

Title	Κοινό	Overview	Evaluation & Reflection
<b>Το Δικό μου Εξώφυλλο Εφημερίδας</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών</li> </ul>	<p>Ο στόχος αυτής της Δραστηριότητας είναι τα παιδιά να στρέψουν την προσοχή τους στον εαυτό τους και να χρησιμοποιούν το υλικό που παρέχεται για να παρουσιάσουν τον εαυτό τους μέσα από ένα εξώφυλλο εφημερίδας</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Αυτό-Συνειδητότητα</b></p>	<p>Στο τέλος της δραστηριότητας δημιουργείται μια "συλλογή" από εξώφυλλα εφημερίδων. Τα παιδιά περπατούν γύρω από το δωμάτιο όλοι μαζί. Ο καθένας παρουσιάζει το έργο του στους υπόλοιπους και όλοι μαθαίνουν περισσότερο για τον άλλον. Είναι μια πολύ καλή άσκηση οικοδόμησης ομαδικότητας, καθώς και μια πολύ καλή ευκαιρία να συστηθεί κάθε μέλος σε μια ομάδα.</p>
<b>Brainstorming</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών</li> </ul>	<p>Αυτή η Δραστηριότητα στοχεύει να βοηθήσει τα παιδιά να κατανοήσουν τα είδη των σχέσεων που υπάρχουν και που δημιουργούμε καθ 'όλη τη διάρκεια της ζωής μας ώστε να είμαστε σε θέση να προσδιορίσουμε τα συστατικά των καλών και κακών σχέσεων. Μια σημαντική πτυχή είναι η ικανότητα αναγνώρισης και κατανόησης των κοινωνικών παραγόντων που επηρεάζουν τις σχέσεις.</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Υγιείς Σχέσεις</b></p>	<p>Κάνετε μια συζήτηση με τα παιδιά για τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους. Προσδιορίστε εάν κατάλαβαν το νόημα της έμφυλης βίας και της ισότητας των φύλων και τι έμαθαν σχετικά με μια καλή και μια κακή σχέση.</p>
<b>Ψήφισε με τα πόδια σου</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών</li> </ul>	<p>Αυτή η δραστηριότητα στοχεύει στον εντοπισμό τρόπων αντιμετώπισης της βίας μέσα στις σχέσεις και στη διερεύνηση πιθανών λύσεων σχετικά με αυτό. Επίσης, να εντοπίσει πιθανά εμπόδια και πώς μπορούν να προστατεύσουν τους εαυτούς τους καθώς και άλλους από τη βία μέσα στις σχέσεις.</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Υγιείς Σχέσεις</b></p>	<p>Μέσα από τη συζήτηση προσπαθούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν τις επιλογές και τη βοήθεια που έχουν.</p>

<p><b>Ενσυναίσθηση και</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών</li> </ul>	<p>Ζητήστε από τους μαθητές να γράψουν τι τους κάνει να ανησυχούν και να προβληματιστούν για αυτό το συναίσθημα ως μέθοδο για να παρακολουθούν ενεργά τα συναισθήματά τους και τα συναισθήματα ή / και τα κοινωνικά σήματα των άλλων.</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Κοινωνικές Δεξιότητες</b></p>	<p>Αυτή η Δραστηριότητα θα βοηθήσει τα παιδιά να κατανοήσουν τα συναισθήματα των άλλων και να μπορούν να μπουν στη θέση ενός άλλου προσώπου, βοηθώντας τα παιδιά να αναγνωρίσουν αποτελεσματικά τα συναισθήματά τους.</p>
<p><b>Επίλυση διαφωνιών και αντίσταση στην πίεση συνομιλήκων</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών</li> </ul>	<p>Χρησιμοποιώντας σενάρια σχετικά με τον εκφοβισμό, οι συμμετέχοντες μπορούν να συνειδητοποιήσουν και να υποθέσουν πώς ένα τέτοιο περιστατικό μπορεί να κάνει κάποιον να νιώσει και να αντιδράσει</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Κοινωνικές Δεξιότητες</b></p>	<p>Μέχρι το τέλος αυτής της Δραστηριότητας οι συμμετέχοντες θα πρέπει να γνωρίζουν ότι με την αποτελεσματική επίλυση συγκρούσεων σε μια ομάδα, οδηγούμαστε στην ανάπτυξη ισχυρών σχέσεων που βασίζονται στην αμοιβαία κατανόηση και σεβασμό.</p>

