

5^ο Εκπαιδευτικό Σενάριο

Τίτλος

Ορφέας και Ευρυδίκη: Τι πήγε στραβά;

Περίληψη

Το σενάριο βασίζεται στην ποιητική αφήγηση του γνωστού μύθου από τον Οβίδιο, μια αφήγηση που αποτυπώνει τα συναισθήματα των ηρώων. Στο σενάριο αυτό διερευνώνται ιδέες σημαντικές για την ψυχική ευημερία του ατόμου. Η ικανότητά μας να εκφράζουμε ευγνωμοσύνη, να αναβάλουμε για λίγο την ικανοποίησή μας και να μπορούμε να δείξουμε εμπιστοσύνη αποτελούν προϋποθέσεις για να αισθανόμαστε καλά.

Λέξεις κλειδιά

Ευγνωμοσύνη, Εμπιστοσύνη, Πειθαρχία, Αυτοεκτίμηση

Πίνακας Σύνοψης

Συνοπτικά

Θέμα

Αυτογνωσία-Στρατηγικές ψυχικής ενδυνάμωσης:
Αναγνωρίζω και εκφράζω ευγνωμοσύνη
Συνειδητοποιώ τι μπορώ να ελέγξω και τι όχι
Αναγνωρίζω τη δύναμη της εμπιστοσύνης

Χρόνος προετοιμασίας

1 ώρα

Χρόνος διδασκαλίας

6 ώρες

Υλικά

Χαρτιά, Μαρκαδόροι

Μύθος

Ήταν βέβαια παρών εκείνος [δηλ. ο Υμέναιος, ο θεός του Γάμου], όμως δεν είχε ούτε λόγια γιορτινά

ούτε χαρούμενο πρόσωπο ούτε κάποιο σημάδι χαράς.

Ακόμα και η δάδα που κρατούσε τσιτσιρίζε με θλιβερό καπνό, μέχρι που έσβησε και η κίνησή της δεν έβγαζε φλόγα καμιά.

Το τέλος ήταν πιο βαρύ από το σημάδι· γιατί η νέα νύφη, καθώς περιπλανιόταν συντροφιά με τις ναϊάδες, πέθανε από δάγκωμα φιδιού στους αστραγάλους.

10

Αφού ο Ροδοπαίος ποιητής (ο Ορφέας) θρήνησε αρκετά στις αύρες του πάνω κόσμου, για να μην αφήσει αδοκίμαστες και τις σκιές του κάτω κόσμου, προσπάθησε να κατέβει στη Στύγα μέσα από την πύλη του Ταίναρου.

*Περνώντας μέσα από άβυσσους και φαντάσματα νεκρών,
βρίσκει την Περσεφόνη και τον αφέντη κι άρχοντα του απαίσιου βασιλείου
των σκιών. Κρούοντας τις χορδές της λύρας του
έτσι μιλάει: «Θεοί του κόσμου που βρίσκεται κάτω από τη γη,
όπου όλοι όσοι γεννηθήκαμε θνητοί θα κατεβούμε,
αν επιτρέπεται και αν, βάζοντας εγώ κατά μέρος ψεύτικες του λόγου περιστροφές,
με αφήσετε να μιλήσω αληθινά, δεν κατέβηκα εδώ κάτω, 20
για να δω τα σκοτεινά Τάρταρα ούτε για να δέσω τους τρεις λαιμούς
της τερατώδους Μέδουσας, που 'χει φίδια για μαλλιά.*

*Αιτία του ταξιδιού μου είναι η γυναίκα μου, στην οποία έχυσε φαρμάκιένα
φίδι που πάτησε, και της στέρησε τα ανθηρά της χρόνια.
Ήθελα να μπορώ να αντέξω τον πόνο· δεν θα αρνηθώ πως το προσπάθησα.
Νίκησε ο Έρωτας. Είναι καλά γνωστός ο θεός αυτός στον πάνω κόσμο.
Αμφιβάλω αν κι εδώ είναι έτσι. Όμως μαντεύω πως κι εδώ έτσι είναι,
αν δεν είναι ψέμα η φήμη της αρχαίας αρπαγής·
κι εσάς, βέβαια, σας ένωσε ο έρωτας. Σ' αυτά τα γεμάτα φόβο μέρη,
σ' αυτό το απέραντο Χάος και τη σιωπή του τεράστιου βασιλείου, 30
σας ικετεύω, κλώστε ξανά το βραχύ της Ευρυδίκης νήμα!*

