

# Διαμεσολάβηση Συνομηλίκων για την Επίλυση των Συγκρούσεων στα Σχολεία

Εγχειρίδιο για εκπαιδευτικούς και εκπαιδευτές νέων κι ενηλίκων

H.R. Edu Services  
Human Rights and Education Network  
[www.humanrights-edu-cy.org](http://www.humanrights-edu-cy.org)

Λεμεσός, Ιούνιος 2007

# Διαμεσολάβηση Συνομηλίκων για την Επίλυση των Συγκρούσεων στα Σχολεία

Εγχειρίδιο για εκπαιδευτικούς και εκπαιδευτές νέων κι ενηλίκων

© H.R. Edu Services  
Human Rights and Education Network  
[www.humanrights-edu-cy.org](http://www.humanrights-edu-cy.org)  
Λεμεσός, Ιούνιος 2007

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή	
1. Βιωματική μάθηση	6
2. Γιατί βιωματική μάθηση;	7
3. Διαχείριση συγκρούσεων και διαμεσολάβηση	7
<b>A. Γνωριμία και κτίσιμο ομάδας</b>	
1. Γνωριμία και προσμονές	10
2. Κύκλος ονομάτων	10
3. Ιδεοθύελλα	10
<b>B. Προσμονές - Πλαίσιο αξιών</b>	
1. Ακροστιχίδα: ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ	11
2. Εισαγωγή στο χώρο	11
3. Προσδοκίες σε σχέση με την έννοια ειρήνη	12
4. Η φανταστική χώρα της ειρήνης	13
<b>Γ. Διαφορετικότητα, αποδοχή, ενσυναίσθηση</b>	
1. Το κρεμμύδι της ομοιότητας/ διαφορετικότητας	13
2. Διαφυλικές σχέσεις	14
3. Τυφλός	15
4. Έρημος	15
5. Ποτέ μην με πεις	16
6. Σχεδίες - κροκόδειλοι	16
7. Λεμόνια	17
8. Συνάντηση στο τρένο	18
9. Επαγγέλματα	18
10. Χαιρετισμοί/ διαπολιτιστικές διαφορές	20
11. Καθοδηγούμενος οραματισμός	25
<b>Δ. Θέματα ταυτότητας και αλλαγής</b>	
1. Καπελάκια	28
2. Αστέρια	30
3. Η αλλαγή είναι εδώ!	30
4. Από την καταστροφή στην δημιουργία	31
5. Αντιμετωπίζοντας την ταυτότητα	31
6. Κάρτες νέων ταυτοτήτων	33
<b>Ε. Έκφραση συναισθημάτων, θυμός και διαχείρισή του</b>	
1. Τζίνι	35
2. Προσωπικά αντικείμενα	36
3. Το πρόσωπο των συναισθημάτων	36
4. Καθρέπτης συναισθημάτων	37
5. Πλάτη - πλάτη	37
6. Από τι θυμώνουμε και πώς το καταλαβαίνουμε	38
<b>ΣΤ. Ενεργητική ακρόαση</b>	
1. Μπάλες - Μηνύματα	38

2. Φτωχοί ακροατές	39
3. Κανόνες της ενεργητικής ακρόασης	39
<b>Ζ. Είδη συγκρούσεων και διαχείρισή τους</b>	
1. Στυλ συγκρούσεων	43
2. Εκφοβισμός	49
<b>Η. Διαδικασία διαμεσολάβησης</b>	
1. Εισαγωγή στη διαμεσολάβηση	50
2. Παίζουμε τους διαμεσολαβητές	51
<b>Θ. Αξιολόγηση</b>	
1. Αφίσα	54
2. Το δέντρο της επικοινωνίας	54
3. Ερωτηματολόγιο	56
<b>Ι. Εφαρμογή διαμεσολάβησης και στήριξη διαμεσολαβητών</b>	
1.Ενημέρωση της σχολικής κοινότητας	57
2. Έναρξη διαμεσολάβησης	57
3. Ανατροφοδότηση	57

## Εισαγωγή

Η έκδοση αυτή αποτελεί αποτέλεσμα πολύχρονης εφαρμογής διαδραστικών εργαστηρίων με περιεχόμενο την Εκπαίδευση για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα και την Ειρήνη, την ταυτότητα του Ευρωπαίου Πολίτη, την Επίλυση των Συγκρούσεων και τη Διαπολιτισμική Επικοινωνία.

Οι ασκήσεις που περιέχει προέρχονται από διάφορες εκδόσεις του Συμβουλίου της Ευρώπης και των Ηνωμένων Εθνών καθώς και πρωτότυπες εργασίες του Δικτύου Γυναικών Ευρώπης, το οποίο εισήγαγε για πρώτη φορά στην Κύπρο τη διαδραστική προσέγγιση στην Εκπαίδευση το 2003.

Οι ασκήσεις έχουν εφαρμοστεί σε διάφορα εργαστήρια του Δικτύου για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα και την Εκπαίδευση από τους εθελοντές εκπαιδευτές: Νίκη Ρουμπάνη, Γιώργο Ζήκα, Σύλβη Μάντη, Γεωργία Σπανού, Δέσπω Παναγή, Τζούλια Καλημέρη και Θεόδωρο Σουρμελή.

Το εγχειρίδιο περιέχει δραστηριότητες, τις οποίες μπορούν να εφαρμόσουν εκπαιδευτικοί όλων των βαθμίδων, καθώς και εκπαιδευτές εκπαιδευτικών, νέων και ενηλίκων. Οι ασκήσεις είναι διαδραστικές και δεν μπορούν να εφαρμοστούν χωρίς την προηγούμενη συμμετοχή των εκπαιδευτικών και εκπαιδευτών σε διαδραστικά εργαστήρια.

Απαιτούνται περίπου 25 διδακτικές περίοδοι (17 ώρες) εργαστηρίων για να εφαρμοστούν όλες οι ασκήσεις.

Το εγχειρίδιο απευθύνεται σε προσπάθειες οι οποίες στοχεύουν ταυτόχρονα σε μαθητές, εκπαιδευτικούς και γονείς με την κατάλληλη κάθε φορά προσαρμογή των ασκήσεων.

Ελπίζουμε ότι το εγχειρίδιο αυτό θα αποτελέσει την αφετηρία για εφαρμογή προγραμμάτων τα οποία επιδιώκουν τη δημιουργική διαχείριση των συγκρούσεων στα σχολεία της Κύπρου.

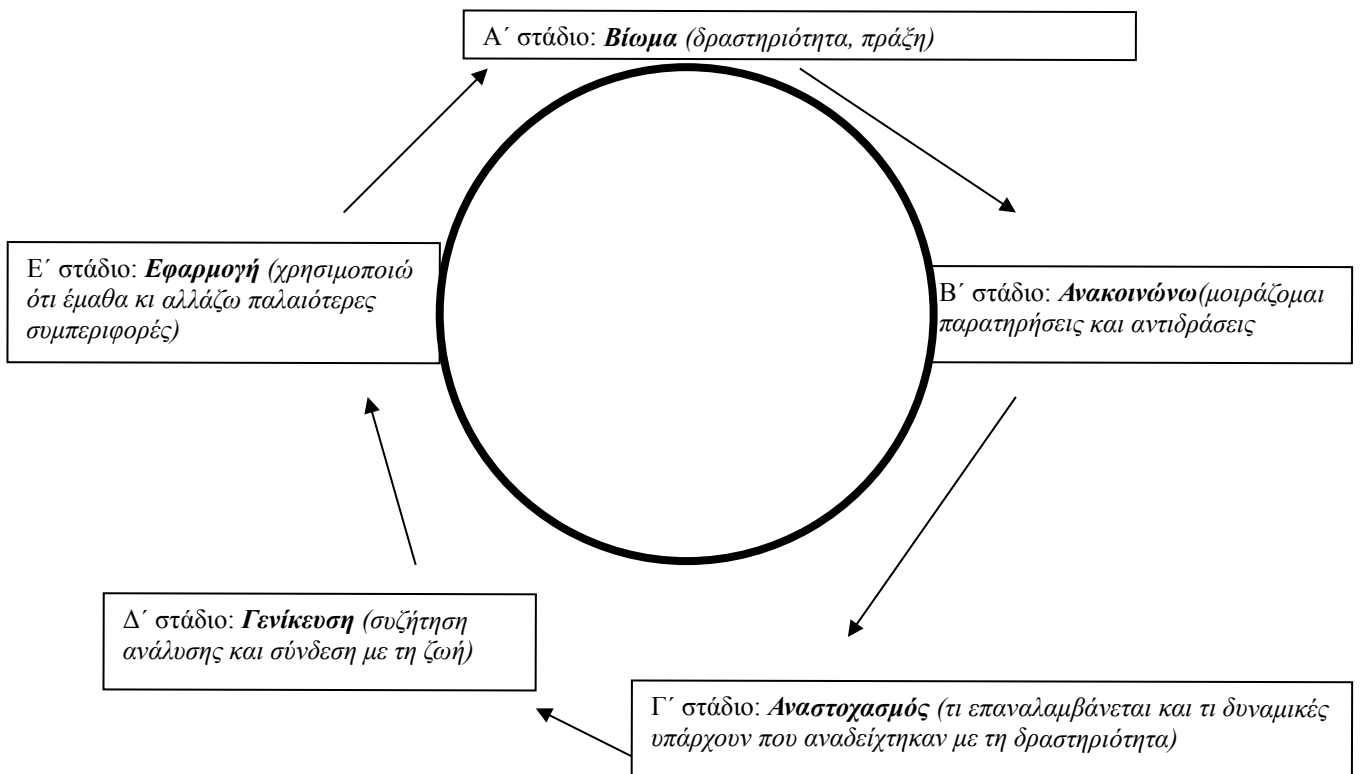
Λεμεσός, Ιούνιος 2007

Δίκτυο για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα και την Εκπαίδευση

# 1. Βιωματική μάθηση

Με βάση το εγχειρίδιο του Συμβουλίου της Ευρώπης, Πυξίδα, Αθήνα, 2002.

Η εκπαίδευση, για να ανταποκριθεί στις ραγδαίες τεχνολογικές, πολιτικές, οικονομικές αλλαγές, στην άνευ προηγουμένου μετανάστευση και μίξη πολιτισμών πρέπει να αλλάξει περιεχόμενο και μεθοδολογία. Η ευαισθητοποίηση για τα ανθρώπινα δικαιώματα, για την ανάπτυξη, για την επικοινωνία, για την αλληλοκατανόηση, για την ειρήνη, τη συνύπαρξη και τη συνεργασία, για τα πολιτικά δικαιώματα και τα συναφή θα πρέπει να συμπεριληφθούν στο νέο περιεχόμενο της εκπαίδευσης. Παρόμοιο περιεχόμενο είναι δύσκολο να είναι αποτελεσματικό αν χρησιμοποιούνται οι παραδοσιακές μέθοδοι διδασκαλίας και μάθησης. Απαιτείται η άμεση συμμετοχή του εκπαιδευόμενου, δηλαδή, μια μεθοδολογία βιωματικής μάθησης, η οποία αποτελεί μια κυκλική διαδικασία:



Στο πέμπτο στάδιο έχει κρίσιμη σημασία τα άτομα να μπορέσουν να βρουν πραγματικές ευκαιρίες εφαρμογών. Αυτό δεν αποτελεί απλώς λογικό συμπέρασμα της διαδικασίας μάθησης αλλά και ένα σημαντικό μέσο ανατροφοδότησης νέας γνώσης, δεξιοτήτων και στάσεων που αποτελούν τη βάση για την επόμενη έναρξη νέου κύκλου.

## 2. Γιατί βιωματική μάθηση:

Οι δραστηριότητες βοηθούν αυτούς που συμμετέχουν ώστε να:

- ▶ Αποκτούν κίνητρο για μάθηση με ευχάριστο τρόπο.
- ▶ Αναπτύσσουν τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις αξίες τους. Τα παιχνίδια αποτελούν ένα ασφαλές χώρο γιατί επιτρέπουν στα άτομα να πειραματίζονται πάνω σε νέες πρακτικές και να σφάλλουν, χωρίς το κόστος παρόμοιων σφαλμάτων στην πραγματική ζωή.
- ▶ Αλλάζουν. Οι δραστηριότητες είναι ένας τρόπος να περνάει το μήνυμα πως όλοι μπορούμε να επιλέξουμε να αλλάξουμε τον εαυτό μας και τις σχέσεις μας με τους άλλους.
- ▶ Συμμετέχουν. Οι δραστηριότητες ενθαρρύνουν την συμμετοχή και των λιγότερο τολμηρών κι εσωστρεφών μελών της ομάδας.
- ▶ Παίρνουν ευθύνες. Επειδή όσοι συμμετέχουν συμβάλλουν με τις δικές τους εμπειρίες και δεξιότητες. Κάθε ομάδα χρησιμοποιεί την δραστηριότητα στο δικό της επίπεδο και με τον δικό της τρόπο. Τίποτα δεν είναι προδιαγεγραμμένο και το ποιοτικό αποτέλεσμα αφορά όχι βασικά ή μόνο τον «διδάκτη» αλλά τους παίκτες. Αυτό δίνει και την αίσθηση του επιτεύγματος σε όλους συμμετέχουν.
- ▶ Ενθαρρύνουν την εμπιστοσύνη στις δυνάμεις μας και τονώνουν την αυτοπεποίθηση. Οι δραστηριότητες χρησιμοποιούν μια δομή που μειώνει την εξάρτηση από τον αρχηγό που «τα ξέρει όλα». Οι συμμετέχοντες αναλαμβάνουν το δικό τους μερίδιο ευθύνης για να λειτουργήσει το δικό τους τμήμα της δραστηριότητας.
- ▶ Νοιώθουν αλληλεγγύη με άλλους. Οι δραστηριότητες ενθαρρύνουν την συνεκτικότητα της ομάδας και ένα αίσθημα ταυτότητας ομάδας και αλληλεγγύης.

## 3. Διαχείριση συγκρούσεων και διαμεσολάβηση\*

Η σύγκρουση είναι μια ανοιχτή ή κρυφή αντιπαράθεση για την οποία δεν έχει βρεθεί αποτελεσματική λύση. Οι συγκρούσεις είναι αναπόφευκτο μέρος της ζωής και μπορεί να δημιουργούν ευκαιρίες για πρόοδο και μάθηση. Όσο πιο νωρίς αντιμετωπίζεται μια σύγκρουση τόσο το καλύτερο, επειδή οι άνθρωποι έχουν ακόμα τον έλεγχο των συναισθημάτων τους.

Οι συγκρούσεις συνήθως συμβαίνουν:

- Εξαιτίας διαφορετικών προτεραιοτήτων.
- Εξαιτίας παρανοήσεων, φημών κτλ.
- Εξαιτίας ελλείψεως πόρων, αντικειμένων, χρημάτων, χρόνου κτλ.
- Εξαιτίας ανταγωνιστικών συναισθημάτων. Κάποιος είναι ανταγωνιστικός ή αισθάνεται ότι τον ανταγωνίζονται κατά την κατανομή εξουσίας.

Υπάρχουν πέντε βασικά «στυλ» σύγκρουσης και ταυτόχρονα τρόποι διαχείρισής της:

- Η αποδοχή της επιθετικότητας του άλλου και η υποταγή.
- Η αποφυγή της αντιμετώπισης.
- Η επίθεση.
- Η αναζήτηση ενός «δικαστή» για να ρυθμίσει τη σύγκρουση.
- Η ανάλυση των αιτιών και των περιστάσεων.

Όλα τα στυλ είναι χρήσιμα, ανάλογα με τις περιστάσεις. Π.χ., όταν ένα αμάξι έρχεται να σε πατήσει δεν περιμένεις να αναλύσεις τίποτα, απλά φεύγεις μακριά. Ή το να γίνεται κανείς επιθετικός μπορεί και να είναι χρήσιμο, για να μπει ένα τέλος σε προσβλητική συμπεριφορά, αλλά μπορεί επίσης να προκαλέσει το τέλος της σχέσης. Όλοι οι τρόποι διαχείρισης μιας σύγκρουσης επιφέρουν κάποια «κέρδη» και κάποιες «ζημιές».

Η μόνη διαμεσολάβηση για επίλυση των συγκρούσεων στα σχολεία σήμερα γίνεται από το Σύλλογο και από αυθόρμητους μεμονωμένους εκπαιδευτικούς ή μαθητές και παίρνει συνήθως τη μορφή των συμβουλών, των επιπλήξεων, του δικαστηρίου, της μονομερούς συγγνώμης ή της τιμωρίας. Ως χώρος δε χρησιμοποιείται το «γραφείο», ο διάδρομος ή η αυλή του σχολείου. Αυτά σημαίνουν, εκτός των άλλων, κοινοποίηση της σύγκρουσης (παρερμηνείες, χλευασμοί, κουτσομπολιά, κτλ.), ταπείνωση του μαθητή και διατήρηση των σχέσεων επιβολής και εξουσίας. Όμως, μετά από μια διαχείριση, οι δύο συγκρουόμενοι πρέπει να νιώθουν κερδισμένοι.

Η ανάληψη της διαμεσολάβησης από τους ίδιους τους μαθητές προσφέρεται εκτός των άλλων, γιατί οι μαθητές αποδέχονται και εμπιστεύονται περισσότερο ένα συμμαθητή τους παρά έναν εκπαιδευτικό. Επίσης το ειδικό απομονωμένο δωμάτιο, ως προϋπόθεση της διαμεσολάβησης, συμβάλλει στην εχεμύθεια και ηρεμία, απαραίτητα συγγεμένα για διαχείριση της σύγκρουσης. Θα ήταν χρήσιμο να επιλεγούν στο επίπεδο του τμήματος οι μαθητές που θα συμμετάσχουν στα εργαστήρια (συνήθως είναι ένα αγόρι και ένα κορίτσι οι οποίοι είναι αποδεκτοί από τους περισσότερους συμμαθητές τους). Η αναγκαία επιμόρφωση ενός μαθητή/ διαμεσολαβητή θα πρέπει να τον καταστήσει ικανό να βοηθήσει στην διευκρίνιση του θέματος που πρέπει να λυθεί και στην επίτευξη συμφωνίας χωρίς να διατυπώνει τις δικές του προτάσεις, τηρώντας στάση που να εμπνέει ασφάλεια και εμπιστοσύνη. Ο διαμεσολαβητής δε δικάζει! Αυτό σημαίνει ότι η επιμόρφωσή του τον έχει καταστήσει ικανό να αναγνωρίζει τα συναισθήματα (ιδιαίτερα του θυμού) στους συμμαθητές, να αποδέχεται τη διαφορετικότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα και να έχει άριστες δεξιότητες ενεργητικής ακρόασης. Η κατάληξη της επιμόρφωσής του είναι η εφαρμογή των βημάτων που πρέπει να ακολουθηθούν σε μια διαμεσολάβηση. Οι διαμεσολαβητές κρατούν πάντα μπροστά τους την κάρτα με τις οδηγίες αυτές, αν δεν τις έχουν αποστηθίσει.