<b>Τίτλος:</b> Το δικό μου εξώφυλλο εφημερίδας	
<b>Διάρκεια:</b>	45 λεπτά
<b>Κοινό:</b>	Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών
<b>Στόχοι:</b>	<p>Σκοπός αυτής της δραστηριότητας είναι να στρέψουν τα παιδιά την προσοχή τους στον εαυτό τους και να χρησιμοποιήσουν το υλικό που παρέχεται για να παρουσιάσουν τους εαυτούς τους μέσα από ένα εξώφυλλο εφημερίδων.</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Αυτό-Συνειδητότητα</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επικοινωνία</li> <li>• Αυτό-Παρουσίαση</li> </ul>
<b>Οδηγίες:</b>	<p><b>Υλικά:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Περιοδικά</li> <li>• Ψαλίδια</li> <li>• Κόλλα</li> <li>• Χρωματιστά Στυλό (μολύβια ή μαρκαδόροι κλπ.)</li> <li>• Ένα άδειο κομμάτι χαρτί για κάθε παιδί</li> </ul> <p><b>Οδηγίες:</b></p> <p>Πείτε στα παιδιά να φανταστούν ότι αύριο μια εφημερίδα θα τους επιλέξει για το κεντρικό της θέμα, τι θα πρέπει να περιλαμβάνουν στο εξώφυλλο τους; Υποθέστε τον ρόλο του συντάκτη και χρησιμοποιήστε αυτό το μεγάλο χαρτί μπροστά σας για να δημιουργήσετε το κάλυμμα που σας περιγράφει</p>

	<p>καλύτερα. Μπορείτε να συμπεριλάβετε οτιδήποτε επιθυμείτε, για παράδειγμα: προσωπικά επιτεύγματα, τελευταία νέα / γεγονότα στη ζωή σας, σημαντικοί άνθρωποι, χόμπι &amp; ενδιαφέροντα, ισχυρά σημεία και ταλέντα κλπ. Μια παρουσίαση του εξώφυλλου εφημερίδας του δασκάλου θα ήταν πολύ βοηθητική.</p>
<p><b>Αξιολόγηση &amp; Προβληματισμός:</b></p>	<p>Στο τέλος της δραστηριότητας δημιουργείται μια "συλλογή" εξώφυλλων εφημερίδων. Τα παιδιά περπατούν γύρω από το δωμάτιο όλοι μαζί. Ο καθένας παρουσιάζει το έργο του στους υπόλοιπους και όλοι μαθαίνουν περισσότερα ο ένας για τον άλλον.</p>



Τίτλος: <span style="float: right;">Brainstorming</span>	
<b>Διάρκεια:</b>	45 λεπτά
<b>Κοινό:</b>	Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών
<b>Objectives:</b>	<p>Ο κύριος στόχος αυτής της Δραστηριότητας είναι να επιτρέψει στους συμμετέχοντες να κατανοήσουν τι εννοούμε με τις "σχέσεις", τα είδη σχέσεων που υπάρχουν και δημιουργούμε καθ 'όλη τη διάρκεια της ζωής μας. Μέσω αυτής της δραστηριότητας θα είναι σε θέση να αναγνωρίσουν και να κατανοήσουν τους κοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν τις σχέσεις. Επιπλέον, θα είναι σε θέση να συσχετίζουν την ισότητα των φύλων και τα πρότυπα των φύλων καθώς και τα δικαιώματα (ανθρώπινα και σεξουαλικά). Αυτή η δραστηριότητα θα τους δώσει όλα τα απαραίτητα εργαλεία για να μπορέσουν να προσδιορίσουν τα συστατικά των καλών και κακών σχέσεων και να γνωρίζουν τη σημασία της επικοινωνίας και της ασφάλειας στις σχέσεις μας.</p> <p><b>Βασική Δεξιότητα: Υγιείς Σχέσεις</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Αυτό-Συνειδητότητα</li> <li>• Επικοινωνία</li> <li>• Ενσυναίσθηση</li> </ul>
<b>Οδηγίες:</b>	<p><b><u>Υλικά:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ανθρώπινο Σχέδιο</li> <li>• Φωτογραφίες ως Παραδείγματα Σχέσεων (Παράρτημα)</li> <li>• Μαρκαδόροι</li> <li>• Καρτέλες Βίας και Ισότητας</li> <li>• Αστεράκια</li> </ul>