*Τα πάντα σε σας ανήκουν και, άλλος αργότερα,
άλλος νωρίτερα, όλοι σε αυτόν εδώ τον τόπο σπεύδουμε.
Εδώ ερχόμαστε όλοι, αυτή είναι η τελευταία μας κατοικία και εσείς
διαφεντεύετε τα αιώνια βασίλεια του ανθρώπινου γένους.
Κι αυτή, βέβαια, ώριμη σαν διανύσει τα χρόνια που θα της δοθούν,
θα είναι στη δικαιοδοσία σας· σαν δώρο τη ζητώ προσωρινά.
Όμως, αν οι μοίρες αρνηθούν τη χάρη αυτή στη γυναίκα μου, είναι βέβαιο
πως ούτε εγώ θα γυρίσω: χαρείτε θάνατο διπλό».*
*Αυτόν που τέτοια έλεγε, συνταιριάζοντας τα λόγια στον ήχο της λύρας, 40 θρηνούσαν
οι ψυχές των νεκρών. Ούτε ο Τάνταλος συγκρατεί
το νερό που του ξεφεύγει ούτε ο τροχός του Ιξίωνα φέρνει βόλτες
ούτε τα όρνια τρώνε το συκώτι, και τα πιθάρια των Βηλίδων
στέκουν άδεια, κι εσύ, Σίσυφε, έκατσε στον βράχο σου.
Υπάρχει η φήμη πως τότε νικημένες από το τραγούδι για πρώτη φορά
οι Ευμενίδες έβρεξαν με δάκρυα τα μάγουλά τους και πως ούτε η σύζυγος του βασιλιά
ούτε ο ίδιος βασιλιάς του κάτω κόσμου άντεξαν να αρνηθούν την παράκληση
και φωνάζουν την Ευρυδίκη. Εκείνη βρισκόταν ανάμεσα στις νιόφερτες σκιές
και έφθασε με βήμα αργό από το τραύμα.*

*Μαζί με αυτήν ο Ροδοπαίος Ορφέας πήρε κι έναν όρο: 50
να μη γυρίσει πίσω να την κοιτάξει, μέχρι να βγουν
από τις Αόρνιες κοιλάδες· αλλιώς το δώρο θα είναι μάταιο.
Μέσα σε απόλυτη σιγή παίρνουν ένα στενό μονοπάτι, ανηφορικό,*

απότομο, σκοτεινό, σκεπασμένο με πυκνή ομίχλη.

Δεν βρίσκονταν μακριά από το χείλος του πάνω κόσμου·

εκεί, από φόβο μήπως κουράστηκε και λαχταρώντας να την αντικρίσει, στρέφει το βλέμμα με αγάπη. Αμέσως αυτή γλίστρησε προς τα πίσω και, απλώνοντας τα χέρια σε μια προσπάθεια να κρατηθεί και να κρατήσει, τίποτε άλλο η δύστυχη δεν έπιασε παρά φευγαλέες αύρες.

Κι ως πεθαίνει για δεύτερη φορά, όμως δεν έχει παράπονο

60

κανένα από τον σύζυγό της (για τι, άλλωστε, να παραπονεθεί παρά για το ότιαγαπήθηκε;).

Το ύστατο «χαίρε» είπε, που με δυσκολία εκείνος άκουσε,

και αμέσως εκείνη επέστρεψε στο ίδιο μέρος.

Ο Ορφέας έμεινε άφωνος από τον διπλό της γυναίκας του θάνατο.

(...)

Αυτόν που μάταια παρακαλούσε και που για δεύτερη φορά ήθελε να περάσει,

72

ο πορθμέας τον εμποδίζει. Κι εκείνος κάθεται για επτά μέρες βρωμερός

σε μια όχθη και δεν βάζει στο στόμα του τα δώρα της Δήμητρας:

η έγνοια, ο πόνος της ψυχής και τα δάκρυα είναι η τροφή του.

Παραπονιέται πως είναι σκληροί οι θεοί του Ερέβους και

αποσύρεται στην ορεινή Ροδόπη και τον Αίμο που τον χτυπούν οι βοριάδες.

