



ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ
& ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ (ΟΚΑΝΑ)

ΓΕΦΥΡΕΣ

ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΒΟΗΘΗΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ ΣΕ ΤΡΕΙΣ ΓΛΩΣΣΕΣ:
ΦΑΡΣΙ ΟΥΡΝΤΟΥ ΚΑΙ ΚΟΡΜΑΤΖΙ



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ
ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ
8 – 16 ΕΤΩΝ



Φαρσί

Ζωγραφίζω τον εαυτό μου

και γράφω γύρω γύρω τι με χαρακτηρίζει (π.χ. είμαι ευγενικός, έχω χιούμορ κ.α.), σε τι τα καταφέρνω καλά, τι μου αρέσει (π.χ. αγαπημένο παιχνίδι, χρώμα, τραγούδι κ.α.)

خودم را نقاشی میکنم

و در اطراف نقاشی، مشخصه‌های خودم را مینویسم (مثلاً مؤدبم، اهل شوخی هستم، غیره)، در چه کاری خوب هستم، چه چیزی دوست دارم (مثلاً بازی، رنگ، آهنگ دلخواه و غیره).

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

کارگاه 2

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 2

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم



Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم



Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم

Είμαι من هستم



ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 2

کارگاه 2

من هستم

من هستم

من هستم

من هستم

من هستم



من هستم

من هستم

من هستم

من هستم

من هستم



من هستم

من هستم

من هستم

من هستم

من هستم



Αγαπημένο μου:

Περπατήστε στο χώρο επαναλαμβάνοντας φωναχτά το αγαπημένο σας άθλημα. Όταν ακούσετε και βρείτε κάποιον με την ίδια προτίμηση, πιάστε τον από το χέρι και συνεχίστε να περπατάτε μαζί ψάχνοντας τον επόμενο. Όταν δεν υπάρχει άλλο παιδί με την ίδια προτίμηση, έχει σχηματιστεί η ομάδα σας και κάθεστε στο χώρο σας.

موارد دلخواه من:

راه بروید و ورزش مورد علاقهتان را با صدای بلند تکرار کنید. . زمانی که صدای فردی را با علاقمندی مشابه شنیدید و یافتید، دست او را بگیرید و به راه رفتن ادامه دهید تا نفر بعدی را بیابید زمانی که کودک دیگری با علاقمندی مشابه نبود، تیمتان تشکیل شده است و می‌توانید سر جایتان بنشینید.

Συζητήστε τί σας αρέσει σ' αυτό το άθλημα και κάνετε μια ομαδική ζωγραφιά για το άθλημα αυτό.

چیزهایی را که در آن ورزش دوست دارید به بحث بگذارید و یک نقاشی گروهی درباره آن بکشید.

Πناهگاه من در اوقات سختی

چیزی که در مورد خودم دوست دارم

دهمکارهایی که به خوبی انجام می

کنند افرادی که از من پشتیبانی می

کنم و به آن افتخار می‌کری که انجام داده

کنم چیزی که برای خودم آرزو می

امضای من

1. Σκεφτείτε και συμπληρώστε τις ερωτήσεις που βρίσκονται στην ασπίδα σας.

Γράψτε αυτά που εσείς πιστεύετε για τον εαυτό σας και όχι αυτά που νομίζετε ότι θα λέγανε οι άλλοι π.χ. οι γονείς.

1. درباره سؤالیهای موجود در پناهگاه خود فکر کنید و آنها را تکمیل کنید.

طرز فکرتان درباره خودتان را بنویسید و نه طرز فکری که دیگران مثلاً والدین در مورد شما میگویند.

2.

- Γύρισε τη σελίδα με την ασπίδα σου από την πίσω πλευρά.
- Μπορείς να ζωγραφίσεις ό,τι θέλεις.
- Μπορείς επίσης, να δώσεις στην ασπίδα σου και ένα όνομα αν θέλεις.

Είναι η προσωπική σου ασπίδα, που θα την πάρεις μαζί σου και θα μπορείς να τη βλέπεις όταν έχεις μια δυσκολία, για να νιώθεις καλά και για να μη ξεχνάς ότι είσαι σημαντικό άτομο και ότι μπορείς να τα καταφέρεις.

.2

• صفحه را برگردانید تا پناهگاهتان در پشت ظاهر شود.

• میتوانید هر آنچه را که میخواهید، نقاشی کنید.

• همچنین میتوانید در صورت دلخواه روی پناهگاهتان اسم بگذارید.

این پناهگاه شخصی شماست که همه جا با خود می‌برید و می‌توانید در زمان مواجهه با مشکل، آن را ببینید تا احساس خوبی داشته باشید و فراموش نکنید که شما شخص مهمی هستید و میتوانید از پس آن بر بیایید.

مواد پشتیبان

کارگاه 4

1. Ο ήρωάς μου
 - Συζητάμε για κάποιο πρόσωπο που θαυμάζουμε (πραγματικό ή φανταστικό) που είτε ζει ή όχι.
 - Για ποιους λόγους θαυμάζω αυτό το πρόσωπο; Τι ικανότητες έχει; Σε τι θα ήθελα να του μοιάσω;
 - Γράφουμε στο χαρτί αυτό τους ήρωές μας

1. قهرمان من

- می خواهیم در مورد شخصی صحبت کنیم که تحسین می کنیم (واقعی یا فانتزی) و می تواند زنده یا مرده باشد.
- چرا باید آن شخص را تحسین کنم؟ چه مهارت هایی دارد؟ دوست دارید در چه جنبه هایی مانند او باشید؟
- قهرمان هایمان را در روی این کاغذ می نویسیم

مواد پشتیبان

کارگاه 4

2. Φαντάσου ότι μία μέρα συναντάς τον ήρωά σου και τον παρακαλές να σε βοηθήσει σε ένα πραγματικό πρόβλημα που έχεις. Ποιο είναι αυτό το πρόβλημα; Τι απάντηση πιστεύεις ότι θα σου έδινε;

2. فرض کنید که یک روز قهرمانتان را ملاقات کنید و از او بخواهید تا درباره مشکل واقعی که دارید که به شما کمک کند. این مشکل چیست؟ فکر می‌کنید چه پاسخی به شما می‌دهد؟

3. Η συμβουλή που μου έδωσε ο ήρωάς μου

3. توصیه قهرمان من

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

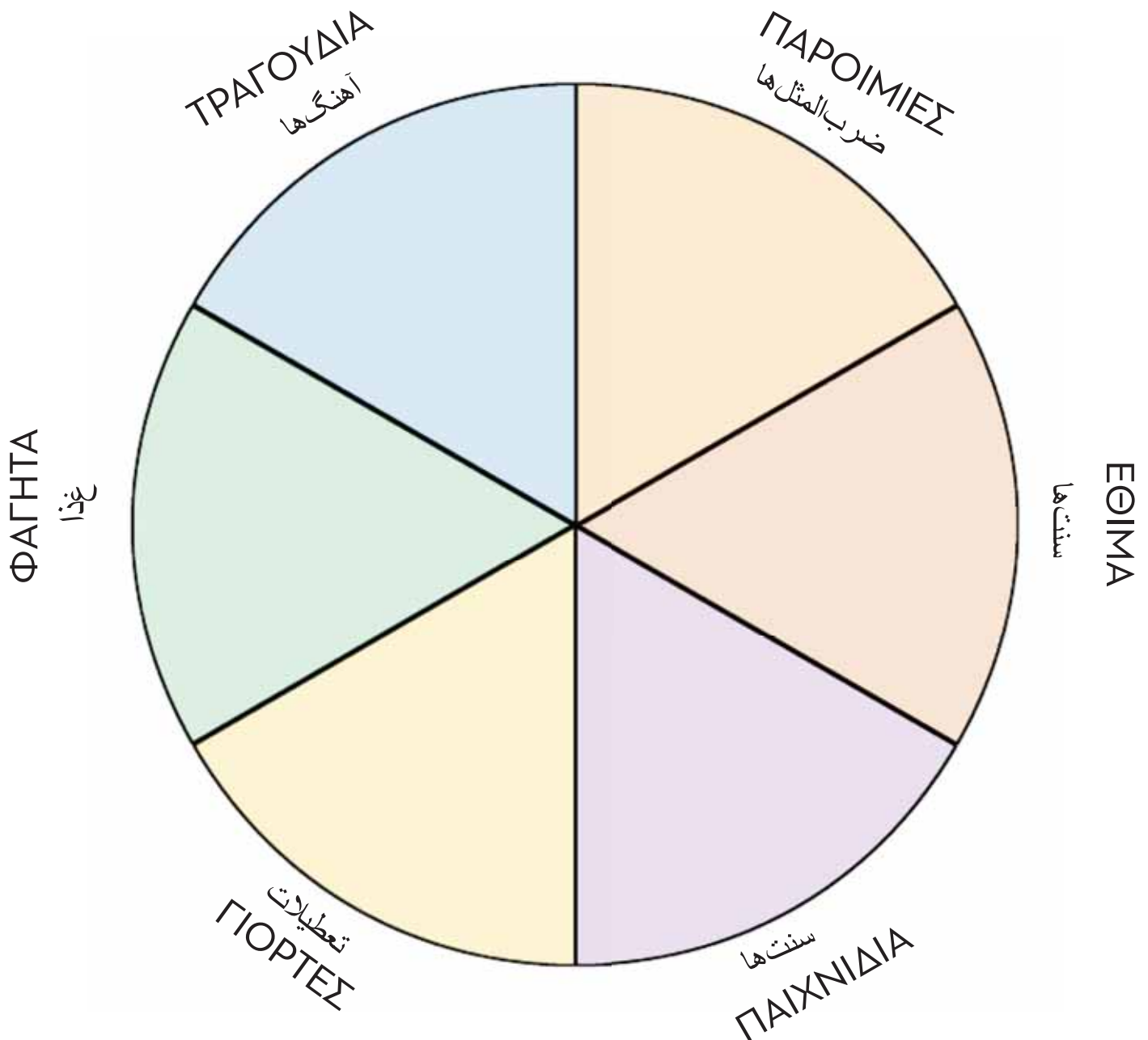
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 5

Ο κύκλος της δικής μου κουλτούρας مواد پشتيان

دایره فرهنگ خودم

Γράφω ή ζωγραφίζω στον κύκλο, τραγούδια, φαγητά κτλ που υπάρχουν στη χώρα που μεγάλωσα.

می خواهم دایره، آهنگها، غذا و غیره را در فرهنگي که در آن بزرگ شده ام بنویسم یا نقاشی کنم.



Αποχαιρετισμός

مواد

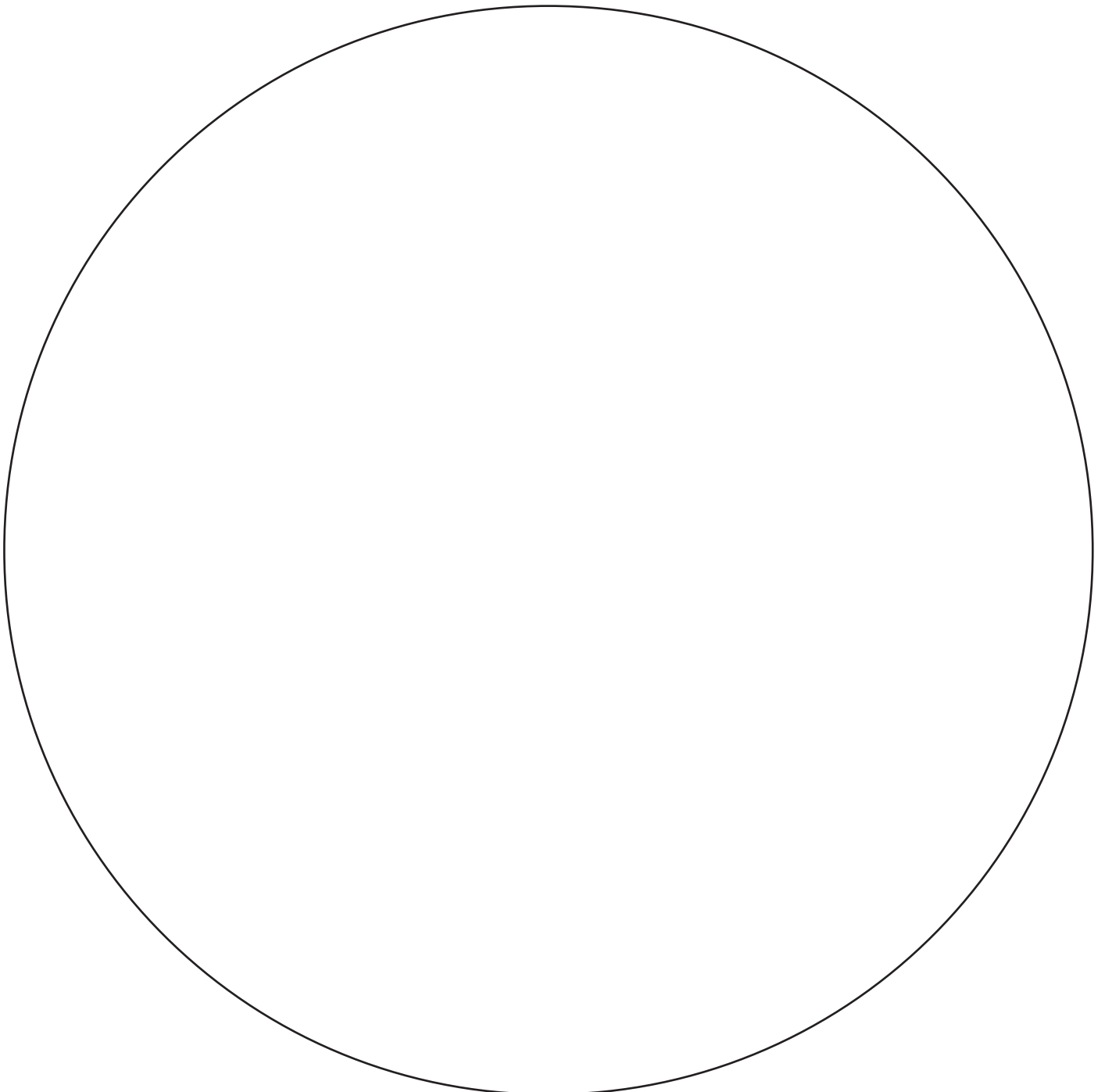
کارگاه 6

ΜΑΣΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ

ماسک احساسی

Ζωγραφίζω ένα πρόσωπο που δείχνει πώς νιώθω τώρα.