- Αφίσες

### **Οδηγίες:**

Οι οργανωτές τοποθετούν ένα μεγάλο χαρτόνι που αντιπροσωπεύει μια ανθρώπινη μορφή στον πίνακα. Γύρω από το σχήμα, κολλάμε εικόνες που αντιπροσωπεύουν τα είδη των σχέσεων, αφού τα παιδιά τις αναγνωρίζουν. Λέμε στα παιδιά ότι κάθε άτομο δημιουργεί και αναπτύσσει διάφορα είδη σχέσεων καθ' όλη τη ζωή του. Ταυτόχρονα, ζητάμε από τα παιδιά να εντοπίσουν τα συναισθήματα που κάθε άτομο συναντά σε κάθε σχέση και πώς συμπεριφέρεται σε αυτή; Όλοι συμπεριφέρονται με τον ίδιο τρόπο;

Μετά τη συζήτηση λέμε στα παιδιά ότι θα παίξουμε ένα παιχνίδι. Διαχωρίζουμε τα παιδιά σε 4 ομάδες (4-5 παιδιά σε κάθε ομάδα). Ζητάμε από τα παιδιά να δώσουν ένα όνομα στην ομάδα τους. Οι οργανωτές αναλαμβάνουν το ρόλο των παρουσιαστών της τηλεόρασης και διαβάζουν κάποιες δηλώσεις. Τα παιδιά πρέπει να αναγνωρίσουν εάν η δήλωση αντιπροσωπεύει την "ισότητα" ή τη "βία". Κάθε ομάδα έχει δύο καρτέλες (η μία γράφει «ισότητα» και η άλλη «βία»).

Αφού ο παρουσιαστής διαβάσει τη δήλωση, κάθε ομάδα συζητάει για μερικά δευτερόλεπτα και ο γρηγορότερος δίνει την απάντηση παίρνοντας τη σωστή καρτέλα. Εάν η ομάδα βρει τη σωστή απάντηση τότε κερδίζει ένα αστέρι. Η ομάδα που κερδίζει τα περισσότερα αστέρια είναι ο νικητής.

Μόλις ολοκληρωθεί το παιχνίδι, διευκρινίζουμε κάποιες έννοιες όπως η έμφυλη βία (βία που στρέφεται κατά ενός ατόμου εξαιτίας του φύλου αυτού του ατόμου (συμπεριλαμβανομένης της ταυτότητας / έκφρασης φύλου) ή ως βίας που επηρεάζει δυσανάλογα άτομα συγκεκριμένου φύλου), η ισότητα φύλου (γυναίκες και άνδρες, κορίτσια και αγόρια απολαμβάνουν τα ίδια δικαιώματα, πόρους, ευκαιρίες και προστασία). Αναφέρουμε ότι υπάρχουν στοιχεία που κάνουν τις σχέσεις καλές ή κακές. Μέσα από τις δηλώσεις και τις απαντήσεις των παιδιών ορίζουμε τα συστατικά μιας καλής σχέσης και μιας κακής σχέσης.

Παρουσιάζουμε στον πίνακα δύο συνταγές (καλές και κακές σχέσεις - τις οποίες έχουμε προετοιμάσει προηγουμένως) και οι ομάδες καλούνται να προσδιορίσουν τα συστατικά των καλών και κακών σχέσεων.

### Προτάσεις για το παιχνίδι:

- Τα αγόρια όπως και τα κορίτσια μπορούν να γίνουν γιατροί: Ισότητα.
- Τα κορίτσια μπορούν να καταταγούν στο στρατό όπως τα αγόρια: Ισότητα
- Κορίτσια και αγόρια έχουν δικαίωμα στην εκπαίδευση: Ισότητα.
- Τα κορίτσια και τα αγόρια έχουν ίσα δικαιώματα στις δραστηριότητες αναψυχής: Ισότητα.
- Τα κορίτσια και τα αγόρια έχουν ίσα δικαιώματα για χαρτζιλίκι : Ισότητα.
- Τα κορίτσια και τα αγόρια έχουν ίσο δικαίωμα να εκφράσουν τη θλίψη τους κλαίγοντας: Ισότητα.
- Όταν ένα αγόρι εμποδίζει την μικρή αδερφή του να πάει στον κινηματογράφο: Έμφυλη Βία (GBV)
- Όταν ένα αγόρι υποχρεώνει την αδερφή του για να του φέρει νερό: GBV.
- Αν ένα αγόρι θέλει να φιλήσει ένα κορίτσι με το ζόρι: GBV.
- Αν ένα αγόρι παίρνει χρήματα από άλλα παιδιά: βία
- Εάν ένα παιδί εκφοβηθεί από τους φίλους του και δεν του επιτρέπεται να είναι μέρος της ομάδας τους: βία.
- Αν ένα κορίτσι χλευάστηκε επειδή είναι παχουλή: έμφυλη βία.
- Αν ένα αγόρι βρίσει ένα άλλο αγόρι: βία.
- Αν ένα κορίτσι πάει για ψώνια, και κάποιος την ακολουθεί και λέει άσχημα λόγια: έμφυλη βία.

