουν οι φοιτητές/τριες όπου έχουν συμπληρώσει τουλάχιστον 7 εξάμηνα σπουδών και έχουν εξεταστεί επιτυχώς σε τουλάχιστον 24 μαθήματα (ή σε τουλάχιστον 29 μαθήματα για όσους έχουν συμπληρώσει 8 εξάμηνα φοίτησης) μέχρι την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτησή τους
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ	Δικαίωμα συμμετοχής στο Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης έχουν οι φοιτητές/τριες σε οποιοδήποτε εξάμηνο σπουδών, από την καλοκαιρινή περίοδο του ΣΤ' εξαμήνου και μετά, εφόσον έχουν εξεταστεί επιτυχώς σε όλα τα υποχρεωτικά μαθήματα πλην το πολύ τέσσερα (4), μέχρι την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την ημερομηνία της αίτησής τους.
ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ	Το Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης απευθύνεται σε φοιτητές/τριες που έχουν ολοκληρώσει το 6ο εξάμηνο σπουδών τους (3ο έτος), έχουν κατοχυρώσει τουλάχιστον 80 ΠΜ, έχουν εξεταστεί επιτυχώς σε τουλάχιστον 8 υποχρεωτικά μαθήματα μέχρι και την προηγούμενη εξεταστική περίοδο από την αίτηση τους, και έχουν συμμετάσχει σε σχετική ενημερωτική συνάντηση/σεμινάριο του γραφείου Πρακτικής Άσκησης.

Αξιολόγηση Αιτήσεων I

Αξιολόγηση: Στον αριθμό των απαιτούμενων περασμένων μαθημάτων υπολογίζονται μόνο όσα μαθήματα έχετε περάσει μέχρι και την προηγούμενη εξεταστική περίοδο, δηλαδή την εξεταστική περίοδο Ιουνίου 2025.

Μετά τη λήξη της περιόδου των αιτήσεων.....

1. Ανακοινώνονται τα προσωρινά αποτελέσματα από την Επιτροπή Πρακτικής Άσκησης του εκάστοτε Τμήματος. Συνήθως 2 – 3 μέρες μετά τη λήξη των αιτήσεων.
2. Ακολουθεί περίοδος ενστάσεων 5 εργάσιμων ημερών.



Αξιολόγηση Αιτήσεων II

3. Αναρτώνται τα **οριστικά αποτελέσματα** στον ιστότοπο πρακτικής

Η κατάσταση της αίτησης σας θα αλλάξει



Αποδεκτή (Accepted)



Απορριπτή (Rejected)

Ειδοποιούνται με ηλεκτρονικό μήνυμα όλοι οι φοιτητές/τριες

Μετά τα οριστικά αποτελέσματα
θα εμφανιστούν οι προσφερόμενες θέσεις ΠΑ



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Θέσεις Πρακτικής Άσκησης

Οι προσφερόμενες θέσεις στο ΠΣ ΔΑΣΤΑ ΟΠΑ είναι ορατές **μετά την ανάρτηση των οριστικών αποτελεσμάτων αξιολόγησης!**

- Το ΠΣ είναι δυναμικό και ανανεώνεται καθημερινά!
- Αρχικά κάνετε τουλάχιστον **10 – 15 εκδηλώσεις ενδιαφέροντος σε διαφορετικές εταιρίες!**
- Καμία εταιρία **δε βλέπει το βιογραφικό σας, αν δεν εκδηλώσετε ενδιαφέρον!**
- Προγραμματισμός συνεντεύξεων **όσο περισσότερες, τόσο πιο πολύ θα εξοικειωθείτε με τη διαδικασία!** Οι επιχειρήσεις είναι υπεύθυνες για τον προγραμματισμό των συνεντεύξεων.
- **ΜΗΝ δεσμευτείτε** αν δεν είστε απόλυτα σίγουροι. **ΜΗΝ δεσμευτείτε** αν κάνετε μόνο τηλεφωνική συνέντευξη.