Το περιεχόμενο ενός προγράμματος επιμόρφωσης για τη διαμεσολάβηση συνομηλίκων, περιλαμβάνει με τη σειρά τα εξής:

- A. Γνωριμία και κτίσιμο ομάδας
- B. Προσμονές - Πλαίσιο αξιών
- Γ. Διαφορετικότητα, αποδοχή, ενσυναίσθηση
- Δ. Θέματα ταυτότητας και αλλαγής
- Ε. Έκφραση συναισθημάτων, θυμός και διαχείρισή του
- ΣΤ. Ενεργητική ακρόαση
- Z. Είδη σύγκρουσης και διαχείρισή της
- Η. Διαδικασία διαμεσολάβησης
- Θ. Αξιολόγηση
- Ι. Εφαρμογή διαμεσολάβησης και στήριξη διαμεσολαβητών

Σε μια σύγκρουση υπάρχουν πάντα μόνο δυο πρόσωπα. Ακόμα και σε μια ομαδική σύγκρουση θα πρέπει να αναζητηθούν τα δύο αυτά πρόσωπα. Δε γίνεται διαμεσολάβηση μεταξύ ενός μαθητή από τη μια και περισσοτέρων του ενός από την άλλη. Στο δωμάτιο διαμεσολάβησης υπάρχει ένα τραπέζι με τέσσερις καρέκλες. Οι δύο συγκρουόμενοι κάθονται αντικριστά έχοντας στις άλλες δύο πλευρές του τραπεζιού τους δύο διαμεσολαβητές. Στους διαμεσολαβητές θα πρέπει να αντιπροσωπεύεται το φύλο των συγκρουόμενων.

Οι μαθητές/ διαμεσολαβητές δε δρουν απομονωμένα. Έτσι ένα πρόγραμμα επιμόρφωσής τους θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει και αντίστοιχο πρόγραμμα επιμόρφωσης εκπαιδευτικών και γονέων. Οι μαθητές/ διαμεσολαβητές χρειάζονται (ειδικά κατά τα πρώτα στάδια) συνεχή ενίσχυση και υποστήριξη, η οποία δεν μπορεί να υπάρξει χωρίς την εμπλοκή των εκπαιδευτικών και των γονέων. Επίσης θα παρουσιαστούν περιπτώσεις σύγκρουσης μαθητή - εκπαιδευτικού, στις οποίες απαιτείται η παρουσία ενός εκπαιδευτικού και ενός μαθητή ως διαμεσολαβητών. Η σύγκρουση δεν συναντάται μόνο στο σχολείο, αλλά σε κάθε έκφανση της ζωής. Έτσι η εμπλοκή των γονέων θα συμβάλλει στην επιτυχία της επίλυσης των συγκρούσεων, αφού θα επεκταθεί το θέμα και στην οικογένεια.

Η ανάληψη εξουσίας από τους μαθητές/ διαμεσολαβητές δεν απαλλάσσει το σχολείο από την εποπτεία της ασφάλειας των μαθητών. Επίσης η διαμεσολάβηση δεν απαλλάσσει τον ίδιο τον εκπαιδευτικό μέσα στην αίθουσα κατά τη διαδικασία διδασκαλίας και μάθησης. Προσφέρει όμως ένα παιδαγωγικό εργαλείο που βοηθάει στην ενίσχυση της συμμετοχής και της ευθύνης των μαθητών για την αντιμετώπιση των διαφόρων θεμάτων και που μειώνει τον αυταρχισμό και τη συνεχή προσφυγή σε ποινικοποίηση της συμπεριφοράς.

\* Από τη Νίκη Ρουμπάνη και το Γιώργο Ζήκα

# **A. Γνωριμία και κτίσιμο ομάδας**

## **1. Γνωριμία και προσμονές (15΄)**

### **Στόχοι**

Να γνωριστούν μεταξύ τους οι συμμετέχοντες και να νιώσουν άνετα.

### **Διαδικασία**

Κάθονται στον κύκλο δίπλα σε περισσότερο άγνωστα άτομα. Χωρίζονται σε ζεύγη. Ο ένας λέει: (1) το όνομά του, (2) μια μικρή ιστορία που να συνδέεται με αυτό και (3) μια καλή αιτία που τον έφερε στην ομάδα και ο άλλος ακούει με προσοχή χωρίς να μιλά. Μετά αλλάζουν ρόλους (χρόνος 2+2 λεπτά). Δεν κρατούν σημειώσεις. Στη συνέχεια παρουσιάζει ο ένας τον άλλο στην ολομέλεια σε κύκλο.

Ακολουθεί συζήτηση για τους λόγους που βρίσκονται στην ομάδα. Οι λόγοι γράφονται σε μεγάλο χαρτί στο πάτωμα. Δίδεται χρόνος να προσθέσουν και άλλους λόγους που δεν ανέφεραν στα ζεύγη. Ο εκπαιδευτής διαβάζει τους λόγους οι οποίοι αναρτώνται. Όπου είναι δυνατόν, το χαρτί παραμένει αναρτημένο κατά τη διάρκεια όλων των συναντήσεων.

## **2. Κύκλος ονομάτων (10΄)**

### **Στόχοι**

Να γνωριστούν.

### **Διαδικασία**

Όλοι σε κύκλο, όρθιοι. Ένας - ένας λέει το όνομα του/ της και κάνει μια κίνηση/ φιγούρα με το σώμα του (για παράδειγμα: ΝΙΚΟΣ και κρατάει ανοιχτά τα χέρια του, είτε πατάει σ' ένα πόδι.....). Όλοι μαζί επαναλαμβάνουν το όνομα και την κίνηση.

## **3. Ιδεοθύελλα (10΄)**

### **Στόχοι**

Οι συμμετέχοντες να αναφέρουν τι στοιχεία θέλουν να μάθουν όταν γνωρίσουν κάποιο καινούργιο άτομο.

### **Διαδικασία**

Τίθεται η ερώτηση: «Όταν γνωρίζεις κάποιον τι στοιχεία θέλεις να μάθεις;»

Για παράδειγμα: Όταν ένα καινούργιο παιδί έρχεται στην τάξη σου τι θα ήθελες να γνωρίζεις για αυτόν / ή; Όταν έρχεται κάποιος / α για πρώτη φορά στην παρέα σου τι θα ήθελες να ξέρεις για αυτήν / όν;

Ο εκπαιδευτής γράφει τις δηλώσεις σε μεγάλο αναρτημένο χαρτί.

Η συζήτηση στην ολομέλεια μπορεί να περιστραφεί γύρω από το αν υπάρχουν κοινά μεταξύ των απαντήσεων και γιατί έχουμε ανάγκη να ξέρουμε αυτές τις πληροφορίες.

## **B. Προσμονές - Πλαίσιο αξιών**

### **1. Ακροστιχίδα: ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ (30΄)**

\* Μπορεί να χρησιμοποιηθεί και άλλη φράση ή λέξη, π.χ.: ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ή ΕΙΡΗΝΗ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ, κτλ.

#### **Στόχοι**

Να τοποθετηθούν οι προσμονές και οι αξίες της ομάδας.

Οι συμμετέχοντες να διαμορφώσουν μαζί το πλαίσιο του προγράμματος.

#### **Διαδικασία**

Αναρτάται προετοιμασμένη από πριν η ακροστιχίδα ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ (κάθετα). Θέτουμε τον προβληματισμό: «Τι θα θέλατε να ισχύει σε αυτές τις συναντήσεις μας». Καλούνται να πουν λέξεις που αρχίζουν από κάθε αρχικό γράμμα της ακροστιχίδας. Ο εκπαιδευτής γράφει τις λέξεις δίπλα από το κάθε αρχικό γράμμα. Αν πουν λέξη της οποίας δεν υπάρχει το αρχικό, γράφουμε το αρχικό γράμμα και τη λέξη δίπλα. Τους διευκρινίζετε: «οι λέξεις που θα πείτε αντιπροσωπεύουν τις δικές σας αξίες και τις προσμονές σας για τα εργαστήρια αυτά. Επίσης, λέμε 'εγώ' και όχι 'εμείς', δε μιλάμε γενικά για ομάδες (Κύπριοι, Ιταλοί, κλπ.) αλλά μόνο για τον εαυτό μας». Συμφωνείτε με τις λέξεις; Αν κάποιος διαφωνεί με κάποια λέξη, επιχειρηματολογεί και η λέξη αφαιρείται.

Η ακροστιχίδα παραμένει αναρτημένη κατά τη διάρκεια όλων των συναντήσεων.

Σημαντικές λέξεις: Υπευθυνότητα, σεβασμός, σύγκρουση, προσοχή, ευαισθησία, εχεμύθεια

### **2. Εισαγωγή στο χώρο (5΄)**

#### **Στόχοι**

Η ομάδα να μπει στο χώρο της εκπαίδευσης (της αίθουσας) και να αφήσει όλα τα υπόλοιπα θέματα της καθημερινότητας απέξω.

### **Διαδικασία**

Δεν εφαρμόζεται κατά την πρώτη συνάντηση. Οι συμμετέχοντες κάθονται στις καρέκλες σε κύκλο. Ακολουθούν τις οδηγίες: «Πιάστε τα χέρια του διπλανού σας, πατήστε σταθερά και τα δύο πόδια στο πάτωμα και πάρτε 2-3 βαθιές ανάσες. Κλείστε τα μάτια σας. Αφήστε το μάθημα, το σπίτι, κτλ. έξω από τον κύκλο. Φέρτε τον εαυτό σας στο χώρο. Ανοίξτε αργά τα μάτια σας, κοιτάξτε αυτόν/ αυτήν που βρίσκεται απέναντί σας ίσα στα μάτια, μπορείτε να του/ της στείλετε και ένα χαμόγελο».

## **3. Προσδοκίες σε σχέση με την έννοια ειρήνη (40΄)**

### **1<sup>η</sup> φάση**

#### **Στόχοι**

Να προβληματιστούν για την έννοια που δίνει ο καθένας στον όρο ειρήνη.

### **Διαδικασία**

Σε ομάδες των 3-5 συζητούν για 5 λεπτά τι σημαίνει ειρήνη για τον καθένα. Μετά στην ολομέλεια ακούγονται οι απόψεις που συζητήθηκαν σε κάθε ομάδα. Το ουσιαστικό είναι να ακουστούν όλες οι απόψεις και να δοθεί το μήνυμα ότι δεν υπάρχει σωστή και λάθος αντίληψη αλλά ένας πλούτος διαφορετικών απόψεων, ότι ο καθένας φέρνει στην ομάδα το βίωμά του και τις εμπειρίες του για να τις μοιραστεί.

### **2<sup>η</sup> φάση: Αγάλματα**

#### **Στόχοι:**

Να παραστήσουν/ συνθέσουν με την τεχνική των αγαλμάτων τον τρόπο με τον οποίο φαντάζονται την ειρηνική Ευρώπη.

### **Διαδικασία**

Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει ένα παράδειγμα αγάλματος 'πλάθοντας' το σώμα ενός εθελοντή στη στάση και την πόζα την οποία θέλουμε να δώσουμε. Τους καλούμε να συζητήσουν σε ομάδες των 4 - 6 τους συμβολικούς, αφαιρετικούς ή περιγραφικούς τρόπους για να δείξουν την εικόνα μιας ειρηνικής Ευρώπης. Μετά, χρησιμοποιώντας το σώμα του ο καθένας, αναπαριστούν μια ενιαία σύνθεση της ομάδας (10΄).

Στη συνέχεια γίνονται στην ολομέλεια οι παρουσιάσεις από την κάθε ομάδα και ακολουθεί συζήτηση για να αποκωδικοποιηθούν τα μηνύματα που εκπέμπουν τα σώματα στη σύνθεση αυτή.

Συζητάμε το τι είναι ειρήνη για τον καθένα και πιο ειδικά ειρήνη στην Ευρώπη. Γίνεται αναφορά από τον εκπαιδευτή στο θεσμικό πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης που αφορά την ειρήνη, στο ευρωπαϊκό σύνταγμα, κτλ.

#### **4. Η φανταστική χώρα της ειρήνης (30΄)**

##### **Στόχοι**

Συνεργασία - οραματισμός- Κοινές αξίες.

##### **Διαδικασία**

Η ολομέλεια χωρίζεται σε υποομάδες των 4 - 6 μελών. Τους δίνεται χαρτί 1Χ 1 μ. Διαβάστε τους το ακόλουθο σενάριο: «Οραματιστείτε ένα φανταστικό χώρο, όπου όλα θα είναι ωραία και ειρηνικά. Συζητήστε και απεικονίστε τη χώρα σας στο χαρτί (κοινωνία, περιβάλλον, εργασία, κανόνες, παιδεία κτλ.). Μπορούν να χρησιμοποιήσουν διάφορα υλικά: χρώματα, κολλάζ, κτλ. Είναι δυνατόν να γράψουν και λέξεις - φράσεις. Βάζουν ένα τίτλο.

Παρουσιάζουν την εργασία τους στην ολομέλεια. Μετά την παρουσίαση της κάθε ομάδας, ρωτάμε:

Ήταν δύσκολο να συμφωνήσετε;

Πως αποφασίσατε για το ποιος θα το παρουσιάσει;

Κάτι που θέλετε να προσθέσετε;

Τα έργα αναρτώνται μόνιμα στον τοίχο.

### **Γ. Διαφορετικότητα, αποδοχή, ενσυναίσθηση**

#### **1. Το κρεμμύδι της ομοιότητας/ διαφορετικότητας (30΄)**

\*Ειρήνη χωρίς αποδοχή της διαφορετικότητας δεν μπορεί να υπάρξει.

##### **Στόχοι**

Να βιώσουν τα κοινά και τις διαφορές που υπάρχουν στην ομάδα.

##### **Διαδικασία**

Ανακαλύπτουν τις διαφορές ή τις ομοιότητες, όχι και τα δυο στην ίδια συνάντηση.

Ομοιότητες: Ζητάτε από τους συμμετέχοντες να σχηματίσουν ένα εσωτερικό και ένα εξωτερικό κύκλο (τα στρώματα του κρεμμυδιού) και να στέκονται ο ένας απέναντι στον άλλο.

Κάθε ζευγάρι πρέπει να βρει (πολύ γρήγορα) κάτι κοινό στους δυο (συνήθεια, άποψη, ιστορικό, συμπεριφορά, συνήθειες, επιθυμίες και ενδιαφέροντα κ.τ.λ.), και τον τρόπο για να το εκφράσει. Μπορείτε να υποδείξετε συγκεκριμένες ομοιότητες, πχ. αγαπημένο φαγητό, τι δεν μου αρέσει στο σχολείο, η οικογένειά μου, η μουσική που μου αρέσει, τι συνηθίζω το πρωί, πολιτικές απόψεις...) Οι τρόποι έκφρασης μπορούν να είναι ελεύθεροι ή μπορείτε, ως εκπαιδευτές, να υποδείξετε διάφορους τρόπους, π.χ. "πες ένα τραγούδι", "κάνε μια μικρή μίμηση", "δημιούργησε ένα μικρό ποίημα", "δείξε το με θορύβους", "δείξε το με σύμβολο», κτλ.

Αφού γίνει αυτό, ο εξωτερικός κύκλος του κρεμμυδιού μετακινείται μια θέση δεξιά και κάθε νέο ζευγάρι πρέπει να βρει ξανά μια ομοιότητα και να την εκφράσει. Συνεχίζουν την κίνηση προς τα δεξιά μέχρι να φτάσει στο τέλος ο κύκλος. Έτσι κάθε φορά μπαίνετε όλο και πιο «βαθιά» στα κρεμμύδια μας.

Η πιο δύσκολη εκδοχή αυτής της άσκησης είναι όχι με ομοιότητες αλλά με διαφορές. Εργαζόμαστε με τον ίδιο τρόπο. Ανακαλύπτουν τις διαφορές, τι εκφράζουν αλλά συγχρόνως πρέπει να υποδείξουν οι ίδιοι ή ο εκπαιδευτής μια διάσταση που τις αλληλοσυμπληρώνει ή να υποδείξουμε ένα χαρακτηριστικό που τους ενώνει (στο ζεύγος).

Στο τέλος μπορείτε να συζητήσετε: Ποιες ομοιότητες/ διαφορές μας ξαφνιάζουν; Σε τι οφείλονται; Πόσο συμπληρωματικές μπορούν να είναι οι διαφορές μας;

Πηγή: Claudia Schachinger. Από το βιβλίο Intercultural learning T-kid. Council of Europe publishing November 2000 (Μετάφραση και προσαρμογή: Γιώργος Ζήκας)

## 2. Διαφυλικές σχέσεις (25΄)

### Στόχοι

Σύνδεση της ζωής με την ισότητα.

Ενσυναίσθηση.

### Διαδικασία

Στο πάτωμα τοποθετείται η κλίμακα 0% - 25% - 50% - 75% - 100%. Ρωτάμε «πόσο, νομίζετε υπάρχει ισότητα των δύο φύλων στην κοινωνία μας;»\*. Τους καλούμε να σταθούν στην κλίμακα ανάλογα με το τι νομίζουν (εννοείται ότι σε κάποιο σημείο της κλίμακας θα σταθούν περισσότεροι από έναν). Παριστάνουμε το δημοσιογράφο ρωτώντας κάποιον στα δυο άκρα της κλίμακας και στο μέσο της: «Γιατί επέλεξες αυτό το σημείο; Σε τι η ισότητα των δύο φύλων έχει/ δεν έχει επιτευχθεί;». Αποφεύγουμε το διάλογο μεταξύ των συμμετεχόντων.

Στη συνέχεια εργάζονται/ συζητούν σε ζεύγη: Τι θα άλλαζε στη ζωή σου αν ξυπνούσες μια μέρα και από άντρας γινόσουν γυναίκα και από γυναίκα γινόσουν άντρας; Τι θα άλλαζε και τι θα έμενε το ίδιο; (5').

Στην ολομέλεια: «Τι σας έκανε εντύπωση», «τι σκεφτήκατε που θα θέλατε να μοιραστείτε». Μοιράζονται σκέψεις και εντυπώσεις από τη συζήτηση στα ζεύγη ή και στην ολομέλεια.

\* Αν η δραστηριότητα γίνει στο περιβάλλον της τάξης τότε το ερώτημα διαφοροποιείται ως εξής : «πόσο ευχαριστημένος είσαι που είσαι αγόρι ή κορίτσι;»

### 3. Τυφλός (15')

#### Στόχοι

Ενσυναίσθηση.

Αποδοχή της διαφορετικότητας.

Έκφραση συναισθημάτων.