**Αξιολόγηση &  
Προβληματισμός:**

Ξεκινήστε μια συζήτηση με τα παιδιά για τα συναισθήματα και τις σκέψεις τους.  
Για παράδειγμα, μπορείτε να ρωτήσετε:

- Πώς νιώθουν;
- Τι έμαθαν σχετικά με τις διαφορετικές σχέσεις;

Να προσδιορίσουν εάν κατανόησαν την έννοια της έμφυλης βίας και της ισότητας των φύλων. Τέλος, να προσδιορίσουν τι έμαθαν σχετικά με μια καλή και μια κακή σχέση.

**References:**

Save the Children & Abaad – Resource Center for Gender Equality (2013). Playing for Gender Equality.

SPAVO (2014). Project B Here: Building Healthy Relationships.





## Εικόνες Σχέσεων



*This report was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014 - 2020). The content of this report represents the views of the author only and is his/her sole responsibility. The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*



Co-funded by the  
Rights, Equality &  
Citizenship Programme  
of the European Union

Τίτλος: Ψήφισε με τα πόδια σου	
<b>Διάρκεια:</b>	45 λεπτά
<b>Κοινό:</b>	Παιδιά ηλικίας 10-12 ετών
<b>Objectives:</b>	<p>Αυτή η δραστηριότητα στοχεύει να δώσει τη δυνατότητα στα παιδιά να εντοπίσουν τρόπους αντιμετώπισης της βίας στις σχέσεις και να διερευνήσουν πιθανές λύσεις. Να είναι σε θέση να αγνωρίσουν τα εμπόδια που συχνά δυσκολεύουν τους ανθρώπους να αντιτίθενται στη βία στις σχέσεις (μη αναγνώριση της βίας, του φόβου, της απομόνωσης, της απουσίας συστήματος υποστήριξης, να μην ξέρουν τι να κάνουν ή τι πρέπει να κάνουν κλπ.). Επιπλέον, μέχρι το τέλος αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να κατανοήσουν πώς μπορούν να προστατεύσουν τον εαυτό τους και τους άλλους από τη βία στις σχέσεις.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Βασική Δεξιότητα: Υγιείς Σχέσεις</b></li> <li>• Επικοινωνία</li> <li>• Αυτό-Συνειδητότητα</li> <li>• Ψυχική Ανθεκτικότητα</li> </ul>

**Υλικά:**

- Καρτέλες με τις επιλογές Α, Β, Γ, Δ για να αναρτηθούν στις τέσσερις γωνίες της τάξης
- Σενάρια

**Οδηγίες:**

Δίνουμε ορισμένα σενάρια και ζητάμε από τους εθελοντές να τα παρουσιάσουν. Στη συνέχεια, διαβάζουμε στους συμμετέχοντες κάποιες προτάσεις σχετικά με τους διαφορετικούς τρόπους αντίδρασης που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν βία στις σχέσεις τους. Έχουμε ήδη δημοσιεύσει τις επιλογές Α, Β, Γ και Δ στις τέσσερις γωνίες της τάξης. Σε κάθε περίπτωση, θα δοθούν τέσσερις πιθανές "λύσεις" ή τρόποι αντίδρασης. Κάθε πιθανή λύση αντιστοιχεί σε μία από τις γωνίες της τάξης. Η επιλογή (α) αντιστοιχεί στη γωνία που υποδεικνύεται από το στοιχείο (α), η επιλογή (β) αντιστοιχεί στη γωνία που υποδεικνύεται στο στοιχείο (β) και ούτω καθεξής. Οι συμμετέχοντες καλούνται να λάβουν θέση και να προχωρήσουν στη γωνία της επιλογής τους. Μόλις διαβάσετε τις πιθανές «λύσεις» για μια περίπτωση, κάθε συμμετέχων πρέπει να «λάβει θέση» στη σχετική γωνία του δωματίου. Όλοι οι συμμετέχοντες πρέπει να πάρουν τις θέσεις τους. Αν ορισμένοι δεν είναι σίγουροι, μπορούν να σταθούν στην επιλογή 'Κάτι άλλο'. Ρωτήστε τους συμμετέχοντες να εξηγήσουν γιατί επέλεξαν να παραμείνουν εκεί. Προσπαθήστε να δημιουργήσετε μια συζήτηση μεταξύ τους αμφισβητώντας τα επιχειρήματά τους. Ο στόχος είναι να παρουσιάσουμε συγκεκριμένα επιχειρήματα για να πείσουμε τους «αντιπάλους» ότι αυτή η πιθανή λύση είναι «σωστή».