Οβίδιος, Μεταμορφώσεις 10. 4-64 και 72-77.

Αντλήθηκε από Μιχαλόπουλος, Α.Ν. & Μιχαλόπουλος, Χ.Ν. (2015). Ρωμαϊκή Επική Ποίηση. Βεργίλιος, Αινειάδα – Οβίδιος, Μεταμορφώσεις,

Αθήνα [e-book]:

02_chapter_07.pdf

(kallipos.gr), ημ.

πρόσβ. 09/06/2021.



Christian Gottlieb Kratzenstein-Stub, Ορφέας και Ευρυδίκη, 1806

© Public Domain / Wikimedia Commons

Δραστηριότητες

Όνομα της Δραστηριότητας	Διαδικασία	Χρόνος
A1. Μηνύματα Ευγνωμοσύνης	<p><i>ΑΤΟΜΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ:</i> Ο Πλούτωνας και η Περσεφόνη αποφασίζουν να ελευθερώσουν την Ευρυδίκη. Αυτή τους εκφράζει την ευγνωμοσύνη της.</p> <p>Οι μαθητές γράφουν μηνύματα και συνθέτουν ζωγραφιές.</p>	10-20'
A2. Εσύ γιατί είσαι ευγνώμων;	<p><i>ΣΤΗΝ ΟΛΟΜΕΛΕΙΑ:</i> Οι μαθητές καλούνται να αναγνωρίσουν ένα πρόσωπο ή μια συνθήκη για την οποία είναι ευγνώμονες. Την ανακοινώνουν στην τάξη.</p> <p><i>ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ:</i> Εκφράζουν την ευγνωμοσύνη τους σε έναν συμμαθητή τους από την ομάδα.</p> <p><i>ΠΡΟΕΚΤΑΣΗ:</i> Προσκαλούμε τους μαθητές να φτιάξουν ένα βάζο ευγνωμοσύνης στο σπίτι τους και κάθε μέρα να ρίχνουν μέσα ένα χαρτάκι στο οποίο θα σημειώνουν κάτι για το οποίο αισθάνονται ευγνώμονες</p>	30'
B1. Ο Ορφέας σε Ανακριτική Καρέκλα	<p><i>ROLE-PLAY ΣΕ ΤΡΙΑΔΕΣ:</i> Είναι πραγματικά αδιανόητο. Λίγο πριν βγουν στην επιφάνεια της γης, ο Ορφέας παρακούει την εντολή του Πλούτωνα και βλέπει την Ευρυδίκη. Ο ανακριτής προσπαθεί να ανακαλύψει τα βαθύτερα κίνητρα της επιπολαιότητάς του. Ο γραμματέας κρατάει σημειώσεις. Οι μαθητές χωρίζονται σε τριάδες. Ανακριτής-Ορφέας Γραμματέας: Αλλάζουν ρόλους.</p> <p>Οι μαθητές προσπαθούν να διερευνήσουν ερωτήματα όπως:</p> <p>Γιατί ο ήρωας παράκουσε την εντολή του Πλούτωνα; Τι φοβήθηκε; Τι ήθελε πραγματικά να κερδίσει;</p>	40'
B2. Διερεύνηση	<p><i>ΑΤΟΜΙΚΗ ή ΟΜΑΔΙΚΗ ΖΩΓΡΑΦΙΑ:</i></p>	45'

**ιδεών:
Εμπιστοσύνη,
Πειθαρχία,
Έλεγχος**

Ξεκινάτε και εσείς, όπως ο Ορφέας, για ταξίδι. Εσείς όμως ταξιδεύετε στη θάλασσα και έχετε μαζί σας ένα ή περισσότερα πρόσωπα που σας δείχνουν εμπιστοσύνη. Ζωγραφίστε ένα πλοίο, επιβάτες του οποίου είναι όλοι όσοι σας εμπιστεύονται και σας ενθαρρύνουν. Μόνο αυτούς θέλετε μαζί σας.

