**ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ ΣΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΣΗ**

**ΜΕΝΙΚΗ ΒΙΛΜΑ ΚΕΔΕ 11.3.2017**

1. Μοιραστήκαμε όλες και όλοι μία σελίδα όπου είναι γραμμένα συναισθήματα, ανάγκες και δεξιότητες. Ζητήθηκε από τις συμμετέχουσες και συμμετέχοντες να σημειώσουν και να διευκρινίσουν ποιο συναίσθημα είχαν εκείνη τη συγκεκριμένη στιγμή και ποια ανάγκη τους ήταν συνδεδεμένη με αυτό το συναίσθημα. **(άσκηση αυτογνωσίας και συνειδητοποίησης των συναισθημάτων μας)**
2. Αφού βάλαμε πάνω μας ένα πολύχρωμο καρτελάκι με το μικρό μας όνομα, συζητήσαμε για την διαγνωστική αξιολόγηση και ορίσαμε το **εκπαιδευτικό συμβόλαιο λειτουργίας** της ομάδας. Οι όροι του συμβολαίου συμφωνήθηκαν από όλες, έγιναν συγκεκριμένες προτάσεις ως προς την έναρξη και την ολοκλήρωση της επιμόρφωσης, ως προς τα διαλείμματα και κυρίως ως προς το περιεχόμενο του σεμιναρίου. Οι όροι που εκφράστηκαν έχουν σχέση με τη διαδικασία δηλ. να υπάρχει επικοινωνία μεταξύ των συμμετεχουσών, με διάλογο, χωρίς να μονοπωλείται η συζήτηση, με εχεμύθεια, χωρίς φόβο, με ασφάλεια, να τηρείται το πρόγραμμα, να ακούμε με ενεργητική ακρόαση, να είμαστε ΄΄ανοικτές΄΄ στην πρόκληση των άλλων, δεκτικές, να εκφράζονται οι εμπειρίες και να κατατίθενται οι γνώσεις, όσο το δυνατόν περισσότερες.
3. Μετά, διάλεξε η καθεμία και ο καθένας ένα αντικείμενο μέσα από την βαλίτσα και αφού έκανε ζευγαράκι με κάποιαν ή κάποιον, του συστήθηκε σύμφωνα με αυτό το αντικείμενο, σε τι τον/την εκφράζει, γιατί το επέλεξε και ποια στοιχεία της προσωπικότητάς του αντικατοπτρίζει. Στη συνέχεια κάθε μέλος του ζευγαριού σύστησε στην ομάδα το ταίρι του σύμφωνα με αυτά που άκουσε, προσπαθώντας να μην τα κρίνει, ούτε να τα αξιολογήσει, αλλά να τα μεταφέρει αντικειμενικά χωρίς προσωπικές ερμηνείες. **(άσκηση γνωριμίας, αυτοπροσδιορισμού και ενεργητικής ακρόασης).**
4. Στη συνέχεια αναλύσαμε τα 4 βήματα της σχολικής διαμεσολάβησης και τη γλώσσα της καμηλοπάρδαλης μέσω του power point και των αφισών.
5. Μοιράστηκαν όλες **΄΄το Δενδροπορτρέτο μου΄΄** και σημείωσαν σε αυτό η καθεμία 3-4 θετικά της γνωρίσματα, τα δυνατά της σημεία και 3-4 που χρειάζονται βελτίωση. Μετά, απάντησαν στην ερώτηση : *ποια από αυτά τα θετικά σας, θα χρειαστείτε στη σχολική διαμεσολάβηση;* **(άσκηση αυτογνωσίας, συνειδητοποίησης και έκφρασης θετικών στοιχείων της προσωπικότητας).**
6. Μετά, κινηθήκαμε στο χώρο, κοιταζόμασταν και αρχίσαμε να περπατάμε ανάκατα σαν να ήμασταν κάπου όπου υπήρχε πολύ χιόνι, μετά σαν σε πάγο, σαν να κάναμε ποδήλατο, σαν να κολυμπούσαμε, σαν να περπατούσαμε στο δάσος, στη βροχή, σαν να κουβαλούσαμε τσάντες με 30 κιλά , σαν να συναντούσαμε κάποιον, κάποιαν που χαιρόμασταν πολύ που βλέπαμε και κάποιον που δεν θέλαμε να μιλήσουμε. **(άσκηση γνωριμίας, επικοινωνίας με την ομάδα, γλώσσα του σώματος, έλεγχος της έκφρασης των συναισθημάτων μας).**
7. Στη συνέχεια, τραβήξαμε μία ΄΄αόρατη΄΄ διαχωριστική γραμμή και ζητήσαμε να περάσουν απέναντι όσοι και όσες είπαν όχι και δεν θέλω τις τελευταίες 2 ημέρες ,όσες κάνουν κάτι μόνο για την εαυτή τους, αν ακούνε περισσότερο από όσο τις ακούν, όσες έχουν π.χ. κατοικίδιο, αν μπορούν να αλλάξουν κάτι στον κόσμο, αν είναι ερωτευμένες/νοι, αν πήγαν εκδρομή στη φύση τις τελευταίες 2 εβδομάδες, αν θύμωσαν και εξέφρασαν το θυμό τους, αν κάνουν ανακύκλωση, αν ζήτησαν συγνώμη τις τελευταίες 3 μέρες, κ.λ.π. (**άσκηση για γλώσσα σώματος και δέσιμο ομάδας**).
8. Συζήτηση σε κύκλο, σχετικά με το τι είναι βία για την καθεμία και τον καθένα προσωπικά. (**άσκηση για ενεργητική ακρόαση, αυτοπροσδιορισμό και διάλογο).**
9. Χωριστήκαμε σε ζευγάρια και κάναμε τον ΄΄καθρέφτη΄΄, δηλ. το ένα μέλος κάνει ακριβώς ό,τι κάνει το άλλο απέναντί του, μιμείται κινήσεις, εκφράσεις και μορφασμούς και με συγκεκριμένες οδηγίες π.χ. δείξε σεβασμό, αποδοχή, καλωσόρισμα, ενεργητική ακρόαση. **(άσκηση για ζεστό καλωσόρισμα, για παρατήρηση χωρίς ερμηνεία, για επικοινωνία δίχως λόγια, για αυτοέκφραση και απόδοση αυτών που αντιλαμβανόμαστε).**
10. Μετά, χωριστήκαμε σε ομάδες των 5 ατόμων και προσπαθήσαμε να αναδιατυπώσουμε 10 συγκεκριμένες ερωτήσεις κλειστού τύπου σε ερωτήσεις ανοικτού τύπου. Κάθε ομάδα αφού όρισε εκπρόσωπο, μέσω αυτής ή αυτού μετέφερε τα συμπεράσματά της στον κύκλο. **(άσκηση διερεύνησης του γεγονότος, εμβάθυνσης στο συμβάν, εκμαίευσης πληροφοριών).**
11. Στη συνέχεια παρακολουθήσαμε ένα ολιγόλεπτο βίντεο ΄΄Η δύναμη της ενσυναίσθησης΄΄ και σε ομάδες επεξεργαστήκαμε τις φράσεις και τη γλώσσα του σώματος που δείχνει ενσυναίσθηση. Αναλύσαμε τον τρόπο που θα χειριζόμασταν ένα περιστατικό που θα απευθυνόταν σε εμάς για βοήθεια, μέσω της ενσυναίσθησης, με παράδειγμα καθώς 2 συμμετέχουσες υποδήθηκαν μία μαθήτρια που ζητάει βοήθεια από την καθηγήτρια της και πως αυτή την προσεγγίζει. **(άσκηση ενσυναίσθησης, ενεργητικής ακρόασης και σεβασμού).**
12. Τέλος, σε κύκλο, μιλήσαμε για τα συναισθήματά μας και ποια ανάγκη μας καλύφθηκε από το συγκεκριμένο σεμινάριο.