**Οδηγίες:****Ερωτήσεις για συζήτηση:**

- Τι είδους βία αναγνωρίζουν σε κάθε σενάριο?
- Γιατί πιστεύουν ότι συμπεριφέρθηκαν όπως οι πρωταγωνιστές;

- Τι θέλουν να επιτύχουν με τη συμπεριφορά τους;
- Τι θέλουν να επιτύχουν με τη συμπεριφορά τους;
- Πώς αισθάνονται οι ηθοποιοί
- Είναι πραγματικά εύκολο να πείσετε ένα νέο άτομο να μιλήσει με τους γονείς του, για το τι συμβαίνει; Τι μπορεί να τους εμποδίσει να το κάνουν;
- Είναι πραγματικά εύκολο να πείσετε έναν νέο άνθρωπο να μιλήσει με έναν σύμβουλο ή έναν δάσκαλο για το τι συμβαίνει; Τι μπορεί να τους εμποδίσει να το κάνουν;
- Είναι εύκολο απλά να χωρίσετε κάποιον για να απαλλαγείτε από τα προβλήματα της σχέσης σας; Γιατί; Γιατί όχι?
- Μπορούν οι φίλοι να βοηθήσουν σε τέτοιες περιπτώσεις; Με ποιους τρόπους;
- Θα εμπιστευόσασταν τις συμβουλές των φίλων σας; Γιατί; Γιατί όχι;
- Είναι εύκολο να μιλήσετε με τον φίλο σας για τα προβλήματα της σχέσης σας; Μπορεί η επικοινωνία να βοηθήσει ή να αλλάξει τίποτα;
- Ένα παράπονο θα μπορούσε να γίνει κάπου για να βοηθήσει το άτομο να διαχειριστεί αυτό που συμβαίνει

### Σενάρια:

1. Η Ναταλία και η Μάρθα είναι πολύ καλές φίλες. Η Μάρθα και η οικογένειά της μετακόμισαν σε άλλη περιοχή, οπότε η Μάρθα άλλαξε το σχολείο. Στο νέο σχολείο, η Ναταλία αμέσως την πλησίασε και έγιναν φίλες. Η Μάρθα συνεχίζει να κάνει παρέα με τη Ναταλία και της μιλάει για τους νέους της φίλους. Πράγματι, την έχει καλέσει μερικές φορές στον κινηματογράφο ή σε μια βόλτα. Η Ναταλία λέει στη Μάρθα ότι είναι η μόνη φίλη της επειδή ξέρει η μια την άλλη εδώ και χρόνια και διαμαρτύρεται διαρκώς όταν η Μάρθα μιλάει με τους νέους της φίλους έξω από το σχολείο. Η Μάρθα αισθάνεται άσχημα, αλλά λέει ότι η

Ναταλία συμπεριφέρεται έτσι επειδή την αγαπά.. Πώς πιστεύετε ότι πρέπει να αντιδράσει η Μάρθα;

- α. Να μιλήσει με τη Ναταλία για τη συμπεριφορά της και πώς την κάνει να αισθάνεται
- β. Να αγνοήσει τη Ναταλία. Με τον καιρό θα το αποδεχτεί
- γ. Να μιλήσει με τις φίλες της για να τη συμβουλέψουν
- δ. Κάτι άλλο.

