



Τεύχος 1 | Μάρτιος 2021

ISSN 2732-7701

Έλληλον

Χτίζοντας το μέλλον

Generation

#ΑΛΛΗΛΟΝ

Impressum

ΕΚΔΟΤΗΣ: ΑΛΛΗΛΟΝnet ΑΜΚΕ

ΕΚΠΡΟΣΩΠΟΣ ΕΚΔΟΤΗ:

Άγγελος Παγκράτης

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ:

Χρήστος Μπεζιρτζόγλου

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Άγγελος Νακούλας, Αρίστη Τέγου,
Θεόδωρος Ματακιάδης, Μανώλης
Δαμίγος, Σοφία Μαστροκούκου,
Σπύρος Δημόπουλος

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Δημήτρης Ηλιόπουλος, Κλεάνθης
Γαβριηλίδης, Όλγα Κοσμίδου

ΟΜΑΔΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:

Αλέξανδρος Παγκράτης

ΓΡΑΦΙΣΤΙΚΗ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ:

[MicroKosmos](#)

ΤΑΧΥΔΡΟΜΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:

ALLILONnet, οδός Τατοΐου 90,
GR-14451, Μεταμόρφωση, Ελλάς

EMAIL ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:

periodiko@allilonnet.gr

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ: [http://](http://www.allilonnet.gr)

www.allilonnet.gr

LinkedIn: [https://](https://www.linkedin.com/company/allilon/)

www.linkedin.com/company/allilon/

Facebook: [https://](https://www.facebook.com/ALLILONnet)

www.facebook.com/ALLILONnet

Twitter: [https://twitter.com/](https://twitter.com/ALLILONnet)

[ALLILONnet](https://twitter.com/ALLILONnet)

Τα άρθρα εκφράζουν τις απόψεις
των συγγραφέων και όχι απαραίτητα
του εκδότη και του περιοδικού.

ISSN: 2732-7701

Αγαπητές αναγνώστριες, Αγαπητοί αναγνώστες,

Θα βρείτε στο σημερινό πρώτο τεύχος του περιοδικού μας πληροφορίες για το πώς η **ΑΛΛΗΛΟΝnet** (**ΑΛΛΗΛΟΝ** χάριν συντομίας) διαμορφώθηκε πριν περίπου 10 χρόνια, μέσα από τις αναζητήσεις Ελλήνων εκτός Ελλάδος σχετικά με το τι μπορούν να συνεισφέρουν στην προσπάθεια της χώρας να αντιμετωπίσει την τότε οικονομική κρίση. Θα βρείτε επίσης βασικές πληροφορίες για το πλέγμα αρχών, αξιών και προσεγγίσεων καθώς και πρακτικών στόχων και δράσεων που αναπτυχθήκαν και ωρίμασαν στην μέχρι τώρα πορεία της.

Η ΑΛΛΗΛΟΝ επέλεξε να δραστηριοποιηθεί σε τομείς όπου η δράση της και η κινητοποίηση του ευρύτερου ελληνισμού μπορούν να έχουν πρακτικά αποτελέσματα και προστιθέμενη αξία ατομικά για τους νέους μας αλλά και για την προσπάθεια της χώρας. Η ΑΛΛΗΛΟΝ δημιούργησε το δικό της παράδειγμα και πρακτικό πλαίσιο συνεργασίας μεταξύ των μελών της με δύο κεντρικούς στόχους, αφενός, την υποστήριξη των νέων μας σε όλα τα επίπεδα του επαγγελματικού στίβου (σπουδές, επαγγελματική ένταξη, καριέρα, επιχειρηματικότητα και καινοτομία) και, αφετέρου, την συνεισφορά στην προσπάθεια της χώρας για την προσαρμογή της στην ταχέως μεταλλασσόμενη παγκόσμια οικονομία. Τα κύρια εργαλεία της για τους σκοπούς αυτούς αφορούν δράσεις των δικτύων μελών (περίπου 8.500 μέλη σε 80 χώρες) και μεντόρων (πάνω από 150 μέντορες σε 22 χώρες).

Το περιοδικό **e-Allhlon** υποστηρίζει τις προτεραιότητες της ΑΛΛΗΛΟΝ. Θα επιλέγονται κύρια θέματα για κάθε τεύχος που να είναι κεντρικά για το μέλλον της παγκόσμιας και της Ελληνικής οικονομίας και για το επαγγελματικό μέλλον των νέων μας. Έτσι, θα βρείτε στο πρώτο αυτό τεύχος και αρκετά άρθρα χρήσιμα σε πολλούς από τους νέους μας. Θέματα επόμενων εκδόσεων θα είναι ο ψηφιακός μετασχηματισμός, η καινοτομία, η υψηλή τεχνολογία κλπ.

Ο κύριος στόχος μας σε κάθε τεύχος και θέμα θα είναι να εξετάσουμε τις καινούργιες εξελίξεις, προοπτικές και δυνατότητες που δημιουργούνται και πώς μπορούν οι νέοι μας και η χώρα μας να προετοιμαστούν και να επωφεληθούν με τον καλύτερο τρόπο.

Συγχρόνως, το περιοδικό θα φιλοξενεί άρθρα και συζητήσεις που θα ενθαρρύνουν έναν ευρύτερο προβληματισμό γύρω από τις εξελίξεις αυτές και την σημασία τους για τις δράσεις, τις αξίες και το όραμα της ΑΛΛΗΛΟΝ για την ελληνική οικονομία, την ελληνική κοινωνία και τον παγκόσμιο ελληνισμό, ώστε το περιοδικό μας να είναι χρήσιμο στον μεγαλύτερο αριθμό αναγνωστών, συμμετεχόντων και νέων ή λιγότερο νέων που αγωνίζονται για ένα καλύτερο επαγγελματικό μέλλον.

Το περιοδικό θα είναι προσβάσιμο, όπως και η ΑΛΛΗΛΟΝ, και θα δέχεται άρθρα από Έλληνες και φίλους της Ελλάδας σε όποια χώρα και να βρίσκονται.

Άγγελος Παγκράτης

Ιδρυτής και επίτιμος πρόεδρος της ΑΛΛΗΛΟΝnet

Άγγελος Παγκράτης	2	Μήνυμα εκδότη
Άγγελος Παγκράτης	4	ΑΛΛΗΛΟΝ: Στόχοι, Δράσεις και Όραμα
Κλεάνθης Γαβριηλίδης	8	ALLILON Mentoring
Χρήστος Μπεζιρτζόγλου	12	Γράμμα από έναν πατέρα της Γενιάς «Χ» προς τα Μιλένιαλ παιδιά του
Σταύρος Δαμιανίδης	18	Νέος Έλληνας Επιχειρηματίας: Μια ενδιαφέρουσα πρόκληση
Σοφία Καλλιαντέρη	22	Πώς η πανδημία του κορωνοϊού θέτει στο μικροσκόπιο τις επαγγελματικές επιλογές των νέων
Νάγια Αντωνίου	26	Ο ρόλος της ψυχικής ανθεκτικότητας στην αναζήτηση εργασίας
Τάκης Καλογεράκος	30	Συμβουλές Επικοινωνίας
Γεώργιος Μπαμπαρούτσης	34	How to land your dream job
Γιώργος Μαρκάκης Χάρης Ασλανίδης	38	Εξερευνήστε τον κόσμο του Digital Marketing
Χαιρετάκης Γιώργος-Μάριος	42	Το «ευτύχημα» του εθελοντισμού
Αλέξανδρος Παγκράτης	46	ΑΛΛΗΛΟΝ: Παγκόσμιες Δράσεις και Συνεργασίες
Χρήστος Μπεζιρτζόγλου	50	Αντί επιλόγου

ΑΛΛΗΛΟΝ:

Στόχοι, Δράσεις & Όραμα



Άγγελος Παγκράτης

Ιδρυτής και Επίτιμος πρόεδρος • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: νεολαία, συμβουλευτική, επαγγελματικός στίβος, επιχειρηματικό περιβάλλον, αλληλεγγύη, εθελοντισμός

Η ΑΛΛΗΛΟΝ γεννήθηκε σταδιακά μέσα από συζητήσεις και αναζητήσεις σχετικά με το πώς μπορούν οι Έλληνες που ζουν σε άλλες χώρες να συνεισφέρουν στην προσπάθεια της Ελλάδας να ξεφύγει από την χρονίζουσα οικονομική κρίση. Τα πρώτα βήματα έγιναν στην Αμερική κατά το 2009-10 και αργότερα στην Γενεύη. Ιδρύθηκε τελικά το 2012 στην Αθήνα ως Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρία. Από την αρχή βασίστηκε στον εθελοντισμό των συμμετεχόντων και ανέπτυξε δράσεις αλληλεγγύης σχετικές κυρίως με τις επαγγελματικές αναζητήσεις των νέων αλλά και περιστασιακά με πρωτοβουλίες κοινωνικού περιεχομένου.

Η διαδικασία αυτή έκτισε βήμα-βήμα ένα πλέγμα αρχών, αξιών και προσεγγίσεων, που μοιράζονται οι συμμετέχοντες στην ΑΛΛΗΛΟΝ και που ορίζουν το όραμά της, όσον αφορά στην εξέλιξη της ελληνικής κοινωνίας και οικονομίας και στον ρόλο του παγκόσμιου ελληνισμού, κυρίως στα θέματα με τα οποία δραστηριοποιείται η ΑΛΛΗΛΟΝ. Αναπτύχθηκαν παράλληλα συγκεκριμένοι στόχοι, τους οποίους θέλει να

πετύχει η ΑΛΛΗΛΟΝ και πρακτικές δράσεις για την επίτευξη ή την προώθηση των στόχων αυτών.

A. ΣΤΟΧΟΙ

Η ΑΛΛΗΛΟΝ επέλεξε να δραστηριοποιηθεί γύρω από δύο κυρίως στόχους, στους οποίους η δράση της μπορεί να έχει πρακτικά αποτελέσματα και προστιθέμενη αξία ατομικά για τους νέους μας αλλά και για την προσπάθεια της χώρας.

Ο κεντρικός στόχος της ΑΛΛΗΛΟΝ είναι η υποστήριξη των νέων μας σε όλα τα επίπεδα του επαγγελματικού στίβου (σπουδές, επαγγελματική ένταξη, καριέρα, επιχειρηματικότητα), όπου και να βρίσκονται (στην Ελλάδα ή στο εξωτερικό). Οι βασικοί λόγοι επιλογής αυτού του στόχου είναι οι εξής:

α. η συνεχιζόμενη κρίση της ελληνικής οικονομίας χτύπησε σκληρά τους νέους και τις επαγγελματικές τους προσπάθειες. Πολλοί έφυγαν από την Ελλάδα και γενικά αντιμετωπίζουν, όπου πήγαν, σκληρό και μεγάλο ανταγωνισμό. Όσοι έμειναν, αγωνίζονται για το επαγγελματικό τους μέλλον, στο πλαίσιο μιας εξαιρετικά δύσκολης οικονομικής κατάστασης, που

απλά δεν τους δίνει αρκετές ευκαιρίες επαγγελματικής ένταξης και καριέρας. Έτσι, μεγάλο μέρος των ικανοτήτων και ταλέντων τους απλά δεν αναπτύσσεται, όπως θα μπορούσε να αναπτυχθεί σε ένα καλύτερο περιβάλλον. Η μη αξιοποίηση των ικανοτήτων και ταλέντων των νέων μας είναι ίσως το μεγαλύτερο κόστος της τωρινής κρίσης για την Ελλάδα. Δεν υπάρχει βέβαια μεθοδολογία που να επιτρέπει την ακριβή μέτρηση του «κόστους-ευκαιρίας» στην περίπτωση αυτή.

β. ο όγκος της διαθέσιμης πληροφορίας, σχετικά με την επαγγελματική ένταξη και εξέλιξη γενικότερα, είναι πελώριος αλλά αυτό συχνά δεν αρκεί. Όπως υπάρχουν τεχνολογίες αιχμής, που ορίζουν σε πελώριο πια βαθμό τις εξελίξεις της μοντέρνας οικονομίας, έτσι υπάρχει και πληροφορία αιχμής, όπως και δικτύωση αιχμής, οι οποίες μπορούν να παίξουν έναν καθοριστικό ρόλο στην επαγγελματική προσπάθεια του κάθε νέου. Αυτό σημαίνει ότι απαιτείται μια καινούργια αλληλεγγύη και αλληλοϋποστήριξη στον επαγγελματικό τομέα παντού, όπου υπάρχουν Έλληνες και φίλοι της Ελλάδας.

γ. η μείωση του brain drain και της παράλληλης προώθηση της εισροής ταλέντου από το εξωτερικό (brain gain) είναι βασικές προϋποθέσεις για να μπορέσει η Ελληνική οικονομία να δημιουργήσει και πάλι υψηλούς βαθμούς ανάπτυξης. Παρά τις τωρινές δυσκολίες, η Ελλάδα εξακολουθεί να έχει πολύ μεγάλες αναπτυξιακές δυνατότητες.

επενδυτικού και επιχειρηματικού περιβάλλοντος στην Ελλάδα ως βασικό στοιχείο της προώθησης της επιχειρηματικότητας των νέων, ιδίως σε τομείς υψηλής τεχνολογίας (καινοτομίας), δηλαδή και υψηλής προστιθέμενης αξίας, καθώς και ως κεντρική επιλογή για την απελευθέρωση των παραγωγικών και δημιουργικών δυνάμεων της νεολαίας μας, για την απορρόφηση των ανέργων και για την επίτευξη βιώσιμης οικονομικής ανάπτυξης. Για την επιτυχία αυτού του στόχου απαιτείται επίσης και βαθιά μεταστροφή της νοοτροπίας του κοινωνικού συνόλου υπέρ μιας παραγωγικής, αξιοκρατικής και κοινωνικά δίκαιης επιχειρηματικότητας.

Οι δύο στόχοι αυτοί είναι κεντρικοί πρώτα για τους νέους μας ατομικά, όπου και να βρίσκονται, δεύτερον, για την οικονομική ανάκαμψη και έξοδο της Ελλάδας από την κρίση, που την ταλανίζει τα τελευταία χρόνια και, τέλος, για το μέλλον του ευρύτερου ελληνισμού. **Η ΑΛΛΗΛΟΝ δεν μπορεί βέβαια να πετύχει αυτούς τους στόχους μόνη της.** Συμμετέχει, όμως, πολύ στοχευμένα και βάζει προσεκτικά τις σταγόνες της σε ένα μεγάλο ποτήρι, που πρέπει να γεμίσει. Πασχίζει να αυξήσει τις σταγόνες της και την συνεισφορά της, που μεγαλώνουν συνεχώς, όσο αυξάνονται και οι μέντορές της (τώρα πάνω από 150) και τα μέλη της (τώρα περίπου 8.500) σε πάνω από 80 χώρες.

B. ΔΡΑΣΕΙΣ

Οι δράσεις της ΑΛΛΗΛΟΝ για την προώθηση των στόχων της περιλαμβάνουν:

— **Την εξάπλωση του δικτύου μελών:** Το κάθε νέο μέλος της ΑΛΛΗΛΟΝ αναλαμβάνει μόνο μία βασική υποχρέωση, δηλαδή να είναι προσβάσιμο κατ' αρχάς για να επικοινωνήσει και να απαντήσει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο σε ερωτήσεις, συνήθως από νεότερα μέλη, σχετικά με την επαγγελματική του εμπειρία, όταν η εμπειρία αυτή μπορεί να βοηθήσει τον νεότερο στην δική του επαγγελματική προσπάθεια. Έτσι, το κάθε μέλος είναι και ένας μικρός μέντορας.

—**Την εξάπλωση του δικτύου μεντόρων:** Η Συμβουλευτική της ΑΛΛΗΛΟΝ έχει αναπτύξει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, μεταξύ άλλων περιλαμβάνει έμπειρους μέντορες αλλά και νέους μέντορες (young mentors), οι οποίοι είναι μέντορες συνήθως για κάποιο συγκεκριμένο μεταπτυχιακό ή για μια συγκεκριμένη επαγγελματική ένταξη που έχουν ήδη ολοκληρώσει επιτυχώς. Ο κύριος στόχος είναι η παροχή βοήθειας στις σημαντικές αποφάσεις του νέου για σπουδές, επαγγελματική ένταξη, καριέρα ή επιχειρηματικότητα. Η προώθηση υψηλών απαιτήσεων δεοντολογίας και αξιών, γίνεται με τρόπον ώστε η όλη Συμβουλευτική να υποστηρίζει την αξιοκρατία.

—**Την δικτύωση και προώθηση εκδηλώσεων και συνεργασιών:** Ειδικά οι μέντορες της ΑΛΛΗΛΟΝ είναι και πυλώνες δικτύωσης και προώθησης συνεργασιών μεταξύ των μελών. Οι εκδηλώσεις οργανώνονται, συνήθως, με φορείς με τους οποίους η ΑΛΛΗΛΟΝ έχει αναπτύξει συνεργασίες. Για παράδειγμα το Πανεπιστήμιο Πειραιά και η Μόνιμη Ελληνική Αντιπροσωπεία στην Ευρωπαϊκή Ένωση στις Βρυξέλλες. Οι εκδηλώσεις αυτές οργανώνονται γύρω από ένα θέμα που προωθεί τον δεύτερο στόχο της ΑΛΛΗΛΟΝ, δηλαδή την αναβάθμιση του επιχειρηματικού περιβάλλοντος και την προώθηση της επιχειρηματικότητας κυρίως για νέους και κυρίως για τομείς υψηλής τεχνολογίας και περιέχουν σαν κύριο κομμάτι κάποιας μορφής ταχυ-καθοδήγησης (speed mentoring), που εξυπηρετεί τον κεντρικό στόχο της ΑΛΛΗΛΟΝ, δηλαδή την άμεση υποστήριξη των επαγγελματικών προσπαθειών των νεότερων μελών μας.

—**Την δημιουργία ενός εύχρηστου και αποτελεσματικού πλαισίου** διευκόλυνσης επικοινωνίας, ανταλλαγής χρήσιμων πληροφοριών και ιδεών από την ΑΛΛΗΛΟΝ προς τα μέλη αλλά και μεταξύ μελών, κυρίως μέσω της ιστοσελίδας, του διαδικτυακού περιοδικού και των κοινωνικών

δικτύων.

—**Την ad hoc υποστήριξη, στο μέτρο του δυνατού, κοινωνικών πρωτοβουλιών,** δωρεών σε σχολεία, πανεπιστήμια, νοσοκομεία και συνεργασιών με άλλους κοινωνικούς φορείς.

Γ. ΟΡΑΜΑ

Οι προκλήσεις των καιρών απαιτούν από την ελληνική οικονομία και την ελληνική κοινωνία να εξελιχθούν και να βελτιωθούν γρήγορα και δυναμικά, ώστε να ξεπεραστούν τα συσσωρευμένα προβλήματα του παρελθόντος, αλλά κυρίως να γίνουν γρήγορα και ουσιώδη άλματα προς ένα μέλλον ευημερίας και κοινωνικής προόδου. Αυτό απαιτεί να αποκτηθούν ή ενισχυθούν, μεταξύ άλλων, τα ακόλουθα χαρακτηριστικά.

