

ΑΝ ΉΘΟΥΝ ΣΤΗ ΘΈΣΗ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΜΈΡΑ

(Προσεγγίζοντας τα παγκόσμια ζητήματα με ενσυναίσθηση)



Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα εξετάσουν τα σημερινά παγκόσμια ζητήματα (όπως η κλιματική αλλαγή, τα ανθρώπινα δικαιώματα και η ψηφιοποίηση) με μια προσέγγιση εστιασμένη στην ενσυναίσθηση. Οι μαθητές θα παίξουν ρόλους σε διάφορες καταστάσεις βάζοντας τον εαυτό τους στη θέση ατόμων που αντιπροσωπεύουν διαφορετικές περιστάσεις χρησιμοποιώντας κάρτες ενσυναίσθησης. Θα αναπτύξουν επίσης προτάσεις λύσεων και θα σχεδιάσουν αφίσες σε ομάδες, αναπτύσσοντας έτσι τη δημιουργικότητα και τις δεξιότητες συνεργασίας τους. Η δραστηριότητα θα ενισχυθεί ενθαρρύνοντας τους μαθητές να μιλήσουν με τις οικογένειές τους και να μάθουν τις απόψεις των μεγαλύτερων τους. Θα χρησιμοποιηθούν πολύπλευρες μέθοδοι όπως η έρευνα, η συζήτηση, η παραγωγή και η κοινή χρήση. Οι μαθητές θα ενθαρρυνθούν να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους προκειμένου να ενισχύσουν την ψυχοκοινωνική τους ανθεκτικότητα.

Αυτή η δραστηριότητα στοχεύει στην αύξηση της κοινωνικής ευαισθητοποίησης και στην ανάπτυξη του αισθήματος ατομικής ευθύνης. Υποστηρίζει επίσης αξίες όπως η αλληλεγγύη, η επίλυση προβλημάτων και ο σεβασμός των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Μάθημα

Κοινωνικές Σπουδές

Βαθμός

5

Μαθησιακοί στόχοι

Διάρκεια

2 Μάθημα (80 λεπτά)

Απαιτούμενα Υλικά

Κάρτες ενσυναίσθησης
Προβολέας ή διαδραστικός πίνακας με σύνδεση στο διαδίκτυο
Φύλλα εργασίας 1 και 2 (ανά μαθητή)

Μία εβδομάδα πριν από το μάθημα, δώστε στους μαθητές το ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ-1 και ζητήστε τους να το συζητήσουν με τις οικογένειές τους και να φέρουν τις απαντήσεις τους στην τάξη γραπτώς.
Δημιουργήστε έναν «Πίνακα Ενσυναίσθησης» στην τάξη (για να εμφανίσετε την εργασία των μαθητών κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας).
Ετοιμάστε κάρτες ενσυναίσθησης έτσι ώστε κάθε ομάδα μαθητών να λάβει

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ (10 λεπτά)

Προσκαλέστε τη μονάδα ψυχολογικής συμβουλευτικής στην τάξη για να παρέχει επαγγελματική υποστήριξη και καθοδήγηση για να βοηθήσει τους μαθητές να γίνουν πιο ανθεκτικοί απέναντι στα προβλήματα. Εάν δεν έχετε σύμβουλο στο σχολείο σας, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτήν την εξήγηση:

Σήμερα, θα μιλήσουμε για κάτι πολύ σημαντικό. Για να λύσουμε προβλήματα στον κόσμο, πρέπει πρώτα να τα κατανοήσουμε — και για να το κάνουμε αυτό, χρειαζόμαστε ενσυναίσθηση. Ενσυναίσθηση σημαίνει να προσπαθείς να καταλάβεις πώς νιώθει κάποιος άλλος. Είναι κάτι που μας βοηθά να συνδεθούμε μεταξύ μας. Μερικές φορές αισθάνεται καλά και μερικές φορές μπορεί να είναι δύσκολο. Αλλά είναι πάντα ισχυρό. Όλοι μας — στις οικογένειές μας, στις τάξεις μας, στις κοινότητές μας — νιώθουμε δύσκολα συναισθήματα από καιρό σε καιρό. Και αυτό είναι απολύτως φυσιολογικό. Τα συναισθήματα έρχονται και παρέρχονται. Κάποιοι μπορεί να αισθάνονται πολύ δυνατοί ή ότι δεν θα τελειώσουν ποτέ — αλλά ακόμα και αυτοί θα περάσουν.

