

## ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Στον Πίνακα παρουσιάζεται το τρίωρο εργαστήριο αυτογνωσίας και ανάπτυξης δεξιοτήτων, που αποτελεί τμήμα εκπαιδευτικού προγράμματος Επαγγελματικού Προσανατολισμού.

|   |  |
|---|--|
| Απευθύνεται   | Σε μαθητές Γ΄ Γυμνασίου και Λυκείου  |
| Στόχοι  | Οι μαθητές να καλλιεργήσουν δεξιότητες ενσυναίσθησης, κατανόησης του εαυτού τους και του άλλου, σεβασμού και αποδοχής της ετερότητας |
|   | Να καλλιεργήσουν την αίσθηση του ανήκειν σε μια ομάδα ατόμων με ομοιότητες και διαφορές και να νοιώσουν ασφάλεια μέσα σε αυτή        |
| Διάρκεια  | 3 διδακτικές ώρες  |
| Γνωστικά αντικείμενα με τα οποία μπορεί να συνδεθεί | Με υλοποίηση εργαστηρίων Δεξιοτήτων στο σύμφωνα με την πρόταση του ΙΕΠ στη θεματική «Δημιουργώ-Καινοτομώ-Δημιουργική Σκέψη»          |
| Υλικά και μέσα                                      | Φύλλο εργασίας « το ταξίδι του Ήρωα»<br>Χαρτόνι ή χαρτί<br>Μαρκαδόροι<br>Post-it   |

### Δραστηριότητα 1η «Το αποτύπωμα»

Στην αρχή του τρίωρου εργαστηρίου προτείνεται μια δραστηριότητα-παιγνίδι επικοινωνίας, εμπιστοσύνης, δημιουργίας σχέσεων και ζεστού φιλικού κλίματος ώστε η τάξη να γίνει ομάδα. Ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος ανακοινώνει ότι η δραστηριότητα αυτή έχει σκοπό να γνωριστούν οι μαθητές καλύτερα, να γνωρίσουν τα κοινά χαρακτηριστικά και τις διαφορές τους. Ακόμα και αν οι μαθητές γνωρίζονται, είναι σημαντικό να αλλάξει ο τρόπος που σχετίζονται και να εγκατασταθεί το επιθυμητό κλίμα εμπιστοσύνης, σεβασμού και αποδοχής (Φιλίππου & Καραντάνα, 2010). Ο ρόλος του εκπαιδευτικού-σύμβουλου είναι διευκολυντικός ώστε τα άτομα να γνωριστούν μεταξύ τους, να ανακαλύψουν ομοιότητες και διαφορές, να νοιώσουν άνετα με τον τρόπο που λειτουργεί η ομάδα, να συνεργαστούν καλύτερα και να μοιραστούν συναισθηματικές εμπειρίες. Οι μαθητές δημιουργούν κύκλο όρθιοι ή σε καρέκλες βάζοντας στο κέντρο ένα μεγάλο χαρτί. Ο κάθε μαθητής παίρνοντας μαρκαδόρους γράφει το όνομα του, λέει και ζωγραφίζει κάτι που του αρέσει, κάτι που θέλει να πει για τον ίδιο (μια δραστηριότητα

του, μια συμπεριφορά, ένα χαρακτηριστικό του, μια άποψη), αλλά και κάτι που δεν του αρέσει. Επίσης καταθέτει προφορικά το συναίσθημα με το οποίο έρχεται στην ομάδα και το ζωγραφίζει. Συνεχίζει τη ζωγραφιά ο επόμενος μαθητής ξεκινώντας και λέγοντας αν υπάρχει κάτι που είναι κοινό ή διαφορετικό με τον προηγούμενο, προσθέτοντας και ο ίδιος ό,τι άλλο θέλει για τον εαυτό του. (πχ δεν μου αρέσει να κάνω πεζοπορία στα βουνά όπως η Α. αλλά μου αρέσει....). Στη δραστηριότητα μετέχει και ο εκπαιδευτικός. Όταν ολοκληρωθεί η δραστηριότητα το συλλογικό έργο, αποτύπωμα της ομάδας, οι μαθητές το αναρτούν σε κάποιο σημείο της αίθουσας. Σε αυτό θα επανέλθουν κατά το κλείσιμο του εργαστηρίου στο τέλος της τρίτης δραστηριότητας.