Η ελληνική οικονομία χρειάζεται να έχει ως εθνική προτεραιότητα την διεύρυνση της παραγωγικής βάσης της χώρας και την γρήγορη προσαρμογή της στις νέες συνθήκες της βαθιά μεταλλασσόμενης παγκόσμιας οικονομίας. Χρειάζεται να είναι αποφασιστικά στραμμένη προς την καινοτόμο επιχειρηματικότητα, με ιδιαίτερη έμφαση στην υψηλή τεχνολογία σε όλα τα επίπεδα και κεντρικό εθνικό στόχο να κάνει την Ελλάδα διεθνή κόμβο γνώσης και καινοτόμου επιχειρηματικότητας, ιδίως σε τομείς τεχνολογικής αιχμής. Στην πορεία αυτή η ελληνική οικονομία πρέπει να παραμένει συνεχώς διεθνώς ανταγωνιστική, να προσφέρει πραγματικές, γρήγορα αυξανόμενες και ίσες ευκαιρίες στους νέους της και να δημιουργεί τις κατάλληλες συνθήκες για ρεύμα επιστροφής Ελλήνων στην Ελλάδα.

Η ελληνική κοινωνία χρειάζεται να γίνει πολύ πιο αξιοκρατική, δίκαιη και συνεκτική γύρω από τις βασικές της αξίες και από ένα ευρέως αποδεκτό όραμα για το μέλλον, με εμπιστοσύνη στην ικανότητά της να ευημερεί και να δημιουργεί, ικανή να κτίζει επί του αστερέυτου πλούτου της κληρονομιάς της και ικανή να προσφέρει το σωστό

πλαίσιο στους νέους της, ώστε να συνεισφέρουν, από την θέση που τους αξίζει, στην δημιουργικότητα και καινοτομία, που θα ορίσουν το Ελληνικό, Ευρωπαϊκό και Παγκόσμιο γίνεσθαι του XXI αιώνα.

Δ. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Οι δύο κεντρικοί στόχοι της ΑΛΛΗΛΟΝ, δηλαδή η υποστήριξη των νέων μας σε όλα τα επίπεδα του επαγγελματικού στίβου και η προώθηση της επιχειρηματικότητας των νέων ιδίως σε τομείς υψηλής τεχνολογίας είναι απολύτως κεντρικοί για το μέλλον των νέων μας, της χώρας και του παγκόσμιου ελληνισμού.

Οι πιο επιχειρησιακοί ενδιάμεσοι στόχοι της ΑΛΛΗΛΟΝ είναι ο κάθε νέος ή λιγότερο νέος που δίνει τον καλό του αγώνα προόδου για ένα καλύτερο επαγγελματικό ή επιχειρηματικό μέλλον, να γνωρίζει την ύπαρξη της ΑΛΛΗΛΟΝ, να μην αισθάνεται μόνος στην προσπάθειά του και να υπάρχει τουλάχιστον ένας κατάλληλος μέντορας διαθέσιμος, αν το επιθυμεί. Επίσης, να συμβάλουμε στην πολύ ευρύτερη προσπάθεια προσαρμογής, που απαιτείται, ώστε η Ελλάδα και ο παγκόσμιος ελληνισμός να μπορούν να έχουν συνοχή και ισχύ στην πορεία τους προς ένα μέλλον υψηλής τεχνολογίας και καινοτομίας με την οικονομία και κοινωνία που αξίζουν στους νέους μας.

Η ΑΛΛΗΛΟΝ είναι ένας χώρος αλληλεγγύης και αλληλοϋποστήριξης κυρίως υπέρ των νέων μας, όπου και να βρίσκονται και ο οποίος εξαπλώνεται συνεχώς. Προσφέρει στα μέλη της ένα ευέλικτο, λειτουργικό και δοκιμασμένο πλαίσιο, το οποίο έχει αποδείξει την χρησιμότητα και την προσαρμοστικότητά του και στο οποίο ο καθένας, που αναγνωρίζει και μοιράζεται τις αξίες της ΑΛΛΗΛΟΝ, έχει κάτι πολύτιμο να δώσει και να πάρει. Η ΑΛΛΗΛΟΝ είναι ανοικτή σε όλους τους Έλληνες και φίλους της Ελλάδος.



ALLILON Mentoring



Κλεάνθης Γαβριηλίδης

Μέντορας Καριέρας & Επιχειρηματικότητας • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: mentoring relationship, mutual trust, confidentiality, Certificate of Mentorship, meaningful conversations, networking

The French writer François Fenelon, in his work *Les Aventures de Télémaque* ("The Adventures of Telemachus", 1699) presents Mentor-Athena accompanying Telemachus on his journey, giving him directions with a friendly and supportive approach and finally bringing him back close to his father, Ulysses. Because of Mentor's relationship with Telemachus, and the disguised Athena's encouragement and practical plans for dealing with personal dilemmas, the personal name *Mentor* has been adopted in Modern Greek, Latin and other languages, including English, as a term meaning someone who imparts wisdom to and shares knowledge with a less-experienced colleague.

The role of a mentor is to encourage the personal and professional development of a mentee through the sharing of knowledge, expertise and experience.

The mentoring relationship is built on mutual trust, respect and communication, and involves both parties meeting normally 'one to one' with confidentiality and privacy to exchange ideas, discuss progress and set goals for further development.

Ethics demand that the relationship be conducted in a professional manner with consideration and

respect for both mentor and mentee.

Who can benefit from mentoring?

Mentoring can be useful to all professionals, graduating and Research professionals, young professionals needing mentoring to decide about future career paths and mature professionals needing support to explore opportunities in their professional life.

Mentoring of ALLILLON is strategic in its approach, aiming at providing guidance based on real life experience on the important choices the mentee is facing in his/her efforts to improve his/her professional prospects, involving for example:

- the next stage of postgraduate studies, or
- the professional integration, or
- the next career steps, or
- the creation of a carrier mapping, or
- the creation of a new company, or
- the expansion of the activities of an existing company, or
- the acquisition of required skills, etc.

Our mentors remain strictly volunteers and offer their advice in the context of ALLILLON completely free of charge.

Finding the perfect mentor for you

Potential mentees will have access to mentors only through a "Certificate of Mentorship" issued by our Communication Team.

The candidate mentee should as a first step complete the relevant form on the website of ALLILON and then, after receiving the necessary certificate from the Communication Team, contact the mentor(s) chosen.

To select the perfect mentor for you there are four main things to consider:

1. Relevant experience.

Choosing a mentor with experience and success not only in your field in general, but as much as possible with experience to your specific personal and business goals.

2. A practical approach.

The ability to help you specifically to scale up your business goals.

3. A holistic vision.

Find a mentor who understands that success on the personal side is key to success on the business side, and vice versa. Look for somebody who sees the whole picture."

4. Network alignment.

In addition to offering you the benefit of their experience, your mentor will open you up to many new connections. We suggest thinking beyond the mentors themselves and looking at the network they sit within, and how this might align with your goals.

Mentoring outcome objectives

1. Conversations

In general, the basic mode of mentoring is having meaningful conversations that will move the needle in areas of your life or business that matter most to you. The mentoring offered by ALLILON concentrates on important decisions for your future as indicated above.

2. Curiosity

As they say, "if you are doing what you have been

doing, you will continue to get the results you have got." Don't hesitate to explore options in preparation of a decision that you know you will face in the future, even if you are not ready or the conditions are not yet mature to allow you to take such decision yet.

3. Capacity

Power from a philosophical perspective is the "capacity to take action to produce meaningful results."

A good way to know this is if at the end of a conversation with your mentor, you begin to find some things that seemed "impossible" seem very "possible."

4. Confidence

Confidence will empower you and will give you the motivation to take the right actions.

5. Connections

The right connections for you at the right time can instantly open new doors, expand your capacity and give you credibility by association. A good mentor thoughtfully connects you to the right people via their network. Networking is always a priority for a mentor of ALLILON. It is important that you grow and earn that right to deserve such introductions.

Role of the mentee

The best mentoring programs are mentee driven. Mentees are strongly advised to bring questions, also concerns, or problems, even better targets and options to the mentor who listens, supports, informs, and sympathizes without judgment, criticism, advice, or comparison. Mentors of ALLILON are encouraged to focus directly on the specific priorities of the mentee. Thus:

Take the initiative in the relationship. Once you have the certificate from the communication team, invite your mentor to meet with you, suggest topics to discuss, ask for what you need. Use email to start with, and then arrange for time in person.

Bring questions, confusions, concerns, and problems. But also bring successes, alternatives, and ideas. New mentors are engaged because of all they bring. See your mentor as someone who can help you be a better you.

Make good use of your first interview. Scheduling in advance, spontaneity, and a combination are all fine — more meetings can take place as long as they work with you both.

Be clear what you need, and if an activity or suggestion just isn't of interest, say so. Stick with teaching/learning, academic/community, and work-life balance issues that are truly of interest to you.

Don't expect your mentor to know everything or be able to help in every situation. But do check with your mentor early on when you need help.

Ask for information and, if appropriate, advice. Understand that any advice is not the last word, and may not be right for you. The more important a concern, the more important to weigh advice carefully and get second and third opinions.

Be open to discussions and constructive alternative ways to handle teaching and professional responsibilities.

Elicit a mentor's help in developing other informal supportive relationships.

Be honest about any minor concerns regarding the mentoring relationship. If things are just not working, face facts and follow a "no fault" separation policy if the mentoring time is not over; you can contact a new mentor of ALLILLON or just use other support.

Mentoring procedure

When rapport is established, as indicated above, and both parties feel that they can work well together, they can take the conversation further. Ini-

tially, establish the boundaries of the relationship, probable length, ways of working, confidentiality, and most importantly: learning and development objectives.

Like most relationships, mentoring relationships progress through stages. Your formal mentoring relationship will likely reflect four developmental stages with each stage forming an inherent part of the next:

I. Building the Relationship

II. Exchanging Information and Setting Goals

III. Working Towards Goals and Deepening the Engagement

IV. Ending the Formal Mentoring Relationship and Planning for the Future

Your mentor will help you:



ALLILLON procedural considerations / highlights:

An approval certificate issued by ALLILLON, to initiate contact, is an essential component of the mentoring procedure. The validity period of the certificate to contact the mentor(s) is normally 1 month.

The mentee is requested to carefully read the profile of the mentors concerned and particularly the description of the mentoring area and the skills, knowledge and experience of the mentor provided in his profile,

which normally is quite detailed and focused. The mentee is expected to adapt to the mentor's definition of the mentoring field(s) provided.

The main aim is the one-to-one discussion that should be focused and brief (normally max 1 hour).

The two sides if they agree can organize another meeting (but it is not "a must" and it is not necessarily expected).

Our mentoring sessions are always accompanied by an efficient and careful evaluation process by both the mentor and mentee.



The mentoring relationship is built on mutual trust, respect and communication, and involves both parties meeting to exchange ideas, discuss progress and set goals for further development.

Γράμμα από έναν ΠΑΤΕΡΑ

της Γενιάς «Χ» προς τα Μιλένιαλ παιδιά του¹



Χρήστος Μπεζιρτζόγλου

[Μέντορας Καριέρας](#) • [LinkedIn](#)

Μετάφραση: Μανώλης Δαμίγος

Λέξεις κλειδιά: μιλένιαλς, γενιά «Χ», εκπαίδευση

Ηδη από το 2020, η γενιά των Μιλένιαλς (αγγλικά: *Millennials*) αποτελεί το 50% του ευρωπαϊκού εργατικού δυναμικού. Καθώς αυτή η νέα γενιά πολιτών εισέρχεται ενεργά στην κοινωνική, οικονομική και πολιτική ζωή, οι άνθρωποι της γενιάς μου (Γενιά Χ) οφείλουν να αναπτύξουν μια ειλικρινή σχέση, γινόμενοι οι μέντορές τους, και να τους ενθαρρύνουν να διδάσκονται από τα λάθη της δικής μας και των προηγούμενων γενιών. Επικοινωνώντας με ακρίβεια τα διακυβεύματα, τα οφέλη και τις άμεσες συνέπειες των επιλογών για τις ζωές τους, θα δίνουμε απαντήσεις στις προσδοκίες τους και θα δημιουργούσαμε κλίμα εμπιστοσύνης.

Περί «Γενεών»

Γίνεται μεγάλη συζήτηση μεταξύ δημογράφων και «μαρκετιστών» για τον ακριβή χρονικό προσδιορισμό της κατάτμησης των διαφόρων πληθυσμιακών ομάδων στη βάση κοινών χαρακτηριστικών. Στο άρθρο μου θα χρησιμοποιήσω τους ακόλουθους ορισμούς: Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται για την Γενιά «Χ», την γενιά μου, και για την Γενιά των Μιλένιαλς, την γενιά των παιδιών μου, αφού αυτό το άρθρο είναι μια ανοιχτή επιστολή από τον πατέρα προς τα παιδιά του.

Η Γενιά μου αναφέρεται ως:

Η γενιά του MTV από το «μουσικό κανάλι τηλεόρασης» και λόγω της ταχείας εξάπλωσης της μουσικής μέσω κοινωνικών μέσων, αλλά και της

Η Γενιά «α» / Η παγκοσμιοποιημένη γενιά	Μετά το ~2010
Η Γενιά «Ζ» / Η γενιά που άλλαξε το παιχνίδι	Μεταξύ ~1995-2010
Η Γενιά των Μιλένιαλς / Γενιά «Υ» / Η γενιά του παγκόσμιου ιστού	Μεταξύ ~1975-1995
Η Γενιά «Χ» / Η γενιά των προσωπικών υπολογιστών	Μεταξύ ~1965-1975
Οι Baby Boomers / Η γενιά του υπερκαταναλωτισμού	Μεταξύ ~1945-1965
Η Σιωπηλή Γενιά / Η μετά τον 2° ΠΠ γενιά	Μεταξύ ~1925-1945
Η Εποχή της Ύφεσης / Οι νέοι θεοί	Μεταξύ ~1910-1925

υποκουλτούρας των νεομοδάρτων (hipsters) και των εμμονικών/σπασίκλων (nerds).

Η γενιά των Ηλεκτρονικών Υπολογιστών – ως η πρώτη γενιά που μεγάλωσε με προσωπικούς αλλά όχι και τόσο φορητούς υπολογιστές, από τον [ZX Spectrum](#) και τον Commodore 64 μέχρι τους IBM PC και Apple Macintosh.

Η Χαμένη Γενιά ή Μανταλωμένη Γενιά – καθώς περνούσαμε τις εργάσιμες ώρες της ημέρας σε παιδικούς σταθμούς (σε αντίθεση με την σιωπηλή γενιά των γονιών μας, του πολέμου και της μεταπολεμικής πενίας) αλλά και βιώνοντας την εμπειρία των χωρισμένων ή/και μονογονεϊκών οικογενειών (που συνδέονται κυρίως με την «ελευθερία» της baby boom γενιάς).

Και χαρακτηρισμένη ως:

Αδιάφορη πολιτικά – καθώς έγινε η γενιά με την μικρότερη συμμετοχή σε εκλογές, χωρίς ενδιαφέρον για τις παγκόσμιες ειδήσεις ή τα κοινωνικά θέματα που τις περιβάλλουν.

«Μόνο Εγώ» – Με συμπεριφορά «για την πάρτη μου μόνο», που μετουσιώνεται από την γενικευμένη απάθεια/παθητικότητα για τα πάντα μέχρι την καλύτερη επιχειρηματική παιδεία (ιδρύθηκαν επιχειρηματικοί κολοσσοί όπως οι Amazon, Wikipedia, eBay, Google, Linux, PayPal, Skype). Μια παράξενη περίπτωση αμφιθυμίας, που ωθείται προς δύο κατευθύνσεις συγχρόνως.

Μορφωμένη – ένα καλά εκπαιδευμένο πλήθος (πολλοί έφτασαν να αποκτήσουν ανώτατη εκπαίδευση σε σχέση με τις προηγούμενες γενιές), αλλά χωρίς να δίνουν πάντα την πρέπουσα προσοχή τους στο μέλλον (με αποτέλεσμα συχνά να οδηγηθούν σε απερίσκεπτους χρηματο-οικονομικούς προγραμματισμούς και υψηλή πιστωτική

έκθεση).

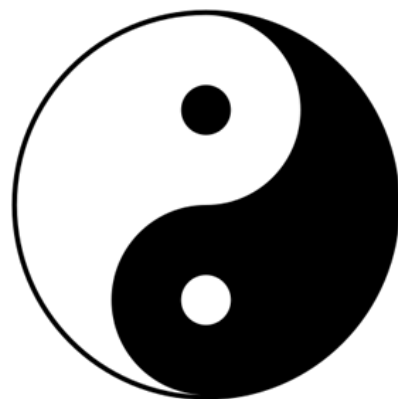
Η δική σας γενιά, αυτή των Μιλένιαλς, είναι γνωστή ως πνευματικά εκλεπτυσμένη, γνώστρια των τεχνολογιών (τα παιδιά dot com), και απρόσβλητη από τους παραδοσιακούς τρόπους πωλήσεων (είτε για εμπορικούς, είτε για πολιτικούς σκοπούς), στις οποίες εκτεθήκατε από την παιδική ηλικία σας. Είστε εθνικά και φυλετικά διαφοροποιημένοι, κάνοντας το Ευρωπαϊκό σύνθημα «Ενωμένοι στην Διαφορετικότητα» μια παγκόσμια πραγματικότητα.

Η γενιά των παιδιών σας, η Γενιά «Ζ», θα ζήσει σε μια ακόμα πιο διαφοροποιημένη και ψηφιακά υπερσυνδεδεμένη εποχή, σε συνθήκες επιταχυνόμενης διαδικτυακής μάθησης, ενώ συγχρόνως θα μετασχηματίζεται σε μια «θυμωμένη κοινωνία», που οι πολίτες της θα διολισθήσουν προς «θυμωμένες πολιτικές». Η δημόσια εμπιστοσύνη στους μεγάλους θεσμούς ίσως θα συνεχίσει να καταβαραθρώνεται με την πάροδο του χρόνου και οι λαοί θα αναπτύξουν «[οργή](#)» έναντι κάθε πράγματος που είναι συνδεδεμένο με «το σύστημα».

Η ιστορική κληρονομιά της Γενιάς «Χ»

Ποια είναι όμως η ιστορία της Γενιάς «Χ» (σημειωτέων ότι η λέξη *ιστορία*, που προέρχεται από τα αρχαία ελληνικά, σημαίνει «διερεύνηση», «γνώση μέσω έρευνας» ή «κρίση»); Ποια είναι η κληρονομιά μας (αναφέρομαι σε συμβάντα ή διεργασίες, που θα αποκτήσουν μια ειδική σημασία στη συλλογική μνήμη);

Το σύμβολο Γιν-Γιανγκ (Yin-Yang) αντιπροσωπεύει την αρχαία κινεζική αντίληψη, το πώς τα





πράγματα λειτουργούν και μεταβάλλονται με την πάροδο του χρόνου. Ο εξωτερικός κύκλος αντιπροσωπεύει το «Όλον», ενώ τα σχήματα σε μαύρο και λευκό εντός του κύκλου αντιπροσωπεύουν την αλληλεπίδραση δύο ενεργειών, που δημιουργούν την ζωή. Το μαύρο αποκαλείται «Γιν» και το λευκό «Γιανγκ». Τα σχήματα αυτά δεν είναι εντελώς σκοτεινά ή φωτεινά, όπως ακριβώς και τα πράγματα στην ζωή, δεν είναι εντελώς αρνητικά ή τελείως θετικά, ούτε μπορούν να υπάρξουν το ένα χωρίς το άλλο. Τα σχήματα των τμημάτων Γιν και Γιανγκ δίνουν στην πραγματικότητα μια έννοια συνεχούς κίνησης μεταξύ των δύο αυτών φάσεων — από το Γιν στο Γιανγκ και αντίστροφα — όντας η αιτία για να συμβούν τα πάντα. Ακριβώς με τον ίδιο τρόπο οι γενιές πάνε κι έρχονται και σφάλματα γίνονται ή αποφεύγονται. Έτσι, θεωρώ ότι το σύμβολο Γιν και Γιανγκ είναι η ιδανική απεικόνιση του

κληροδοτήματος της Γενιάς «Χ».