2. Η Άννα και ο Κώστας έχουν μια σχέση, αλλά μετά από μερικές εβδομάδες ο Κώστας δεν έχει συχνή επαφή μαζί της. Μερικές φορές δεν απαντά στα μηνύματα της Άννας μέχρι την επόμενη μέρα. Η Άννα στέλνει συνεχώς μηνύματα σε αυτόν και τον καλεί μέχρι να απαντήσει. Η Άννα θέλει να ξέρει τι συμβαίνει. Έτσι, ζήτησε από τον Κώστα να της δώσει τον κωδικό πρόσβασης για το λογαριασμό του Facebook, λέγοντάς του ότι τα ζευγάρια πρέπει να μοιράζονται τα πάντα και να μην έχουν μυστικά. Ο Κώστας αρνήθηκε και έτσι η Άννα ήταν θύμωσε πολύ λέγοντάς του ότι δεν της αγαπάει πραγματικά και ότι αν την αγαπούσε, θα της έδινε τον κωδικό του.

Πώς πιστεύετε ότι πρέπει να αντιδράσει ο Κώστας;

- A. Να μιλήσει με την Άννα εξηγώντας πως αισθάνεται με την πίεση που ασκεί και να βάλει τα όρια του.
- B. Να δώσει τον κωδικό του στην Άννα.
- Γ. Να αλλάξει τον κωδικό του από την στιγμή που δεν τον εμπιστεύεται
- Δ. Κάτι άλλο

3. Η Μαρία είναι η νέα μαθήτρια στο σχολείο επειδή ήρθε από άλλη πόλη. Στο σχολείο ακούγονται πολλά αρνητικά σχόλια για τη Μαρία. Πολλά αγόρια και



κορίτσια δεν της μιλούν γιατί είναι νέα και δεν την εμπιστεύονται. Τα περισσότερα κορίτσια την αποφεύγουν και δεν μοιράζονται πράγματα μαζί της. Η Ελένη, συμμαθήτριά, προσεγγίζει τη Μαρία και προσπαθεί να την γνωρίσει καλύτερα. Τα υπόλοιπα κορίτσια και αγόρια κατηγορούν την Ελένη για αυτό.

Πώς πιστεύετε ότι πρέπει να αντιδράσει η Ελένη;

A. Να σταματήσει να μιλάει στην Μαρία

B. Να εξηγήσει στα παιδιά ότι το να περιθωριοποιούν τη Μαρία δεν είναι σωστό.

Γ. Να μιλήσει στο δάσκαλο

Δ. Κάτι άλλο

4. Η Κατερίνα είναι το μεγαλύτερο παιδί της οικογένειας και η μοναδική κόρη. Οι γονείς της εργάζονται πολλές ώρες την ημέρα και επιστρέφουν νύχτα στο σπίτι τους. Ζητούν από την Κατερίνα να συμμαζέψει το σπίτι όταν επιστρέφει από το σχολείο έτσι δεν έχει χρόνο για τα μαθήματά της. Όταν δεν συμμαζεύει της φωνάζουν και της ζητούν να μην το επαναλάβει. Η Κατερίνα αισθάνεται πίεση και πιστεύει ότι τα μαθήματά της είναι πιο σημαντικά.

Πώς πιστεύετε ότι πρέπει να αντιδράσει η Κατερίνα;

A. Να εξηγήσει στους γονείς της πώς νιώθει

B. Να τους αγνοήσει

Γ. Να το πει στο δάσκαλο της

Δ. Κάτι άλλο

### Αξιολόγηση & Προβληματισμός:

Μέσα από τη συζήτηση προσπαθούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν ότι οι καλύτερες επιλογές για την απάντησή τους πρέπει να περιλαμβάνουν:

- Θετική αξίωση και ισχυρή συμπεριφορά. Πρέπει να κάνουν κάτι και να μην

αφήσουν απαρατήρητο ή να αγνοήσουν το γεγονός. Ο κύκλος της βίας σταματά μόνο με παρέμβαση.

- Όσο δύσκολο κι αν είναι, μιλήστε με έναν ενήλικα εάν το ζήτημα είναι σοβαρό.
- Χρησιμοποιήστε τη θετική επικοινωνία (εξηγήστε πώς και τι) για να λύσετε τις συγκρούσεις και να λύσετε προβλήματα στη σχέση τους.
- Οι φίλοι είναι μια καλή υποστήριξη και είναι σημαντικό να ζητήσουμε τη βοήθειά τους. Αλλά οι φίλοι δεν μπορούν πάντα να μας συμβουλευθούν σωστά για το πώς θα αντιδράσουμε. Ειδικά σε σοβαρές περιπτώσεις είναι σημαντικό να εμπλακεί ένας ενήλικας.