### **Δραστηριότητα 2η «Το ταξίδι του Ήρωα»**

Στη συνέχεια η επόμενη δραστηριότητα «Το ταξίδι του Ήρωα» (Παράρτημα 1) αποτελεί μια δραστηριότητα αυτογνωσίας, συνάδει με τις βασικές αρχές διεργασίας της ομάδας και αποσκοπεί στο να γνωρίσουν οι μαθητές καλύτερα τον εαυτό τους και τους συμμαθητές τους, να δουν τα κοινά χαρακτηριστικά και τις διαφορές τους, να αποκτήσουν ενσυναίσθηση και σεβασμό για την ετερότητα.

Οι μαθητές δημιουργούν τριάδες με τους συμμαθητές τους, τους οποίους γνωρίζουν λιγότερο και που θα ήθελαν να γνωρίσουν καλύτερα. Με τον τρόπο αυτό διευκολύνεται η σύνδεση των λιγότερο συνδεδεμένων μαθητών, αυτών που οι σχέσεις τους δεν είναι τόσο επεξεργασμένες και έχουν τις μεγαλύτερες διαφορές. Ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος ενθαρρύνει τα μέλη των τριάδων να μετακινηθούν στο χώρο, να καθήσουν σε όποιο σημείο τις αίθουσας θέλουν, έχοντας απόσταση από τις άλλες τριάδες. Η οδηγία αυτή βοηθά στην αυτορρύθμιση της ομάδας αλλά και στη δημιουργία ενός «πλαισίου ασφάλειας», απαραίτητο για να αναδυθεί η οικειότητα και η σύνδεση μεταξύ των μελών της ομάδας. Στο σημείο αυτό ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος δίνει λίγο χρόνο στα μέλη της τριάδας να συζητήσουν, ώστε να γνωριστούν και να συνδεθούν, ανταλλάσσοντας κάποιες επιπλέον πληροφορίες μέσα από τις οποίες ο κάθε μαθητής θα ήθελε να τον γνωρίσει ο άλλος καλύτερα.

Η δραστηριότητα έχει τρία επίπεδα. Στο πρώτο επίπεδο και δουλεύοντας στο επίπεδο του ατόμου, ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος δίνει σε κάθε μαθητή το φύλλο εργασίας «Το ταξίδι του Ήρωα» (Καραντζή, 2017), μολύβια και μαρκαδόρους. Ο κάθε μαθητής «μένοντας

λίγο με τον εαυτό του» σκέφτεται έναν δικό του «Ήρωα» και δημιουργεί το δικό του «ταξίδι του ήρωα», μέσα από τη γραφή ή τη ζωγραφική. Ο «Ήρωας» μπορεί να είναι πραγματικός ή φανταστικός. Ο εκπαιδευτικός ζητά από τους μαθητές να αφήσουν ελεύθερη τη σκέψη και τη φαντασία τους και να εκφραστούν με ελευθερία. Στη συγκεκριμένη δραστηριότητα αξιοποιώντας την προσωπική εμπειρία δημιουργείται στους μαθητές το κίνητρο για τη συμμετοχή και την εμπλοκή τους στη διαδικασία. Οι μαθητές εμπλέκονται και «δουλεύουν» τον ήρωα τους, τον προορισμό του, τα εμπόδια στο ταξίδι του, τους βοηθούς που θα έχει αυτός, τα μέσα που θα χρησιμοποιήσει και τέλος την κατάληξη του. Η δραστηριότητα έχει στόχο ο μαθητής να επικεντρωθεί στον εαυτό του, και μέσα από ένα εσωτερικό διάλογο, να ενεργοποιηθεί νοητικά και συναισθηματικά. Η ενεργοποίηση αυτή βοηθά ώστε να αναδυθούν όσο περισσότερα στοιχεία του εαυτού του φανερά και μη και να εκφραστούν τα ενδιαφέροντα του, οι αξίες του, οι επιθυμίες του, όλα εκείνα που θεωρεί εμπόδια, διευκολύνοντας έτσι την πορεία του προς την αυτογνωσία.

Όταν όλοι οι μαθητές ολοκληρώσουν τις ιστορίες τους, δουλεύοντας στο δεύτερο επίπεδο, αυτό της μικρής ομάδας, ο κάθε μαθητής με τη σειρά αφηγείται την ιστορία που δημιούργησε, στην τριάδα του. Το μοίρασμα αυτό βοηθά στη σύνδεση των μελών της ομάδας, στο χτίσιμο της σχέσης (Πολέμη-Τοδούλου, 2012) και τη συνειδητοποίηση της μοναδικότητας του καθενός προσώπου μέσα σε αυτήν. Ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος τονίζει ότι είναι καλό να ακούμε τον άλλον με ενσυναίσθηση, χωρίς κριτική και σχόλια. Η μαθητές ακούν τις ιστορίες των συμμαθητών τους, χωρίς να σχολιάζουν και να παρεμβαίνουν, κάνοντας μόνο διευκρινιστικές ερωτήσεις για την ιστορία, στον μαθητή που αφηγείται.