Για συντομία μπορεί να δοθεί σε όλη την τάξη ζωγραφισμένο σε χαρτί του μέτρου ένα πλοίο. Ο κάθε μαθητής ζωγραφίζει ένα πρόσωπο που του δείχνει εμπιστοσύνη και ενθάρρυνση. Όταν έρθει η ώρα να το παρουσιάσει εξηγεί με ποιους τρόπους ο επιβάτης που ζωγράφισε εκφράζει την εμπιστοσύνη του.

Συμπληρωματικά οι μαθητές μπορούν να επεξεργαστούν τις ακόλουθες ερωτήσεις με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού:

Τι σημαίνει για εσάς εμπιστοσύνη;

Είναι δυνατόν να υπάρξει αγάπη χωρίς εμπιστοσύνη;

Τι συνέβη όταν ο Ορφέας δεν έδειξε εμπιστοσύνη;

ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ:

Ακριβώς πριν γυρίσει την πλάτη του, για να δει την Ευρυδίκη, ο Ορφέας ακούει 3 συμβουλές. Την πρώτη από μια ομάδα σοφών, τη δεύτερη από μια ομάδα δικαστών και την τρίτη από μια ομάδα τρελών. Οι μαθητές χωρίζονται σε τρεις ομάδες και επεξεργάζονται την πρόκληση που αντιμετωπίζει ο Ορφέας ως σοφοί, δικαστές ή τρελοί. Τι θα τον συμβούλευαν;

Συμπληρωματικά οι μαθητές μπορούν να επεξεργαστούν τις ακόλουθες ερωτήσεις με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού:

Τι συμβαίνει όταν δεν μπορούμε να αναβάλλουμε την ικανοποίησή μας;

Γιατί δεν μπορούμε να ελέγξουμε την παρορμητικότητά μας;

Πώς μπορούμε να ελέγξουμε τις επιθυμίες μας;

ΑΤΟΜΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ:

Μήπως το λάθος του Ορφέα ήταν η εμμονή του να τα ελέγχει όλα; Ακόμη και τη γυναίκα την οποία έπρεπε να περιβάλλει με εμπιστοσύνη; Ζωγραφίστε έναν κύκλο. Μέσα στον κύκλο γράφουμε όσα μπορούμε να ελέγξουμε. Έξω από αυτόν ό,τι

45'

45'

	<p>δεν μπορούμε. Παρουσιάζουμε τους κύκλους στην ομάδα.</p> <p>Συμπληρωματικά οι μαθητές μπορούν να επεξεργαστούν τις ακόλουθες ερωτήσεις με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού:</p> <p>Είναι δυνατόν να θέλουμε να τα ελέγχουμε όλα; Τι κόστος θα πληρώσουμε; Τι συμβαίνει όταν επικεντρωνόμαστε σε θέματα που δεν μπορούμε να ελέγξουμε και όχι σε όσα μπορούμε;</p>	
<p>Γ. Γλύπτες-Γλυπτά</p>	<p>ΕΡΓΑΣΙΑ ΣΕ 2 ΟΜΑΔΕΣ: Οι μαθητές χωρίζονται σε 2 ομάδες. Ένας από κάθε ομάδα αναπαριστά τον Ορφέα και ένας την Ευρυδίκη. Οι υπόλοιποι μαθητές, οι γλύπτες, σχεδιάζουν ένα γλυπτό, που αποδίδει τη μεταξύ τους σχέση. Καλούνται να αποδώσουν τα σημαντικότερα στοιχεία της σχέσης τους.</p> <p>Μετά από 10 λεπτά εξηγούν στην άλλη ομάδα τις επιλογές τους.</p> <p>(σημ: αναμένεται οι μαθητές να αξιοποιήσουν τις έννοιες που έχουν ήδη συζητηθεί)</p>	<p>40'</p>



George Frederick Watts, Ορφέας και Ευρυδίκη (λεπτομέρεια)

