

Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας

Πρόγραμμα Αγωγή Υγείας - Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση (ΑΥ-ΣΔ) σε Λύκεια και ΤΕΣΕΚ

Οδηγός Εκπαιδευτικού



Γραφείο Επιθεώρησης Αγωγής Υγείας
Μέσης Εκπαίδευσης
2026



**Πρόγραμμα Αγωγή Υγείας - Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση (ΑΥ - ΣΔ)
σε Λύκεια και ΤΕΣΕΚ**

Συγγραφή: Χρυσούλα Δανιηλίδου

Έλενα Χριστοφόρου - Νεοκλέους

Χριστίνα Κρητικού

Εκπαιδευτικοί Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) Μέσης Γενικής Εκπαίδευσης

Εποπτεία: Δρ Χριστιάνα Φιλίππου - Χαριδήμου

Επιθεωρήτρια Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας) Μέσης Γενικής Εκπαίδευσης

Σχεδιασμός Εξωφύλλου και ηλεκτρονική σελίδωση: Χρυσούλα Δανιηλίδου

Αποσπασμένη Εκπαιδευτικός Αγωγής

Υγείας στα Αναλυτικά Προγράμματα

Εκτύπωση: Μέση Γενική Εκπαίδευση, Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας

ISBN: 978-9963-0-7170-8

Ευχαριστίες

Θερμές ευχαριστίες εκφράζονται στις Έλενα Παπαμιχαήλ και Μαργαρίτα Κυριάκου, Λειτουργοί του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου Κύπρου, για τις επισημάνσεις και τις καίριες παρεμβάσεις τους κατά τη διαδικασία συγγραφής του εκπαιδευτικού υλικού. Επίσης, ευχαριστίες εκφράζονται στις Αργυρώ Καζέλα και Βασιλική Λουκαΐδου, εκπαιδευτικοί Αγωγής Υγείας για τη συμβολή τους στον αρχικό σχεδιασμό του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ.

Ιδιαίτερη μνεία αξίζει σε όλες τις εκπαιδευτικούς που υλοποίησαν το Πρόγραμμα ΑΥ - ΣΔ στα σχολεία, μοιράστηκαν την εμπειρία τους και πρόσφεραν πολύτιμες εισηγήσεις και σχόλια. Η συμβολή τους υπήρξε καθοριστική για τη βελτίωση των σχεδίων μαθήματος και για την επιτυχία της εφαρμογής του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ Σελίδα

Οδηγός Χρήσης Εγχειριδίου

6

Πρόλογος

8

Α΄ ΜΕΡΟΣ

Σχέδια Μαθήματος Α΄ Λυκείου

11

Β΄ ΜΕΡΟΣ

Σχέδια Μαθήματος Β΄ Λυκείου

89

Γ΄ ΜΕΡΟΣ

Σχέδια Μαθήματος Γ΄ Λυκείου

201

Παράρτημα

315

Βιβλιογραφία

326

Οδηγός Χρήσης Εγχειριδίου

Το παρόν βιβλίο αποτελεί τον οδηγό εκπαιδευτικού Αγωγής Υγείας για την εφαρμογή του Προγράμματος Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης (ΑΥ-ΣΔ) σε Λύκεια και ΤΕΣΕΚ του Υπουργείου Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας (ΥΠΑΝ). Στις σελίδες που ακολουθούν παρουσιάζονται αναλυτικά τα σχέδια μαθήματος που εφαρμόζονται στο Πρόγραμμα ΑΥ-ΣΔ για τις τρεις τάξεις του Λυκείου. Στόχος του έργου είναι να υποστηριχθεί ο/η εκπαιδευτικός στη διδακτική πράξη και να ενισχυθεί η συστηματική προσέγγιση θεμάτων που αφορούν την ανάπτυξη, τη συναισθηματική ωρίμανση και τις ανθρώπινες σχέσεις.

Το έργο αυτό απευθύνεται αποκλειστικά σε εκπαιδευτικούς Αγωγής Υγείας οι οποίοι/οποίες έχουν προηγουμένως επιμορφωθεί σχετικά με τη φιλοσοφία, τη μεθοδολογία και τον τρόπο εφαρμογής των σχεδίων μαθήματος στην τάξη. Η επιμόρφωση αυτή θεωρείται απαραίτητη προϋπόθεση, καθώς εξασφαλίζει την ορθή παιδαγωγική αξιοποίηση του υλικού και τη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού μαθησιακού περιβάλλοντος.

Στο βιβλίο ακολουθείται σαφής και λειτουργική δομή. Αρχικά παρουσιάζεται το πλαίσιο της Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης και το αντίστοιχο Αναλυτικό Πρόγραμμα, με τους δείκτες επιτυχίας και επάρκειας που καθοδηγούν τη διδακτική διαδικασία. Στη συνέχεια, παρατίθενται τα Σχέδια Μαθήματος, ταξινομημένα ανά θεματική ενότητα, με διακριτικό χρωματισμό (μπλε, πορτοκαλί, πράσινο) για ευκολότερο προσανατολισμό.

Κάθε σχέδιο μαθήματος ξεκινά με τις βασικές πληροφορίες: τον τίτλο, τον πίνακα στοιχείων του Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας (ΠΣΑΥ) και τους σχετικούς δείκτες επιτυχίας και επάρκειας. Ακολουθεί η ανάλυση του μαθήματος με τον σκοπό, τις προαπαιτούμενες γνώσεις, τα μέσα διδασκαλίας, τη μεθοδολογία, την αξιολόγηση, τους διδακτικούς στόχους και τις δραστηριότητες με τον εκτιμώμενο χρόνο υλοποίησής τους.

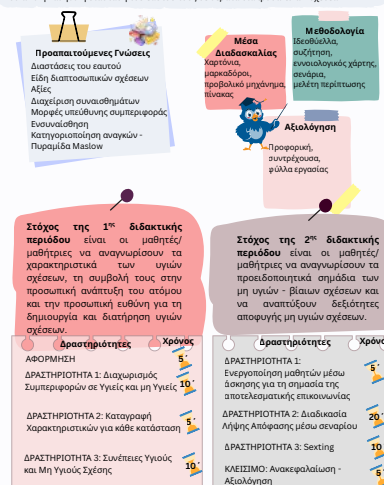
Στο κυρίως μέρος, οι δραστηριότητες παρουσιάζονται αναλυτικά. Κάθε δραστηριότητα περιλαμβάνει τον τίτλο, τον ενδεικτικό χρόνο υλοποίησης, τους δείκτες επιτυχίας και επάρκειας που εξυπηρετεί, καθώς και αναμενόμενες απαντήσεις μαθητών/μαθητριών, το απαραίτητο συνοδευτικό εκπαιδευτικό υλικό (εποπτικά, φύλλα εργασίας και παρουσιάσεις) και σημειώσεις υποστήριξης για τον/την εκπαιδευτικό.

Στο Παράρτημα παρατίθεται φωτογραφικό υλικό από την υλοποίηση των εργαστηριακών μαθημάτων.

1^ο ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας (αναλυτικό)

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΛΓΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΛΓΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	A. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	2

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να ενδυναμώσουν τη συναισθηματική, κοινωνική και ηθική διάσταση του εαυτού τους σε θέματα διαπροσωπικών σχέσεων.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Καταγραφή Χαρακτηριστικών για κάθε κατάσταση

1.1 Να συμπεράνουν ότι οι υγιείς/μη υγιείς συμπεριφορές στις διαπροσωπικές σχέσεις επηρεάζουν την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ότι η ανάπτυξη στρατηγικής είναι αναγκαία για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων.

Επισημυγνός συλλογισμός για τη σημασία των υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις

- Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και συναισθημάτων
- Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και προσωπικής ανάπτυξης

Η εφαρμογή των σχεδίων μαθήματος του Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ σε Λύκεια και ΤΕΣΕΚ ξεκίνησε το σχολικό έτος 2023–2024. Την εφαρμογή ανέλαβαν εκπαιδευτικοί Αγωγής ΑΥγείας που είχαν προηγουμένως επιμορφωθεί από το ΥΠΑΝ, συμβάλλοντας ουσιαστικά στη διαμόρφωση ενός προγράμματος βασισμένου στην πράξη, στην εμπειρία και στην εκπαιδευτική πραγματικότητα της σχολικής τάξης.

Τα τελικά σχέδια μαθήματος που περιλαμβάνονται στην παρούσα έκδοση αποτελούν το αποτέλεσμα συστηματικής αναθεώρησης και βελτίωσης, βασισμένης στην ανατροφοδότηση που προέκυψε από την πρώτη εφαρμογή του προγράμματος. Οι πολύτιμες παρατηρήσεις, εισηγήσεις και διορθώσεις των εκπαιδευτικών συνέβαλαν στη δημιουργία ενός υλικού πιο λειτουργικού, ευέλικτου και παιδαγωγικά ευαίσθητου, ικανού να ανταποκριθεί στις ανάγκες των μαθητών και μαθητριών Λυκείου και ΤΕΣΕΚ.

Στο σημείο αυτό, θα θέλαμε να εκφράσουμε θερμές ευχαριστίες σε όλες τις εκπαιδευτικούς που συμμετείχαν και συμμετέχουν στην εφαρμογή του προγράμματος και συνέβαλαν με τον επαγγελματισμό, την ευαισθησία και την αφοσίωσή τους στη βελτίωση των σχεδίων μαθήματος. Η ενεργή εμπλοκή τους και η διάθεση συνεργασίας που επέδειξαν υπήρξαν καθοριστικά στοιχεία για τη διαμόρφωση του τελικού εκπαιδευτικού υλικού που κρατάτε στα χέρια σας.

Πρόλογος

Σκοπός του Προγράμματος Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης είναι οι μαθητές και οι μαθήτριες να βιώνουν με υπευθυνότητα και ασφάλεια τις διαπροσωπικές τους σχέσεις και να αναλαμβάνουν την ευθύνη για τη δική τους σεξουαλική υγεία και ευημερία καθώς και των άλλων. Η ολιστική σεξουαλική διαπαιδαγώγηση προσεγγίζει τη σεξουαλικότητα εντός του πλαισίου της πνευματικής, συναισθηματικής, κοινωνικής, ηθικής και σωματικής ανάπτυξης. Ως βασικό στόχο έχει να εξοπλίσει τους μαθητές και τις μαθήτριες με γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις, ώστε να λαμβάνουν ενημερωμένες, υπεύθυνες αποφάσεις, να αποφεύγουν την επικίνδυνη σεξουαλική συμπεριφορά και να προστατεύονται από τη βία και τον εξαναγκασμό. Επιπλέον, συμβάλλει στη διαμόρφωση σχέσεων αμοιβαίου σεβασμού και στην οικοδόμηση μιας κοινωνίας που θεμελιώνεται στην αγάπη, την αλληλεγγύη και την υπευθυνότητα.

Το παρόν υλικό αποτελεί το εκπαιδευτικό πακέτο για την υλοποίηση των εργαστηριακών μαθημάτων του Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ στις τάξεις των Λυκείων και ΤΕΣΕΚ. Αυτό έπεται και συμπληρώνει τη σεξουαλική αγωγή που έλαβαν οι μαθητές/μαθήτριες στον Γυμνασιακό κύκλο σπουδών. Η παραγωγή του εκπαιδευτικού υλικού απορρέει από το σχετικό Αναλυτικό Πρόγραμμα Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης του μαθήματος Αγωγής Υγείας και βασίζεται σε εμπειριστατωμένη βιβλιογραφία. Θεμέλιο λίθο αυτής της προσπάθειας αποτελούν οι πανανθρώπινες αξίες, όπως η υπευθυνότητα και ο σεβασμός, και τα ανθρώπινα δικαιώματα και ειδικότερα, το Δικαίωμα στην Υγεία, το Δικαίωμα στην Εκπαίδευση και την Πληροφόρηση και το Δικαίωμα κατά της Βίας.

Για την εξυπηρέτηση των αναγκών του Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ, καταρτίστηκε σχετικό Αναλυτικό Πρόγραμμα το οποίο αναπτύσσεται σε τρεις θεματικές ενότητες. Οι θεματικές ενότητες απορρέουν από τους τέσσερις άξονες του Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας (ΠΣΑΥ). Οι Δείκτες Επιτυχίας και Επάρκειας της κάθε θεματικής ενότητας αναπτύχθηκαν σε συγκεκριμένο πλαίσιο που συνδυάζει διδακτέα (πληροφορίες, έννοιες, δεξιότητες, στρατηγικές/τρόπος σκέψης, στάσεις/αξίες) από τους τέσσερις άξονες του ΠΣΑΥ.

Άξονες ΠΣΑΥ	Πλαίσιο	Θεματικές Ενότητες Αναλυτικού Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ
1. Ανάπτυξη και Ενδυνάμωση εαυτού 2. Ανάπτυξη ασφαλούς και υγιούς τρόπου ζωής 3. Δημιουργία και βελτίωση κοινωνικού εαυτού 4. Δημιουργία ενεργού πολίτη.	- Υγιείς Σχέσεις - Αξίες - Κοινωνία, Φύλο (Κοινωνικό – Βιολογικό), Σεξουαλικότητα, Στερεότυπα - Πρόληψη βίας - Δεξιότητες ζωής - Σωματική Υγεία - Σεξουαλική συμπεριφορά - Σεξουαλική & Αναπαραγωγική Υγεία και Σεξουαλικά & Αναπαραγωγικά Δικαιώματα	A) Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας B) Σεξουαλικότητα και Ενδυνάμωση Εαυτού Γ) Αυτογνωσία και Σεξουαλική Συμπεριφορά

Τα παραπάνω επιτυγχάνονται με την ενεργό συμμετοχή των μαθητών/μαθητριών, καθώς και την ανάπτυξη της ικανότητας για δράση, οι οποίες είναι οι κύριες διαδικασίες μάθησης που εφαρμόζονται κατά την υλοποίηση των εργαστηρίων. Η «γνώση» οικοδομείται διερευνώντας και αναλύοντας τους παράγοντες κινδύνου και προστασίας που σχετίζονται με το θέμα και παράλληλα ενθαρρύνεται και προωθείται η ανάληψη ευθύνης, η ανάπτυξη στάσεων και η καλλιέργεια δεξιοτήτων, όπως:

- Στάσεις: υπευθυνότητα, σεβασμός και συμπερίληψη, θετική αυτοεκτίμηση, ισότητα, μηδενική ανοχή στη βία και τον εκφοβισμό
- Δεξιότητες: διαπραγμάτευση, αποτελεσματική επικοινωνία, θετική διεκδίκηση, καθορισμός προσωπικών ορίων, φροντίδα του εαυτού και των άλλων, δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων, δεξιότητες λήψης απόφασης και αναγνώριση – διαχείριση – έκφραση συναισθημάτων.

Ευχή της συντακτικής ομάδας αυτού του έργου είναι, εκπαιδευτικοί και μαθητές/μαθήτριες να συνεργαστούν σε ένα ήρεμο, ασφαλές και δημιουργικό περιβάλλον μάθησης, να λειτουργήσουν ως συγκοινωνούντα δοχεία ορθής πληροφόρησης και έκφρασης απόψεων και συναισθημάτων και να συμβάλλουν στη συμπερίληψη όλων των ατόμων με σεβασμό και αξιοπρέπεια.

Συγγραφική ομάδα
Γραφείο Επιθεώρησης Αγωγής Υγείας (Οικιακής Οικονομίας)

Α΄ Μέρος

Σχέδια Μαθήματος Α΄ Λυκείου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελίδα

Εισαγωγή

12

Αναλυτικό Πρόγραμμα

13

1^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΥΓΙΕΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ - ΠΡΟΛΗΨΗ ΒΙΑΣ

17

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος 20

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος 29

2^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ

41

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος 44

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος 54

3^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ -
ΔΙΕΚΔΙΚΗΤΙΚΟΤΗΤΑ - ΣΥΝΑΙΝΕΣΗ

60

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος 64

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος 80

Εισαγωγή

Τα Σχέδια Μαθήματος για την υλοποίηση των εργαστηριακών μαθημάτων στην Α΄ τάξη Λυκείων και ΤΕΣΕΚ απορρέουν από τις Θεματικές Ενότητες του Αναλυτικού Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ. Πρόκειται για τρία (3) σχέδια μαθήματος διάρκειας δύο (2) διδακτικών περιόδων έκαστο, με συγκεκριμένο σκοπό και σαφείς στόχους. Κάθε σχέδιο μαθήματος ανταποκρίνεται στην κάλυψη συγκεκριμένων δεικτών επιτυχίας και επάρκειας από μια κυρίως θεματική ενότητα και ταυτόχρονα σύνδεσή της με τις άλλες δύο θεματικές.

Στο 1^ο Εργαστήριο οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να αναγνωρίσουν τα χαρακτηριστικά που καθιστούν μια ανθρώπινη **σχέση υγιή** και παρουσιάζονται **τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισης της βίας σε περίπτωση μιας μη υγιούς σχέσης**.

Στο 2^ο Εργαστήριο, γίνεται προσπάθεια **ενδυνάμωσης του εαυτού** και **συμπερίληψης** όλων των ατόμων.

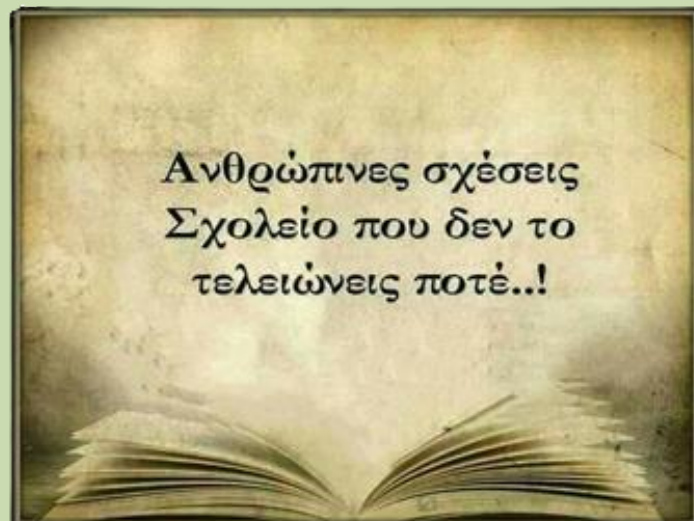
Στο 3^ο Εργαστήριο, οι μαθητές/μαθήτριες, έχοντας ως υπόβαθρο τα δύο προηγούμενα εργαστήρια, αναγνωρίζουν την ανάγκη εκδήλωσης **διεκδικητικής συμπεριφοράς** και τη σημασία της **αποτελεσματικής επικοινωνίας** και **συναίνεσης** σε μια σχέση.

Αναλυτικό Πρόγραμμα

Δείκτες
Επιτυχίας

Δείκτες
Επάρκειας

Προγράμματος Αγωγής Υγείας –
Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης
(Λύκεια και ΤΕΣΕΚ)



Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας - Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης Α΄ Λυκείου

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/ Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α΄ Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	1.1 Να συμπεραίνουν ότι οι υγιείς/μη υγιείς συμπεριφορές στις διαπροσωπικές σχέσεις επηρεάζουν την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ότι η ανάπτυξη στρατηγικής είναι αναγκαία για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων	1.1 - Διάκριση υγιών και μη υγιών συμπεριφορών στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία των υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις <ul style="list-style-type: none"> • Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και συναισθημάτων • Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και προσωπικής ανάπτυξης - Τρόποι διαχείρισης μη υγιών συμπεριφορών στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις <ul style="list-style-type: none"> • Νομικό πλαίσιο • Αναγνώριση προειδοποιητικών ενδείξεων βίας • Διαδικασία λήψης απόφασης • Αναζήτηση βοήθειας (έμπιστος ενήλικας, φορείς - δομές) - Εξαγωγή συμπεράσματος για την αναγκαιότητα ανάπτυξης στρατηγικής διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων
	1.2 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να επιχειρηματολογούν υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία	1.2 - Διασαφήνιση βίας: μορφές, κύκλος της βίας, αίτια, σημάδια και συνέπειες <ul style="list-style-type: none"> • Ηλεκτρονική βία - sexting - Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού <ul style="list-style-type: none"> • Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφασης • Ασφαλείς ενέργειες σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας - Τεκμηριωμένη διατύπωση απόψεων υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α΄ Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/ Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
	1.3 Να αναλύουν την επίδραση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) στις σχέσεις και τη σεξουαλική συμπεριφορά των εφήβων	1.3 - Διασαφήνιση φαινομένου Sexting: έννοια, νομικό πλαίσιο, συνέπειες - Αναγνώριση της σημασίας πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου Sexting <ul style="list-style-type: none"> • Συναίνεση στη διαδικτυακή επικοινωνία • Χρήση των ΜΚΔ με ασφάλεια, νομιμότητα και σεβασμό
	1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων.	1.4 - Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική) - Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις - Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας <ul style="list-style-type: none"> • Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο • Ενεργητική ακρόαση • Ενσυναίσθηση • Διεκδικητική συμπεριφορά - Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά) - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων
	1.5 Να συμπεραίνουν τη σημασία της συναίνεσης στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών ρομαντικών/ερωτικών σχέσεων	1.5 - Διασαφήνιση έννοιας συναίνεσης: «δίνω», «αρνούμαι», «ζητώ» - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της συναίνεσης <ul style="list-style-type: none"> • Αναγνώριση χαρακτηριστικών συναίνεσης • Ερμηνεία παραγόντων που επηρεάζουν τη συναίνεση: εικόνα σώματος, αυτογνωσία- αυτοεκτίμηση, αξίες, έμφυλα στερεότυπα, συνομήλικοι/φίλοι, μέσα μαζικής ενημέρωσης, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλκοόλ και άλλες ουσίες • Σωματική αυτονομία και αυτενέργεια • Διαδικασία λήψης απόφασης • Σχέση αποτελεσματικής επικοινωνίας και συναίνεσης • Συνέπειες για τον εαυτό και το άλλο άτομο - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της συναίνεσης ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Β΄ Σεξουαλικότητα και Ενδυνάμωση Εαυτού	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
	2.1 Να ερμηνεύουν τον ρόλο των έμφυλων στερεοτύπων στη διαμόρφωση της ταυτότητας τους	2.1 - Διασαφήνιση εννοιών: έμφυλα στερεότυπα - Αποκωδικοποίηση στερεοτυπικών κοινωνικών ρόλων των δύο φύλων στις διαπροσωπικές σχέσεις (οικογένεια, φιλία, σχέση, γάμος) - Αναγνώριση της επίδρασης του κοινωνικού ρόλου του φύλου στη διαμόρφωση της ταυτότητας <ul style="list-style-type: none"> • Παράγοντες διαμόρφωσης κοινωνικού φύλου • Προβολή στερεοτυπικών ρόλων των δύο φύλων στα ΜΜΕ - Διαμόρφωση ατομικού αξιακού συστήματος και σύνδεσή του με τις προσωπικές επιλογές/αποφάσεις
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Γ΄ Αυτογνωσία και Σεξουαλική Συμπεριφορά	2.2 Να αναγνωρίζουν ρατσιστικές συμπεριφορές και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής	2.2 - Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, προκατάληψη, διάκριση, ρατσισμός - Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης. - Επαγωγικός συλλογισμός σχετικά με την εκδήλωση ρατσιστικών περιστατικών <ul style="list-style-type: none"> • Αίτια ρατσισμού (έμφυλα στερεότυπα) • Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση, κοινωνικός αποκλεισμός, εκδήλωση βίας) • Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού - Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού <ul style="list-style-type: none"> • Κριτική θεώρηση των κοινωνικών στερεοτύπων • Αποδοχή και σεβασμός της διαφορετικότητας σε όλα τα επίπεδα - Συμπερίληψη
	3.1 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά, προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία	3.1 - Διασαφήνιση έννοιας σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας - Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • Ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες) • Κοινωνικοί παράγοντες • Νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα κατά της Βίας, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα έκφρασης - Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