می خواهم صورتی را نقاشی کنم که نشان می دهد اکنون چه احساسی دارم.



ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

من بزرگ شدم: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 7
من و سایرین

Μεγαλώνω: Εγώ και οι άλλοι مواد پشتیبان

کارگاه 7

Ζωγραφίστε ένα παιδί της ηλικίας σας.

Διαλέξτε αν θα ζωγραφίσετε αγόρι ή κορίτσι, δώστε του ένα όνομα.

Γράψτε γύρω - γύρω τι του αρέσει να κάνει, τι ικανότητες έχει, τι ανάγκες (τι χρειάζεται), ποια είναι το όνειρά του

یک بچه همسن خود بکشید.

انتخاب کنید که می خواهید یک دختر بکشید یا یک پسر و اسمی برایش انتخاب کنید.

در اطراف نقاشی بنویسید که دوست دارد چه کارهایی انجام دهد، چه مهارت هایی دارد، چه نیازهایی (نیازهای او چیست) دارد، چه رویاهایی دارد.



ΦΟΒΑΜΑΙ
ترسیدم



ΧΑΙΡΟΜΑΙ
خوشحالم



ΑΓΑΠΩ
عاشقم



ΠΟΝΑΩ
درد دارم



ΖΗΛΕΥΩ
متعجبم



ΝΙΩΘΩ
ΠΕΡΗΦΑΝΟΣ
ناراحتم

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 8

Για χωρισμό σε ομάδες



Πότε νιώθω...

Σκεφτείτε μία κατάσταση στην οποία νιώθετε το συναίσθημα της κάρτας σας. Στη συνέχεια, προετοιμάστε μία παντομίμα που θα παίξετε στα υπόλοιπα παιδιά, για να δούμε αν θα καταφέρουν να βρουν αυτό το συναίσθημα.

زمانی که احساس ... می‌کنم

به موقعیتی فکر کنید که احساستان مانند چیزی است که در کارتتان توضیح داده‌اید. سپس یک پانتومیم آماده کنید تا در جلوی سایر بچه‌ها اجرا کنید و ببینید آیا آنها می‌توانند آن احساس را حدس بزنند یا خیر.



ΦΟΒΑΜΑΙ όταν...
می ترسم زمانی که...



ΧΑΙΡΟΜΑΙ όταν...
خوشحالم زمانی که...



ΕΚΠΛΗΣΣΟΜΑΙ όταν...
متعجبم زمانی که...



ΛΥΠΑΜΑΙ όταν...
ناراحتم زمانی که...



ΘΥΜΩΝΩ όταν...
ام زمانی که... عصبانی



ΝΤΡΕΠΟΜΑΙ όταν...
کنم زمانی که... احساس شرمندگی می

Συζητείστε αυτό το σενάριο και σημειώστε:

- Πώς νιώθει ο πρωταγωνιστής στην κατάσταση αυτή;
- Πώς νιώθει ο άλλος;
- Τι χρειάζεται ο πρωταγωνιστής; Πετυχαίνει αυτό που θέλει;
- Πώς πιστεύετε ότι θα εξελιχθεί η ιστορία;

Αν θέλετε μπορείτε να παίξετε τους ρόλους του σεναρίου και να το παρουσιάσετε αργότερα στα άλλα παιδιά.

Αين سناريو را به بحث بگذاريد و توجه داشته باشيد كه:

- کاراکتر اصلی در این موقعیت چه احساسی دارد؟
- شخص دیگر چه احساسی دارد؟
- شخصیت اصلی به چه چیزی نیاز دارد؟ آیا به آنچه می‌خواهد می‌رسد؟
- فکر می‌کنید داستان چگونه تکامل می‌یابد؟

اگر بخواهید می‌توانید نقش‌های نمایشنامه را بازی کنید و سپس نمایشنامه را در جلوی سایر بچه‌ها اجرا کنید.

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΑ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 10



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Εσύ του φωνάζεις και τον σπρώχνεις μήπως και ξεκινήσει...»

«شما و دوستتان وظیفه دارید تا اتاق بازی را تمیز کنید . شما شروع به مرتب کردن اتاق کردید، اما دوستتان نه . شما بر سر او داد می‌زنید و او را مجبور می‌کنید تا شروع کند...»



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Κάνεις ότι δεν τον βλέπεις, μουρμουρίζεις από μέσα σου και συνεχίζεις το συμμαζέμα...»

«شما و دوستتان وظیفه دارید تا اتاق بازی را تمیز کنید . شما شروع به مرتب کردن اتاق کردید، اما دوستتان نه . او را نمی‌بینید، به صورت مخفیانه با خودتان زمزمه می‌کنید و به تمیز کردن ادامه می‌دهید...»



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Πηγαίνεις προς το μέρος του, τον κοιτάς και του λες ότι χρειάζεται να συμφωνήσετε μεταξύ σας για το τι θα κάνει ο καθένας...»

«شما و دوستتان وظیفه دارید تا اتاق بازی را تمیز کنید . شما شروع به مرتب کردن اتاق کردید، اما دوستتان نه . پیش او می‌روید، به او نگاه می‌کنید و می‌گویید که باید با همدیگر درباره کاری که هر کدام از شما باید انجام دهد، توافق کنید...»

راه‌هایی که به موقعیت‌های مختلف واکنش نشان
می‌دهیم

کارگاه

- Διεκδικητικός τύπος αντίδρασης:

Εκφράζω θετικά και αρνητικά συναισθήματα, σέβομαι, είμαι ψύχραιμος και σταθερός, λέω τι θέλω, ακούω και τον άλλον, παίρνω πρωτοβουλία, επιλέγω

- Παθητικός τύπος αντίδρασης:

Αποφεύγω, απολογούμαι, δικαιολογούμαι, ακολουθώ τις αποφάσεις των άλλων, κρύβω ή αποφεύγω τα συναισθήματα μου, υποχωρώ

- Επιθετικός τρόπος αντίδρασης:

Κατηγορώ, δεν σέβομαι, απαιτώ, δεν μπαίνω στη θέση του άλλου, επιβάλλω, νιώθω ανώτερος ή σωστός, ξεσιπώ

- نوع پاسخ قاطعانه:

احساس‌های مثبت و منفی را ابراز می‌کنم، احترام می‌گذارم، خونسرد و باثبات هستم، هر آنچه را بخواهم می‌گویم، به دیگران گوش می‌دهم، شروع‌کننده هستم، انتخاب می‌کنم

- نوع پاسخ منفعل:

دوری می‌کنم، معذرت‌خواهی می‌کنم، خودم را توجیه می‌کنم، تصمیمات دیگران را دنبال می‌کنم، احساساتم را مخفی می‌کنم یا از آنها دوری می‌کنم، عقب‌نشینی می‌کنم.

- نوع پاسخ تهاجمی:

سرزنش می‌کنم، احترام نمی‌گذارم، تقاضا می‌کنم، خودم را در جای دیگری قرار نمی‌دهم، مجبور می‌کنم، احساس برتری یا درستی می‌کنم، عصبانی می‌شوم

طلوع

Ζωγραφίστε στη σελίδα σας έναν ορίζοντα με μια ανατολή. Γύρω γύρω από την ανατολή σκεφτείτε και αν θέλετε γράψτε κάποια όνειρα ή στόχους σας: Τι θα ήθελα στο μέλλον να κάνω, να μάθω, να συμβεί, να πετύχω;

روی صفحه‌تان یک خط افق با طلوع آفتاب بکشید. در اطراف طلوع، به چندین رویای خودتان فکر کنید و اگر می‌خواهد آنها را بنویسید می‌خواهم چه کاری انجام دهم، چه چیزی را بدانم، در چه چیزی موفق شوم یا می‌خواهم در آینده چه اتفاقی بیفتد؟

خوش آمدید

Σηκωνόμαστε όλοι, περπατάμε στο χώρο και χαιρετιόμαστε σαν να:

- Πρόκειται να φύγουμε ταξίδι
- Συστηνόμαστε για πρώτη φορά
- Βλέπουμε κάποιον από την απέναντι πλευρά του δρόμου
- Συναντάμε το φίλο μας/φίλη μας
- Βλέπουμε μπροστά μας ένα μωράκι

بیایید همه بلند شویم و راه برویم و با هم به گونه‌ای احوال‌پرسی کنیم که انگار:

- می‌خواهیم به سفر برویم
- برای اولین بار همدیگر را ملاقات کرده‌ایم
- شخص دیگری را در آن طرف خیابان دیده‌ایم
- دوستان را ملاقات کرده‌ایم
- یک کودک در جلوی خودمان دیده‌ایم

«Ποιο μέρος από αυτό το χώρο που ζείτε δε σας αρέσει και τόσο πολύ και θα θέλατε να είναι διαφορετικό;»

Συζήτηση κεντρικής άσκησης:

- Τι από αυτά που θέλουμε, μπορεί να γίνει με τη δική μας προσπάθεια;
- Από ποιόν μπορούμε να ζητήσουμε βοήθεια;
- Τι μπορεί να αναλάβει ο καθένας μας;

«Κدام قسمت مکانی را که در آن زندگی می‌کنید خیلی دوست ندارید و دوست دارید که متفاوت باشد؟»

بحث پیرامون تمرین اصلی:

- کدامیک از مواردی را که می‌خواهیم، می‌توانیم با تلاش خودمان انجام دهیم؟
- می‌توانیم از چه کسی درخواست کمک کنیم؟
- هر کدام از ما چه کاری می‌توانیم انجام دهیم؟

Ετικέτες

✂ — — — — —

| «Ο χώρος όπως είναι τώρα» |

└ — — — — — ┘

✂ — — — — —

| «Ο χώρος όπως θα τον ήθελα» |

└ — — — — — ┘

برچسب‌ها

✂ — — — — —

| «این مکان به همان صورتی که هست» |

└ — — — — — ┘

✂ — — — — —

| «این مکان به گونه‌ای که من دوست دارم باشد» |

└ — — — — — ┘

پل

Ζωγραφίστε μία γέφυρα, όπως εσείς τη φαντάζεστε (από πού ξεκινάει, πού φτάνει, πού βρίσκεται) και να βάλετε ένα τίτλο στη ζωγραφιά σας.

با تصور خود، پلی را نقاشی کنید (جایی که شروع می‌شود، جایی که هست، جایی که پایان می‌یابد) و برای نقاشی‌تان یک عنوان بگذارید.

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 13



Καλωσόρισμα: مواد

کارگاه 14

Κοιτάξτε τις κάρτες με τα δέντρα. Ποιο είναι το αγαπημένο σας δέντρο; Είναι κάποιο από αυτά που βλέπετε; Σταθείτε πάνω από το αγαπημένο σας δέντρο.

به کارتهای دارای درخت نگاه کنید . درخت دلخواهتان کدام است؟
آیا یکی از آنهايي است که ميپنيد؟
روی درخت دلخواهتان بایستيد.