© Public Domain / Wikimedia Commons

Σημειώσεις για τον εκπαιδευτικό

Αναγνωρίζω και εκφράζω ευγνωμοσύνη

Το 2013 ο ψυχολόγος Robert Emmons² προσδιόρισε την ευγνωμοσύνη ως την ικανότητά μας να εκτιμούμε τα καλά που συμβαίνουν στη ζωή μας και να αναγνωρίζουμε ότι κάποια από αυτά προέρχονται από κάποιον άλλον. Υποστήριξε ότι υπάρχει στενή σύνδεση ανάμεσα στην ευγνωμοσύνη και την ψυχική υγεία, καθώς όσοι μπορούν να εκφράσουν ευγνωμοσύνη αναφέρουν υψηλότερα επίπεδα θετικών συναισθημάτων και αισιοδοξίας και χαμηλότερα επίπεδα θυμού, άγχους και ντροπής. Η ικανότητά μας να εκφράζουμε ευγνωμοσύνη συνδέεται με την ικανότητά μας να συγχωρούμε και να διαμορφώνουμε καλύτερης ποιότητας διαπροσωπικές σχέσεις. Η ευγνωμοσύνη χρησιμοποιείται ως ένας θετικός φακός με τον οποίο βλέπουμε τον κόσμο και μας κάνει να είμαστε λιγότερο επικριτικοί με τον εαυτό μας και τους άλλους.

Συνειδητοποιώ τι μπορώ να ελέγξω και τι όχι

Σε οποιαδήποτε κατάσταση, υπάρχουν παράγοντες που μπορούμε να ελέγξουμε και παράγοντες που δεν μπορούμε να ελέγξουμε. Υπάρχουν, επίσης, πολλά που μπορούμε να κάνουμε για να μειώσουμε την αρνητική επίδραση των δυσκολιών πάνω μας, χωρίς ωστόσο, να έχουμε τον τελευταίο λόγο για το πως θα εξελιχθεί η κατάσταση. Είναι πολύ σημαντικό να μπορούμε να διακρίνουμε όσα μπορούμε πραγματικά να επηρεάσουμε (οι σκέψεις μας, οι πεποιθήσεις μας, τα συναισθήματά μας, ο τρόπος που αντιδρούμε στο περιβάλλον μας, οι προσπάθειές μας για την ολοκλήρωση ενός έργου, ο τρόπος που τρεφόμαστε, οι αναπνοές μας κ.τ.λ.) από όλα αυτά πάνω στα οποία δεν ασκούμε κανέναν έλεγχο (οι σκέψεις, τα συναισθήματα, οι αντιδράσεις των άλλων, το εκπαιδευτικό σύστημα και η διαδικασία των εξετάσεων κ.τ.λ.)

Η ικανότητά μας να έχουμε συνείδηση του τι μπορούμε να ελέγξουμε και τι όχι είναι ιδιαίτερα χρήσιμη σε αγχογόνες συνθήκες. Το άγχος εμφανίζεται συχνά όταν εστιάζουμε δυσανάλογα πολύ στους παράγοντες που δεν μπορούμε να ελέγξουμε, ενώ παραλείπουμε να σκεφτούμε τα πράγματα που μπορούμε πραγματικά να ελέγξουμε. Συχνά, ειδικά σε αγχογόνες περιόδους, μπορούμε να εστιαστούμε σε βασικές πράξεις αυτο-φροντίδας, όπως είναι ο ύπνος, η ενυδάτωση, η τροφή, η κίνηση του σώματός μας. Πρέπει να θυμόμαστε ότι το άγχος τείνει να διογκώνεται, κρατώντας μας επικεντρωμένους σε τρομακτικές αλλά μη ρεαλιστικές απειλές πάνω στις οποίες έχουμε λίγο ή καθόλου έλεγχο και καθιστώντας ακόμη πιο δύσκολο να επικεντρωθούμε σε απλές δραστηριότητες φροντίδας του εαυτού.

Εμπιστοσύνη

Όπως έδειξε ο Bowlby³ στη θεωρία του δεσμού, τα παιδιά αναπτύσσονται συναισθηματικά όταν υπάρχουν άνθρωποι τους οποίους μπορούν να εμπιστευθούν και από τους οποίους είναι ασφαλές να εξαρτηθούν. Οι άνθρωποι αυτοί παρέχουν μια ασφαλή αφετηρία, ξεκινώντας από την οποία τα παιδιά μπορούν να διερευνήσουν τον κόσμο, με την πεποίθηση ότι μπορούν να επιστρέψουν εκεί για να λάβουν τη διαβεβαίωση ότι τα πάνε καλά. Όταν τα σημαντικά πρόσωπα δείχνουν ευαισθησία, κατανοούν τις ανάγκες των παιδιών και ανταποκρίνονται σε αυτές με ευαισθησία, τότε τα παιδιά αναμένεται να αναπτύξουν πλήρως το δυναμικό τους. Κατά παράδοξο τρόπο αυτή η σχέση ασφαλούς εξάρτησης μπορεί να επιτρέψει στα παιδιά να κινηθούν προς την αυτονομία και την προσωπική ανεξαρτησία. Το αίσθημα της ασφάλειας προέρχεται από

² Emmons, R. A., 2013. *Gratitude Works!: A Twenty-One-Day Program for Creating Emotional Prosperity*. San Francisco: Jossey-Bass.