* Κι ένας στίχος του ποιητή Νίκου Καρούζου, που διάβασα στο κλείσιμο :

*Όταν παιδέψεις τώρα δα μια*

*πεταλούδα δεν το βλέπεις*

*αλλά αργότερα κάπου θα πονέσει ο πολιτισμός.*

*Όταν τα δένδρα μέσα στους κήπους*

*πλέκουν το αεράκι του θέρους*

*ο άνθρωπος που διαιρεί με πληγώνει.*

**ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

1. [**Βάσω Αρτινοπούλου**](http://www.biblionet.gr/author/27301/%CE%92%CE%AC%CF%83%CF%89_%CE%91%CF%81%CF%84%CE%B9%CE%BD%CE%BF%CF%80%CE%BF%CF%8D%CE%BB%CE%BF%CF%85)

*Η σχολική διαμεσολάβηση  
Εκπαιδεύοντας τους μαθητές στη διαχείριση της βίας και του εκφοβισμού.*[Νομική Βιβλιοθήκη](http://www.biblionet.gr/com/677/%CE%9D%CE%BF%CE%BC%CE%B9%CE%BA%CE%AE_%CE%92%CE%B9%CE%B2%CE%BB%CE%B9%CE%BF%CE%B8%CE%AE%CE%BA%CE%B7), 2010

1. [**Μάριος Α. Πουρκός**](http://www.biblionet.gr/author/11157/%CE%9C%CE%AC%CF%81%CE%B9%CE%BF%CF%82_%CE%91._%CE%A0%CE%BF%CF%85%CF%81%CE%BA%CF%8C%CF%82)

*Ο ρόλος του πλαισίου στην ανθρώπινη επικοινωνία, την εκπαίδευση και την κοινωνικο-ηθική μάθηση.*

*Η οικοσωματική-βιωματική προσέγγιση ως εναλλακτική πρόταση στο γνωστικισμό: Προς μια βιωματική, ευρετική και επικοινωνιακή ψυχοπαιδαγωγική.* [Gutenberg](http://www.biblionet.gr/com/205/Gutenberg_-_%CE%93%CE%B9%CF%8E%CF%81%CE%B3%CE%BF%CF%82_&_%CE%9A%CF%8E%CF%83%CF%84%CE%B1%CF%82_%CE%94%CE%B1%CF%81%CE%B4%CE%B1%CE%BD%CF%8C%CF%82), 1997