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 14

مواد پشتيان

14 کارگاه



ΚΕΡΑΣΙΑ

درخت گيلاس



ΑΜΠΕΛΙ

تاکستان



ΜΗΛΙΑ

درخت سیب



ΜΟΥΣΜΟΥΛΙΑ

لوکات



ΡΟΔΙΑ

انار



ΦΟΙΝΙΚΑΣ

درخت خرما



ΣΥΚΙΑ

درخت انجیر



ΜΑΝΤΑΡΙΝΙΑ

درخت نارنگی



ΛΕΜΟΝΙΑ

درخت لیمو



ΛΩΤΟΣ

درخت زیتون



ΕΛΙΑ

لوتوس

Το Δέντρο της Ζωής

مواد پشתיبان

کارگاه 14

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

درخت زندگی 14 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ



Ζωγραφίστε το αγαπημένο σας δέντρο με το έδαφος, τις ρίζες, τον κορμό, τα κλαδιά, τα φύλλα και τα φρούτα

Στον κορμό ζωγραφίζω ή γράφω: Τι μου αρέσει στο χαρακτήρα μου, τι κάνω καλά

Στις ρίζες ζωγραφίζω ή γράφω: Τον **τόπο** που μεγάλωσα, το **οικογενειακό όνομα**, τον τόπο που γεννήθηκαν οι γονείς μου, **τα μέλη της οικογένειάς μου**, ακόμα και αυτά που δε ζουν, εκείνους που είναι **σημαντικοί** για μένα

Στα κλαδιά ζωγραφίζω ή γράφω: ποιες είναι οι **ελπίδες** και τα **όνειρά** μου αλλά και οι **ευχές** που κάνω για τη ζωή μου

Στα φύλλα σημειώνω τα **πρόσωπα** που αγαπώ, πρόσωπα που με στήριξαν ή με στηρίζουν, που μου έχουν μάθει σημαντικά πράγματα, πρόσωπα που μου έδωσαν ή μου δίνουν γέλιο και χαρά, άνθρωποι στους οποίους απευθύνομαι όταν χρειάζομαι δύναμη (πρόσωπα που υπάρχουν στη ζωή ή όχι, ακόμη και θρησκευτικά πρόσωπα, συγγραφείς, ήρωες, φανταστικοί φίλοι ακόμη και ζώα)

Στα φρούτα. Ζωγραφίζω ή γράφω τα **δώρα** που έχω πάρει στη ζωή μου. Μπορεί να είναι πράγματα, συναισθήματα, αξίες κ.α. (π.χ. εμπιστοσύνη, αγάπη, παραμύθια)



درخت دلخواهتان و همچنین زمین، ریشه‌ها، تنه، شاخه‌ها، برگ‌ها و میوه‌های آن را نقاشی کنید

روی تنه، موارد زیر را نقاشی می‌کنم یا می‌نویسیم: چه چیزی را درباره خودم دوست دارم، چه کاری را به خوبی انجام می‌دهم.

روی ریشه‌ها، موارد زیر را نقاشی می‌کنم یا می‌نویسیم: جایی که من بزرگ شدم، نام خانوادگی من، جایی که والدینم در آن متولد شده‌اند، اعضای خانواده‌ام، حتی کسانی که زنده نیستند، افرادی که برای من مهم هستند

روی شاخه‌ها، امیدها و رویاها و همچنین آرزوهایی که درباره زندگی‌ام دارم را می‌نویسم یا نقاشی می‌کنم

روی برگ‌ها، افرادی که عاشقشان هستم، افرادی که از من پشتیبانی کردند یا می‌کنند، افرادی که چیزهای مهمی به من یاد دادند، افرادی که من را خوشحال کردند و باعث شدند بخندم، افرادی که در زمان نیاز به قدرت (افراد زنده یا مرده، حتی شخصیت‌های مذهبی، نویسندگان، قهرمان‌ها، دوستان خیالی، حتی حیوانات)، به سمت آنها رفتم یادداشت می‌کنم

ها و تواند اشیا، احساسات، ارزش‌نویسم. می‌کنم یا می‌ام، نقاشی می‌هایی را که در زندگی دریافت کرده‌ها. هدیه‌روی میوه (ها) باشندغیره (مثلاً اعتماد به نفس، عشق، افسانه

Ας αποχαιρετιστούμε مواد

بیایید خداحافظی کنیم

کارگاه 15

Πάνω σε κάθε πέτρα που έχει το χαρτί μας, ας γράψουμε, ας ζωγραφίσουμε ή ας κολλήσουμε εικόνες που δείχνουν:

- τί μου άρεσε από τις συναντήσεις μας
- τι θα θυμάμαι

روی هر سنگی که کاغذمان دارد، بیایید بنویسید، نقاشی کنید یا تصاویری را بچسبانید که موارد زیر را نمایش می‌دهد:

- چه چیزی در ملاقات‌هایمان را دوست دارم
- چه چیزی را به خاطر خواهم داشت

Ουρντού

Ζωγραφίζω τον εαυτό μου

και γράφω γύρω γύρω τι με χαρακτηρίζει (π.χ. είμαι ευγενικός, έχω χιούμορ κ.α.), σε τι τα καταφέρνω καλά, τι μου αρέσει (π.χ. αγαπημένο παιχνίδι, χρώμα, τραγούδι κ.α.)

مجھے اپنے طور پر خاکہ بنانا چاہیے

اور خاکے کے گرد لکھیں کہ میرے اوصاف کیا ہیں (جیسے میں مہذب ہوں، میں مزاح کی حس رکھتا ہوں وغیرہ)، میں کیا بہتر کرتا ہوں، مجھے کیا پسند ہے جیسے (پسندیدہ گیم، رنگ، گانا وغیرہ)۔

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ورکشاپ 2

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 2

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں



Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں



Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں

Είμαι میں ہوں



ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 2

..... α

..... α

..... α

..... α

..... α

✂️ -----

..... α

..... α

..... α

..... α

..... α

✂️ -----

..... α

..... α

..... α

..... α

..... α

✂️ -----

Αγαπημένο μου:

Περπατήστε στο χώρο επαναλαμβάνοντας φωναχτά το αγαπημένο σας άθλημα. Όταν ακούσετε και βρείτε κάποιον με την ίδια προτίμηση, πιάστε τον από το χέρι και συνεχίστε να περπατάτε μαζί ψάχνοντας τον επόμενο. Όταν δεν υπάρχει άλλο παιδί με την ίδια προτίμηση, έχει σχηματιστεί η ομάδα σας και κάθεστε στο χώρο σας.

میرا پسندیدہ:

جگہ کے گرد اونچی آواز میں اپنے پسندیدہ کھیل کو دہراتے ہوئے چہل قدمی کریں۔ جب آپ کسی اور فرد جس کی یکساں ترجیح ہو اسے سنیں اور پائیں، تو اسے ہاتھ سے پکڑیں اور اگلے کی تلاش میں اکٹھے چہل قدمی کرنا جاری رکھیں۔ جب یہاں کوئی دوسرا بچہ/بچی نہ ہو جس کی یکساں ترجیح ہو، تو آپ کی ٹیم تشکیل پا چکی ہے اور آپ اپنی جگہ پر تشریف رکھ سکتے ہیں۔

Συζητήστε τί σας αρέσει σ' αυτό το άθλημα και κάνετε μια ομαδική ζωγραφιά για το άθλημα αυτό.

آپ اس کھیل میں کیا پسند کرتے ہیں اسے زیر بحث لائیں اور اس کے متعلق گروپ پینٹنگ بنائیں۔

سخت وقتوں میں میری ڈھال

بعض چیزیں جو میں اپنے متعلق پسند کرتا ہوں	وہ چیزیں جو میں بہتر کرتا ہوں
وہ لوگ جو میری معاونت کرتے ہیں	ایسی چیز جو میں کر چکا ہوں اور اس پر فخر کرتا ہوں
ایسی چیز جو میں اپنے لیے چاہتا ہوں	میرے دستخط

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 3

1. Σκεφτείτε και συμπληρώστε τις ερωτήσεις που βρίσκονται στην ασπίδα σας.

Γράψτε αυτά που εσείς πιστεύετε για τον εαυτό σας και όχι αυτά που νομίζετε ότι θα λέγανε οι άλλοι π.χ. οι γονείς.

1. سوچیں اور اپنی شیڈ پر سوالات کو پر کریں۔

جو کچھ آپ اپنے متعلق سوچتے ہیں اسے تحریر کریں نہ کہ دیگر لوگ جو کچھ آپ کے متعلق کہیں گے جیسے والدین۔

2.

- Γύρισε τη σελίδα με την ασπίδα σου από την πίσω πλευρά.
- Μπορείς να ζωγραφίσεις ό,τι θέλεις.
- Μπορείς επίσης, να δώσεις στην ασπίδα σου και ένα όνομα αν θέλεις.

Είναι η προσωπική σου ασπίδα, που θα την πάρεις μαζί σου και θα μπορείς να τη βλέπεις όταν έχεις μια δυσκολία, για να νιώθεις καλά και για να μη ξεχνάς ότι είσαι σημαντικό άτομο και ότι μπορείς να τα καταφέρεις.

2.

- صفحے کو پلٹیں تاکہ آپ کی شیڈ پشت پر نظر آئے۔
- آپ اپنی خواہش کے مطابق جو چاہیں پینٹ کر سکتے ہیں۔
- اگر آپ چاہیں تو آپ اپنی شیڈ کو ایک نام بھی دے سکتے ہیں۔

یہ آپ کی ذاتی شیڈ ہے جو آپ کو اپنے ساتھ لے جانی چاہیے اور جب آپ کسی مشکل کا سامنا کرتے ہیں تو اچھا محسوس کرنے اور اہم فرد کے طور پر اپنی اہمیت کو نہ بھولنے اور یہ کہ آپ یہ کر سکتے ہیں، آپ اسے دیکھنے کے قابل ہوں گے۔

1. Ο ήρωάς μου

- Συζητάμε για κάποιο πρόσωπο που θαυμάζουμε (πραγματικό ή φανταστικό) που είτε ζει ή όχι.
- Για ποιους λόγους θαυμάζω αυτό το πρόσωπο; Τι ικανότητες έχει; Σε τι θα ήθελα να του μοιάσω;
- Γράφουμε στο χαρτί αυτό τους ήρωές μας

1. میرا ہیرو

- ہم ایک ایسے فرد کے متعلق بات کرنے جا رہے ہیں جسے ہم سراہتے ہیں (حقیقی یا مبالغہ آمیز) جو زندہ ہے یا نہیں۔
- میں اس فرد کو کیوں سراہتا ہوں؟ اس کے پاس کونسی صلاحیتیں ہیں؟ میں کس پہلو سے اس کی طرح ہونا چاہوں گا/گی؟
- ہم اپنے ہیروز کو اس کاغذ پر نوٹ کرتے ہیں

2. Φαντάσου ότι μία μέρα συναντάς τον ήρωά σου και τον παρακαλός να σε βοηθήσει σε ένα πραγματικό πρόβλημα που έχεις. Ποιο είναι αυτό το πρόβλημα;
Τι απάντηση πιστεύεις ότι θα σου έδινε;

2. تصور کریں کہ ایک دن آپ اپنے ہیرو سے ملاقات کرتے ہیں اور آپ اس سے اپنے کسی حقیقی مسئلے میں مدد کے لیے اس سے تقاضہ کرتے ہیں۔ وہ مسئلہ کیا ہے؟
آپ کے خیال میں وہ آپ کو کونسا جواب دے گا/گی؟