Όμως, όπως μέσα στο Γιανγκ (Ευκαιρίες) υπάρχει λίγο Γιν (Απειλές), οι άνθρωποι θα πρέπει να θυμούνται τα ρητά από τρεις Αρχαίους Έλληνες φιλοσόφους: «Γνώθι σ' εαυτόν», «Δράσε με σύνεση» και «Μηδέν άγαν». Έτσι, ο κατάλογος των θετικών και αρνητικών ζητημάτων, που παρουσιάζονται πιο κάτω, θα πρέπει να διαβαστούν έχοντας στον νου ότι ακόμα και το πλέον προβληματικό ζήτημα θα μπορούσε να οδηγήσει άλλους τομείς σε θετικές πορείες.

Τα τρία «Γιανγκ» διακυβεύματα που η Γενιά «Χ» περήφανα θα περάσει στις επόμενες γενιές είναι:

Παγκοσμιοποίηση

Έχοντας γεννηθεί στον 20^ο αιώνα, αγαπώντας την προσωπική μας ελευθερία και την ευδαιμονία, αλλά μπαίνοντας στον 21^ο αιώνα (τον αιώνα της παγκοσμιοποίησης), κατανοούμε τελικά ότι οι σύγχρονες προκλήσεις (γεωπολιτικές, οικολογικές ή οικονομικές) απαιτούν κοινές προσεγγίσεις.

Τυποποίηση

Χρησιμοποιώντας την τυποποίηση σαν καταλύτη, περάσαμε από τα κλειστά ιδιόκτητα συστήματα σε ανοιχτά διαλειτουργικά συστήματα. Η πρόοδος διαδόθηκε ταχέως στον κόσμο, καθώς η τυποποίηση βοήθησε στο να μεγιστοποιηθεί η συμβατότητα, η ασφάλεια και η ποιότητα. Ταυτόχρονα, διευκόλυνε την ευρεία εμπορευματοποίηση διεργασιών, που παλαιότερα ήταν χρονοβόρες και μη συμβατές.

Ψηφιοποίηση

Κλείσαμε την πόρτα της Βιομηχανικής Επανάστασης και ανοίξαμε την πόρτα της εποχής της Τεχνολογίας Πληροφόρησης και Επικοινωνίας – ICT – (από τα αναλογικά



ηλεκτρονικά στην Τεχνητή Νοημοσύνη και το Διαδίκτυο των Αντικειμένων (IoT)). Η εξέλιξη της τεχνολογίας στην καθημερινή ζωή και η κοινωνική οργάνωση οδήγησαν στο γεγονός ότι ο εκσυγχρονισμός των διεργασιών πληροφόρησης και επικοινωνίας έγιναν η κατευθυντήρια δύναμη της κοινωνικής εξέλιξης.

Τα τρία «Γιν» διακυβεύματα της γενιάς «Χ» που κληρονομούνται στις επόμενες γενιές είναι:

Ασφάλεια

Μεγαλώσαμε με τις εικόνες των baby

boomers (η προηγούμενή μας γενιά), των χίπις και της έννοιας της απεριόριστης Ελευθερίας (φυσικής, πολιτικής και σεξουαλικής) και φτάσαμε σε μια εποχή τρομοκρατίας, περιορισμού των πολιτικών δικαιωμάτων και νέων κινδύνων ασφάλειας [ιατρικών (AIDS, κορωνοϊός), ψηφιακών (υποκλοπή δεδομένων και ταυτοποίησης) και πολιτικών (ψευδείς ειδήσεις και λαϊκίστικες ομιλίες)].

Περιβάλλον

Μεγαλώσαμε πιστεύοντας στην

δυνατότητα μιας αστείρευτης εκμετάλλευσης των φυσικών πόρων, αλλά μάθαμε με τον δύσκολο τρόπο τους κινδύνους της τρύπας του όζοντος και των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής στην καθημερινότητα της ζωής μας.

Οικονομία

«[Χρήμα χωρίς κόστος](#)» τραγουδούσαν οι Dire Straits και πιστέψαμε ότι οι θυσίες των προηγούμενων γενεών (η χαμένη γενιά του Β' Παγκόσμιου Πόλεμου και οι επακόλουθοι baby boomers) θα αρκούσαν για πάντα. Χωρίς να σκεπτόμαστε το ευρύτερο κοινωνικό αγαθό και αγνοώντας το μέλλον για τα συμφέροντα του παρόντος, οδηγηθήκαμε στην παγκόσμια οικονομική κρίση της αρχής του 21^{ου} αιώνα.

Οι σκέψεις μου

Ασπασθήκαμε το σύνθημα «[Another brick in the wall](#)» των Pink Floyd, υιοθετώντας μια συμπεριφορά «Εγκατάλειψης» όταν βρεθήκαμε μπροστά στο δίλημμα «Ηγήσου ή Εγκατάλειψε». Σας προτρέπω να υιοθετήσετε την συμπεριφορά του «Ηγήσου» και να κατανοήσετε ότι η Εκπαίδευση θα είναι το υπόβαθρο της επιτυχίας σας.

Στο ξεκίνημα της μετανθρώπινης εργασίας στην εποχή της Τέταρτης Βιομηχανικής Επανάστασης, ο Άνθρωπος-Θεός ([Homo Deus](#)) οφείλει να «ανταγωνιστεί» έξυπνες μηχανές (π.χ. ρομπότ προγραμματισμένα με Τεχνητή Νοημοσύνη), που εκτελούν εργασίες και αποφασίζουν στην θέση του.

Πώς θα μπορούσαν οι άνθρωποι να παραμείνουν κύριοι του εαυτού τους και όχι σκλάβοι του Διαδικτύου των Αντικειμένων; Πώς μπορούμε να κτίσουμε μια καλύτερη κοινωνία; Πώς μπορούμε να έχουμε λιγότερους εξτρεμιστές; Πώς μπορούμε να αριστεύσουμε;

Η απάντηση είναι πια προφανής για εμένα!

Η εκπαίδευση είναι το θαυμάσιο όχημα που θα μεταδώσει τις ανθρωπιστικές αξίες, στις οποίες δομήθηκε η ευρωπαϊκή κοινωνία, όπως η ελευθερία, η φιλελεύθερη δημοκρατία, η αποδοχή των αρχών των θεμελιωδών ανθρωπίνων δικαιωμάτων και ο εναγκαλισμός με τον αμοιβαίο σεβασμό και την διαφορετικότητα. Θα μπορούσε να είναι ο τρόπος να ανυψωθούμε πάνω από την ιδιοτέλεια, να ξανασφυρηλατήσουμε τους κοινωνικούς δεσμούς και να δώσουμε στις μέλλουσες γενιές τα εργαλεία για να θάψουν τις πολιτικές θυμού.

Οι φιλοδοξίες μου

Εύχομαι η γενιά μου να έχει την Σοφία (Διανοητική - IQ, Συναισθηματική - EQ και Μαθησιακή - LQ) για να ενισχυθούν οι ικανότητες, που θα μας βοηθήσουν να επιτύχουμε το αποτέλεσμα για το οποίο προσπαθήσαμε με την μέγιστη βεβαιότητα και αποδοτικότητα:

Εναγκαλισμός της εκπαίδευσης του πολίτη

(civic education - επίτευξη Μαθησιακής Σοφίας) ως εργαλείο για να καταπολεμηθεί ο πολιτικός λαϊκισμός και ο παραμορφωτικός φακός του εγώ μας με την βελτιστοποίηση της ικανότητας κριτικής σκέψης.

Ανάπτυξη ευέλικτων/δημιουργικών

δεξιοτήτων (soft skills - επίτευξη Συναισθηματικής Σοφίας) για διαπροσωπικές σχέσεις, όπως η αυτό-ευαισθητοποίηση, η άσκηση ηγεσίας, το πνεύμα εξυπηρέτησης, η ομαδική εργασία, η ενεργή ακρόαση, η αποφασιστική επίλυση προβλημάτων, η επικοινωνία, η διαπραγμάτευση και ο ολιστικός συλλογισμός με ενσυναίσθηση.

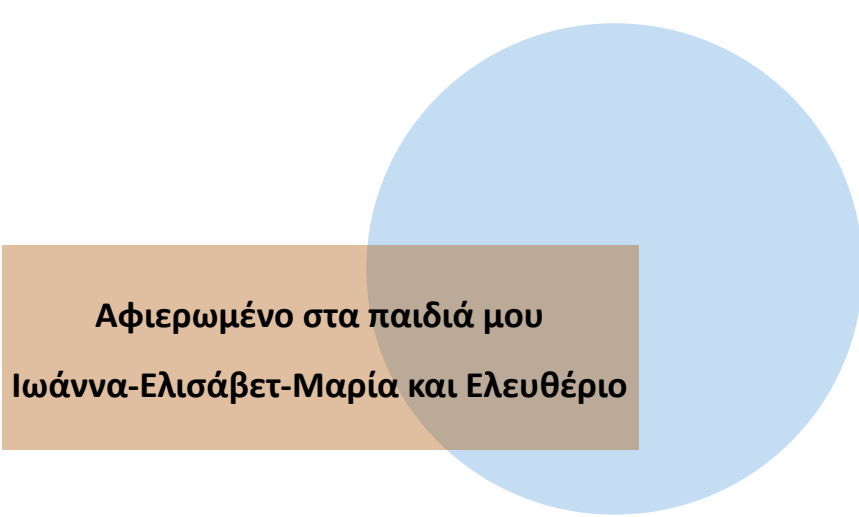
Ενίσχυση γνωστικών/τεχνολογικών

δεξιότητες (hard skills - διατήρηση Διανοητικής Σοφίας), όπως γλωσσικές

ικανότητες και πολιτιστική ταυτότητα, αλλά
και χρηματο-οικονομική και ψηφιακή
μόρφωση.

**Παιδιά μου,
Σας εμπιστεύομαι τις παραπάνω σκέψεις
και συμβουλές και σας προτρέπω να:
Αναζητάτε την αλλαγή, να έχετε
περιέργεια και να μαθαίνετε συνεχώς.
Να προσπαθείτε πάντα να γίνετε
καλύτεροι αλλά και να δημιουργήσετε το
δικό σας μονοπάτι.
Με αγάπη, ο πατέρας σας.**

Photos by [Gaelle Marcel](#) and [Tanya Santos](#) on [Unsplash](#)



**Αφιερωμένο στα παιδιά μου
Ιωάννα-Ελισάβετ-Μαρία και Ελευθέριο**



**Αναζητάτε την αλλαγή, να έχετε περιέργεια και να μαθαίνετε
συνεχώς. Να προσπαθείτε πάντα να γίνετε καλύτεροι αλλά και
να δημιουργήσετε το δικό σας μονοπάτι.**

Νέος Έλληνας

Επιχειρηματίας:

Μια ενδιαφέρουσα

πρόκληση



Σταύρος Δαμιανίδης

[Μέντορας Καριέρας](#) • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: επιχειρηματικά εμπόδια και ευκαιρίες, επιχειρηματική μυωπία, οικογενειακή επιχείρηση, ταξίδι της επιχειρηματικότητας, δυναμισμός, γενιά Y, νέα επιχειρηματικότητα

Πιστεύεις ότι μπορείς να υπερνικήσεις τα ψυχολογικά εμπόδια που θα σου παρουσιάζονται κάθε μέρα στην επιχειρηματική σου ζωή;

Μπορείς να κρατάς το όραμά της πενταετίας και δεκαετίας ζωντανό κάθε μέρα και να το μετουσιώνεις σε μικρές καθημερινές νίκες;
Μπορείς να έχεις σε στενή παρακολούθηση τις εξελίξεις στον κλάδο σου και στην ευρύτερη οικονομία της χώρας όπου δραστηριοποιείσαι;
Μπορείς να αντιμετωπίζεις με σθένος τις επιπτώσεις της παγκοσμιοποίησης και της νέας πραγματικότητας, που αυτή επιφέρει, όπως νέους ιούς και κρίσεις παγκόσμιας εμβέλειας;
Έχεις την ευελιξία, αν χρειασθεί, να αλλάξεις τομέα δραστηριοποίησης, μερικώς ή και ολικώς;
Μπορείς να αντέξεις τις ιδιοτροπίες των ανθρώπων σου και την συνεχή αντίσταση στην αλλαγή;

Αν έχεις οικογενειακή επιχείρηση, μπορείς να έρθεις σε αντιπαράθεση, αν χρειασθεί, με την ίδια σου την οικογένεια και να βάλεις πιο πάνω το όραμα της εταιρίας από τις οικογενειακές σχέσεις;
Μπορείς να διατηρήσεις μια υγιή ισορροπία με την ζωή έξω από το επάγγελμα;

Μπορείς να αντέξεις 3-4 απανωτές αποτυχίες χωρίς η αυτοκριτική που θα ασκήσεις να σου τσακίσει τα όνειρα;

Μπορείς να ανεχθείς το καθημερινό χάος στη δουλειά και την συνεχή προτεραιοποίηση θεμάτων;

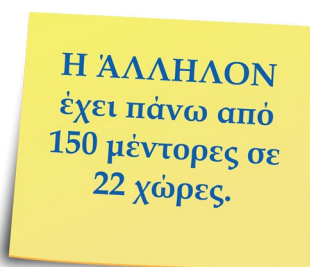
Αυτές είναι λίγες από τις ερωτήσεις, που μου έρχονται στο μυαλό σε κλάσματα δευτερολέπτων. Δεν είναι θεωρητικές ερωτήσεις, είναι απαύγασμα μιας πολύ μικρής χρονικά εμπειρίας (είκοσι ετών) στον επιχειρηματικό κόσμο. Ήταν μια περίοδος που ξεκίνησε με τεράστια όνειρα, τα οποία καταβαρυνώθηκαν ουκ ολίγες φορές, αλλά κάθε φορά που βρισκόμουν στο ναδίρ, έπειθα τον

εαυτό μου ότι θα τα καταφέρω.

Η καταβαράθρωση αυτή δεν οφειλόταν σε εξωτερικούς παράγοντες, οφειλόταν εν πολλοίς και στα δικά μου τρωτά σημεία. Και αν κάποια στιγμή αποποιήθηκα τις ευθύνες στην προσπάθεια να τις ρίξω σε άλλους, ήταν λάθος. Ως υπεύθυνος επιχειρηματίας με όραμα δεν έχεις την πολυτέλεια να ρίχνεις ευθύνες σε άλλους, εξ ου και η δυσκολία του εγχειρήματος, ανεξάρτητα αν οι επιχειρήσεις σου απασχολούν ένα ή χίλια άτομα.

Ας πάμε όμως στην αρχή...

Ως νέος επιχειρηματίας πρέπει να διατηρείς τον αυθορμητισμό σου. Ένας μέρος του αυθορμητισμού αυτού θα σε οδηγήσει σε μεγάλες επιτυχίες και μαθήματα, ένα άλλο μέρος θα σε οδηγήσει σε αχαρτογράφητα νερά, όπου θα κινδυνεύσεις να πνιγείς. Σε μικρή ηλικία είναι δύσκολο να προβλέψεις την εξέλιξη του επιχειρηματικού σου εγχειρήματος και πολύ συχνά θα αμφιβάλεις για το αν βαδίζεις σωστά. Μέντορες μπορεί να βρεις στην ζωή σου και αν κάποιος απ' αυτούς αποτελέσει πραγματική έμπνευση για σένα, τότε έχεις σταθεί πολύ τυχερός. **Γιατί οι μέντορες είναι λίγοι και οι φωτισμένοι μέντορες ακόμα λιγότεροι.**



Εγώ ξεκίνησα την καριέρα μου στην οικογενειακή επιχείρηση, μια αξιόλογη επιχείρηση με διεθνή εμπειρία. Καθ' όλη την διάρκεια της ενηλικίωσής μου δούλεψα στην επιχείρηση τα καλοκαίρια και οριστικά προσελήφθην μετά την ολοκλήρωση των σπουδών μου. Το πρώτο μεγάλο λάθος, που έκανα, ήταν ότι δούλεψα μόνο έξι μήνες σε άλλη επιχείρηση. Χρειάζεται ο άνθρωπος να αποκτά διαφορετικές εμπειρίες, ιδίως όταν πρόκειται να εισέλθει σε οικογενειακή επιχείρηση, στην οποία η θέση του είναι σχεδόν πάντα εξασφαλισμένη. Οι

παραστάσεις από άλλες εταιρίες είναι απαραίτητες. Ο πρώτες προκλήσεις μου ήταν οι εξής:

Σε ποιο τμήμα να δουλέψω;

Πώς να αποδείξω ότι είμαι ικανός;

Πώς να διατηρήσω την δημιουργικότητά μου ως μουσικός στο πλαίσιο μιας ασφυκτικής δουλειάς;

Πώς να ανοίξω νέες δραστηριότητες και αγορές τομεακά και γεωγραφικά;

Η τελευταία πρόκληση είναι και η μεγαλύτερη. Στις σπουδές πολλά μαθαίνεις σε θεωρητικό πλαίσιο, αλλά όταν πρέπει να τα εφαρμόσεις είναι διαφορετικά. Θεωρητικά, ξεκινάς με μια έρευνα αγοράς, ποσοτικοποιείς την ευκαιρία και την αγορά, χαρτογραφείς τον ανταγωνισμό, δημιουργείς ένα πλάνο marketing, δημιουργείς την κατάλληλη ομάδα εργασίας και ένα προϋπολογισμό και ξεκινάς. Η αλήθεια, ιδίως στην Ελλάδα και στα Βαλκάνια απ' όπου άρχισα, είναι εντελώς διαφορετική, ανεξαρτήτως κλάδου. Μιλάμε για οικονομίες που βασίζονται στην ανθρώπινη σχέση. Μπορεί να έχεις ιδιαίτερες περγαμηνές (μια εταιρία με όνομα στην προκειμένη περίπτωση), αλλά αν θέλεις να μπεις στον χάρτη συνεργατών και πελατών, ο αποφασιστικός παράγοντας είναι οι σχέσεις, όχι τόσο στην αίθουσα συσκέψεων ή στο πεδίο, όσο στο εστιατόριο το βράδυ και σε μια βόλτα.

Το να συνδυάσεις την ζωή σε ταξίδια στο εξωτερικό με την εκτέλεση εργασιών και έργων, την παρακολούθηση του προσωπικού και την συνεχή προσπάθεια για ανάπτυξη, είναι μια αέναη και δύσκολη προσπάθεια. Τα συνεχή ταξίδια σε διαφορετικές χώρες σου ανοίγουν προοπτικές και σου δίνουν παραστάσεις, τις οποίες μπορείς να αξιοποιήσεις. Από την άλλη μεριά αυτή η πολυδιάσπαση σε αποτρέπει από το να εστιάζεις. Όταν μετά από 4-5 χρόνια εκνευριστικά επίπονης προσπάθειας βλέπεις ότι δεν έχεις πετύχει να

μετουσιώσεις τον κόπο σου σε οικονομικά αποτελέσματα, αντιμετωπίζεις το πρώτο σκαμπίλι. Είναι όμως και χρόνια κατά τα οποία αποκτάς μια βαθύτερη γνώση των πραγμάτων και μπορείς απ' αυτό το στάδιο να πας κάπου αλλού.