1^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ:
«Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας»



1° ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	A. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	2

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
1.1 Να συμπεραίνουν ότι οι υγιείς/μη υγιείς συμπεριφορές στις διαπροσωπικές σχέσεις επηρεάζουν την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ότι η ανάπτυξη στρατηγικής είναι αναγκαία για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Διάκριση υγιών και μη υγιών συμπεριφορών στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία των υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις <ul style="list-style-type: none"> • Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και συναισθημάτων • Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και προσωπικής ανάπτυξης - Τρόποι διαχείρισης μη υγιών συμπεριφορών στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις <ul style="list-style-type: none"> • Νομικό πλαίσιο • Αναγνώριση προειδοποιητικών ενδείξεων βίας • Διαδικασία λήψης απόφασης • Αναζήτηση βοήθειας (έμπιστος ενήλικας, φορείς - δομές) - Εξαγωγή συμπεράσματος για την αναγκαιότητα ανάπτυξης στρατηγικής διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων
1.2 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να επιχειρηματολογούν υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση βίας: μορφές, κύκλος της βίας, αίτια, σημάδια και συνέπειες <ul style="list-style-type: none"> • Ηλεκτρονική βία - sexting - Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού <ul style="list-style-type: none"> • Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφασης • Ασφαλείς ενέργειες σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας - Τεκμηριωμένη διατύπωση απόψεων υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία
1.3 Να αναλύουν την επίδραση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στις σχέσεις και τη σεξουαλική συμπεριφορά των εφήβων	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση φαινομένου Sexting: έννοια, νομικό πλαίσιο, συνέπειες - Αναγνώριση της σημασίας πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου Sexting <ul style="list-style-type: none"> • Συναίνεση στη διαδικτυακή επικοινωνία • Χρήση των ΜΚΔ με ασφάλεια, νομιμότητα και σεβασμό
1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική) - Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις - Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας <ul style="list-style-type: none"> • Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο • Ενεργητική ακρόαση • Ενσυναίσθηση • Διεκδικητική συμπεριφορά - Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά) - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να ενδυναμώσουν τη συναισθηματική, κοινωνική και ηθική διάσταση του εαυτού τους σε θέματα διαπροσωπικών σχέσεων.

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Μορφές υπεύθυνης συμπεριφοράς
Ενσυναίσθηση
Κατηγοριοποίηση αναγκών -
Πυραμίδα Maslow

Μέσα Διδασκαλίας

Χαρτόνια,
φωτογραφίες
μαρκαδόροι,
προβολικό μηχάνημα,
πίνακας

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση,
εννοιολογικός χάρτης,
σενάρια,
μελέτη περίπτωσης

Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου

είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν τα χαρακτηριστικά των υγιών σχέσεων, τη συμβολή τους στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και την προσωπική ευθύνη για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων.

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου

είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν τα προειδοποιητικά σημάδια των μη υγιών/βίαιων σχέσεων και να αναπτύξουν δεξιότητες αποφυγής μη υγιών σχέσεων.

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Διαχωρισμός συμπεριφορών σε υγιείς και μη υγιείς

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Καταγραφή χαρακτηριστικών για κάθε κατάσταση

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Συνέπειες υγιούς και μη υγιούς σχέσης

10'

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Διαδικασία Λήψης Απόφασης μέσω σεναρίου

20'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Sexting

10'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση

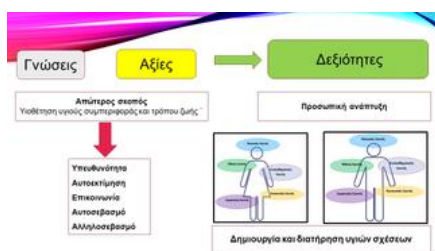
5'



**Αφόρμηση –
Πρόκληση Ενδιαφέροντος:**



Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας



Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην αίθουσα με κάποιο τραγούδι σχετικό με τις ανθρώπινες σχέσεις (<https://www.youtube.com/watch?v=2BnY5Cmecug>). Τους/Τις καλωσορίζει και τους/τις ζητά να καθίσουν σε μία από τις καρέκλες του κύκλου. Αφήνει το τραγούδι να παίζει μέχρι οι μαθητές/μαθήτριες να πάρουν τις θέσεις τους.

Ταυτόχρονα είναι αναρτημένα μέσα στην τάξη και στις καρέκλες των μαθητών/μαθητριών οι λέξεις – κλειδιά των εργαστηρίων ΑΥ – ΣΔ. Ενδεικτικά, αναφέρονται οι λέξεις και φράσεις - κλειδιά:

Υγιείς Σχέσεις, Μηδενική Ανοχή στη Βία, Αποτελεσματική Επικοινωνία, Πρόληψη ΣΜΝ, Πρόληψη Ακούσιας Εγκυμοσύνης, Υπεύθυνη Συμπεριφορά, Συναίνεση, Ενσυναίσθηση, Οριοθέτηση, Αυτοσεβασμός, Αλληλοσεβασμός, Διεκδικητική Συμπεριφορά, Διαδικασία Λήψης Απόφασης, Δικαιώματα και Υποχρεώσεις.

Ο/Η εκπαιδευτικός παίρνει και αυτός/αυτή τη θέση του/της στον κύκλο και ενημερώνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες:

- για το πού βρίσκονται «**Στα Εργαστήρια του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ**»,
- ποιος/ποια είναι ο/η ίδιος/ίδια «**Όνοματεπώνυμο και Ειδικότητα => Σύμβουλος Αγωγής Υγείας**» και
- για ποιον λόγο βρίσκονται εκεί «**Ψηφίστηκε από τη Βουλή να τύχουν εκπαίδευσης περί σεξουαλικής αγωγής όλοι/ όλες οι μαθητές/μαθήτριες της χώρας**» (διαφάνειες 2 & 4).

Τέλος, παρουσιάζει τον **σκοπό των εργαστηρίων** και τους **κανόνες** (διαφάνειες 5 -6).

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Διαχωρισμός Σχέσεων σε Υγιείς και μη Υγιείς

1.1 Να συμπεραίνουν ότι οι υγιείς/μη υγιείς συμπεριφορές στις διαπροσωπικές σχέσεις επηρεάζουν την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ότι η ανάπτυξη στρατηγικής είναι αναγκαία για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Διάκριση υγιών και μη υγιών συμπεριφορών στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις

Ο/Η εκπαιδευτικός αφήνει στο πάτωμα φωτογραφίες ανθρώπων που απεικονίζουν συμπεριφορές ή/και που παραπέμπουν σε διάφορες μορφές σχέσεων, υγιών και μη υγιών (Εποπτικό Υλικό 1). Ο/Η εκπαιδευτικός φροντίζει να αφήσει ίσο αριθμό φωτογραφιών με το σύνολο των μαθητών/μαθητριών του τμήματος που θα υλοποιήσει το εργαστήριο. Ο/Η κάθε μαθητής/μαθήτρια επιλέγει μία φωτογραφία και στη συνέχεια γίνεται συζήτηση αναστοχασμού στην ολομέλεια.

Ο/Η εκπαιδευτικός συντονίζει τη συζήτηση θέτοντας τους τα παρακάτω ερωτήματα:

- **Γιατί διάλεξες τη συγκεκριμένη φωτογραφία;**
- **Τι σου άρεσε ή δεν σου άρεσε πιο πολύ στη φωτογραφία που κοιτάς;**
- **Θα έλεγες ότι έχουν υγιείς ή μη υγιείς σχέσεις μεταξύ τους, με βάση το στιγμιότυπο που απεικονίζεται;**

Σημείωση

Δεν μπορούμε να απαντήσουμε για το είδος της σχέσης. Αυτό που μπορούμε να σχολιάσουμε είναι η συμπεριφορά.

- **Γιατί;**

Εποπτικό Υλικό 1





ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Καταγραφή Χαρακτηριστικών για κάθε κατάσταση

1.1 Να συμπεραίνουν ότι οι υγιείς/μη υγιείς συμπεριφορές στις διαπροσωπικές σχέσεις επηρεάζουν την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ότι η ανάπτυξη στρατηγικής είναι αναγκαία για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία των υγιών συμπεριφορών στις διαπροσωπικές σχέσεις
 - Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και συναισθημάτων
 - Σύνδεση υγιών/μη υγιών συμπεριφορών και προσωπικής ανάπτυξης

Αφού ακουστούν κάποια παραδείγματα φωτογραφιών που παραπέμπουν σε υγιείς και μη υγιείς συμπεριφορές στις σχέσεις, τότε ο/η εκπαιδευτικός τους/τις ζητά να χωριστούν σε δύο ομάδες με βάση τις φωτογραφίες που έχουν στα χέρια τους. Όσοι/όσες κρατούν φωτογραφία με υγιή συμπεριφορά στις σχέσεις δημιουργούν την 1^η ομάδα και όσοι/όσες έχουν φωτογραφία με μη υγιή συμπεριφορά δημιουργούν τη 2^η ομάδα. Ακολούθως, καλούνται να περάσουν στους πάγκους εργασίας, στο πίσω μέρος της αίθουσας.

Σε κάθε ομάδα δίνονται από ένα χαρτόνι Α3, στο οποίο είναι τυπωμένη η μισή φιγούρα από ένα ανθρωπάκι και μαρκαδόροι (Εποπτικό Υλικό 2) (1^ο Παραδοτέο).

Η 1^η ομάδα καλείται να καταγράψει στο χαρτόνι και ΕΞΩ από τη φιγούρα πέντε (5) χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών σε μία ρομαντική/ερωτική σχέση.

Η 2^η ομάδα καλείται να καταγράψει στο χαρτόνι και ΕΞΩ από τη φιγούρα πέντε (5) χαρακτηριστικά μη υγιών συμπεριφορών μίας ρομαντικής/ερωτικής σχέσης. Ξεκαθαρίζεται ότι αυτά τα χαρακτηριστικά μπορούν να ισχύουν σε όλες τις διαπροσωπικές και οικογενειακές μας σχέσεις.

Οι μαθητές/μαθήτριες επιστρέφουν στον κύκλο και παρουσιάζουν στην ολομέλεια τα αποτελέσματα της δουλειάς τους.

5 Χαρακτηριστικά Υγιών Συμπεριφορών σε μία σχέση

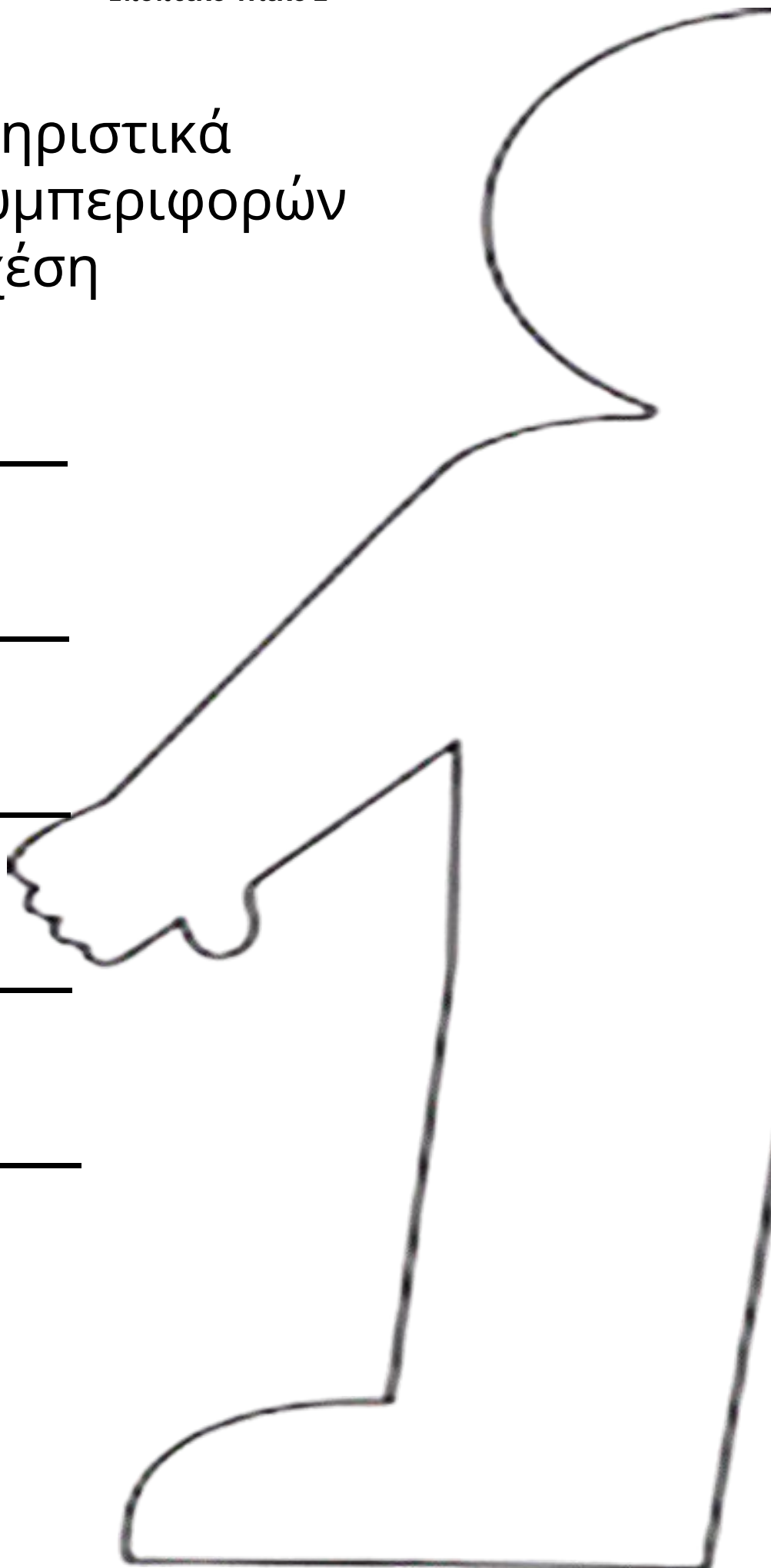
1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____



5 Χαρακτηριστικά
ΜΗ Υγιών Συμπεριφορών
σε μία σχέση

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Συνέπειες Υγιούς και Μη Υγιούς Σχέσης



1.1 Να συμπεραίνουν ότι οι υγιείς/μη υγιείς συμπεριφορές στις διαπροσωπικές σχέσεις επηρεάζουν την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ότι η ανάπτυξη στρατηγικής είναι αναγκαία για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Τρόποι διαχείρισης μη υγιών συμπεριφορών στις ρομαντικές/ερωτικές σχέσεις
 - Νομικό πλαίσιο
 - Αναγνώριση προειδοποιητικών ενδείξεων βίας
 - Διαδικασία λήψης απόφασης
 - Αναζήτηση βοήθειας (έμπιστος ενήλικας, φορείς - δομές)
- Εξαγωγή συμπεράσματος για την αναγκαιότητα ανάπτυξης στρατηγικής διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

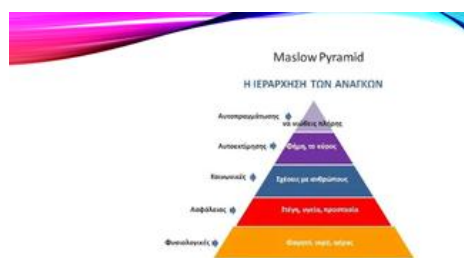


Ο/Η εκπαιδευτικός παρουσιάζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες την εικόνα με το δέντρο (διαφάνεια 7) και τους/τις ζητά να περιγράψουν ποια μπορεί να είναι η σύνδεση της εικόνας και του θέματος το οποίο επεξεργάζονται (το δέντρο συμβολίζει τη σχέση και για να ριζώσει, να ανθίσει και να καρποφορήσει είναι πολύ σημαντικός ο ρόλος – η προσπάθεια – η προσωπική επένδυση και ο χρόνος του κάθε μέλους της σχέσης). Θέτει στη συνέχεια τα παρακάτω ερωτήματα:

«Γιατί δημιουργούμε σχέσεις; Τι μας προσφέρουν;»

Στο σημείο αυτό παρουσιάζεται η Πυραμίδα του Μάσλοου (διαφάνεια 8) και ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί στους/στις μαθητές/μαθήτριες ότι η δημιουργία σχέσεων (φιλικές, οικογενειακές, ρομαντικές, ερωτικές κ.λπ.) αποτελεί ανθρώπινη ανάγκη:

- Αίσθημα του ανήκειν.
- Ανάγκη να αγαπάς και να αγαπιέσαι
- Ανάγκη αλληλοϋποστήριξης, κοινωνικοποίησης, αλληλοβοήθειας κ.λπ.



Κάλυψη του 2^{ου}, 3^{ου} και 4^{ου} επιπέδου στην Πυραμίδα Αναγκών.



Οι μαθητές/μαθήτριες δουλεύοντας στις ομάδες τους καλούνται να απαντήσουν στα ερωτήματα που ακολουθούν καταγράφοντας τις απαντήσεις τους στο χαρτόνι και ΜΕΣΑ στη φιγούρα (Εποπτικό Υλικό 3).

Ερωτήματα 1^{ης} ομάδας

Τι αισθήματα προκαλούν οι υγιείς συμπεριφορές μέσα σε μια σχέση;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: ηρεμία, ασφάλεια, χαρά, υποστήριξη

Πώς μια υγιής σχέση μπορεί να συμβάλει στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και να ενισχύσει την αυτοεκτίμησή του;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: καλλιέργεια αξιών, ανάπτυξη ενδιαφερόντων, στοχοθεσία και επίτευξη στόχων, αναγνώριση και αποδοχή

Πώς διατηρώ μια υγιή σχέση;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: ενσυναίσθηση, επικοινωνία, ανάληψη προσωπικής ευθύνης

Ερωτήματα 2^{ης} ομάδας

Τι συναισθήματα προκαλούν οι μη υγιείς συμπεριφορές;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: ανασφάλεια, άγχος, φόβο, αγωνία

Πώς μια μη υγιής σχέση μπορεί να μειώσει την αυτοεκτίμησή του ατόμου;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: προσβολή, μείωση αξιοπρέπειας, καταπάτηση δικαιωμάτων, αισθήματα μειονεξίας και υπαιτιότητας

Τι πρέπει να κάνω εάν βρίσκομαι σε μια μη υγιή σχέση; Με ποιον τρόπο μπορώ να βοηθήσω τον εαυτό μου;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: να αναγνωρίσω τα σημάδια και να παραδεχτώ την κατάσταση στην οποία βρίσκομαι, να μιλήσω με τον/την σύντροφό μου και να του πω πώς αισθάνομαι, να επικοινωνήσω με ένα έμπιστο ενήλικο άτομο, να απευθυνθώ σε μια δομή προστασίας και στήριξης

Σημεία αναφοράς -

Τι πρέπει να προσέξει- να τονίσει- να επισημάνει ο/η εκπαιδευτικός:

- Μιλώ και εξηγώ στον/στη σύντροφο μου για το πώς νιώθω και τι με κάνει να νιώθω άβολα. Προσπαθώ να επικοινωνήσω με ειλικρίνεια και σεβασμό.
- Αν χρειαστεί ζητάω βοήθεια από κάποιο έμπιστο άτομο.
- Απομακρύνομαι όταν δεν λαμβάνω τον σεβασμό και την ευγένεια παρόλο που προσπάθησα να μιλήσω στον/στη σύντροφό μου.
- Αν δεν μπορώ να απομακρυνθώ ζητάω βοήθεια.
- Αν υπάρχει βία στη σχέση ζητάω ΑΜΕΣΗ και ΚΑΤΕΠΕΙΓΟΥΣΑ βοήθεια και έχω δικαίωμα να το καταγγείλω (φορείς αρωγής και υποστηρικτικά δίκτυα).



