



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ  
ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

-----

ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΑΤΙΚΩΝ ΥΠΟΤΡΟΦΙΩΝ  
(Ι.Κ.Υ.)  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΙΔΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ  
ΔΙΕΘΝΩΝ ΥΠΟΤΡΟΦΙΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ  
ΕΝΩΣΗΣ

-----



ΓΔ Εκπαίδευση και πολιτισμός

Πρόγραμμα διά βίου μάθηση  
ERASMUS

ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ (LLP)  
ERASMUS - ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ  
Ακαδημαϊκό έτος : .....

## ΕΚΘΕΣΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΦΟΙΤΗΤΗ ERASMUS

### ΕΚΘΕΣΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Οι πληροφορίες που παρέχονται στην Έκθεση Πρακτικής Άσκησης αφορούν στην εμπειρία σας ως φοιτητή/τριας ERASMUS οι οποίες θα αξιοποιηθούν με στόχο την καλύτερη προετοιμασία φοιτητών οι οποίοι πρόκειται να μετακινηθούν στο μέλλον, καθώς επίσης και στη διαρκή βελτίωση του προγράμματος.

Παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρόν ερωτηματολόγιο και να το υποβάλετε στο Γραφείο Ευρωπαϊκών Προγραμμάτων του Ιδρύματος στο οποίο φοιτάτε **μετά την επιστροφή σας στην Ελλάδα.**

**Ευχαριστούμε για τη συνεργασία.**

Όλα τα δεδομένα προσωπικού χαρακτήρα που περιέχονται στο παρόν ερωτηματολόγιο θα τυγχάνουν επεξεργασίας:

- από την Εθνική Μονάδα-ΙΚΥ βάσει της εθνικής νομοθεσίας και συγκεκριμένα βάσει του Ν.2472 / 97 (Προστασία του ατόμου από την επεξεργασία δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα)

-σύμφωνα με τον Κανονισμό (ΕΚ) αριθ. 45/2001 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 18 Δεκεμβρίου 2000 σχετικά με την προστασία των φυσικών προσώπων έναντι της επεξεργασίας δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα από τα όργανα και τους οργανισμούς της Κοινότητας και σχετικά με την ελεύθερη κυκλοφορία των δεδομένων αυτών.

Κατόπιν γραπτού αιτήματος, μπορεί να εκχωρηθεί στο δικαιούχο το δικαίωμα πρόσβασης στα δικά του δεδομένα προσωπικού χαρακτήρα, προκειμένου να διορθώσει πληροφορίες που δεν είναι ακριβείς ή πλήρεις. Ερωτήσεις σχετικά με την επεξεργασία των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα μπορεί να απευθύνει ο δικαιούχος προς την Εθνική Μονάδα. Ο δικαιούχος μπορεί να υποβάλει καταγγελία σχετικά με την επεξεργασία των προσωπικών του δεδομένων στην Αρχή Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα αναφορικά με τη χρήση των εν λόγω δεδομένων από την Εθνική Μονάδα ή στον Ευρωπαϊκό Επόπτη Προστασίας Δεδομένων αναφορικά με τη χρήση των εν λόγω δεδομένων από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή.

## Ο. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ\*

ΟΝΟΜΑ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ: .....

ΚΩΔΙΚΟΣ ERASMUS: .....

\*Να συμπληρωθούν από το Ίδρυμα προέλευσης

## 1. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΦΟΙΤΗΤΗ/ΤΡΙΑΣ

ΕΠΩΝΥΜΟ: ..... ΟΝΟΜΑ: ..... ΗΛΙΚΙΑ: ....

ΥΠΗΚΟΟΤΗΤΑ: .....

ΦΥΛΟ (Α/Γ). ....

Δ/ΝΣΗ ΜΟΝΙΜΗΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ: .....

ΤΗΛ.: ..... e-mail: .....

ΣΥΜΦΩΝΩ ΟΤΙ Η ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΜΟΥ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΕΙ ΑΡΓΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΑΖΙ ΜΟΥ: ΝΑΙ / ΟΧΙ

ΓΝΩΣΤΙΚΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ: .....