Να μεταδίδουν μηνύματα με τη γλώσσα του σώματος.

#### Διαδικασία

Κατά τη διάρκεια αυτού του παιχνιδιού δεν πρέπει να μιλήσει κανείς. Οι μαθητές κατανέμονται σε ζευγάρια. Ο ένας κρατά τα μάτια του κλειστά και ο άλλος τον/ την οδηγεί γύρω στην αίθουσα ώστε να μη χτυπήσει σε οτιδήποτε και να μην προκαλέσει έκρηξη του ναρκοπεδίου. Το ναρκοπέδιο μπορεί να αναπαρασταθεί με κομμάτια εφημερίδας στο πάτωμα, τα οποία έχει τοποθετήσει από πριν ο εκπαιδευτής. Αλλάζουν ρόλους με σήμα του εκπαιδευτή. Πολλά παιδιά δυσκολεύονται να κρατήσουν τα μάτια κλειστά. Δε θα τους πιέσουμε.

Συζήτηση και ανατροφοδότηση: Πώς αισθανθήκατε ως τυφλός; Πώς αισθανθήκατε ως οδηγός; Ποιο ήταν δυσκολότερο για σας; Γιατί; Πώς επικοινωνούσατε αφού δεν ήσαστε ικανοί να μιλήσετε; Πώς λάβατε τα μηνύματα που εστάλησαν από αυτόν/ ην που σας καθοδηγούσε; Ήσαστε καλός ακροατής; Ήταν σημαντικό να ακούσετε τη γλώσσα των σωμάτων (αφή), αυτή που σας οδηγούσε γύρω; Τι σημαίνει «ακρόαση» εδώ; (Για τον εκπαιδευτή: ακρόαση σημαίνει να στραφεί κάποιος απόλυτα και να εστιαστεί σε ένα άλλο πρόσωπο.)

### 4. Έρημος (15')

#### Στόχοι

Συνεργασία και ανταγωνισμός, σύγκρουση και διαφοροποίηση, δεξιότητες ζωής σε σχέση με την διαχείριση των προβλημάτων μέσα από τα δικαιώματα των εμπλεκομένων.

### **Διαδικασία**

Χωρίζουμε σε ζεύγη. Συναποφασίζετε, σκηνοθετείτε και δραματοποιείτε την εξής ιστορία: «Είστε στην έρημο με ελάχιστο νερό στο παγούρι. Τι θα σκεφτείτε και πως θα αντιδράσετε»;

Δραματοποιούν σε ζεύγη. Αφού ολοκληρώσουν, μπαίνουν σε ομάδες ανά 3 ζεύγη και συζητούν της λύσεις που έδωσαν.

Ερωτήσεις στην ολομέλεια:

Ήταν εύκολο να αποφασίσουμε;

Υπήρξαν συγκρούσεις;

## **5. Ποτέ μην με πεις (10')**

### **Στόχοι**

Ανάδειξη προσωπικών αναγκών και προσωπική ανάπτυξη

### **Διαδικασία**

Ο κάθε ένας μόνος του γράφει σε ένα χαρτί A4 « Ποτέ μην με πεις..... (προσθέτει ένα χαρακτηρισμό). Βάζει το χαρτί σε ορατό σημείο στην καρέκλα του. Μετά όλοι κάνουν βόλτα στο χώρο και βλέπουν τι έχουν γράψει και οι άλλοι. Ο εκπαιδευτής τους λει τώρα να επιλέξουν μια άλλη ταμπελίτσα που τους ταιριάζει και να κάτσουν την καρέκλα. Βλέπουμε αυτές που δεν προτιμήθηκαν. Ζητάμε να μας εξηγήσουν κάποιους «περίεργους» χαρακτηρισμούς και να μοιραστούν μαζί μας τις σκέψεις τους.

## **6. Σχεδίες - κροκόδειλοι (20')**

### **Στόχοι**

Να εμπιστεύονται τους συμμαθητές και να συνεργάζονται.

### **Διαδικασία**

Πάντα ξεκινάμε κάπως έτσι: Τώρα θα παίξουμε.

Απλώνουμε από πριν στο πάτωμα εφημερίδες σε τρεις περιοχές (κάθε περιοχή θα έχει εμβαδόν 2 - 4 τετραγωνικά μέτρα (φτιάχνουμε, δηλαδή τρεις «σχεδίες»). Χωρίζουμε την τάξη σε τρεις ομάδες (όσες και οι σχεδίες). Ας μη γνωρίζουν από την αρχή οι μαθητές ότι οι εφημερίδες είναι σχεδίες. Οδηγούμε με λόγια τους μαθητές να φανταστούν ότι περπατούν κάπου στην Αφρική, σε ένα ασφάλτινο δρόμο, έπειτα μπαίνουν σε χωμάτινο δρόμο, δρόμο



με χαλίκια, κτλ., αποφεύγουν ένα φίδι, τώρα πηδούν ένα ρυάκι, κτλ., τεντώνονται και μαζεύουν ένα φρούτο, κτλ., φτάνουν στο ποτάμι, είναι κουρασμένοι, ένα μπάνιο θα τους κάνει καλό, κολυμπούν..., κολυμπούν..., ξεχνιόνται και βρίσκονται στη μέση του ποταμού, ευτυχώς βλέπουν τις σχεδίες (εφημερίδες) και ανεβαίνουν όλοι πάνω (η κάθε ομάδα μαζί). Και το ταξίδι αρχίζει! Έχει κύμα! το ποτάμι ηρεμεί, κωπηλατούν. Όμως οι κροκόδειλοι έρχονται! Περιτριγουρίζουν τις σχεδίες... Με φωνή δυνατή ορμά ο δάσκαλος/ η δασκάλα (κροκόδειλος) και κόβει τα πρώτα κομμάτια από μια σχεδία, μετά από τις άλλες... Οι μαθητές αναγκάζονται να περιοριστούν στη σχεδία που απόμεινε. Πρέπει να σωθούν και να μείνουν όλοι επάνω. Ο κροκόδειλος συνεχίζει να περιτριγουρίζει και να κόβει κομμάτια από τις σχεδίες... Οι σχεδίες μικραίνουν... Τα παιδιά στριμώχνονται... Κάποια στιγμή ο κροκόδειλος αρπάζει και ένα πόδι...

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού μη σταματάτε για να δώσετε εξηγήσεις. (Μια διαφορετική συνέχεια της περιπέτειας: Μπορεί μια σχεδία να διαλυθεί, οπότε οι επιβαίνοντες κολυμπούν και ανεβαίνουν σε άλλη σχεδία).

Ρωτάμε:

Εντυπώσεις από το παιχνίδι.

Πώς αντέδρασαν σε στιγμές κρίσης (περιγράφουν επεισόδια της ομάδας τους);

## 7. Λεμόνια (60')

### Στόχοι

Η κατανόηση της σχέσης μεταξύ γενίκευσης και στερεότυπων.

Ενσυναίσθηση.

Αποδοχή της διαφορετικότητας.

### Διαδικασία

Θα χρειαστείτε λεμόνια και μήλα.

Βάλτε όλα τα λεμόνια στο κέντρο. Ζητήστε από την ομάδα να περιγράψει τα χαρακτηριστικά ενός λεμονιού (στρογγυλό, πικρό, ξινό, κίτρινο κτλ.) Γράψτε τις απαντήσεις τους στον πίνακα.

Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρότερες ομάδες και δώστε σε κάθε ομάδα ένα λεμόνι. Ζητήστε τους να γνωρίσουν το λεμόνι τους εξετάζοντας το, παρατηρώντας όλα τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του. Πείτε τους να μην σημαδέψουν ή παραμορφώσουν το λεμόνι τους με οποιαδήποτε τρόπο. Μπορούν να δώσουν στο λεμόνι τους ένα όνομα, να δημιουργήσουν μία ιστορία, να αρχίσουν να το προσωποποιούν, σαν να είχε προσωπικότητα.

Μετά από λίγη ώρα, πείτε σε κάποιον από κάθε ομάδα να μιλήσει στην ολομέλεια για το λεμόνι τους, να πει την ιστορία που έφτιαξαν στην ομάδα.

Βάλτε όλα τα λεμόνια στο κέντρο του κύκλου και ανακατέψτε τα. Ζητήστε από κάποιον να έρθει και να αναγνωρίσει και να πάρει το λεμόνι του. (Μετά από τόση συζήτηση θα του είναι εύκολο).

6) Βάλτε όλα τα λεμόνια στο κέντρο του κύκλου. Φέρτε δίπλα τους και ένα κόκκινο μήλο. Ρωτήστε τους αν αυτό το νέο φρούτο χωράει σε αυτόν τον λεμονόκοσμο.

Ερωτήματα προς συζήτηση:

Γιατί ήταν τόσο εύκολο να αναγνωρίσετε το λεμόνι σας;

Είχατε ποτέ ιδέες για κάποιο πρόσωπο που δεν τις είχατε ποια όταν τον/την γνωρίσατε;

Είχε κανείς ποτέ ιδέες για εσάς τις οποίες εγκατέλειψε όταν σας γνώρισε;

Γιατί τα στερεότυπα είναι επικίνδυνα;

Πόσο θα αφήσετε αυτό το ξένο φρούτο στην ζωή σας; Θα «τα φτιάχνετε;», θα το

φέρνατε να γνωρίσει την οικογένεια σας;

Υπήρξατε ποτέ το άλλο φρούτο σε ένα λεμονόκοσμο; Πώς το χειριστήκατε;

Ποιοί είναι τα άλλα φρούτα στην δικιά σας κοινότητα / γειτονιά / σπίτι;

Ποιοί είναι μερικοί από τους τρόπους που κάνουμε κάποιον να νιώσει ανεπιθύμητος/επιθυμητός;

## **8. Συνάντηση στο τρένο (20')**

### **Στόχοι**

Να εδραιώσει εμπιστοσύνη ανάμεσα στα μέλη της ομάδας ενώ διερευνούνται και οι διαφορές και οι ομοιότητες της ομάδας.

### **Διαδικασία**

Μοιράστε μία κάρτα σε κάθε άτομο. Πείτε στους συμμετέχοντες να φανταστούν ότι θα φτάσουν σε ένα σταθμό τρένου και πρέπει να συναντήσουν κάποιον που δεν τους ξέρει. Πείτε τους να γράψουν μία περιγραφή του εαυτού τους πάνω στην κάρτα. Μαζέψτε της κάρτες σε μία σακούλα. Διαλέξτε μία κάρτα και διαβάστε την στην ομάδα. Ρωτήστε την ομάδα να μαντέψει ποιος περιγράφεται. Όποιος/ όποια το βρίσκει, τραβά στην τύχη την επόμενη κάρτα. Επαναλάβετε μέχρι να τελειώσουν οι κάρτες.

Ερωτήσεις για συζήτηση

Τι κοινό έχουν οι περιγραφές; Σε τι διαφέρουν; Ποια πληροφορία δεν περιλαμβανόταν; Σας ξάφνιασε κάτι από αυτήν την άσκηση; Ποίος νομίζεται ότι είναι ο σκοπός της άσκησης;

## **9. Επαγγέλματα (15')**

## Στόχοι

Να αποκαλύψουν τους μύθους και τα στερεότυπα για τα επαγγέλματα.

## Διαδικασία

Το μέλλον συνδέεται με τις αντιλήψεις μας και με τα στερεότυπά μας. Δηλαδή το επάγγελμά μας διαμορφώνει το μέλλον. Θα σας δώσω κάρτες στις οποίες αναγράφονται διάφορα επαγγέλματα. Σε κάθε κάρτα αναγράφεται ένα επάγγελμα. Το ίδιο επάγγελμα θα το έχουν 2 - 3 από σας. Παρακαλώ μην ανακοινώσετε το επάγγελμά σας, μην μιλήσετε σε κανέναν. Θα αναπαραστήσετε με μίμηση/ θέατρο το επάγγελμα της κάρτας σας απολύτως σιωπηλοί.

Θα προσπαθήσετε να ανακαλύψετε τους άλλους που έχουν την ίδια κάρτα με σας. Θα το καταφέρετε κοιτώντας τις κινήσεις του σώματος. Ξεκινάτε να παίζετε παντομίμα.

Ερωτήσεις στην ολομέλεια:

Υπάρχουν μύθοι και πραγματικότητες όσον αφορά το επάγγελμα των αντρών και το επάγγελμα των γυναικών;

Σας εμπόδισε το φύλο σας να παίξετε; Είχατε κάποιο πρόβλημα;

Κάρτες επαγγελμάτων:

Οδοντογιατρός

Καθαριστής τζαμιών

Ιερέας

Ταξιτζής

Δασκάλα

Μηχανικός αυτοκινήτων

Πιλότος

Μπαρ- woman

Δικηγόρος

Κτίστης

Δοκιμαστής κρασιών

Επιπλοποιός

Πωλητής

## 10.Χαιρετισμοί/ διαπολιτιστικές διαφορές (20΄)

### Στόχοι

Να βιώσουν τις διαπολιτισμικές διαφορές και το πολιτισμικό σοκ.

Να διερευνήσουν πώς οι άνθρωποι χειρίζονται διαπολιτισμικές διαφορές.

Να εκφράσουν πώς νιώθουν αν του/ της ζητείται να αλλάξει τον δικό του/ της κώδικα συμπεριφοράς.

### Διαδικασία

Έχετε ετοιμάσει από πριν τις κάρτες με τους διαφορετικούς χαιρετισμούς (βλέπε πιο κάτω). Δώστε στην τύχη μια κάρτα στον καθένα. Δώστε σαφή οδηγία ότι δεν πρέπει να μοιράζονται μεταξύ τους τις οδηγίες τους (κρύβουν την κάρτα τους). Καλό είναι να έρθουν και να ρωτήσουν εσάς προσωπικά εάν έχουν κάποια απορία.

Ζητήστε τους να περπατάνε στο δωμάτιο και να χαιρετούν ένα - ένα τα άλλα μέλη και να συστήνονται με βάση το χαιρετισμό που αναγράφεται στην κάρτα τους. Δεν πρέπει να λένε στον άλλο τι σκοπεύουν να κάνουν, απλά να κάνουν τον χαιρετισμό λέγοντας: «Γεια, είμαι ο/ η ...».

Αφήστε την ομάδα να περιφέρεται στο δωμάτιο μέχρι όλοι να έχουν την ευκαιρία να χαιρετιστούν όσο το δυνατόν περισσότερους.

Επιστρέψτε στην στον κύκλο (καθιστοί) και κάντε μία συζήτηση με κάποιες ή όλες από τις πιο κάτω ερωτήσεις.

Ερωτήσεις:

Πώς ένιωσαν χρησιμοποιώντας/ δεχόμενοι έναν άγνωστο χαιρετισμό; Αναγνώρισε κανείς κάποιον χαιρετισμό από προηγούμενη εμπειρία; Ένιωσε κανείς άβολα με κάποιον χαιρετισμό; Με ποιόν τρόπο; Γιατί; Ποια ήταν μερικά από τα εμπόδια όταν προσπαθούσατε να χαιρετήσετε κάποιον; Σε αυτήν την άσκηση είδατε πώς κάτι περίεργο με τους χαιρετισμούς. Εάν όμως ήταν απαραίτητο, θα συνηθίζατε τους χαιρετισμούς που χρησιμοποιήσατε;

Υπάρχουν παραδείγματα άλλων εθίμων που δεν θα μπορούσατε να συνηθίσετε;

\* Δείγμα χαιρετισμών από όλο τον Κόσμο (γραμμένοι στις κάρτες, μπορείτε να προσθέσετε και άλλους).

Ινδία. Βάζετε τα χέρια σας όπως όταν προσεύχεστε πάνω στο στήθος και υποκλίνεστε ελαφρά.

ΗΠΑ: Δίνεται τα χέρια σφίγγοντας, κοιτάτε ευθεία στα μάτια του άλλου.

Μέση Ανατολή: Περνάτε σιγά σιγά το αριστερό χέρι σας προς τα επάνω, πρώτα ακουμπώντας την καρδιά σας, μετά το μέτωπο σας και τελικά προς τα μπροστά και έξω. Συνοδεύετε αυτήν την κίνηση με την φράση «σαλαάμ αλέκουμ» που θα πει «η ειρήνη μαζί σου».

Μαλαισία: Απλώστε το δεξί χέρι σας ακουμπήστε τα δάκτυλα του άλλου. Μετά φέρτε τα χέρια σας πάνω στην καρδιά που σημαίνει: «Σε χαιρετώ από την καρδιά μου». Οι άντρες χαιρετάν έτσι μόνο άλλους άντρες και οι γυναίκες μόνο με γυναίκες.

Αλουέτ: Ένα ελαφρό χτύπημα στο κεφάλι ή στον ώμο του άλλου.

Πολυνησία: Αγκαλιαστείτε και τρίψτε με τα χέρια την πλάτη ο ένας του άλλου.

Μαόρι στην Νέα Ζηλανδία: Τρίψτε τις μύτες σας.

Μερικές Ανατολικοαφρικανικές φυλές: Φτύστε ο ένας στα πόδια του άλλου.

Μερικές φυλές του Θιβέτ: Βγάλτε την γλώσσα σας στον άλλο.

Ιαπωνία: Υποκλιθείτε από την μέση 15 μοίρες.

Ρωσία: Σφιχτή χειραψία πρώτα. Μετά μια σφιχτή αγκαλιά και δύο ή τρία φιλιά από μάγουλο σε μάγουλο.

Λατινική Αμερική: Αγκαλιά (Αμπράζο) και μερικά απαλά χτυπήματα στην πλάτη.

Μερικές φυλές της Κένυα: Απαλά χτυπήστε ο ένας την παλάμη του άλλου και κρατήστε τα δάκτυλα του άλλου.

Ταϊλάνδη: «Το Γουάι». Βάζετε τα χέρια σας σε στάση προσευχής και υποκλίνεστε ελαφρά. Όσο πιο ψηλά είναι τα χέρια σας πάνω στο στήθος, τόσο περισσότερο σεβασμό δείχνετε σε αυτό το πρόσωπο. Μην βάζετε τα χέρια σας πάνω από το κεφάλι σας αυτό είναι προσβολή.

Νότια Ευρώπη, Κεντρική και Νότια Αμερική: Χειραψία και κρατήστε την λίγο παραπάνω. Συνοδέψτε αυτήν την κίνηση με το να ακουμπήσετε την παλάμη ή τον αγκώνα του άλλου.

Τουρκία: Χειραψία και με τα δύο χέρια ή αγκαλιά και φιλιά και στα δύο μάγουλα.

Βέλγιο: Τρία φιλιά, από μάγουλο σε μάγουλο.



Ισραήλ: Χειραψία (ή αγκαλιά, αν ξέρετε αυτό το πρόσωπο) λέγοντας: «Σαλόμ».