«Μια μη υγιής σχέση μπορεί να μετατραπεί σε βίαιη σχέση. Ποια από τα χαρακτηριστικά μη υγιών σχέσεων νομίζετε ότι μπορεί να αποτελούν προειδοποιητικές ενδείξεις ότι η σχέση μπορεί να γίνει βίαιη;»

Μόλις είναι έτοιμες οι ομάδες, ο/η εκπαιδευτικός ενώνει τα δύο χαρτόνια (2^ο Παραδοτέο) και τα αναρτά στον πίνακα. Η κάθε ομάδα παρουσιάζει τα πορίσματά της και στη συνέχεια ο/η εκπαιδευτικός θέτει τον εξής προβληματισμό (διαφάνεια 9):

«**Μια μη υγιής σχέση μπορεί να μετατραπεί σε βίαιη σχέση. Ποια από τα χαρακτηριστικά μη υγιών σχέσεων νομίζετε ότι μπορεί να αποτελούν προειδοποιητικές ενδείξεις ότι η σχέση μπορεί να γίνει βίαιη;**»

Τι **συναισθήματα** προκαλούν οι **ΥΓΙΕΙΣ** συμπεριφορές μέσα σε μια σχέση;



A. _____

B. _____

Γ. _____



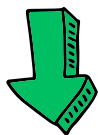
Πώς μια σχέση με **ΥΓΙΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ** μπορεί να συμβάλει στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και να ενισχύσει την αυτοεκτίμησή του;

A. _____

B. _____

Γ. _____

Δ. _____

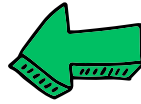


Πώς διατηρώ μια σχέση με **ΥΓΙΕΙΣ** συμπεριφορές;

A. _____

B. _____

Τι πρέπει να κάνω εάν βρίσκομαι σε μια σχέση με **ΜΗ υγιείς** συμπεριφορές;



A. _____

B. _____

Πώς μια σχέση με **ΜΗ ΥΓΙΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ** μπορεί να μειώσει την αυτοεκτίμησή του;

A. _____

B. _____

Γ. _____

Δ. _____

Τι **συναισθήματα** προκαλούν οι **ΜΗ υγιείς** συμπεριφορές μέσα σε μια σχέση;

A. _____

B. _____

Γ. _____

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:



Σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας

1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική)
- Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας
 - Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο
 - Ενεργητική ακρόαση
 - Ενσυναίσθηση
 - Διεκδικητική συμπεριφορά
- Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/ επιθετική συμπεριφορά)
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

Ο/Η εκπαιδευτικός, για να δώσει στους/στις μαθητές/μαθήτριες λίγο χρόνο να σκεφτούν τον προβληματισμό («Μια μη υγιής σχέση μπορεί να μετατραπεί σε βίαιη σχέση. Ποια από τα χαρακτηριστικά μη υγιών συμπεριφορών νομίζετε ότι μπορεί να αποτελούν προειδοποιητικές ενδείξεις ότι η σχέση μπορεί να γίνει βίαιη;» - Διαφάνεια 9) αλλά και για να τους/τις κεντρίσει το ενδιαφέρον, πραγματοποιεί μια σύντομη άσκηση ενεργοποίησης. Ως αφορμή, χρησιμοποιεί κάποια από τις απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών από την προηγούμενη δραστηριότητα που σχετίζεται με την επικοινωνία και προχωρά στην άσκηση “Σκίσιμο κόλλας”.



Οδηγίες άσκησης “Σκίσιμο κόλλας”



1. Πάρτε μια κόλλα χαρτί και κλείστε τα μάτια σας.

2. Τώρα, ακολουθήστε τις οδηγίες μου **χωρίς** να ρωτήσετε κάτι

3. Διπλώστε την κόλλα στα δύο.

4. Σχίστε την πάνω δεξιά γωνία.

5. Ξαναδιπλώστε την κόλλα σας

6. Σχίστε την κάτω αριστερή γωνία.

7. Ανοίξτε τα μάτια και ξεδιπλώστε την κόλλα σας.

8. Συγκρίνετε μεταξύ σας τις κόλλες

9. Υπάρχουν διαφορές; Αν ναι, γιατί;

Συμπέρασμα

Δεν υπήρχε οπτική στην επικοινωνία. Το κάθε άτομο ενήργησε με αυτά που άκουσε. Για να είναι η επικοινωνία αποτελεσματική πρέπει να ισχύουν δύο (2) βασικές προϋποθέσεις:

(α) Ο πομπός οφείλει να μεταδίδει το μήνυμά του ξεκάθαρα και με σαφήνεια (προσεγγίστηκε με την παρούσα δραστηριότητα).

(β) Ο δέκτης οφείλει να ασκεί την ενεργητική ακρόαση (θα προσεγγιστεί στο 3^ο Σ.Μ.).

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

20'

Διαδικασία λήψης απόφασης μέσω σεναρίου

1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική)
- Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας
 - Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο
 - Ενεργητική ακρόαση
 - Ενσυναίσθηση
 - Διεκδικητική συμπεριφορά
- Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά)
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

Η συγκεκριμένη δραστηριότητα δομείται σε τρία (3) στάδια:



Στάδιο Α
Αναγνώριση/Επισκόπηση της κατάστασης



Στάδιο Β
Καλλιέργεια Ενσυναίσθησης – Λήψη Απόφασης



Στάδιο Γ
Προβληματισμός – Αντανάκλαση της πραγματικότητας



Στάδιο Α: Αναγνώριση/Επισκόπηση της κατάστασης 

Ο/Η εκπαιδευτικός ξεκινά τη 2^η δραστηριότητα εφιστώντας την προσοχή των μαθητών/μαθητριών σε δύο πράγματα (διαφάνεια 10):

(α) επαναφέρει τον προβληματισμό που έθεσε στην 4^η δραστηριότητα της 1^{ης} διδακτικής περιόδου και καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να δουλέψουν μια μελέτη περίπτωσης, μέσω σεναρίου.

(β) καθώς θα διαβάζει ο/η εκπαιδευτικός το σενάριο «Άννα - Δημήτρης» (βλπ. παρακάτω), οι μαθητές/μαθήτριες θα πρέπει να σκεφτούν αν «**Η επικοινωνία των δύο εφήβων λειτουργεί αποτελεσματικά, και γιατί**».

Συγκεκριμένα:

1. Τοποθετεί στο πάτωμα το *Εποπτικό Υλικό 4*, το οποίο θα αποτελέσει το εννοιόγραμμα της συνάντησης. Το εννοιόγραμμα είναι εκτυπωμένο σε μέγεθος Α2.
2. Μοιράζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες το σενάριο «Άννα - Δημήτρης» και το διαβάζει ο/η εκπαιδευτικός στην τάξη.
3. Έπειτα δίνει σε κάθε μαθητή/μαθήτρια από μια καρτέλα που αναγράφει συγκεκριμένη λέξη ή δήλωση (*Εποπτικό Υλικό 4*). Τα αναγραφόμενα στις καρτέλες αποτελούν απαντήσεις στα ερωτήματα που πρόκειται να θέσει ο/η εκπαιδευτικός. Κάθε καρτέλα - απάντηση αντιστοιχεί σε ένα ερώτημα, οπότε οι μαθητές/μαθήτριες θα πρέπει να είναι συντονισμένοι/συντονισμένες στα ερωτήματα που τους/τις τίθενται, έτσι ώστε να είναι σε θέση να αναγνωρίσουν το ερώτημα στο οποίο αντιστοιχεί η καρτέλα-απάντησή τους.

4. Κάθε καρτέλα που απαντά σε συγκεκριμένο ερώτημα τοποθετείται πάνω στο εννοιόγραμμα που βρίσκεται στο πάτωμα. Ακολουθούν τα ερωτήματα με τις αντίστοιχες απαντήσεις:

- **Η επικοινωνία των δύο παιδιών είναι αποτελεσματική;** *Αναμενόμενη Απάντηση:* ΟΧΙ
- **Αναφέρετε 2 προβλήματα επικοινωνίας που υπάρχουν ανάμεσα στους δύο εφήβους.**
Αναμενόμενη Απάντηση: έλλειψη εμπιστοσύνης, έλλειψη ενεργητικής ακρόασης, δεν μεταδίδεται με σαφήνεια και ξεκάθαρα το μήνυμα από τον εκάστοτε πομπό)
- **Η έλλειψη αποτελεσματικής επικοινωνίας δημιουργεί προβλήματα στη σχέση των δύο εφήβων;** *Αναμενόμενη Απάντηση:* ΝΑΙ
- **Πώς θα χαρακτηρίζατε αυτή τη σχέση;** *Αναμενόμενη Απάντηση:* Μη υγιή
- **Ποια χαρακτηριστικά μη υγιών σχέσεων που αναφέρθηκαν προηγουμένως ισχύουν σε αυτή την περίπτωση;**
Αναμενόμενη Απάντηση: γκρίνια, ζήλεια, έλεγχος, ανασφάλεια, πίεση, απειλές, χειροδικία, εκφοβισμός, φόβος

Σημειώνεται ότι τα συγκεκριμένα χαρακτηριστικά είναι, επίσης, αναρτημένα από την προηγούμενη διδακτική περίοδο – 2^ο παραδοτέο.

- **Πώς αλλιώς θα χαρακτηρίζατε αυτή τη σχέση εκτός από μη υγιή;**
Αναμενόμενη Απάντηση: Βίαιη - κακοποιητική
- **Ποια μορφή κακοποίησης χρησιμοποιεί ο Δημήτρης;**
Αναμενόμενη Απάντηση: σωματική, ψυχολογική ή σεξουαλική
- **Μπορείτε να αναγνωρίσετε τα προειδοποιητικά σημάδια που να δείχνουν ότι η σχέση τους μπορούσε να εξελιχθεί σε κακοποιητική;**
- **Παρακαλώ, βρείτε όλα εκείνα τα στοιχεία που καθιστούν τη σχέση μη υγιή και ιεραρχήστε τα από το πιο ήπιο προς το πιο βίαιο.**

Σενάριο “Άννα - Δημήτρης”

Η Άννα πάει στην Α' Λυκείου. Ο Δημήτρης είναι λίγο μεγαλύτερός της και πηγαίνει σε άλλο Λύκειο. Ένα βράδυ, σε μια πιτσαρία, τους γνώρισε ένας κοινός φίλος τους. Πέρασαν πολύ καλά εκείνο το βράδυ και ο Δημήτρης ζήτησε το τηλέφωνό της. Βγαίνουν μαζί, τους τελευταίους 3 μήνες.

Από την αρχή, η Άννα νόμιζε ότι ο Δημήτρης ήταν το πιο γλυκό αγόρι που είχε γνωρίσει ποτέ. Ήταν τρυφερός και νοιαζόταν για εκείνη. Ήθελε να ξέρει όλους τους φίλους και τις φίλες της, πώς τα πήγαινε στο σχολείο, για τη σχέση της με τους γονείς της κλπ. Της αγόρασε, μάλιστα, και ένα κινητό τηλέφωνο για να μπορεί να τη βρίσκει, μόνο και μόνο για να της λέει πόσο πολύ την αγαπάει.

Τελευταία, η συμπεριφορά του έχει αλλάξει. Ζηλεύει και την κατηγορεί ότι συναντιέται με κάποιον άλλον πίσω από την πλάτη του. Του έχει πει επανειλημμένα ότι δεν βγαίνει με κανέναν άλλο, αλλά δεν την πιστεύει. Τη βρίζει και της λέει ότι όταν την παίρνει τηλέφωνο καλά θα κάνει να απαντάει, γιατί διαφορετικά...της έχει πει ότι εάν ακούσει τη φωνή κάποιου άλλου από το τηλέφωνο, ή ανακαλύψει ότι τον απατάει τότε... θα τους «κανονίσει». Άλλες φορές πάλι, της λέει ότι δεν αξίζει η ζωή χωρίς αυτήν.

Την προηγούμενη εβδομάδα την ανάγκασε να κάνει έρωτα μαζί του, παρόλο που εκείνη δεν ήθελε, για να του αποδείξει ότι δεν είχε κοιμηθεί με κάποιον άλλον. Κάποια στιγμή, τράβηξε ορισμένες φωτογραφίες της ενώ ήταν ημίγυμνη χωρίς, αυτή να το θέλει. Του ζήτησε να τις σβήσει, αλλά αυτός της είπε αστεειυόμενος πως θα τις κρατήσει, κι αν τύχει και του πει να χωρίσουν αυτός θα τις προωθήσει αλλού για εκδίκηση.

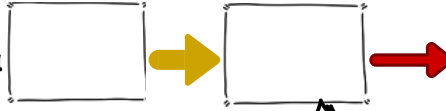
Η Άννα τον αγαπάει ακόμα, αλλά τώρα πια έχει αρχίσει να τον φοβάται κάποιες στιγμές. Φοβάται ακόμα ότι αν το μάθαινε η μητέρα της θα την έκανε να τον χωρίσει, και δεν το θέλει. Νομίζει ότι μπορεί να τα βγάλει πέρα μαζί του, εάν τον πείσει ότι μόνο εκείνον αγαπάει και ότι δεν χρειάζεται να ζηλεύει. «Τι πειράζει που είναι λίγο επιθετικός όταν τσακώνονται - σε όλους δεν συμβαίνει αυτό; Μόνο κάποιες μελανιές της άφησε μια φορά αλλά η Άννα ξέρει ότι δεν το εννοούσε».

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 4

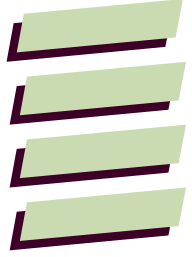
Εννοιόγραμμα

Α' Λυκείου

Τη σχέση των δύο εφήβων θα τη χαρακτηρίζα



Τα είδη που ασκεί:

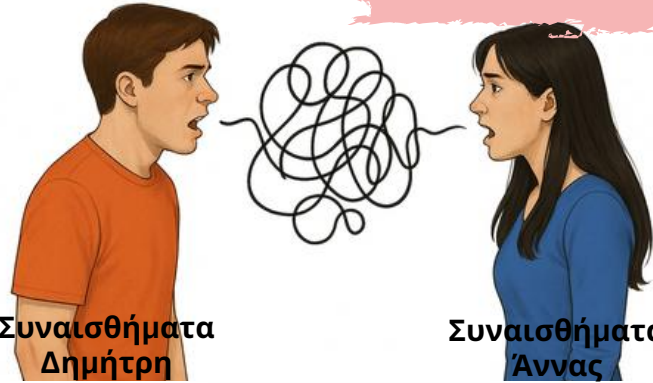


Η σχέση τους παρουσιάζει τα εξής χαρακτηριστικά:



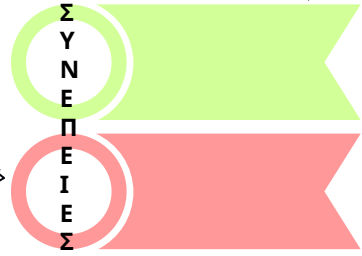
Σημεία ανεπιθύμητης συμπεριφοράς ΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗ

Μη αποδεκτά σημεία συμπεριφοράς της Άννας



3 ΛΟΓΟΙ ΓΙΑ ΝΑ ΜΙΛΗΣΕΙ
 1. _____
 2. _____
 3. _____

3 ΛΟΓΟΙ ΓΙΑ ΝΑ ΜΗ ΜΙΛΗΣΕΙ
 1. _____
 2. _____
 3. _____



Καρτέλες - Δηλώσεις/Απαντήσεις Εννοιογράμματος

- 1. έλλειψη εμπιστοσύνης
- 2. έλλειψη ενεργητικής ακρόασης
- 3. δεν μεταδίδεται με σαφήνεια και ξεκάθαρα το μήνυμα από τον εκάστοτε πομπό
- 4. μη υγιή
- 5. γκρίνια
- 6. ζήλεια
- 7. έλεγχος
- 8. ανασφάλεια
- 9. εγωισμός
- 10. πίεση
- 11. απειλές
- 12. χειροδικία
- 13. εκφοβισμός
- 14. φόβος
- 15. βίαιη - κακοποιητική
- 16. σωματική
- 17. ψυχολογική
- 18. σεξουαλική
- 19. Προσδιορισμός και αναγνώριση του προβλήματος
- 20. Παραγωγή και ανάλυση πιθανών εναλλακτικών λύσεων του προβλήματος
- 21. Επιλογή της λύσης που θεωρείται η πιο ικανή να λύσει το πρόβλημα
- 22. Φόβος, Ανασφάλεια, Αγάπη, Ανησυχία, Πίεση, Αδικία, Λύπη
- 23. Θυμός, Ανασφάλεια, Νεύρα, Προδοσία, Ζήλεια

Στάδιο Β: Καλλιέργεια Ενσυναίσθησης – Λήψη Απόφασης

Ο/Η εκπαιδευτικός συνεχίζει με τα εξής ερωτήματα:

- **Θεωρείτε ότι είναι αποδεκτά αυτά που σκέφτεται ή αυτά που κάνει η Άννα;**
Αναμενόμενη Απάντηση: ΝΑΙ
- **Ο Δημήτρης παρουσιάζει σημεία ανεπιθύμητης συμπεριφοράς σ' αυτά που σκέφτεται ή σ' αυτά που κάνει;**

Αναμενόμενη Απάντηση: ΝΑΙ

Ο/Η εκπαιδευτικός, καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να τοποθετήσουν πάνω στην εικόνα, που βρίσκεται στο πάτωμα, και η οποία αρχίζει πλέον να παίρνει τη μορφή εννοιογράμματος, τις καρτέλες που έχουν γραμμένα τα **μη αποδεκτά σημεία συμπεριφοράς της Άννας** και τα **σημεία ανεπιθύμητης συμπεριφοράς του Δημήτρη**. Οι καρτέλες τοποθετούνται αντίστοιχα κάτω από τα δυο πρόσωπα της εικόνας, στο σχετικό πλαίσιο.

- **Πώς νιώθει η Άννα;**
 - **Πώς νιώθει ο Δημήτρης;**
- } Τα συναισθήματα και των δυο ατόμων, τοποθετούνται πάνω στο σώμα τους.

1.2 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να επιχειρηματολογήσουν υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία

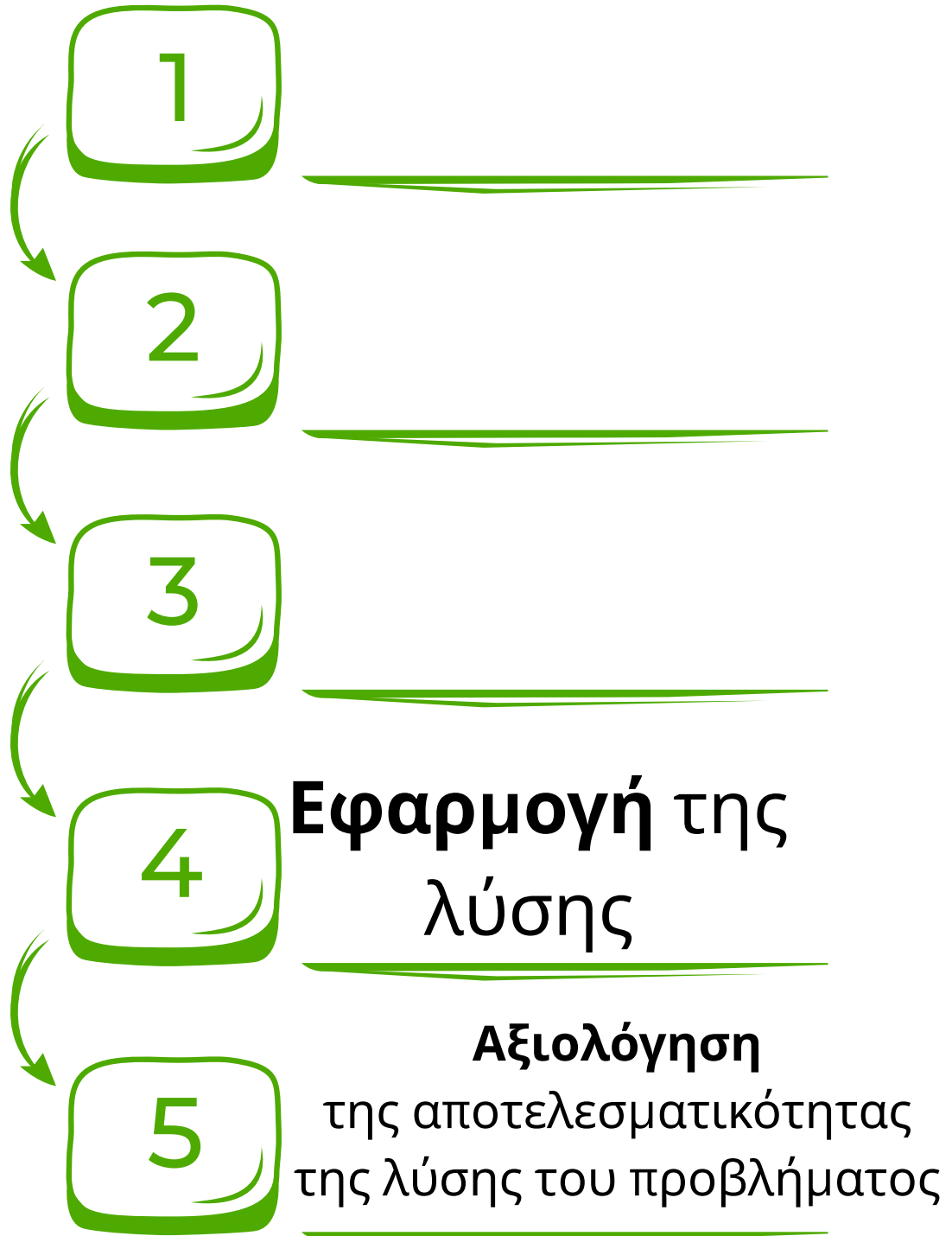
- Διασαφήνιση βίας: μορφές, κύκλος της βίας, αίτια, σημάδια και συνέπειες
 - Ηλεκτρονική βία - sexting
- Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού
 - Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων
 - Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφαση
 - Ασφαλείς ενέργειες σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας
- Τεκμηριωμένη διατύπωση απόψεων υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία

Ακολουθεί κατευθυνόμενη συζήτηση σχετικά με τη διαδικασία λήψης απόφασης, όπως παρουσιάζεται παρακάτω.