## 2. Πρακτική άσκηση: επιχείρηση, διάρκεια και κίνητρα για τη συμμετοχή σας στο πρόγραμμα ERASMUS

- Όνομα επιχείρησης-οργανισμού:
- Δ/νση (οδός, πόλη, χώρα):
- Διάρκεια **πρακτικής άσκησης** ERASMUS από ..... ΗΜ/ΜΗ/ΧΡ. έως ..... ΗΜ/ΜΗ/ΧΡ
- Σε ποιο έτος/ σε ποιο επίπεδο ήσασταν κατά τη διάρκεια της πρακτικής σας άσκησης στο εξωτερικό:
- Προπτυχιακό 1-2-3/ Μεταπτυχιακό 1-2 / Διδακτορικό/ Άλλο

- Θεωρείτε ότι η περίοδος **πρακτικής άσκησης** ERASMUS υπήρξε:

εξαιρετικά σύντομη ☐ αιρετικά μεγάλη ☐ νοσητική ☐

- Ποιοι παράγοντες συνετέλεσαν στην απόφασή σας να μεταβείτε στο εξωτερικό για πρακτική άσκηση;

διεθνές αντικ. σπουδών ☐ πολιτιστικοί ☐ πείρια ευρωπαϊκού εργασιακού περιβάλλοντος ☐

επαγγελματική σταδιοδρομία στο εξωτερικό ☐ βελτίωση της ξένης γλώσσας ☐

ακαδημαϊκοί (προαιρετικό μέρος του βιογραφικού μου) ☐ όκτηση σχετικής εργασιακής εμπειρίας ☐

απόκτηση νέων επαγγελματικών γνώσεων και δεξιοτήτων ☐ ζωή στο εξωτερικό ☐

φίλοι που ζουν στο εξωτερικό ☐ ανεξαρτησία/ αυτοδυναμία

άλλοι παράγοντες (παρακαλούμε προσδιορίστε):

.....  
.....

## 3. Θέση εργασίας

- Ποια ήταν η θέση εργασίας σας στην επιχείρηση; .....
- Η θέση εργασίας που σας προσφέρθηκε ήταν συναφής με το αντικείμενο σπουδών σας;

Πολύ ☐ αρκετά ☐ λίγο ☐ καθόλου ☐

- Το πραγματικό αντικείμενο εργασίας σας ήταν το προσυμφωνηθέν (ή τελικά ασχοληθήκατε με δραστηριότητες μη συναφείς με την θέση εργασίας σας;)

κλίμακα 1-5 : 1 = καθόλου, 5 = απόλυτα

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Τηρήθηκε η συμφωνία πρακτικής άσκησης (work plan);

Πολύ ☐ αρκετά ☐ λίγο ☐ καθόλου ☐

#### 4.. Πληροφόρηση και υποστήριξη

- Πώς πληροφορηθήκατε γενικά για την επιχείρηση υποδοχής;

από το Ίδρυμα αποστολής ☐ επιχείρηση υποδοχής ☐ οργανισμός διαμεσολάβησης ☐  
από συμφοιτητή ☐ από καθηγητή ☐ INTERNET f ☐ ικά links:.....

με άλλο τρόπο (παρακαλούμε προσδιορίστε): .....  
.....

- Πόσο χρήσιμη ήταν αυτή η πληροφορία;

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητική/ αρνητική , 5 = εξαιρετικά χρήσιμη

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Θεωρείται δύσκολο να βρείτε έναν οργανισμό υποδοχής;

Κλίμακα 1-5: 1=not at all, 5=very much

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Κατά την άφιξή σας στην επιχείρηση υποδοχής συμμετείχατε σε:

ενημερωτική συνάντηση ☐ πρόγραμμα προσανατολισμού ☐ άλλο (παρακαλούμε προσδιορίστε) ☐

- Πώς εκτιμάτε την υποστήριξη που σας παρείχε το Ίδρυμα αποστολής **πριν** την περίοδο πρακτικής άσκησης στο εξωτερικό;

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητική/ αρνητική , 5 = εξαιρετική

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Πώς εκτιμάτε την υποστήριξη που σας παρείχε η επιχείρηση υποδοχής κατά τη διάρκεια της περιόδου πρακτικής άσκησης ως φοιτητή ERASMUS;

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητική/ αρνητική , 5 = εξαιρετική

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Πώς εκτιμάτε την υποστήριξη που σας παρείχε ο ενδιάμεσος οργανισμός κατά τη διάρκεια της περιόδου πρακτικής άσκησης ως φοιτητή ERASMUS;

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητική/ αρνητική , 5 = εξαιρετική

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Πώς εκτιμάτε την υποστήριξη που σας παρέχει το ίδρυμα προέλευσης **κατά τη διάρκεια** της περιόδου πρακτικής άσκησης ως φοιτητής ERASMUS;