## 11. Καθοδηγούμενος οραματισμός (60΄)

\*Μόνο για ενήλικες.

### Στόχοι

Να αντικρίσουν κριτικά την παιδαγωγική σχέση.

Να καλλιεργήσουν την ενσυναίσθηση μέσα από την ταύτιση.

### Διαδικασία

Μοιράστε 4 κάρτες στον καθένα. Διαβάστε αργά ολόκληρο το ακόλουθο κείμενο. Ζητείστε από κάθε μέλος της ομάδας να είναι απόλυτα συγκεντρωμένος/η και να αποφεύγει να μιλάει με τα άλλα μέλη της ομάδας ή να διακόψει.

### Το κείμενο

Θα σου ζητήσω να εγκαταλείψεις κάτι που σου είναι πολύ σημαντικό. Αυτό που σου ζητάω είναι να ξεχάσεις για λίγο τις μνήμες σου. Σου ζητάω να βάλεις στην άκρη την πραγματικότητα και να χρησιμοποιήσεις το υπέροχο χάρισμα της φαντασίας σου. Η φαντασία σου είναι το κύριο εργαλείο για αυτήν την άσκηση καθοδηγούμενου οραματισμού. Θα κάνουμε ένα ταξίδι μέσα στον χρόνο, στην φαντασία σου, έτσι όπως η ζωή σου θα μπορούσε να ήταν αν ήσουν δυσλεκτικός. Πιθανόν να νιώσεις μία ποικιλία συναισθημάτων καθώς θα ταξιδεύουμε. Άφησε τον εαυτό σου, εξέτασε τα αισθήματα σου, αλλά προσπάθησε να μην τα αφήσεις να σε εμποδίσουν να συμμετάσχεις σε αυτήν την άσκηση. Δεν προσπαθώ να μανουβράρω τα αισθήματα σου ή να αλλάξω αυτό που είσαι. Ο στόχος μου είναι να σε βοηθήσω να καταλάβεις κάποια από τα αισθήματα και τις εμπειρίες που έχει ένα άτομο που είναι δυσλεκτικό. Οι εμπειρίες στις οποίες θα σε ταξιδέψω δεν είναι οικουμενικές για όλους τους ανθρώπους που είναι δυσλεκτικοί. Υπάρχουν όμως κοινά ζητήματα. Παρακαλώ, πάνω στις 4 κάρτες που σου έχουν δοθεί γράψε ένα όνομα, λέξη ή φράση που ταιριάζει σε μία από τις ακόλουθες κατηγορίες. Οι κατηγορίες είναι:

1) Η παρέα σου στην γειτονιά όταν ήσουν μικρός/η.

2) Το όνομα του αγαπημένου σου δασκάλου.

3) Τρεις επιλογές/ όνειρα που έκανες στο γυμνάσιο και αφορούσαν την ερώτηση «τι θα γίνεις όταν μεγαλώσεις»

4) Ένα ταλέντο που αναγνωρίζεις στον εαυτό σου και σε οδήγησε στο να επιλέξεις την σημερινή σου επαγγελματική καριέρα.

Καθώς θα αρχίσεις αυτό το ταξίδι, κοίτα συνέχεια αυτές τις κάρτες που είναι στα χέρια σου και σκέψου την σημασία που έχουν για εσένα αυτά που έγραψες. Φαντάσου πως θα ένιωθες αν ένα ή όλα αυτά τα πράγματα ξαφνικά χανόντουσαν.

Ας γυρίσουμε πίσω στα πρώτα παιδικά σου χρόνια. Διάλεξε μία ηλικία για την οποία έχεις καθαρές και συγκροτημένες μνήμες. Ίσως να είσαι 7 ή 8 χρόνων. Κάθεσαι μπροστά στην τηλεόραση και βλέπεις το γνωστό σε όλους τους φίλους σου πρόγραμμα. Είναι φυσικά ένα ξενόγλωσσο πρόγραμμα με καλούς και κακούς και έναν ήρωα ο οποίος αποτελεί αντικείμενο συζήτησης στην γειτονιά. Η χαρακτηριστική μουσική και οι φράσεις κλειδιά αυτού του ήρωα είναι σημείο αναφοράς σε πολλά παιχνίδια. Υπάρχει όμως ένα πρόβλημα: πρέπει να διαβάζεις τους υπότιτλους.

Αν και σιγά-σιγά αναγνωρίζεις τα γράμματα οι λέξεις παίζουν περίεργα παιχνίδια. Οι φράσεις περνούν τόσο γρήγορα από την οθόνη. Γυρίζεις σε κάποιο άτομο με το οποίο μοιράζεσαι τα μυστικά σου, ένα παιδί το οποίο είναι σχεδόν πάντα μαζί σου, και του λες: «Τι γίνεται, τι λει, δεν καταλαβαίνω». Το παιδί κάνει μια γκριμάτσα και λει: «Τι με ρωτάς πάλι; Χαζό είσαι και δεν καταλαβαίνεις, ή μήπως δεν ξέρεις να διαβάζεις; Άσε με να δω».

Φοβάσαι να απαντήσεις στο ερώτημα του φίλου σου. «Χαζό είμαι;» αναρωτιέσαι. Στην παρέα σου τώρα υπάρχει ένας κώδικας που δεν μπορείς να καταλάβεις - λέξεις και φράσεις που δεν έχουν νόημα, αστεία στα οποία δεν γελάς και παιχνίδια στα οποία δεν συμμετέχεις. Αποφεύγεις ορισμένα παιχνίδια και γελάς όταν γελάνε όλοι. Κρατάς το κεφάλι χαμηλά, φοράς ότι φοράνε όλοι και ξεσηκώνεις φράσεις που ακούς. Όσο η παρέα δεν ξέρει ότι είσαι χαζός, δεν είσαι χαζός. Κράτα την κάρτα με τα ονόματα της παρέας σου, δεν νιώθεις ποια το ίδιο κοντά τους. Σκίστε αυτήν την κάρτα!

Είσαι τώρα στο δημοτικό, 11 χρόνων. Έχεις μάθει να κρύβεσαι καλά στην τάξη. Κάνεις τον εαυτό σου σκιά. Δεν μιλάς πολύ, κάθεσαι στην ακριανή σειρά, κοντά στο παράθυρο, κάπου στην μέση και πίσω από κάποιον ψηλότερο. Κάθεσαι με ένα παιδί που τα καταφέρνει καλύτερα. Μοιράζεσαι μαζί του γλυκά που φέρνεις από το σπίτι και ένα ακριβό παιχνίδι που σου έφερε ο θείος σου από την Αμερική. Μπορεί να μην αξίζεις την παρέα του όμως υπάρχουν τρόποι για κρατήσεις την εύνοια του. Έχεις έναν τουλάχιστον ένα σύμμαχο για δύσκολες στιγμές - κανένα διαγώνισμα, καμία εξέταση... Ξέρεις, ότι δεν μπορεί να αποδείξει ο δάσκαλος ότι δεν ξέρεις.

Όμως κάτι που δεν υπολόγισες πρόκειται να συμβεί. Είναι ώρα μαθηματικών: Άλγεβρα! Ο δάσκαλος ρωτάει τον καλύτερο μαθητή να έρθει στον πίνακα να λύσει ένα πρόβλημα. Γελάς όταν λει ότι δεν ξέρει να το λύσει - ίσως τελικά να μην είσαι το μόνο χαζό στην τάξη. Ο δάσκαλος λει το όνομα σου. Ξέρει φυσικά ότι δεν έχεις διαβάσει, δεν έχει μεγάλες απαιτήσεις από εσένα. Σε διατάζει να έρθεις στον πίνακα λέγοντας την συνηθισμένη παρήγορη βλακεία: «θα το λύσουμε μαζί».

Μισείς τον δάσκαλο αλλά αυτοσυγκεντρώνεσαι μήπως μπορέσεις να αποφύγεις το ρεζιλίκι μπροστά σε όλη την τάξη. Προς μεγάλη σου έκπληξη αντιλαμβάνεσαι το πρόβλημα σωστά και σχηματίζεις την σωστή εξίσωση. Νιώθεις ότι έχεις ξεπεράσει τις προσδοκίες πολλών και νιώθεις μερικούς πόντους ψηλότερος. Η αγωνία σου κάπως μειώνεται. Κάποια στιγμή φτάνεις στις πρώτες πράξεις. Ξαφνικά ο δάσκαλος αρχίζει να φωνάζει με αυστηρό τόνο λέγοντας ότι είναι απαράδεκτο να μην ξέρεις απλή προπαίδεια. Ο τόνος της φωνής του στην αρχή σε στήριζε, τώρα, αυτός ο αυστηρός τόνος, έχει κάτι το προδοτικό. Τώρα είσαι μόνος! Ακολουθούν χάχανα και ορκίζεσαι ότι άκουσες την λέξη «χαζό» από κάπου. Τα μάτια σου καρφώνονται στο παιδί που εσύ πρώτα είχες ειρωνευτεί και έπειτα στο παιδί που κάθετα δίπλα σου που επίσης γελάει. Κρατάς τα δάκρυα σου από ντροπή. Ο δάσκαλος σε καλεί να συνεχίσεις όμως εσύ δεν μπορείς να σκεφτείς τίποτα. Ο δάσκαλος τότε χάνει την υπομονή του, σε βγάζει από το μαρτύριο σου. Καλεί ξανά τον καλό μαθητή ενώ εσύ ξανά κάθεσαι στην θέση σου.

Σήμερα έμαθαν όλοι ότι είσαι χαζός, ούτε το 7 επί 7 δεν ξέρεις. Σήμερα έμαθες ότι είναι ανώφελο να το κρύβεις. Την άλλη μέρα αλλάζεις θρανίο, κάθεσαι στην πρώτη σειρά, δίπλα από ένα άλλο χαζό παιδί. Όταν σε ρωτάνε κάτι τους κοιτάς χωρίς να μιλάς. Προτιμάς την στιγμιαία αμηχανία από το ρεζιλίκι. Ο δάσκαλος καλεί τον πατέρα σου στο σχολείο. Ακούς με κάποια ανακούφιση τον πατέρα σου να λει: «Δεν είναι σαν τον αδελφό του, στο μαγαζί τα πάει καλά, αλλά από γράμματα...». Ο δάσκαλος φαίνεται απογοητευμένος αλλά έχει πειστεί. Ίσως τώρα σταματήσουν οι ερωτήσεις. Κράτα την κάρτα με το όνομα του αγαπημένου σου δασκάλου. Από σήμερα το σχολείο και κάθε δάσκαλος σου προκαλεί φόβο. Σκίστε αυτή την κάρτα!

Είσαι τώρα 12 χρονών. Ανυπομονείς να πας στο γυμνάσιο. Νομίζεις ότι όλα θα είναι διαφορετικά, ότι θα κάνεις καινούριους φίλους, ότι δεν θα νιώθεις ποια αυτή την μοναξιά. Το σώμα σου έχει αλλάξει και προσέχεις ότι κάποιοι νιώθουν μια έλξη για εσένα. Το χιούμορ σου εκτιμάται στην τάξη. Ένας κλόουν είναι αγαπητός ακόμα και αν δεν είναι άριστος στα μαθηματικά. Δεν θέλεις να είσαι ο χαζός της παρέας, να εισπράττεις τις καρπαζιές των αρχηγών. Αρχίζεις το κάπνισμα και με τα λεφτά από το μαγαζί αγοράζεις ρούχα, κουρεύεσαι κάθε δεύτερη εβδομάδα και ακούς δυνατή μουσική. Στο σπίτι ξέρουν ότι το μέλλον σου είναι το μαγαζί και δεν ανησυχούν ιδιαίτερα.

Μπορείς να κάνεις άφοβα την ζωή του καθηγητή που αντιπαθείς δύσκολη. Είσαι το σκληρό παιδί που δεν έχει τίποτα να χάσει. Είσαι και ιδιαίτερα δημοφιλής στο αντίθετο φύλλο. Μια μέρα σε στέλνουν στο γραφείο του διευθυντή. Τον κοιτάς ευθεία στα μάτια. Τι έχει να σου προσφέρει αυτός ή το σχολείο; Κανείς δεν περιμένει τίποτα από εσένα, ούτε εσύ από τον εαυτό σου. Μπροστά στα έκπληκτα μάτια όλων ανάβεις τσιγάρο. Καθώς ο διευθυντής φωνάζει έξαλλος για την έλλειψη σεβασμού, τον κοιτάς ευθεία στα μάτια και φυσάς καπνό. Νιώθεις μια ανακούφιση. Για μια στιγμή ο διευθυντής φαίνεται τόσο μικροσκοπικός και αδύναμος. Όσο οι φωνές και οι αποδοκιμασίες των καθηγητών σου δυναμώνουν τόσο δυναμώνει και το γέλιο σου. Η πρώτη σου αποβολή, η πρώτη αποβολή της τάξης.

Ένας μύθος γεννιέται γύρο από το όνομα σου. Δεν είσαι το παιδί της καρπαζιάς. Επιτέλους λίγη προσοχή: φόβος, θαυμασμός, συμπάθεια ή έστω αποδοκιμασία κανείς όμως δεν σε λει «το χαζό.» Πολλά παιδιά θέλουν να σου κάνουν την ζωή ποιο εύκολη. Κάποιοι σου «κάνουν πάσα» το γραπτό τους, ο απουσιολόγος συχνά ξεχνάει το όνομα σου. Για πρώτη φορά δίνεις εσύ τις σφαλιάρες. Μια μέρα βλέπεις την μητέρα σου να φεύγει κλαίγοντας από το γραφείο των καθηγητών. Σε βλέπει, σε κοιτάει στα μάτια και σε ρωτάει: «γιατί να μην είσαι σαν τον αδελφό σου, γιατί να μην παίρνεις από λόγια;»

Κάνεις κοπάνα. Πας στο γνωστό στέκι. Ανάβεις τσιγάρο. Φέρνεις την εικόνα του αδελφού σου στο μυαλό σου. Προσπαθείς να σκεφτείς με αγωνία κάτι που κάνεις καλύτερα από τον αδελφό σου: Το μαγαζί. Τρία τετραγωνικά σε μία στοά που συνοψίζουν το μέλλον σου, τις προσδοκίες σου, τον ορίζοντα σου. Ένα μετερίζι, μια φωλιά που μπορείς να κρυφτείς και κανείς δεν θα μάθει ότι είσαι χαζό. Τι άλλο θα μπορούσες να κάνεις; Κράτα την κάρτα με τα τρία όνειρα, εσύ έχεις μόνο μία επιλογή. Σκίστε αυτή την κάρτα!

Είσαι τώρα 18 χρονών. Οι φίλοι σου ετοιμάζονται για το πανεπιστήμιο. Κάποιος σου έχει πει ότι είχε δυσλεξία και ότι θα δώσει ειδικές εξετάσεις. Ξέρεις εσύ για τους δυσλεκτικούς. Είναι αυτοί οι αργόσχολοι που έδιναν προφορικά. Είχες ακούσει για αυτούς από μία καθηγήτρια. Είχες ακούσει για αυτή την «καινούρια μόδα» όλοι να θεωρούνται δυσλεκτικοί και για εκείνη την φιλόλογο που ήθελε να τους στείλει όλους για το τεστ. Κάποτε το είπε και στον πατέρα σου. Αυτός της είχε πει να στείλει το δικό της παιδί για το τεστ, ότι δεν μπορεί να γίνουμε όλοι επιστήμονες και ότι εσύ στο μαγαζί θα έβγαζες πιο πολλά φράγκα από όσα βγάζει μια καθηγήτρια.

Είσαι σε μια θεατρική ομάδα. Πας καλά, πολύ καλά. Κάποιος σου λέει να δώσεις για την δραματική. Όχι, αυτός δεν ξέρει. Είπαμε, υπάρχει κάποιο ταλέντο, αλλά εδώ είδαμε και πάθαμε να τελειώσουμε το λύκειο. Άσε που δεν θα άντεχες τον χλευασμό της αποτυχίας. Τόσα ταλέντα υπάρχουνε. Στο κάτω - κάτω ποιος θα κρατάει το μαγαζί; Ένα μεράκι είναι αυτό, όχι και να γίνω επαγγελματίας.

Πάρε την κάρτα με το μεγαλύτερο σου ταλέντο. Δεν πιστεύεις στον εαυτό σου. Σκίστε αυτή την κάρτα.

Συζήτηση:

1. Ελεύθερη σε μικρές ομάδες των 3 - 5 μβλών.
2. Στην ολομέλεια.

Τι νιώσατε; Είχατε αντιδράσεις που σας ξάφνιασαν; Τι μάθατε;

## **Δ. Θέματα ταυτότητας και αλλαγής**

### **1. Καπελάκια (35')**

#### **Στόχοι**

Εισαγωγή στην πολλαπλότητα της ταυτότητας.

Καλλιέργεια επικοινωνιακών δεξιοτήτων και συνεργασία.

#### **Διαδικασία**

Δίδονται εξηγήσεις και διαμοιράζεται το φυλλάδιο με τους 4 τύπους (πιο κάτω). Επιλέγουν έναν από τους 4 τύπους και ο κάθε ένας μόνος/ νη σχεδιάζει, στολίζει το καπέλο του, (5').

Σχηματίζουν ομάδες των 4 μελών με διαφορετικά καπέλα, για να συζητήσουν και σχεδιάσουν τη διοργάνωση εκδήλωσης, προγράμματος εκπαιδευτικού σεμιναρίου, εκδρομής, ενός εκπαιδευτικού περιβαλλοντικού προγράμματος, κτλ. (15'). Θα πρέπει να καταγράψουν τους στόχους, τη διάρκεια, τον τόπο, τον αριθμό ατόμων και τον προϋπολογισμό (αυτά γράφονται σε χαρτί αναρτημένο). Ενδεικτικά θέματα: «προετοιμασία μιας εκδρομής στη Χοιροκοιτία» ή «οργάνωση γιορτής στο σχολείο για τα Δικαιώματα του Παιδιού» ή «προβλήματα περιβάλλοντος στη γειτονιά/ πόλη μας» ή «συγκέντρωση γονέων για ενημέρωση πάνω σε ένα θέμα», κτλ.