Σήμερα, θα σας διδάξω μια απλή άσκηση αναπνοής που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όποτε περνάτε δύσκολα. Αλλά πριν ξεκινήσουμε, θέλω να σας υπενθυμίσω: Ο τρόπος με τον οποίο υποστηρίζουμε ο ένας τον άλλον είναι δείχνοντας ενσυναίσθηση, προσπαθώντας να καταλάβουμε ο ένας τον άλλον και βοηθώντας όταν κάποιος αγωνίζεται. Έτσι γινόμαστε πιο δυνατοί — μαζί.

Τώρα, ας μάθουμε την άσκηση αναπνοής:

Κλείστε τα μάτια σας αν θέλετε ή απλώς βρείτε ένα ήρεμο σημείο για να κοιτάξετε. Εισπνεύστε αργά από τη μύτη σας — και φανταστείτε ότι αναπνέετε σε ένα απαλό σύννεφο. Κρατήστε το απαλά για μια στιγμή... Στη συνέχεια, εκπνεύστε αργά από το στόμα σας - σαν να φυσάτε το σύννεφο μακριά.

Ας το μετρήσουμε μαζί: Εισπνοή... 1, 2, 3... Εκπνοή... 1, 2, 3, 4...

Ας το κάνουμε αυτό μερικές φορές — απλώς επικεντρωθείτε στην αναπνοή σας.

Και να θυμάστε, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτό το εργαλείο όποτε το χρειάζεστε.

Ξεκινήστε το μάθημα κάνοντας στους μαθητές τις ακόλουθες ερωτήσεις:

«Πώς νομίζετε ότι θα ένιωθε κάποιος που δεν μπορεί να βρει νερό σε ένα πολύ ζεστό μέρος σε άλλη χώρα;»

«Τι συναισθήματα θα βίωνε ένα παιδί που έχασε την οικογένειά του σε έναν πόλεμο και έπρεπε να εγκαταλείψει τη χώρα του;»

2**ΣΥΖΗΤΗΣΗ (15 λεπτά)**

Χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες των 3-4 και ζητήστε από κάθε ομάδα να σχεδιάσει μια κάρτα ενσυναίσθησης.

Ζητήστε τους να προετοιμάσουν ένα σενάριο 1-2 λεπτών στο οποίο θα μπουν στη θέση του ατόμου στην κάρτα και θα εκφράσουν τα συναισθήματά τους και θα βάλουν ένα από τα μέλη της ομάδας να το παίξει.

Τονίστε ότι θα πρέπει να αντιμετωπίσουν τα ακόλουθα σημεία του σεναρίου:

- ✓ Τι πρόβλημα αντιμετωπίζει αυτό το άτομο;
- ✓ Πώς μπορεί να αισθάνονται;
- ✓ Πώς θα ένιωθα αν ήμουν στη θέση τους;
- ✓ Τι μπορώ να κάνω ως άτομο για να βοηθήσω αυτό το άτομο;
- ✓ Πώς μπορεί η κοινωνία και η κυβέρνηση να βρουν λύση σε αυτό το πρόβλημα;

3**ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ (55 λεπτά)*****Συμμετοχή της Οικογένειας – Εργασία στο σπίτι (κατ' οίκον)***

Μια εβδομάδα πριν από το μάθημα, ζητήστε από τους μαθητές να μοιραστούν τις εργασίες του ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1 που τους δώσατε.

Προετοιμασία αφίσας

Ζητήστε από κάθε ομάδα να ετοιμάσει μια αφίσα που να περιγράφει το άτομο στην κάρτα ενσυναίσθησης.

Επισημάνετε ότι η αφίσα μπορεί να δώσει έμφαση στις ακόλουθες ερωτήσεις.

- Ποιο είναι το πρόβλημα?
- Ποιος επηρεάζεται;
- Πώς μπορεί να νιώθουν;
- Τι μπορούμε να κάνουμε ως κοινότητα, ως κράτος, ως άτομα;

Προετοιμάστε αφίσες χρησιμοποιώντας εργαλεία WEB2 (Canva, Ideogram, Postermyswall κ.λπ.) και εμφανίστε τις στον «Πίνακα Ενσυναίσθησης» στην τάξη.

Αξιολόγηση – Θερμόμετρο ενσυναίσθησης

Ζητήστε από κάθε μαθητή να συμπληρώσει το ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ-2, το οποίο χρησιμοποιεί για να αξιολογήσει τον εαυτό του, για να μετρήσει τη συναισθηματική του επίγνωση, τις δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων και τη συμμετοχή της οικογένειας.