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητική/ αρνητική , 5 = εξαιρετική

1  2  3  4  5

- Πώς εκτιμάτε την ενσωμάτωσή σας στους εργαζόμενους της επιχείρησης υποδοχής;

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητική/ αρνητική , 5 = εξαιρετική

1  2  3  4  5

## 5. Στέγαση και υποδομή

- Είδος στέγασης στη χώρα εργασίας:

ενοίκιαση ατομικής κατοικίας  συγκατοίκηση σε σπίτι με άλλους ασκούμενους ή με φοιτητές

φοιτητική εστία

παροχή στέγασης από την εταιρεία

άλλο (παρακαλούμε προσδιορίστε) .....  
.....

- Ποιος σας βοήθησε στην εξεύρεση στέγης;

το Ίδρυμα αποστολής  η επιχείρηση

μεσικό γραφείο  Διαδίκτυο  φίλοι/ οικογένεια  λος (παρακαλούμε προσδιορίστε) . . . .

.....

## 6. Γλωσσική προετοιμασία

Γλώσσες εργασίας στον οργανισμό υποδοχής:

- Υπήρξε παροχή γλωσσικής προετοιμασίας;

ΝΑΙ  ΟΧΙ

- Αν ναι, παρακολουθήσατε Εντατικά Μαθήματα Γλωσσικής Προετοιμασίας (EILC);

ΝΑΙ  ΟΧΙ

- Εάν ναι, Ποιος διοργάνωσε τα μαθήματα γλωσσικής προετοιμασίας;

το Ίδρυμα προέλευσης  η επιχείρηση υποδοχής  λλος (παρακαλούμε προσδιορίστε) . . . . .

.....

- Διάρκεια γλωσσικής προετοιμασίας;

Συνολικός αριθμός εβδομάδων:

Ώρες ανα εβδομάδα:

- Πως θα αξιολογούσατε την γνώση σας στη γλώσσα στον οργανισμό υποδοχής

Πριν από την περίοδο της πρακτικής άσκησης:  
κλίμακα 1-5 : 1 = καθόλου γνώση , 5 = εξαιρετική

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Μετά από την περίοδο της πρακτικής άσκησης:  
κλίμακα 1-5 : 1 = καθόλου γνώση , 5 = εξαιρετική

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

## 7. Αναγνώριση πρακτικής άσκησης

- Υπογράψατε εσείς καθώς και το Ίδρυμα προέλευσης και η επιχείρηση φιλοξενίας τη Συμφωνία Πρακτικής Άσκησης πριν την έναρξη της περιόδου πρακτικής άσκησης στο εξωτερικό;

ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ ☐ Ναι, μετά την έναρξη της διαμονής μου ☐

- Θα αναγνωρισθεί η περίοδος πρακτικής άσκησης που πραγματοποιήσατε στο εξωτερικό;

ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ ☐

ΜΕΡΙΚΩΣ.....

- Αν ναι , τι είδους αναγνώριση;

ECTS ΟΧΙ ☐ DS ☐ Europass ☐ άλλο ☐ δεν ξέρω ☐

- Θα σας δοθούν επιπλέον πιστωτικές μονάδες για την παρακολούθηση μαθημάτων της γλώσσας της χώρας υποδοχής ;

ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ ☐ δεν ξέρω ☐ δεν συμμετείχα ☐

## 8. Έξοδα διαβίωσης

Ποιο ήταν το ποσό της υποτροφίας ERASMUS ανά μήνα:

Έξοδα κατά τη διάρκεια παραμονής σας στο εξωτερικό (μέσος όρος ανά μήνα):

- Σε ποιο βαθμό καλύφθηκαν οι ανάγκες σας από την υποτροφία ERASMUS για πρακτική άσκηση;

κλίμακα 1-5 : 1 = καθόλου, 5 = πλήρως

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Πότε λάβατε την υποτροφία ERASMUS για πρακτική άσκηση (πολλαπλές απαντήσεις είναι πιθανές);

Πριν από την εγκατάσταση σας ☐ στις αρχές της εγκατάστασης σας ☐

στο μέσο της εγκατάστασης σας ☐ στο τέλος της διαμονής σας ☐

αφού φύγατε ☐

- Λάβατε οικονομική βοήθεια από τον οργανισμό υποδοχής;

ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ ☐

- Αν ναι, ποιο ήταν το ποσό αυτής της βοήθειας ανά μήνα;  
< 500 EUR, 500-800, 800-1200, >1200
- Σας προσφέρθηκαν κάποιες παροχές σε είδος από τον οργανισμό υποδοχής;  
Διαμονή NAI/ OXI  
Γεύματα NAI/ OXI  
Εισιτήρια ταξιδιού NAI/ OXI  
Άλλο NAI/OXI Παρακαλώ προσδιορίστε: .....
- Χρηματοδοτηθήκατε από άλλες πηγές;  
Κρατική επιχορήγηση NAI/OXI  
Κρατικό δάνειο NAI/OXI  
Ιδιωτική επιχορήγηση(-εις) NAI/OXI  
Ιδιωτικό δάνειο NAI/OXI  
Οικογένεια NAI/OXI  
Προσωπικές οικονομίες NAI/OXI  
άλλη πηγή (παρακαλούμε προσδιορίστε) .....
- Ύψος χρηματοδότησης από άλλες πηγές ανά μήνα .....
- Σε τι ποσό ανήλθαν τα επιπλέον έξοδα που αντιμετωπίσατε κατά την παραμονή σας στο εξωτερικό σε σχέση μ' αυτά που ξοδεύετε συνήθως στον τόπο σπουδών σας στην Ελλάδα; (επιπλέον ποσό ανά μήνα): .....

## 9. Προσωπική εμπειρία – αξιολόγηση της περιόδου πρακτικής άσκησης ERASMUS

- Αξιολογήστε το επαγγελματικό όφελος που αποκομίσατε ως φοιτητής/τρια ERASMUS για πρακτική άσκηση

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητικό/ αρνητικό, 5 = εξαιρετικό

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Αξιολογήστε το προσωπικό όφελος που αποκομίσατε ως φοιτητής /τρια ERASMUS για πρακτική άσκηση

κλίμακα 1-5 : 1 = μη ικανοποιητικό/ αρνητικό, 5 = εξαιρετικό

Γενική κρίση: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Διαπολιτιστικές δεξιότητες: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Γλωσσικές δεξιότητες: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Αυτοσυντήρηση: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Ανεξαρτησία: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

Αυτογνωσία:

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Συναντήσατε σοβαρά προβλήματα κατά τη διάρκεια της περιόδου ERASMUS για πρακτική άσκηση;

Εάν ναι, παρακαλούμε προσδιορίστε: .....

- Ποιες πτυχές της περιόδου ERASMUS εκτιμάτε ως πιο σημαντικές;

Ακαδημαϊκοί λόγοι (υποχρεωτικό μέρος του βιογραφικού μου)

Απόκτηση σχετικής εργασιακής εμπειρίας

Απόκτηση νέων επαγγελματικών γνώσεων και δεξιοτήτων

Πολιτισμός

Διαβίωση στο εξωτερικό

Εξάσκηση μιας ξένης γλώσσας

Φίλοι στο εξωτερικό

Πλάνα καριέρας/ μελλοντικές εργασιακές προοπτικές

Ευρωπαϊκή εμπειρία

Ανεξαρτησία/ αυτοσυντήρηση

Άλλο (παρακαλώ προσδιορίστε): .....

- Χρησιμοποίησατε νέες τεχνολογίες/ τεχνικές και μεθόδους;

ΝΑΙ/ ΟΧΙ

- Μετά την εμπειρία σας ως φοιτητή /τριας ERASMUS για πρακτική άσκηση θεωρείτε πιθανότερο να εργαστείτε σε μία άλλη Ευρωπαϊκή Χώρα? .....

- Θεωρείτε ότι η συμμετοχή σας στο πρόγραμμα ERASMUS θα σας βοηθήσει στην καριέρα σας;

κλίμακα 1-5 : 1 = καθόλου, 5 = πάρα πολύ

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Γενικότερη αξιολόγηση της πρακτικής άσκησης:

κλίμακα 1-5 : μη ικανοποιητικό/ αρνητικό, 5 = εξαιρετικό

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐

- Σκέφτεστε να βοηθήσετε εισερχόμενους ή εξερχόμενους φοιτητές χρησιμοποιώντας της εμπειρία σας στο πρόγραμμα ERASMUS ;

ΝΑΙ/ ΟΧΙ

- Υποδείξεις σε υποψηφίους φοιτητές ERASMUS σχετικά με την πληροφόρηση, τις διαδικασίες αίτησης κ.λ.π.:

.....  
.....  
.....

- Πώς μπορεί – κατά την γνώμη σας – να βελτιωθεί το πρόγραμμα ERASMUS; .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Ημερομηνία ..... Υπογραφή.....