Ακολουθούν οι παρουσιάσεις στην ολομέλεια (10')

Μετά ερωτήσεις, όπως: Πώς συμμετείχε κάθε 'καπελάκι'; Πώς εργάστηκε η ομάδα; Θα μπορούσατε να πείτε αν ωφεληθήκατε από τα διαφορετικά καπελάκια και πώς;

#### **Οι 4 τύποι**

<b>Συστηματικός</b>		
<b>Συμπεριφορές</b> Συγκρατημένος Προσεγγίζει τη δουλειά με σύστημα Ποιοτική εργασία Προσέχει τις λεπτομέρειες Εστιάζει την προσοχή στα άμεσα καθήκοντα Του αρέσει να σχεδιάζει τις αλλαγές	<b>Ανάγκες</b> Υψηλά στάνταρ Έμφαση στην εφαρμογή Ποιοτική εργασία	<b>Φόβοι</b> Κριτική ατελειών Να μην του έχουν δοθεί επαρκείς εξηγήσεις
<b>Πρωτοπόρος</b>		
<b>Συμπεριφορές</b> Εξωστρεφής Αλλάζει το status quo Πρόθυμος να εκτελεί πράγματα Αντιστέκεται στην Του αρέσει να ηγείται Ενέργειες για να επιφέρει αλλαγές	<b>Ανάγκες</b> Έμφαση στο αποτελέσματα Αναγνώριση Προκλήσεις	<b>Φόβοι</b> Αμφισβήτηση της εξουσίας Απουσία αποτελεσμάτων από τους άλλους
<b>Μετριοφρονας</b>		
<b>Συμπεριφορές</b> Συγκρατημένος Εργάζεται σε ομάδα Ομαδική Διατηρεί το status quo Επανέρχεται αργά όταν Πληγωθεί Προτιμά τις σταδιακές αλλαγές και όχι τις απότομες	<b>Ανάγκες</b> Ασφάλεια Αποδοχή Ομαδική εργασία	<b>Φόβοι</b> Απομόνωση Ξεχωρίζει ως καλύτερος ή χειρότερος
<b>Ασκή επίδραση</b>		
<b>Συμπεριφορές</b> Εξωστρεφής Ηγείται ενθουσιάζοντας τους άλλους Προτιμά την οικουμενική	<b>Ανάγκες</b> Αλλαγή Επιβεβαίωση Νέες τάσεις & ιδέες	<b>Φόβοι</b> Αποδοκιμασία Αποτελεμάτωση Λεπτομερής εργασία

προσέγγιση Αποφεύγει λεπτομέρειες	ΤΙΣ	
---	-----	--

## 2. Αστέρια (15΄)

### Στόχοι

Εισαγωγή στην πολλαπλότητα της ταυτότητας

### Διαδικασία

Σχηματίζουν σε χαρτί ένα αστέρι με 5 - 8 ακτίνες. Στο άκρο κάθε ακτίνας γράφουν ένα χαρακτηριστικό (εργασία, προσωπικότητα, οικογένεια, κτλ.), με το οποίο θεωρούν ότι ακτινοβολούν στο περιβάλλον τους. Σχεδιάζουν για 3 λεπτά. Το κολλούν στο στήθος και κινούνται ψάχνοντας να βρουν όμοια αστεράκια.

Συζητούν όρθιοι σε ομάδες όσο το δυνατόν όμοιων αστεριών.

Στον κύκλο συζήτηση: Τι μου έκανε εντύπωση.

### Υλικά

Λευκά χαρτιά Α4, μαρκαδόροι ή πένες ή μολύβια, συνδετηράκια για να στηρίξουν τα χαρτιά στο στήθος.

## 3. Η αλλαγή είναι εδώ! (5΄)

### Στόχοι

Να εισαχθούν στην έννοια της αλλαγής.

### Διαδικασία

Κάθονται στον κύκλο. Ο συντονιστής μιμείται ότι κρατά ένα πετραδάκι. Μετά το δίνει στον διπλανό του, εξηγώντας ότι κάθε φορά που παίρνει κάποιος το πετραδάκι αυτό γίνεται βαρύτερο. Το πετραδάκι σταδιακά γίνεται μεγάλη πέτρα και σταδιακά γίνεται δύσκολο να δοθεί στον επόμενο. Αλλάζουμε την κατεύθυνση και το πετραδάκι γίνεται ελαφρύτερο.

## 4. Από την καταστροφή στην δημιουργία (20΄)

Η καταστροφή είναι απόλυτο και καθημερινό φυσικό και κοινωνικό φαινόμενο. Δεν μπορούμε να την αποφύγουμε, αλλά μπορούμε να την διαχειριστούμε. Η καταστροφή δεν είναι το τέλος, αλλά η απαρχή μιας νέας δημιουργίας.

### Στόχοι

Να βιώσουν τη μετατροπή της καταστροφής σε δημιουργία

Να δεχτούν και εκτιμήσουν τη συμπαράσταση από τους συναδέλφους τους

### **Διαδικασία**

Ατομικά, χρωματίζουν ένα χαρτί με ότι χρώμα ή χρώματα επιλέγουν (4-5 λεπτά). Μόλις τελειώσουν, τους ζητάμε να το σκίσουν σε κομματάκια. Αυτό είναι συνήθως επώδυνο. Πρέπει όμως να κρατήσουν όλα τα κομμάτια. Ανταλλάσσουν τα κομματάκια τους με άλλους (συνήθως το βρίσκουν ενδιαφέρον). Τώρα με τα κομμάτια που έχουν (δικά τους και των συναδέλφων) μπορούν να φτιάξουν πάνω σε νέα κόλλα χαρτί μια νέα σύνθεση - κολλάζ (με γόμα). Μπορούν να επι-ζωγραφίσουν (π.χ. μαρκαδόρους), να κάνουν τρεις διαστάσεις, γενικά είναι ελεύθεροι να δημιουργήσουν μια σύνθεση. Η σύνθεση αυτή αναρτάται για κάποιο χρονικό διάστημα.

Ρωτάμε στο τέλος ποια από τις δυο εργασίες τους ενδιέφερε πιο πολύ και γιατί.

## **5. Αντιμετωπίζοντας την ταυτότητα (50΄)**

\*Μόνο για ενήλικες

### **Στόχοι**

Να διατυπώσουν διαστάσεις της ταυτότητάς τους.

Να εντοπίσουν την αλλαγή σε αυτές τις διαστάσεις σε συνάρτηση με διάφορους παράγοντες.

### **Διαδικασία**

Καθένας παίρνει χαρτί και μολύβι και ζωγραφίζει το προφίλ του προσώπου του/ της στο χαρτί (μόνος ή με τη βοήθεια κάποιου άλλου). Οι μετέχοντες δείχνουν διάφορες πλευρές της προσωπικότητάς τους όπως οι ίδιοι τα νομίζουν (τα στοιχεία αυτά πρέπει να μπουν μέσα στο ζωγραφισμένο πρόσωπο) και πώς οι άλλοι μπορεί να τους βλέπουν (τα στοιχεία αυτά μένουν έξω από το ζωγραφισμένο πρόσωπο). Πρέπει να δοθεί αρκετός χρόνος γι' αυτό για να προσπαθήσουν να σκεφτούν μέσα από τα διάφορα στοιχεία που αποτελούν την ταυτότητα (οικογένεια, εθνικότητα, μόρφωση, φύλο, θρησκεία, ρόλοι, ομάδες όπου ανήκουν...) Πρέπει να ενθαρρύνονται να σκεφτούν τόσο για πλευρές της προσωπικότητάς τους που συμπαθούν, όσο και για πλευρές που αντιπαθούν.

Ως δεύτερο βήμα οι συμμετέχοντες σκέφτονται για:

-Τη σχέση μεταξύ αυτά που βλέπουν και αυτά που οι άλλοι μπορεί να βλέπουν, ως επίσης και για τη σχέση μεταξύ των διάφορων πλευρών (μπορεί να εκφραστεί με ενωτικές γραμμές).

-Την εξέλιξη των διάφορων πλευρών/ στάσεων κατά τη διάρκεια της ζωής τους και τους παράγοντες γι' αυτό (μπορούν να το δείξουν με χρώματα τονίζοντας τις διαφορές στιγμές της ζωής, ή με ενδείξεις πάνω σε ένα



«χρονοδιάγραμμα» που θα κάνουν δίπλα στο πρόσωπο, ή με διάφορα μπαλονάκια...)

Ζητάτε από τους συμμετέχοντες να σχηματίσουν μικρές ομάδες (το πολύ πέντε μέλη) και να ανταλλάξουν προσωπικά τις σκέψεις τους, αλλά μόνο στο βαθμό που επιθυμούν: Πώς βλέπουμε τον εαυτό μας; Πώς μας βλέπουν οι άλλοι; Τι με επηρεάζει; Ποια είναι τα σημεία αναφοράς μου; Πώς αλλάζουν οι αντιλήψεις και η συμπεριφορά με τον καιρό και γιατί; Ποιες δυναμικές μπορώ να αντιληφτώ ως αλλαγές και πώς αυτές συνδέονται; Πώς αντιμετωπίζω στοιχεία της προσωπικότητάς μου που δεν μου αρέσουν και από πού προέρχονται; Τι σχέση βλέπω ανάμεσα στις διάφορες πλευρές;

Η ανταλλαγή θα πρέπει να παραμείνει στις μικρές ομάδες, όμως κάποιες γενικές παρατηρήσεις μπορούν να συνοψισθούν ενώπιον όλων.

Πιθανές ερωτήσεις: Πώς χειριζόμαστε τις δικές μας και των άλλων αντιλήψεις για τον εαυτό μας; Σε ποιο βαθμό είναι η ταυτότητα μια «δυναμική έννοια» και ποιοι οι παράγοντες που επιφέρουν αλλαγές; Τι σ' αυτή την ομάδα συγκρούεται με την ταυτότητά μου; Ποιες επιρροές από την κοινωνία συγκρούονται με την ταυτότητά μου και πώς συνδέονται; (συζήτηση για την εθνικότητα, μειονότητες...) Θέματα που θα μπορούσαν να εξεταστούν: «αντίληψη και στερεότυπα», «ταυτότητα και συγκρούσεις», «έρευνα για τα στοιχεία του πολιτισμού»

Σημείωση: «Η ταυτότητα» είναι ζωτικό στοιχείο της διαπολιτισμικής παιδείας, αλλά δεν είναι εύκολο να το χειρίζεται κανείς. Είναι σημαντικός ο σεβασμός προς τις προσωπικές διαφορές και όρια, πρέπει να δίδεται μεγάλη προσοχή όταν γίνονται συνοψίσεις. Καλύτερα να μοιραστούμε τις δικές μας ιστορίες, εάν είναι δυνατό, παρά να ερμηνεύουμε αυτές των άλλων. Πρέπει να δοθεί μπόλικος χρόνος (με σεβασμό προς τη διαφορετική ταχύτητα των διαφόρων ανθρώπων) για ατομική εργασία και πρέπει να δημιουργηθεί άνετη ατμόσφαιρα. Τα στοιχεία που ανακαλύπτονται εδώ πρέπει να σεβαστούν άνευ όρων και ποτέ να μην αναφέρονται με προσωπικό τρόπο, αλλά μπορούν να είναι σημαντικές ενδείξεις για να ενθαρρύνονται οι άνθρωποι να συνεχίσουν τις ανακαλύψεις τους ή να υποδείξουν θέματα, τα οποία η ομάδα να εξετάσει περαιτέρω.

Πηγή: Προσαρμογή από "EYC Course on Intercultural learning June 1998". Από το βιβλίο Intercultural learning T-kid. Council of Europe publishing November 2000.

## **6. Κάρτες νέων ταυτοτήτων (20')**

### **Στόχοι**

Να κατανοήσουν τη διαφορετικότητα στην καθημερινή ζωή τους.

Να μελετήσουν τις προκλήσεις σε μια κοινωνία γεμάτη διαφορές.

Να δουν τον κόσμο γύρω τους μέσα από μια άποψη που διαφέρει από τη δική τους.

Να αμβλύνουν τις προκαταλήψεις που πιθανόν έχουν για μια ομάδα.

### **Διαδικασία**

\*Θα πάρουν μαζί τους ατομικά τις πιο κάτω ερωτήσεις στο τέλος της συνάντησης και θα τις φέρουν για συζήτηση στην επόμενη συνάντηση.

Βάλτε τις κάρτες (ακολουθεί ένα δείγμα), τις οποίες έχετε συμπληρώσει από πριν, ανάποδα μέσα σ' ένα κουτί και περιφέρεστε καλώντας τους συμμετέχοντες να διαλέξουν μία. Οι συμμετέχοντες πρέπει να επιστρέψουν την κάρτα τους, αν αυτό που γράφει περιγράφει τον εαυτό τους και να διαλέξουν μία άλλη. Η κάρτα είναι προσωπική και κανένας δεν πρέπει να μιλήσει ή να εξηγήσει για το περιεχόμενο της κάρτας του.

Δώστε στους συμμετέχοντες τις ερωτήσεις καρτών (ακολουθεί ένα δείγμα). Δώστε τους οδηγίες πως πρέπει να τις απαντήσουν μέχρι την επόμενη συνάντηση έχοντας «ζήσει» όλο αυτό το διάστημα, ταυτίζοντας τον εαυτό τους με την ταυτότητα του ατόμου που περιγράφει η κάρτα. Χρόνος προετοιμασίας 10'.

Ερωτήσεις για συζήτηση στην επόμενη συνάντηση

Πως αισθανθήκατε συμμετέχοντας σ' αυτή τη δραστηριότητα;

Ποιες ερωτήσεις (αν υπήρξαν) σας έκαναν να νιώσετε κάπως άβολα;

Υπήρξαν κάποιες κάρτες πιο «ισχυρές» από άλλες;

Συνειδητοποιώντας πως αυτή η άσκηση ήταν μία απλή εξομοίωση, ήσασταν ικανοί να «μπείτε στο πετσί» της ζωής κάποιου άλλου;

### ΤΑΥΤΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΑΝΑΓΡΑΦΟΝΤΑΙ ΣΤΙΣ ΚΑΡΤΕΣ

Τσιγγάνος - Μετανάστης - Φορέας του AIDS -  
Ανατολικοευρωπαίος. - 75 χρονών ηλικιωμένος - Αφρικανός -  
Κουφός - Τουρκοκύπριος - Εβραίος - Γυναίκα - Άντρας. -  
Μουσουλμάνος - Εθισμένος στα ναρκωτικά. - Χρήστης αναπηρικής  
καρέκλας. - Gay/Lesbian. - Άτομο με νοητικές δυσκολίες.

### Δείγμα ερωτήσεων που θα κληθούν να απαντήσουν

Από αυτή τη στιγμή θεώρησε πως είσαι ένας άλλος άνθρωπος, πολύ διαφορετικό απ' ότι είσαι τώρα. Φαντάσου πως και πόσο θα ήταν διαφορετική η ζωή σου. Σκέψου τις προσαρμογές που θα χρειαστεί να κάνεις στη ζωή σου και πόσο θα διαφοροποιηθεί η

άποψη σου πάνω σε μερικά πράγματα. Αφού έχεις αποδεχτεί την νέα σου ταυτότητα, απάντησε στις παρακάτω ερωτήσεις, όσο πιο ελεύθερα από προκαταλήψεις μπορείς.

1. Γράψε τουλάχιστον 5 τρόπους με τους οποίους πιστεύεις ότι θ' αλλάξει η ζωή σου.

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

2. Τι αλλαγές στον χαρακτήρα ή στη συμπεριφορά σου πιστεύεις ότι θα προκύψουν;

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

3. Πρόβλεψε, φαντάσου πώς οι άλλοι θα ανταποκρίνονται σε σένα. Σκέψου ιδιαίτερα τις συμπεριφορές των ατόμων από το πιο κοντινό σου περιβάλλον, οικογένεια, στενοί φίλοι, συνεργάτες στη δουλειά και στη κοινωνία σαν σύνολο.

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

4. Με τη νέα σου αυτή ταυτότητα, πιστεύεις πώς θα είχες περισσότερη δύναμη στη δουλειά σου, στην κοινωνία;

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

5. Με τη νέα σου αυτή ταυτότητα τι πιστεύεις πώς έχεις να προσφέρεις στην κοινωνία το οποίο δεν μπορούσες να προσφέρεις πριν;

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

6. Τι θα χρειαστείς και/ή περιμένεις από τους άλλους το οποίο δεν θα χρειαζόσουν πριν;

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

7. Με τη νέα σου ταυτότητα θα είχες περισσότερα προβλήματα να ζήσεις στη γειτονιά της επιλογής σου;

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

8. Πιστεύεις πως θα ήσουν ευτυχισμένος με τη νέα σου ταυτότητα;

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

9. Με μία λέξη, πώς θα περιέγραφες τα αισθήματα σου συμμετέχοντας σ' αυτή τη δραστηριότητα;

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

## **Ε. Έκφραση συναισθημάτων, θυμός και διαχείρισή του**

### **1. Τζίνι (30΄)**

#### **Στόχοι**

Να επισημαίνουν τις ανάγκες και τα συναισθήματά τους.

Να εξωτερικεύσουν τις ανάγκες και τα συναισθήματά τους.

#### **Διαδικασία**

Ο καθένας έχει στη διάθεση του ένα φύλο Α4, όπου σχεδιάζουν ένα μεγάλο κύκλο στη μέση της σελίδας (ο κύκλος με τις ανησυχίες μου).

Μέσα στον κύκλο αυτό, ενθαρρύνονται να ζωγραφίσουν αυτό που τους ανησυχεί περισσότερο ή τα/το πρόβλημα που τους απασχολεί περισσότερο.

Πείτε τους να μοιραστούνε τις σκέψεις τους στην ολομέλεια:

- ❖ Ήταν δύσκολο να ζωγραφίσετε αυτό; Γιατί;
- ❖ Ποια είναι η μεγαλύτερη ανησυχία σας;

Συνεχίζουμε ρωτώντας: Τι μπορούμε να κάνουμε για να σταματήσουν να μας ενοχλούν οι ανησυχίες μας; Μπορούμε να δημιουργήσουμε ένα μικρό βοηθό να αντιμετωπίσει τις ανησυχίες μας! Πώς; Μα με τη φαντασία. Κλείστε τα μάτια σας, ηρεμήστε και φανταστείτε, σκεφθείτε ένα πλασματάκι, ζώο, άνθρωπο, φανταστικό πλάσμα (Τζίνι) κτλ., το οποίο μπορεί να ικανοποιήσει τις ανάγκες σας και τα αισθήματά σας. Π.χ. το Τζίνι αφαιρεί τους ιούς από τον υπολογιστή, όταν είμαι θυμωμένος με πηγαίνει σε ένα μαγικό - ήρεμο τόπο όπου γαληνεύω, κάνει κάποιες από τις δουλειές μου, κτλ.». Κάθε φορά που βρίσκεστε αντιμέτωποι με τις ανησυχίες σας, αυτό που έχετε να κάνετε είναι να ζωντανέψετε το μικρό σας βοηθό.

Ατομικά ζωγραφίζουν το μαγικό Τζίνι (5΄).

Σε ομάδες των 4 -6 μελών συζητούν τα Τζίνια τους, ανταλλάσσουν τις ανάγκες και συναισθήματά τους (10 λεπτά).