Ο/Η φοιτητής/τρια κάνει την τελική επιλογή μετά τις συνεντεύξεις



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Διάρκεια Πρακτικής Άσκησης



- Τμήματα Διεθνών και Ευρωπαϊκών Οικονομικών Σπουδών, Οικονομικής Επιστήμης, Οργάνωσης & Διοίκησης Επιχειρήσεων, Λογιστικής & Χρηματοοικονομικής, Μάρκετινγκ & Επικοινωνίας, Στατιστικής: 3 μήνες πλήρους απασχόλησης ή 6 μήνες μερικής απασχόλησης
- Τμήμα Διοικητικής Επιστήμης και Τεχνολογίας: 3 μήνες πλήρους απασχόλησης
- Τμήμα Πληροφορικής: 6 μήνες μερικής απασχόλησης κατά τα δυο ακαδημαϊκά εξάμηνα (χειμερινό – εαρινό)



πλήρης απασχόληση = 40 ώρες εβδομαδιαίως
Μερικής απασχόλησης = 20 ώρες εβδομαδιαίως

Ημερομηνία έναρξης ΠΑ ορίζεται σε συγκεκριμένες ημερομηνίες
Θα δοθεί χρονοδιάγραμμα ενάρξεων



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Δηλώσεις Μαθημάτων

Είναι απαραίτητο να συμπεριλάβετε το μάθημα
«Πρακτική Άσκηση» στη Δήλωση Μαθημάτων
Χειμερινού Εξαμήνου Ακ. Έτους 2025-2025

Δευτέρα 20 Οκτωβρίου - Κυριακή 9 Νοεμβρίου 2025

Ο/Η ασκούμενος/η δεν μπορεί να ορκιστεί πριν την έναρξη, κατά τη διάρκεια της Πρακτικής του Άσκησης ή πριν καταχωρηθεί βαθμός, αφού η Πρακτική Άσκηση αποτελεί μάθημα του Προγράμματος Σπουδών και **για να μπορέσει να αποζημιωθεί!**



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Αποζημίωση - Ασφάλιση

Η μηνιαία αποζημίωση ανέρχεται στα

- 350,00€, συμπεριλαμβανομένων των εισφορών για πλήρη απασχόληση
- 175,00€, συμπεριλαμβανομένων των εισφορών για μερική απασχόληση

Η συνολική αποζημίωση θα καταβληθεί στο λογαριασμό σας, μετά την ολοκλήρωση της πρακτικής άσκησης και αφού έχετε παραδώσει όλα τα δικαιολογητικά ολοκλήρωσης και έχετε βαθμολογηθεί επιτυχώς, σε διάστημα 6 – 9 μήνες μετά την ολοκλήρωση.

ΑΣΦΑΛΙΣΗ: έναντι εργατικού ατυχήματος στον συγκεκριμένο Φορέα και για το συγκεκριμένο χρονικό.

Δεν υπάρχουν ένσημα.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Συμβουλές - Συνέντευξη

04



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή



Συνέντευξη επιλογής



**Απόλυτη συνέπεια στην ώρα
του ραντεβού**

**Επαγγελματική εμφάνιση /
συμπεριφορά**

**Ομαδοποιημένη γνώση
βιογραφικού σημειώματος**

**Σαφείς & δομημένες
απαντήσεις / ειλικρίνεια /
καθαρότητα**

**Σωστή προετοιμασία και
γνώση του προφίλ της
επιχείρησης**

**Υπεύθυνη και ολοκληρωμένη
εκδήλωση ενδιαφέροντος**

**Σαφές κίνητρο στελέχωσης
της θέσης και πειστική
ικανότητα**

Προετοιμασία Συνέντευξης I



1. Άριστη γνώση βιογραφικού στα κομβικά του σημεία
2. Περιήγηση στον ιστότοπο της επιχείρησης, εξοικείωση με το προφίλ και τα βασικά στοιχεία της

- **Επιμελημένη εμφάνιση** δίχως πολυχρωμία & προχειρότητα στην ένδυση.
- **Έγκαιρη προσέλευση**, ώστε να διαφανεί η **διαθεσιμότητα**, το κίνητρο, άλλα και να αφουγκραστείτε το χώρο, **να δείτε πως συμπεριφέρονται σε αυτό οι εργαζόμενοι**.
- **Ανάπτυξη δεξιοτήτων / τεκμηρίωση αυτών & αντιστοίχιση** στην θέση.
- Απαντήσεις σε ερωτήματα με τρόπο **καινοτόμο/αποφυγή συνταγών**.