Και μετά έρχεται η επιτυχία. Αναλαμβάνεις έναν τομέα ή μια επιχειρηματική δραστηριότητα η οποία πετυχαίνει. Συνηθίζεις την επιτυχία ή τον τρόπο με τον οποίο πέτυχες και αρχίζεις να επαναπαύεσαι. Αποκτάς επιχειρηματική μυωπία —δεν βλέπεις νέες αγορές, νέους τρόπους να αναπτύξεις τις υπηρεσίες, να χρηματοδοτηθείς, να μεγαλώσεις μέσω συνεργιών. Εκεί μπλοκάρεις και είναι απαραίτητο να αποστασιοποιηθείς και να αμφισβητήσεις τον εαυτό σου και να ξεκινήσεις με άλλο τρόπο, ακούγοντας γνώμες άλλων και παίρνοντας νέα μαθήματα.

Σε προσωπικό επίπεδο πρέπει να καταθέσω ότι η ελληνική κοινωνία θρέφει υπερπροστατευμένα παιδιά είτε αυτό είναι στην οικογένεια είτε στην επιχείρηση.

Υπάρχουν επιχειρηματίες χαρισματικοί, με τεράστιο επιχειρηματικό ένστικτο. Αυτοί οι λιγοστοί άνθρωποι μπορεί να πετυχαίνουν σε οτιδήποτε «αγγίζουν». Για εμάς τους μέσους επιχειρηματίες χρειάζεται συνεχής εγρήγορση. Ενδεικτικά αναφέρω ότι τα τελευταία 20 χρόνια, διαβάζω βιβλία περί management, αυτοδιάγνωσης, τύπο με επιχειρηματικά νέα, κανονισμούς της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, τεχνολογικές τάσεις. Παράλληλα, διαβάζω βιβλία εμπνευσμένων επιχειρηματιών και ψυχολόγων, κατεβάζω εργαλεία από το Internet και τα δοκιμάζω. Και πάλι τα πιο πάνω δεν αρκούν. Αν είσαι όμως πρόθυμος να ψάξεις συνεχώς, όλη αυτή η εγρήγορση έχει και ένα πολύ θετικό πρόσημο, την απόκτηση γνώσης.

Αφού διαβάσατε όλα αυτά, μπορεί να αναρωτιέστε: Αφού είναι τόσο δύσκολο, γιατί να μπω στον κόπο; Οι απαντήσεις είναι δύο:

Γιατί αυτό είναι που σου ταιριάζει σαν



χαρακτήρας.

Γιατί όλο το ταξίδι της επιχειρηματικότητας σε κάνει να γνωρίσεις βαθιά τον εαυτό σου και τους συνανθρώπους σου και εν τέλει, την ζωή.

Η συνεισφορά της νέας γενιάς

Η σοφία δεν έρχεται από το μέλλον, όπως λέει ο πατέρας μου, έρχεται από το παρελθόν, από την συγκεντρωμένη εμπειρία ετών. Μεγάλη αλήθεια. Όμως οι επιχειρήσεις χρειάζονται και το νέο αίμα για τον απλούστατο λόγο ότι η ματιά τους είναι καθαρή, ανεπηρέαστη και πατάει σε μια πραγματικότητα, που έχει αλλάξει πολύ από τότε που εγώ ξεκίνησα την επιχειρηματική μου πορεία. Μια απλή αναλογία είναι με την ζωγραφική των παιδιών. Θα δεις ένα χριστουγεννιάτικο δέντρο να το βάφουν μπλε —πιθανά απαράδεκτο στο εκπαιδευμένο μάτι— καθ' όλα όμως φυσιολογικό γι' αυτό το νέο παιδί. Το ίδιο συμβαίνει και στο επάγγελμα. Ένα νέο στέλεχος, ένας νέος επιχειρηματίας, μπορεί να βλέπει την ίδια επιχειρηματική πρόκληση από μια διαφορετική σκοπιά, τέτοια που το αποτέλεσμα των

προσπαθειών του είναι πολύ πιο ευρηματικό.

Ένας νέος που έχει βγει από τις σπουδές του έχει κάποιες περιορισμένες θεωρητικές γνώσεις αλλά και μια τεράστια όρεξη δημιουργίας, που μπορεί να προσφέρει στην επιχείρηση την ανανέωση.

Σκεφτείτε την γενιά Y — αυτούς δηλαδή που γεννήθηκαν μεταξύ 1980 και 2000, με μεγάλη έφεση στην ηλεκτρονική πραγματικότητα.

Εργαζόμενοι που ανήκουν στην γενιά αυτή διδάσκουν πολλά στους παλαιότερους, όσον αφορά την χρήση υπολογιστών (και την διείσδυση της τεχνητής νοημοσύνης), την εφαρμογοποίηση της ζωής («apps = applications») αλλά και την επιδιωκόμενη ισορροπία στην ζωή. Οι εργαζόμενοι των γενεών που έδρασαν μετά το 1960 γνώριζαν ότι η δουλειά αντάμειβε και ρίχνονταν στην δουλειά όχι μόνο για μεγιστοποίηση της παρουσίας τους, αλλά και γιατί ταυτίζονταν απόλυτα με την δουλειά τους και προσδιορίζονταν απ' αυτή.

Βλέπω ότι η γενιά Y επιδιώκει μια πολύ μεγαλύτερη ισορροπία μεταξύ ιδιωτικής ζωής και επαγγελματικής. Αυτό έχει δύο βασικές επεκτάσεις. Πρώτον ότι για τους νέους εργαζόμενους πρέπει να μεριμνάς να διατηρείς αυτή την ισορροπία σαν προτεραιότητα. Δεύτερον ότι πολλοί νέοι επιχειρηματίες θα βασίσουν την πορεία τους στην αρχή αυτή. Θα δημιουργήσουν επιχειρήσεις με γνώμονα την ισορροπία αυτή ή με το πνεύμα αυτό να διατρέχει όλη την επιχειρηματική τους κουλτούρα. Είναι αυτό μεμπτό; Σαφώς και όχι, είναι μια νέα πραγματικότητα, που μπορεί να μας διδάξει πολλά. Αν εμείς οι παλαιότεροι δεν μπορούμε να την ασπαστούμε, θα μας ωφελήσει να προστρέξουμε στην φρεσκάδα του μυαλού των νέων.

Οι προκλήσεις για την νέα γενιά

Οι προκλήσεις για έναν νέο Έλληνα επιχειρηματία ήταν πάντα πολλές. Σε κάθε εποχή έχουμε άλλες

προκλήσεις με κυριότερη διαχρονική πρόκληση την ελλιπή στήριξη του κράτους και της σύνδεσης του επιχειρείν με τις σπουδές. Το μέγεθος της χώρας μας σε συνδυασμό με την κακή διάθεση συνεργασίας μεταξύ Ελλήνων δεν βοηθούσε.

Η παγκοσμιοποίηση όμως έχει φέρει μια νέα επιχειρηματική πραγματικότητα, στην οποία αν έχεις την ευελιξία και μια πραγματικά καλή ιδέα, ίσως να μπορείς να αναδειχθείς χωρίς μεγάλη χρηματοδότηση. Υπάρχουν επιχειρηματικά κεφάλαια διψασμένα για φρέσκες ιδέες, think tanks διεθνή, τα οποία ψάχνουν για ορεξάτους νέους.

Υπάρχουν επίσης τομεακοί διαγωνισμοί καινοτομίας, τους οποίους καθέννας ανακαλύπτει με λίγο περισσότερη έρευνα. Επιχειρήσεις ηλεκτρονικού εμπορίου μπορεί κανείς να «χτίσει» χωρίς ιδιαίτερες απαιτήσεις κεφαλαίων. Αν η πληθώρα των εταιριών παγκοσμίως που κάνουν κάτι παρόμοιο με σένα σε τρομάζει, σκέψου ότι η ραχοκοκαλιά όλων των οικονομιών είναι η οικογενειακή επιχείρηση, που κάποτε αναπόφευκτα ξεκίνησε από ένα άτομο και μια ιδέα και εξελίχθηκε σε κάτι μεγαλύτερο.

Δεν είμαι ο εμπνευσμένος ηγέτης, που θα σας πει ότι δεν υπάρχουν όρια στην ζωή και ότι μπορείτε να φθάσετε οπουδήποτε θέλετε. Θα αντιμετωπίσετε εμπόδια πολλές φορές δισεπίλυτα και πολλές φορές θα είστε σίγουροι/-ες ότι αποτύχατε. Πολύ πιθανό είναι ότι δεν θα πιάσετε τον απώτερο στόχο, γιατί δεν είσατε αρκετά ώριμοι/-ες για να γνωρίζετε αν αυτός ο στόχος είναι ρεαλιστικός ή όχι.

Αν ο φόβος σας αποτρέπει από το να προσπαθήσετε, αφήστε το επιχειρείν και στραφείτε σε κάτι άλλο που σας ταιριάζει καλύτερα!! Δεν θα το μετανιώσετε. Αν έμαθα ένα πράγμα τα τελευταία 20 χρόνια, αυτό είναι να επιλέγεις το αντικείμενο και τον τρόπο δουλειάς που σου ταιριάζει!!

Photo by [Prophsee Journals](#) on [Unsplash](#)

Πώς η πανδημία του κορωνοϊού θέτει στο μικροσκόπιο τις επαγγελματικές επιλογές των νέων



Σοφία Καλλιαντέρη

[Μέντορας Καριέρας](#) & Τοπική Συντονίστρια Αθηνών • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: νέες τεχνολογίες, επαγγελματικές επιλογές, τεχνολογική ανεργία, τεχνητή νοημόσυνη

Και μετά ήρθε ο κορωνοϊός. Ο νομπελίστας Αμερικανός φυσικός Άρνο Άλαν Πενζίας είχε πει: «Αν δεν θέλετε να αντικατασταθείτε από μηχανές, να μη δουλεύετε σαν μηχανές». Σε μια εποχή που όλα τα δεδομένα των ανθρώπων, σε προσωπικό, κοινωνικό και επαγγελματικό επίπεδο κλυδωνίζονται από την δίνη της πανδημίας, η παραπάνω ρήση φαντάζει πιο επίκαιρη από ποτέ. Ποτέ άλλοτε στο παρελθόν δεν δοκιμάστηκαν σε τέτοιο βαθμό οι επαγγελματικές επιλογές των ανθρώπων, υπό το κράτος μιας προσωρινής κατάστασης εκτάκτου ανάγκης, που, όπως φαίνεται, θα επιφέρει μόνιμες και ριζικές αλλαγές. Επαγγέλματα που κάποτε συνεπάγονταν κύρος, επιτυχία και

οικονομική αποκατάσταση πλέον βρίσκονται σε μαρasmus εγκλωβίζοντας ανθρώπους, που ίσως ξεκίνησαν με κάποιο όραμα σε μια διεκπεραιωτική ασθμαίνουσα καθημερινότητα πασπαλισμένη με συνεχή οικονομική (και όχι μόνο) διάψευση. Και μετά ήρθε ο κορωνοϊός να απειλήσει ακόμα και αυτό το «κεκτημένο». Σύμφωνα με την τελευταία μελέτη της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας (ILO), 495 εκατομμύρια θέσεις πλήρους απασχόλησης χάθηκαν παγκοσμίως και 436 εκατομμύρια επιχειρήσεις βρίσκονται σε υψηλό κίνδυνο να κλείσουν.

Πρόκειται κυρίως για τομείς που είχαν αντισταθεί εν όλω ή εν μέρει μέχρι πρότινος στην ψηφιακή εποχή και λειτουργούσαν στο περιθώριο της λεγόμενης «4ης Βιομηχανικής Επανάστασης», που έχει ήδη ξεκινήσει από το 2010. Οι βασικοί κλάδοι



διεξάγονται τεχνολογικά πειράματα για την δημιουργία του πρώτου κβαντικού υπολογιστή, που θα αποτελέσει την επανάσταση των επαναστάσεων και οι τεχνολογικές start-up χρησιμοποιούν το μοντέλο «Growth Hacking» για να αναπτυχθούν ραγδαία σε μικρό χρονικό διάστημα. Συντελείται στα εργαστήρια μεγάλων φαρμακευτικών εταιρειών και ερευνητικών κέντρων, όπου αναζητούνται εξατομικευμένες θεραπείες και φάρμακα μέσω γονιδιωματικής ανάλυσης, που αντιστοιχούν δηλαδή στο γενετικό προφίλ των κυττάρων του κάθε ατόμου. Συντελείται στα εργαστήρια τεχνολογικών εταιρειών-μαμούθ στην καρδιά της Μένλο Πάρκ, όπου η τεχνητή νοημοσύνη πλησιάζει πλησίον στο σημείο «ανάγνωσης» της ανθρώπινης σκέψης μέσω νευρωνικού αισθητήρα καθώς και στα γιγάντια server rooms των εταιρειών-κολοσσών που παρέχουν υπηρεσίες υπολογιστικής νέφους (cloud computing) αντικαθιστώντας τις ενδοεταιρικές υπολογιστικές δομές, οι οποίες γίνονται... νέφος.

Συντελείται στους διαδρόμους του περίφημου αμερικανικού ινστιτούτου «Santa Fe Institute», όπου η ολιστική διεπιστημονική σκέψη και στοχασμός καλείται να διερευνήσει την πολυπλοκότητα του κόσμου μέσω των κοινών συνιστωσών των κόσμων της φυσικής, της βιολογίας, της κοινωνιολογίας, του πολιτισμού της τεχνολογίας και της αστροβιολογίας. Όλα αυτά κραυγάζουν αυτό που προσπαθούμε να μην δούμε: Η ανεργία που δημιουργείται με αφορμή την κρίση του κορωνοϊού, στην ουσία, δεν οφείλεται σε αυτόν. Είναι ως επί τον πλείστον τεχνολογική ανεργία.

οι οποίοι δέχτηκαν τεράστια πίεση, σε μια φρενήρη συγκυρία αλλαγής κοινωνικών δραστηριοτήτων και προτεραιοτήτων της ανθρωπότητας είναι η παροχή συμβουλευτικών, νομικών και άλλων υπηρεσιών, η εκπαίδευση, οι υπηρεσίες ψυχαγωγίας ευεξίας και αθλητισμού, η λιανική πώληση, τα καλλιτεχνικά επαγγέλματα, οι ταξιδιωτικοί κλάδοι και κλάδοι τουρισμού και οι εργαζόμενοι στην εστίαση. Τι είναι όμως αυτό, που θα καθορίσει ποια επαγγέλματα θα καταφέρουν να περάσουν στην αντίπερα όχθη της «μετά κορωνοϊού» εποχής;

Το σημείο χωρίς επιστροφή

Η αλλαγή είχε ήδη συντελεστεί και ο κορωνοϊός λειτούργησε ως θρυαλλίδα, που έθεσε σε αλληλουχία τα γεγονότα που οδήγησαν στην εμπέδωση της νέας πραγματικότητας. Έχει συντελεστεί στα πηγαδάκια της silicon valley, που

Και τώρα τι κάνουμε;

Και τώρα πώς συνεχίζουμε; Τι γίνεται με την διδασκαλία, την φιλοσοφία, την τέχνη, το λιανικό εμπόριο που τροφοδοτείται από την προσωπική επαφή του καταστηματάρχη με τον πελάτη, τι

νόημα θα έχουν οι ανθρωπιστικές σπουδές, η αρχαιολογία τα παιδαγωγικά επαγγέλματα, όταν το σαρωτικό κύμα των νέων τεχνολογιών, που θα μεσουρανούν στην αγορά, θα συνθλίβει τους ως άνω κλάδους στα βράχια του ξεπερασμένου; Ό,τι δεν κινείται στην φρενήρη τροχιά της νέας εποχής παραγκωνίζεται ως αναχρονιστικό και πεθαίνει; Η απάντηση είναι ασφαλώς και όχι. Όλα τα επαγγέλματα, όλες οι τέχνες, όλα τα όνειρα μπορούν να συμπορευτούν με την τεχνολογία, να την χρησιμοποιήσουν ως εργαλείο και να μεσουρανήσουν υπό οποιαδήποτε συνθήκη, ακόμα και σε συνθήκες διαβίωσης που θυμίζουν ταινία επιστημονικής φαντασίας. Και αυτό γιατί οι μηχανές αποτυγχάνουν παταγωδώς σε ένα τομέα που η ανθρώπινη φύση κρατάει τα σκήπτρα: οι μηχανές μπορούν να έχουν τεχνητή νοημοσύνη αλλά όχι (ακόμα) τεχνητή συνείδηση. Δεν έχουμε καταφέρει να αποδώσουμε ακόμα στους υπολογιστές την δύναμη των ηθικών αξιών, της συναισθηματικής νοημοσύνης, του οραματισμού, της διαίσθησης. Και αυτά είναι βασικά άυλα συστατικά, που κινούν την αγορά σε βαθμό που δεν το φανταζόμαστε. Οπότε η απάντηση στο πώς συνεχίζουμε είναι η εξής: εκπαιδευόμαστε πάνω στην τεχνολογία, την χρησιμοποιούμε ως ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο και εξασκούμε το επάγγελμα που αγαπάμε. Τόσο απλά. Η τεχνητή νοημοσύνη είναι απλά το αποτέλεσμα, ένα μέσο στην υπηρεσία του ανθρώπου, δεν θα υποκαταστήσει τον άνθρωπο ως γενεσιουργό αιτία. Μπορεί ο Yuval Noah Harari στο τελευταίο του βιβλίο με τίτλο «*21 Lessons for the 21st Century*» να προειδοποιεί για τον κίνδυνο παραγκωνισμού και περιθωριοποίησης του ανθρώπου ως παράγοντα δημιουργίας και παραγωγής, στο πλαίσιο της άκρατης τεχνολογικής προόδου, αλλά, κατά την άποψή μου, ποτέ το αιτιατό (τεχνολογική πρόοδος) δεν μπορεί να υπάρξει (πόσο μάλλον να υποκαταστήσει) χωρίς το αίτιο (άνθρωπος). Το συμπέρασμα είναι ότι στην νέα εποχή μετά την

πανδημία, όλα τα προγράμματα σπουδών, όλες οι μετεκπαιδεύσεις και τα μεταπτυχιακά θα πρέπει να διασυνδεθούν με την εκπαίδευση και την ουσιαστική γνώση της τεχνητής νοημοσύνης. Όχι με τυπικό και προσχηματικό τρόπο αλλά με εμβριθή και ουσιαστικό. Όσο βαθύτερα διεισδύουμε στα ενδότερα της Τεχνολογικής Επανάστασης, τόσο οι ανθρωπιστικές-κοινωνικές επιστήμες οφείλουν να συνδιαλέγονται με τις θετικές τεχνολογικές επιστήμες.