Σε ζεύγη συζητούν, συνθέτουν και φτιάχνουν θεατρικό. Στη συνέχεια, όσα ζεύγη επιθυμούν, παίζουν στην ολομέλεια το θεατρικό τους (ο ένας υποδύεται το Τζίνι, ο άλλος ζητά να ικανοποιηθούν οι ανάγκες και τα συναισθήματα).

Ερωτήσεις στην ολομέλεια:

Πώς ένιωσε σαν Τζίνι; Πώς ένιωσε μετά τη βοήθεια που δέχτηκε από το Τζίνι; Σας είναι εύκολο να ζητάτε κάτι από τους άλλους;

Σημείωση: Αναφορά στις θεότητες/ φύλακες του ύπνου (αυτοσυγκέντρωσης) στην αρχαία Ελλάδα.

## **2. Προσωπικά αντικείμενα (20΄)**

### **Στόχοι**

Να δώσει την ευκαιρία στους συμμετέχοντες να διαλέξουν κάτι σημαντικό που θέλουν να μοιραστούν με την υπόλοιπη ομάδα.

Προαγωγή κατανόησης και εμπιστοσύνης μέσα στην ομάδα.

### **Διαδικασία**

Η άσκηση δεν μπορεί να εφαρμοστεί κατά την πρώτη και τελευταία συνάντηση. Ζητείστε από όλα τα μέλη να φέρουν στην επόμενη συνάντηση ένα προσωπικό αντικείμενο που αγαπούν και που τους βοηθάει να περιγράψουν τον εαυτό/ την ταυτότητα τους. Εάν κάποιος/ α ξεχάσει να φέρει ένα αντικείμενο ρωτείστε τον/την τι θα ήθελε να είχε φέρει.

Στην επόμενη συνάντηση καλείται έναν - έναν να περιγράψει το αντικείμενο του, να διηγηθεί την ιστορία του και τη σύνδεση που έχει μαζί του. Σιγουρευτείτε ότι αντικείμενα που έχουν σχέση με την εθνική/ πολιτιστική παράδοση κάποιου να μην υποβιβάζονται/ υποτιμώνται (αναφορές σε κουστούμια, φαγητό κτλ.). Επίσης να είστε ιδιαίτερα ευαίσθητοι στην προσωπική φύση που έχουν τα θέματα που συζητούνται. Μερικοί στην ομάδα θα φοβούνται περισσότερο από άλλους να ρισκάρουν.

Ερωτήσεις για συζήτηση:

Σας ήταν εύκολο να διαλέξετε ένα αντικείμενο; Γιατί; Τι άλλα αντικείμενα θα φέρνατε;

Είχε κανείς κανένα ενδοιασμό στο να φέρει το δικό του/ της αντικείμενο; Γιατί;

Φοβόσασταν τι θα πει ο κόσμος εάν μαθαίνανε για αυτό το αντικείμενο;

Μάθατε κάτι για τον εαυτό σας διαλέγοντας αυτό το αντικείμενο;

Ποιος είναι ο σκοπός αυτής της άσκησης;

## **3. Το πρόσωπο των συναισθημάτων (10΄)**

### **Στόχοι**

Να διακρίνουν συναισθήματα και να τα ονομάζουν.

### **Διαδικασία**

Ο καθένας με τη σειρά στον κύκλο επιλέγει ένα συναίσθημα και το εκφράζει στο πρόσωπό του: πώς φαίνομαι όταν είμαι θυμωμένος, πώς φαίνομαι όταν είμαι απογοητευμένος, τι κάνω όταν βαριέμαι, όταν είμαι ανυπόμονος, προσβεβλημένος, υπερήφανος για τον εαυτό μου, συγκινημένος, κλπ.

Οι υπόλοιποι υποθέτουν ποιο συναίσθημα επιδεικνύεται κάθε φορά και το ανακοινώνουν.

#### **4. Καθρέπτης συναισθημάτων (10')**

##### **Στόχοι**

Να εντοπίσουν τις διαφορετικές εκφράσεις που μπορεί να πάρει το πρόσωπο ανάλογα με τα συναισθήματα.

Να συζητήσουν την αξία αυτών των εκφράσεων αυτών στην επικοινωνία.

##### **Διαδικασία**

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ζευγάρια (Α και Β). Όταν δοθεί το σήμα, ο συμμετέχων/ουσα Α αλλάζει τις εκφράσεις του προσώπου εκφράζοντας ποικίλα συναισθήματα. Ο/η Β προσπαθεί να μιμηθεί τον Α ταυτόχρονα σαν να ήταν ο Β η εικόνα του Α σ' έναν καθρέπτη. Μετά από 2-3 λεπτά οι ρόλοι αλλάζουν. Υπενθυμίστε τους πως δεν πρέπει να χρησιμοποιούν τα χέρια τους ή κάποιο άλλο μέλος του σώματος τους, μόνο το πρόσωπό τους

Ερωτήσεις προς συζήτηση στην ολομέλεια:

Πως ένιωσαν ο Α και ο Β αντίστοιχα στους ρόλους που είχαν.

Τι τους άρεσε.

Τι δεν τους άρεσε.

Τι τους ήταν δύσκολο.

#### **5. Πλάτη - πλάτη (15')**

##### **Στόχοι**

Να αναγνωρίζουν συναισθήματα ανάλογα με την κίνηση του σώματος.

##### **Διαδικασία**

Ζευγάρια κάθονται πλάτη με πλάτη αγγίζοντας ο ένας τον άλλο με όλη την επιφάνεια της πλάτης τους. Όταν δίνεται το σήμα, ο Α πρέπει να εκφράσει ένα συναίσθημα στον Β μόνο με τη χρήση της πλάτης του. Όταν η μετάδοση αυτού του συναισθήματος τελειώσει από τον Α, ο Α λέει «Τέλος». Μπορείτε να τους προτείνετε να διαλέξουν ένα από τα παρακάτω 4 συναισθήματα:

Χαρά, λύπη, θυμό, φόβο απογοήτευση, αδικία.

Έτσι, ο Α πρέπει να διαλέξει τι και πως θα το εκφράσει. Όταν ο Α τελειώσει, τότε αλλάζουν ρόλους. Καλό θα ήταν να αλλάζαν ρόλους τουλάχιστον 4 φορές μεταξύ τους, ο Α και ο Β.

Ερωτήσεις στην ολομέλεια:

Σε τι διαφέρουν οι «παίχτες» και σε τι μοιάζουν;

Ποιες αλλαγές παρατηρήσατε στο σώμα;

Κατάφεραν να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα τους;

Πως ένοιωσαν παίζοντας αυτό το παιχνίδι;

## **6. Από τι θυμώνουμε και πώς το καταλαβαίνουμε (20΄)**

### **Στόχοι**

Να αναγνωρίζουν το θυμό τους και το θυμό των άλλων.

Να εντοπίζουν αιτίες που τον προκαλεί.

### **Διαδικασία**

Ατομικά: Τους δίνεται χαρτί στο οποίο υπάρχει σχεδιασμένο το περίγραμμα ενός κεφαλιού και των ώμων. «Τι σας προκαλεί θυμό; Ποιες είναι οι αιτίες που σας προκαλούν θυμό; Από τι θυμώνουμε;» καταγράφουν τις περιπτώσεις γύρω από το ζωγραφισμένο κεφάλι.

Στον κύκλο: Ανακοινώνουν τις δηλώσεις τους, οι οποίες καταγράφονται σε μεγάλο παρόμοιο σχέδιο, το οποίο αναρτάται.

Ερωτήσεις:

Πως εξηγείται το ότι τα άτομα δε θυμώνουν για τις ίδιες αιτίες;

Πως εξηγείται το ότι κάτι μας θυμώνει μια μέρα ενώ την επομένη μας προκαλεί χαμόγελο;

Στη συνέχεια καλούμε μερικούς να δείξουν το θυμό με το σώμα τους (τεντωμένοι μύες, άγριο πρόσωπο, υγρά χέρια, ταχυκαρδία, κτλ.). Οι υπόλοιποι ονομάζουν τα χαρακτηριστικά. Τα καταγράφουμε γύρω από το σώμα, το οποίο σχεδιάζουμε σε συνέχεια του κεφαλιού στο ήδη αναρτημένο χαρτί.

## **ΣΤ. Ενεργητική ακρόαση**

### **1. Μπάλες - Μηνύματα (20΄)**

#### **Στόχοι**

Να αντιληφθούν ότι το σώμα αντιδρά αυτόματα με τη λήψη μηνυμάτων.

Να αποκτήσουν έλεγχο αυτών των αντιδράσεων.

Να ασκηθούν στον έλεγχο του ρυθμού και της διάρκειας των μηνυμάτων που δέχονται αλλά και που στέλνουν.

### **Διαδικασία**

Η ολομέλεια χωρίζεται σε τρεις ομάδες των 6 - 8 μελών. Δίνουμε σε κάθε ομάδα μια μπάλα και τους καλούμε να αρχίσουν να την ρίχνουν ο ένας στον άλλο και να δημιουργήσουν ένα σταθερή ροή ρίψεων. Κάθε μέλος ρίχνει πάντα την μπάλα στον ίδιο συμπαίκτη, λέγοντας ταυτόχρονα το όνομά του.

Μόλις αποκατασταθεί η ροή, δίνουμε σε κάθε ομάδα και δεύτερη μπάλα και μόλις σταθεροποιηθεί η ροή ρίψεων δίνουμε και τρίτη, ίσως και τέταρτη.

Συνήθως, με την αύξηση των μπάλων ο ρυθμός ρίψεων αντί να επιβραδυνθεί επιταχύνεται.

Σταματάμε το παιχνίδι και συζητάμε τα προβλήματα που εμφανίστηκαν. Αποσαφηνίζουμε το συμβολισμό των ρίψεων με την μπάλα (= μηνύματα στην καθημερινή ζωή μας).

Κάποιες ερωτήσεις, όπως:

Γιατί χάνονταν πολλές ρίψεις της μπάλας;

Όταν στέλνουμε μηνύματα απανωτά, προλαβαίνουν οι άλλοι να τα συλλάβουν;

Ποιες λύσεις μπορεί να υπάρχουν για καλύτερη επικοινωνία; (π.χ. ειδοποιούμε τον αποδέκτη, επιβραδύνουμε, κτλ.).

## **2. Φτωχοί ακροατές (10')**

### **Στόχοι**

Να διατυπώνουν τα συναισθήματα που νιώθουν όταν δεν τους ακούν και τις αντιδράσεις τους.

### **Διαδικασία**

Οι μαθητές κάθονται στο πάτωμα σε κύκλο, και ένας εθελοντής αφήνει το δωμάτιο ενώ οι άλλοι συμφωνούν σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο θα συμπεριφερθούν ως κακοί "ακροατές". Κάθε ένας επιλέγει να παρουσιάσει σαφώς έλλειψη ενδιαφέροντος και έλλειψης προσοχής στον "ομιλητή". Να κοιτάζουν στην άλλη κατεύθυνση, να ξύνονται, να καθαρίζουν τα νύχια τους, να εξετάζουν το ρολόι τους, να βήχουν, κτλ. Ο ομιλητής μετά την επιστροφή του στην αίθουσα, να καθίσει στη μέση του κύκλου, να επιλέξει την πιο ενδιαφέρουσα ταινία που έχει δει πρόσφατα ή να πει κάτι ευχάριστο από τη ζωή του (γενέθλια, εκδρομή, κτλ) και να αρχίσει να μιλά. Διακόπτουμε το παίξιμο ρόλου μετά από σύντομο χρόνο και όλοι οι ακροατές χειροκροτούν τον ομιλητή/ τρια.

Ερωτήσεις για τους ακροατές:



Πώς νομίζετε ότι αισθάνθηκε αυτός που μιλούσε ενώ εσείς δεν τον ακούγατε; Εάν ήσαστε ο ομιλητής, πώς θα είχατε αντιδράσει;

Ερωτήσεις για τον ομιλητή:

Πώς αισθάνθηκες; Τι αισθάνθηκες ότι κάνεις όταν κανένας δε σε άκουγε;

Πώς θα μπορούσες να περιγράψεις όταν κάποιος δεν άκουγε;

### 3. Κανόνες της ενεργητικής ακρόασης (35΄)

*Η πλειοψηφία των ανθρώπων προτιμά να μιλά μάλλον παρά να ακούει. Επιπλέον, οι άνθρωποι καθώς κάποιος μιλά, σκέφτονται τι να πουν μόλις ο ομιλητής θα σταματήσει. Ή τον/ την διακόπτουν στη μέση της πρότασης. Αυτό το είδος συμπεριφοράς βιώνεται ως ταπείνωση ή ως προσωπική προσβολή. Μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές παρανοήσεις. Εάν δεν ακούμε αυτό που είναι σημαντικό, μπορεί να ενεργήσουμε άπρεπα. Οι γονείς συχνά δεν ακούνε τα παιδιά τους. Αφ' ετέρου, τα παιδιά δεν έχουν τη συνήθεια να ακούει το ένα το άλλο. Είναι πολύ σημαντικό να ακούει και είναι απαραίτητο να ξέρει πώς να το κάνει. Τι κάνουν αυτοί που ξέρουν να ακούν; Προ πάντων, ας δούμε τι δεν κάνουν!*

#### Στόχοι

Να αναγνωρίζουν σημάδια που δείχνουν πότε ο ακροατής τους τους ακούει και πότε δεν τους ακούει.

Να συνεισφέρει με τις ιδέες του στους κανόνες ενεργητικής ακρόασης.

#### Διαδικασία

##### 1<sup>η</sup> φάση

Οι μαθητές μοιράζονται σε δύο ομάδες και κάθονται σε δύο ομόκεντρους κύκλους: τα ζευγάρια κάθονται κοιτάζοντας ο ένας τον άλλο.

Με ένα σινιάλο εκείνοι στον εξωτερικό κύκλο αρχίζουν μια ομιλία σε ένα από τα θέματα πιο κάτω. Εκείνοι στον εσωτερικό κύκλο ακούν μόνο, δε μιλούν. Κατόπιν χρησιμοποιώντας το ίδιο θέμα εκείνοι στον εσωτερικό κύκλο μιλούν και εκείνοι στον εξωτερικό κύκλο ακούν μόνο. Οι ακροατές δεν πρέπει να διακόψουν, δεν πρέπει να πουν ("και γιατί έκανες..."), δεν πρέπει να δώσουν συμβουλές και υποστήριξη "θα μπορούσες να είχες..." ή "πρέπει να είχες..." και ούτε πρέπει να αναφέρουν την εμπειρία τους ("λοιπόν εγώ θα ...").

Το θέμα της συνομιλίας καλύτερα να έχει έναν προσωπικό χαρακτήρα: οι μαθητές μπορούν να μιλήσουν για μια ευχάριστη ή δυσάρεστη εμπειρία τους, για μια φίλια ή μια επιτυχώς ολοκληρωμένη υποχρέωσή τους, κλπ. Μιλούν με τη μορφή «οι δικές μου δηλώσεις» λέγοντας πώς αισθάνθηκαν όταν συνέβησαν αυτά και αυτά ... (2 θέματα το πολύ).

Παραδείγματα θεμάτων συνομιλίας (υπάρχουν αναρτημένα από πριν).

- Το πιο χιουμοριστικό γεγονός που μου έχει συμβεί ποτέ.
- Περίπτωση που ήμουν πιο θυμωμένος από ποτέ.
- Φανταστείτε ότι είστε ένας παντοδύναμος βασιλιάς/ βασίλισσα.
- Τι θα κάνατε για τους συμμαθητές σας ή τους ανθρώπους της πόλης σας;

- Ποια θα ήταν τα πιο αγαπημένα γενέθλιά μου;

Κατόπιν ο καθένας θα πρέπει να επαναλάβει τι άκουσε από το συνεργάτη του. Πρέπει να αρχίσει με την πρόταση: "Εάν κατάλαβα σωστά είπες .." Με άλλα λόγια, ο συνεργάτης πρέπει να παραφράσει, δηλ. να επαναλάβει με δικές του λέξεις (τα σημαντικότερα συναισθήματα και γεγονότα) αυτά που έχει ακούσει. Αυτό βοηθά τον ακροατή να διαπιστώσει εάν οι σκέψεις του/ της διαστρεβλώθηκαν και βοηθά και τον ομιλητή για να δει το πρόβλημά του/ της σαφέστερα. Μετά οι ρόλοι στο ζευγάρι αλλάζουν.

Συζήτηση και ανατροφοδότηση:

Ποιο ήταν πιο ευχάριστο, να ακούς ή να μιλάς; Πώς ξέρατε ότι ο συνεργάτης σας σας άκουγε; Ποιο ήταν το πιο ενδιαφέρον θέμα για να μιλήσετε; Ικανοποιηθήκατε με την παράφραση της ιστορίας σας που έκανε ο συνεργάτης σας;

## 2<sup>η</sup> φάση

Αναλογίσου όλα που θα μπορούσες να είχες κάνει αλλά δεν έκανες κατά τη διάρκεια της πιο πάνω άσκησης.

Τα παιδιά κατανέμονται σε τρεις ομάδες συζητούν και γράφουν σε ένα μεγάλο χαρτί όλες τις απαντήσεις τους και μετά τις συγκρίνουν παρουσιάζοντάς τες στον κύκλο. Παραδείγματος χάριν: Δε διακόπτομε, δεν πετάμε μια λέξη, μια προσβολή, έναν εμπαιγμό, μια κοροϊδία, μια μίμηση για αυτά που ακούγαμε, κλπ. Με βάση αυτά μπορούμε να ολοκληρώσουμε για το τι κάνει ένας καλός ακροατής:

Δε διακόπτει

Κοιτά στα μάτια το πρόσωπο που μιλά

Δε βάζει λέξεις στο στόμα του ομιλητή

Δεν προσβάλλει

Δε μιλά για τον εαυτό του

Αφήνει διάστημα σιωπής και δίνει χρόνο στον ομιλητή να εκφραστεί

Ανταποκρίνεται και εκφράζεται σε αυτά που άκουσε

Μένει στη θέση του/ της

Δέχεται αυτά που λες

Δεν επεμβαίνει ούτε βοηθά καθώς ο ομιλητής μιλά

Χαμογελά

Ενθαρρύνει με χειρονομίες και εκφράσεις του προσώπου

Υποστηρίζει με την παρουσία του

Δεν κοροϊδεύει ούτε ταπεινώνει τον ομιλητή  
Δεν αντιδρά με εξυπνάδες και αυθάδεια

Ο συνοπτικός πίνακας αναρτάται. Ταυτόχρονα αναρτάται και ο πίνακας «Κανόνες ενεργητικής ακρόασης» (ακολουθεί).