- **Θεωρείτε ότι η Άννα βρίσκεται σε δύσκολη θέση – κίνδυνο ή έχει να αντιμετωπίσει κάποιο πρόβλημα;** *Αναμενόμενη Απάντηση: ΝΑΙ*
- **Πιστεύετε ότι η Άννα έχει αντιληφθεί τη σοβαρότητα της κατάστασης στην οποία βρίσκεται και καλείται να αντιμετωπίσει – διαχειριστεί;** *Αναμενόμενη Απάντηση: και ναι και όχι*
- **Ποιο είναι το 1^ο βήμα που πρέπει να κάνει η Άννα για να αντιμετωπίσει την κατάσταση την οποία βιώνει; Αυτό το βήμα είναι και το 1^ο βήμα που πρέπει να βαδίσουμε όλοι/όλες μας όταν καλούμαστε να διαχειριστούμε καταστάσεις ή να πάρουμε μια απόφαση**
Αναμενόμενη Απάντηση: Προσδιορισμός και αναγνώριση του προβλήματος (Εποπτικό Υλικό 5)
- **Νομίζετε ότι η Άννα πρέπει να μιλήσει σε κάποιον ή όχι;** *Αναμενόμενη Απάντηση: ΝΑΙ βήμα 2^ο (Α)*
- **Ποια άτομα μπορούν να βοηθήσουν την Άννα και ποια τον Δημήτρη;**
Αναμενόμενη Απάντηση: Βήμα 2^ο (Β)

Σε αυτό το σημείο, ο/η εκπαιδευτικός προμηθεύει τους/τις μαθητές/μαθήτριες με το δίπτυχο της 1^{ης} συνάντησης, το οποίο περιλαμβάνει τους Φορείς – Δομές Στήριξης και Πληροφόρησης και τα Χαρακτηριστικά Υγιών Σχέσεων

Διαδικασία Λήψης Απόφασης



- **Τι λόγους έχει η Άννα να μην μιλήσει σε κανέναν για αυτό που της συμβαίνει;**

Αναμενόμενη Απάντηση: Βήμα 2^ο (Γ)

Οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να μπουν στις ομάδες τους και να καταγράψουν στο αντίστοιχο σημείο της εικόνας – εννοιογράμματος «3 Λόγους για να μιλήσει» (1^η Ομάδα) και «3 Λόγους για να μην μιλήσει» (2^η Ομάδα) η Άννα.

- **Ποιο είναι, λοιπόν, το 2^ο βήμα στη διαδικασία λήψης απόφασης;**

Αναμενόμενη Απάντηση: Παραγωγή και ανάλυση πιθανών εναλλακτικών λύσεων του προβλήματος

Ξεκαθαρίζεται – επισημαίνεται στους/στις μαθητές/μαθήτριες ότι όλοι οι λόγοι που έχει για να μην μιλήσει η Άννα βασίζονται σε συναισθήματα **φόβου και ανασφάλειας** και μπορεί να αισθάνεται ότι υπάρχει κίνδυνος, εάν μοιραστεί λεπτομέρειες για τη βία που υφίσταται.

Στη συνέχεια, τίθενται το ερώτημα:

- **Τι θα συνέβαινε εάν μιλούσε σε έναν/μία ενήλικα ή σε κάποιον/κάποια φίλο/φίλη που εμπιστεύεται;**

Συμπέρασμα:

Εάν υπάρχει **εμπιστοσύνη** στο άτομο που θα μιλήσει μπορούν να **ξεπεραστούν** οι φόβοι και οι κίνδυνοι αυτοί. Τι σημαίνει εμπιστοσύνη, μήπως εννοούμε το άτομο αυτό να πληροί κάποια κριτήρια και αν ναι, ποια; Εάν δεν έχει στον κοινωνικό της περίγυρο (οικογένεια – συγγενείς – σχολείο – φίλοι) έναν/μία έμπιστο/-η ενήλικα, μπορεί να ζητήσει βοήθεια από ειδικούς/επαγγελματίες.

- **Ποιο είναι το 3^ο βήμα στη διαδικασία λήψης απόφασης;**

Αναμενόμενη Απάντηση: Επιλογή της λύσης που θεωρείται η πιο ικανή να λύσει το πρόβλημα)

- **Αναστοχαστικά, ποια δικαιώματα θεωρείτε ότι καταπατώνται στη σχέση των δύο εφήβων;**

Μόλις ολοκληρωθεί το **εννοιόγραμμα** αναρτάται στην τάξη και αποτελεί το **3^ο Παραδοτέο**.



Στάδιο Γ: Προβληματισμός – Αντανάκλαση της πραγματικότητας

Η δραστηριότητα ολοκληρώνεται φέρνοντας στο ακροατήριο τη σημερινή πραγματικότητα που βιώνουμε. Το συγκεκριμένο επιτυγχάνεται με το παιχνίδι μύθος – αλήθεια. Ειδικότερα, ο/η εκπαιδευτικός εκφωνεί τις παρακάτω δηλώσεις και ταυτόχρονα τις παρουσιάζει στον πίνακα (διαφάνεια 11). Εάν οι μαθητές/μαθήτριες θεωρούν ότι είναι «**ΑΛΗΘΕΙΑ**» παραμένουν καθιστοί/καθιστές, εάν θεωρούν ότι είναι «**ΜΥΘΟΣ**» σηκώνονται. Σε κάθε περίπτωση, θα πρέπει να δικαιολογούν την απάντησή τους.

Σε ερωτήσεις που χρειάζεται να δοθούν επιπλέον πληροφορίες, ο/η εκπαιδευτικός προβαίνει στις αντίστοιχες ενέργειες.



Δηλώσεις

1. Συμβαίνουν και στην πραγματικότητα αυτές οι ιστορίες. (αλήθεια)
2. Υπάρχουν μορφές βίας που σχετίζονται με το φύλο του ατόμου. (μύθος)
3. Η πιο συχνή μορφή βίας κατά των γυναικών από ερωτικό σύντροφο είναι η λεκτική. (μύθος)
4. Η πιο συχνή μορφή βίας κατά των ανδρών από ερωτικό σύντροφο είναι η σωματική. (μύθος)
5. Μόνο οι άνδρες είναι βίαιοι. (μύθος)
6. Η πιο συχνή μορφή βίας που συμβαίνει στις ερωτικές/ρομαντικές σχέσεις είναι η σωματική. (μύθος)
7. Υπάρχουν φορές που «αξιζει» ένα άτομο, είτε άνδρας είτε γυναίκα, να υφίσταται κάποια μορφής βία. (μύθος)
8. Υπάρχει σχέση ανάμεσα στη δύναμη/ισχύ και τη βία. (αλήθεια)
9. Υπάρχουν και άλλες μορφές κακοποίησης – εξίσου σοβαρές με τη σωματική βία. (αλήθεια)

Σχόλια

5. Τόσο οι άνδρες – αγόρια όσο και οι γυναίκες – κορίτσια μπορούν να υποστούν κακοποίηση. Ωστόσο, οι γυναίκες και τα κορίτσια αποτελούν τη συντριπτική πλειοψηφία των θυμάτων.

7. Κανείς δεν έχει το δικαίωμα να κακοποιεί ΚΑΝΕΝΑ άλλο άτομο για ΚΑΝΕΝΑΝ λόγο, παρόλο που η κοινωνία μας συχνά «δικαιολογεί» τη χρήση βίας κατά των γυναικών.

8. Η βία αποτελεί έναν τρόπο άσκησης ελέγχου και ισχύος από ένα άτομο έναντι ενός άλλου. Ο/Η εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες να σκεφτούν τις διαφορετικές μορφές δύναμης/ισχύος, π.χ. οικονομική, πολιτική, σωματική, που μπορεί να έχει ένα άτομο επάνω σε κάποιο άλλο και τη σύνδεση με τη βία.

9. Γίνεται αναφορά στα είδη της βίας.

Η δραστηριότητα κλείνει με την ηλεκτρονική – ψηφιακή βία – εκφοβισμό για να υπάρξει σύνδεση με την επόμενη δραστηριότητα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Sexting

1.3 Να αναλύουν την επίδραση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) στις σχέσεις και τη σεξουαλική συμπεριφορά των εφήβων

- Διασαφήνιση φαινομένου Sexting: έννοια, νομικό πλαίσιο, συνέπειες
- Αναγνώριση της σημασίας πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου Sexting
 - Συναίνεση στη διαδικτυακή επικοινωνία
- Χρήση των ΜΚΔ με ασφάλεια, νομιμότητα και σεβασμό

Με αφορμή τα είδη βίας που παρατέθηκαν στο τελευταίο σημείο της προηγούμενης δραστηριότητας, ο/η εκπαιδευτικός περνά στην επόμενη δραστηριότητα με τον εξής τρόπο:

«Μόλις αναφέρθηκε ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός. Πώς μπορεί να συμβεί αυτό; Θα σας διαβάσω κάποιες δηλώσεις και να μου δηλώσετε τη συμφωνία ή τη διαφωνία σας, πάλι με τον ίδιο τρόπο (συμφωνώ – κάθομαι, διαφωνώ – σηκώνομαι)».

Δηλώσεις

1. Θέλει να έχει τους κωδικούς σου στο FB.
2. Ψάχνει το κινητό σου.
3. Παρακολουθεί τι γράφεις στο κινητό σου.
4. Γράφει υποτιμητικά σχόλια για εσένα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.
5. Σε απειλεί ότι θα ανεβάσει φωτογραφίες σου/σας.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός γράφει τη λέξη «SEXTING» στον πίνακα και προβάλλει βίντεο σχετικά με αυτό (<https://www.youtube.com/watch?v=C7z6lMbL3mw>) Παρουσιάζεται το εννοιόγραμμα για το sexting (διαφάνεια 12), το οποίο, όμως, δομείται σταδιακά από την ολομέλεια με την καθοδήγηση του/της εκπαιδευτικού.

Συγκεκριμένα γίνεται επεξεργασία των παρακάτω:

- Ορισμός του sexting
- Τρόποι προφύλαξης και αντιμετώπισης του φαινομένου.
- Τρόποι καταγγελίας ενός τέτοιου περιστατικού.
- Γιατί συνέβη το περιστατικό; (= > έλλειψη συναίνεσης – προσωπική ευθύνη – είμαι προετοιμασμένος/-η για το πώς θα αντιδράσω όταν αναγνωρίσω τα προειδοποιητικά σημάδια = > άγκιστρο)
- Ποια δικαιώματα του ατόμου παραβιάζονται;



Κλείσιμο



Η ολοκλήρωση του 1^{ου} εργαστηρίου επιτυγχάνεται σε τρία (3) στάδια:



1^ο ΣΤΑΔΙΟ: Ανακεφαλαίωση - Ανασκόπηση των τριών (3) παραδοτέων



Ο/Η εκπαιδευτικός παρουσιάζει το σχεδιάγραμμα του πρώτου σχεδίου μαθήματος (διαφάνεια 13), το οποίο περιλαμβάνει το σημείο εκκίνησης, την πορεία που ακολουθήθηκε, τους σταθμούς που δουλεύτηκαν, το σημείο τερματισμού – εκκίνησης (κυκλική πορεία) και τα άγκιστρα (έμφυλη βία, συναίνεση, δικαιώματα) που “ρίχθηκαν”, για να “πιαστούν” στην επόμενη συνάντηση και να συνεχίσουν.

Ταυτόχρονα, χρησιμοποιώντας τα **αναρτημένα παραδοτέα**, επισημαίνει τα παρακάτω:

«Κάποιες από τις σχέσεις που έχουμε, μας κάνουν να αισθανόμαστε καλά και ευχάριστα.

Άλλες σχέσεις, όμως, μπορεί να μας κάνουν να αισθανόμαστε λιγότερο ευχάριστα, άβολα ή ακόμα και δυσάρεστα, μας κάνουν να σκεφτόμαστε: «μήπως κάτι δεν πάει καλά;»

Γι' αυτό, μερικές φορές ίσως χρειάζεται «να κάνουμε ένα βήμα πίσω» για να αξιολογήσουμε τις σχέσεις μας. Συχνά, όταν βρισκόμαστε μέσα σε μια σχέση, δεν μπορούμε να αναγνωρίσουμε τα μη υγιή σημάδια, όπως θα το κάναμε, εάν παρατηρούσαμε τη σχέση που έχει μια φίλη ή ένας φίλος μας.»



2^ο ΣΤΑΔΙΟ: Αξιολόγηση



Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στους/στις μαθητές/μαθήτριες να συμπληρώσουν το φύλλο αξιολόγησης (Εποπτικό Υλικό 6), στο οποίο θα πρέπει:

I. να γράψουν

- «1 στοιχείο που έμαθα»
- «1 στοιχείο που με προβλημάτισε ή με έκανε να νιώσω άβολα»

II. να κυκλώσουν ποιο συναίσθημα κυριαρχεί αυτή τη στιγμή – με τη λήξη του εργαστηρίου – μέσα τους (ικανοποίηση, ενδιαφέρον, προβληματισμός, προσμονή, ευχαρίστηση, δυσαρέσκεια, κούραση) και

III. να βαθμολογήσουν την 1^η συνάντηση δίνοντας έναν βαθμό από το 1 – 5.

3^ο ΣΤΑΔΙΟ: Ευχαριστίες

Ο/Η εκπαιδευτικός ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες για τη συνεργασία τους και ανανεώνει το ραντεβού τους για το επόμενο εργαστήριο.

Ευχαριστώ

Εποπτικό Υλικό 6

Αξιολόγηση 1^{ου} Εργαστηρίου ΣΔ

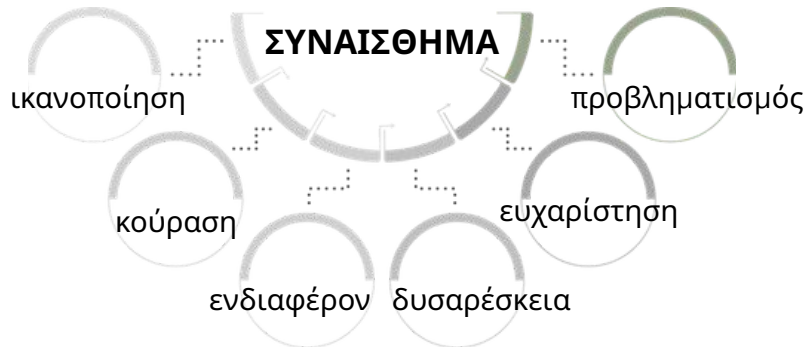


Το 1^ο Εργαστήριο για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση μόλις ολοκληρώθηκε. Για να προχωρήσουμε και στα επόμενα, είναι πολύ σημαντικό να συμπληρώσεις το συγκεκριμένο έντυπο.

A) Παρακαλώ απάντησε στις ερωτήσεις που ακολουθούν:

ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ	ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΕ
<hr/>	<hr/>

B) Κύκλωσε ποιο συναίσθημα κυριαρχεί μέσα σου αυτή τη στιγμή, με τη λήξη του εργαστηρίου:



Γ) Βάλε έναν βαθμό από το 1 – 5, βαθμολογώντας το περιεχόμενο του 1^{ου} Εργαστηρίου:

Καθόλου Ενδιαφέρον	Λίγο Ενδιαφέρον	Ικανοποιητικά Ενδιαφέρον	Πολύ Ενδιαφέρον	Εξαιρετικά Ενδιαφέρον
1	2	3	4	5



2^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ: Συμπερίληψη
«Ενδυνάμωση Εαυτού - Σεξουαλικότητα»



2° ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Συμπερίληψη

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	B. Ενδυνάμωση Εαυτού - Σεξουαλικότητα
Διδακτικές Περιόδους	2

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
2.1 Να ερμηνεύουν τον ρόλο των έμφυλων στερεοτύπων στη διαμόρφωση της ταυτότητάς τους	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση εννοιών: έμφυλα στερεότυπα - Αποκωδικοποίηση στερεοτυπικών κοινωνικών ρόλων των δύο φύλων στις διαπροσωπικές σχέσεις (οικογένεια, φιλία, σχέση, γάμος) - Αναγνώριση της επίδρασης του κοινωνικού ρόλου του φύλου στη διαμόρφωση της ταυτότητας <ul style="list-style-type: none"> • Παράγοντες διαμόρφωσης κοινωνικού φύλου • Προβολή στερεοτυπικών ρόλων των δύο φύλων στα ΜΜΕ • Διαμόρφωση ατομικού αξιακού συστήματος και σύνδεσή του με τις προσωπικές επιλογές/αποφάσεις
2.2 Να αναγνωρίζουν ρατσιστικές συμπεριφορές και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, προκατάληψη, διάκριση, ρατσισμός - Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης. - Επαγωγικός συλλογισμός σχετικά με την εκδήλωση ρατσιστικών περιστατικών <ul style="list-style-type: none"> • Αίτια ρατσισμού (έμφυλα στερεότυπα) • Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση, κοινωνικός αποκλεισμός, εκδήλωση βίας) • Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού - Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού <ul style="list-style-type: none"> • Κριτική θεώρηση των κοινωνικών στερεοτύπων • Αποδοχή και σεβασμός της διαφορετικότητας σε όλα τα επίπεδα – Συμπερίληψη
1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική) - Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις - Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας <ul style="list-style-type: none"> • Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο • Ενεργητική ακρόαση • Ενσυναίσθηση • Διεκδικητική συμπεριφορά - Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά) - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων
3.1 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας - Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • Ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες) • Κοινωνικοί παράγοντες • Νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα κατά της Βίας, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα έκφρασης - Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν, να ασκήσουν κριτική και να αποδομήσουν τα στερεότυπα καθώς και να εισαχθούν στη διαδικασία συμπερίληψης όλων των ατόμων.

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Ενσυναίσθηση
Στερεότυπα
Έννοια Σεξουαλικότητας

Μέσα Διαδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό μηχάνημα,
πίνακας

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
συζήτηση,
ενοιολογικός χάρτης,
σενάρια,
μελέτη περίπτωσης,
επιτραπέζιο παιχνίδι

Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν, να ασκήσουν κριτική και να καταρρίψουν τα στερεότυπα φύλου.

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να εισαχθούν στη διαδικασία της συμπερίληψης.

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

7'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:
Φυλακή του φύλου

15'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:
Αναγνώριση Στερεοτύπων - Κουκίδα

8'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση -
Ατομική Αξιολόγηση

5'

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:
Κινητοποίηση για αλλαγή

15'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Ενδοσκοπήση

15'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:
Τα γυαλιά του σεβασμού

5'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση

6'

Αφόρμηση - Πρόκληση Ενδιαφέροντος

5'



Η διάταξη των καρεκλών στην αίθουσα είναι όπως τα καθίσματα σε ένα λεωφορείο/τράινο. Τα θρανία παραμένουν στο πίσω μέρος και αποτελούν τους πάγκους εργασίας των μαθητών/μαθητριών.

Οι καρέκλες είναι αριθμημένες, όπως οι θέσεις σε ένα μέσο μαζικής μεταφοράς (1, 2, ..., 20).

Ο/Η εκπαιδευτικός καλωσορίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην πόρτα κρατώντας τα «εισιτήρια» των μαθητών/μαθητριών. Καθώς τα παιδιά εισέρχονται στην αίθουσα, παίρνουν το εισιτήριό τους (μπορεί να είναι ονομαστικό το κάθε εισιτήριο) και κάθονται στη θέση που υποδεικνύει το εισιτήριο. Με αυτόν τον τρόπο ο/η εκπαιδευτικός:

- ✓ Παίρνει παρουσίες
- ✓ Ανακαλεί τα ονόματα των μαθητών/μαθητριών
- ✓ Έχει προσωπική επικοινωνία με τους/τις μαθητές/μαθήτριες και παίρνει μια γεύση από τη συναισθηματική τους κατάσταση
- ✓ Τους/Τις εισάγει άμεσα στο πλαίσιο του εργαστηριακού μαθήματος
- ✓ Κεντρίζει το ενδιαφέρον τους

Μόλις καθίσουν όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες στις θέσεις τους, παίρνει τη θέση του οδηγού και ο/η εκπαιδευτικός και ενημερώνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες για το πού βρίσκονται, πώς θα δουλέψουν και πού θα καταλήξουν (διαφάνεια 1-3):

«Καλημέρα σας. Λέγομαι Χ.Δ. και είμαι ο/η οδηγός της γραμμής Α21 (αναφέρεται το τμήμα στο οποίο είμαστε). Το ταξίδι μας θα διαρκέσει δύο (2) διδακτικές περιόδους και ο προορισμός μας είναι η «Συμπερίληψη». Θα περάσουμε μέσα από τα τούνελ των στερεοτύπων και των προκαταλήψεων. Θα ακολουθήσει το περιβόλι με τις Λεμονιές της διαφορετικότητας και στο τέλος θα φτάσουμε στον προορισμό μας. Σας θυμίζω, για τη δική σας ασφάλεια, τους κανόνες του Ταξιδιού (Μαθησιακό Συμβόλαιο) (διαφάνεια 4), εντός και εκτός του οχήματος. Πρόκειται για ένα ταξίδι γεμάτο εικόνες, εμπειρίες και συναισθήματα. Έτοιμοι/Έτοιμες; Ξεκινάμε... Καλό ταξίδι και καλή απόλαυση!»



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Φυλακή του φύλου

15'

2.1 Να ερμηνεύουν τον ρόλο των έμφυλων στερεοτύπων στη διαμόρφωση της ταυτότητας τους

- Διασαφήνιση εννοιών: έμφυλα στερεότυπα
- Αποκωδικοποίηση στερεοτυπικών κοινωνικών ρόλων των δύο φύλων στις διαπροσωπικές σχέσεις (οικογένεια, φιλία, σχέση, γάμος)
- Αναγνώριση της επίδρασης του κοινωνικού ρόλου του φύλου στη διαμόρφωση της ταυτότητας
 - Παράγοντες διαμόρφωσης κοινωνικού φύλου
 - Προβολή στερεοτυπικών ρόλων των δύο φύλων στα ΜΜΕ
- Διαμόρφωση ατομικού αξιακού συστήματος και σύνδεσή του με τις προσωπικές επιλογές/αποφάσεις

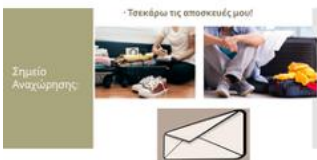
Ο/Η εκπαιδευτικός λέει στους/στις μαθητές/μαθήτριες τα εξής:

«Είμαστε 21 διαφορετικοί άνθρωποι. Βρισκόμαστε στο σταθμό Χ (Όνομα Λυκείου). Έχουμε πάρει το μεταφορικό μέσο Ψ (Όνομα τμήματος) με έναν συγκεκριμένο προορισμό. Ο/Η καθένας/καθεμιά από μας ήρθε από άλλο σημείο σήμερα το πρωί, όλοι/όλες, όμως, ευελπιστώ να φτάσουμε στο τέλος του ταξιδιού, «Τη Συμπερίληψη». Καθένας/Καθεμιά κουβαλά μαζί του/της τη δική του/της «αποσκευή». Η «αποσκευή» μας περιέχει τις πεποιθήσεις, τις απόψεις, τα πιστεύω, τις ανάγκες, τις επιθυμίες, τους στόχους μας (κλπ) και η κάθε αποσκευή θα πρέπει να γίνεται απόλυτα σεβαστή τόσο από εμάς τους/τις ίδιους/ίδιες όσο και από τους/τις άλλους/άλλες» (διαφάνεια 4).