Προετοιμασία Συνέντευξης II

Προετοιμαστείτε!

Κάντε πρόβα να παρουσιάσετε τον εαυτό σας

Χρειάζεστε 2 λεπτά max

Επικεντρωθείτε στα δυνατά σας σημεία

Αδύνατα Σημεία

Όπως ξέρετε τα δυνατά σας σημεία, έτσι γνωρίζετε και τα σημεία στα οποία χρειάζεστε βελτίωση

Ετοιμάστε απάντηση με τα μειονεκτήματά σας, επικεντρώνοντας στο πως θα τα βελτιώσετε

Δεν κάνετε μεγάλη ανάλυση. Ένα μειονέκτημα αρκετό, αρκεί να είναι εμπειριστατωμένη απάντηση



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Λεκτική & Μη Λεκτική Επικοινωνία

60/30/10 Principle of Effective Communication

by A. Mehrabian and R. Birdwhistell

body language:

- postures
- eye contact
- mimics
- gestures
- clothing

60%

30%

10%

how we speak:

- tone of voice
- speaking speed
- speaking fluency

what we say:

- content
- story

WEBSensa

- Στη συνέντευξη, η μη λεκτική επικοινωνία μπορεί να μεταδώσει πληροφορίες σχετικά με την αυτοπεποίθηση, την εμπιστοσύνη, την ειλικρίνεια και τα ενδιαφέροντα του υποψηφίου

Έρευνες δείχνουν ότι οι εντυπώσεις
σχηματίζονται στα πρώτα 60'' &
αλλάζουν δύσκολα



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Στάση Σώματος



- Δείξτε **αυτοπεποίθηση** με τον τρόπο που στέκεστε και κινείστε.
- **Δυνατή χειραψία** κατά την είσοδο σας.
- **Διατηρήστε οπτική επαφή** κατά τη διάρκεια της συνέντευξης για να δείξετε **ενδιαφέρον & εμπιστοσύνη**.
- Χρησιμοποιήστε τον **τόνο της φωνής σας** & την παραλλαγή της για να δείξετε ενθουσιασμό και πάθος για τη θέση.
- Αν **σταυρώνετε τα χέρια σας**, δείχνει **αμυντική στάση, νευρικότητα**. Ξέρετε τι θέλετε και σκοπεύετε να το αποδείξετε — και αυτό συνεπάγεται **κινήσεις των χεριών!**
- **Προσπαθήστε να μην καμπουριάζετε**. Κρατήστε την πλάτη σας ίσια, και όταν θέλετε να δείξετε ενδιαφέρον, γείρετε ελαφρώς προς τα εμπρός. **Μην αράξετε στην καρέκλα ή στην πολυθρόνα** όσο μιλάτε, θα δώσετε την εντύπωση ότι βαριέστε ή ότι δεν είστε παρών.

Να σκέφτεστε θετικά!

Πρωθήστε το επαγγελματικό σας προφίλ χρησιμοποιώντας στο λόγο σας λέξεις που υποδεικνύουν δράση και υποδεικνύουν ένα δυναμικό προφίλ

Παραδείγματα

- Έχω οργανώσει.....
- Έχω δημιουργήσει.....
- Έχω επιβλέψει.....
- Έχω λύσει.....
- Έχω διευθύνει.....
- Ανέλαβα πρωτοβουλίες.....κλπ

Να είστε ο εαυτός σας!



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Tip για συνέντευξη



- Χρησιμοποιήστε **περισσότερα από ένα επιχειρήματα** για να στηρίξετε μια άποψη.
- Χρησιμοποιήστε **παραδείγματα** για να **τεκμηριώσετε μια δεξιότητά σας**.
- Μπορείτε να ζητήσετε λίγο χρόνο για να **σκεφτείτε την απάντησή σας**, δεν χρειάζεται να απαντάτε αμέσως.