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- 1 Τα ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1 και 2 μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως εργαλεία μέτρησης και αξιολόγησης.
- 2 Παρατηρούνται οι ικανότητες των μαθητών να εστιάζουν στα συναισθήματα, να συνεργάζονται μέσα στην ομάδα, να δημιουργούν λύσεις και να συμπάσχουν.

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

- 1 Η καθοδήγηση των μαθητών να σχεδιάσουν αφίσες χρησιμοποιώντας ένα ψηφιακό εργαλείο που έχουν χρησιμοποιήσει στο παρελθόν θα σας βοηθήσει να χρησιμοποιήσετε το χρόνο σας πιο αποτελεσματικά.
- 2 Στο τέλος της δραστηριότητας, μπορεί να ξεκινήσει μια «Παγκόσμια Εβδομάδα Ενσυναίσθησης» στο σχολείο.
- 3 Οι αφίσες μπορούν να αναρτηθούν στους διαδρόμους του σχολείου.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: ΚΑΡΤΕΣ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ



Κάρτα 1: Ένας νεαρός πρόσφυγας που έχασε την οικογένειά του λόγω πολέμου και αναγκάστηκε να εγκαταλείψει τη χώρα του.



Κάρτα 2: Ένα παιδί που ζει σε ένα χωριό που δεν μπορεί να έχει πρόσβαση σε νερό λόγω ξηρασίας.



Κάρτα 3: Μια οικογένεια της οποίας το σπίτι πλημμυρίζει λόγω της κλιματικής αλλαγής.



Κάρτα 4: Ένα παιδί που έχει υποστεί διαδικτυακό εκφοβισμό.



Κάρτα 3: Μαθητής που φοιτά σε σχολείο του χωριού χωρίς πρόσβαση στο διαδίκτυο.



Κάρτα 6: Ένας μαθητής που αναγκάζεται να εργαστεί ως παιδί εργάτης.

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ- 1

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ: «Θέματα που Συζητούνται στο Σπίτι» (Εργασία για το Σπίτι)

1. Η οικογένειά σας έχει βιώσει κάποια καταστροφή (σεισμό, πλημμύρα, πυρκαγιά κ.λπ.) στο παρελθόν; Τι βίωσαν και ένιωσαν τα μέλη της οικογένειας κατά τη διάρκεια αυτής της εκδήλωσης;
2. Υπάρχει κάποια ανάμνηση στην οικογένειά σας από κάποιον που προσπαθεί να κατανοήσει τη δύσκολη κατάσταση ενός άλλου ατόμου (π.χ. ένας μετανάστης, ένα άτομο με αναπηρία, ένα θύμα καταστροφής κ.λπ.); Πώς αντέδρασε αυτό το άτομο;
3. Ποιο θεωρεί η οικογένειά σας ότι είναι το πιο σημαντικό παγκόσμιο ζήτημα στον κόσμο; Γιατί;
4. Πιστεύει η οικογένειά σας ότι η κοινωνική αλληλεγγύη είναι σημαντική για την αντιμετώπιση καταστροφών; Υπάρχουν τέτοια παραδείγματα;
5. Τι πιστεύει η οικογένειά σας για τα οφέλη και τις βλάβες της τεχνολογίας/ψηφιοποίησης; Πώς σας επηρεάζει αυτό το ζήτημα;
6. Έχει βοηθήσει κάποιος από τους πρεσβύτερους της οικογένειάς σας άλλο άτομο (θύμα καταστροφής, άτομο που έχει ανάγκη κ.λπ.); Τι ένιωσαν κατά τη διάρκεια αυτής της πράξης βοήθειας;
7. Πιστεύει η οικογένειά σας ότι η προστασία της φύσης μπορεί να μειώσει τις καταστροφές; Ποιες συμπεριφορές θεωρούν θετικές από αυτή την άποψη;

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ- 2

"ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗΣ"

Βαθμολογήστε τον εαυτό σας ως "Χαμηλό, Μεσαίο, Υψηλό".

Ερωτήσεις	Χαμηλός	Μεσαί ο	Υψηλ ή
Μπόρεσα να βάλω τον εαυτό μου στη θέση κάποιου άλλου.	☐	☐	☐
Συνειδητοποίησα ότι τα προβλήματα δεν περιορίζονταν στην περιοχή μας.	☐	☐	☐
Μίλησα με την οικογένειά μου για αυτό και πήρα τις απόψεις τους.	☐	☐	☐
Ένωσα σημαντικός στο να βρίσκω λύσεις.	☐	☐	☐