Έπειτα, ενημερώνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες ότι σε ένα λεπτό (1') θα σταθμεύσουν για λίγα λεπτά στον 1^ο σταθμό του ταξιδιού που λέγεται «Η Φυλακή του Φύλου».

Καλούνται οι επιβάτες - μαθητές/μαθήτριες σε αποβίβαση και κατευθύνονται στους πάγκους εργασίας (διαφάνεια 5). Σε κάθε πάγκο βρίσκονται δύο (2) μεγάλες φιγούρες σε χαρτόνι, ενός αγοριού και ενός κοριτσιού (Εποπτικό Υλικό 1) (1^ο Παραδοτέο). Οι μονοί αριθμοί πηγαίνουν στο κορίτσι και οι ζυγοί στο αγόρι.

Οι μαθητές/μαθήτριες θα πρέπει να συμπληρώσουν τα ερωτήματα που βρίσκονται στην κάθε φιγούρα.



ΟΝΟΜΑ ΑΝΘΡΩΠΟΥ:

Στα συννεφάκια που βρίσκονται μέσα στη φυλακή γράψτε τι σημαίνει η φράση:
«Φέρσου σαν άντρας».



Από πού ακούσατε αυτές τις φράσεις;

- 1.
- 2.
- 3.

Πότε μαθαίνουμε αυτούς τους ρόλους;

- 1.
- 2.
- 3.

Πού αλλού συναντάμε τέτοια μηνύματα στην κοινωνία;

- 1.
- 2.
- 3.



ΟΝΟΜΑ ΑΝΘΡΩΠΟΥ:

Στα συννεφάκια που βρίσκονται μέσα στη φυλακή γράψτε τι σημαίνει η φράση:
«Φέρσου σαν γυναίκα».



Από πού ακούσατε αυτές τις φράσεις;

- 1.
- 2.
- 3.

Πότε μαθαίνουμε αυτούς τους ρόλους;

- 1.
- 2.
- 3.

Πού αλλού συναντάμε τέτοια μηνύματα στην κοινωνία;

- 1.
- 2.
- 3.



ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ

ΕΚΔΟΣΗ: 30/06/2024

ΜΕΤΑΒΑΣΗ/OUTWARD

ΑΠΟ/FROM:

ΠΡΟΣ/ΤΟ: «**ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ**»

ΑΜΑΞΟΣΤΟΙΧΙΑ:

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΒΑΤΗ

ΟΝΟΜΑ:

ΕΠΩΝΥΜΟ:

ΘΕΣΗ:

ΑΠΟΣΚΕΥΕΣ: ΝΑΙ



ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ

ΕΚΔΟΣΗ: 30/06/2024

ΜΕΤΑΒΑΣΗ/OUTWARD

ΑΠΟ/FROM:

ΠΡΟΣ/ΤΟ: «**ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ**»

ΑΜΑΞΟΣΤΟΙΧΙΑ:

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΒΑΤΗ

ΟΝΟΜΑ:

ΕΠΩΝΥΜΟ:

ΘΕΣΗ:

ΑΠΟΣΚΕΥΕΣ: ΝΑΙ

Α' Λυκείου

1. Προσδοκίες που έχουν οι άλλοι από μένα:



2. Οι προσδοκίες των άλλων από μένα με κάνουν να:

3. Όνειρα που κάνω εγώ για μένα:



4. Για να πετύχω τα όνειρά μου πρέπει να βρίσκομαι **μέσα/ έξω/ μέσα και έξω** από τη φυλακή του φύλου μου.
5. Τις προσδοκίες των άλλων τις χρησιμοποιώ γιατί:
 - α) Με κάνουν να νιώθω ασφάλεια,
 - β) Έτσι έμαθα
 - γ) Έτσι πρέπει
 - δ) Δεν έχω εγώ προσδοκίες για μένα
 - ε) Άλλο: _____

Ακολουθεί παρουσίαση του εποπτικού υλικού 1 στην ολομέλεια και ο/η εκπαιδευτικός συνεχίζει με κατευθυνόμενο διάλογο χρησιμοποιώντας τα παρακάτω ερωτήματα:

Αγόρι	Κορίτσι
Ποιος μάς τους μαθαίνει αυτούς τους ρόλους;	
Πού αλλού συναντάμε τέτοια μηνύματα στην κοινωνία;	
Τι προσδοκίες αναπτύσσουν οι άνδρες/ τα αγόρια για τις γυναίκες/ τα κορίτσια, όταν αποδεχόμαστε αυτές τις θέσεις;	Τι προσδοκίες αναπτύσσουν οι γυναίκες/τα κορίτσια για τους άνδρες/ τα αγόρια, όταν αποδεχόμαστε αυτές τις θέσεις;
Τι είναι αυτό που μας αναγκάζει να περιοριζόμαστε μέσα σε αυτή τη φυλακή του φύλου μας, δηλαδή να συμμορφωνόμαστε στο στερεότυπο του φύλου μας;	
Τι κόστος υπάρχει για ένα αγόρι να ζει μέσα στη «φυλακή» του;	Τι κόστος υπάρχει για ένα κορίτσι να ζει μέσα στη «φυλακή» της;
Τι θα συμβεί εάν ένα αγόρι βγει έξω από τη «φυλακή» του φύλου του και αρχίσει να συμπεριφέρεται με τρόπο που δεν ταιριάζει με το κουτί του φύλου του; Πώς μπορεί να του συμπεριφερθεί η οικογένειά του, οι συνομήλικοί του και η κοινότητα;	Τι θα συμβεί εάν ένα κορίτσι βγει έξω από τη «φυλακή» του φύλου του και αρχίσει να συμπεριφέρεται με τρόπο που δεν ταιριάζει με το κουτί του φύλου του; Πώς μπορεί να του συμπεριφερθεί η οικογένειά του, οι συνομήλικοί του και η κοινότητα;

Σημείωση

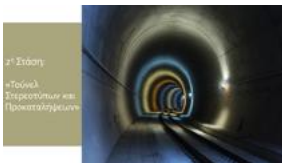
Με την εφαρμογή του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ δεν επιδιώκεται η υποβάθμιση ή η εξύψωση κανενός από τα δύο φύλα (αρσενικό ή θηλυκό). Αντίθετα, επιδιώκεται η ανάδειξη της σημασίας που έχει ο «άνθρωπος» στο πρόσωπο, είτε του άντρα είτε της γυναίκας. Σε κάθε δραστηριότητα, επισημαίνεται και γίνεται προσπάθεια από τον/την εκπαιδευτικό να είναι σαφές και αντιληπτό σε όλους/όλες ότι τα παραδείγματα που χρησιμοποιούνται είναι ενδεικτικά και ότι, σε κάθε περίπτωση, μπορεί να είναι και αντίστροφοι οι ρόλοι.

Ειδικότερα, στη συγκεκριμένη δραστηριότητα, επιδιώκεται να αναδειχθεί ότι πολλές φορές το άτομο (είτε αγόρι είτε κορίτσι) εγκλωβίζεται στους κοινωνικούς ρόλους που του «φορέθηκαν» από τον κοινωνικό περίγυρο. Παρακάτω, δίνονται ενδεικτικά παραδείγματα φράσεων που έχουν το βάρος του κοινωνικού προτύπου, με την αντίστοιχη επίδραση στο άτομο.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Αναγνώριση Στερεοτύπων – Κουκίδα

1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική)
- Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας
 - Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο
 - Ενεργητική ακρόαση
 - Ενσυναίσθηση
 - Διεκδικητική συμπεριφορά
- Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά)
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων



Ο/Η οδηγός ενημερώνει ότι θα περάσουμε από τα τούνελ των στερεοτύπων και των προκαταλήψεων. Το συγκεκριμένο επιτυγχάνεται με συσκότιση της αίθουσας και προβολή 1-2 βίντεο, σχετικά με τα στερεότυπα:

<https://www.youtube.com/watch?v=XhxJgyyjMrw>

<https://www.youtube.com/watch?v=vA2eLnSsVSA>.

Μετά την προβολή των βίντεο, τυχαίνει βλάβη στη μηχανή. Για τον λόγο αυτόν, επιβάλλεται να σταματήσουν και να αλλάξουν μηχανή. Επειδή, όμως, βρισκόμαστε εντός των τούνελ, είναι απαραίτητο να κατεβούν όλοι οι επιβάτες και να βοηθήσουν στην αλλαγή της μηχανής (διαφάνειες 8 – 11).

Θα πρέπει να ακολουθήσουν όλοι οι επιβάτες τις οδηγίες που τους δίνονται από τον/τη οδηγό.



Συγκεκριμένα, ο/η οδηγός:

1. Κολλάει στη πλάτη κάθε συμμετέχοντα/συμμετέχουσας ένα αυτοκόλλητο που έχει μια χρωματιστή κουκκίδα. (Είναι απαραίτητο ο/η εκπαιδευτικός πρώτα να ρωτήσει τους/τις μαθητές/μαθήτριες εάν συμφωνούν με το να τους/τις ακουμπήσει για να κολλήσει το αυτοκόλλητο).
2. Υπάρχουν τέσσερα (4) διαφορετικά χρώματα.
3. Ο/Η κάθε συμμετέχων/συμμετέχουσα δεν ξέρει ποιο χρώμα έχει.
4. Οι επιβάτες καλούνται να χωριστούν σε ομάδες, ανάλογα με το χρώμα τους, χωρίς να μιλήσουν!
5. Επισημαίνεται στους/στις επιβάτες πως δεν πρέπει να δεχτούν στην ομάδα τους κάποιο άτομο άλλου χρώματος.
6. Εκτός από τα αυτοκόλλητα με 4 διαφορετικά χρώματα, υπάρχει και ένα που έχει επάνω μαύρη κουκκίδα.
7. Το πιο πιθανό είναι, το άτομο αυτό να μην μπορέσει να ενταχθεί σε κάποια ομάδα. Υπάρχει, όμως, και η περίπτωση κάποια ομάδα να εντάξει αυτό το άτομο στη δική της ομάδα.
8. Η μηχανή παίρνει μπρος όταν όλοι/όλες οι επιβάτες ενταχθούν σε μια ομάδα.
9. Έπειτα όλοι/όλες οι επιβάτες ανεβαίνουν στο μεταφορικό μέσο και συνεχίζουν το ταξίδι τους.

2.2 Να αναγνωρίζουν ρατσιστικές συμπεριφορές και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής

- Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, προκατάληψη, διάκριση, ρατσισμός

- Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης.

- Επαγωγικός συλλογισμός σχετικά με την εκδήλωση ρατσιστικών περιστατικών

- Αίτια ρατσισμού (έμφυλα στερεότυπα)
- Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση, κοινωνικός αποκλεισμός, εκδήλωση βίας)
- Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού

- Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού

- Κριτική θεώρηση των κοινωνικών στερεοτύπων
- Αποδοχή και σεβασμός της διαφορετικότητας σε όλα τα επίπεδα

- Συμπερίληψη

Επιστρέφοντας στο μέσο, ο/η οδηγός ζητά από τους/τις επιβάτες να μοιραστούν με το πλήρωμα και τους συνεπιβάτες τους, σκέψεις και συναισθήματα που τους προκάλεσε αυτή η στάση.

Συγκεκριμένα, οι επιβάτες ερωτώνται (διαφάνεια 12):

- **Πώς καταφέρατε να βρείτε την ομάδα σας;**
- **Τα καταφέρατε χωρίς να μιλήσετε μεταξύ σας;**
- **Είναι σημαντική η επικοινωνία που αναπτύχθηκε μεταξύ σας;**

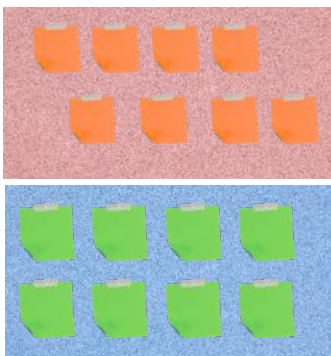


- Πώς νιώσατε μόλις καταφέρατε να γίνετε μέλος μιας ομάδας;
- Πώς ένιωσε το «άλλο άτομο»;
- Πώς ένιωθες όταν συνειδητοποιούσες ότι δεν ανήκες σε κάποια ομάδα;
- Υπήρχε η επιλογή να σε επιλέξει κάποια ομάδα; Γιατί;
- (Αν το έκανε) πώς ένιωσες (θα ένιωθες);
- Πώς νιώσατε οι υπόλοιποι για αυτό το άτομο;
- Συμβαίνει αυτό, δηλαδή, να απομονώνεται – απομονώνουμε άτομα, στην καθημερινότητά μας; Στο σχολείο; Σε νυχτερινές εξόδους;
- Τι κάνετε σε τέτοιες περιπτώσεις;
- Αξίζει σε οποιοδήποτε άτομο να περιθωριοποιείται εξαιτίας της διαφορετικής έκφρασης ταυτότητας ή εξαιτίας του διαφορετικού σεξουαλικού προσανατολισμού;

Σε αυτό το σημείο ολοκληρώνεται το νοητικό πλαίσιο των δύο δραστηριοτήτων.

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Ατομική Αξιολόγηση

5'



Ο/Η εκπαιδευτικός, πριν προχωρήσει στην ανακεφαλαίωση, δίνει σε κάθε μαθητή/μαθήτρια δύο χρωματιστά χαρτάκια τύπου ποστ ιτ, ένα πορτοκαλί και ένα πράσινο. Ζητά να γράψουν στο πορτοκαλί, μια δουλειά του σπιτιού που μπορεί να κάνει ένα κορίτσι και στο πράσινο, μια δουλειά που μπορεί να κάνει ένα αγόρι. Μόλις είναι έτοιμοι/έτοιμες καλούνται να κολλήσουν τα χαρτάκια τους σε δυο χαρτόνια μπλε και ροζ χρώματος. Αναμένεται όλα τα πορτοκαλί (κορίτσια) να τα τοποθετήσουν στο ροζ και όλα τα πράσινα (αγόρια) στο μπλε. Η εκπαιδευτικός αφήνει στην άκρη το εποπτικό και προχωρά στην ανακεφαλαίωση.

Συγκεκριμένα, ανακεφαλαιώνει τα βασικά σημεία του εργαστηριακού μαθήματος (Έμφυλα στερεότυπα, διάκριση, απομόνωση) και ρωτά τους/τις μαθητές/μαθήτριες (διαφάνεια 13):

«Εσείς πιστεύετε ότι λειτουργείτε με βάση κάποια στερεότυπα;»
(Αναμένεται να απαντήσουν όχι ή κάποιες φορές).

Τότε ο/η εκπαιδευτικός παίρνει το εποπτικό με τα δύο χαρτόνια, ροζ και μπλε, και τους/τις υποδεικνύει τα εξής:

«Τις περισσότερες φορές λειτουργούμε αυθόρμητα και χωρίς να σκεφτόμαστε ότι κινούμαστε με βάση τα στερεότυπα. Τα στερεότυπα είναι βαθιά ριζωμένα μέσα μας και για αυτό θέλει πολλή δουλειά και προσπάθεια για να τα ξεριζώσουμε. Η διαδικασία αυτή είναι δύσκολη, γιατί ακόμα και αν δεν έχω στερεότυπα, πολλές φορές, μπορεί να παρασυρθώ από το υπόλοιπο κοινωνικό σύνολο.

Η πορεία προς την συμπερίληψη περνά μέσα από την αποδόμηση των στερεοτύπων και αυτό είναι καθαρά ατομική και πνευματική προσπάθεια που οφείλει κάθε άτομο να καταβάλει προσωπικά, με το να σκέφτεται σοβαρά πριν πει ή κάνει κάτι».

Ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες και δίνει ραντεβού για τις συναντήσεις του Β' τετραμήνου (διαφάνειες 14 και 15).



Ευχαριστώ

Το ταξίδι συνεχίζεται...

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Κινητοποίηση για αλλαγή

2.2 Να αναγνωρίζουν ρατσιστικές συμπεριφορές και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής

- Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, προκατάληψη, διάκριση, ρατσισμός
- Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης.
- Επαγωγικός συλλογισμός σχετικά με την εκδήλωση ρατσιστικών περιστατικών
 - Αίτια ρατσισμού (έμφυλα στερεότυπα)
 - Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση, κοινωνικός αποκλεισμός, εκδήλωση βίας)
 - Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού
- Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού
 - Κριτική θεώρηση των κοινωνικών στερεοτύπων
 - Αποδοχή και σεβασμός της διαφορετικότητας σε όλα τα επίπεδα
- Συμπερίληψη

Ο/Η εκπαιδευτικός καλωσορίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες και τους/τις καλεί να πάρουν τις θέσεις τους. Θυμίζει τον σκοπό, τους κανόνες του εργαστηρίου και τις προηγούμενες στάσεις του ταξιδιού (διαφάνειες 16 – 20).



Διαδρομή ταξιδιού



2^η Στάση:

Είπαμε σταθμάς στα «Τούνελ Στερεοτύπων και Προκαταλήψεων»



Το ταξίδι συνεχίζεται...



3^η Στάση:

«Λεμονιές της Διαφορετικότητας»



Στη συνέχεια, χωρίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε τρεις (3) ομάδες και καλούνται να συμπληρώσουν στο εννοιόγραμμα που δίνεται την πρώτη και τη δεύτερη στάση (που πραγματοποιήθηκαν στην προηγούμενη διδακτική). Ενημερώνονται, επιπλέον, ότι θα συμπληρώνουν και το αντίστοιχο σημείο στο εννοιόγραμμα (διαφάνεια 21).

Με αφορμή τη δεύτερη στάση το «Τούνελ Στερεοτύπων» και συγκεκριμένα το τελευταίο ερώτημα που τέθηκε, «Αξίζει σε οποιοδήποτε άτομο να περιθωριοποιείται εξαιτίας της διαφορετικής έκφρασης ταυτότητας ή εξαιτίας του διαφορετικού σεξουαλικού προσανατολισμού;», ο/η εκπαιδευτικός επισημαίνει τα εξής: **«Βλέπω ότι προβληματίζεστε/δυσκολεύεστε να απαντήσετε στο ερώτημα... ίσως φταίει το σκοτάδι των τούνελ των στερεοτύπων...τι θα λέγατε να κάνουμε μια μη προγραμματισμένη στάση σε ένα από τα πιο όμορφα μέρη αυτής της διαδρομής; Στο περιβάλλον με τις Λεμονιές της Διαφορετικότητας! Να φτάσαμε κιόλας. Παρακαλώ, αποβιβαστείτε και περάστε στον κύκλο που βρίσκεται μπροστά σας».** (διαφάνειες 22 – 24)

Ο/Η εκπαιδευτικός έχει σχηματίσει έναν κύκλο με χαρτοταινία στο πάτωμα. Μέσα στον κύκλο έχει τοποθετήσει μια σακούλα με λεμόνια.

Ο/Η οδηγός καλεί τους επιβάτες να πάρουν από ένα λεμόνι, για δικό τους, χωρίς, όμως, να το χαλάσουν και ακολουθούν τις παρακάτω οδηγίες:

- **Παρατηρείστε το λεμόνι σας.**
- **Μυρίστε το.**
- **Δώστε του ένα όνομα.**
- **Τοποθετείστε το λεμόνι σας μέσα στη σακούλα.**

Ο/Η εκπαιδευτικός ανακατεύει τη σακούλα – αφήνει όλα τα λεμόνια πάλι κάτω – ζητά από τους επιβάτες να εντοπίσουν το δικό τους λεμόνι.

Αν διαφωνούν μεταξύ τους για το σε ποιον/ποια ανήκει το λεμόνι και δεν μπορούν να αποφασίσουν, τότε ο/η εκπαιδευτικός, αφήνει στην άκρη το λεμόνι και επισημαίνει ότι **είναι πραγματικά δύσκολο να ξεχωρίσει κανείς το λεμόνι του.**

1^η Αποστολή

1. Διαβάστε το Email από Αρσινόη
2. Πείτε στους μαθητές να φέρει το δικό τους λεμόνι.
3. Καταγράψτε κάποια χαρακτηριστικά φροντιστηρίου του.
4. Με τη συνδρομή κάποιου μαθητή να βοηθήσει, να πει στους μαθητές, ότι θα είναι άλλος ο κύκλος, ο οποίος είναι ο κύκλος των λεμονιών.
5. Με τη συνδρομή κάποιου μαθητή να βοηθήσει, να πει στους μαθητές, ότι είναι ο κύκλος των λεμονιών.



Παρακαλώ, αφήστε τα λεμόνια στον σταθμό και επιβιβαστείτε στο τρένο. Ξεκινάμε (διαφάνεια 25).

Σας μιλά ο/η οδηγός της γραμμής.

1. **Είστε σίγουροι/σίγουρες ότι διαλέξατε το δικό σας λεμόνι; Πώς είστε τόσο σίγουροι/σίγουρες;**
2. **Ήταν δύσκολο ή εύκολο να βρείτε το λεμόνι σας;**
3. **Με ποιον τρόπο καταφέρατε να βρείτε το δικό σας λεμόνι; Εντοπίσατε κάποια ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του;**
4. **Αν κάποιο άτομο επέλεξε άλλο λεμόνι, λέτε να έχει άλλη γεύση; Εξακολουθεί να είναι ένα λεμόνι;**

Ο/Η εκπαιδευτικός απευθύνεται στους/στις μαθητές/μαθήτριες λέγοντας τους:

«Θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας κάποιους προβληματισμούς μου και να τους συζητήσουμε όλοι μαζί:

- **Έχουν όλα τα λεμόνια το ίδιο χρώμα; Το ίδιο σχήμα; Όχι. Είναι όλα, όμως, Λεμόνια. Πάμε, τώρα, να παραλληλίσουμε το περιβάλλον με τις Λεμονιές με την κοινωνία μας.**
- **Όλοι οι άνθρωποι είμαστε ίδιοι; ΟΧΙ. Είμαστε, όμως όλοι άνθρωποι, φτιαγμένοι από την ίδια ουσία, με τις ίδιες ανάγκες – δικαιώματα – υποχρεώσεις, νιώθουμε πόνο και χαρά. Ωστόσο, έχουμε διαφορετική προσωπικότητα, ταυτότητα, διαφορετικές αξίες και βιώματα πολλές φορές με διαφορετική φυλή, κουλτούρα, φύλο, θρησκεία, αναπηρία, σεξουαλικό προσανατολισμό κλπ.**
- **Υπάρχουν προκαταλήψεις σε σχέση με κάποια άλλα λεμόνια – ομάδες ανθρώπων; Υπάρχουν στερεότυπα σε σχέση με κάποια άλλα λεμόνια – ομάδες ανθρώπων;**
- **Πώς δημιουργούνται οι προκαταλήψεις και τα στερεότυπα; Αποσαφήνιση των όρων.**
- **Επηρεάζουν τα στερεότυπα την καθημερινότητά μας; Πώς; Τι αισθήματα μας προκαλούν;**
- **Υπάρχει πράγματι ανάγκη να γενικεύουμε γεγονότα και καταστάσεις; Ποια εμπόδια προκαλούν αυτές οι γενικεύσεις; Τι προκαλούν στην κοινωνία;**

Επιπλέον, όσον αφορά στα λεμόνια και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους, παρόλο που κάποια μπορεί να έχουν ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, όλα έχουν τη δική τους συμβολή και χρήση, πχ. βελτιώνουν το φαγητό, απωθούν οσμές, ανακουφίζουν από τον πόνο, χρησιμοποιούνται για σκοπούς ομορφιάς. Ακριβώς το ίδιο συμβαίνει και με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των ανθρώπων. Έχουμε όνειρα, προσδοκίες, είμαστε όλοι/όλες ισότιμα μέλη της κοινωνίας και μπορούμε με τον τρόπο μας να προσφέρουμε στο σύνολο».