Στη συνέχεια και αφού όλοι οι μαθητές μοιραστούν τη ιστορία τους στην τριάδα, και περνώντας από τον εσωτερικό διάλογο στον διαπροσωπικό, συζητούν μεταξύ τους και απαντούν σε ερωτήματα (τα οποία γράφει ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος στο πίνακα) αξιοποιώντας τις εμπειρίες που βίωσαν. Τα ερωτήματα αφορούν στο αν δυσκολεύτηκαν να βρουν το «Ήρωα» της ιστορίας, στα συναισθήματα που έχουν οι μαθητές αφηγούμενοι την ιστορία του Ήρωα τους, στα κοινά σημεία των ιστοριών τους και στις διαφορές που εντοπίζουν σε αυτές. Στη φάση αυτή δουλεύοντας ακόμα στην μικρή ομάδα, αναδεικνύονται οι σημαντικές ομοιότητες αλλά και διαφορές στα προσωπικά

τους βιώματα. Αποκαλύπτεται η διαφορετική πραγματικότητα και οπτική του καθενός (κάτι που για τον ένα μαθητή είναι θετικό για τον άλλο ίσως αποτελεί δυσκολία), στοιχείο που υπάρχει στις ανθρώπινες σχέσεις, και καλλιεργείται η ενσυναίσθηση, ο σεβασμός και η αποδοχή του άλλου.

Στην επόμενη φάση ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος καλεί τους μαθητές να εκφράσουν σαν τριάδα πλέον, τις διαπιστώσεις, σκέψεις, συμπεράσματα, συναισθήματα που βίωσαν από τις αφηγήσεις των ιστοριών τους και ό,τι θεωρούν σημαντικό, και με αυτό θέλουν να τροφοδοτήσουν τη μεγάλη ομάδα, την ολομέλεια. Είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος να τονίσει τη βασική αρχή της διεργασίας της ομάδας, σύμφωνα με την οποία, όλες οι φωνές είναι καλό να ακούγονται και να αξιοποιούνται και την αποδοχή κάθε άποψης. Όπως και η Πολέμη-Τοδούλου αναφέρει «Κάθε μέλος φέρνει τη δική του ιδιαίτερη εμπειρία. Δεν υπάρχει λάθος φωνή, όλες είναι χρήσιμες» (Πολέμη-Τοδούλου, 2011). Το δημιούργημα αυτό οι μαθητές κάθε τριάδας, καλούνται να το εκφράσουν με λόγο, με ποιήμα, ή με ζωγραφιά σε φύλο A4 με σκοπό να το μοιραστούν με την ολομέλεια. Μέσα από αυτή τη διαδικασία, και με την ιδιαίτερη συμβολή κάθε μέλους, παράγεται η γνώση, την οποία η ομάδα θεωρεί δικό της δημιούργημα, ενεργοποιείται η μάθηση, η συνεργασία και το «ανήκειν» στην ομάδα. Ο μαθητής γίνεται «συμπαγωγός της γνώσης» (Πολέμη-Τοδούλου, 2012). Το ομαδικό αυτό έργο το υπογράφει η κάθε ομάδα, παίρνοντας την ευθύνη για προσωπική συμβολή σε αυτό και το φέρνει στην ολομέλεια.

Στην συνέχεια στο τρίτο επίπεδο, οι μικρές ομάδες ανοίγουν στην ολομέλεια και η κάθε μία παρουσιάζει, με τον εκπρόσωπο της, το έργο της με όποια σειρά προκύψει αυθόρμητα. Στη φάση αυτή αναδεικνύεται η χρησιμότητα και συμβολή της μικρής ομάδας, της τριάδας, στην μεγάλη ομάδα, την ολομέλεια και ενισχύεται περισσότερο η ταυτότητα της κάθε ομάδας. Ο εκπαιδευτικός- σύμβουλος σημειώνει τις αναφορές και τα συμπεράσματα των ομάδων.

Στο τέλος της διαδικασίας ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος συνοψίζει, αξιοποιώντας τα συμπεράσματα της κάθε ομάδας με τη σειρά που πήραν το λόγο, υπογραμμίζοντας το κεντρικό θέμα που έθιξε η κάθε μία και συνδέοντας τα με το στόχο του, την ανάπτυξη ενσυναίσθησης, κατανόησης του άλλου, σεβασμού και αποδοχής. Παράλληλα ο ίδιος

«καλλιεργεί το συνδέεσθαι», συνδέοντας τα συμπεράσματα και τις σκέψεις της κάθε ομάδας με την επόμενη και δίνοντας έμφαση στη συμπληρωματικότητα των ομάδων. Με το τρόπο αυτό οι ομάδες βιώνουν την ολοκλήρωση μιας διεργασίας στην οποία όλοι είναι χρήσιμοι, όλοι μέσα από τις ομοιότητες και τις διαφορές τους, εμπλουτίζουν το «ομαδικό γίνεσθαι» και παράγουν την γνώση μέσα από την συμπληρωματικότητα, την κατανόηση και την αποδοχή του άλλου.