### Κανόνες ενεργητικής ακρόασης

*Ακούτε, ακόμη κι αν δε συμφωνείτε...*

Τι δεν κάνει ο καλός ακροατής	Τι κάνει ο καλός ακροατής
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ <b>Διακοπή.</b> Η καλή επικοινωνία δεν είναι δυνατή όταν οι άνθρωποι διακόπτονται πριν τελειώσουν.</li><li>✓ <b>Περιφρόνηση.</b> Μια κλασική μορφή περιφρόνησης είναι απλά το να μη δίνεις προσοχή.</li><li>✓ <b>Σαρκασμός.</b> Ο σαρκασμός είναι ένας πραγματικός επικοινωνιακός δολοφόνος.</li><li>✓ <b>Προσβολές \ κοροϊδίες.</b> Οι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν κατά μέτωπο τις συγκρούσεις συχνά καταφεύγουν σ' αυτήν την τακτική. Οι προσωπικές επιθέσεις ανεβάζουν το επίπεδο εχθρότητας και αυξάνουν τις πιθανότητες βίας.</li><li>✓ <b>Γενίκευση.</b> Πρόκειται για τη γενίκευση στη συμπεριφορά ενός ατόμου: «πάντα το κάνεις αυτό» ή «ποτέ δεν το κάνεις αυτό».</li><li>✓ <b>Κριτική.</b> Συχνά σε μια συζήτηση ένα άτομο αναλαμβάνει αυθαίρετα το δικαίωμα να αποφασίσει αν οι άλλοι έχουν δίκιο ή άδικο, αν είναι καλοί ή κακοί, και τους το λέει.</li><li>✓ <b>Κατηγορία.</b> Με την κατηγορία υποτίθεται ότι αν υπάρχει ένα πρόβλημα ή μια σύγκρουση, κάποιος πρέπει να κατηγορηθεί. Για να</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ <b>Ενθάρρυνση.</b> Δείξε ότι ακούς πραγματικά.</li><li>✓ <b>Διευκρίνιση.</b> Κάνε ερωτήσεις για να επιβεβαιώσεις τι έχει πει ο ομιλητής: π.χ. «θα μπορούσες να μου πεις ποιο απ' αυτά τα πράγματα έγινε πρώτο;».</li><li>✓ <b>Αναδιτύπωση.</b> Αυτό δείχνει ότι ακούς και βοηθά για να τσεκάρεις γεγονότα και σημασίες: «έτσι, η Μ. σου είπε ότι θα τηλεφωνήσει αμέσως, αλλά σε πήρε δυο μέρες αργότερα».</li><li>✓ <b>Αντανάκλαση.</b> «Είπες ότι αυτό που έκανε η Μ. πόνεσε πολύ. Φαίνεται ότι ένιωσες πραγματικά ταπεινωμένος. Σωστά;».</li><li>✓ <b>Σύνοψη.</b> Επανεκφράστε τις κύριες ιδέες, θεματικές και αισθήματα που έχει εκφράσει ο ομιλητής. Αυτό παρέχει συνολική άποψη και μια βάση από την οποία να συνεχιστεί ο διάλογος, π.χ. «τα</li></ul>

<p>επικοινωνήσει κανείς και να λύσει προβλήματα, είναι σημαντικό να ξεφύγει από την ιδέα ότι κάποιος πρέπει να έχει το φταίξιμο. Η διαπίστωση κάποιων γεγονότων είναι αναγκαία αλλά η ερμηνεία χρειάζεται να γίνεται με ενεργητική ακρόαση.</p> <p>✓ <b>Δήλωση της γνώμης σαν γεγονός.</b> Λίγα πράγματα είναι πιο εξοργιστικά από το να ακούς κάποιον να δηλώνει μια γνώμη σαν να είναι η απόλυτη αλήθεια.</p>	<p>κύρια προβλήματα που έχεις λοιπόν μ' αυτό είναι...».</p> <p>✓ <b>Επικύρωση.</b> Δείξε εκτίμηση για τις προσπάθειες του ομιλητή. π.χ. «Πραγματικά χαίρομαι που μιλάμε», «Με κάνει να αισθάνομαι καλά που με εμπιστεύτηκες».</p>
---	---

## **Z. Είδη συγκρούσεων και διαχείρισή τους**

### **1. Στυλ συγκρούσεων (60΄)**

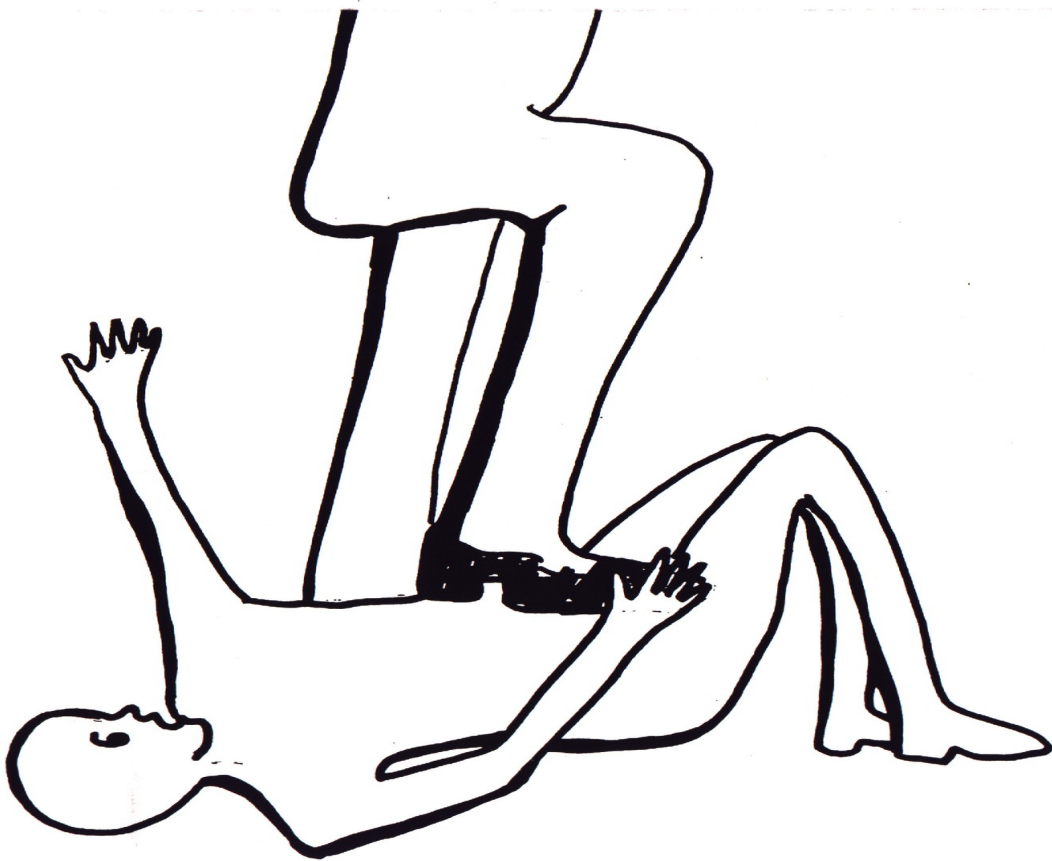
#### **Σκοπός**

Να γνωρίσουν τα είδη σύγκρουσης και τους τρόπους διαχείρισής τους.

#### **Διαδικασία**

Κάνουμε αναφορά στις συγκρούσεις ως αναπόφευκτο και αναγκαίο φαινόμενο στη ζωή μας. Έχουμε έτοιμα (ακολουθούν) από πριν τα είδη σύγκρουσης (σκίτσα ή εικόνες ή φωτογραφίες). Αναρτούμε ένα - ένα τα είδη και τα περιγράφουμε. Καλούμε τους συμμετέχοντες να δραματοποιήσουν σε ζεύγη το κάθε είδος εναλλάσσοντας ρόλους στο ίδιο ζεύγος. Οι υπόλοιποι παρακολουθούν. Μετά από κάθε δραματοποίηση συζητάμε και καταγράφουμε πάνω στο σκίτσο: «ΤΙ ΚΕΡΔΙΖΟΥΜΕ» και «ΤΙ ΧΑΝΟΥΜΕ» σε κάθε περίπτωση. Επιμένουμε στην έκφραση των συναισθημάτων.

Τα σημαντικότερα είδη είναι: «Φεύγω και αποφεύγω», «Γίνομαι χαλί να με πατήσεις», «Επιτίθεται ο ένας στον άλλο», «Καλούμε έναν τρίτο να μας λύσει το πρόβλημα», «Αναλύω το πρόβλημα και το συζητάμε». Υπάρχουν βέβαια συνδυασμοί των ειδών αυτών και ενδιάμεσες καταστάσεις.



Γίνομαι χαλί να με πατήσεις.





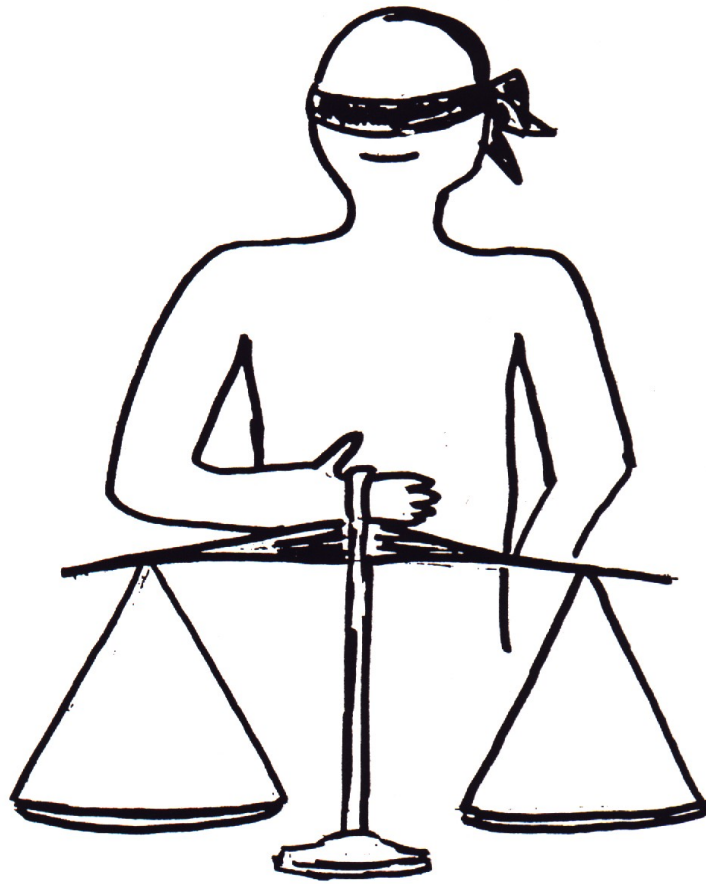
Φεύγω και αποφεύγω.



---

Επιτίθεμαι μέχρι τελικής εξόντωσης.





---

Φωνάζουμε έναν τρίτο να μας λύση το πρόβλημα.



Αναλύω το πρόβλημα και το συζητάμε.

## 2. Εκφοβισμός (30΄)

## **Στόχοι**

Η απόκτηση γνώσης και κατανόησης για τις αιτίες του bullying.

Η διερεύνηση τρόπων αντιμετώπισης του προβλήματος.

Η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης για τα θύματα του bullying.

## **Διαδικασία**

Εργασία σε ομάδες (ο αριθμός των μελών θα καθοριστεί με βάση τη σκηνή που θα παίξουν θέατρο). Ετοιμάζουν το θέατρό τους με βάση το κείμενο που τους δίνεται (ακολουθούν πιο κάτω μερικά παραδείγματα). Δίνουν ένα τίτλο στο θεατράκι τους.

Στον κύκλο: Ζητούμε από κάθε ομάδα να παρουσιάσει τη σκηνή της. Μετά από κάθε ομάδα ακολουθούν οι ερωτήσεις:

- Ήταν οι σκηνές αρκετά ρεαλιστικές;
- Ποια λόγια βοήθησαν και ποια όξυναν την κατάσταση;
- Πόσο εύκολο είναι να μιλήσεις με ειλικρίνεια με ένα φίλο σου που έχει εκ- φοβηθεί;
- Ποιες τεχνικές θα μπορούσαν να έχουν θετική επίδραση και ποιες αρνητική;
- Ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να βρεις λύσεις, τις οποίες θα αποδεχόταν ένα θύμα εκφοβισμού;
- Τι μπορείς να κάνεις εσύ αν εκφοβηθείς;

## *Σκηνές για υπόδηση*

α) Ένας μαθητής μιλά στο δάσκαλο/ δασκάλα ή στο διευθυντή/ διευθύντρια του σχολείου και προσπαθεί να τους εξηγήσει ότι ένας συμμαθητής ή συμμαθήτρια τους ταλαιπωρείται από κάποιους. Ο διευθυντής είναι συντηρητικός και παραδοσιακός. Πιστεύει ότι οι κανονισμοί είναι χαλαροί και ότι γενικά η συμπεριφορά των νέων σήμερα είναι άσχημη . Ο δάσκαλος της τάξης δεν θέλει να αναλάβει ευθύνη για την κατάσταση. Άλλοι δάσκαλοι υποτιμούν το πρόβλημα και δεν θεωρούν ότι η κατάσταση είναι σοβαρή.

β) Μια ομάδα μαθητών προσπαθεί να μιλήσει σε ένα άλλο παιδί (φίλο τους) που ταλαιπωρεί ένα μικρότερο παιδί.

γ) Διάφοροι μαθητές συναντιούνται και μιλούν για κάποιο φίλο τους που ταλαιπωρείται πολύ από κάποιους μεγαλύτερους μαθητές. Θέλουν να βοηθήσουν το φίλο τους και προσπαθούν να σκεφτούν όλους τους πιθανούς τρόπους, λύσεις που θα μπορούσαν να τον βοηθήσουν.

# Η. Διαδικασία διαμεσολάβησης

## 1. Εισαγωγή στη διαμεσολάβηση (30΄)

### Στόχοι

Να εντοπίσουν παρακολουθήσουν τη διαδικασία διαμεσολάβησης.

### Διαδικασία

Έχουμε από πριν καλέσει δυο μέλη (ένα αγόρι Α και ένα κορίτσι Β) να «παιξουν» το πιο κάτω σχεδιασμένο επεισόδιο σύγκρουσης.

Καθώς κάθονται, η Α πατάει «κατά λάθος» το πόδι του Β. Ο Β την σπρώχνει ελαφρά λέγοντας απότομα:

- Πρόσεχε πού πατάς!

Η Α σηκώνεται και φωνάζει στον Β:

- Γιατί με σπρώχνεις; Κατά λάθος σε πάτησα! Θα σου ζητούσα συγγνώμη, αλλά είσαι βλάκας που με έσπρωξες.

Τον σπρώχνει βίαια και αυτή.

Ο Β παίρνει επιθετική στάση (γροθιές σφιγμένες, ορθάνοιχτα μάτια, μιλάει γρήγορα, κτλ.).

- Βλάκισα είσαι και φαίνεσαι! Δε φτάνει που με πάτησες, με βρίζεις κιόλας! Σαν την πάπια απλώνεις τα πόδια σου.

- Εγώ είμαι πάπια; Εσύ είσαι γορίλας. Βλάκα!

- Εμένα με λες γορίλα;

- Ναι εσένα!

- Είσαι πάπια!

- Γορίλα!

- Πάπια!

Επιχειρούν να έρθουν στα χέρια. Επεμβαίνει ο εκπαιδευτής χωρίς να ενημερώσει τους υπόλοιπους ότι πρόκειται για προσχεδιασμένο θέατρο. Καλεί τους συγκρουόμενους και αρχίζει αργά αργά τη διαδικασία διαμεσολάβησης. Οι υπόλοιποι παρακολουθούν.

Μόλις τελειώσει, ενημερώνει για το στημένο σκηνικό. Επαναλαμβάνει τη διαμεσολάβηση αργά αργά εξηγώντας κάθε φορά τι κάνει και γιατί. Ταυτόχρονα καλεί κάθε φορά όλους να πουν τη γνώμη τους. Η πιο κάτω διαδικασία διαμεσολάβησης βρίσκεται αναρτημένη από πριν και ο εκπαιδευτής διαβάσει πρώτα ένα βήμα και μετά προχωρεί ξανά στην εφαρμογή του.

## Διαδικασία διαμεσολάβησης

Αναρτάται σε χαρτί A1

1. Ζητάμε από κάθε εμπλεκόμενο να μας πει τα γεγονότα από τη σκοπιά του, ενώ ο άλλος ακούει χωρίς να διακόπτει.
2. Αφού μιλήσουν και οι δύο, ζητάμε να επαναλάβει ο καθένας τι είπε ο άλλος. Προσέχουμε να εστιαστούν στο πρόβλημα και όχι στο απέναντι πρόσωπο.
3. Κάνουμε περίληψη κάθε άποψης έτσι που να καταλάβει ο καθένας τη σκοπιά του άλλου.
4. Ρωτάμε για τα συναισθήματα του καθενός. Είναι σημαντικό να γνωρίσουν και οι δύο ότι και οι δύο υποφέρουν, ακόμα κι αν το εκφράζουν διαφορετικά.
5. Βρίσκουμε ένα σημείο συμφωνίας ακόμα κι αν φαίνεται πολύ μικρό, π.χ. το ότι και οι δύο στεναχωριούνται κι ότι και οι δύο χρειάζονται λύση. Κάποια κοινή πεποίθηση, κάποια κοινή αντίληψη.
6. Ζητάμε κι από τις δύο πλευρές να προσφέρουν ιδέες για το τι πρέπει να γίνει για να λυθεί το πρόβλημα. Βοηθάμε να αξιολογήσουν τις προτεινόμενες λύσεις και να δουν τι συνέπειες θα έχουν αυτές οι λύσεις και για τους δύο. Δεν πρέπει να υποτιμάμε τη δυνατότητα να βρουν λύση επειδή τους είδαμε θυμωμένους και ανίκανους να σκεφτούν. Αν έχουμε ακολουθήσει τα προηγούμενα βήματα με υπομονή είναι δυνατόν να σκεφτούν ψυχραιμότερα την καλύτερη λύση. Ως διαμεσολαβητές πρέπει να δείξουμε ότι εμπιστευόμαστε την καλύτερη πλευρά του εαυτού τους.
7. Ζητάμε να δεσμευτούν στο να δοκιμάσουν μια λύση και δίνουμε ένα χρονικό περιθώριο για να συζητήσουμε την επιτυχία ή όχι του σχεδίου που συμφώνησαν. Αν δεν πάει καλά, θα αναζητηθεί άλλο. Είναι σημαντικό να νοιώθουν ότι σε ένα βαθμό είναι κερδισμένοι και οι δύο. Ακόμα κι αν το ένα μέρος πρέπει να κάνει κάτι όχι ευχάριστο, πρέπει να υπάρχει κάποιο αίσθημα ανακούφισης και κοινής συμφωνίας.