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Ενδοσκόπηση

3.1 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

- Διασαφήνιση έννοιας σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
- Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
 - Ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες)
 - Κοινωνικοί παράγοντες
 - Νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα κατά της Βίας, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα έκφρασης

Ενημερώνουμε τους/τις μαθητές/μαθήτριες ότι στον επόμενο σταθμό θα σταθμεύσουμε στην «Ενδοσκόπηση» για 15 λεπτά και θα παίξουμε το παιχνίδι «Οι λευκοί δεν μπορούν να ραπάρουν», του ομίλου ιστορικού διαλόγου και έρευνας. Σκοπός του παιχνιδιού είναι να αξιολογήσουν, μόνοι/μόνες τους οι μαθητές/μαθήτριες τον βαθμό επιρροής των στερεοτύπων στις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις πράξεις τους (δίνονται οδηγίες για τη διεξαγωγή του παιχνιδιού στην επιμόρφωση). (διαφάνεια 26)



Το παιχνίδι αποτελείται από κάρτες δηλώσεων και κάρτες τοποθέτησης.

Οι κάρτες τοποθέτησης είναι μέσα στην αίθουσα σε διάφορα σημεία. Ο/Η εκπαιδευτικός εκφωνεί μία – μία τις δηλώσεις και οι μαθητές/μαθήτριες κινούνται στην κάρτα τοποθέτησης που τους/τις εκφράζει. Για κάθε κάρτα δήλωσης ο/η εκπαιδευτικός έχει τα αντίστοιχα επίσημα στοιχεία, τα οποία γνωστοποιεί στους/στις μαθητές/μαθήτριες, αφού επιχειρηματολογήσουν για την τοποθέτηση που έκαναν.

Η συγκεκριμένη δραστηριότητα μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως προαιρετική, σε περίπτωση που δεν επαρκεί ο χρόνος.

Κάρτες Τοποθέτησης	Κάρτες Δηλώσεων
Ρατσιστικό!	Όλοι οι άνθρωποι είναι ίσοι ενώπιον του νόμου.
Πράγματι!	Οι γυναίκες κερδίζουν τα ίδια λεφτά με τους άντρες.
Αβάσιμο Στερεότυπο.	Οι ξένοι/-ες παίρνουν τις δουλειές μας.
Αυτό κι αν είναι διάκριση!	Όλοι οι μαύροι άνθρωποι έχουν τον ρυθμό στο αίμα τους.
Τι προκατάληψη!	Οι Κύπριοι/-ες μιλούν σαν χωριάτες/-ισσες.
Ανοησίες!	Οι Γιαπωνέζοι/-ες είναι κοντοί/-ες και εργάζονται πολύ.
	Η Κύπρος χάνει την ταυτότητά της εξαιτίας των πολλών ξένων.
	Όποιος/-α θέλει να ζήσει στην Κύπρο, θα πρέπει να μιλά Ελληνικά.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Τα γυαλιά του Σεβασμού

5'

3.1 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία.

- Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
 - Ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες)
 - Κοινωνικοί παράγοντες
 - Νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα κατά της Βίας, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα έκφρασης
- Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

Κατά τη διάρκεια της προηγούμενης δραστηριότητας, ο/η εκπαιδευτικός έχει τοποθετήσει σε κάθε θέση από ένα ζευγάρι «Γυαλιά του Σεβασμού».

«Παρακαλώ την προσοχή σας! Όλοι/Όλες βρήκατε γυαλιά στις θέσεις, όταν επιβιβαστήκαμε από τον σταθμό της «Ενδοσκοπήσης». Φορέστε τα και παρακολουθήστε το βίντεο «Τα γυαλιά του σεβασμού» που ακολουθεί. Σε πέντε λεπτά φθάνουμε στον προορισμό μας». (διαφάνεια 27)



Σημείωση

Το βίντεο «Τα γυαλιά του σεβασμού» πρόκειται για διασκευή, από τη συγγραφική ομάδα, του βίντεο «Τα γυαλιά της διαφορετικότητας».



Ο/Η εκπαιδευτικός, μετά την προβολή του βίντεο, αναφέρει τα παρακάτω:



«Φθάσαμε στον προορισμό μας ... τη «Συμπερίληψη»
Έχετε γεμίσει την αποσκευή σας με σκέψεις και συμπεράσματα της σημερινής ημέρας.
Μήπως βλέπετε διαφορετικά κάποιες καταστάσεις μετά το βιωματικό εργαστήριο;
Μήπως αξίζει να γνωρίζουμε και τη διαφορετική οπτική/θέση σε κάθε περίπτωση;
Μήπως η αξία του σεβασμού και της αγάπης θα βοηθήσουν να γίνουμε ένας καλύτερος και ομορφότερος κόσμος;
Επιθυμεί κάποιος/κάποια να εκφράσει τις σκέψεις που θα πάρει μαζί του/της;» (διαφάνεια 28)

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Ατομική Αξιολόγηση



Ο/Η εκπαιδευτικός παρουσιάζει ξανά στους/στις μαθητές/μαθήτριες το εννοιόγραμμα του μαθήματος (διαφάνεια 29) και τους/τις καλεί να το συμπληρώσουν στις ομάδες τους (Εποπτικό υλικό 2)(2^ο Παραδοτέο).



Ο/Η εκπαιδευτικός ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες για το σημερινό ταξίδι και ολοκληρώνει το 2^ο εργαστήριο (διαφάνεια 30).



Α' Λυκείου

ΤΑΞΙΔΙ ΠΡΟΣ ΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ

1^η Στάση:
"Φυλακή του Φύλου"



1

2^η Στάση:
"Τούνελ Στερεοτύπων"



2

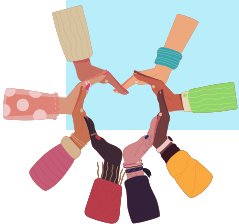
3^η Στάση:
"Λεμονιές της
Διαφορετικότητας"



3

Σημείο Αφίξεως:
"Συμπερίληψη"

5



4^η Στάση:
"Ενδοσκόπηση"



4



**3^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ:
Διεκδικητικότητα - Συναίνεση -
Αποτελεσματική Επικοινωνία
«Υγιείς Σχέσεις - Πρόληψη Βίας»**



3^ο ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Διεκδικητικότητα – Συναίνεση – Αποτελεσματική Επικοινωνία

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	A. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	2

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
1.2 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να επιχειρηματολογούν υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση βίας: μορφές, κύκλος της βίας, αίτια, σημάδια και συνέπειες <ul style="list-style-type: none"> • Ηλεκτρονική βία - sexting - Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού <ul style="list-style-type: none"> • Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφασης • Ασφαλείς ενέργειες σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας - Τεκμηριωμένη διατύπωση απόψεων υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία
1.3 Να αναλύουν την επίδραση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στις σχέσεις και τη σεξουαλική συμπεριφορά των εφήβων	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση φαινομένου Sexting: έννοια, νομικό πλαίσιο, συνέπειες - Αναγνώριση της σημασίας πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου Sexting <ul style="list-style-type: none"> • Συναίνεση στη διαδικτυακή επικοινωνία • Χρήση των ΜΚΔ με ασφάλεια, νομιμότητα και σεβασμό
1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική) - Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις - Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας <ul style="list-style-type: none"> • Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο • Ενεργητική ακρόαση • Ενσυναίσθηση • Διεκδικητική συμπεριφορά - Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά) - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας, ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων
1.5 Να συμπεραίνουν τη σημασία της συναίνεσης στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών ρομαντικών/ερωτικών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας συναίνεσης: «δίνω», «αρνούμαι», «ζητώ» - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της συναίνεσης <ul style="list-style-type: none"> • Αναγνώριση χαρακτηριστικών συναίνεσης • Ερμηνεία παραγόντων που επηρεάζουν τη συναίνεση: εικόνα σώματος, αυτογνωσία- αυτοεκτίμηση, αξίες, έμφυλα στερεότυπα, συνομήλικοι/φίλοι, μέσα μαζικής ενημέρωσης, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλκοόλ και άλλες ουσίες • Σωματική αυτονομία και αυτενέργεια • Διαδικασία λήψης απόφασης • Σχέση αποτελεσματικής επικοινωνίας και συναίνεσης • Συνέπειες για τον εαυτό και το άλλο άτομο - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της συναίνεσης ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων
3.1 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας - Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • Ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες) • Κοινωνικοί παράγοντες • Νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα κατά της Βίας, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια, Δικαίωμα στην ισοότητα, Δικαίωμα έκφρασης - Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να είναι σε θέση να κατανοήσουν τη σημασία της συναίνεσης μέσα στις σχέσεις, να καλλιεργήσουν δεξιότητες επικοινωνίας (ενεργητική ακρόαση, αντίσταση στην πίεση, επικοινωνία των ορίων – αξιών – επιθυμιών – αναγκών μου στον/στη σύντροφό μου) στο πλαίσιο των ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων, με σκοπό την αποδοχή ή την άρνηση συναίνεσης.



Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Μορφές υπεύθυνης συμπεριφοράς
Ενσυναίσθηση
Ο κύκλος της βίας

Μέσα Διαδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό
μηχάνημα, πίνακας,
εποπτικό υλικό

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση,
εννοιολογικός χάρτης,
σενάρια,
μελέτη περίπτωσης



Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
Διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
Τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τη σημασία της συναίνεσης μέσα στις σχέσεις και τον τρόπο που αυτή ζητείται, να αποδεχτούν το δικαίωμα του άλλου στο ΟΧΙ και να καλλιεργήσουν τον σεβασμό στα προσωπικά όρια του κάθε ατόμου.

Δραστηριότητες

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:
Είδη Συμπεριφοράς

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:
Έννοια της συναίνεσης

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Καρουζέλ

Χρόνος

5'

11'

10'

10'

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να καλλιεργήσουν δεξιότητες επικοινωνίας στο πλαίσιο των ρομαντικών/ερωτικών σχέσεων.

Δραστηριότητες

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:
Καλός - Κακός Ακροατής

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:
Νοητή γραμμή - Στερεότυπα

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:
Δικαιώματα - Νομοθεσία

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση -
Αξιολόγηση

Χρόνος

12'

8'

5'

11'

Αφόρμηση –
Πρόκληση Ενδιαφέροντος:

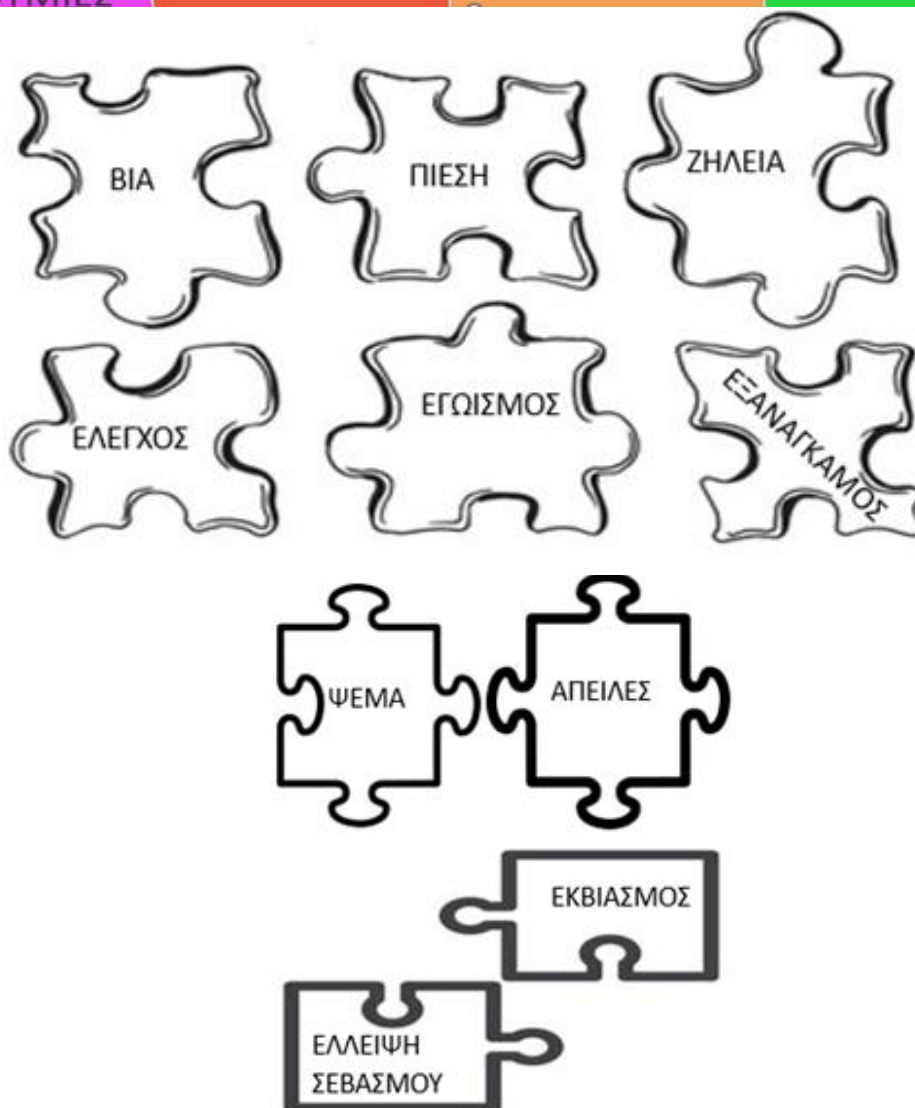


Στην αίθουσα είναι αναρτημένα τα πόστερ με το μαθησιακό συμβόλαιο και τα χαρακτηριστικά των υγιών και μη υγιών σχέσεων, έτσι όπως είχαν προκύψει από το 1^ο εργαστήριο, καθώς και το εννοιόγραμμα από το ταξίδι του 2^{ου} εργαστηρίου.

Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες και τους/τις καλεί να καθίσουν στον κύκλο. Υπενθυμίζει τον σκοπό και τους κανόνες των εργαστηρίων και τους ενημερώνει για το θέμα της τελευταίας συνάντησης (διαφάνειες 1 - 5).

Στη συνέχεια, μοιράζει σε όλους/όλες τους/τις μαθητές/μαθήτριες από ένα κομμάτι πάζλ μεγέθους Α4 και τους/τις ζητά να σχηματίσουν όλοι/όλες μαζί το παζλ με τα κομμάτια που ταιριάζουν (διαφάνεια 6) (Εποπτικό Υλικό 1). Στα κομμάτια παζλ αναγράφονται λέξεις που αφορούν στα χαρακτηριστικά των υγιών συμπεριφορών στις σχέσεις. Δεν τους δίνει όμως τα κομμάτια της ΣΥΝΑΙΝΕΣΗΣ, της ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΗΣ/ΔΙΕΚΔΙΚΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ και της ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ. Ταυτόχρονα, δίνονται και κομμάτια τα οποία δεν ταιριάζουν στο παζλ και αφορούν στις μη υγιείς συμπεριφορές στις σχέσεις.

Μόλις φτιαχτεί το παζλ (με τα χαρακτηριστικά των υγιών συμπεριφορών στις σχέσεις) και αντιληφθούν οι μαθητές/μαθήτριες ότι δεν ταιριάζουν άλλα κομμάτια (δηλαδή τα χαρακτηριστικά των μη υγιών συμπεριφορών στις σχέσεις) και ότι τελικά λείπουν 3 κομμάτια, ο/η εκπαιδευτικός τους/τις ρωτά ποια κομμάτια μπορεί να είναι αυτά. Τα κομμάτια αυτά τα τοποθετεί ο/η εκπαιδευτικός στο τέλος για να τονίσει ότι χωρίς αυτά τα στοιχεία δεν μπορεί να υπάρξουν υγιείς σχέσεις. Στο σημείο αυτό, επαναφέρουμε στη μνήμη των μαθητών/μαθητριών ότι μια σχέση είναι όπως ένας ζωντανός οργανισμός. Για να είναι υγιής και να λειτουργεί σωστά, θα πρέπει να τη φροντίζουμε, να την καλλιεργούμε και να τη θρέφουμε – ποτίζουμε με τα στοιχεία που αναφέρονται στο παζλ.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Είδη Συμπεριφοράς

11'

1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική)
- Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας
 - Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο
 - Ενεργητική ακρόαση
 - Ενσυναίσθηση
 - Διεκδικητική συμπεριφορά
- Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/ επιθετική συμπεριφορά)
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

Ο/Η εκπαιδευτικός ενημερώνει τα παιδιά ότι θα ασχοληθούν με κάθε κομμάτι ξεχωριστά, ξεκινώντας πρώτα με αυτό της διεκδικητικότητας. Σημειώνεται ότι, η συγκεκριμένη δραστηριότητα εξελίσσεται σε δύο (2) στάδια. Το πρώτο στάδιο (ΣΤΑΔΙΟ Α΄) αφορά στο θεωρητικό πλαίσιο και το δεύτερο στάδιο (ΣΤΑΔΙΟ Β΄) την κριτική θεώρηση των διαφόρων συμπεριφορών και κατ' επέκταση την πρακτική εφαρμογή τους.



5'

ΣΤΑΔΙΟ Α΄: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Για να κατανοήσουν οι μαθητές/μαθήτριες την έννοια της διεκδικητικής συμπεριφοράς καθώς και τους άλλους δύο (2) τύπους συμπεριφοράς (Επιθετική – Παθητική) ο/η εκπαιδευτικός κάνει τα εξής βήματα (διαφάνειες 7-8):

1. Τοποθετεί στο πάτωμα της αίθουσας τρία (3) χαρτόνια διαφορετικού σχήματος, τετράγωνο, οβάλ και τρίγωνο, που αντιπροσωπεύουν τα τρία (3) είδη συμπεριφορών (1^ο Παραδοτέο).

2. Μοιράζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες κάρτες με τους ορισμούς της κάθε συμπεριφοράς και με τα χαρακτηριστικά αυτών (Εποπτικό Υλικό 2).

3. Καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να τοποθετήσουν στο τρίγωνο ό,τι σχετίζεται με την επιθετική συμπεριφορά, στο οβάλ ό,τι σχετίζεται με την παθητική και στο τετράγωνο ό,τι σχετίζεται με τη διεκδικητική.

Συμφωνεί πάντα με την πλειοψηφία

Δεν προσπαθεί να διεκδικήσει τα δικαιώματά του/της

Αφήνει τους άλλους να αποφασίσουν για αυτόν/αυτήν

Νιώθει συχνά ενοχές

Δέχεται ό,τι θέλουν τα άλλα άτομα



Δεν εκφράζεται όταν κάτι τον/την απασχολεί

Χαμηλό βλέμμα – αποφυγή οπτικής επαφής

Απολογείται συχνά

Θεωρεί τον εαυτό του/της λιγότερο ικανό/ικανή από άλλα άτομα

Χαμηλή φωνή – αποφυγή προσέλευσης σημασίας

Δίνει προτεραιότητα στα άλλα άτομα παραγνωρίζοντας τον εαυτό του/της

ΠΑΘΗΤΙΚΗ:

Αφήνει τους άλλους να αποφασίσουν για αυτόν/αυτήν

Θεωρεί τον εαυτό του πιο ικανό από τα άλλα άτομα

Χρησιμοποιεί θυμό και ένταση για να πετύχει το στόχο του/της

Διεκδικεί τα δικαιώματά του χωρίς να σκέφτεται τα άλλα άτομα



Βάζει τον εαυτό του/της πάνω απ' όλους

Καταπιέζει τα άλλα άτομα

Διακόπτει τα άλλα άτομα όταν μιλούν

ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ:

Αποφασίζει το ίδιο το άτομο για τον εαυτό του με τρόπο που προσβάλλει, μειώνει και καταπατά τα δικαιώματα των άλλων

Αποφασίζει το ίδιο το άτομο για τον εαυτό του, με τρόπο που προσβάλλει, μειώνει και καταπατά τα δικαιώματα των άλλων

Και ακούει και μιλάει

Έχει αυτοπεποίθηση χωρίς να καταπιέζει τα άλλα άτομα

Διεκδικητική:

Αποφασίζει το ίδιο το άτομο για τον εαυτό του, με σεβασμό για τον/την ίδιο/-α και τους άλλους και ευθύνη των πράξεων του

Σέβεται τον εαυτό του αλλά και τα άλλα άτομα

Αποδέχεται τα λάθη του/της

Διεκδικεί τα δικαιώματά του/της χωρίς να καταπατά εκείνα των άλλων ατόμων



Εκφράζει ανοιχτά τόσο θετικά όσο και αρνητικά συναισθήματα

Θεωρεί τον εαυτό του/της ικανό και δυνατό σε μια ισότιμη σχέση

Αντιμετωπίζει την ευθύνη βάσει των αναγκών και των συναισθημάτων των υπολοίπων

Το περιεχόμενο Καρτών (Εποπτικό Υλικό 1) αποτελεί το ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ των τριών (3) τύπων συμπεριφοράς – επικοινωνίας.