Ανατροφοδότηση από εταιρίες

- **Personal Statement**
- Γνώση για την επιχείρηση
- Εκτιμώμενη ημερομηνία ολοκλήρωσης Σπουδών
- Ποιος τομέας μιας επιχείρησης τους ενδιαφέρει και ποιες είναι οι δεξιότητες τους, δυνατά σημεία και σημεία προς βελτίωση.
- **Personal Branding**
- Γνώση για την επιχείρηση (website & να γνωρίζουν λίγα λόγια για τη φιλοσοφία)
- Ειλικρινείς απαντήσεις για τα soft skills, δίνοντας ξεκάθαρα παραδείγματα, οπότε καλό είναι να προετοιμάζονται έχοντας ζωντανά παραδείγματα για τις ερωτήσεις που τυχόν δεχθούν.
- Γιατί θέλουν να κάνουν πρακτική στον συγκεκριμένο τομέα που έκαναν αίτηση.
- Μελλοντικά τους σχέδια - Στόχοι
- Γιατί θέλουν να κάνουν πρακτική άσκηση.
- Τα ενδιαφέροντα (όχι μόνο επαγγελματικά), αν έχουν κάνει εθελοντισμό και τι έκαναν ως εθελοντές και αν έχουν ξαναδουλέψει οπουδήποτε.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Τι επιθυμούν να δουν σε ένα Βιογραφικό σημείωμα ενός τελειόφοιτου/της;

- Στοιχεία επικοινωνίας
- Υπολειπόμενα μαθήματα για ολοκλήρωση σπουδών
- Τμήμα / κατεύθυνση
- Οργανωμένη δομή
- Στρατιωτικές υποχρεώσεις
- Ψηφιακές Γνώσεις / Γνώσεις αγγλικών
- **Soft skills**, ενδιαφέροντα, το πάθος για μάθηση, την όρεξη για δουλειά!
- Την κατεύθυνση και το αντικείμενο με το οποίο θα ήθελαν να ασχοληθούν οι ασκούμενοι **μελλοντικά**
- **Project** και **ομαδικές εργασίες** είτε μέσω του πανεπιστημίου είτε σε εξωτερικές δραστηριότητες (π.χ. **Erasmus+**, **Aiesec**) που να αποδεικνύουν τα **soft** και **hard skills** τους. Ο ρόλος που είχαν σε αυτά τα **Project**. + Εργασίες της σχολής
- Διάθεση για συνεχή επιμόρφωση
- Εθελοντισμό
- Γνώσεις σχετικές με τη θέση (πχ. γλώσσες προγραμματισμού, SQL, κτλ)
- CV σε μορφή pdf και σωστά δομημένο



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



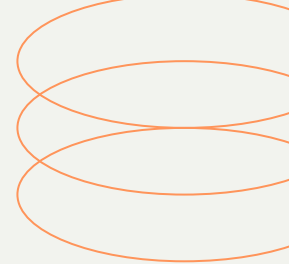
ΕΣΠΑ
2021-2027
Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή



Πληροφορίες:

Ιστότοπος πρακτικής άσκησης
<https://www.aueb.gr/internship>

E-class μαθήματος



Ο καλύτερος τρόπος επικοινωνίας με το Γραφείο Πρακτικής Άσκησης είναι μέσω email!

Όταν αποστέλλετε ηλ. μήνυμα στο Γραφείο Πρακτικής Άσκησης ΟΠΑ θα πρέπει να περιλαμβάνει τις παρακάτω πληροφορίες

Ονοματεπώνυμο:

Τμήμα:

ΑΜ:



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

Στοιχεία Επικοινωνίας

Διεύθυνση: Ελπίδος 13, 3ος όροφος, Αθήνα
(πλησίον πλατεία Βικτωρίας)

- Τμήμα Οικονομικής Επιστήμης | Τμήμα Διεθνών & Ευρωπαϊκών Οικονομικών Σπουδών
κ. Ρούσσος, roussos@aueb.gr , 210- 8203806
- Τμήμα Πληροφορικής
κα Νυφλή, enifli@aueb.gr, 210- 8203815
- Τμήμα Οργάνωσης & Διοίκησης Επιχειρήσεων | Τμήμα Μάρκετινγκ & Επικοινωνίας
κα Κανέλλα, mkanella@aueb.gr, 2108203813
- Τμήμα Λογιστικής & Χρηματοοικονομικής | Τμήμα Στατιστικής
κα Κανέλλα, κα Νυφλή & κ. Ρούσσος, internship@aueb.gr, 210-8203 813, 815, 806



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή

ΚΑΝΑΛΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ

