

2^ο Εκπαιδευτικό Σενάριο

Τίτλος

Ορφέας και Ευρυδίκη: Μπροστά σε μια δύσκολη απόφαση

Περίληψη

Ο Ορφέας, ένας από τους σημαντικότερους μουσικούς της ελληνικής μυθολογίας, πήρε μέρος στην Αργοναυτική Εκστρατεία βοηθώντας τους Αργοναύτες με τη δύναμη της μουσικής του. Μετά την Αργοναυτική Εκστρατεία, επέστρεψε στην Θράκη, όπου παντρεύτηκε την Ευρυδίκη. Καθώς η Ευρυδίκη περπατούσε μια μέρα ανέμελη στη φύση, δέχθηκε την ερωτική επίθεση του Αρισταίου και στην προσπάθειά της να τον αποφύγει τσιμπήθηκε από φίδι και πέθανε. Ο Ορφέας αποφάσισε να κατεβεί στον κάτω κόσμο με σκοπό να πετύχει την επάνοδο της γυναίκας του. Με τη δύναμη της λύρας του έπεισε τους θεούς να επιτρέψουν στην Ευρυδίκη να τον ακολουθήσει με τον όρο, μέχρι να ανέβουν πάνω στη γη, εκείνος να μην την αντικρίσει. Ο Ορφέας, όμως, γύρισε να την δει λίγο πριν βγουν στη Γη και έτσι εκείνη επέστρεψε οριστικά στον Κάτω Κόσμο. Ο Ρωμαίος ποιητής Βιργίλιος παραδίδει ότι ο Ορφέας απαρηγόρητος θρηνούσε στη Θράκη, από τον Στρυμόνα και το Παγγαίο μέχρι τη Ροδόπη και τον Έβρο.

Στο σενάριο αυτό, που βασίζεται στη λιτή εκδοχή του μύθου που παραδίδει ο Κόνωνας, οι μαθητές καλούνται να συνειδητοποιήσουν ότι πίσω από κάθε συμπεριφορά μας κρύβεται η προσπάθειά μας να ικανοποιήσουμε μια ανάγκη μας. Καλούνται επίσης να συνειδητοποιήσουν ότι πίσω από κάθε δύσκολη απόφαση κρύβεται μια σύγκρουση σημαντικών για εμάς αναγκών και αξιών. Η δύναμή μας έγκειται στην ικανότητά μας να ιεραρχούμε τις αξίες μας και στο θάρρος μας να αναλάβουμε το κόστος των επιλογών μας. Επίσης, είναι εξαιρετικά σημαντικό να θέτουμε στόχους, να σχεδιάζουμε πώς θα τους προσεγγίσουμε και να παραμένουμε δεσμευμένοι στην προσπάθεια να τους πετύχουμε.

Λέξεις κλειδιά

Κίνηση, Ανάγκες, Αξίες, Στόχοι, Βασικές Πεποιθήσεις, Προσωπική Δύναμη, Θάρρος

Πίνακας Σύνοψης

Συνοπτικά

Θέμα

Αυτογνωσία: Διαπραγμάτευση πεποιθήσεων
Συνειδητοποίηση προσωπικών στόχων, αξιών, αναγκών και κινήτρων

Χρόνος προετοιμασίας

1 ώρα

Χρόνος διδασκαλίας

5 ώρες

Υλικά

Χαρτί του μέτρου, Μαρκαδόροι, Καλάθι

Μύθος

Στην 45^η αφήγηση [εν. ο Κόνων αναφέρει] πώς ο Ορφέας, ο γιος του Οίαγρου και της Μούσας Καλλιόπης, βασίλευε στους Μακεδόνες και τους Οδρύσες και πώς εξασκούνταν στη μουσική, ιδιαίτερα στο τραγούδι με συνοδεία κιθάρας. Και έτσι ευχαριστούσε πολύ τον κόσμο (γιατί τόσο οι Θράκες όσο και οι Μακεδόνες ήταν φιλόμουσοι). Λένε πως κατέβηκε ακόμα και στον Άδη από αγάπη για τη γυναίκα του, την Ευρυδίκη, και πώς μαγεύοντας με τα τραγούδια του τον Πλούτωνα και της Περσεφόνη πήρε πίσω τη γυναίκα του ως δώρο. Μα δεν κατάφερε να εκμεταλλευτεί τη χάρη να την φέρει πίσω στη ζωή, γιατί ξέχασε τις εντολές που του έδωσαν όσον αφορά εκείνη. Ήξερε τόσο καλά να θέλγει και να μαγεύει με το τραγούδι του, ώστε ακόμα και τα άγρια ζώα και τα πουλιά και τα δέντρα και τα βράχια ακολουθούσαν στο κατόπι του από ευχαρίστηση.

Κόνων, Διηγήσεις 45 (= Φώτιος, Βιβλιοθήκη 186)

Ο Ορφέας εξημερώνει με τη μουσική του τα άγρια ζώα. Ρωμαϊκό μωσαϊκό, περ. 194 μ.Χ., κοντά στην Έδεσσα Μεσοποταμίας (σημ. Ούρφα)

© Public Domain / Wikimedia Commons



Δραστηριότητες

Όνομα της Δραστηριότητας	Διαδικασία	Χρόνος
<p>A1.Ανάγνωση του μύθου Ήρωας στον τοίχο (1)</p>	<p>Ο εκπαιδευτικός διαβάζει τον μύθο. Καλεί τους μαθητές να σκεφτούν όσα άκουσαν.</p> <p>ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ ΜΟΝΟΣ: Ο Ορφέας κάνει κάτι εξαιρετικά γενναίο. Κατεβαίνει στον Κάτω Κόσμο.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Τι είναι αυτό που τον κινητοποιεί; ● Ποια ανάγκη του προσπαθεί να καλύψει; ● Νομίζετε ότι φοβάται ή όχι; <p>ΗΡΩΑΣ ΣΤΟΝ ΤΟΙΧΟ: οι μαθητές καταγράφουν με 1-2 λέξεις τις απαντήσεις τους στο περίγραμμα του ήρωα το οποίο έχουν ζωγραφίσει σε χαρτί του μέτρου και το έχουν αναρτήσει σε έναν τοίχο της τάξης.</p> <p>(σημ. Ο εκπαιδευτικός καλό είναι να αναρτήσει μετά την άσκηση την πυραμίδα του MASLOW σε εμφανές σημείο της τάξης. Οι μαθητές παρατηρούν και συμπληρώνουν το περίγραμμα)</p>	<p>20'</p>
<p>A2.Συζήτηση σε ομάδες Ήρωας στον τοίχο (2)</p>	<p>ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ ΤΩΝ 4: Φανταστείτε τον Ορφέα λίγο πριν αποφασίσει να κατέβει στον Κάτω Κόσμο για να διεκδικήσει την Ευρυδίκη. Η απόφασή του δεν ήταν καθόλου απλή.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ποιο δίλημμα αντιμετωπίζει; <p>Τώρα προσπαθήστε να κατανοήσετε τον τρόπο με τον οποίο σκέφθηκε. Να θυμάστε ότι κάθε συμπεριφορά ή αντίδρασή μας σε ένα γεγονός ενέχει μια διαδικασία λήψης απόφασης, μια σύνθετη διαδικασία που εμπλέκει συναισθήματα και αξίες/ βασικές πεποιθήσεις. Έχετε 10' για να απαντήσετε σε ερωτήσεις όπως:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Τι νιώθει ο ήρωας; Έχει αντικρουόμενα συναισθήματα; ● Ποια βασική πεποίθηση κρύβεται πίσω από την απόφασή του; (οι βασικές πεποιθήσεις των ατόμων έχουν την εξής διατύπωση: Είμαι..., Δεν είμαι..., Μπορώ..., Δεν μπορώ..., Επιτρέπεται..., Δεν επιτρέπεται...) 	<p>25'</p>

	<p>Ένας από κάθε ομάδα σηκώνεται και συμπληρώνει το περίγραμμα με 1-2 βασικές πεποιθήσεις και 1-2 βασικά συναισθήματα.</p> <p>Τώρα έχετε ολοκληρώσει το περίγραμμα του ήρωα. Εκτός από ανάγκες περιλαμβάνει βασικές πεποιθήσεις και συναισθήματα.</p> <p>Μόλις ολοκληρωθεί η διαδικασία, μπορείτε να κόψετε το περίγραμμα του ήρωα σε κομμάτια όσα και οι μαθητές. Ο κάθε μαθητής παίρνει μαζί του ένα κομμάτι.</p>	
<p>B1. Τι σημαίνει Θάρρος; Αναστοχασμός ενός προσωπικού βιώματος</p>	<p>ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΣΤΗΝ ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ: Ο Ορφέας είναι εξαιρετικά 45’ θαρραλέος. Υπηρετεί τις αξίες του ακόμη και όταν, ενδεχομένως, φοβάται. Ιεραρχεί τις ανάγκες του και ξέρει ότι έχει επιλογές.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Σκεφτείτε μια περίπτωση στην οποία φερθήκατε με θάρρος. ● Γιατί χρειάστηκε να δείξετε θάρρος; ● Ποιες ανάγκες σας συγκρούστηκαν; ● Μπορείτε να μοιραστείτε ένα συμπέρασμα με την ομάδα; <p>Σκεφτείτε την εξής ιδέα:</p> <p>Έχουμε Δύναμη, όταν μπορούμε να δούμε καθαρά τις ανάγκες, τις αξίες και τις πεποιθήσεις μας, είμαστε σε θέση να τις ιεραρχήσουμε και θυμόμαστε πάντα ότι έχουμε επιλογές.</p>	
<p>B2. Το μονοπάτι προς τον στόχο μου</p>	<p>ΑΣΚΗΣΗ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΥ: Σκεφτείτε έναν στόχο που έχετε και τον εαυτό σας έτοιμο να τον κατακτήσει. Πρόκειται για την προσωπική σας “Ευρυδίκη”. Σχεδιάστε ένα μονοπάτι. Εσείς βρίσκεστε στη μια άκρη και στην άλλη η “Ευρυδίκη”, ο προσωπικός σας στόχος. Τι σας εμποδίζει να φτάσετε στην άλλη άκρη του μονοπατιού και να κατακτήσετε τον στόχο σας; Σχεδιάστε τρία αντικείμενα ή θηρία που αντιπροσωπεύουν τα στοιχεία που σας κρατούν μακριά από τον στόχο σας. Σκεφτείτε πώς θα υπερνικήσετε τα εμπόδια.¹</p>	<p>2 X 40’</p>

¹ Στον σχεδιασμό της άσκησης συνέβαλε η Βίκη Τρυφωνίδου. (Τρυφωνίδου Βίκη, προσωπική επικοινωνία, 4/6/2021)

	<p>Παρουσιάστε τη ζωγραφιά στην ολομέλεια και εξηγήστε το σχέδιό σας για να φτάσετε στον στόχο σας.</p>	
<p>Γ. Οι συμβουλές του Ορφέα</p>	<p>ΓΡΑΦΩ ΚΑΡΤΑ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ-ΔΙΑΒΑΖΩ ΤΗΝ ΚΑΡΤΑ ΕΝΟΣ ΑΛΛΟΥ 'ΟΡΦΕΑ': Ο Ορφέας είναι ένας ήρωας με αξίες, ικανότητες και θάρρος.</p> <p>1ο στάδιο: Υποθέστε ότι είστε ο Ορφέας και γράφετε ένα σύντομο γράμμα 100 λέξεων στον εαυτό σας, αμέσως μόλις πήρατε τη δύσκολη απόφαση να αναζητήσετε την Ευρυδίκη.</p> <p>2ο στάδιο: Ρίχνετε όλα τα γράμματα σε ένα καλάθι. Ο καθένας διαλέγει ένα γράμμα και το διαβάζει δυνατά στον εαυτό του. Σχολιάζει σύντομα τις σκέψεις του.</p>	<p>45'</p>



John Roddam Spencer Stanhope, Ο Ορφέας και η Ευρυδίκη στις όχθες της Στύγας, 1878

© Public Domain / Wikimedia Commons

Σημειώσεις για τον εκπαιδευτικό

Μπορούμε να κατανοήσουμε τη συμπεριφορά μας ως μια προσπάθεια να καλύψουμε στοιχειώδεις ή ανώτερες ανάγκες μας αλλά και ως απόρροια των βασικών πεποιθήσεων μας πίσω από τις οποίες μπορούμε να αναγνωρίσουμε τις αξίες μας. Άρα, όταν θέλουμε να ανιχνεύσουμε τις ρίζες μιας συμπεριφοράς μας, μπορούμε να σκεφτούμε: Ποια ανάγκη μας προσπαθούμε να καλύψουμε; Ποια βασική αξία προσπαθούμε να υπηρετήσουμε με τη συγκεκριμένη συμπεριφορά; Μπροστά σε ποια διλήμματα βρισκόμαστε; Την επόμενη φορά, λίγο πριν επιλέξουμε μια συμπεριφορά, ας σκεφτούμε ποιες επιλογές έχουμε πραγματικά.