3. Η συμβουλή που μου έδωσε ο ήρωάς μου

3. میرے ہیرو کا مشورہ

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

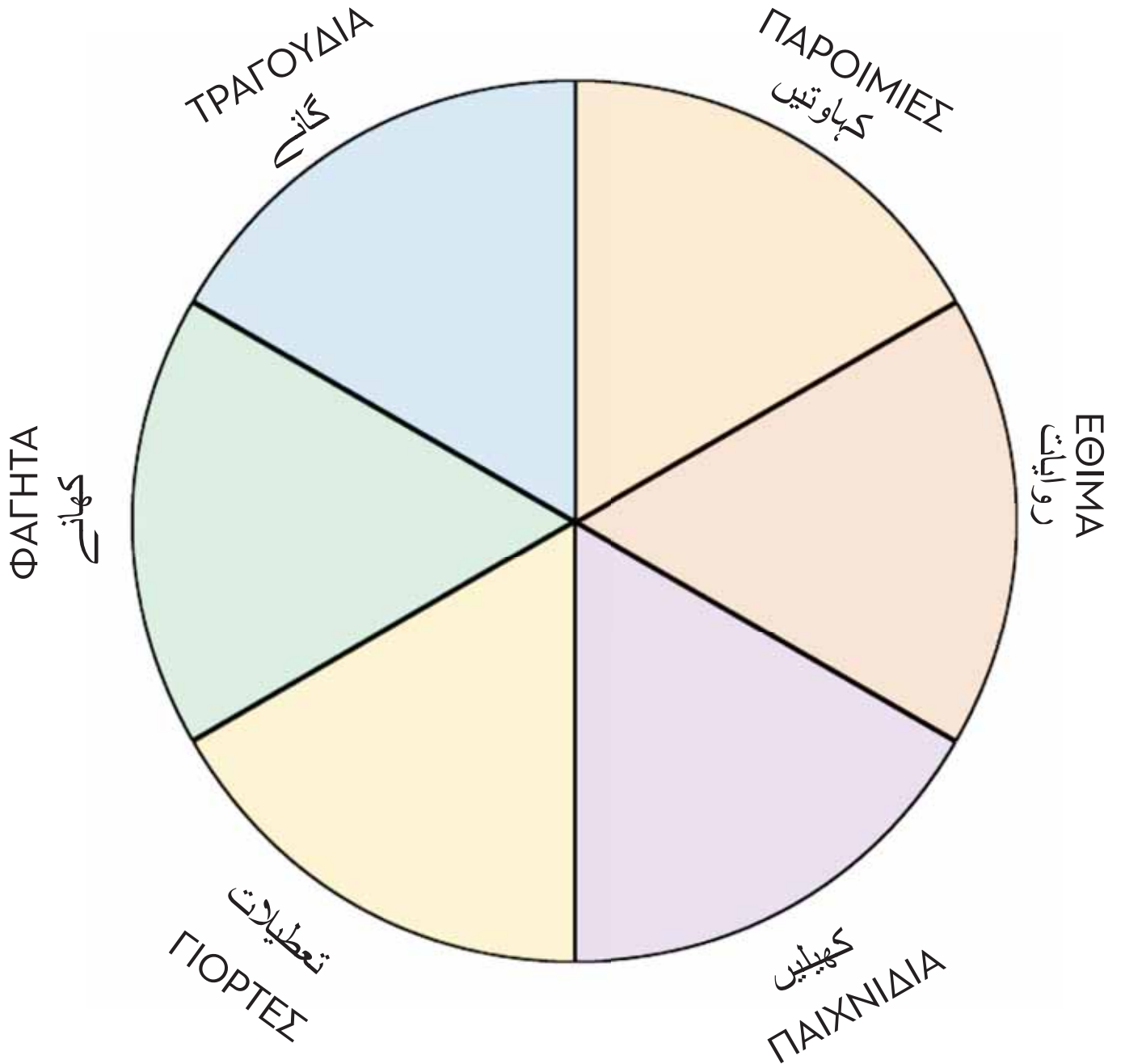
میری اپنی تہذیب کا دائرہ ERΓΑΣΤΗΡΙ 5

Ο κύκλος της δικής μου κουλτούρας

معاون مواد

Γράφω ή ζωγραφίζω στον κύκλο, τραγούδια, φαγητά κτλ που υπάρχουν στη χώρα που μεγάλωσα.

میں اپنے ملک، جہاں میں پلا بڑھا ہوں وہاں موجود گانوں، کہانے وغیرہ لکھنے یا اس پر دائرہ لگانے جا رہا ہوں۔



Αποχαιρετισμός

مواد

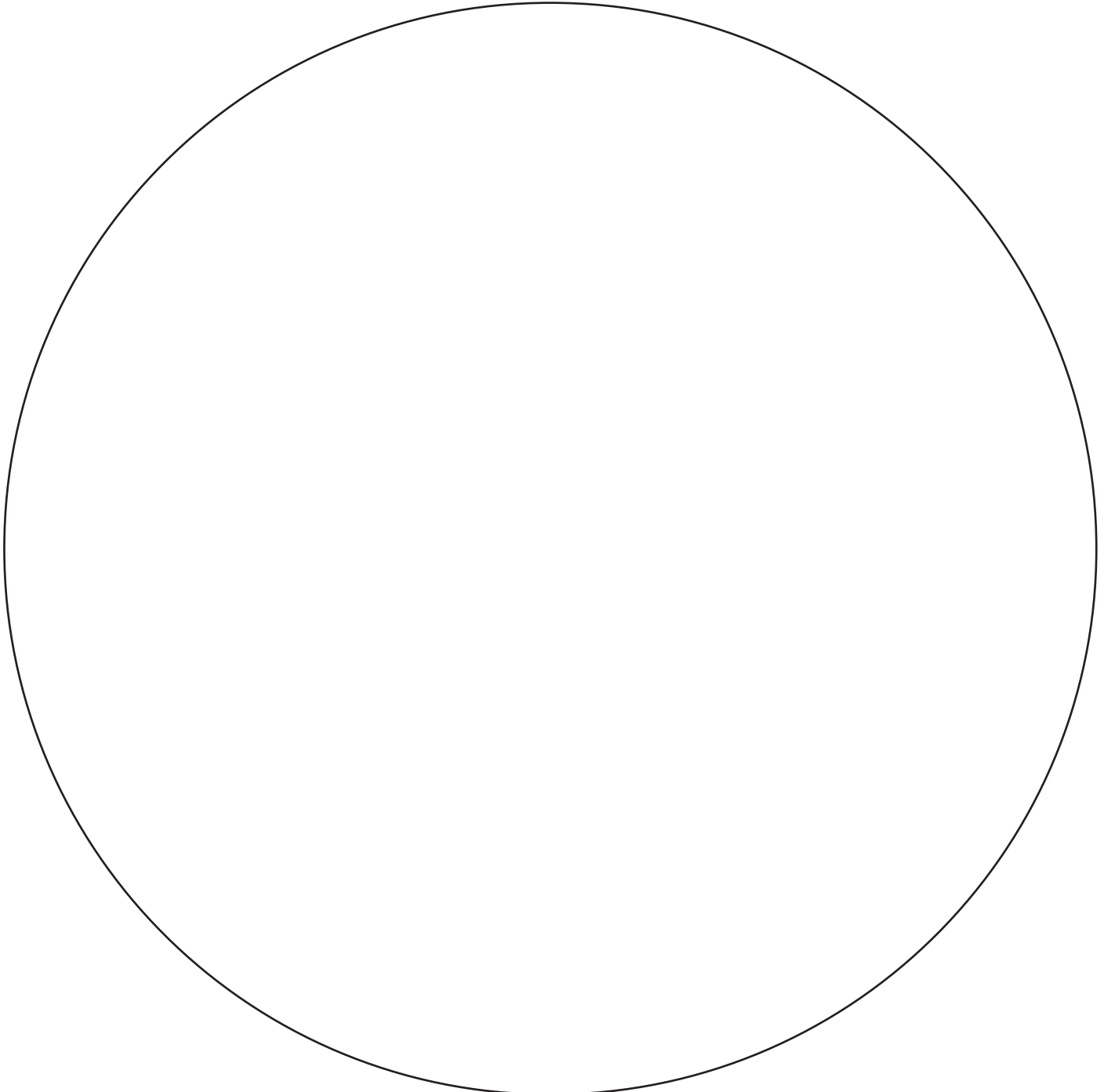
ورکشاپ 6

ΜΑΣΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ

جذبائی ماسک

Ζωγραφίζω ένα πρόσωπο που δείχνει πώς νιώθω τώρα.

میں ابھی کیسا محسوس کر رہا ہوں اسے ظاہر کرتا اپنا چہرہ بنانے جا رہا ہوں۔



ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 7
میں پلا بڑھا ہوں:
میں اور دیگر افراد

Μεγαλώνω: Εγώ και οι άλλοι معاون مواد

ورکشاپ 7

Ζωγραφίστε ένα παιδί της ηλικίας σας.

Διαλέξτε αν θα ζωγραφίσετε αγόρι ή κορίτσι, δώστε του ένα όνομα.

Γράψτε γύρω - γύρω τι του αρέσει να κάνει, τι ικανότητες έχει, τι ανάγκες (τι χρειάζεται),
ποια είναι το όνειρά του

اپنی عمر کے بچے کا خاکہ بنائیں۔

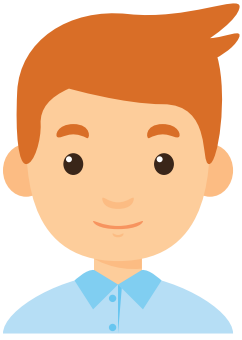
یا تو لڑکا یا لڑکی کا خاکہ بنانے کا انتخاب کریں، اسے ایک نام دیں۔

خاکے کے گرد اس کی پسند کے کام، اس کی صلاحیتیں، اس کی ضروریات (اسے کیا ضرورتیں ہیں)، اس

کے خواب کیا ہیں، انہیں تحریر کریں

Σημειώσεις για το συντονιστή

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 8



- Στην συζήτηση της ολομέλειας μπορούμε να κάνουμε μια βασική διάκριση ανάμεσα στους παθητικούς τρόπους έκφρασης των συναισθημάτων όπως η άρνηση του συναισθήματος, η υποτίμηση, η αποφυγή, η σιωπή, ή η επίθεση, που βλάπτουν τον εαυτό ή τους άλλους και τους ενεργητικούς τρόπους όπως η συζήτηση, ο εσωτερικός διάλογος, η γραπτή έκφραση, η έκφραση μέσω τέχνης, που βοηθούν στην εκτόνωση και τη διαχείρισή του. Ο καθένας δείχνει τα συναισθήματα του με τον δικό του τρόπο, τόσο με τα λόγια του όσο και με το σώμα ή τη σιωπή του.



ΦΟΒΑΜΑΙ

میں خوف زدہ ہوں



ΧΑΙΡΟΜΑΙ

میں خوش ہوں

معاون مواد

ورکشاپ 8

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 8



ΕΚΠΛΗΣΣΟΜΑΙ

میں محو حیرت ہوں



ΛΥΠΑΜΑΙ

میں افسردہ ہوں



ΘΥΜΩΝΩ

میں ناراض ہوں



ΝΤΡΕΠΟΜΑΙ

میں شرمندہ ہوں



ΑΓΑΠΩ

میں پسند کرتا ہوں



ΠΟΝΑΩ

میں تکلیف میں ہوں

معاون مواد

ورکشاپ 8

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 8



ΖΗΛΕΥΩ
میں حسد کرتا ہوں



ΝΙΟΘΩ
ΠΕΡΗΦΑΝΟΣ
میں مغرور محسوس کرتا ہوں

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 8

Για χωρισμό σε ομάδες



Πότε νιώθω...

Σκεφτείτε μία κατάσταση στην οποία νιώθετε το συναίσθημα της κάρτας σας. Στη συνέχεια, προετοιμάστε μία παντομίμα που θα παίξετε στα υπόλοιπα παιδιά, για να δούμε αν θα καταφέρουν να βρουν αυτό το συναίσθημα.

جب میں محسوس کرتا ہوں---

ایسی صورتحال کا تصور کریں جہاں آپ اپنے کارڈ میں بیان کردہ طور پر محسوس کرتے ہیں۔ پھر یہ دیکھنے کے لیے کہ آیا بچے وہ احساس تلاش کر سکتے ہیں دیگر بچوں کے سامنے سر انجام دینے کے لیے تمثیلی کردار تیار کریں۔



ΦΟΒΑΜΑΙ όταν...

میں ڈرتا ہوں جب...



ΧΑΙΡΟΜΑΙ όταν...

میں خوش ہوتا ہوں جب...



ΕΚΠΛΗΣΣΟΜΑΙ όταν...

میں حیران ہوتا ہوں جب...



ΛΥΠΑΜΑΙ όταν...

میں افسردہ ہوتا ہوں جب...



ΘΥΜΩΝΩ όταν...

مجھے غصہ آتا ہے جب...



ΝΤΡΕΠΟΜΑΙ όταν...

میں شرمندہ ہوتا ہوں جب...

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 10

Συζητείστε αυτό το σενάριο και σημειώστε:

- Πώς νιώθει ο πρωταγωνιστής στην κατάσταση αυτή;
- Πώς νιώθει ο άλλος;
- Τι χρειάζεται ο πρωταγωνιστής; Πετυχαίνει αυτό που θέλει;
- Πώς πιστεύετε ότι θα εξελιχθεί η ιστορία;

Αν θέλετε μπορείτε να παίξετε τους ρόλους του σεναρίου και να το παρουσιάσετε αργότερα στα άλλα παιδιά.

اس صورتحال کو زیر بحث لائیں اور نوٹ کریں :

- اس صورتحال میں مرکزی کردار کیسا محسوس کرتا ہے؟
- دوسرا فرد کیسا محسوس کرتا ہے؟
- مداح کو کیا ضرورت ہے؟ جو کچھ وہ چاہتا/چاہتی ہے کیا وہ اسے پا لیتا/لیتی ہے؟
- آپ کیا سمجھتے ہیں کہ کہانی کیسے مرتب ہو گی؟

اگر آپ چاہیں تو آپ اسکرپٹس کے کردار ادا کر سکتے ہیں اور پھر دیگر بچوں کے سامنے کھیل کو سر انجام دے سکتے ہیں

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΑ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 10



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Εσύ του φωνάζεις και τον σπρώχνεις μήπως και ξεκινήσει...»