Αντί για επίλογο

«Αν δεν θέλετε να αντικατασταθείτε από μηχανές, να μη δουλεύετε σαν μηχανές»... Η ρήση αυτή του νομπελίστα φυσικού θα μπορούσε να αποτελέσει πυξίδα έμπνευσης και στοχασμού για τους νεότερους και σταυροδρόμι αναθεωρήσεων για τους μεγαλύτερους, που νιώθουν ότι η τεχνολογία απειλεί την ανθρωπότητα. Ο άνθρωπος θα πορεύεται πάντα σαν δημιουργός και καμία δύναμη δεν μπορεί να το αλλάξει αυτό. Ναι, ενδεχομένως η διεκπαιρεωτική/χειρωνακτική εργασία να αυτοματοποιηθεί, όπως έχει ήδη συμβεί εν μέρει, αλλά αυτό δεν θα συντρίψει τον άνθρωπο μπροστά στις μηχανές, θα τον εξυψώσει. Οι υπολογιστές πάντα θα υπάρχουν για να υπηρετούν τον ανθρώπινο νου και όχι το αντίθετο. Γιατί θα τους λείπει πάντα αυτή η αυτόφωτη δημιουργική δύναμη, το ανθρώπινο πνεύμα... Το ποτάμι δεν γυρίζει πίσω, η τεχνητή νοημοσύνη και οι συναφείς τεχνολογίες ήρθαν για να μείνουν και να μας εκτοξεύσουν στο πάνθεον της δημιουργίας, της εξέλιξης, της προόδου, εάν ασφαλώς γίνει ορθολογική και ανθρωποκεντρική χρήση τους. Δεν μπορούμε να το αναστρέψουμε ούτε να το εμποδίσουμε, ή ηγούμαστε του ρεύματος ή παρασυρόμαστε. Γιατί όσο και εάν αντισταθούμε, όσο και εάν το πολεμήσουμε, θα υπάρχει πάντα ένας Elon Musk, ο οποίος θα εμφανίζεται επιβλητικά ενώπιον μας, ενώπιον όλης της κοινωνίας και θα βροντοφωνάζει: «We're

going to make it happen. As God is my bloody witness, I'm hell-bent on making it work.». Και θα το κάνει. Εσείς;...

¹Το θέμα της δυνατότητας ύπαρξης τεχνητής συνείδησης πραγματεύεται ο Καθηγητής Φυσικής του MIT και Πρόεδρος του Ινστιτούτου για το Μέλλον της Ζωής, Max Tegmark στο βιβλίο του «*Life 3.0., Being Human in the age of artificial Intelligence*».

²Η φράση αυτή ειπώθηκε από τον Elon Musk στο πλαίσιο παλαιότερης συνέντευξής του προς απάντηση στην ερώτηση «πώς διατηρείτε την αισιοδοξία σας;», που του τέθηκε για τις 3 αποτυχημένες προσπάθειες εκτόξευσης του πυραύλου Falcon 1 της ιδιωτικής εταιρείας αεροδιαστημικής τεχνολογίας Space X, που ανήκει στον ίδιο.

Photo by [Sam Moqadam](#) on [Unsplash](#)



Αν δεν θέλετε να αντικατασταθείτε
από μηχανές να μη δουλεύετε σαν
μηχανές.

Ο ρόλος της ψυχικής ανθεκτικότητας στην αναζήτηση εργασίας



Νάγια Αντωνίου

[Μέντορας Σπουδών](#) • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: αναζήτηση εργασίας, επεξεργασία συναισθημάτων, διαχείριση άγχους, δεξιότητες ανθεκτικότητας, δραστηριότητες ενεργοποίησης

Οι περισσότεροι/-ες από εμάς, κάποια στιγμή στην καριέρα μας, θα αναζητήσουμε εργασία. Αν και η περίοδος αυτή μπορεί να είναι μια στιγμή ενθουσιασμού και ελπίδας για νέες ευκαιρίες, που θα έρθουν, μπορεί επίσης να είναι μια εποχή μεγάλης αβεβαιότητας και άγχους. Πιθανότατα όχι μόνο θα αισθανθείτε το πλήρες φάσμα των συναισθημάτων κατά τη συνολική διάρκεια της αναζήτησης εργασίας σας, αλλά μπορεί να αντιμετωπίσετε αυτά τα συναισθήματα σε υψηλά και χαμηλά επίπεδα μέσα σε μια ημέρα ή εβδομάδα. Μπορεί να αισθανθείτε ενθουσιασμένοι/-ες τη μια στιγμή, εάν μάθετε ότι είστε υποψήφιος/-α για μια επιθυμητή θέση και την επόμενη να απογοητευτείτε, ανακαλύπτοντας ότι η θέση δόθηκε σε κάποιον/-α άλλο/-η. Ίσως νιώσετε δυσαρεστημένοι/-ες με την απόδοσή σας σε μια συνέντευξη εργασίας, αλλά αργότερα να ανακουφιστείτε, μαθαίνοντας ότι περάσατε στον επόμενο γύρο συνεντεύξεων. Η διαδικασία αναζήτησης εργασίας είναι γεμάτη

σκαμπανεβάσματα, για να μην αναφέρουμε την αγωνία που προκύπτει από την αβεβαιότητα σχετικά με το μέλλον της καριέρας και του βιοπορισμού. Συνεπώς, η μακροπρόθεσμη διαχείριση του άγχους απαιτεί την καλλιέργεια δεξιοτήτων ανθεκτικότητας, ώστε να μπορείτε να μετατρέψετε τις αλλαγές, τις πιέσεις και τις προκλήσεις σε ευκαιρίες. Αυτές οι δεξιότητες περιλαμβάνουν την προσαρμοστικότητα, μια υγιή σχέση με τον έλεγχο, την συνεχή μάθηση, την διατήρηση του αισθήματος ενός σκοπού και την γνώση για το πώς να αξιοποιήσετε την υποστήριξη και τους κατάλληλους πόρους. Για να αρχίσετε να αλλάζετε τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζετε το άγχος και να καλλιεργήσετε την ανθεκτικότητα, υπάρχουν μερικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε. **Ακολουθούν μερικές στρατηγικές για τη διαχείριση του συναισθηματικού «σκαμπανεβάσματος» της αναζήτησης εργασίας:**

Επαναπλαισιώστε το πώς σκέφτεστε για το άγχος

Το πώς αντιλαμβανόμαστε το άγχος είναι εξίσου σημαντικό με τον τρόπο που το αντιμετωπίζουμε. Μετατοπίστε την εστίασή σας από την εξάλειψη



των καθημερινών πιέσεων, τις οποίες αντιμετωπίζετε, στην αλλαγή της αντίληψής σας για αυτές. Όταν είστε ανήσυχοι/-ες, πάρτε λίγο χρόνο για να εξετάσετε πώς η οπτική σας επηρεάζει την αντίληψή σας για το άγχος. Ποια μηνύματα ακούτε από την οικογένεια, τους φίλους και τους συναδέλφους σας σχετικά με το πώς πρέπει να σκέφτεστε για τις αγχωτικές συνθήκες; Ανακαλέστε μια παρελθοντική στρεσογόνα κατάσταση και αναρωτηθείτε: «Τι θα μπορούσα να κάνω διαφορετικά γνωρίζοντας πλέον τι έμαθα από αυτήν την κατάσταση;». Εκ των πραγμάτων, είναι πιθανό να βιώνουμε πολύ άγχος. Για τον λόγο αυτό, δώστε προσοχή στα σημάδια έγκαιρης

προειδοποίησης σωματοποίησης του άγχους ή «παρηγορητικών συνηθειών», όπως η υπερβολική κατανάλωση φαγητού. Αναγνωρίστε τα δικά σας σημάδια και λάβετε τα υπόψη όταν από περιστασιακά γίνονται πιο συχνά.

Μάθετε τι έρχεται

Η αναζήτηση εργασίας είναι μια διαδικασία που μπορεί να διαρκέσει αρκετές εβδομάδες ή πιθανότατα αρκετούς μήνες. Μία εβδομάδα μπορεί να έχετε προγραμματίσει συναντήσεις δικτύωσης και συνεντεύξεις, οι άνθρωποι να ανταποκρίνονται στα email σας και να αισθάνεστε ενθουσιασμένοι/-ες και γεμάτοι/-ες ελπίδα. Στη συνέχεια η «σιωπή». Σας κάνει να νιώθετε

σύγχυση, να αισθάνεσθε απογοητευμένοι/-ες ή ακόμη και αβοήθητοι/-ες. Γνωρίζοντας από την αρχή ότι θα αντιμετωπίσετε αυτές τις μεταβολές στην δραστηριότητα και το συναίσθημα μπορείτε να προετοιμαστείτε, ώστε να τις προβλέψετε και να τις χειριστείτε καλύτερα όταν θα συμβούν. Συγκεκριμένα, όταν συναντήσετε το «κάτω μέρος του κύκλου», μπορείτε να πείτε στον εαυτό σας: «Ήξερα ότι θα υπάρξουν μέρες στις οποίες δεν θα συμβαίνει τίποτα και θα νιώθω απογοητευμένος/-η και σήμερα είναι απλώς μία από αυτές τις μέρες». Όταν γνωρίζετε τι να αναμένετε θα εκπλαγείτε ή θα ταραχτείτε λιγότερο, θα το πάρετε ενδεχομένως λιγότερο προσωπικά, κάτι το οποίο θα σας επιτρέψει να ανακάμψετε και να προχωρήσετε πιο εύκολα στην αναζήτησή σας.

Επεξεργαστείτε τα συναισθήματά σας

Η επεξεργασία των συναισθημάτων σας μπορεί να σας βοηθήσει να διαχειριστείτε τα αρνητικά συναισθήματα καθώς αυτά θα προκύπτουν. Σε αντίθεση με την αποφυγή, την καταστολή ή την επικέντρωση γύρω από τα αρνητικά συναισθήματά σας — τα οποία αποδεικνύεται ότι σχετίζονται με το άγχος και την κατάθλιψη — η επεξεργασία των συναισθημάτων σας με ορθολογισμό και αποδοχή περιλαμβάνει στην πραγματικότητα την αίσθηση αυτών των συναισθημάτων πληρέστερα. Αυτή η ικανότητα να βιώνουμε τα συναισθήματά μας, χωρίς να τα κρίνουμε ή να προσπαθούμε να τα αλλάξουμε, μας επιτρέπει να τα ξεπεράσουμε πιο γρήγορα και αποτελεσματικά.

Λάβετε υποστήριξη

Το να έχετε κάποιον να μιλήσετε καθ' όλη τη διάρκεια της αναζήτησης εργασίας, όπως έναν Μέντορα σταδιοδρομίας/καριέρας (Career Coach), έναν Θεραπευτή, μια ομάδα εργασίας με αντικείμενο την εργασιακή ένταξη, μπορεί να σας παρέχει την απαραίτητη υποστήριξη, πέρα από αυτή των φίλων και της οικογένειάς σας. Ένας έμπειρος μέντορας σταδιοδρομίας/καριέρας,

ειδικός στην διαδικασία αναζήτησης εργασίας, μπορεί να σας βοηθήσει να ομαλοποιήσετε αυτό που βιώνετε και αισθάνεστε σε οποιαδήποτε

Οι μέντορες της **ΑΛΛΗΛΟΝ** μπορούν να προσφέρουν την πολύτιμη εμπειρία τους σχετικά με τις σοβαρές αποφάσεις που καλούνται τα νεότερα μέλη να λάβουν.

φάση της αναζήτησής σας. Μπορεί να είναι **ένας χρήσιμος συνοδοιπόρος για να σας καθοδηγήσει**, όταν τη μια θα αισθάνεστε σίγουροι/-ες για τον εαυτό σας

και έπειτα ανασφαλείς. Η υποστήριξη που θα λάβετε, θα σας βοηθήσει να μετριάσετε τα συναισθήματα της μοναξιάς, που μπορεί συχνά να προκύψουν σε μια αναζήτηση εργασίας, δημιουργώντας μια αίσθηση αποδοχής και κατανόησης, παρέχοντάς σας απτή βοήθεια για να συνεχίσετε την αναζήτησή σας.

Συμμετέχετε σε δραστηριότητες ενεργοποίησης

Βεβαιωθείτε ότι οι μέρες σας θα περιλαμβάνουν δραστηριότητες που σας ενεργοποιούν, όπως άσκηση, ακρόαση της αγαπημένης σας μουσικής ή κάποια άλλη δραστηριότητα που σας αναζωογονεί. Η διάθεσή σας θα φαίνεται στις αλληλεπιδράσεις σας με άλλους, είτε πρόκειται για μια συνάντηση καφέ με πρώην συνάδελφο, μια εκδήλωση δικτύωσης ή μια συνέντευξη εργασίας. Η άσκηση, ειδικότερα, όχι μόνο έχει θετικό αντίκτυπο στην ευεξία και την διάθεση, αλλά επίσης αυξάνει την αυτοεκτίμηση, την κοινωνικότητα, τα κίνητρα και την κινητοποίηση και μπορεί να σας βοηθήσει να είστε στην καλύτερη εκδοχή σας.

Δείτε τα πράγματα με προοπτική

Είναι εύκολο να αισθάνεστε αδύναμοι/-ες ή να αποθαρρύνεστε, όταν τα πράγματα δεν προχωρούν στην αναζήτηση εργασίας, όπως θα θέλατε. Ίσως μια επαφή δεν έχει κάνει μια σημαντική σύσταση για εσάς, όπως είπε ότι θα έκανε, ή ένας υπεύθυνος προσλήψεων δεν επικοινωνήσε ξανά στο χρονικό πλαίσιο που

αρχικά υπέδειξε. Ενώ μπορείτε να στείλετε μια φιλική υπενθύμιση, κάντε ένα βήμα πίσω για να σκεφτείτε τις άλλες πιθανές υπάρχουσες προτεραιότητές τους. Οι πιθανότητες είναι ότι η αναζήτηση εργασίας σας δεν είναι στις πέντε πρώτες προτεραιότητές τους μέσα στη μέρα. Βλέποντας αυτήν την προοπτική μπορεί να βοηθήσει στην «απο-εξατομίκευση» της κατάστασης και να μετριαστούν τα αρνητικά συναισθήματα που βιώνετε.

Τα συναισθήματα είναι προσωρινά, όπως και πολλές από τις καταστάσεις που τα δημιουργούν (όπως η αναζήτηση εργασίας). Το να βλέπουμε αυτές τις προκλήσεις ως παροδικές είναι ένα βασικό μέρος της αισιοδοξίας, η οποία σχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα κινήτρου, επίτευξης, ευεξίας και χαμηλότερων επιπέδων καταθλιπτικών συμπτωμάτων.

Η χρήση των παραπάνω στρατηγικών μπορεί να κάνει πιο διαχειρίσιμες τις αναπόφευκτες αλλαγές μεταξύ των υψηλών και χαμηλών επιπέδων της αναζήτησης εργασίας. Τέλος, μπορεί να σας βοηθήσει να παραμείνετε κινητοποιημένοι/-ες και παραγωγικοί/-ες κατά την διάρκεια αυτής της διαδρομής.

Photo by [Pascal Bernardon](#) on [Unsplash](#)



Το να βλέπουμε τις προκλήσεις ως παροδικές είναι ένα βασικό μέρος της αισιοδοξίας.

Συμβουλές Επικοινωνίας



Τάκης Καλογεράκος

Μέντορας Καριέρας • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: επικοινωνία, γλώσσα σώματος, χειραψίες, αποστάσεις

Στο ακόλουθο κείμενο παρουσιάζονται συμβουλές επικοινωνιακού χαρακτήρα, οι οποίες μπορούν να εφαρμοστούν σε όλο το φάσμα των κοινωνικών σχέσεων. Πρόκειται για σημαντικές λεπτομέρειες, που ενδεχομένως να μην είναι ευρέως γνωστές, ωστόσο, είναι κομβικές σε κάθε συζήτηση, σε κάθε ομιλία, και κάθε είδους επικοινωνία με τον άνθρωπο, που έχεις απέναντί σου.

Η καλή επικοινωνία και η πρώτη εντύπωση είναι βασικά ζητήματα, τόσο σε προσωπικό επίπεδο, όσο και σε επαγγελματικό, είτε συνδιαλέγεσαι με κάποιον είτε εκφωνείς μια ομιλία ή μια διάλεξη. Μόλις, στα τέσσερα πρώτα λεπτά κάθε συνάντησης, γνωριμίας ή συνομιλίας, σχηματίζεις το 90% της άποψής σου για τον άνθρωπο με τον οποίο συνομιλείς.

Το «χτίσιμο» της σχέσης, που θα δημιουργήσεις, δεν περιορίζεται μονάχα στις λέξεις.

Το 55% προέρχεται από τις εκφράσεις του προσώπου.

Το 38% από τις μη λεκτικές πλευρές της ομιλίας (ένταση – τόνος – χροιά – ποιότητα).

Το 7% από την ομιλία αυτήν καθ' εαυτήν.

Επηρεάζεις κι εσύ ο/η ίδιος/-α από τα νεύματά σου, από τις κινήσεις και από την φυσιολογία σου. Όταν χαμογελάς, για παράδειγμα, είναι ένδειξη ότι είσαι ευτυχισμένος/-η. Όταν χαμογελάς εσκεμμένα, πάλι ο εγκέφαλος παίρνει το μήνυμα ότι είσαι ευτυχισμένος/-η και νιώθεις έτσι. Το ίδιο ισχύει και με την δυναμικότητα. Ορισμένες εκφράσεις και κινήσεις, φανερώνουν το πόσο ισχυρός είναι κάποιος. Ωστόσο, όταν κάνεις κι εσύ ο/η ίδιος/-α αυτές τις εκφράσεις, όταν υποκριθείς —ας πούμε— ότι είσαι ισχυρός/-η, το σώμα σου και η ψυχολογία σου θα αλλάξει, και θα νιώσεις στα αλήθεια ισχυρός/-ή.

Έρευνες έχουν αποδείξει ότι σε πολλές περιπτώσεις το σώμα, οι κινήσεις, οι εκφράσεις ενός ατόμου, επηρεάζουν άμεσα το μυαλό του. Δηλαδή τις σκέψεις και τα συναισθήματά του. Τα σημαντικότερα σημεία, που περιγράφονται στη συνέχεια, έχουν να κάνουν με την γλώσσα σώματος, την χειραψία και την απόσταση από τον/την συνομιλητή/-τρια.

Ι. Γλώσσα σώματος

Ορισμένα λάθη, που καλό είναι να αποφύγεις όταν δημιουργείς την πρώτη εντύπωση κατά την πρώτη επαφή με τον/την συνομιλητή-τρια σου είναι:

Το να καμπουριάζεις, αντί να διατηρείς την

πλάτη σου στητή. Όταν καμπουριάζεις δίνεις το μήνυμα ότι «κλειδώνεις», βαριέσαι, δεν έχεις άποψη επί του θέματος, δεν έχεις δυναμικότητα και αισθάνεσαι άβολα και πιεστικά.

Το να γνέφεις υπερβολικά ή να κάνεις

υπερβολικές χειρονομίες. Οι δύο αυτές κινήσεις είναι ενδείξεις ότι προσπαθείς να πείσεις κάποιον με κάθε τρόπο για την δική σου άποψη και την αλήθεια (υπερβολικές χειρονομίες) ή ότι δείχνεις να συμφωνείς και να κατανοείς αυτό που ακούς, χωρίς όμως να συμβαίνει κάτι τέτοιο (γνέφεις υπερβολικά).

Την έντονη οπτική επαφή, καθώς υποδηλώνει

επιθετικότητα. Ιδανικό θα ήταν οκτώ με δέκα δευτερόλεπτα να εστιάζεις συνεχόμενα στα μάτια του/της συνομιλητή/-ριάς σου, και όχι περισσότερο. Να μεσολαβεί ένα μικρό διάλειμμα προτού επανέλθει η οπτική επαφή, λένε οι ειδικοί.

Στον αντίποδα, όταν αποφεύγουμε την οπτική επαφή, σημαίνει αυτομάτως ότι τα λόγια μας είναι αναξιόπιστα και ότι δεν έχουμε μεγάλη εμπιστοσύνη στα λεγόμενά μας. Δείχνει ότι θέλουμε να αποκρύψουμε κάτι.

Το να σφίγγεις τις γροθιές σου. Αυτή η κίνηση λειτουργεί όπως ακριβώς τα σταυρωμένα χέρια και πόδια, αφού δείχνουν πως μπλοκάρουμε τις ιδέες των άλλων. Είναι σημάδι εσωστρέφειας και δηλώνει έμμεσα ότι δεν επιθυμούμε τον διάλογο.