Τίτλος: Ενσυναίσθηση και Ενεργή Ακρόαση	
<b>Διάρκεια:</b>	45 λεπτά
<b>Κοινό:</b>	Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών
<b>Στόχοι:</b>	<p>Αυτή η Δραστηριότητα έχει σχεδιαστεί ειδικά για να βοηθήσει τα παιδιά να κατανοήσουν τα συναισθήματα των άλλων και να μπορούν να είναι στη θέση κάποιου άλλου, βοηθώντας τα παιδιά να αναγνωρίσουν αποτελεσματικά τα δικά τους συναισθήματα και των άλλων. Με την εστίαση περισσότερο στην κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων και των συνθηκών που μπορεί να βιώσουν, είναι μερικοί από τους τρόπους με τους οποίους τα παιδιά μπορούν να αυξήσουν την ενσυναίσθηση στις καταστάσεις που βιώνουν οι άλλοι που θα οδηγήσουν στην ανάπτυξη πιο υγιών σχέσεων μεταξύ των ατόμων (Ioannidou &amp; Konstantikaki, 2008).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Βασική Δεξιότητα: Κοινωνικές Δεξιότητες</b></li> <li>• Επικοινωνία</li> <li>• Ενσυναίσθηση</li> <li>• Αυτό-Συνειδητότητα</li> </ul>
<b>Οδηγίες:</b>	<p><b>Υλικά:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Χαρτάκια Post-It</li> <li>2) Ένα Καπέλο (ή ένα κουτί)</li> </ol> <p><b>Οδηγίες:</b></p> <p>Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν σε μια λέξη για να δώσουν έναν τίτλο για το τι τους κάνει να ανησυχούν. Ζητήστε τους τότε να γράψουν 2 γραμμές κάτω από τον τίτλο τους για να περιγράψουν την ανησυχία τους και να βάλουν το post-it στο καπέλο. Ο οργανωτής ζητά από κάθε</p>



συμμετέχοντα να τραβήξει ένα post-it από το καπέλο και να το διαβάσει δυνατά. Μην αποσπάτε σχόλια από την ομάδα. Υπενθυμίστε τους να "Απλά να ακούν".

Όταν διαβαστούν όλα τα post-its, ο οργανωτής ζητά από την τάξη να συζητήσει:

- 1) Τι είχατε κοινό;
- 2) Πώς νιώθετε;
- 3) Ήταν εύκολο να ακούσετε και να καταλάβετε πώς αισθάνθηκε το άλλο άτομο;
- 4) Πώς αισθανθήκατε όταν άλλοι απλά ακούν την ανησυχία σας;

Προαιρετικά:

Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν μία λέξη για να δώσουν έναν τίτλο για το τι τα ενθουσιάζει. Ζητήστε τους να γράψουν 2 γραμμές κάτω από τον τίτλο τους για να περιγράψουν τον ενθουσιασμό τους και να βάλουν τις σημειώσεις τους μετά το στο καπέλο. Ο οργανωτής ζητά από κάθε συμμετέχοντα να τραβήξει ένα post-it από το καπέλο και να το διαβάσει δυνατά. Μην αποσπάτε σχόλια από την ομάδα. Υπενθυμίστε τους "Απλά να Ακούν"

Όταν διαβαστούν όλα τα post-its, ο οργανωτής ζητά από την τάξη να συζητήσει:

- 1) Τι είχατε κοινό;
- 2) Πώς νιώθετε;
- 3) Ήταν εύκολο να ακούσετε και να καταλάβετε πώς αισθάνθηκε το άλλο άτομο;
- 4) Πώς αισθανθήκατε όταν άλλοι απλά ακούν την ανησυχία σας;

**Αξιολόγηση &  
Προβληματισμός:**

Ενθαρρύνετε τους μαθητές να κατανοούν τα αισθήματα και τα συναισθήματα των άλλων. Ζητήστε από τους μαθητές να ακούν προσεκτικά όταν μιλάνε άλλοι μαζί τους για να καταλάβουν πώς αισθάνεται το άλλο άτομο. Ξεκινήστε μια συζήτηση γύρω από την έννοια της "Ενσυναίσθησης".