“آپ اور آپ کے دوست پلے روم کو ترتیب دینا سر انجام دے چکے ہیں۔ آپ کمرے کو ترتیب دینا شروع کرتے ہیں لیکن آپ کے دوست نہیں کرتے۔ آپ ان پر چیختے چلاتے ہیں اور اسے آغاز کرنے کے لیے زبردستی کرتے ہیں۔۔۔”



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Κάνεις ότι δεν τον βλέπεις, μουρμουρίζεις από μέσα σου και συνεχίζεις το συμμαζέμα...»

“آپ اور آپ کے دوست پلے روم کو ترتیب دینا سر انجام دے چکے ہیں۔ آپ کمرے کو ترتیب دینا شروع کرتے ہیں لیکن آپ کے دوست نہیں کرتے۔ آپ اسے نہیں دیکھتے، آپ رازداری سے اپنے منہ میں کچھ بڑبڑاتے ہیں اور صفائی کرنا جاری رکھتے ہیں۔۔۔”



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Πηγαίνεις προς το μέρος του, τον κοιτάς και του λες ότι χρειάζεται να συμφωνήσετε μεταξύ σας για το τι θα κάνει ο καθένας...»

“آپ اور آپ کے دوست پلے روم کو ترتیب دینا سر انجام دے چکے ہیں۔ آپ کمرے کو ترتیب دینا شروع کرتے ہیں لیکن آپ کے دوست نہیں کرتے۔ آپ اس کے پاس جاتے ہیں، اسے دیکھتے ہیں اور بتاتے ہیں کہ آپ میں سے ہر ایک جو کچھ کرے گا اس کے متعلق ایک دوسرے کے ساتھ منفق ہونے کی ضرورت ہوگی۔۔۔”

معاون مواد صورتحال

ورکشاپ 10

مختلف صورتحال میں ہمارے ردعمل دینے
کے طریقے

- Διεκδικητικός τύπος αντίδρασης:

Εκφράζω θετικά και αρνητικά συναισθήματα, σέβομαι, είμαι ψύχραιμος και σταθερός, λέω τι θέλω, ακούω και τον άλλον, παίρνω πρωτοβουλία, επιλέγω

- Παθητικός τύπος αντίδρασης:

Αποφεύγω, απολογούμαι, δικαιολογούμαι, ακολουθώ τις αποφάσεις των άλλων, κρύβω ή αποφεύγω τα συναισθήματα μου, υποχωρώ

- Επιθετικός τρόπος αντίδρασης:

Κατηγορώ, δεν σέβομαι, απαιτώ, δεν μπαίνω στη θέση του άλλου, επιβάλλω, νιώθω ανώτερος ή σωστός, ξεσιπώ

- تصریحی ردعمل کی قسم:

میں مثبت اور منفی جذبات کا اظہار کرتا ہوں، میں احترام کرتا ہوں، میں پرسکون اور مستحکم ہوں، میں جو چاہتا ہوں وہ کہتا ہوں، میں دوسروں کو سنتا ہوں، میں آغاز کرتا ہوں، میں منتخب کرتا ہوں

- ساکن ردعمل کی قسم:

میں گریز کرتا ہوں، معذرت، اپنی وضاحت کرتا ہوں، دوسروں کے فیصلوں کی پیروی، اپنے احساسات کو چھپاتا یا گریز کرتا ہوں، پیچھے ہٹ جاتا ہوں۔

- جارحانہ ردعمل کی قسم:

میں الزام دیتا ہوں، میں احترام نہیں کرتا، میں مطالبہ کرتا ہوں، میں اپنے آپ کو کسی اور فرد کی جگہ پر نہیں رکھتا، میں زبردستی کرتا ہوں، میں برتر یا درست محسوس کرتا ہوں، میں بدچلنی کرتا ہوں

Ζωγραφίστε στη σελίδα σας έναν ορίζοντα με μια ανατολή.
Γύρω γύρω από την ανατολή σκεφτείτε και αν θέλετε γράψτε κάποια όνειρα ή στόχους σας: Τι
θα ήθελα στο μέλλον να κάνω, να μάθω, να συμβεί, να πετύχω;

اپنے صفحے پر طلوع آفتاب کی حامل افقی لکیر کھینچیں۔ طلوع آفتاب کے دوران سوچیئے اور اگر آپ
اپنے کچھ خواب یا مقاصد لکھنا چاہتے ہیں میں کیا کرنا چاہوں گا، جاننے کے لیے، کامیاب ہونے کے لیے
یا میں ایسا کیا چاہوں گا جو مستقبل میں وقوع پذیر ہو؟

Σηκωνόμαστε όλοι, περπατάμε στο χώρο και χαιρετιόμαστε σαν να:

- Πρόκειται να φύγουμε ταξίδι
- Συστηνόμαστε για πρώτη φορά
- Βλέπουμε κάποιον από την απέναντι πλευρά του δρόμου
- Συναντάμε το φίλο μας/φίλη μας
- Βλέπουμε μπροστά μας ένα μωράκι

آئیے سب اٹھیں اور اردگرد چہل قدمی کریں اور ایسے سلام کریں جیسے اگر:

- ہم ٹرپ پر جا رہے تھے
- ہم پہلی دفعہ ملے تھے
- ہم نے سڑک کی مخالف سمت کسی کو دیکھا تھا
- ہم اپنے دوست سے ملے تھے
- ہم نے اپنے سامنے ایک بچے کو دیکھا

«Ποιο μέρος από αυτό το χώρο που ζείτε δε σας αρέσει και τόσο πολύ και θα θέλατε να είναι διαφορετικό;»

Συζήτηση κεντρικής άσκησης:

- Τι από αυτά που θέλουμε, μπορεί να γίνει με τη δική μας προσπάθεια;
- Από ποιόν μπορούμε να ζητήσουμε βοήθεια;
- Τι μπορεί να αναλάβει ο καθένας μας;

“اپنی رہائش پذیر جگہ کے کونسے حصے کو آپ اتنا زیادہ پسند نہیں کرتے اور اسے مختلف دیکھنا چاہیں گے؟”

کلیدی مشق پر مشاورت:

- ہماری وہ مطلوبہ چیزیں کونسی ہیں جو ہماری اپنی کوشش سے کی جا سکتی ہیں؟
- ہم کس سے مدد طلب کر سکتے ہیں؟
- ہم میں سے ہر ایک کیا کر سکتا ہے؟

Ετικέτες

✂ — — — — —

| «Ο χώρος όπως είναι τώρα» |

└ — — — — — ┘

✂ — — — — —

| «Ο χώρος όπως θα τον ήθελα» |

└ — — — — — ┘

ٹیگز

✂ — — — — —

| “جگہ جیسی یہ اب ہے” |

└ — — — — — ┘

✂ — — — — —

| “جگہ جیسے میں اسے دیکھنا چاہوں گا” |

└ — — — — — ┘

Ζωγραφίστε μία γέφυρα, όπως εσείς τη φαντάζεστε (από πού ξεκινάει, πού φτάνει, πού βρίσκεται) και να βάλετε ένα τίτλο στη ζωγραφιά σας.

اپنے تصور کے مطابق پل پینٹ کریں (کہاں سے شروع ہوتا ہے، یہ کہاں ہے، کہاں ختم ہوتا ہے) اور اپنی پینٹنگ پر عنوان لکھیں

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 13



Καλωσόρισμα: مواد

ورکشاپ 14

Κοιτάξτε τις κάρτες με τα δέντρα. Ποιο είναι το αγαπημένο σας δέντρο; Είναι κάποιο από αυτά που βλέπετε; Σταθείτε πάνω από το αγαπημένο σας δέντρο.

درختوں کے حامل کارڈز دیکھیں۔ آپ کا پسندیدہ درخت کونسا ہے؟
جو آپ دیکھ رہے ہیں کیا یہ ان میں سے ایک ہے؟
اپنے پسندیدہ درخت پر کھڑے ہو جائیں۔

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 14

معاون مواد

ورکشاپ 14



ΚΕΡΑΣΙΑ

چیری کا درخت



ΑΜΠΕΛΙ

انگور کا باغ



ΜΗΛΙΑ

سیب کا درخت



ΜΟΥΣΜΟΥΛΙΑ

لوکاٹ



ΡΟΔΙΑ

انار



ΦΟΙΝΙΚΑΣ

کھجور کے درخت



ΣΥΚΙΑ

انجیر کا درخت



ΜΑΝΤΑΡΙΝΙΑ

سنگترے کا درخت



ΛΕΜΟΝΙΑ

یموں کا درخت



ΛΩΤΟΣ

کنول



ΕΛΙΑ

زیتون کا درخت

Το Δέντρο της Ζωής

معاون مواد

ورکشاپ 14

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ

ΥΛΙΚΟ

زندگی کا درخت 14 ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ



Ζωγραφίστε το αγαπημένο σας δέντρο με το έδαφος, τις ρίζες, τον κορμό, τα κλαδιά, τα φύλλα και τα φρούτα

Στον κορμό ζωγραφίζω ή γράφω: Τι μου αρέσει στο χαρακτήρα μου, τι κάνω καλά

Στις ρίζες ζωγραφίζω ή γράφω: Τον **τόπο** που μεγάλωσα, το **οικογενειακό όνομα**, τον τόπο που γεννήθηκαν οι γονείς μου, **τα μέλη της οικογένειάς μου**, ακόμα και αυτά που δε ζουν, εκείνους που είναι **σημαντικοί** για μένα

Στα κλαδιά ζωγραφίζω ή γράφω: ποιες είναι οι **ελπίδες** και τα **όνειρά** μου αλλά και οι **ευχές** που κάνω για τη ζωή μου

Στα φύλλα σημειώνω τα **πρόσωπα** που αγαπώ, πρόσωπα που με στήριξαν ή με στηρίζουν, που μου έχουν μάθει σημαντικά πράγματα, πρόσωπα που μου έδωσαν ή μου δίνουν γέλιο και χαρά, άνθρωποι στους οποίους απευθύνομαι όταν χρειάζομαι δύναμη (πρόσωπα που υπάρχουν στη ζωή ή όχι, ακόμη και θρησκευτικά πρόσωπα, συγγραφείς, ήρωες, φανταστικοί φίλοι ακόμη και ζώα)

Στα φρούτα. Ζωγραφίζω ή γράφω τα **δώρα** που έχω πάρει στη ζωή μου. Μπορεί να είναι πράγματα, συναισθήματα, αξίες κ.α. (π.χ. εμπιστοσύνη, αγάπη, παραμύθια)



اپنے پسندیدہ درخت نیز زمین، اس کی جڑیں، تناء، شاخیں، پتے اور پھلوں کو پینٹ کریں

تنے پر مجھے خاکہ بنانا یا لکھنا چاہیے: میں اپنے متعلق کیا پسند کرتا ہوں، میں کیا بہتر کرتا ہوں۔

جڑوں پر مجھے خاکہ بنانا یا لکھنا چاہیے: میں کہاں پلا بڑھا، میرا **خاندانی نام**، میرے والدین کہاں پیدا ہوئے، میری **فیملی کے ممبران**، حتیٰ کہ وہ جو زندہ نہیں، میرے لیے اہم افراد

شاخوں پر مجھے لکھنا یا خاکہ بنانا چاہیے میری **امیدیں اور خواب کیا ہیں** نیز میری **اپنی زندگی کے متعلق کی گئی خواہشات**

پتوں پر مجھے یہ نوٹ کرنا چاہیے **جن لوگوں سے** میں پیار کرتا ہوں، وہ لوگ جو میری حمایت کر چکے ہیں یا حمایت کرتے ہیں، جنہوں نے مجھے اہم چیزیں سکھائیں، جن لوگوں نے مجھے خوش رکھا اور مجھے ہنسایا، جب مجھے طاقت کی ضرورت ہو تو جن لوگوں کی طرف میں جاتا ہوں (وہ لوگ جو زندہ ہوں یا نہ ہوں، حتیٰ کہ مذہبی شخصیات، مصنفین، ہیروز، فرضی دوست، حتیٰ کہ جانور)

پھلوں پر۔ مجھے یہ تحریر یا خاکہ بنانا چاہیے **مجھے زندگی میں کونسے تحائف ملے۔** ہو سکتا ہے وہ چیزیں، جذبات، اقدار وغیرہ ہوں (جیسے اعتماد، پیار، فرضی قصے)

Ας αποχαιρετιστούμε مواد

ورکشاپ 15

Πάνω σε κάθε πέτρα που έχει το χαρτί μας, ας γράψουμε, ας ζωγραφίσουμε ή ας κολλήσουμε εικόνες που δείχνουν:

- τί μου άρεσε από τις συναντήσεις μας
- τι θα θυμάμαι

ہمارے کاغذ پر موجود ہر پتھر پر، آئیے لکھیں، پینٹ کریں یا ایسی تصاویر چسپاں کریں جو درج ذیل کو ظاہر کرے:

- ہماری میٹنگز میں مجھے جو پسند آیا
- میں کیا یاد رکھوں گا

Κορματζί

Ζωγραφίζω τον εαυτό μου

και γράφω γύρω γύρω τι με χαρακτηρίζει (π.χ. είμαι ευγενικός, έχω χιούμορ κ.α.), σε τι τα καταφέρνω καλά, τι μου αρέσει (π.χ. αγαπημένο παιχνίδι, χρώμα, τραγούδι κ.α.)

