

ΜΙΑ ΜΕΡΑ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ: ΓΡΑΦΟΝΤΑΣ ΜΕ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ



Η ενασχόληση με μια μορφή τέχνης μπορεί να είναι εξαιρετικά επωφελής κατά τη διαδικασία ανάκαμψης και ομαλοποίησης μετά από μια καταστροφή. Η τέχνη παρέχει μια ασφαλή διέξοδο για την έκφραση συναισθημάτων, τη μείωση του άγχους και την επεξεργασία του τραύματος. Είτε μέσω της ζωγραφικής, της μουσικής, του χορού ή του θεάτρου, οι δημιουργικές δραστηριότητες βοηθούν τα άτομα να ανακτήσουν την αίσθηση του ελέγχου και της σταθερότητας. Επιπλέον, η τέχνη ενισχύει τις κοινωνικές συνδέσεις και τη θεραπεία της κοινότητας φέρνοντας τους ανθρώπους κοντά σε μια κοινή εμπειρία. Εστιάζοντας στη δημιουργικότητα, τα άτομα μπορούν να ξαναχτίσουν τη συναισθηματική τους ανθεκτικότητα και να βρουν ελπίδα.

Μάθημα

Γλώσσα

Τάξη

5

Μαθησιακοί στόχοι

Οι μαθητές θα δημιουργήσουν δοκίμια, ιστορίες και ποιήματα με κατάλληλη γραμματική και λεξιλόγιο για να εκφράσουν ξεκάθαρα τις ιδέες τους και να ενισχύσουν την κοινωνική νοημοσύνη.

Διάρκεια

40 Λεπτά

Απαιτούμενα Υλικά

Χαρτί, στυλό ή ψηφιακά εργαλεία γραφής,
Μια σύντομη ιστορία ή μια είδηση για μια φυσική καταστροφή,
Εικόνες ή κάρτες που περιγράφουν τα συναισθήματα που μπορεί να νιώσουν μετά την καταστροφή.

Προετοιμασία και Υλοποίηση

Φέρτε στυλό και χαρτιά για μαθητές που μπορεί να μην έχουν.
Εκτυπώστε κάρτες συναισθημάτων ή εικόνες συναισθημάτων.
(βλ. παράρτημα)
Ετοιμάστε τον φορητό υπολογιστή ή το ψηφιακό σας εργαλείο για να δείξετε ιστορία ή ειδήσεις σε όλους τους μαθητές.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ

1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ (10 λεπτά)

- Ξεκινήστε μια συζήτηση με τους μαθητές σχετικά με τα συναισθήματα που βιώνουν μετά από μια καταστροφή και πώς αντιμετωπίζουν οι κοινότητες
 - Ενώ συζητούν, υποστηρίξτε τους με λεξιλόγιο και τις προσωπικές σας απόψεις και εμπειρίες.
 - Δείξτε εικόνες που συμβολίζουν συναισθηματικές καταστάσεις μετά από μια καταστροφή. Οι μαθητές μοιράζονται τα συναισθήματά τους (π.χ. φόβος, αναζήτηση ασφάλειας, θάρρος) μέσα από αυτές τις εικόνες. (βλ. παράρτημα)
 - Εισαγάγετε τη δραστηριότητα λέγοντας «Θα γράψεις μια ιστορία, ένα ποίημα ή ένα άρθρο για μια μέρα μετά από μια καταστροφή. Σε αυτό το άρθρο, είναι σημαντικό να εξηγήσουμε τα συναισθήματα του χαρακτήρα και τις αλλαγές που περνάει».
 - **Αναστοχασμός ενσυναίσθησης (προαιρετικό):** Ενθαρρύνετε τους μαθητές να εξετάσουν τα συναισθήματά τους εξηγώντας: «Ενσυναίσθηση σημαίνει να κατανοείς πώς νιώθει κάποιος άλλος και να δείχνεις φροντίδα και καλοσύνη. Αλλά η ενσυναίσθηση δεν είναι μόνο για τους άλλους — μπορούμε επίσης να δείξουμε ενσυναίσθηση στον εαυτό μας».
- «Μετά από μια φυσική καταστροφή, όπως αυτή που όλοι βιώσαμε, μπορεί να προκύψουν πολλά διαφορετικά συναισθήματα - φόβος, λύπη, θυμός, ανησυχία ή σύγχυση. Αυτά τα συναισθήματα είναι φυσιολογικά και δεν είστε μόνοι που τα έχετε».
- «Μπορεί επίσης να αναρωτιέστε πώς νιώθουν οι φίλοι σας ή άλλα παιδιά στην κοινότητά σας. Ίσως είχαν παρόμοιες ή διαφορετικές εμπειρίες. Η ενσυναίσθηση μας βοηθά να συνδεθούμε. Μας βοηθά να νοιαζόμαστε ο ένας για τον άλλον».