**Αναφορές:**

<https://www.icebreakers.ws/medium-group/fear-in-a-hat.html>

<http://www.holliseaster.com/p/fears-in-a-hat/>



Τίτλος: Επίλυση διαφορών και αντίσταση στην πίεση συνομηλίκων	
<b>Διάρκεια:</b>	45 λεπτά
<b>Κοινό:</b>	Παιδιά Ηλικίας 10-12 ετών.
<b>Στόχοι:</b>	<p>Η αποτελεσματική επίλυση των συγκρούσεων σε μια ομάδα οδηγεί στην ανάπτυξη ισχυρών σχέσεων που βασίζονται στην αμοιβαία κατανόηση. Η άσκηση αυτή περιλαμβάνει την έκφραση διαφορετικών απόψεων που θα οδηγήσουν σε μια αποτελεσματική συνεργασία μεταξύ των μελών.</p> <p style="text-align: center;"><b>Βασική Δεξιότητα: Κοινωνικές Δεξιότητες</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επικοινωνία</li> <li>• Ενσυναίσθηση</li> <li>• Αυτό-Συνειδητότητα</li> </ul>
<b>Οδηγίες:</b>	<p><b>Υλικά:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Μεγάλος Πίνακας ή ένα μεγάλο κομμάτι χαρτί</li> <li>• Χρωματιστοί Μαρκαδόροι</li> <li>• Χαρτάκια Post-It</li> <li>• Σενάρια (Παράρτημα &amp; Αναφορές)</li> </ul> <p><b>Οδηγίες:</b></p> <p>Παρέχετε σενάριο (α) μια περίπτωση εκφοβισμού και ζητήστε από όλους να το διαβάσουν σιωπηλά για 2 λεπτά. Διαχωρίστε την τάξη σε μικρότερες ομάδες 3-4 μελών. Ζητήστε από κάθε ομάδα να πάρει έγχρωμους μαρκαδόρους και να χωρίσει το χαρτί τους σε τρία μέρη και να τα ονομάσει ως "ΕΓΩ" "ΜΑΖΙ" και "ΕΣΥ"). Ζητήστε από κάθε μέλος της ομάδας να γράψει σε ένα post-it "πώς σε κάνει να αισθάνεσαι" και "τι θα κάνεις" και στη συνέχεια να το τοποθετήσουν</p>

	<p>στο κομμάτι "ΕΓΩ". Ζητήστε από αυτούς να συνεργαστούν με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας για να γράψουν μετά το κομμάτι "τι θα κάνετε ως ομάδα" και να βάλουν τις απαντήσεις τους στην ενότητα "ΜΑΖΙ". Τέλος, ζητήστε από όλα τα μέλη κάθε ομάδας να σας δώσουν απαντήσεις σχετικά με το θέμα "Τι θα συμβουλευόσατε το άτομο / θύμα να κάνει;" και να απαντήσουν στο κομμάτι "ΕΣΥ".</p>
<p><b>Αξιολόγηση &amp; Προβληματισμός:</b></p>	<p>Ενθαρρύνετε τους μαθητές να συζητήσουν για τη δραστηριότητα και τι έμαθαν μέσω αυτής. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις προτεινόμενες ερωτήσεις που παρέχονται παρακάτω:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Πώς νιώσατε με τη δραστηριότητα;</li> <li>- Βρήκατε δυσκολίες στο να απαντήσετε;</li> <li>- Ήταν ευκολότερο να βρείτε λύσεις με την ομάδα παρά με μόνοι σας;</li> </ul>

**Αναφορές:**

[http://www.eycb.coe.int/composito/chapter\\_4/pdf/4\\_8.pdf](http://www.eycb.coe.int/composito/chapter_4/pdf/4_8.pdf)

**Examples of Bullying Scenarios can be found in the work of:** Flowers, N., Brederode Santos, M. E., Claeys, J., Fazah, R., Schneider, A., Szelényi, Z. (2007). *Composito: Manual on human rights education for children* (2<sup>nd</sup> ed.). N. Flowers (Ed), Budapest: council of Europe, Directorate of Youth and Sport.

## Σενάριο 1

**Τρεις συμμαθητές σας (αγόρια ή κορίτσια) σας μιλάνε άσχημα και πείθουν άλλα παιδιά στην τάξη να σταματήσουν να παίζουν μαζί σας στην αυλή του σχολείου. Τι πρέπει να κάνεις?**