## 2. Παίζουμε τους διαμεσολαβητές (60΄)

### Στόχοι

Να περιγράψουν επεισόδια σύγκρουσης και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους

Να ακούσουν την περιγραφή και τα συναισθήματα του άλλου μέρους

Να ακολουθούν τη διαδικασία διαμεσολάβησης

### Διαδικασία

Σε ομάδες των τεσσάρων μελών, στις οποίες απαραίτητα να βρίσκεται τουλάχιστον ένα αγόρι και ένα κορίτσι, να συζητήσουν ένα περιστατικό

σύγκρουσης στο σχολείο (να επινοήσουν ή μεταφέρουν κάτι πραγματικό). Να ορίσουν στην ομάδα ποιοι θα είναι ο διαμεσολαβητής (δύο) και ποιοι/ ποιες οι δύο συγκρουόμενοι. Τους δίδεται το φυλλάδιο «Οδηγίες για τους διαμεσολαβητές» και το συζητούμε στην ολομέλεια για λίγα λεπτά. Στη συνέχεια αρχίζουν τη διαδικασία ακολουθώντας τις οδηγίες τις οποίες κρατούν. Κατά τη διάρκεια παρουσίασης της κάθε ομάδας οι υπόλοιποι παρακολουθούν, σχολιάζουν, ερωτούν, κτλ.

Επαναλαμβάνουν τη διαδικασία με τα ίδια ή άλλα επεισόδια σύγκρουσης αλλάζοντας ρόλους. Σταδιακά σταματούμε να επεμβαίνουμε.

### **Οδηγίες για τους διαμεσολαβητές**

Μόλις εντοπίσετε έναν καυγά ή τσακωμό (σύγκρουση) στην αυλή ή στην αίθουσα, πηγαίνετε κοντά και με ευγένεια ζητάτε από τους συγκρουόμενους να σας ακολουθήσουν. Καλείτε αμέσως και το δεύτερο διαμεσολαβητή της τάξης σας. Αν οι συγκρουόμενοι δεν ανήκουν στην τάξη σας, επεμβαίνετε αλλά αμέσως καλείτε τους διαμεσολαβητές τους. Απαραίτητα οι συναντήσεις γίνονται στην αίθουσα της διαμεσολάβησης χωρίς **κανέναν άλλο**, εκτός από τους ενδιαφερόμενους.

Θα ακολουθήσετε τα πιο κάτω βήματα με αυστηρή σειρά. Προχωράτε αργά και με υπομονή. **ΔΕΝ** αφήνετε ούτε ένα βήμα πίσω. Αν διαπιστώσετε ότι δεν μπορείτε να προχωρήσετε στο επόμενο βήμα, επιστρέψτε στο προηγούμενο ή πάλι από την αρχή.

1° Θα επιλέξετε πρώτα τον πιο αναστατωμένο (α μαθητής) και θα τον ρωτήσετε: «Πες μας τι έγινε». **ΔΕΝ ΕΠΕΜΒΑΙΝΕΤΕ** με κανέναν τρόπο!

2° Μετά θα κάνετε την ίδια ερώτηση στον άλλο συγκρουόμενο (β μαθητής). **ΔΕΝ ΕΠΕΜΒΑΙΝΕΤΕ** με κανέναν τρόπο!

3° Στη συνέχεια θα καλέσετε τον α μαθητή να επαναλάβει τι είπε ο β. Αν δε θυμάται, καλείται το β μαθητή να πει ξανά τι έγινε.

4° Θα καλέσετε τον β μαθητή να επαναλάβει τι είπε ο α. Αν δε θυμάται, θα καλέσετε τον α μαθητή να πει ξανά τι έγινε.

5° Κάνετε μια περίληψη της κάθε άποψης (και του α και του β μαθητή) και ρωτάτε και τους δύο αν συμφωνούν με την περίληψη σας. Αν κάποιος διαφωνεί, διορθώνετε ανάλογα.

6° Ρωτάτε τον α μαθητή: «Πώς νιώθεις;» (τα συναισθήματά του). **ΔΕΝ ΕΠΕΜΒΑΙΝΕΤΕ** με κανέναν τρόπο, αλλά τον ενθαρρύνετε να μιλήσει.

7° Ρωτάτε το β μαθητή: «Πώς νιώθεις;» (τα συναισθήματά του). **ΔΕΝ ΕΠΕΜΒΑΙΝΕΤΕ** με κανέναν τρόπο, αλλά τον ενθαρρύνετε να μιλήσει.

8° Βρίσκετε με προσοχή ένα σημείο (ίσως περισσότερα) στο οποίο **είστε βέβαιοι** ότι συμφωνούν και οι δύο. Τους λέτε το κοινό σημείο. Π.χ.: «Παρατηρώ ότι και οι δύο είστε στενοχωρημένοι ή και οι δύο νομίζετε ότι αδικηθήκατε ή και οι δύο αισθάνεστε ότι ενοχληθήκατε ή και οι δύο θέλετε

μια λύση ή και οι δυο συμφωνείτε ότι δεν πρέπει να ενοχλούμε ο ένας τον άλλο», κτλ.

**9°** Ζητάτε κι από τους δύο (πρώτα τον ένα και μετά τον άλλο) να προσφέρουν κάποια ιδέα ή ιδέες για το τι πρέπει να γίνει για να λυθεί το πρόβλημα (βασικά το κοινό σημείο). Τους δίνετε χρόνο και τους ενθαρρύνετε να μιλήσουν. ΠΡΟΣΟΧΗ: **ΔΕΝ** προτείνετε εσείς τη λύση!!!

**10°** Επαναλαμβάνετε μία μία όλες τις ιδέες τους, έστω κι αν κάποια από αυτές είναι αρνητική. (Παράδειγμα αρνητικής πρότασης: «δε θέλω να του/της ξαναμιλήσω»). Τους ρωτάτε αν συμφωνούν με αυτά που λέτε εσείς. Αν όχι, διορθώνετε ανάλογα.

**11°** Τους καλείτε να συμφωνήσουν τουλάχιστον σε μια ιδέα/ πρόταση/ λύση του προβλήματος. Την επαναλαμβάνετε. Δείχνετε ξεκάθαρα ότι εμπιστεύεστε την πρότασή τους. Γράφετε την πρότασή τους στο σημειωματάριό σας.

**12°** Βοηθάτε να αξιολογήσουν τη λύση που πρότειναν και να δουν ποιες συνέπειες θα έχει και για τους δύο με ερωτήσεις, όπως: Σε τι θα σας βοηθήσει αυτό που συμφωνήσατε; Η πρότασή σας θα σας βοηθήσει ώστε να μην είστε στενοχωρημένοι, θυμωμένοι, κτλ.; Με αυτό τον τρόπο βοηθά ο ένα τον άλλο; Θα επιστρέψετε σε λίγο στη δουλειά σας, θα νιώθετε ήρεμοι; Η πρότασή σας θα σας βοηθά ώστε να μην έχετε παράπονο ο ένας από τον άλλο; Ακούτε μία μία τις απαντήσεις τους χωρίς να επέμβετε.

**13°** Ρωτάτε έναν έναν: «Νιώθεις ότι κάτι κέρδισες από τη συμφωνία σας;». Ακούτε την απάντηση χωρίς να επέμβετε.

Είναι σημαντικό να νοιώθουν ότι σε ένα βαθμό είναι κερδισμένοι και οι δύο. Ακόμα κι αν κάποιος από τους δύο πρέπει να κάνει κάτι όχι ευχάριστο, πρέπει να υπάρχει κάποιο αίσθημα ανακούφισης με την κοινή συμφωνία. **ΔΕΝ** προχωράτε στο βήμα 14, αν δεν υπάρχει κάποια ανακούφιση και από τους δύο.

Αν δεν υπάρχει ανακούφιση και από τους δύο, επιστρέψετε στο βήμα 9, τους καλείτε να σκεφτούν μια άλλη πρόταση και επαναλαμβάνετε τη διαδικασία. Επίσης, αν η πρότασή/ συμφωνία τους για λύση του προβλήματος είναι αρνητική, επιστρέψετε απαραίτητα στο βήμα 9 όσες φορές κι αν χρειαστεί.

**14°** Ζητάτε και από τους δύο να δεσμευτούν στο να δοκιμάσουν τη λύση που πρότειναν. Τους δίνετε χρώματα και χαρτί και τους καλείτε να φτιάξουν κάτι κοινό (σχέδιο, ποίημα, ζωγραφιά, κολλάζ, σύμβολο, κειμενάκι, απλώς να γράψουν τα ονόματά τους, κτλ.) που θα τους θυμίζει τη δέσμευση στη συμφωνία τους ( 3 λεπτά). Η κατασκευή τους αναρτάται στον τοίχο.

**15°** Τους καλείτε να συμφωνήσουν και να ορίσουν ένα χρονικό περιθώριο (μια μέρα ή τρεις μέρες ή μια εβδομάδα ή δύο εβδομάδες) για να συζητήσετε ξανά την επιτυχία ή όχι του σχεδίου που συμφώνησαν. Σημειώνετε στο σημειωματάριο την ημέρα και ώρα που θα συναντηθείτε ξανά. Εσείς θα τους αναζητήσετε και θα τους φέρετε στη δεύτερη συνάντηση.

16° Σε αυτή τη δεύτερη συνάντηση, αν κάτι δεν έχει πάει καλά, θα ξεκινήσετε από το βήμα 9. Θα αναζητήσουν άλλη πρόταση/ λύση του προβλήματος. Και η διαδικασία επαναλαμβάνεται. Αν όλα έχουν πάει καλά, τους συγχαίρετε μόνο χωρίς να συζητήσετε τίποτε άλλο και χωρίς να ορίσετε άλλη συνάντηση.

### Σημειωματάριο του διαμεσολαβητή

Ονόματα των δύο διαμεσολαβητών: .....

Ονόματα των δύο συγκρουόμενων: .....

Ημερομηνία και ώρα της συνάντησης	Η πρόταση των συγκρουόμενων για λύση του προβλήματος	Ημερομηνία και ώρα επόμενης συνάντησης

Παρατηρήσεις:

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

## Θ. Αξιολόγηση

### 1. Αφίσα (35')

#### Στόχοι

Συνεργασία και έκφραση εκτιμήσεων.

#### Διαδικασία

Δίνεται στην ολομέλεια χαρτί 8-10 μέτρα όπου κάνουν κολλάζ, ζωγραφίζουν, γράφουν αποδίδοντας τις εμπειρίες που εισέπραξαν από το εργαστήριο.

Το έργο αναρτάται στο τοίχο.



## 2. Το δέντρο της επικοινωνίας (50΄)

Μια μέθοδος, η οποία μπορεί να συνδυασθεί με άλλες κατά τη διάρκεια της τελικής αξιολόγησης. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί επίσης για συνεχή αξιολόγηση.

### Στόχοι

Να δείξει γρήγορα και ξεκάθαρα που συμφωνεί και που διαφωνεί η ομάδα.

Να επιτρέψει μια συζήτηση επικεντρωμένη στις ομοιότητες και στις διαφορές.

Να βοηθήσει στο να ξεπεραστούν τα γλωσσικά εμπόδια ανάμεσα στους συμμετέχοντες.

Τι θα χρειαστείτε:

- ✓ Δύο μεγάλα φύλλα χαρτί. Στο ένα ζωγραφίστε ένα δέντρο με τόσα κλωνάρια (χωρίς φύλλα) όσα είναι οι δραστηριότητες που πρέπει να αξιολογηθούν. Γράψτε μέσα στα κλωνάρια τις δραστηριότητες που θέλετε να αξιολογηθούν. Στο άλλο μεγεθύνετε την κλίμακα πιο κάτω.
- ✓ Τουλάχιστον 5 χρωματιστά μολύβια (εξαρτάται από το μέγεθος της ομάδας, αλλά πρέπει να χρησιμοποιήσετε τον ίδιο αριθμό από κάθε χρώμα): 1 κίτρινο, 1 πράσινο, 1 μπλε, 1 κόκκινο, 5 καφέ.
- ✓ Πινέζες ή αυτοκόλλητη ταινία.

### Διαδικασία

Πηγαίνουμε τα δυο μεγάλα φύλλα χαρτί (στο ένα είναι το δέντρο, ενώ στο άλλο - η κλίμακα) και τα μολύβια σε ένα δωμάτιο ή σε ένα άλλο χώρο, όπου οι συμμετέχοντες να μπορούν να συμπληρώσουν το δέντρο με σχετική ανωνυμία. Εξηγούμε στο πρώτο δωμάτιο τους στόχους του παιχνιδιού σε όλους τους μετέχοντες. Ένας ένας πηγαίνει στο δεύτερο δωμάτιο και σύμφωνα με την κλίμακα ζωγραφίζει από ένα φύλλο σε κάθε κλωνάρι του δέντρου που να δείχνει το βαθμό στον οποίο είναι ευχαριστημένος ή δυσαρεστημένος από κάθε δραστηριότητα. Έπειτα επιστρέφει στο πρώτο δωμάτιο και περιμένει να ολοκληρωθεί η άσκηση. Ελέγξτε εάν όλοι γνωρίζουν τι να κάνουν. Φροντίστε όλοι οι μετέχοντες να κάνουν την άσκηση.

Σκέψεις και αξιολόγηση:

Φέρνετε τα δυο μεγάλα φύλλα χαρτί στο πρώτο δωμάτιο και τα τοποθετείτε έτσι ώστε όλοι να μπορούν να τα βλέπουν. Τώρα το δέντρο έχει συμπληρωθεί και όλοι μετέχοντες μπορούν εύκολα να δουν σε ποια σημεία συμφωνούν και σε ποια διαφωνούν. Καλέστε όλους τους συμμετέχοντες να παρατηρήσουν και να αναλύσουν σιωπηλά το «Δέντρο της επικοινωνίας». Δώστε τους 5 λεπτά. Βεβαιωθείτε ότι όλοι το κάνουν αυτό. Μετά συζητήστε για τις αξιολογήσεις τους.

Από το βιβλίο Intercultural learning T-kid, Council of Europe publishing November 2000

Κλίμακα: Βαθμός που έμεινα ευχαριστημένος από κάθε δραστηριότητα

Ζωγραφίζω ένα φύλλο διαφορετικού χρώματος σε κάθε δραστηριότητα.

1. Κίτρινο φύλλο = στη δραστηριότητα που με ευχαρίστησε λιγότερο από όλες τις άλλες (σε ελάχιστο βαθμό ευχαριστημένος)
2. Πράσινο φύλλο = στη δραστηριότητα που με ευχαρίστησε λίγο
3. Μπλε φύλλο = στη δραστηριότητα που με ευχαρίστησε αρκετά
4. Κόκκινο φύλλο = στη δραστηριότητα που με ευχαρίστησε πολύ
5. Καφέ = στη δραστηριότητα που με ευχαρίστησε περισσότερο από όλες τις άλλες (σε μέγιστο βαθμό ευχαριστημένος)

**3. Ερωτηματολόγιο (10')**

1. Τι πήρατε από τα διαδραστικά εργαστήρια; Γράψτε τρία πράγματα, τα περισσότερα σημαντικά.

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

2. Ποιες δύο δραστηριότητες σας ενδιέφεραν περισσότερο; Τι σας πρόσφεραν;

.....  
.....

3. Τι έγινε διαφορετικά από ό,τι περιμένατε;

.....  
.....

4. Τι σας ευχαρίστησε;

.....  
.....

5. Ο συνολικός χρόνος διάρκειας ήταν (σημειώστε μία απάντηση πιο κάτω):

- I. Αυτός που έπρεπε
- II. Πολύς
- III. Λίγος

6. Ποια δραστηριότητα θα ήταν καλό να διαρκέσει περισσότερο;

.....  
.....

7. Ποια δραστηριότητα δε σας χρειαζόταν;

.....  
.....

8. Ποια δραστηριότητα θα ήταν καλύτερο να επαναληφθεί για περισσότερη άσκηση;

.....  
...

8. Κάτι άλλο που θέλετε να προσθέσετε;

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

## **I. Εφαρμογή διαμεσολάβησης και στήριξη διαμεσολαβητών**

### **1. Ενημέρωση της σχολικής κοινότητας**

Στην περίπτωση εφαρμογής του προγράμματος σε σχολείο, κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων γίνεται συχνή ενημέρωση όλων των μαθητών, εκπαιδευτικών και γονέων (π.χ. παρουσιάζεται το πρόγραμμα, παρουσιάζονται οι διαμεσολαβητές στο τμήμα και σε κοινή συγκέντρωση του σχολείου, κτλ.).

### **2. Έναρξη διαμεσολάβησης**

Αμέσως μετά το τέλος των εργαστηρίων (και όχι πριν) οι μαθητές εφαρμόζουν τη διαμεσολάβηση στην πράξη στο περιβάλλον του σχολείου τους. Θα πρέπει να έχουν πρώτα κατανοήσει τα εξής:

Η παρέμβασή τους γίνεται μόνο στις περιπτώσεις σύγκρουσης και όχι στις περιπτώσεις διδασκαλίας και μάθησης (π.χ. δεν είναι δουλειά των διαμεσολαβητών να διαχειριστούν μαθησιακές δυσκολίες των συμμαθητών τους ή δυσκολίες του εκπαιδευτικού την ώρα της διδασκαλίας).

Η περίπτωση σύγκρουσης κατά την ώρα του μαθήματος είναι υπόθεση του εκπαιδευτικού και όχι των διαμεσολαβητών.

Στην περίπτωση που οι συγκρουόμενοι αρνηθούν να τους ακολουθήσουν, δεν επιμένουν πολύ, αλλά επανέρχονται το συντομότερο.

Στους διαμεσολαβητές εκπροσωπείται το φύλο των συγκρουόμενων.

Στην περίπτωση σύγκρουσης μαθητή - εκπαιδευτικού, εκπροσωπούνται οι δύο ομάδες (ένας διαμεσολαβητής μαθητής και ένας εκπαιδευτικός).

Ο χρόνος για μια διαμεσολάβηση δεν μπορεί να υπερβεί τα 5 - 10 λεπτά. Αν χρειαστούν χρόνο εκτός διαλείμματος, ζητούν την άδεια του εκπαιδευτικού.

### **3. Ανατροφοδότηση**

Οι εκπαιδευτικοί, οι γονείς και οι μαθητές που εμπλέκονται στο πρόγραμμα επιμόρφωσης και εφαρμογής της διαμεσολάβησης, συναντώνται συχνά (ίσως μια φορά το μήνα). Στις συναντήσεις αυτές συζητούν περιπτώσεις διαμεσολάβησης που εφάρμοσαν, προβλήματα που αντιμετώπισαν και προτείνουν τρόπους βελτίωσης της διαδικασίας. Επίσης, θα ήταν χρήσιμο να συμμετέχουν κατά καιρούς σε διαδραστικά εργαστήρια των 25 - 20 λεπτών.