2

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ (25 λεπτά)

- Ζητήστε από τους μαθητές να διαβάσουν το άρθρο ειδήσεων σχετικά με τους σεισμούς.
(<https://www.bbc.com/news/world-europe-64544998>)
- Ζητήστε από τους μαθητές να επιλέξουν έναν από τους τρεις διαφορετικούς τύπους γραφής:
 - Ιστορία: Οι εμπειρίες και τα συναισθήματα ενός παιδιού μετά από μια καταστροφή.

- Άρθρο: Ένα άρθρο σχετικά με τις επιπτώσεις των καταστροφών στους ανθρώπους και τη σημασία της κοινωνικής αλληλεγγύης.
- Ποίημα: Ένα ποίημα για τη συντροφικότητα και τις ελπίδες μιας κοινότητας μετά από μια καταστροφή.

- Για να ενθαρρύνετε τη γραφή τους, ζητήστε από τους μαθητές να περιγράψουν τα συναισθήματα του χαρακτήρα και τη συμπεριφορά των ανθρώπων στον κοινωνικό τους κύκλο.

3

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟΡΡΛΗΞΗ (10 λεπτά)

- Οι μαθητές παρουσιάζουν τα κείμενά τους στην τάξη.
- Κατά τη διάρκεια της παρουσίασης, ενώ τονίζεται η γραμματική και το λεξιλόγιο των άρθρων, συζητείται η ενσυναίσθηση και η κοινωνική αλληλεγγύη και από την άποψη της κοινωνικής νοημοσύνης.
- Αξιολογεί τα σημαντικά στοιχεία στα γραπτά ως δάσκαλος και δίνει έμφαση στην ανάπτυξη τόσο της γραμματικής όσο και της συναισθηματικής νοημοσύνης των μαθητών.

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

1

Μπορείτε να παρουσιάσετε παραδείγματα ποιημάτων, ιστοριών ή άρθρων για να δείξετε στους μαθητές να σκεφτούν και να δημιουργήσουν τη δική τους δουλειά.

2

Μπορείτε απλώς να δείξετε τις κάρτες συναισθημάτων στην οθόνη ή μπορείτε να τις εκτυπώσετε και να τις μοιράσετε στους μαθητές.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

1. Ειδήσεις για σεισμό.

Σύνδεσμος : <https://www.bbc.com/news/world-europe-64544998>

2. Κάρτες συναισθημάτων:



© DTC

Σενάριο διευκόλυνσης δασκάλου

«Μερικές φορές, όταν φανταζόμαστε την επόμενη μέρα από μια καταστροφή, προκύπτουν διαφορετικά συναισθήματα. Μπορεί να αισθάνεστε φοβισμένοι, ανήσυχοι, μπερδεμένοι ή ακόμα και αισιόδοξοι. Όλα αυτά τα συναισθήματα είναι φυσιολογικά.

Δεν υπάρχουν σωστά ή λάθος συναισθήματα. Αυτό που έχει σημασία είναι να μπορούμε να τα παρατηρήσουμε και να τα μοιραστούμε με ασφαλή τρόπο.

Αν θέλετε, μπορείτε να εκφράσετε τα συναισθήματά σας με:

- Λέγοντας μια λέξη ή μια σύντομη πρόταση,
- Σχεδιάζοντας μια εικόνα,
- Ή απλώς δείχνοντάς το με μια απλή χειρονομία ή έκφραση προσώπου.

Θυμηθείτε, όταν μιλάμε για τα συναισθήματά μας, καταλαβαίνουμε καλύτερα τον εαυτό μας και βοηθάμε επίσης τους άλλους να αισθάνονται λιγότερο μόνοι».