Επίσης, είναι εξαιρετικά λειτουργικό να σκεφτόμαστε τους στόχους μας ως το τέλος μιας διαδρομής που απαιτεί να προσπελάσουμε μια σειρά από εμπόδια, ή καλύτερα, να αντιμετωπίσουμε μια σειρά από συγκεκριμένες προκλήσεις. Έτσι μπορούμε να δεσμευθούμε ότι θα υιοθετήσουμε συγκεκριμένες συμπεριφορές, γνωρίζοντας, όμως, ακριβώς το κόστος καθεμιάς.

Οι ανάγκες μας. Η πορεία προς την αυτοπραγμάτωση

Ο Maslow θεωρεί ότι ο άνθρωπος θέλει διαρκώς να βελτιώνεται, επιδιώκει διαρκώς ανώτερους στόχους και εργάζεται για αυτούς. Τα κίνητρα μας συνδέονται με την προσπάθειά μας να ικανοποιήσουμε συγκεκριμένες ανάγκες. Ο βαθμός, στο οποίο ικανοποιούνται οι ανάγκες μας διαμορφώνει τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά μας. Στο φάσμα των αναγκών μας εντάσσονται οι στοιχειώδεις βιολογικές μας ανάγκες, η ανάγκη μας για ασφάλεια, τάξη, και όρια, καθώς και η ανάγκη μας να ζούμε απαλλαγμένοι από τον φόβο. Εντάσσονται ακόμα η ανάγκη να μας αγαπούν, να ανήκουμε σε μια ομάδα, και η ανάγκη να μας εκτιμούν. Στις εξελικτικά ανώτερες ανάγκες μας ο Maslow κατατάσσει την ανάγκη μας να κατανοήσουμε τον εαυτό μας και τον κόσμο, να απολαμβάνουμε την ομορφιά και τέλος, σε μια συνθήκη αυτοπραγμάτωσης, απαλλαγμένοι από ενοχές και άγχος, να αποδεχόμαστε απροϋπόθετα τον εαυτό μας και τους άλλους¹⁴.

Αξίες-Βασικές Πεποιθήσεις

Οι αξίες αναφέρονται σε αρχές, ή ποιότητες, αναφορικά με όσα αισθανόμαστε ότι είναι σημαντικά, επιθυμητά ή αξιόλογα. Οι αξίες αναφέρονται επίσης σε ιδιότητες ή συνθήκες, τις οποίες αξιολογούμε ως ανεπιθύμητες, ευτελείς ή ασήμαντες. Οι πεποιθήσεις είναι ιδέες, τις οποίες αποδεχόμαστε ως αλήθειες. Είναι βασικό για την προσωπική μας ανάπτυξη να αναπτύσσουμε ένα ισχυρό και ταυτόχρονα ευέλικτο σύστημα από πεποιθήσεις προκειμένου να βρίσκουμε νόημα στις εμπειρίες μας¹⁵.

Στόχοι

Μια εξαιρετικά σημαντική δεξιότητα για τα παιδιά και τους εφήβους είναι να θέτουν στόχους και να εργάζονται για την επίτευξή τους. Όταν έχουν ένα συγκεκριμένο στόχο κινητοποιούνται προς την κατεύθυνση της υλοποίησής του και οργανώνουν τον χρόνο και

¹⁴ Μαλικιώση Λοϊζου, Μ., 2000. *Η συμβουλευτική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

¹⁵ Τριλίβα, Σ., & Χατζηνικολάου, 2011. "Προαγωγή της Συναισθηματικής Ανάπτυξης και της Ψυχικής Υγείας στη Σχολική Τάξη" στο *Από την ευαλωτότητα στην ψυχική ανθεκτικότητα: Εφαρμογές στο σχολικό πλαίσιο και στην οικογένεια* (επιμ.: Ματσόπουλου Αν.). Αθήνα: Εκδόσεις Παπαζήση.

Παρέα με έναν ΜΥΘΟ!

Καλλιεργώντας την Κοινωνική και Συναισθηματική Νοημοσύνη των Παιδιών και των Εφήβων

την ενέργειά τους γύρω από αυτόν. Για να μπορέσουν να επιτύχουν τους στόχους τους, πρέπει να τους έχουν επιλέξει οι ίδιοι, να έχουν συνειδητοποιήσει τα επιμέρους στάδια στην πορεία υλοποίησής τους, τους παράγοντες που ενδεχομένως τους παρεμποδίζουν και τις ποιότητες που τους βοηθούν στην επίτευξη των στόχων. Όταν πετυχαίνουν τους στόχους τους τα παιδιά και οι έφηβοι νιώθουν καλύτερα και βελτιώνουν την αυτοεικόνα τους.²

Παράρτημα

Το λεξιλόγιο των Αξιών

Σεβασμός, Υπομονή, Σταθερότητα, Σύνεση, Κοινωνικότητα, Υπευθυνότητα, Τάξη, Ειλικρίνεια, Εμπιστοσύνη, Διάλογος, Ανεκτικότητα, Δημιουργικότητα, Συνεργασία, Συμπόνια, Γενναιοδωρία, Φιλία, Ελευθερία, Δικαιοσύνη, Ειρήνη, Χαρά,

Rujol i Pons, E., 2014. 20 αξίες της ζωής. Αθήνα: Άγκυρα.

Το λεξιλόγιο των συναισθημάτων

Ο Goleman προτείνει μια κατηγοριοποίηση των συναισθημάτων που, όπως τονίζει και ο ίδιος, δεν είναι χωρίς προβλήματα. Οι επτά κύριες οικογένειες συναισθημάτων, σύμφωνα με τον Goleman, είναι:

- **Θυμός:** οργή, εχθρότητα, απόγνωση, μίσος, λύσσα, αναβρασμός, ενόχληση, εχθρότητα, βία.
- **Θλίψη:** λύπη, μελαγχολία, απελπισία, ακεφιά, κατήφεια, αυτολύπηση, μοναξιά, μιζέρια, κατάθλιψη.
- **Φόβος:** άγχος, αναστάτωση, νευρικότητα, έγνοια, κατάπληξη, τρομάρα, ανησυχία, σκιάξιμο, δέος, φρίκη, τρόμος.
- **Ευτυχία:** απόλαυση, χαρά, ηδονή, τέρψη, αγάπη, αποδοχή, φιλία, έρωτας, αφοσίωση, ανακούφιση, ικανοποίηση, καμάρι, ευφορία, λατρεία, ξεμυάλισμα.
- **Έκπληξη:** σάστισμα, σοκ, θαυμασμός, απορία, κατάπληξη.
- **Αποστροφή:** περιφρόνηση, απέχθεια, φρίκη, αηδία, σιχασιά, βδελυγμία.
- **Ντροπή:** ενοχή, αμηχανία, απογοήτευση, εξευτελισμός.

Goleman D., 2011, Η συναισθηματική νοημοσύνη, Γιατί το "EQ" είναι πιο σημαντικό από το "IQ".

Αθήνα: Πεδίο.

Το παραπάνω Εκπαιδευτικό Σενάριο παρήχθη στο πλαίσιο του Ερευνητικού Προγράμματος «Μυθολογικές Διαδρομές στην Ανατολική Μακεδονία και Θράκη (Mythological Routes in Eastern Macedonia and Thrace) [MIS: 5047101], το οποίο υλοποιείται από το Ερευνητικό Κέντρο «Αθηνά» - Ερευνητικό Κέντρο Καινοτομίας στις Τεχνολογίες της Πληροφορίας, των Επικοινωνιών και της Γνώσης και το Τμήμα Ελληνικής Φιλολογίας του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανταγωνιστικότητα, επιχειρηματικότητα και καινοτομία», ΕΣΠΑ 2014-2020 – Ενίσχυση της Περιφερειακής Αριστείας, Ενίσχυση των Υποδομών Έρευνας και καινοτομίας, με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης (Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης).



² Miller, D. L. & Kelley, M. 1994. The Use of Goal Setting and Contingency Contracting for Improving Children's Homework Performance. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 27, 73-84.