پۆیستە وینە ی خۆم بکێشم

وه لهدموری وینە که خاسیەتەکانی من بنوسه (بۆ نموونه من بەرێزم، من سوو عەتچیم، هتد.) چی بەباشی دەکەم، حەزم لەچیه (بۆ نموونه خۆشترین یاری لای من، ئەو ڕەنگی حەزی پێئەکەم، ئەو گۆرانیهی که حەزی پێئەکەم، هتد.).

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

وۆركشۆپ 2

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 2

Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من



Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من



Είμαι من

Είμαι من

Είμαι من

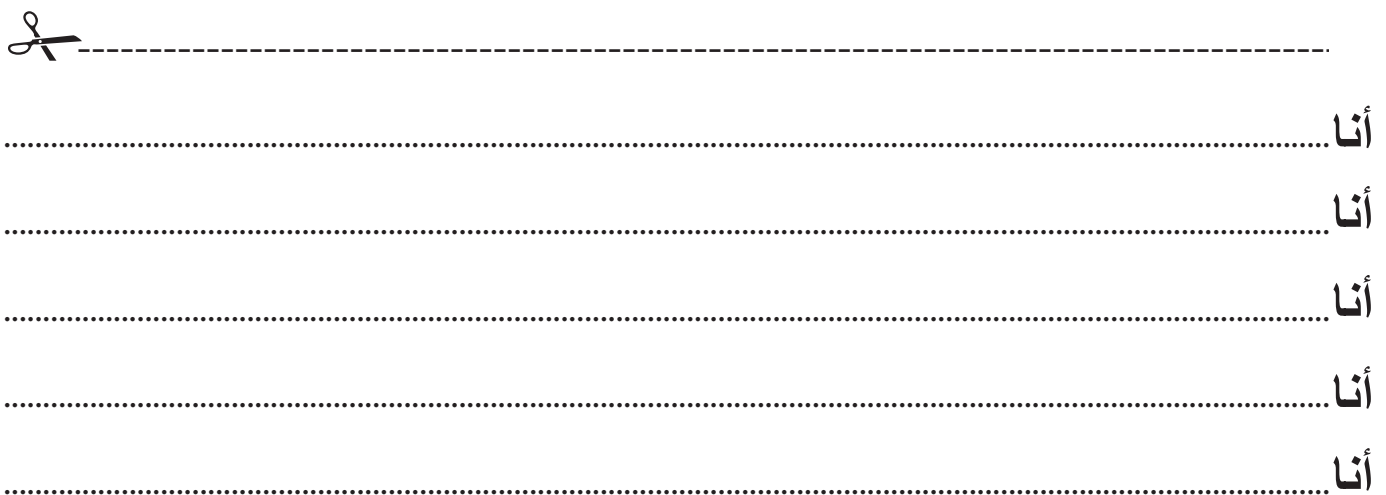
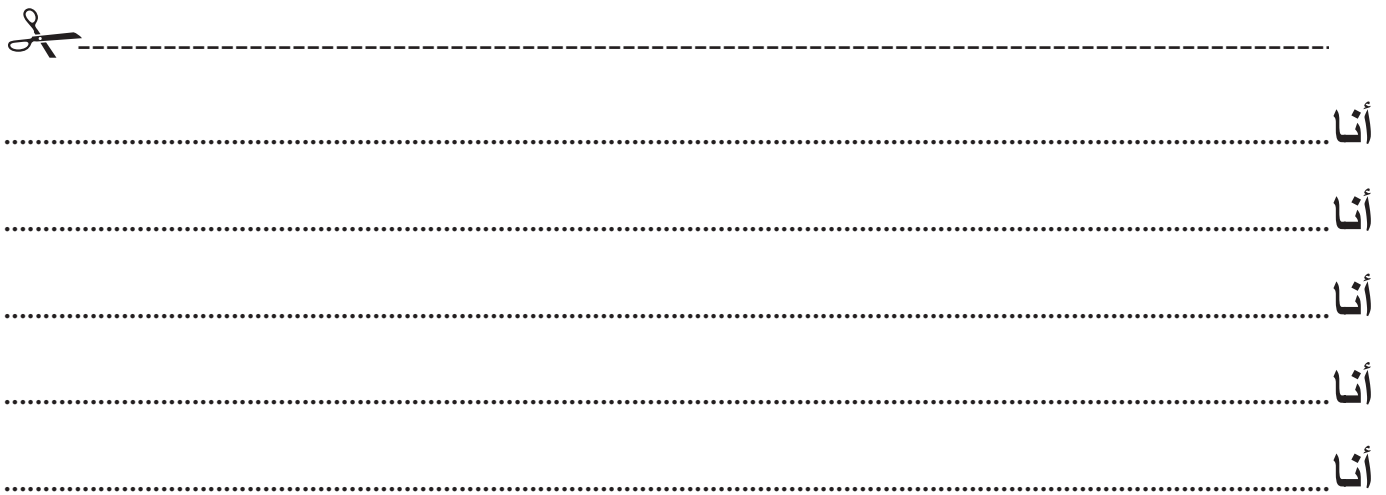
Είμαι من

Είμαι من



ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 2



Εγώ συναντώ τους άλλους

Αγαπημένο μου:

Περπατήστε στο χώρο επαναλαμβάνοντας φωναχτά το αγαπημένο σας άθλημα. Όταν ακούσετε και βρείτε κάποιον με την ίδια προτίμηση, πιάστε τον από το χέρι και συνεχίστε να περπατάτε μαζί ψάχνοντας τον επόμενο. Όταν δεν υπάρχει άλλο παιδί με την ίδια προτίμηση, έχει σχηματιστεί η ομάδα σας και κάθεται στο χώρο σας.

ئەوهى من حەزى پێنەكەم:

گەر ان بەهواى شوپنەكە بە دوو بار مكر دنهوهى ئەو و مرز شهى حەزى پێنەكەيت . كاتێك كه گویت لێنەبیت يان كەسێك دەمۆز پێتەوه
هەمان حەزى تۆى هەيه، دەستی بگره و بەردەوامین له رۆبشتن بەرمو كەسى داها توو . كاتێك هێچ مندالێك نەبوو كه هەمان
حەزى هەبوو ، كهواته تیمەكەت دروستبوو و دەتوانى له شوپنى خۆت دا بنیشیت .

Συζητήστε τί σας αρέσει σ' αυτό το άθλημα και κάνετε μια ομαδική ζωγραφιά για το άθλημα αυτό.

باسى ئەوه بکه که حەز بەچى ئەکەيت لەو و مرز شه و پێکەوه و پێنەكەك لەو بار هیهوه بکێشن .

قلوغ (شویئی پراستن) من له کانه سهخته کانا

شنتیک که من حەزی پینه کهم له باره ی خۆمه وه	نهو شتانه ی به باشی نه یان کهم
نهو که سانه ی که پشتگیریم نه کهن	شنتیک که نه انجامداوه و شانای پیوه نه کهم
شنتیک که هیوای پینه خوازم	واژووی من

1. Σκεφτείτε και συμπληρώστε τις ερωτήσεις που βρίσκονται στην ασπίδα σας.

Γράψτε αυτά που εσείς πιστεύετε για τον εαυτό σας και όχι αυτά που νομίζετε ότι θα λέγανε οι άλλοι π.χ. οι γονείς.

1. بیربکەر هوه و وهلامی پرسیارهکان بدهر هوه له قاوغهکهندا.

بلی که چۆن لهخۆت دهروانی و نهک ئهوهی که کهسانیت چۆن لیت دهروانن بۆ نمونه دایبابت.

2.

- Γύρισε τη σελίδα με την ασπίδα σου από την πίσω πλευρά.
- Μπορείς να ζωγραφίσεις ό,τι θέλεις.
- Μπορείς επίσης, να δώσεις στην ασπίδα σου και ένα όνομα αν θέλεις.

Είναι η προσωπική σου ασπίδα, που θα την πάρεις μαζί σου και θα μπορείς να τη βλέπεις όταν έχεις μια δυσκολία, για να νιώθεις καλά και για να μη ξεχνάς ότι είσαι σημαντικό άτομο και ότι μπορείς να τα καταφέρεις.

.2

• پەر هکه ههلبدهوه و بهمشیوهیه قاوغهکهت دو او هی دهر دهکهوئیت.

• دهتوانیت وینهی هه شتیک بکیشیت که ئارهزووی دهکهیت.

• وه ههروهه دهتوانیت ناویک بۆ قاوغهکهت ههلبزیریت ئهگهر دهتهوئیت.

ئهوه قاوغی کهسی خۆته که دهبیت لهگهڵ خۆتی بهیهت وه ههروهه دهتوانیت بینیت کاتیک رووبهرووی سهختی دهبیتهوه، بۆ ئهوهی ههست به باشی بکهیت و لهبیرنهکهیت که تو کهسیکی گرینگیت و دهتوانیت بیکهیت.

1. Ο ήρωάς μου

- Συζητάμε για κάποιο πρόσωπο που θαυμάζουμε (πραγματικό ή φανταστικό) που είτε ζει ή όχι.
- Για ποιους λόγους θαυμάζω αυτό το πρόσωπο; Τι ικανότητες έχει; Σε τι θα ήθελα να του μοιάσω;
- Γράφουμε στο χαρτί αυτό τους ήρωές μας

1. پالھوانی من

- ئیستا باسی که سێک دهکەین که پێی سەر سامین (راستی یان خەیاڵی) که له ژياندا پێ یان نا
- بۆ سەر سامم بهو کهسه؟
چ جوهره کارامهیهکی ههیه؟ له چ روویهکهوه دهمهوێت وهکو ئهو بم؟

2. Φαντάσου ότι μία μέρα συναντάς τον ήρωά σου και τον παρακαλός να σε βοηθήσει σε ένα πραγματικό πρόβλημα που έχεις. Ποιο είναι αυτό το πρόβλημα; Τι απάντηση πιστεύεις ότι θα σου έδινε;

2. خه یال بکەر هوه که رۆژیک پالھوانه کهت ده بینیت
وه داوای یار مهتی لیده کهیت له باره ی کیشه یه کهوه که تو ههته.
ئهو کیشه یه چیه؟
چ وه لامیکت نه داته وه؟

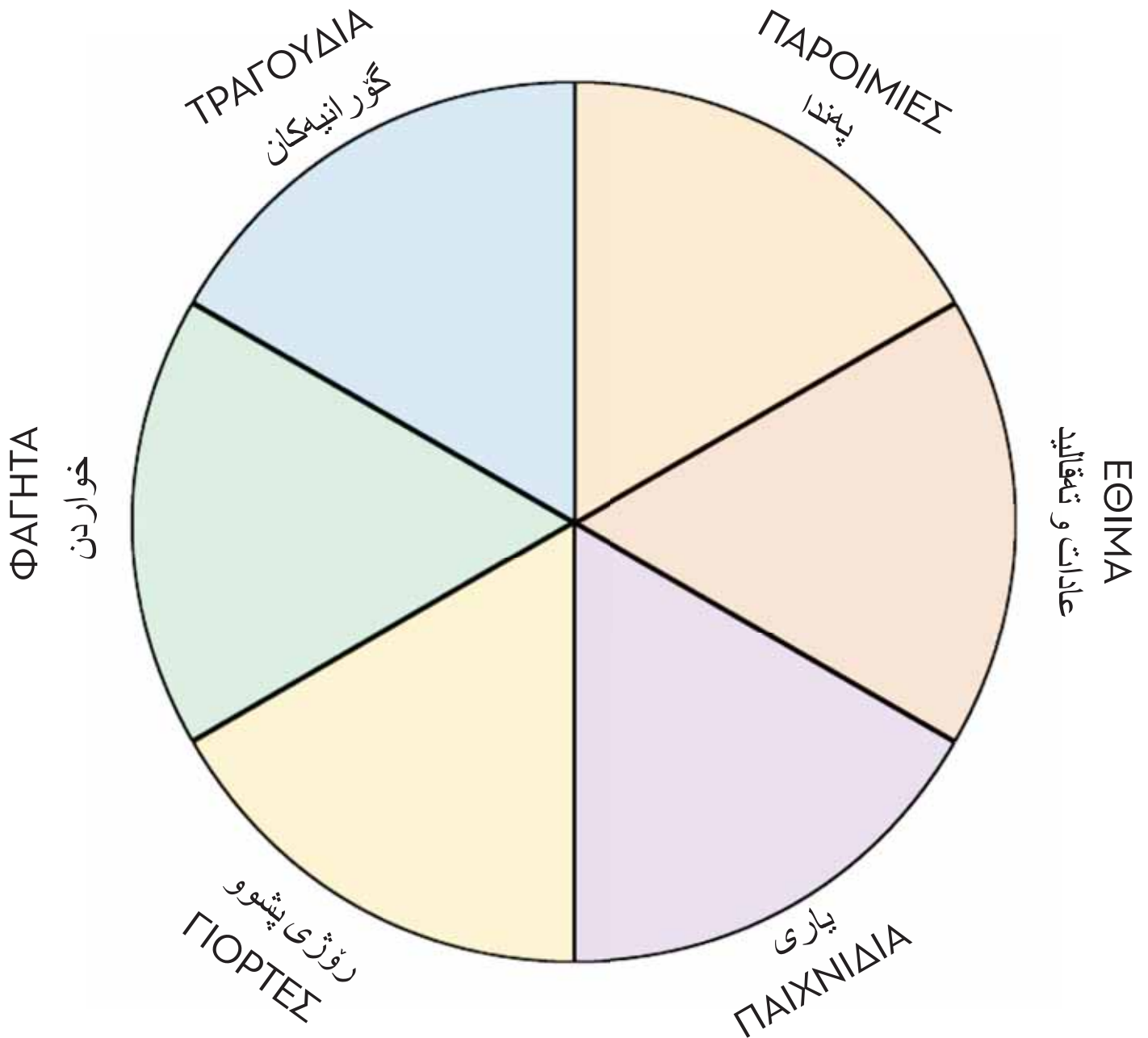
3. Η συμβουλή που μου έδωσε ο ήρωάς μου

3. ئامۆژگاری پالھوانه کهم.