Το να κοιτάς το ρολόι, να παίζεις με τα μαλλιά σου ή με τον γιακά σου, καθώς είναι ένδειξη ανυπομονησίας, έλλειψης αυτοπεποίθησης και φανερώνει ότι έχεις αποσπάσει την προσοχή σου από το θέμα.

Το κάλπικο χαμόγελο, είναι εύκολο να

αναγνωρισθεί και ίσως επιφέρει μεπελάδες. Οι άνθρωποι που ξέρουν να αποκωδικοποιούν τις εκφράσεις του προσώπου σου, θα αντιληφθούν αμέσως όταν γελάς αληθινά ή όταν προσποιείσαι πως γελάς. Αυτή η ενέργεια είναι έκδηλη, διότι, όταν χαμογελάς αληθινά, χαμογελάνε και μάτια σου μαζί με το στόμα (πόδι χήνας) και ολόκληρο το πρόσωπό σου. Ενεργοποιούνται όλοι οι μύες του προσώπου. Όταν χαμογελάς υποκριτικά, χαμογελάει μονάχα το στόμα. Οι μύες του προσώπου ενεργοποιούνται μόνο από την μύτη και κάτω, αφήνοντας το επάνω μέρος του προσώπου να μαρτυρήσει τα υπόλοιπα.

II. Χειραψίες

Ένα άλλο θέμα, που θα πρέπει να προσέξεις, όταν συναντάς ένα καινούριο άτομο, όταν πηγαίνεις για μια πρώτη συνέντευξη με σκοπό να σε προσλάβουν ή όταν κάνεις μια νέα γνωριμία, είναι η χειραψία.

Τα είδη των χειραψιών ποικίλουν. Εδώ, θα σου αποκαλυφθούν τα πιο βασικά, ώστε να είσαι καλά προετοιμασμένος/-η προτού «δανείσεις» τον εαυτό σου για λίγα δευτερόλεπτα στον άνθρωπο με τον οποίο έρχεσαι σε επαφή.

Μια σφικτή και σίγουρη χειραψία, είναι λίγο-πολύ προβλέψιμη και αναμενόμενη, ωστόσο είναι μια καλή αρχή γνωριμίας, ιδίως στο εργασιακό περιβάλλον και φανερώνει καλή θέληση.

Χειραψία με τρεμάμενα χέρια, υποδηλώνει άγχος και φόβο.

Χειραψία στα ακροδάχτυλα, υποδηλώνει αβεβαιότητα, επιφυλακτικότητα και παράλληλα ευγένεια.

Χειραψία κουνώντας το χέρι πάνω-κάτω, δηλώνει άτομο εξωστρεφή και εκδηλωτικό.

Χειραψία με το ένα χέρι, ενώ το άλλο ακουμπά



στον ώμο του συνομιλητή. Το άτομο, που την πραγματοποιεί, θέλει να επιδείξει ανωτερότητα, ακόμα και έπαρση. Είναι σημάδι εγωισμού.

Χειραψία με δύο χέρια (σάντουιτς). Σημαίνει μετριοφροσύνη. Μαρτυρεί ότι πρόκειται για ένα άτομο συνετό. Συχνά, φανερώνει και άτομο με ισχυρή αυτοπεποίθηση.

III. Αποστάσεις

Ακόμα μία επικοινωνιακή συμβουλή είναι να ελέγχεις την απόσταση που κρατάς από τον/την συνομιλητή/-τρια σου.

Οι παρακάτω ζώνες θα σου δώσουν ένα πεδίο και ορισμένες κατευθύνσεις για το πως να κινείσαι αναλόγως των περιστάσεων:

Η οικεία ζώνη. Στην οικεία ζώνη κρατάμε, συνήθως, μισό μέτρο απόσταση (το περισσότερο). Στην οικεία ζώνη βρίσκονται οι γονείς μας, τα παιδιά μας και γενικά η οικογένειά μας.

Η προσωπική ζώνη, ξεκινά, συνήθως, από μισό μέτρο, και μπορεί να επεκταθεί μέχρι το ένα μέτρο και τριάντα εκατοστά (περίπου). Σε αυτή τη ζώνη είναι η απόσταση την

οποία κρατάμε σε εκδηλώσεις,
συγκεντρώσεις φιλικές ή με αγνώστους.

Η κοινωνική ζώνη, κυμαίνεται από το ενάμισι μέτρο περίπου και επεκτείνεται στα τριάμισι μέτρα (κατά προσέγγιση). Σε αυτή την ζώνη, τοποθετούμε ανθρώπους που δεν γνωρίζουμε καλά. Είτε από το εργασιακό μας περιβάλλον είτε από κάποιον τεχνίτη, που έχει έρθει σπίτι μας.

Η δημόσια ζώνη. Σε αυτή την ζώνη απευθυνόμαστε σε κοινό, όταν κάνουμε μια διάλεξη ή όταν απευθυνόμαστε σε μεγάλη ομάδα ατόμων. Στην περίπτωση αυτή, η απόσταση που πρέπει να κρατάμε ξεπερνάει τα τριάμισι μέτρα.

Αυτές ήταν ορισμένες χρήσιμες πληροφορίες για κάθε νέα γνωριμία ή συνομιλία, για κάθε προσωπική επαφή ή επαγγελματική επαφή στην εργασία ή για μια πρώτη καλή εντύπωση, που θέλεις να δώσεις.

Βιβλιογραφία

Andrew Bradbury, Πως να ετοιμάσετε μια επιτυχημένη παρουσίαση.

George Lois, Damn good advice (for people with talent!).

Photo by [Charles Deluvio](#) on [Unsplash](#)



Στα πρώτα 4' κάθε συνάντησης
σηματίζεις το 90% της άποψης
σου για τον συνομιλητή.

How to land your dream job



Γεώργιος Μπαμπαρούτσης

[Μέντορας Καριέρας](#) • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: job hunting, networking,, recruiting tools, interview Tips, resume tips

In this article, I will try to share some key advice related to job hunting coming from my own experience as both an interviewee and an interviewer, across Greece, Europe and the US.

Irrespective of your current employment status (new graduate/actively looking for a job/unemployed/furloughed/happy with your current position), it is always important to have an updated CV/Resume and never stop networking for potential new opportunities. From my personal experience, having worked for four multinational companies, very often your next career opportunity comes without you planning or chasing it.

Starting your search for your next career step, there are many tech improvements that make things simpler than the traditional old school way of looking for a job. Of course, you still need to have an up-to-date Resume that you always need to revise as per the specific job description you apply, but tools, like www.Linkedin.com, www.Glassdoor.com or www.Indeed.com, could summarize the available positions by location, role and/or industry. Moreover, through LinkedIn, net-

working can be much easier as you have the opportunity to directly get in touch with recruiters/hiring managers and express your interest in learning more about their available openings.

On the other hand, competition is always there and usually you need both skills and luck for your application to even be read by a human. Matching your resume to the specific job description you are applying to is a good tip to help you get noticed. Many companies use recruiting tools that scan for specific keywords and use this method to pre-filter the vast majority of received applications. As a candidate, you need to remember that a potential rejection is the rule and not take it personally. Chances are not always in your favor, just due to the huge demand for every role. Having said that, the more applications you make the more chances you have - always trying to narrow down your interest to a specific role and be clear that this is your target. Another thing that many more junior candidates are afraid of is that they do not fit 100% the role requirements. You need to remember that companies usually describe the ideal candidate but they do not necessarily expect to find him. If you feel that you have 70% of the requirements you should already feel comfortable to ap-

Sharing below some key tips to help you with your application process:

Resume tips: Limit it to one page, starting with work experience (again-make it relevant to the specific job you apply for) and then your educational background. Do not forget to share your key accomplishments in each role you had in the past (not just a plain job description) and highlight your individual contribution.

Interview tips: Once invited for an interview (already a big milestone to celebrate), make sure you are well prepared:

Research the company. Go through their website, find key figures/highlights and share them when the discussion goes in that direction. It will show you are genuinely interested in joining this company and that you have done your homework.

Prepare your top 10 accomplishments and/or examples from your work and/or academic experience. Write them down in a STAR format (Situation/Task/Action/Result) and keep practicing them. Highlight what YOU did in these situations. A great way to work on this, is to go through Amazon 14 Leadership Principles (<https://www.amazon.jobs/en/principles>) and think about examples where you showcased these values. More and more companies are focusing on behavioral based questions (“Give me an example of a time when...” type of questions), as usually past examples give a good estimate of how you will perform in similar situations. You would need to have crystal clear examples and a lot of details to explain them (if possible with quantified metrics of what you did, what the impact was,



etc.).

Focus on preparation. On the more traditional interview questions (Tell me about yourself/Why do you want to work for us), preparation is again critical. It is important in every answer you give to highlight why you are the right person for this job, focusing more on what you can give to vs what you want to get from the company you are applying for.

Ask a lot of questions during/at the end of the interview. Interviewers are human and they usually like to talk about themselves. Show interest in what they do, what their biggest challenges are and how you can help them. Always have some questions on the structure of the specific team and what are the skills needed for someone to be successful.



Perfection is an illusion. As an active interviewer for Amazon, a common mistake I see among many junior candidates is that they try to appear perfect. There is no perfect job, no perfect manager and no perfect candidate. It is totally fine to be honest and sometimes self-critical, as long as you learn from your mistakes and keep growing. This is why you should always have an example of something that went wrong and what you learnt from that going forward.

As a general career advice, do not be afraid to take risks, move out of your comfort zone and try new challenges. This applies to either when looking for a new job or for changes within your current job. Throughout my career, I have taken a lot of decisions that people not necessarily understood at the moment, but I always did it having my personal development and career growth as a priority. My first job, back in 2011, was in Bratislava, Slovakia

with a salary that was lower than you could have back in Greece. It did however give me the opportunity to work for a company like IBM in Accounting & Finance, the area of my academic background – an opportunity very difficult to find in Greece.

Another important piece of advice I would give is to always think about the longer term when you decide for your next career move. You would need to have a plan and find ways to reach that, even if you need to take intermediate steps in between. Again, from my personal example, I moved to Amazon because I knew it could give me the opportunity for a cross-regional move to the US – something that very few companies offer. Despite being happy with my then job with P&G in Switzerland, I took the risk to move to a very different industry in order to be able to meet my longer-term goal.

To summarize, job hunting is a challenging pro-

cess that many people often see as a non-pleasant necessity they need to go through some times over their career. My personal opinion is that we should be looking at it as something positive. An experience that helps us learn more about both ourselves and the companies we are interviewing with. As you progress in your career, you will realize that recruiters will start reaching out to you vs the opposite and then this whole process becomes much easier for the candidate who is the one deciding if he wants to continue the process to the next steps.

Photos by [Peter Fogden](#) and [Tim Mossholder](#) on [Unsplash](#)



As a general career advice, do not be afraid to take risks, move out of your comfort zone and try new challenges.

Εξερευνήστε τον κόσμο του Ψηφιακού **Digital Marketing**



Χάρης Ασλανίδης

Μέντορας Καριέρας • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: ψηφιακό marketing, κανάλια προβολής

Γιώργος Μαρκάκης

Μέλος • [LinkedIn](#)



Σε μια κοινωνία που διαρκώς αλλάζει ο όρος «Ψηφιακό» («Digital») έχει μπει για τα καλά στη ζωή μας. Ψηφιακά μαθήματα, ψηφιακά ραντεβού, ψηφιακή εργασία και πολλά άλλα. Εμάς όμως αυτό που μας απασχολεί από το 2013 είναι η Ψηφιακή Εμπορική Προώθηση, το Digital Marketing. Πολλοί έχουν προσπαθήσει να δώσουν ερμηνεία σε αυτό, να το ορίσουν, να το οριοθετήσουν, αλλά πάντα θα υπάρχουν έντονες διαφωνίες ως προς αυτό. Παρακάτω λοιπόν θα διαβάσετε τη δική μας προσέγγιση, η οποία βασίζεται στην εμπειρία μας αλλά και στις γνώσεις μας.

Όποιος, λοιπόν, θέλει να έχει μια διαδικτυακή παρουσία και να ασχοληθεί με το Ψηφιακό (Digital) Marketing, πρέπει να κατανείμει τις δυνάμεις του σε τρία μέρη.

Το πρώτο είναι το «Content» ή αλλιώς «Περιεχόμενο». Ανεξάρτητα ποιος είσαι, ποια εταιρεία εκπροσωπείς και σε ποιο κλάδο

στοχεύεις, οφείλεις να είσαι πάντα ενημερωμένος. Αυτό σημαίνει ότι η ιστοσελίδα σου πρέπει να ανανεώνεται σε τακτά χρονικά διαστήματα, καθώς και τα κείμενα και τα άρθρα σου να είναι επίκαιρα και ελκυστικά. Επίσης, οι σελίδες σου στα κοινωνικά μέσα (social media) πρέπει να έχουν συχνή παρουσία, πληροφορίες, υποδείξεις (tips) και όχι μόνο «ξύλινα» επαγγελματικά κείμενα και «προϊοντικές» αφίσες (post).

Αμέσως μετά συναντάμε το Οργανικό (Organic) κομμάτι, το οποίο προφανώς αναφέρεται στα οργανικά αποτελέσματα που μπορεί να αξιοποιήσει κάποιος. Όταν δημοσιεύουμε ένα άρθρο, προσθέτουμε μια σελίδα στον ιστότοπό (website) μας ή πραγματοποιούμε κάποια αφίσα στα κοινωνικά μέσα, υπάρχει μεγάλο περιθώριο να δει την πληροφορία αυτή αρκετός κόσμος, χωρίς να επενδύσουμε απαραίτητα κάποιο χρηματικό ποσό από την αρχή. Για να πετύχει όμως αυτό θα χρειαστεί μια δοκιμαστική περίοδος A-B (testing), έρευνα αγοράς, υπομονή αλλά και κάποια τεχνάσματα. Για παράδειγμα, να λάβουμε

υπόψη μας ποια στιγμή της ημέρας το μεγαλύτερο κομμάτι του κοινού μας είναι ενεργό, τι ενδιαφέροντα έχει, ποιες σελίδες ακολουθεί και άλλες παρόμοιες στρατηγικές οι οποίες μπορούν να μεγιστοποιήσουν την οργανική μας προβολή.

Τέλος έχουμε το κομμάτι των πληρωμένων διαφημίσεων (Paid Ads). Έτσι, όπως έχουν διαμορφωθεί πλέον, θυμίζουν κάτι από χρηματιστήριο. Οι εποχές όμως επιβάλουν ακόμα και στις πιο μικρές επιχειρήσεις να μπουν σε αυτή την λογική και να ακολουθήσουν την υπόλοιπη αγορά. CTR (Click Through Rate), CPC (Cost Per

Click), ROI (Return On Investment), ROAS (Return On Ad Spend), Impression Share και πολλοί άλλοι όροι έχουν γίνει καθημερινότητα για πολλούς ανθρώπους και μέρα με τη μέρα προσπαθούν να τους κατανοήσουν και να τους χρησιμοποιήσουν προς όφελός τους. Υπάρχουν πολλές πλατφόρμες (Google, Facebook, LinkedIn, κ.ά.) να διαλέξεις, πολλά κοινά να στοχεύσεις, αλλά μια λάθος επιλογή μπορεί να σου στοιχίσει. Το μόνο σίγουρο είναι πως δεν έχει κανείς την πολυτέλεια να απέχει από την διαδικασία αυτή και αν το κάνει, το σίγουρο είναι ότι κάποια στιγμή θα αναγκαστεί να ξεκινήσει και οι πιθανότητες είναι να βρίσκεται



σε μειονεκτική θέση σε σχέση με τον ανταγωνισμό.

Τρεις «τομείς» λοιπόν: Περιεχόμενο (Content), Οργανικό (Organic) και Πληρωμένες Διαφημίσεις (Paid Ads). Κάποιος μπορεί να αναρωτηθεί: Επαρκούν αυτά τα τρία σημεία για να περιγράψουν ολόκληρο τον κλάδο του Ψηφιακού (Digital) Marketing; Προφανώς και όχι, αλλά είναι ένας καλός τρόπος προσέγγισης για αυτούς που θέλουν να τον γνωρίσουν.

Πολλοί προσπάθησαν να κάνουν τα πρώτα τους βήματα χρησιμοποιώντας μόνο μια από τις τρεις παραπάνω τακτικές. Μερικοί κατάφεραν να δουν κάποια αποτελέσματα, αλλά οι περισσότεροι δεν έμειναν ευχαριστημένοι. Αυτό συνέβη, γιατί η συνολική προσέγγιση σε αυτή την περίπτωση είναι η καλύτερη στρατηγική. Ένας συνδυασμός Περιεχομένου (Content), Οργανικού (Organic Marketing) και Πληρωμένων Διαφημίσεων (Paid Ads) είναι πολύ πιο πιθανό να φέρει επιθυμητά αποτελέσματα και να «ανανεώσει» την εικόνα της επιχείρησης on line. Όταν προσπαθείς να καταφέρεις κάτι, είναι καλύτερο να χρησιμοποιείς όλες τις δυνατότητες που σου δίνονται.

Ας πούμε λοιπόν ότι κάποιος θέλει να εφαρμόσει τις παραπάνω τακτικές, αλλά δεν ξέρει από πού να ξεκινήσει. Το πρώτο βήμα είναι να κατανοήσει την ηλεκτρονική αγορά και με βάση την επαγγελματική του εμπειρία να διαλέξει τα σωστά κανάλια προβολής. Για παράδειγμα ένα μικρό κατάστημα ρούχων θα κινηθεί πιο εύκολα στο Facebook και το Instagram, όπου είναι πιο πιθανό να προσεγγίσει κοινό σχετικά με τον προϊόν που προσφέρει στην αγορά. Ενώ μια τεχνική εταιρεία θα πρέπει να δώσει έμφαση στα Google Ads και σε σχετικούς όρους αναζητήσεων ή ακόμα και στο LinkedIn, όπου θα μπορεί να προσεγγίσει πελάτες με οργανικά post και συνομιλίες. Σε αυτό το σημείο, οφείλουμε να σημειώσουμε ότι, και σε

αυτή την περίπτωση, η συνολική παρουσία στο διαδίκτυο είναι το επιθυμητό αποτέλεσμα, αλλά στα πρώτα βήματα που θα κάνει κάποιος, ίσως υπάρχει ένας περιορισμός σε χρόνο και κεφάλαιο (budget) και η επιλογή των δικτύων που θα έχουν πιο άμεση απήχηση είναι καθοριστική. Με την πάροδο του χρόνου και χτίζοντας μια γερή βάση, θα δοθεί η δυνατότητα για επέκταση.

Η παρουσία όμως στα κοινωνικά δίκτυα δεν επαρκεί από μόνη της. Η ανάγκη μιας κεντρικής προβολής, όπως ένας απλός Ιστότοπος Παρουσίασης («Presentation Website»), μια πλατφόρμα ηλεκτρονικού εμπορίου («E-Commerce») ή μια Εφαρμογή («Application») υπάρχει και δεν μπορεί να παραληφθεί. Τα κοινωνικά δίκτυα θα σε βοηθήσουν να χτίσεις την στρατηγική σου, αλλά ο βασικός τρόπος επικοινωνίας με τους πελάτες σου θα πρέπει να είναι μια δικιά σου ιδιοκτησία, σύγχρονη, λειτουργική και ελκυστική. Σημαντικό ρόλο επίσης θα διαδραματίσει και η διασύνδεση των Διαδικτυακών Εργαλείων (Web Tool) που θα έχεις, τόσο με τα κοινωνικά μέσα (social media), όσο και με άλλα επαγγελματικά προγράμματα που χρησιμοποιείς, καθώς όσα περισσότερα δεδομένα έχεις, τόσο πιο εύκολα μπορείς να καθορίσεις τα επόμενα βήματα: Το ονομαζόμενο «Ανάλυση βάσει δεδομένων» («Data Driven Analysis») που ακούμε όλο και πιο συχνά στις μέρες μας. Αν, λοιπόν, δεν έχεις κατασκευάσει κάτι για την online προβολή σου, ίσως πρέπει να βιαστείς και, αν πάλι έχεις μια παρουσία, αλλά είναι λίγο περασμένης τεχνολογίας, είναι ευκαιρία να την ανανεώσεις.