### **Δραστηριότητα 3η «τα post-it»**

Μετά την ολοκλήρωση της δραστηριότητας ακολουθεί το κλείσιμο της συνάντησης. Αυτό περιλαμβάνει αναστοχασμό της εμπειρίας και εστίαση του κάθε μαθητή σε συναισθήματα, σκέψεις σημαντικά μηνύματα μετά το βίωμα της εμπειρίας. Ο εκπαιδευτικός-σύμβουλος μοιράζει στους μαθητές από ένα post-it. Τους δίνει λίγα λεπτά χρόνο και τους καλεί να γράψουν σε αυτό ένα συναίσθημα και κάτι που «κρατούν» από την εμπειρία που βίωσαν. Όλα τα post-it τα μαζεύει ο εκπαιδευτικός σε ένα σακκουλάκι. Στη συνέχεια καλεί τους μαθητές να τράβήξουν με τη σειρά από ένα τυχαίο post-it, να το διαβάσουν στους άλλους και να εξηγήσουν, να αιτιολογήσουν αυτό που αισθάνεται και περιγράφει ο συμμαθητής τους. Στο τέλος αποκαλύπτεται ο συγγραφέας του post-it, επιβεβαιώνει ή όχι τον συμμαθητή του κολά το post-it του στο χαρτί «το αποτύπωμα» της πρώτης δραστηριότητας, στο σημείο που είχε ζωγραφίσει ο ίδιος. Αυτό το παιχνίδι κατανόησης και ενσυναίσθησης του άλλου, δίνει χαλάρωση, χαρά και σύνδεση και λειτουργεί σαν αξιολόγηση του εργαστηρίου, αλλά και συνειδητοποίησης των δεξιοτήτων που αποκτήθηκαν από τους μαθητές. Μέσα από τις νέες θεματικές που προωθεί το Υπουργείο Παιδείας (Εργαστήρια Δεξιοτήτων) δημιουργείται το κατάλληλο πλαίσιο για μια σειρά βιωματικές δράσεις που θα καλλιεργήσουν στους μαθητές κοινωνικές δεξιότητες, ενσυναίσθηση, σεβασμό και κατανόηση του άλλου του διαφορετικού. Στο πλαίσιο αυτό κινείται το παραπάνω τρίωρο εργαστήριο.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Καραντζή, Α. (2017). *Ομαδική παρέμβαση στην προσωπική ανάπτυξη*. Αθήνα: ΠΕΣΥΠ-ΑΣΠΑΙΤΕ.

Πολέμη-Τοδούλου, Μ. (2011). Ανάκτηση Απρίλιος 22, 2020, από schoolpress.sch.gr: <http://schoolpress.sch.gr/eperiodiko/files/2015/09/A%CE%A3%CE%9A%CE%97%CE%A3%CE%95%CE%99%CE%A3-%CE%A1%CE%9F%CE%9B%CE%A9%CE%9D-%CE%A3%CE%A4%CE%97%CE%9D-%CE%9F%CE%9C%CE%91%CE%94%CE%91.pdf>

Πολέμη-Τοδούλου, Μ. (2012, Ιανουάριος). *epimorfosi.edu.gr*. Ανάκτηση Απρίλιος 22, 2020, από [http://www.epimorfosi.edu.gr/images/stories/ebook-epimorfotes/sxeseis/sxeseis\\_sxolikh\\_taxh.pdf](http://www.epimorfosi.edu.gr/images/stories/ebook-epimorfotes/sxeseis/sxeseis_sxolikh_taxh.pdf)

Φιλίππου, Δ., & Καραντάνα, Π. (2010). *Ιστορίες για να ονειρεύεσαι παιχνίδια για να μεγαλώνεις*. Αθήνα: Καστανιώτης.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

### Το Ταξίδι του Ήρωα

|                      |                         |                   |
|----------------------|-------------------------|-------------------|
| <b>Ο Ήρωας</b>       | <b>Ο προορισμός του</b> | <b>Τα εμπόδια</b> |
| <b>Οι βοηθοί του</b> | <b>Τα μέσα</b>          | <b>Η κατάληξη</b> |