³ Κάκουρος, Ε. & Μανιαδάκη, Κ., 2006. *Ψυχοπαθολογία παιδιών και εφήβων*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

την πεποίθηση ότι μπορούν να αγαπηθούν απροϋπόθετα οτιδήποτε και αν κάνουν, ακόμα και όταν η άμεση συμπεριφορά τους δεν είναι τόσο αξιαγάπητη. Εάν τα παιδιά βιώσουν τέτοιες θετικές σχέσεις και απροϋπόθετη αγάπη από τους γονείς και τους δασκάλους θα αποκτήσουν μια θετική αυτοεικόνα.

Η απροϋπόθετη αποδοχή από την πλευρά των σημαντικών άλλων είναι με τη σειρά της απόδειξη εμπιστοσύνης προς το παιδί και συνδέεται με την ενθάρρυνση⁴. Τα παιδιά ενθαρρύνονται όταν νιώθουν αυτάρκη, είναι ορατά και πιστεύουν ότι έχουν αξία μόνο και μόνο επειδή υπάρχουν. Στην περίπτωση αυτή οικοδομούν ισχυρή αυτοεκτίμηση, γνωρίζουν καλά τον εαυτό τους και δεν ματαιώνονται εύκολα.

Ελέγχω την παρορμητικότητά μου. Αναβάλλω την ικανοποίησή μου

Ο Goleman⁵ περιγράφει την παρορμητικότητα ως συναισθηματική πειρατεία. Όταν ο εγκέφαλος αντιλαμβάνεται ένα ερέθισμα ως απειλητικό, παράγει άμεσα μια έντονη συναισθηματική και φυσιολογική απόκριση, πριν παρέμβει η λογική και συνειδητοποιήσουμε τι συνέβη στις σωστές του διαστάσεις. Η απόκριση αυτή είναι χρήσιμη στην περίπτωση μιας πραγματικής απειλής για την ασφάλειά μας, μιας περίπτωσης ανάλογης με εκείνη κατά την οποία και τα ζώα ενεργοποιούν αντιδράσεις μάχης ή φυγής. Στις περιπτώσεις, όμως, των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων, στις οποίες εμπλέκονται οι σύγχρονοι άνθρωποι, η παρορμητικότητα μπορεί εύκολα να οδηγήσει σε καταστάσεις για τις οποίες θα μετανιώσουμε, όπως επεισόδια λεκτικής ή σωματικής βίας. Εάν συνειδητοποιήσουμε τις καταστάσεις που πυροδοτούν την παρορμητικότητά μας, τότε είναι δυνατόν να δώσουμε χρόνο στον εαυτό μας να την ελέγξει, πριν προχωρήσει σε κάποια ενέργεια.

Επίσης, όπως ισχυρίζεται η Stahl, ζωτικής σημασίας για τον άνθρωπο είναι η ικανότητα να διαχειρίζεται την αίσθηση της απόλαυσης και του πόνου. Θα πρέπει να αναπτύξει την ικανότητα της αντοχής στη ματαιίωση, της αναβολής της ικανοποίησης και του ελέγχου των ενορμήσεων. Η πειθαρχία είναι μια από τις σημαντικές προϋποθέσεις για μια πετυχημένη ζωή, ιδιαίτερα σήμερα, σε μια εποχή άπειρων επιλογών και αφθονίας.

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).



⁴ Jesper, J., 2019. *Το ικανό σου παιδί*. Αθήνα: Πουά.

⁵ Goleman, D., 2011. *Η συναισθηματική νοημοσύνη, Γιατί το "EQ" είναι πιο σημαντικό από το "IQ"*. Αθήνα: Πεδίο.