Μερικές ερωτήσεις που δεχόμαστε συχνά σχετικά με τα παραπάνω είναι: πόσο καιρό θα χρειαστεί για να δω τα πρώτα αποτελέσματα; Πότε θα έχω πωλήσεις; Θα λαμβάνω τηλεφωνήματα; Τι Κεφάλαιο (Budget) να χρησιμοποιήσω; Και πολλές άλλες παρεμφερείς απορίες. Η απάντηση που

δίνουμε εμείς στις περιπτώσεις αυτές είναι πολλή απλή και απαντάμε ότι όποιος σου υποσχεθεί συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, π.χ. κόστος ανά πωλήσεις και αποτελέσματα είναι αφερέγγυος. Αυτή η διαδικασία είναι συνεχόμενη και απαιτεί υπομονή, σωστό προγραμματισμό και επαγρύπνηση. Σίγουρα μπορεί κάποιος να δώσει μερικές εκτιμήσεις με βάση παλαιότερες δουλειές του ή με βάση την εμπειρία του, αλλά σε καμία περίπτωση το Digital Marketing δεν υπάρχει σε καλούπια, τα οποία μπορούν να προσαρμοστούν οποιαδήποτε ώρα και στιγμή. Αυτό που συνήθως εμείς συμβουλευόμαστε τους συνεργάτες μας, είναι να ξεκινήσουν με μικρά βήματα, σωστή έρευνα και με βάση τα στοιχεία που λαμβάνουν να καθορίσουν τις επόμενες κινήσεις.

Συνοψίζοντας, λοιπόν, αυτό αποτελεί μια εισαγωγή στον κόσμο του Digital Marketing με βάση την δική μας οπτική. Αν θες να ερευνήσεις παραπάνω το κομμάτι αυτό, υπάρχει πληθώρα δωρεάν εκπαιδεύσεων και συμβουλευτικών συνεδριών στον παγκόσμιο ιστό. Με λίγη παραπάνω έρευνα θα καταφέρεις να βρεις αυτό που χρειάζεσαι. Αν πάλι προσπαθήσεις και δεν τα καταφέρεις, εμείς είμαστε στην διάθεσή σου να σε βοηθήσουμε και να ξεκινήσουμε μαζί το ταξίδι σε αυτό που αποκαλούμε «Ψηφιακό Σύμπαν» («Digital Universe»).

The [Ape1r0n](#) Team

Photo by [Ben Kolde](#) on [Unsplash](#)



Όταν προσπαθείς να καταφέρεις κάτι, είναι καλύτερο να χρησιμοποιείς όλες τις δυνατότητες που σου δίνονται.

Το «ευτύχημα» του εθελοντισμού



Γιώργος-Μάριος Χαιρετάκης

[Μέντορας Καριέρας](#) • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: εθελοντισμός, αλληλοβοήθεια

Το 2021 η [Ευρωπαϊκή Εθελοντική Υπηρεσία](#) εορτάζει την 25η επέτειο από την ίδρυσή της με πάνω από 100.000 εθελοντές. Την ίδια στιγμή στην Ευρώπη περίπου 100 εκατομμύρια πολίτες κάθε ηλικίας είναι εθελοντές, οι οποίοι με το έργο τους μπορεί να φτάσουν να συνεισφέρουν στην παραγωγή του 5% σχεδόν του ΑΕΠ της χώρας τους (Αυστρία, Ολλανδία, Σουηδία). Σύμφωνα με στοιχεία [μελέτης της Ευρωπαϊκής Επιτροπής](#), η συμμετοχή στον εθελοντισμό στην Ελλάδα είναι μικρής έκτασης (λιγότερο από το 10% του πληθυσμού και με οικονομική αξία μικρότερη από 0,1% του ΑΕΠ), συγκριτικά με άλλες χώρες, αλλά με τάσεις σημαντικής αύξησης. Ο εθελοντισμός είναι στάση ζωής και όχι εποχιακό φαινόμενο, αποτέλεσμα της ελεύθερης βούλησης του ατόμου, προσωπική επιλογή αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου του και με ανιδιοτελή προσφορά για το ευρύτερο καλό της κοινωνίας, που δεν συνοδεύεται από την επιδίωξη οικονομικού κέρδους. Είναι συνεισφορά στον συνάνθρωπό μας, στον εαυτό μας, στην κοινωνία μας αλλά και στην πατρίδα μας. Ο εθελοντισμός μπορεί να οριστεί ως η πιο ορατή έκφραση αλληλεγγύης. Είναι ένας τρόπος αλληλεπίδρασης και αντιμετώπισης των ανθρώπινων και περιβαλλοντικών αναγκών και ανησυχιών για την δημιουργία μιας βιώσιμης ευημερούσας κοινωνίας μέσω της δημιουργίας

κοινωνικού κεφαλαίου και οικονομικής μεγέθυνσης (ο εθελοντισμός οριοθετεί έναν τρίτο πυλώνα οικονομίας). Ο εθελοντισμός εξυψώνει τις αξίες και τα ιδανικά της ανθρώπινης ζωής αναπτύσσοντας στους κόλπους του την έννοια της αλληλεγγύης και του αλτρουισμού.

Κέντρο Υποδοχής Αστεγών Δήμου Αθηναίων, Σάββατο μεσημέρι, οδός Πειραιώς, πριν από περίπου 7 χρόνια.

Ο χωροχρόνος που με έκανε να αντιληφθώ την άλλη πλευρά της ζωής, να αναθεωρήσω για τα 20 προηγούμενα χρόνια μου, να αντιληφθώ πως αυτό που βίωνα εκείνη την στιγμή μπροστά μου δεν άνηκε σε κάποιο σενάριο ταινίας, ντοκιμαντέρ, κοινωνικής εκπομπής, στις ειδήσεις των 20:00. Ήταν η στιγμή που οι εικόνες των παραπάνω μετουσιώθηκαν σε πραγματικότητα και το τόσο μακρινό έγινε τόσο κοντινό.

Φοιτητής, ακόμα, στο προπτυχιακό όταν ξεκίνησα την ενεργό μου δράση στον μαγικό κόσμο του εθελοντισμού, που μέχρι τότε ήταν ομολογουμένως αρκετά ανεξερεύνητος για εμένα. Μόνη εξαίρεση αποτελούσε η ενασχόλησή μου με τον προσκοπισμό τον καιρό του Δημοτικού και αργότερα τα 5μελή και τα 15μελή Συμβούλια Γυμνασίου και Λυκείου (αν εμπíπτουν και αυτά στην ίδια κατηγορία). Έτσι, αποφάσισα να ενταχθώ αρχικά σε μια ομάδα με έντονη και πλούσια κοινωνική δράση και υπόσταση, τόσο στην Ελλάδα, όσο και το εξωτερικό (Rotaract) για

δύο βασικούς λόγους. Αφενός διότι ήταν η κατάλληλη στιγμή να έρθω πιο κοντά **με την έννοια και την αποστολή του να είσαι εθελοντής επί του πρακτέου**, αφετέρου στο momentum αυτό είχα πια την τεράστια δυνατότητα να δω πώς είναι τα πράγματα στην απέναντι ακτή του ποταμού, στην πλευρά που δεν είναι τόσο ανεπτυγμένη, τόσο καλλιεργημένη, τόσο μοντέρνα, τόσο φωταγωγημένη... είναι όμως γόνιμη και είναι και υπαρκτή! Δεν αρκούν αυτά; Και τα κατάφερα!

Ο εθελοντισμός, όπως και η αλληλεγγύη και η αλληλοϋποστήριξη, είναι σημαντικοί πυλώνες επί των οποίων αναπτύχθηκε η ΑΛΛΗΛΟΝ.

Μια, λοιπόν, από τις πρώτες δράσεις μας ήταν να πάμε και να μοιράσουμε συσκευασμένο φαγητό στο συσσίτιο του Κέντρου αλλά και για όσους ήταν εκτός του συγκεκριμένου χώρου, στα πέριξ. Κατά την πρώτη φάση, κάτσαμε πίσω από τον πάγκο και με την καθοδήγηση των ειδικών του συσσιτίου ετοιμάζαμε τις ενδεδειγμένες ποσότητες και τις προωθούσαμε στην σειρά που περίμενε. Θα πήγαινε άραγε εύκολα το μυαλό σας πως ένας καλοβαλμένος κύριος ή μια προσεγμένη κυρία δεν θα είχαν ρεύμα στο σπίτι τους; Ή νερό; Ή πια δεν θα είχαν καν σπίτι; Εμένα προσωπικά τότε όχι. Και όμως ήταν εκείνοι που είχαν έρθει να πάρουν την μερίδα τους είτε για εκείνους είτε για την οικογένειά τους φορώντας ένα περίεργα φωτεινό χαμόγελο και έχοντας ολοφάνερα διάθεση για κουβέντα. Πόσο υπέροχο μπορεί να είναι να ακούς ιστορίες άλλων, που ενδέχεται κιόλας να μην τους δεις ξανά.

Η δεύτερη φάση αποτελείτο από την προσωπική μας ανάμειξη με τον κόσμο, όχι πια πίσω από τον πάγκο αλλά έξω στον δρόμο. Δύσκολο να πάρεις τέτοια απόφαση και να κάνεις το βήμα μπροστά, να «εκτεθείς» αλλά με έναν τέτοιο μοναδικά όμορφο τρόπο. Ίσως δεν το σκέφτηκα πολύ, ίσως το αντιμετώπισα ως μια αληθινή πρόκληση για να

ξεπεράσω τον εαυτό μου και βρέθηκα εν τέλει «ενώπιος ενωπίω». Ένας «εναντίον» 5-10 ατόμων ή ένας «εναντίον» μιας αντίληψης που καταδεικνύει ότι η ζωή είναι στρωμένη με ροδοπέταλα, λουστράτη, χωρίς προβλήματα, στέρηση, ένδεια. Όχι για όλους, μάλλον για λίγους. Αν και ηλιόλουστη η μέρα, αμφιβάλλω αν άπαντες ήταν σε θέση να αντικρίσουν τον «Ήλιο» (τελικά δεν είναι πάντα αντικειμενικά αυτός ο αστέρας του ηλιακού μας συστήματος και το πιο λαμπρό σώμα του ουρανού, υπάρχει και η υποκειμενική του χροιά). Για κάποια λεπτά, το θυμάμαι σαν χθες, ένιωσα απογυμνωμένος, κενός, μετέωρος. Άνθρωποι από κάθε κοινωνική ομάδα — τοξικομανείς, πρώην φυλακισμένοι, άστεγοι, μετανάστες — ήταν τριγύρω μου, με κοίταζαν στα μάτια και έλεγαν πολλά χωρίς να μιλούν πολύ. «Είμαι καθαρός, φιλαράκι, δεν θα σε πειράξω, απλά δώσ' μου να φάω, πεινάω» ήταν θεωρώ η πρόταση-ορόσημο εκείνου του Σαββάτου που τόσο πολύ με ταρακούνησε. Αμέσως έκανα την κίνηση προσπαθώντας να φανώ ψύχραιμος και καθόλου προβληματισμένος. Η ποσότητα ήταν αρκετά ικανοποιητική συνολικά (ορισμένη βέβαια για τον καθένα), οπότε ξέραμε από την αρχή πως θα έφτανε για ολόκληρο το Σαββατοκύριακο... Κάποιοι εδώ θα αναρωτηθούν «Και μετά;». Το σκεφτόμουν και εγώ στον γυρισμό. Δεν λύθηκε το πρόβλημα σε καμία περίπτωση, από Δευτέρα πάλι κάποιος/οι θα έπρεπε να φροντίσουν και να τρέξουν για τους ανθρώπους αυτούς. Όμως, το «ευτύχημα» της όλης υπόθεσης — αν μπορώ να το χαρακτηρίσω έτσι — ήταν διττό: αφενός διότι κάποιοι συνάνθρωποί μας κάλυψαν ένα τμήμα από τις φυσικές ανάγκες τους (τροφή, νερό), αφετέρου διότι ο εσωτερικός μου συναισθηματικός κόσμος εμπλουτίστηκε μέσα από τα διακριτικά χαμόγελα, το κούνημα του κεφαλιού και τα βλέμματα ευγνωμοσύνης και ανακούφισης, που ξεπερνούσαν σε ήχο και τα πιο δυνατά φωναχτά «Σε ευχαριστώ!».



Αυτή, είμαι βέβαιος, πως είναι και η αξία του εθελοντισμού. Αν δεν μπορούμε να φέρουμε δραστικές αλλαγές στις ζωές ατόμων σε ανάγκη, τότε ας τους κάνουμε πιο ανάλαφρες και ανθρώπινες κάποιες στιγμές τους, γιατί αυτό σίγουρα το μπορούμε. Αναντίρρητα, τίθεται θέμα ηθικής υποχρέωσης, κατά την δική μου οπτική, να δώσουμε πίσω στην κοινωνία, ότι έχουμε λάβει από τους γονείς μας, τις οικογένειές μας, τους φίλους μας εφόσον είμαστε σε πιο ευνοϊκή θέση από άλλους. Είμαι πεπεισμένος πως μέσα από τέτοιου είδους δράσεις αντιλαμβανόμαστε πολύ καλύτερα πόσο τυχεροί είμαστε, όπως επίσης είμαι απόλυτα πεπεισμένος πως είναι ανάγκη να γίνει κανονικά μάθημα ο εθελοντισμός στο ωρολόγιο πρόγραμμα των σχολείων και δη από τις μικρές κιόλας ηλικίες που πλάθεται ακόμα το ζυμάρι (με τα διάφορα υλικά) μέχρι να το σκεπάσουμε για να φουσκώσει καλά. Είναι ευεργετικό για τα παιδιά να μυηθούν από νωρίς και όσο γίνεται πιο βιωματικά στο πνεύμα της προσφοράς, της αλληλοβοήθειας, της

ενσυναίσθησης, του ανθρωπισμού, γιατί θα βελτιωθούν ως χαρακτήρες αλλά και θα συμβάλλουν ώστε να πάει η κοινωνία ένα βήμα παραπέρα.

Στον δρόμο της επιστροφής νωρίς το απόγευμα δεν μπόρεσα να κρύψω την συγκίνησή μου στο αυτοκίνητο και με θυμάμαι δακρυσμένο σε όλη την διάρκεια μέχρι το σπίτι μου (όπου και εκεί συνέχισα έτσι μπροστά στους γονείς μου). Αναμφίβολα, η μέρα αυτή ήταν η απαρχή για πολλά, όπως το να εισέλθω πιο δυναμικά στον εθελοντισμό και να προσπαθώ να μετατρέπω τέτοιες «δύσπεπτες» σκηνές σε στοργή, καλοσύνη, προσφορά και αγάπη.

Κλείνοντας, μια χαρακτηριστική φράση που διάβασα πρόσφατα σε ένα βιβλίο — το οποίο παρουσιάζει απλές καθημερινές ιστορίες ως μικρά θαύματα, που μας συμβαίνουν και μας αποκαλύπτουν πως η ζωή η ίδια είναι Δώρο —, και θεωρώ πως συνοψίζει το βαθύτερο νόημα των όσων εξιστόρησα λέει πως «πλούτος δεν είναι να έχεις, πλούτος είναι να δίνεις». Αυτό το τελευταίο μήπως ενίστε το αγνοούμε ή το μεταφράζουμε λάθος; Ο εθελοντισμός σε διδάσκει τον πραγματικό πλούτο, τον σεβασμό, την ανθρωπιά, την αφιλοκερδή προσφορά, την συνεργασία, την ευαισθητοποίηση, το «Ανήκειν» και το «Όλον». Ο εθελοντισμός λειτουργεί ως ιδανικό παράδειγμα για τις νεότερες γενιές, επιτρέποντας στον άνθρωπο να αντιληφθεί πως η δική του δράση έχει σημασία, ότι έχει νόημα να προσφέρει και να προσπαθήσει να αλλάξει τα πράγματα προς το καλύτερο. Η συνδρομή όλων είναι απαραίτητη για μια καλύτερη κοινωνία. Όμως για να προσφέρεις, πρέπει πρώτα να ενημερωθείς και να γνωρίζεις πώς, πού και με ποιον τρόπο μπορείς να κάνεις την διαφορά. Η ενεργοποίηση των πολιτών προς τον εθελοντισμό επιτυγχάνεται μέσω ενημέρωσης. Πολλοί επιθυμούν να προσφέρουν εθελοντική βοήθεια, αλλά δεν γνωρίζουν πού ακριβώς θα πρέπει να απευθυνθούν και πόσο εύκολο ή

δύσκολο είναι να βρουν τον κατάλληλο γι' αυτούς κοινωνική οργανισμό. Ο εθελοντισμός χρειάζεται να μπει στην καθημερινότητά μας και πιστεύω ακράδαντα ότι θα έπρεπε να προωθηθεί και μέσω της εκπαίδευσης αλλά και μέσω του προσωπικού παραδείγματός μας, ώστε να εμφυσήσουμε στα παιδιά μας τις αρχές και τις αξίες του.

Μιας και υποδεχθήκαμε, λοιπόν, μια νέα χρονιά και μαζί της 365 νέες σελίδες λευκές ας αρχίσουμε να κρατάμε σημειώσεις με όμορφες φράσεις που μας μένουν, βάζοντας ερωτηματικό ή θαυμαστικό για ό,τι αναρωτιόμαστε και για ό,τι επιβεβαιώνουμε.