Ο κύκλος της δικής μου κουλτούρας مادده‌ی پشتگیریکەر

Γράφω ή ζωγραφίζω στον κύκλο, τραγούδια, φαγητά κτλ που υπάρχουν στη χώρα που μεγάλωσα.

من ئیستا هه‌لامستم به نووسین یان کیشانی باز نه‌یه‌ک، گورانیه‌ک، خوارنیه‌ک، هتد. که له‌و وولاته‌دا هه‌یه که تێیدا
گه‌ره‌بووم.



Αποχαιρετισμός

مادده

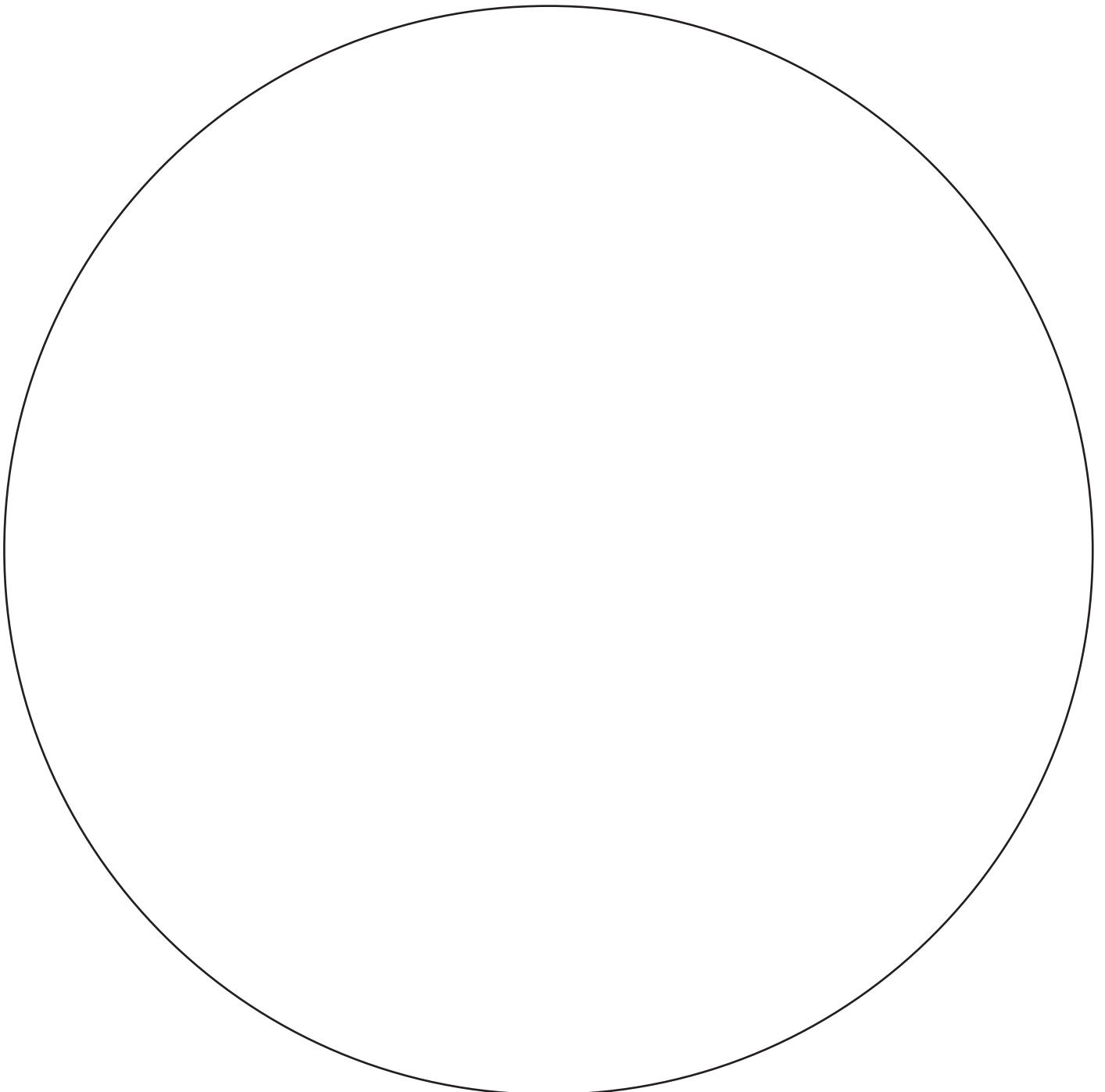
وۆركشوپ 6

ΜΑΣΚΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ

دهمامكى عاتيفى

Zωγραφίζω ένα πρόσωπο που δείχνει πώς νιώθω τώρα.

ئېستە وېنەھى دەم و چاۋئېك دەكېشم بۇ ئەوھى نېشانبەھم كە چۆن ھەست دەكەم ئېستە



ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

من گهوره بوم: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 7
من و نهوانیتر

Μεγαλώνω: Εγώ και οι άλλοι ماددهی پشتگیریکەر

وۆرکشۆپ 7

Ζωγραφίστε ένα παιδί της ηλικίας σας.

Διαλέξτε αν θα ζωγραφίσετε αγόρι ή κορίτσι, δώστε του ένα όνομα.

Γράψτε γύρω - γύρω τι του αρέσει να κάνει, τι ικανότητες έχει, τι ανάγκες (τι χρειάζεται), ποια είναι το όνειρά του

وینەى مندالینکی هاوتەمەنى خۆت بکیشە.

ئەو هەلبژێرە کە دەتوێت وینەى کورنیک یان کچیک بکیشیت، ناویکیشی لێنێ.

لەدەورو بەرى وینەکە ئەو بنوسە کە هەزى پێئەکات، چ کارامەییەکی هەیه، پێویستی بە چیه، خەونەکانی

چین.

ماددهى پشتگیر يکەر

وۆرکشۆپ 8



ΦΟΒΑΜΑΙ

من دهترسم



ΧΑΙΡΟΜΑΙ

من دلخۆشم



ΕΚΠΛΗΣΣΟΜΑΙ

من تورهم



ΛΥΠΑΜΑΙ

ههست به شهز مهزاري نهكهم

ماددهی پشتگیریکەر
وۆرکشۆپ 8



ΘΥΜΩΝΩ

من حەسۆدم



ΝΤΡΕΠΟΜΑΙ

شانازی بەخۆمهوه ئەکەم

ماددهى پشتگير يکەر
وۆرکشۆپ 8



ΑΓΑΠΩ

من خوشم دهوئیت



ΠΟΝΑΩ

ئازارم ههیه

ماددهی پشتگیریکەر

وۆرکشۆپ 8



ΖΗΛΕΥΩ

من سهرم سوپ ماوه



ΝΙΩΘΩ

ΠΕΡΗΦΑΝΟΣ

من دل تهنگم

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 8

Για χωρισμό σε ομάδες



Πότε νιώθω...

Σκεφτείτε μία κατάσταση στην οποία νιώθετε το συναίσθημα της κάρτας σας. Στη συνέχεια, προετοιμάστε μία παντομίμα που θα παίξετε στα υπόλοιπα παιδιά, για να δούμε αν θα καταφέρουν να βρουν αυτό το συναίσθημα.

كاتتیک ههست دهكهم ...

بیر له حالهتیک بکهوه که ههست بهوه دهکهیت که پروونتکردۆتهوه له کارتتهکهتدا. دواتر
نمایشیک ئامادهبکه لهبردهم مندا لانیتر بۆ ئهوهی بزانیتهگهر ئهوان ئهوه ههسته دههۆزنهوه.



ΦΟΒΑΜΑΙ όταν...

من دهترسم كاتيك...



ΧΑΙΡΟΜΑΙ όταν...

من دلخوشم كاتيك...



ΕΚΠΛΗΣΣΟΜΑΙ όταν...

من سهرم سور ماوه كاتيك...



ΛΥΠΑΜΑΙ όταν...

من دل تنگم كاتيك...



ΘΥΜΩΝΩ όταν...

من توره دهبحكاتيك...



ΝΤΡΕΠΟΜΑΙ όταν...

ههست به شهر مهزارى نهكهم كاتيك...

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 10

Συζητείστε αυτό το σενάριο και σημειώστε:

- Πώς νιώθει ο πρωταγωνιστής στην κατάσταση αυτή;
- Πώς νιώθει ο άλλος;
- Τι χρειάζεται ο πρωταγωνιστής; Πετυχαίνει αυτό που θέλει;
- Πώς πιστεύετε ότι θα εξελιχθεί η ιστορία;

Αν θέλετε μπορείτε να παίξετε τους ρόλους του σεναρίου και να το παρουσιάσετε αργότερα στα άλλα παιδιά.

گفتوگۆی نەم سیناریویۆیه بکە و نۆتی نەوه بکە:

- چۆن کارەکتەری سەرەکی هەست دەکات لەم حالەتەدا؟
 - نەوهیتر چۆن هەست دەکات؟
 - نایا کەسی سەرەکی پێویستی بەچیە؟ نایا نەو کەسە نەو سنە بەدەست دەهێنێت کە دەیهوێت؟
 - نایا تۆ چی دەلێیت لەسەر سەر هەلدانی نەو چیرۆکە؟
- نەگەر دەتهوێت دەتوانیت نواندن بو چیرۆکە بکەیت و دواتریش نمایشی بکەیت لەبەر دەم منداڵانیتر**

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΣΕΝΑΡΙΑ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 10



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Εσύ του φωνάζεις και τον σπρώχνεις μήπως και ξεκινήσει...»

“تۆ ھاوړنیکهت ههلبژنیر دراون بۆ رنیکستنې ژووری یاری. تۆ دست به رنیکستنې ژووره که دهکهیت بهلام ھاوړنیکهت نایکات. تۆ ھاوړی لهسه دهکهیت و زوری لیدهکهیت تا نهویش دهستپیکات...”



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Κάνεις ότι δεν τον βλέπεις, μουρμουρίζεις από μέσα σου και συνεχίζεις το συμμάζεμα...»

“تۆ ھاوړنیکهت ههلبژنیر دراون بۆ رنیکستنې ژووری یاری. تۆ دست به رنیکستنې ژووره که دهکهیت بهلام ھاوړنیکهت نایکات. تۆ نابیینیت، تۆ بهدزیهوه منگه منگ دهکهیت و بهردهوام دهییت له خاوتنکردنهوه...”



«Εσύ και ο φίλος σου έχετε αναλάβει να συμμαζέψετε την αίθουσα με τα παιχνίδια. Εσύ ξεκινάς να τακτοποιείς αλλά ο φίλος σου δεν ακολουθεί. Πηγαίνεις προς το μέρος του, τον κοιτάς και του λες ότι χρειάζεται να συμφωνήσετε μεταξύ σας για το τι θα κάνει ο καθένας...»