Μόλις ολοκληρωθεί το παραπάνω, ο/η εκπαιδευτικός επισημαίνει ότι:

«Διεκδικητικότητα είναι η ικανότητα του ατόμου να υπερασπίζεται τα ατομικά του δικαιώματα εκφράζοντας τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τα πιστεύω του, τη στιγμή που τα νιώθει με ειλικρίνεια και με κατάλληλο τρόπο. Πρόκειται για μία σημαντική διαπροσωπική δεξιότητα συμπεριφοράς, με τρόπο που δεν παραβιάζονται τα δικαιώματα των άλλων.

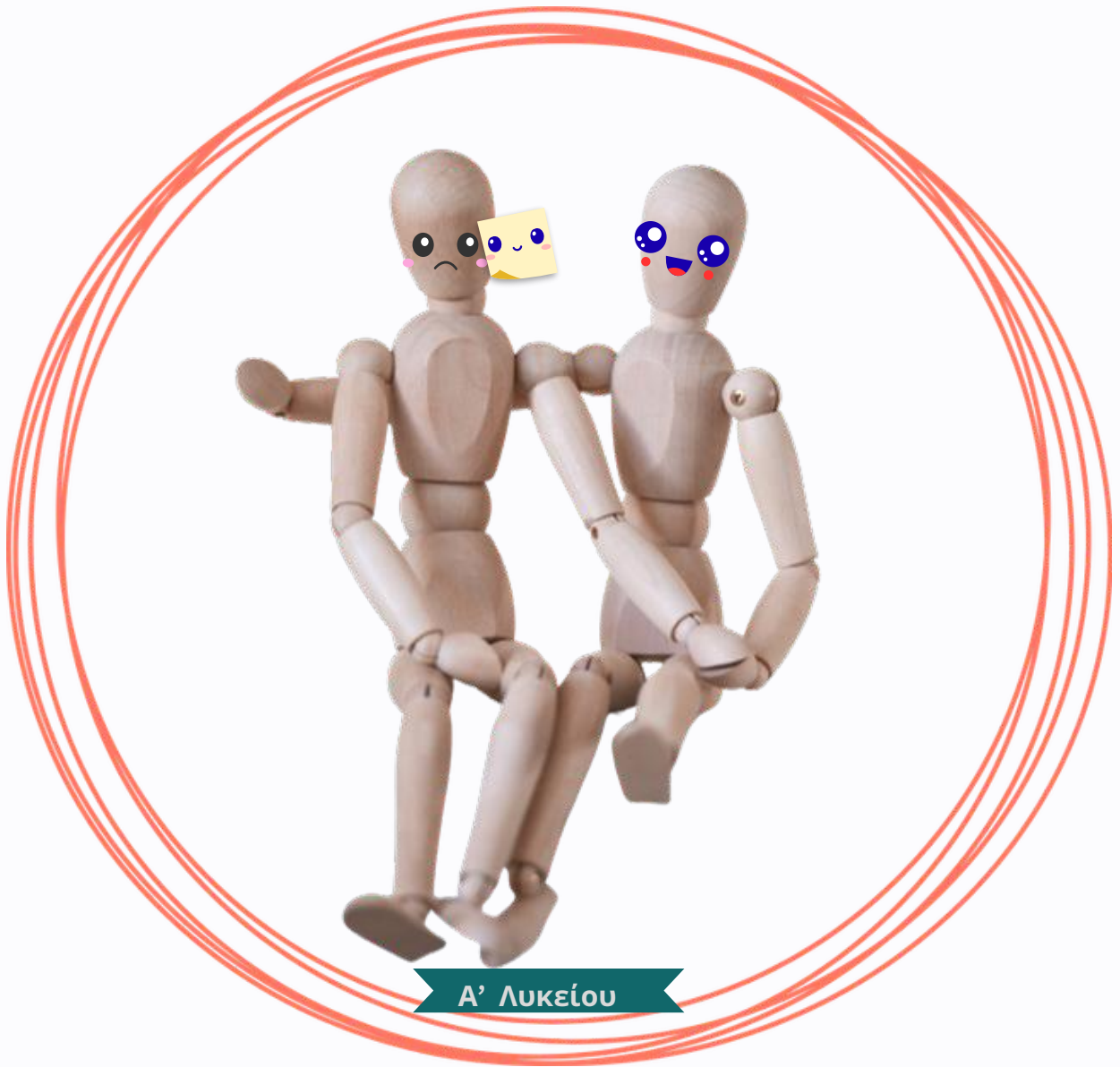
Το άτομο με διεκδικητική συμπεριφορά έχει την ικανότητα να ζητά χωρίς να πιέζει, να θέτει όρια, να σέβεται τις απόψεις, τα συναισθήματα και τα πιστεύω των άλλων και να εκφράζει την άποψή του και τα συναισθήματά του (αρνητικά και θετικά).

Πρόκειται για συμπεριφορά που χαρακτηρίζεται από αυτοπεποίθηση, ανεξαρτησία και ικανότητα αυτογνωσίας και ενσυναίσθησης. Επιτρέπει στο άτομο να ενεργεί προς το συμφέρον του, να εκφράζεται με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο χωρίς, όμως, να υπονομεύονται τα δικαιώματα των άλλων».

Σημείωση

Σε αυτό το στάδιο δουλεύουμε στην ολομέλεια.

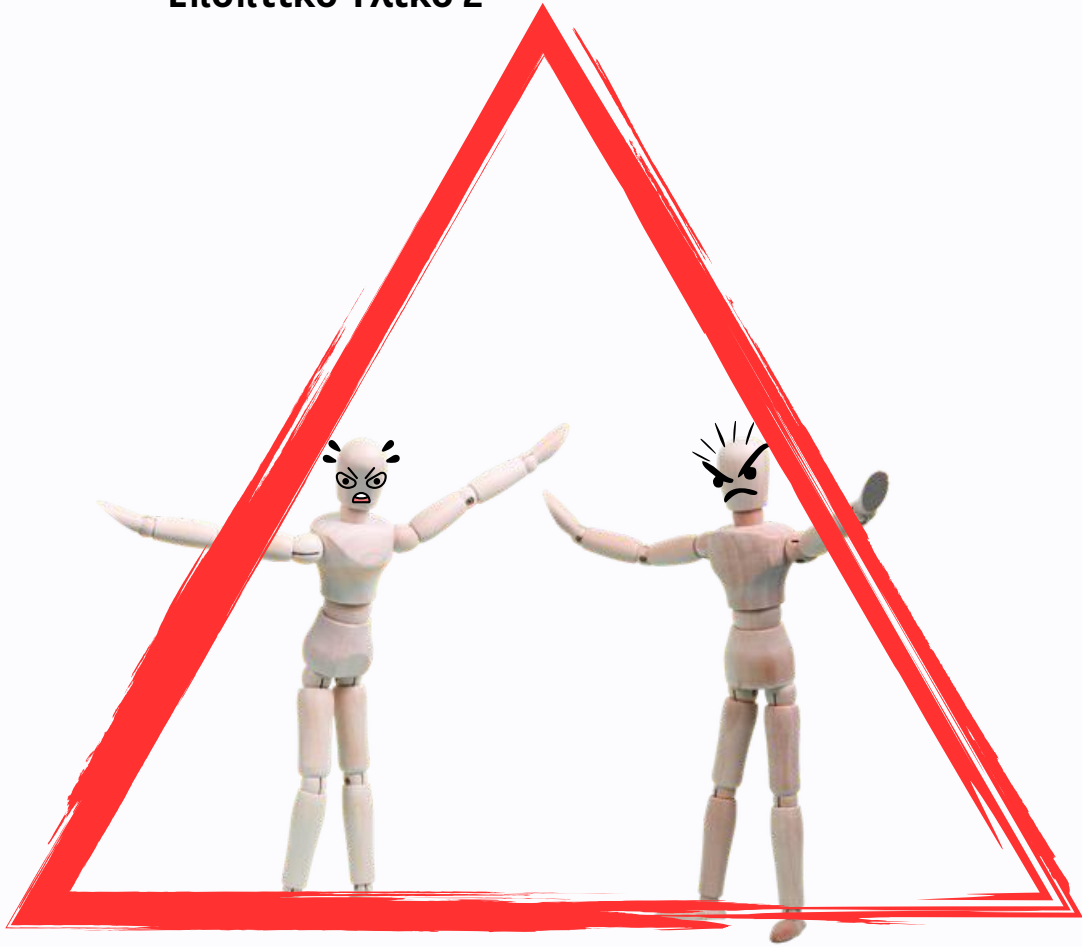
Εποπτικό Υλικό 2



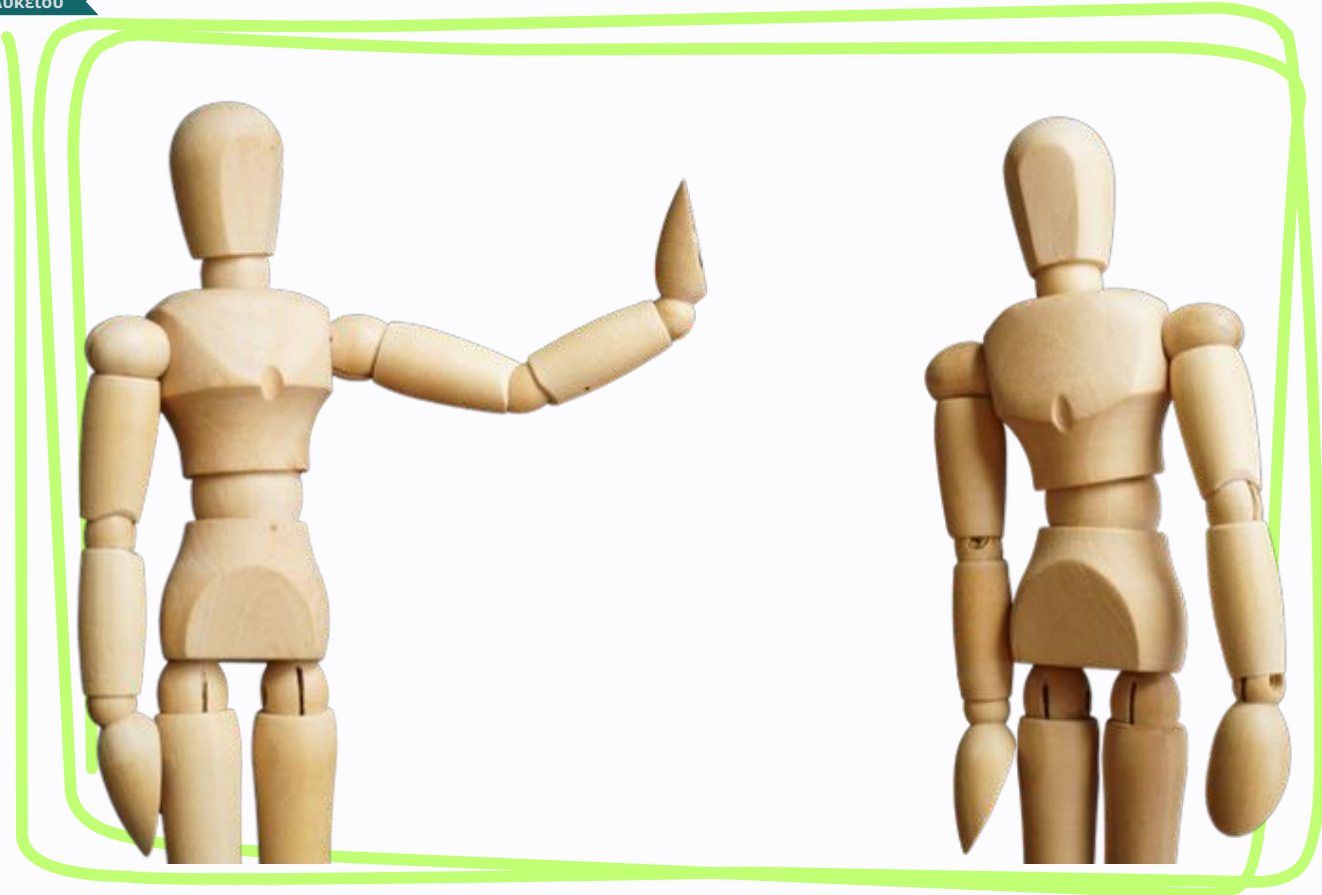
Α' Λυκείου

Εποπτικό Υλικό 2

Α' Λυκείου



Α' Λυκείου



1.3 Να αναλύουν την επίδραση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στις σχέσεις και τη σεξουαλική συμπεριφορά των εφήβων

- Διασαφήνιση φαινομένου Sexting: έννοια, νομικό πλαίσιο, συνέπειες
- Αναγνώριση της σημασίας πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου Sexting
 - Συναίνεση στη διαδικτυακή επικοινωνία
- Χρήση των ΜΚΔ με ασφάλεια, νομιμότητα και σεβασμό



ΣΤΑΔΙΟ Β΄: ΚΡΙΤΙΚΗ ΘΕΩΡΗΣΗ

Οι μαθητές/μαθήτριες χωρισμένοι σε τρεις (3) ομάδες θα πρέπει να μελετήσουν τρία (3) διαφορετικά σενάρια σχέσεων. Ο χωρισμός των ομάδων γίνεται με τον εξής τρόπο. Δίνεται σε κάθε μαθητή/μαθήτρια ένας αριθμός από το 1 έως το 3. Όλα τα 1 σχηματίζουν την 1^η ομάδα και δουλεύουν το 1^ο σενάριο κ.ο.κ.

Έπειτα, θα πρέπει να χαρακτηρίσουν τη συμπεριφορά (παθητική/ επιθετική/ διεκδικητική), να καταγράψουν πέντε (5) χαρακτηριστικά αυτής της συμπεριφοράς και να απαντήσουν στις ερωτήσεις του αντίστοιχου φύλλου εργασίας (Εποπτικό Υλικό 3) (2^ο Παραδοτέο).



Μετά την επεξεργασία των σεναρίων από τους/τις μαθητές/μαθήτριες, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει τα τρία (3) βήματα της διεκδικητικής συμπεριφοράς. Συγκεκριμένα, χρησιμοποιώντας το 2^ο Σενάριο παρουσιάζονται τα βήματα της διεκδικητικής συμπεριφοράς. (διαφάνεια 9)

1. Περιγραφή: «Θέλεις να συζητήσουμε το θέμα της σεξουαλικής επαφής;».
2. Έκφραση συναισθημάτων: «Δεν νιώθω έτοιμος/η για να προχωρήσω σε αυτό το στάδιο» (χρήση α΄ ενικού προσώπου).
3. Συγκεκριμενοποίηση: «Πραγματικά πιστεύω πως δεν είμαστε έτοιμοι για να προχωρήσουμε».

Τέλος, βάσει του προτύπου/μοντέλου διεκδικητικότητας που παρουσιάστηκε παραπάνω, οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να μετατρέψουν τα άλλα δύο σενάρια σε διεκδικητική συμπεριφορά. Οι μαθητές/μαθήτριες παρουσιάζουν στην ολομέλεια τα αποτελέσματα της εργασίας τους.

Εποπτικό Υλικό 3



Α' Λυκείου

Σενάριο 1: Μαρία - Νεόφυτος

Η Μαρία είναι στο σπίτι του συντρόφου της και χαλαρώνουν βλέποντας μια ωραία ταινία και πίνοντας κρασάκι. Αναπτύσσεται μεταξύ τους σωματική και συναισθηματική έλξη. Το αγόρι της Μαρίας, ο Νεόφυτος, επιθυμεί να προχωρήσουν σε σεξουαλική επαφή. Η Μαρία αισθάνεται ότι δεν είναι έτοιμη σωματικά και ψυχικά και δεν θέλει να συνεχίσει, εντούτοις δεν λέει κάτι στον Νεόφυτο. Νιώθει ότι δεν μπορεί και δεν πρέπει να πει ΟΧΙ στις ανάγκες του φίλου της. Θεωρεί ότι με το να βάλει τα όριά της θα τον απομακρύνει. Πιστεύει ότι ο φίλος της είναι πιο σημαντικός από την ίδια. Με χαμηλή φωνή και με βλέμμα κατεβασμένο του ζητάει συγγνώμη, γιατί θεωρεί ότι αυτή φταίει που ο Νεόφυτος της ζήτησε να προχωρήσουν. Τελικά, υποκύπτει στις απαιτήσεις του Νεόφυτου γεμάτη τύψεις, ενοχές και χωρίς θέληση.

**Σενάριο 3: Ιωάννα και Μάριος**

Η Ιωάννα μιλάει με τον Μάριο στο διαδίκτυο εδώ και κάποιο καιρό. Νιώθουν όμορφα μεταξύ τους και φαίνεται να υπάρχει κατανόηση και εμπιστοσύνη. Η Ιωάννα ζητάει από τον Μάριο να της στείλει μια γυμνή φωτογραφία του για να της αποδείξει ότι πράγματι μπορεί να την εμπιστευτεί. Αυτός δεν θέλει να το κάνει αλλά από την άλλη δεν θέλει να νομίζει ότι δεν νοιάζεται για αυτήν ή ότι νιώθει άσχημα για το κορμί του. Η Ιωάννα, μάλιστα του έστειλε θυμωμένες φασούλες επειδή δεν ανταποκρίθηκε αμέσως στο αίτημά της για τις φωτογραφίες. Επιπλέον, μεταξύ σοβαρού και αστείου τού είπε ότι έχει 3 ημέρες να το σκεφτεί και να της στείλει τη φωτογραφία. Η ίδια αναρωτιέται «Πώς μπορεί να μου λέει ΟΧΙ!; Δεν μπορεί να καταλάβει ότι αυτό θέλω! Είναι απαράδεκτος! Με κάνει να τον παρακαλάω, είναι δυνατόν; Δεν ζήτησα να κάνει κάτι ακραίο. Έχω κάθε δικαίωμα να δω το σώμα του. Τόσο καιρό μιλάμε και άλλωστε στην αγάπη μας και τη σχέση μας δε θα πρέπει να υπάρχουν όρια». Τελικά, ο Μάριος παραμένει προβληματισμένος και δεν έστειλε στην Ιωάννα κάποια φωτογραφία.

Α' Λυκείου



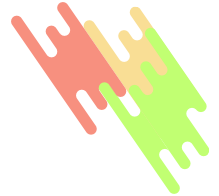
Α' Λυκείου

Σενάριο 2: Κωνσταντίνος - Λυδία

Αρκετοί φίλοι του Κωνσταντίνου έχουν προχωρήσει σε σεξουαλική επαφή με τις συντρόφους τους. Ο ίδιος δεν είναι έτοιμος ακόμη, νιώθει, όμως, πως πρέπει να προχωρήσει κι αυτός ώστε να μην τον κοροϊδεύουν οι φίλοι του. Αποφασισμένος να πείσει τη σύντροφό του, Λυδία, τής ζητάει να του κάνει το χατίρι καθώς αρκετοί φίλοι τους έχουν προχωρήσει. Η Λυδία προσπαθεί να του εξηγήσει τις δικές της ανάγκες και θέτει τα όριά της. Τού εξηγεί ότι αυτή η πίεση τής δημιουργεί αρνητικά συναισθήματα για τον ίδιο και τη σχέση τους και αυτό δεν της αρέσει. Ακούει προσεκτικά τα επιχειρήματα του Κωνσταντίνου. Έπειτα, τού θυμίζει τα θεμέλια που έχουν χτίσει τη δική τους σχέση. Τέλος, τού ζητά να αποφασίσει αν θα σεβαστεί τη σχέση τους ή θα υποκύψει στην πίεση των φίλων του, προσβάλλοντας έτσι και την ίδια και τον εαυτό του.

Α' Λυκείου

Τύπος Συμπεριφοράς



1. «Ο Τύπος συμπεριφοράς» που παρουσιάζεται στο σενάριο χαρακτηρίζεται ως:



«παθητική / επιθετική / διεκδικητική».

2. Τα **χαρακτηριστικά** που παρουσιάζει ο συγκεκριμένος τύπος συμπεριφοράς είναι:



i. _____

ii. _____

iii. _____



3. Πιστεύετε ότι με αυτή τη συμπεριφορά:

Δηλώσεις	ΝΑΙ	ΟΧΙ
1. Σέβεται τον εαυτό της;		
2. Σέβεται τον σύντροφό της;		
3. Σέβεται τον εαυτό του;		
4. Σέβεται τη σύντροφό του;		
5. Νιώθει ο ίδιος ασφάλεια;		
6. Νιώθει η ίδια ασφάλεια;		
7. Δημιουργεί ασφάλεια στον/στη σύντροφό του/της;		
8. Η σχέση των δύο εφήβων μπορεί να χαρακτηριστεί ΥΓΙΗΣ;		
9. Θα έπρεπε να μιλήσει διαφορετικά στον/στη σύντροφό του/της;		
10. Εάν ναι, με ποιον τρόπο θα έπρεπε να μιλήσει;		
11. Εάν όχι, γιατί;		

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Έννοια της Συναίνεσης

10'

1.5 Να συμπεραίνουν τη σημασία της συναίνεσης στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών ρομαντικών/ερωτικών σχέσεων

- Διασαφήνιση έννοιας συναίνεση: «δίνω», «αρνούμαι», «ζητώ»
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της συναίνεσης
 - Αναγνώριση χαρακτηριστικών συναίνεσης
 - Ερμηνεία παραγόντων που επηρεάζουν τη συναίνεση: εικόνα σώματος, αυτογνωσία- αυτοεκτίμηση, αξίες, έμφυλα στερεότυπα, συνομήλικοι/φίλοι, μέσα μαζικής ενημέρωσης, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλκοόλ και άλλες ουσίες
 - Σωματική αυτονομία και αυτενέργεια
 - Διαδικασία λήψης απόφασης
 - Σχέση αποτελεσματικής επικοινωνίας και συναίνεσης
 - Συνέπειες για τον εαυτό και το άλλο άτομο

Με αφορμή τη διεκδικητική συμπεριφορά, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει το κομμάτι της **ΣΥΝΑΙΝΕΣΗΣ**.

Τους/τις ζητείται, αρχικά, να πουν τι πιστεύουν ότι είναι η «συναίνεση». Στη συνέχεια, τους δίνονται τα τρία (3) αρχικά σενάρια και δουλεύουν στις ομάδες τους.

Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτάει αν **υπάρχει/δίνεται η συναίνεση** στα συγκεκριμένα σενάρια.