«Οι εθελοντές δεν έχουν απαραίτητα το χρόνο, έχουν όμως την καρδιά» - Elizabet Andrew

Βιβλιογραφία

[Μελέτη για τον εθελοντισμό στην Ελλάδα από το Εθνικό Ινστιτούτο Εργασίας και Ανθρώπινου Δυναμικού](#)
[Εθελοντισμός από το Γραφείο Διασύνδεσης - Δομή Απασχόλησης & Σταδιοδρομίας - Πανεπιστημίου Ιωαννίνων](#)
[Η έννοια του εθελοντισμού από την Καλλιτεχνική Παιδαγωγική Ομάδα «Σχεδία στην πόλη»](#)

Photo by [Austin Kehmeier](#) on [Unsplash](#)

ΑΛΛΗΛΟΝ:

Παγκόσμιες Δράσεις και Συνεργασίες



Αλέξανδρος Παγκράτης

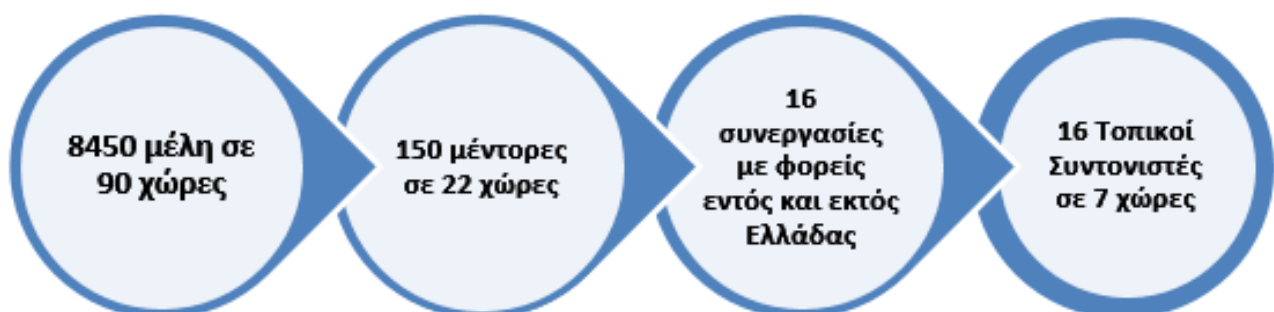
Υπεύθυνος επικοινωνίας • [LinkedIn](#)

Λέξεις κλειδιά: ΑΛΛΗΛΟΝ, συμβουλευτική, συνεργασίες, δράσεις

Το συνεχώς επεκτεινόμενο εθελοντικό δίκτυο της ΑΛΛΗΛΟΝ έχει δημιουργήσει έναν χώρο δικτύωσης, συνεργασιών, αλληλεγγύης και αλληλοϋποστήριξης στον επαγγελματικό τομέα, κυρίως υπέρ των νέων, μεταξύ Ελλήνων και φίλων της Ελλάδας ανά τον κόσμο. Το δίκτυο είναι ανοιχτό σε όλους όσους μοιράζονται το όραμα και τους στόχους της ΑΛΛΗΛΟΝ. Ο καθένας που συμμετέχει στην ΑΛΛΗΛΟΝ επωφελείται από το παγκόσμιο δίκτυό της και ταυτόχρονα συνεισφέρει στην δημιουργία μιας καλύτερης, πιο αλληλέγγυας και πιο

αξιοκρατικής ελληνικής κοινωνίας και οικονομίας. Για την υλοποίηση των δράσεων και στόχων της, η ΑΛΛΗΛΟΝ βασίζεται:

- στο ανθρώπινο δυναμικό της, κυρίως δηλαδή τα μέλη, τους μέντορες και τους Τοπικούς Συντονιστές,
- τις εταιρείες, που είναι εγγεγραμμένες ως μέλη στην ΑΛΛΗΛΟΝ, και
- τους διάφορους φορείς (πανεπιστήμια, δεξαμενές σκέψης, ΜΚΟ, κέντρα έρευνας, κτλ), με τους οποίους συνεργάζεται η ΑΛΛΗΛΟΝ.



Το δίκτυο μελών & μεντόρων και οι Τοπικοί Συντονιστές

Το κάθε **μέλος της ΑΛΛΗΛΟΝ** λειτουργεί ως «μικρός μέντορας», εφόσον με την δωρεάν συμμετοχή του στην ΑΛΛΗΛΟΝ, αναλαμβάνει μία και μοναδική υποχρέωση, το να απαντήσει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, αν ερωτηθεί από άλλο — συνήθως νεότερο — μέλος, σχετικά με την επαγγελματική του εμπειρία και εφόσον αυτό μπορεί να είναι χρήσιμο στην επαγγελματική πρωτοβουλία του νεότερου μέλους.

Ταυτόχρονα, το **δίκτυο των εθελοντών μεντόρων** προσφέρει μια πιο άμεση και παραγωγική υποστήριξη σε όποιο μέλος την αναζητήσει, σε όποια χώρα και να βρίσκεται. Η εθελοντική συνεισφορά των μεντόρων της ΑΛΛΗΛΟΝ προς τους νεότερους είναι ένα άμεσο παράδειγμα και μια πηγή έμπνευσης για έναν πιο αλληλέγγυο ελληνισμό ανά τον κόσμο. Οι μέντορες της ΑΛΛΗΛΟΝ μοιράζονται την εμπειρία τους με νεότερα μέλη σχετικά με σημαντικές αποφάσεις που αφορούν σπουδές, επαγγελματική ένταξη, καριέρα ή επιχειρηματικότητα.

Το δίκτυο μεντόρων της ΑΛΛΗΛΟΝ υπάρχει από την αρχή της ίδρυσής της. Η μερική καταγραφή όμως των επίσημων συνεδρίων μεταξύ συμβουλευομένων και μεντόρων και η αξιολόγησή τους ξεκίνησε πειραματικά το 2017 με 15 συνεδρίες, και συνέχισε έκτοτε με πάνω από 100 συνεδρίες ετησίως. Το 2021 έχει ήδη φτάσει στις 218 συνεδρίες και ο στόχος μας είναι να πραγματοποιηθούν πάνω από 500 συνεδρίες μέχρι το τέλος του έτους.

Οι μέντορες της ΑΛΛΗΛΟΝ έχουν παρουσία στις εξής 22 χώρες: Ελλάδα, Ιρλανδία, Βέλγιο, ΗΠΑ, Ελβετία, Αυστρία, Βραζιλία, Κύπρο, Ηνωμένο Βασίλειο, Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, Ιταλία, Ολλανδία, Σουηδία, Ισπανία, Δανία, Φιλανδία, Σιγκαπούρη, Μυανμάρ, Λουξεμβούργο, Γαλλία, Σαουδική Αραβία και Σλοβακία.

Επιπλέον, οι μέντορές μας έχουν συνεισφέρει στις ακόλουθες εθελοντικές δράσεις:

- Δημιουργία webinars
Δημιουργήθηκαν [17 webinars](#) από μέντορες της ΑΛΛΗΛΟΝ σε συνεργασία με το επαγγελματικό στούντιο «[Φιλοθέα](#)» για θέματα άμεσα χρήσιμα στους νεότερους, όπως: «Πώς να πετύχετε σε μια συνέντευξη», «Καριέρα σε διεθνείς οργανισμούς», «Εκπαίδευση ανθρώπινου δυναμικού», «Ευκαιρίες καριέρας στην Ανατολική Ευρώπη», «Διδακτορικά σε Αμερικάνικα Πανεπιστήμια».
- Συμμετοχή σε εκδηλώσεις με ομιλίες και διαδικασίες ταχυ-καθοδήγησης
Έχουν οργανωθεί δύο εκδηλώσεις δια ζώσης και μια διαδικτυακή ταχυ-καθοδήγηση (speed mentoring), φέρνοντας σε επαφή τους μέντορές μας με μερικές εκατοντάδες νεότερα μέλη, που έψαχναν καθοδήγηση και συμβουλές.
- Συγγραφή άρθρων
Η πιο πρόσφατη δράση των μεντόρων μας είναι η αρθρογραφία στο παρόν τριμηνιαίο διαδικτυακό περιοδικό *e-Άλληλον*, με σκοπό να μεταλαμπαδεύσουν την εμπειρία τους σε συγκεκριμένα επίκαιρα θέματα.

Η εξάπλωση της ΑΛΛΗΛΟΝ και των δράσεών της δεν θα ήταν δυνατή χωρίς τους Τοπικούς Συντονιστές μας. Οι Τοπικοί Συντονιστές είναι οι εκπρόσωποι της ΑΛΛΗΛΟΝ σε μια περιοχή ή σε ένα πανεπιστήμιο και προωθούν τοπικά τους στόχους και τις δράσεις της. Αναλαμβάνουν την οργάνωση εκδηλώσεων, την προώθηση του τοπικού δικτύου μελών και μεντόρων, την στοχευμένη πληροφόρηση μέσω των κοινωνικών δικτύων και την δημιουργική δικτύωση των μελών μας. Οι Τοπικοί Συντονιστές διατηρούν, δυναμώνουν και εφαρμόζουν τις συνεργασίες που

έχει η ΑΛΛΗΛΟΝ με άλλους φορείς.

Οι 7 χώρες παρουσίας Τοπικών Συντονιστών είναι Ελλάδα, ΗΠΑ, Βέλγιο, Αυστρία, Ελβετία, Ιρλανδία και Ηνωμένο Βασίλειο.

Οι συνεργασίες της ΑΛΛΗΛΟΝ

Η ΑΛΛΗΛΟΝ συνεργάζεται με φορείς που μοιράζονται τις δράσεις και τους στόχους της. Οι συνεργασίες της ΑΛΛΗΛΟΝ μπορούν να χωριστούν σε μακροχρόνιες συνεργασίες με ροή δράσεων και σε συνεργασίες που βασίζονται σε μια συγκεκριμένη δράση. Οι φορείς που συνεργάζεται η ΑΛΛΗΛΟΝ είναι: Πανεπιστήμιο Πειραιώς, Yes Forum, Teletrans, Ίδρυμα Μποδοσάκη, ALBA Business School, New York College, σχολή ELGS, Σωματείο Παναγία Σουμελά, Ελληνικό Ινστιτούτο Πολιτιστικής Διπλωματίας, Επανεκκίνηση, EPLO στην Ελλάδα και MEA στην ΕΕ, Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, Δρομέας, AGAPW και Microkosmos εκτός Ελλάδας.

Στο πλαίσιο των μακροχρόνιων συνεργασιών, η ΑΛΛΗΛΟΝ έχει υπογράψει [Πρωτόκολλα Συνεργασίας](#) με 6 φορείς, για την προώθηση και ενδυνάμωση των δύο κύριων στόχων της:

- την υποστήριξη των επαγγελματικών πρωτοβουλιών των νέων στους τομείς των σπουδών, της επαγγελματικής ένταξης, της σταδιοδρομίας και της επιχειρηματικότητας, μέσω δικτύωσης και άμεσης συμβουλευτικής, και
- την συμβολή στην ευρύτερη προσπάθεια βελτίωσης του επιχειρηματικού και επενδυτικού περιβάλλοντος στην Ελλάδα, ώστε η υγιής επιχειρηματικότητα να γίνει ο κύριος μοχλός βιώσιμης οικονομικής ανάπτυξης και απορρόφησης της ανεργίας νέων.

Οι συνεργασίες αυτές εφαρμόζονται με άμεσες και πρακτικές πρωτοβουλίες για την σωστή δικτύωση των νέων και την προώθηση προς αυτούς της συμβουλευτικής της ΑΛΛΗΛΟΝ. Μερικά

παραδείγματα των δράσεων αυτών είναι η οργάνωση των παρακάτω πρόσφατων εκδηλώσεων:

Το 2019 η ΑΛΛΗΛΟΝ σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Πειραιώς παρουσίασε την εκδήλωση με θέμα «*Ανασυγκρότηση της ελληνικής οικονομίας, επιχειρηματικότητα και ο ρόλος της Οικονομικής Διπλωματίας*». Περισσότεροι από 100 φοιτητές είχαν την ευκαιρία να ακούσουν ομιλίες και απόψεις ακαδημαϊκών, θεσμικών και αναγνωρισμένων στελεχών του επιχειρηματικού χώρου. Μετά το πέρας της εκδήλωσης ακολούθησε ταχυ-καθοδήγηση με την συμμετοχή 15 μεντόρων της ΑΛΛΗΛΟΝ, οι οποίοι παρείχαν χρήσιμες κατευθύνσεις και εξατομικευμένες συμβουλές στους συμμετέχοντες.

Το 2020 σε συνεργασία με το Υπουργείο Εξωτερικών, οργανώθηκε μια εκδήλωση γνωριμίας της ΑΛΛΗΛΟΝ Βρυξελλών και της [Μόνιμης Ελληνικής Αντιπροσωπείας](#) (ΜΕΑ) στην Ε.Ε. για τους Έλληνες ασκούμενους στα Ευρωπαϊκά Όργανα. Πραγματοποιήθηκε ταχυ-καθοδήγηση, με την παρουσία 33 μεντόρων, και 80 περίπου ασκούμενων, που είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν καλύτερα τις δράσεις της ΑΛΛΗΛΟΝ και να διασυνδεθούν με έμπειρους υπαλλήλους των Ευρωπαϊκών Θεσμών, διπλωμάτες του Υπουργείου Εξωτερικών και στελέχη του ιδιωτικού τομέα.

Στις αρχές του 2021 οργανώθηκε η δεύτερη εκδήλωση γνωριμίας της ΑΛΛΗΛΟΝ Βρυξελλών και της ΜΕΑ στην Ε.Ε. για τους Έλληνες ασκούμενους στα Ευρωπαϊκά Όργανα με την συμμετοχή πάνω από 100 νέων και 60 μεντόρων της ΑΛΛΗΛΟΝ. Στο πλαίσιο της ταχυ-καθοδήγησης έγιναν 105



ατομικές και ομαδικές συνεδρίες μεταξύ μεντόρων και νέων!

Παλαιότερα έχουν οργανωθεί εκδηλώσεις σε Λουξεμβούργο, Αγγλία, ΗΠΑ, και σε διάφορες πόλεις της Ελλάδας. Σε συνεργασία με το [AGAPW](#) έγιναν διάφορες εκδηλώσεις στην Νέα Υόρκη και προβλέπεται η επόμενη εκδήλωση τον Απρίλιο του 2021.

Με ορισμένους φορείς, οι συνεργασίες παίρνουν μια πιο κοινωνική και ανθρωπιστική μορφή, εξυπηρετώντας και προωθώντας πάντα την αλληλεγγύη προς τους νέους και προς την ευρύτερη ελληνική κοινωνία:

Στο πλαίσιο της συνεργασίας της ΑΛΛΗΛΟΝ με το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, πραγματοποιήθηκαν το 2019-2020 δωρεές 400 Ηλεκτρονικών Υπολογιστών και οθονών τελευταίας τεχνολογίας, κυρίως σε σχολεία στην Αττική, Πάτρα, Βοιωτία, Κέρκυρα, Νάουσα, Βέροια και Καστοριά, βοηθώντας στην άμεση εκπαίδευση

τουλάχιστον 1800 παιδιών στις νέες τεχνολογίες.

Σε συνεργασία με την εταιρία [ΔΡΟΜΕΑΣ](#), η ΑΛΛΗΛΟΝ έχει δωρίσει 900 έπιπλα (γραφεία, ερμάρια) σε 53 φορείς (σχολεία, νοσοκομεία, ομίλους, δήμους) στην Ελλάδα.

Σε συνεργασία με άλλους κοινωνικούς φορείς του Βελγίου, η ΑΛΛΗΛΟΝ έχει συμμετάσχει σε εράνους για την ενίσχυση των πυρόπληκτων στο Μάτι Αττικής (2018) και για την κάλυψη αναγκών στο νοσοκομείο Ευαγγελισμός για την αντιμετώπιση του κορωνοϊού (2020).

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι η ΑΛΛΗΛΟΝ έχει λάβει το 2019 από τον Νομό Νάουσας το βραβείο «Τιμής Ένεκεν στην ΑΛΛΗΛΟΝnet για το κοινωνικό έργο που επιτελεί», και το 2020 από την [Iasis AMKE](#) και την [Αργώ Βρυξελλών](#) για την «Προσφορά στην εκπαίδευση», στο πλαίσιο του Connected We Stand Festival.

Το 2021 η παραγωγική εξάπλωση του δικτύου και

η ενδυνάμωση των δράσεων της ΑΛΛΗΛΟΝ θα συνεχιστούν σε μεγάλο βαθμό μέσω συνεργασιών. Προβλέπονται στους επόμενους μήνες άλλες τρεις εκδηλώσεις σε Βρυξέλλες, Αθήνα και Τορίνο σε συνεργασία με την ΜΕΑ στην ΕΕ, το [New York College](#) και την [Ελληνική κοινότητα Τορίνου](#), που θα συμπεριλαμβάνουν διαδικασίες speed mentoring. Παράλληλα, ετοιμάζεται ένα σεμινάριο στις Βρυξέλλες για εύρεση εργασίας στα ευρωπαϊκά όργανα και τον ιδιωτικό τομέα.

Οι Τοπικοί Συντονιστές μας σε Ελλάδα και εξωτερικό, θα συνεχίσουν δυναμικά με τις ήδη υπάρχουσες αλλά και με καινούργιες συνεργασίες να οργανώνουν εκδηλώσεις βασισμένες στην στοχευμένη δικτύωση και την επιλεκτική συμβουλευτική.

Μείνετε συντονισμένοι και ακολουθήστε μας στα κοινωνικά μας δίκτυα [LinkedIn](#), [Facebook](#) και [Twitter](#)), την [ιστοσελίδα](#) μας, το τριμηνιαίο διαδικτυακό περιοδικό μας *e-Άλληλον* και το μηνιαίο newsletter μας, για να ενημερώνεστε για όλες τις εξελίξεις της ΑΛΛΗΛΟΝ!

Αντί Επιλόγου

Αγαπητή αναγνώστριά, αγαπητέ αναγνώστη,
νέε και νέα στην ψυχή και όχι στην ηλικία,
που ξεκινάς τις σπουδές σου, που ξεκινάς την καριέρα σου,
που ξεκινάς την επιχειρηματική δραστηριοποίηση σου,
το περιοδικό αυτό απευθύνεται σε εσένα.

Ένα νέο διαδικτυακό περιοδικό γίνεται πραγματικότητα. Ένα περιοδικό που ενστερνίζεται τον ορθολογισμό με πάθος για την νέα γενιά και την καινοτομία. Ένα περιοδικό που ο παρονομαστής της πορείας του είναι το πώς να πάει ο Ελληνισμός μπροστά.

Στο περιοδικό θα διαβάσεις ιδέες και πολλές ατομικές πράξεις συμβουλευτικής αλληλεγγύης για την ανάδειξη της δημιουργικότητας και των δυνατοτήτων του ελλαδικού ανθρώπινου δυναμικού και της παραγωγικής οικονομίας με απώτερο σκοπό να καταστήσουμε συλλογικά χρήσιμοι για τον Ελληνισμό, όπου και αν βρισκόμαστε, αλλά και να δημιουργήσουμε συνθήκες για τροφοδότηση «εισροής ταλέντου από το εξωτερικό» (brain gain).

Άρθρα μεντόρων της ΑΛΛΗΛΟΝ με συμβουλές για όλες τις φάσεις τις σπουδαστικής και επαγγελματικής ζωής, που εθελοντικά προσφέρουν αυτό που έψαχναν και αυτοί όταν έκαναν τα πρώτα τους βήματα στις σπουδές, την καριέρα και την επιχειρηματικότητα.

Αλλά και άρθρα από ανθρώπους που έχουν τις ίδιες ανησυχίες και τα ίδια προβλήματα με εσένα, που βρίσκονται ή βρέθηκαν στο παρελθόν στο ίδιο σταυροδρόμι και έπρεπε να πάρουν μια δύσκολη απόφαση, να διαλέξουν ένα δρόμο για το μέλλον.

Οι συντελεστές του περιοδικού πιστεύουν ότι είναι υποχρέωσή τους να συνεισφέρουν στην νέα γενιά και κατ' επέκταση να συμμετάσχουν στον συλλογικό αγώνα για την ευημερία του τόπου τους, απαλλαγμένοι από την ανάγκη προσωπικού κέρδους με μόνο στόχο την αφίλοκερδή ευπατρίδη προσφορά.

Σου ευχόμαστε μια συναρπαστική εμπειρία ανάγνωσης γεμάτη διορατικές ιδέες!

Και μην ξεχνάς:

Κάνε τον ευατό σου αυταράτητα!

Γίνε η αλλαγή που θέλεις να δεις!

Χρήστος Μπεζιρτζόγλου

Αρχισυντάκτης



Έχεις τα πινέλα,
έχεις τα χρώματα,
ζωγράφισε τον
παράδεισο και μπες
μέσα.

Ν.Καζαντζάκης

#ΑΛΛΗΛΟΝ