“تۆ ھاوړنیکهت ههلبژنیر دراون بۆ رنیکستنې ژووری یاری. تۆ دست به رنیکستنې ژووره که دهکهیت بهلام ھاوړنیکهت نایکات. تۆ دهجیت بۆ لای نهو، سهیری بکه و پنیلی که پنیسته لهسهرتان رنیکهون لهسه نهوهی که هر بهکینتان چی

سیناریۆکانی ماددهی پشتگیر بکەر

ئەو رێگایانەى كە وەلامى حالەتى جیاواز
دەدەینەوه

- Διεκδικητικός τύπος αντίδρασης:

وۆرکشۆپ 10

Εκφράζω θετικά και αρνητικά συναισθήματα, σέβομαι, είμαι ψύχραιμος και σταθερός, λέω τι θέλω, ακούω και τον άλλον, παίρνω πρωτοβουλία, επιλέγω

- Παθητικός τύπος αντίδρασης:

Αποφεύγω, απολογούμαι, δικαιολογούμαι, ακολουθώ τις αποφάσεις των άλλων, κρύβω ή αποφεύγω τα συναισθήματα μου, υποχωρώ

- Επιθετικός τρόπος αντίδρασης:

Κατηγορώ, δεν σέβομαι, απαιτώ, δεν μπαίνω στη θέση του άλλου, επιβάλλω, νιώθω ανώτερος ή σωστός, ξεσπώ

- جۆرى وەلامى سور:

من هەستى نێگەتێف و پۆزەتێف دەر دەبەرم، من رێز دەگرم، من لەسەر خۆ و ئارامم، ئەو شتە دەلێم كە دەمەوێت، گویم لەوانیتر دەبێت، من دەستپێشخەری دەكەم، من هەلەبژێرم

- جۆرى وەلامى بکەر نادیار:

من دوور دەكەومەوه، داواى لێبوردن دەكەم، پاساو بۆخۆم دەهێنمەوه، بەداواى بریارى كەسانىتر دەكەومەوه، هەستەكانم دەشارمەوه یان وازیان لێدەهێنمەوه، دەكشیمەوه.

- جۆرى وەلامى توند:

من سەرزەنشت دەكەم، من رێز ناگرم، من داوا دەكەم، من خۆم لەشوێنى كەسێكىتر دانائیم، من زۆر دەكەم، من هەست بە بەرزى یان راستى دەكەم، من رێگە بۆ كۆپیکردن دەدم.

Ζωγραφίστε στη σελίδα σας έναν ορίζοντα με μια ανατολή.
Γύρω γύρω από την ανατολή σκεφτείτε και αν θέλετε γράψτε κάποια όνειρα ή στόχους σας: Τι
θα ήθελα στο μέλλον να κάνω, να μάθω, να συμβεί, να πετύχω;

له‌سه‌ر لاپه‌ره‌كه‌ت وینه‌ی ناسمان و خۆر هه‌لاتن بکه‌. له‌ کاتی خۆر هه‌لاتن بیه‌ر له‌ هه‌ندیک‌ خه‌ون یان ئامانج‌ت
بکه‌ره‌وه‌ و وینه‌یان بکیشه‌ که‌ ده‌ته‌وێت چی بکه‌یت، چی بزانی‌ت، له‌چی سه‌رکه‌هویت و ده‌ته‌وێت چی رووبدات له‌
داهاتوودا؟

Σηκωνόμαστε όλοι, περπατάμε στο χώρο και χαιρετιόμαστε σαν να:

- Πρόκειται να φύγουμε ταξίδι
- Συστηνόμαστε για πρώτη φορά
- Βλέπουμε κάποιον από την απέναντι πλευρά του δρόμου
- Συναντάμε το φίλο μας/φίλη μας
- Βλέπουμε μπροστά μας ένα μωράκι

با هه موومان هه لاسین و بسور ئینیه وه و سلاو بکهین هه وه کو:

- ئیمه ده چووینه گه شتتیک
- بۆ یه کهم جار یه کتریمان ناسی
- که سیکمان بینی له وه بهری شه قامه که وه
- هاوړیکه مان ناسی
- مندا ئیکمان له بهر ده ممان بینی

Η κοινότητα μου

ماددهی پشتگیریکەر

وۆرکشۆپ 21

«Ποιο μέρος από αυτό το χώρο που ζείτε δε σας αρέσει και τόσο πολύ και θα θέλατε να είναι διαφορετικό;»

Συζήτηση κεντρικής άσκησης:

- Τι από αυτά που θέλουμε, μπορεί να γίνει με τη δική μας προσπάθεια;
- Από ποιόν μπορούμε να ζητήσουμε βοήθεια;
- Τι μπορεί να αναλάβει ο καθένας μας;

"کۆیی ئەم شوێنەمی که لێیدەژیت و حەز پێناکەیت دەتەوێت جیاوازییەت؟"

گفتوگۆی مەشقی سەرەکی:

- ئەو شتەنە چێن که بەهەولی خۆمان ئەنجامدەدرین؟
- دەتوانین داوا یارمەتی لە کێ بکەین؟
- هەر یەک لە ئێمە چی پێدەکرێت؟

Ετικέτες

✂ — — — — —

| «Ο χώρος όπως είναι τώρα» |

└ — — — — — ┘

✂ — — — — —

| «Ο χώρος όπως θα τον ήθελα» |

└ — — — — — ┘

تاگەکان ۱

✂ — — — — —

| "شوێنەکه وەکو ئێستا" |

└ — — — — — ┘

✂ — — — — —

| "شوێنەکه وەکو ئەو هی من دەمەوێت" |

└ — — — — — ┘

Ζωγραφίστε μία γέφυρα, όπως εσείς τη φαντάζεστε (από πού ξεκινάει, πού φτάνει, πού βρίσκεται) και να βάλετε ένα τίτλο στη ζωγραφιά σας.

وینەهی پردیك بکیشە بەو شیوہیەخی خەیاڵی دەکەیت (لەکوئ دەست پێدەکات، لەکوئیە، لەکوئ کۆتایی دێت) و ناو نیشانیک بۆ وینەکەت دا بنی.

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 13



Καλωσόρισμα:

مادده

وۆركشۆپ 41

Κοιτάξτε τις κάρτες με τα δέντρα. Ποιο είναι το αγαπημένο σας δέντρο; Είναι κάποιο από αυτά που βλέπετε; Σταθείτε πάνω από το αγαπημένο σας δέντρο.

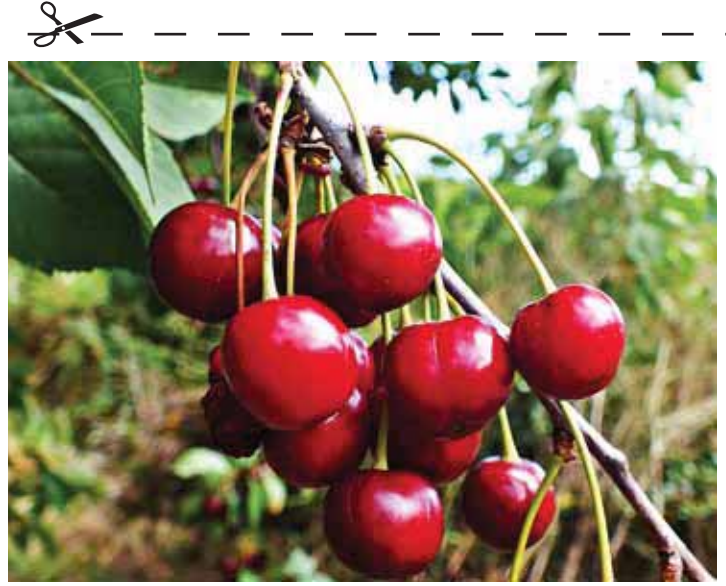
سهیری کارت و داره‌کان بکه کام دار بژاردهی تویه؟
ئایا یه‌ک له‌وانه‌یه که ده‌یان‌بینیت؟
له‌سه‌ر داری په‌سه‌ندی خۆت رابوه‌سته.

ΒΟΗΘΗΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ 14

ماددهی پشتگیریکەر

وۆرکشۆپ 14



ΚΕΡΑΣΙΑ

درمختی گیلان



ΑΜΠΕΛΙ

دار میو



ΜΗΛΙΑ

دار سیو



ΜΟΥΣΜΟΥΛΙΑ

لۆکوات



ΡΟΔΙΑ

هەنار



ΦΟΙΝΙΚΑΣ

دار خورما



ΣΥΚΙΑ

دار ههنجير



ΜΑΝΤΑΡΙΝΙΑ

دار لالهنگی



ΛΕΜΟΝΙΑ

دار ليمو



ΛΩΤΟΣ

شلير



ΕΛΙΑ

دار زميتون

Το Δέντρο της Ζωής ماددهی پشتگیریکر

وؤرکشۆپ 14



Ζωγραφίστε το αγαπημένο σας δέντρο με το έδαφος, τις ρίζες, τον κορμό, τα κλαδιά, τα φύλλα και τα φρούτα

Στον κορμό ζωγραφίζω ή γράφω: Τι μου αρέσει στο χαρακτήρα μου, τι κάνω καλά

Στις ρίζες ζωγραφίζω ή γράφω: Τον **τόπο** που μεγάλωσα, το **οικογενειακό όνομα**, τον τόπο που γεννήθηκαν οι γονείς μου, **τα μέλη της οικογένειάς μου**, ακόμα και αυτά που δε ζουν, εκείνους που είναι **σημαντικοί** για μένα

Στα κλαδιά ζωγραφίζω ή γράφω: ποιες είναι οι **ελπίδες** και τα **όνειρά** μου αλλά και οι **ευχές** που κάνω για τη ζωή μου

Στα φύλλα σημειώνω τα **πρόσωπα** που αγαπώ, πρόσωπα που με στήριξαν ή με στηρίζουν, που μου έχουν μάθει σημαντικά πράγματα, πρόσωπα που μου έδωσαν ή μου δίνουν γέλιο και χαρά, άνθρωποι στους οποίους απευθύνομαι όταν χρειάζομαι δύναμη (πρόσωπα που υπάρχουν στη ζωή ή όχι, ακόμη και θρησκευτικά πρόσωπα, συγγραφείς, ήρωες, φανταστικοί φίλοι ακόμη και ζώα)

Στα φρούτα. Ζωγραφίζω ή γράφω τα **δώρα** που έχω πάρει στη ζωή μου. Μπορεί να είναι πράγματα, συναισθήματα, αξίες κ.α. (π.χ. εμπιστοσύνη, αγάπη, παραμύθια)



ههلسه به وینهکیشانی دار و خاک، رگهکهی، قهد، لقهکان، پهلک و میوهکانی پهسهندکراوی خۆت.

لهسهه قهدهکه پئویسته رهنگ بکهه یان بنووسم: حهز بهچی ئەکهه لهخۆم، چی بهباشی ئەجامدهدم.

لهسهه رهگ پئویسته رهنگ بکهه یان بنووسم: ئەو شوینهی که من تئیدا گهورهبووم، ناوی خیزانیم، ئەو شوینهی که دایبام تئیدا لهدایکبوون، ئەندامانی خیزانهکهه، ئەوانهی له ژیانیشدا نینه، ئەو خهلهکهی گرینگن بۆ من

پئویسته بنووسم یان وینهی ئەو شتانه بکیشم که هیواکان وخهونهکانم چین ههروهها ویستهکانم لهبارهی ژیانی خۆمهوه

لهسهه گهلاکان پئویسته خهلهکێک بنووسم که خۆشم دهوین، ئەوانهی که پشتگیریانکرووم یان دهکهن، ئەوانهی شتی گرینگیان فیرکردم، ئەو خهلهکهی که دلیمان خۆشکردم و بهپیکهینیمان هینام، ئەو خهلهکهی که روویان تئیدهکهه کاتیک پئویستیم به هیزه (ئەو خهلهکهی که لهژباندان یان نا، کهسانی ئاینیش، نووسهر، پالهبوانان، هاوریی خهیالی، تهناهت نازهلانیش)

لهسهه میوهکان پئویسته ئەو دیاریانهی بۆم هاتوه له ژیانم بیاننوسم یان وینهیان بکیشم. لهوانهیه شت بن، ههستبن، بهههبن، ههتد. (بۆ نموونه باوهه، خۆشهویستی، چیرۆکی ئەفسانهیی)

Ας αποχαιρετιστούμε

مادده

وۆركشۆپ 15

با بلیین خودا حافیز

Πάνω σε κάθε πέτρα που έχει το χαρτί μας, ας γράψουμε, ας ζωγραφίσουμε ή ας κολλήσουμε εικόνες που δείχνουν:

- τί μου άρεσε από τις συναντήσεις μας
- τι θα θυμάμαι

لهسهه ههموو بهردهكانی لاپهه كهمان، با بنوسین، با وینه بکیشین یان وینه بلکینین که ئەمانه نیشاندهدن:

• ئەو شتهی که ههزم پیکرد له چاو پیکهوتنه کانمان

• ئەو شتهی که لهیادم دهمینیت



δίκτυο
ΑΛΦΑ

Κέννεντυ 32, Αμπελόκηποι

Τ.Κ. 561 21

Τηλ. 2310 729 090, Fax 2310 729 091

info@diktioalpha.gr, <http://www.diktioalpha.gr>