Έπειτα, με βάση το σενάριο που έχουν μπροστά τους, κυκλώνουν ποιοι από τους παράγοντες που επηρεάζουν την παροχή ή την άρνηση της συναίνεσης υπάρχουν στο σενάριο που έχουν μπροστά τους. Στη συνέχεια, καλούμε τους/τις μαθητές/μαθήτριες να καταγράψουν ποιες θα είναι οι συνέπειες (στις διαστάσεις του εαυτού) για τα δύο άτομα του σεναρίου, ανάλογα με την απόφαση που πήραν. Κάθε ομάδα παρουσιάζει το αποτέλεσμα από το φύλλο εργασίας τους στην ολομέλεια (διαφάνεια 10) (3^ο Παραδοτέο).

Εποπτικό Υλικό 4



Στο τέλος, ο/η εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει ρωτώντας:

«Αν υπήρξε μία φορά συναίνεση για σεξουαλική δραστηριότητα, σημαίνει ότι υπάρχει πάντα συναίνεση και για τις επόμενες περιπτώσεις;

Αν είναι εντάξει και υπάρχει συναίνεση για μια δραστηριότητα π.χ. αγκαλιά ή για φιλιά, σημαίνει ότι ισχύει η συναίνεση για όλες τις άλλες δραστηριότητες (π.χ. σεξουαλική επαφή);

Ένα βασικό μέρος του ορισμού της σεξουαλικής παρενόχλησης/ σεξουαλικής κακοποίησης είναι η λέξη ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΗ. Οι άνθρωποι έχουν το δικαίωμα να λένε ΟΧΙ σε οποιαδήποτε σωματική ή/ και σεξουαλική δραστηριότητα.

Όταν κάποιος λέει όχι, είναι ευθύνη του άλλου ατόμου να σεβαστεί το ΟΧΙ και να ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΙ αυτό που επιθυμεί ή αυτό που είχε στο μυαλό του να κάνει. Με άλλα λόγια, αν δεν υπάρχει συναίνεση για τη δραστηριότητα, αυτή ΔΕΝ πρέπει να συμβεί».

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Καρουζέλ



1.5 Να συμπεραίνουν τη σημασία της συναίνεσης στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών ρομαντικών/ερωτικών σχέσεων

- Διασαφήνιση έννοιας συναίνεση: «δίνω», «αρνούμαι», «ζητώ»
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της συναίνεσης ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

Για να ελεγχθεί εάν τα παραπάνω έγιναν αντιληπτά, σαφή και κατανοητά από όλους/όλες, ο/η εκπαιδευτικός τους/τις καλεί να παίξουν ένα τελευταίο παιχνίδι.

Μέσα στην τάξη έχουν δημιουργηθεί τρία (3) διαφορετικά κέντρα. Σε κάθε ένα από αυτά υπάρχει ένα διαφορετικό σενάριο. Οι μαθητές/μαθήτριες, χωρισμένοι σε τρεις (3) ομάδες, διαβάζουν το σενάριο και συζητούν το ερώτημα που έχει το καθένα για δύο λεπτά (2'). Καταγράφουν την απάντησή τους και κάθε φορά που ο/η εκπαιδευτικός λέει «ΑΛΛΑΓΗ», οι ομάδες κινούνται στο επόμενο κέντρο και δουλεύουν το αντίστοιχο σενάριο συμπληρώνοντας το αντίστοιχο φύλλο εργασίας (Εποπτικό Υλικό 5).

Μόλις περάσουν όλες οι ομάδες από τα τρία (3) κέντρα, επιστρέφουμε στην ολομέλεια και ακολουθεί κατευθυνόμενη συζήτηση με βάση τις απαντήσεις τους.

Ενδεικτικές ερωτήσεις συζήτησης στην ολομέλεια:

- **Υπάρχει κάτι που να σας προβλημάτισε;**
- **Τι κοινό είχαν όλα τα σενάρια;** *Αναμενόμενη Απάντηση: Απουσία Συναίνεσης*
- **Τι διαφορετικό θα μπορούσαν να κάνουν τα άτομα στα σενάρια;**
- **Ποιες συνέπειες έχουν οι αποφάσεις τους;**

Εποπτικό Υλικό 5

1^ο ΣΕΝΑΡΙΟ:**Σεξουαλική επαφή – Μέτρα προφύλαξης**

Ο Χ. και η Α. έχουν αμοιβαία αποκλειστική σχέση τους τελευταίους έξι (6) μήνες. Ο Χ. επιμένει να μην λαμβάνουν τα απαιτούμενα μέτρα σεξουαλικής προστασίας. Η Α. πιέζεται και δεν θέλει να έρχονται σε σεξουαλική επαφή χωρίς μέτρα προφύλαξης.

Τι συμβουλεύετε την Α. να κάνει;

A' Λυκείου

2^ο ΣΕΝΑΡΙΟ:**Αποστολή και επίδειξη/διακίνηση φωτογραφίας**

Ο Λ. και η Μ. είναι μαθητές Γ' Λυκείου. Είναι μαζί από την Α' Λυκείου. Ο Λ. έστειλε φωτογραφία του μέσα από το ντουζ στη Μ. Η Μ. έδειξε τη φωτογραφία στις φίλες της, χωρίς την άδειά του.

Τι συμβουλεύετε τον Λ. να κάνει;

A' Λυκείου

3^ο ΣΕΝΑΡΙΟ:**Σεξουαλική Συμπεριφορά σε δημόσιο χώρο**

Η Τ., μαθήτρια Α' Λυκείου, και ο Σ., μαθητής Β' Λυκείου, πάνε στο ίδιο σχολείο. Έχουν σχέση 3 μήνες. Ο Σ. αγγίζει και φιλάει προκλητικά την Τ. στην αυλή του σχολείου. Η Τ. αισθάνεται άβολα.

Τι συμβουλεύετε την Τ. να κάνει;

A' Λυκείου

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 5

Να γράψετε ως ομάδα σε κάθε σενάριο τι θα συμβουλευάτε τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια να κάνει.



1^ο ΣΕΝΑΡΙΟ:
"Σεξουαλική επαφή - Μέτρα προφύλαξης"

Τι συμβουλευάτε την Α. να κάνει;



2^ο ΣΕΝΑΡΙΟ:
"Αποστολή και επίδειξη/ διακίνηση φωτογραφίας"

Τι συμβουλευάτε τον Λ. να κάνει;



3^ο ΣΕΝΑΡΙΟ:
"Σεξουαλική συμπεριφορά σε δημόσιο χώρο"

Τι συμβουλευάτε την Τ. να κάνει;



Α΄ Λυκείου



Ο/Η εκπαιδευτικός ολοκληρώνει την 1^η Δ.Π. με το ερώτημα:

«Ποιος είναι, λοιπόν, ο μόνος τρόπος για να βεβαιωθούμε ότι αυτό που κάνουμε είναι συναινετικό; (διαφάνεια 11).

Ρωτάμε!

Θυμόμαστε πάντα ότι το ΟΧΙ σημαίνει ΟΧΙ.

Ίσως το θεωρήσετε υπερβολικό να ζητήσετε από τον/την σύντροφό σας να τον/την αγκαλιάσετε κ.λπ. Έχετε κατά νου, δεν σημαίνει ότι, επειδή δέχθηκε χθες μια αγκαλιά, συναινεί και για σήμερα. Δεν σημαίνει ότι επειδή δέχτηκε την αγκαλιά στο σπίτι είναι εντάξει να δεχτεί αγκαλιά δημόσια στο σχολείο κ.λπ. Πάντα ρωτάμε και σεβόμαστε την απάντηση που θα λάβουμε. Άλλωστε, το να ρωτήσω τον/την άλλο/άλλη για μια ενέργειά μου που τον/την αφορά, δείχνει σεβασμό στο άτομο και στα όριά του.

Θυμηθείτε, η ενσυναίσθηση, ο σεβασμός και η επικοινωνία είναι απαραίτητα στοιχεία των υγιών σχέσεων». Παράλληλα δείχνει και τα αντίστοιχα κομμάτια από το παζλ.



Ξεκαθαρίζεται η σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας (λεκτικής και μη) στη μετάδοση και αποκωδικοποίηση του μηνύματος (συναίνεσης ή μη) (διαφάνεια 12).

Σημείωση


Εναλλακτικά, συστήνεται η συγκεκριμένη δραστηριότητα να πραγματοποιηθεί κατά την ανακεφαλαίωση.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Καλός - Κακός Ακροατής



1.4 Να συμπεραίνουν τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών διαπροσωπικών σχέσεων

- Διάκριση μορφών επικοινωνίας (Λεκτική – Μη Λεκτική)
- Αξιολόγηση παραδειγμάτων επικοινωνίας στις διαπροσωπικές σχέσεις
- Εφαρμογή δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας
 - Μετάδοση μηνύματος με σαφή και ξεκάθαρο τρόπο
 - Ενεργητική ακρόαση
 - Ενσυναίσθηση
 - Διεκδικητική συμπεριφορά
- Αναγνώριση εμποδίων αποτελεσματικής επικοινωνίας (π.χ. ρόλοι και προσδοκίες των φύλων, παθητική/επιθετική συμπεριφορά)
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία της αποτελεσματικής επικοινωνίας ως παράγοντα δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

Ο/Η εκπαιδευτικός κρατώντας και δείχνοντας το τελευταίο κομμάτι του παζλ αναφέρει:  «**Ας πάρουμε τα πράγματα από την αρχή! Μιλήσαμε για επικοινωνία. Αποτελεσματική επικοινωνία θα προσθέσω εγώ, που είναι και το τελευταίο μας κομμάτι για την ολοκλήρωση του παζλ.**»



Ο/Η εκπαιδευτικός αναφέρει ότι:

«**Το ένα κομμάτι της συναίνεσης έχει να κάνει με τον καθορισμό των ορίων (έγινε ήδη) και το δεύτερο κομμάτι της με την αποτελεσματική επικοινωνία (θα γίνει τώρα). Δηλαδή, δεν αρκεί να καθορίζουμε τα όρια μας, χρειάζεται να τα επικοινωνούμε αποτελεσματικά (λεκτικά και μη λεκτικά) από την πλευρά μας (βλπ δραστηριότητα με σκίσιμο κόλλας). Από την άλλη πλευρά, είναι εξίσου σημαντικό, να αποκωδικοποιούμε τα όρια του άλλου (να είμαι καλός ακροατής) (διαφάνεια 12).**»

Πάμε λίγο να δούμε πόσο εύκολο είναι να έχουμε αποτελεσματική επικοινωνία. Θα παρακολουθήσουμε πώς λειτουργεί η επικοινωνία ανάμεσα σε εμένα και ένα/μία εθελοντή/εθελόντρια από εσάς, που θα παίξουμε ένα παιχνίδι. Το παιχνίδι θα εξελιχθεί σε δύο φάσεις. Από τον/την εθελοντή/εθελόντρια θέλω να μου περιγράψει αυτό που θα του ζητήσω και από τους/τις υπόλοιπους/υπόλοιπες να παρακολουθήσετε τη συνομιλία μας».



Οδηγίες:



Ο/Η εθελοντής/εθελόντρια περιγράφει **τι μάθημα είχε την προηγούμενη ώρα και πώς κύλησε.**

Ο/Η εκπαιδευτικός, αρχικά, υποδύεται τον ρόλο του **κακού ακροατή.**

Αφήνει τον/την εθελοντή/εθελόντρια να μιλήσει για 1-2 λεπτά και στη συνέχεια ρωτά την ολομέλεια:

- **Θα με χαρακτηρίζατε ως καλό/καλή ή ως κακό/κακή ακροατή/ακροάτρια;** (αναμενόμενη απάντηση: κακός/κακή ακροατής/ακροάτρια)

- **Γιατί; Τι έκανα και με χαρακτηρίζετε με τον συγκεκριμένο τρόπο;** (θα πρέπει να αναφερθούν τα χαρακτηριστικά του «κακού ακροατή»)

Χαρακτηριστικά κακού ακροατή



- δεν προσέχει όταν μιλά ο/η άλλος/άλλη
- δεν έχει οπτική επαφή
- διακόπτει και προβάλλει τον εαυτό του
- αξιολογεί και κρίνει
- δίνει έτοιμες λύσεις και καταλογίζει ευθύνες
- απειλεί ή διατάζει
- ειρωνεύεται και εξευτελίζει
- ρωτά συνεχώς και φέρνει σε δύσκολη θέση τον/τη συνομιλητή/συνομιλήτρια.

Χαρακτηριστικά καλού ακροατή



- έχει οπτική επαφή
- δίνει ευκαιρία στον/στη συνομιλητή/συνομιλήτρια να εκφραστεί χωρίς διακοπές
- ενθαρρύνει με τη γλώσσα του σώματος
- επαναδιατυπώνει και προβληματίζει
- αναγνωρίζει τα συναισθήματα του/της συνομιλητή/συνομιλήτριας του
- συμμερίζεται τα συναισθήματα και τις ανησυχίες του/της συνομιλητή/συνομιλήτριας του
- προσφέρει νέες προοπτικές κατανόησης του προβλήματος

3'

Μόλις ολοκληρωθεί η υπόδυση ρόλων, ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην ολομέλεια και συζητούν με τον/την εθελοντή/εθελόντρια τα παρακάτω:

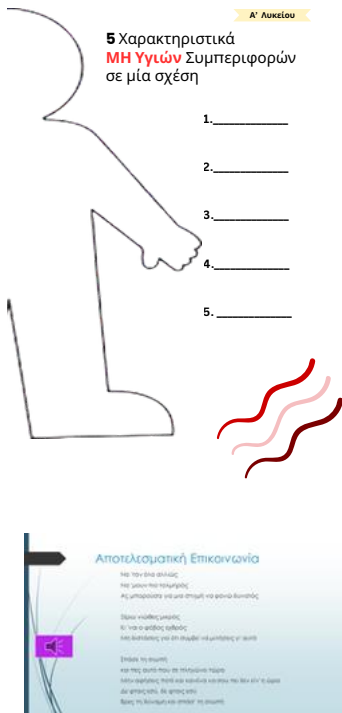
- **Πώς ένιωσες;**
- **Ένιωσες ότι έλαβες κατανόηση και ενσυναίσθηση από εμένα ως συνομιλητή/συνομιλήτρια σου;**
- **Αν ναι, πώς επιτεύχθηκε αυτό; Αν όχι, γιατί;**

Έπειτα, απευθυνόμενος/απευθυνόμενη στην ολομέλεια ρωτά:

- **Πόσο σημαντικό είναι να ακούμε πραγματικά το άλλο άτομο;**
- **Πώς μας βοηθάνε οι δεξιότητες επικοινωνίας στις σχέσεις μας;**
- **Ποιο είναι το πιο βασικό σημείο το οποίο απαιτείται για να διατηρούνται υγιείς οι σχέσεις μας;** (αποτελεσματική επικοινωνία)

Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει:

«Στην περίπτωση που δεν γίνονται κατορθωτά τα πιο πάνω, δηλαδή η μετάδοση του μηνύματος και η ορθή αποκωδικοποίησή του (και από τις δύο πλευρές), το πιο πιθανό είναι ότι θα προκύψει πρόβλημα επικοινωνίας. Η προβληματική επικοινωνία αποτελεί εμπόδιο στη διατήρηση υγιών σχέσεων και είναι χαρακτηριστικό των μη υγιών σχέσεων».



Ο/Η εκπαιδευτικός χρησιμοποιώντας το πόστερ των ΜΗ ΥΓΙΩΝ σχέσεων που δημιούργησαν οι μαθητές/μαθήτριες στο 1^ο Ε.ΣΔ. ρωτάει:

- **Αυτές οι συμπεριφορές εμπριέχουν ή δηλώνουν συναίνεση;**
- **Τι προκαλεί συνήθως την εκδήλωση αυτών των συμπεριφορών; Αναμενόμενη Απάντηση:** ο εγωισμός, τα στερεότυπα, οι προκαταλήψεις, η ανισορροπία δυνάμεων
- **Πού μπορεί να οδηγήσουν όλες αυτές οι συμπεριφορές; Αναμενόμενη Απάντηση:** στη βία, στο χωρισμό
- **Σε περίπτωση που ακουστεί η απάντηση του χωρισμού ρωτάμε, αν είναι εύκολη απόφαση η διάλυση μιας σχέσης και τι είναι αυτό που χρειάζεται κάποιος/-α για να φύγει από μια μη υγιή σχέση. Αν δεν ακουστεί, θέτει ο/η ίδιος/-α ο/η εκπαιδευτικός τον παραπάνω προβληματισμό.**

Έπειτα, καλεί τους/τις μαθητές/-τριες να διαβάσουν τους στίχους από το τραγούδι «Σπάσε τη Σιωπή» (διαφάνεια 13).



Να 'ταν όλα αλλιώς
Να 'μουν πιο τολμηρός
Ας μπορούσα για μια στιγμή
να φανώ δυνατός
Ξέρω νιώθεις μικρός
Κι 'ναι ο φόβος εχθρός
Μη διστάσεις για ότι συμβεί
να μιλήσεις γι' αυτό

Σπάσε τη σιωπή
και πες αυτό που σε πληγώνει τώρα
Μην αφήσεις
ποτέ και κανένα να σου πει
δεν είν' η ώρα
Δε φταις εσύ, δε φταις εσύ
Βρες τη δύναμη και σπάσ' τη σιωπή!

Μόλις τελειώσει το τραγούδι, ο/η εκπαιδευτικός αναρωτιέται (διαφάνεια 14):

«Πώς μπορεί ένα άτομο που έχει πληγωθεί ή έχει υποστεί βία να «βρει τη δύναμη» και να «σπάσει τη σιωπή;»

«Τι θα πρέπει να καλλιεργήσει το ίδιο το άτομο μέσα του, με σκοπό να προστατεύει τον εαυτό του και τον/τη σύντροφό του;» (αυτοεκτίμηση, αυτοσεβασμό και σεβασμό των άλλων)

«Ποιοι μπορούν να τον/την βοηθήσουν;» (φορείς - δομές, έμπιστος ενήλικας)

«Τι θα πρέπει να συμβεί για να ΜΗΝ βιώσει έντονες αρνητικές καταστάσεις ένα άτομο;»



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Νοητή Γραμμή - Στερεότυπα



1.2 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να επιχειρηματολογούν υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία

- Διασαφήνιση βίας: μορφές, κύκλος της βίας, αίτια, σημάδια και συνέπειες
 - Ηλεκτρονική βία - sexting
- Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού
 - Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων
 - Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφαση
 - Ασφαλείς ενέργειες σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας
- Τεκμηριωμένη διατύπωση απόψεων υπέρ της μηδενικής ανοχής στη βία

Επικοινωνία - Στερεότυπα - Αποδοχή

1. Ο καθορισμός Ορίων είναι επιβεβλητός.
2. Ο καθορισμός Ορίων είναι ευαίσθητος.
3. Ο καθορισμός Ορίων θα απωθήσει τα άλλα άτομα μακριά.
4. Η αγάπη έχει όρια.
5. Όταν ένα κορίτσι αρνείται να κάνει σεξ με ένα αγόρι με το οποίο φλερτάρει, απλώς «κάνει τη δύσκολη».
6. Όταν ένα αγόρι χαϊδεύει ένα κορίτσι κι εκείνη λέει «όχι», συνήθως εννοεί «ναι».
7. Η ζήλεια είναι ένδειξη αγάπης.
8. Είναι αποδεκτό ένα αγόρι να πιέζει το κορίτσι του να έλθουν σε σεξουαλική επαφή.

Επικοινωνία - Στερεότυπα - Αποδοχή

1. Ορισμένες φορές τα κορίτσια προκαλούν τη σεξουαλική βία με τον τρόπο που κινούνται ή συμπεριφέρονται.
2. Θύματα βίας είναι, συνήθως, τα άτομα με αδύναμο χαρακτήρα.
3. Θύματα βίας είναι, συνήθως, τα άτομα που έχουν μεγάλο μορφωτικό επίπεδο.
4. Η σωματική κακοποίηση είναι πιο σοβαρή από τη λεκτική.
5. Οι βίαιες άνθρωποι είναι άτομα που δεν μπορούν να ελέγξουν το θυμό τους.
6. Οι άνθρωποι που υφίστανται διαρκή κακοποίηση και δεν το καταγγέλλουν, μάλλον θέλουν να συνεχιστεί.
7. Προσεγγίζοντας άτομα υφίστανται οποιαδήποτε μορφή βίας οι κοινωνικοί, φιλική ή ρομαντικό/ρωμαντική σχέση μπορεί να το καταγγείλει σύμφωνα με την κυπριακή και ευρωπαϊκή νομοθεσία και μπορεί να προστατευτεί.

Ο/Η εκπαιδευτικός απευθυνόμενος/απευθυνόμενη στα παιδιά λέει:

«Στο προηγούμενο εργαστήριο προσπαθήσαμε να βγάλουμε τον εαυτό μας από το τούνελ και το σκοτάδι των στερεοτύπων. Προσπαθήσαμε να καλλιεργήσουμε τη ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ. Τα καταφέραμε πιστεύετε; Ας παίξουμε πάλι ένα παιχνίδι». (διαφάνειες 15 -16)

Ο/Η εκπαιδευτικός εκφωνεί μία δήλωση και ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες, να σταθούν σε δύο σημεία της αίθουσας. Στο ένα σημείο στέκονται εκείνοι/εκείνες που συμφωνούν και στο άλλο σημείο εκείνοι/εκείνες που διαφωνούν. Η κάθε πλευρά υπερασπίζεται τη θέση της με επιχειρήματα.

Ακούγοντας τα επιχειρήματα της άλλης πλευράς, ο/η κάθε μαθητής/μαθήτρια μπορεί να μετακινηθεί ανάλογα πάνω στη νοητή γραμμή που συνδέει τις δύο πλευρές. Μπορεί δηλαδή, κάποιος/α μαθητής/μαθήτρια να σταθεί και στο μέσο της νοητής γραμμής.

Δηλώσεις:

1. Όταν ένα κορίτσι αρνείται να κάνει σεξ με ένα αγόρι με το οποίο φλερτάρει, απλώς «κάνει τη δύσκολη».
2. Όταν ένα αγόρι χαϊδεύει ένα κορίτσι κι εκείνη λέει «όχι», συνήθως εννοεί «ναι».
3. Θύματα βίας είναι, συνήθως, τα άτομα με αδύναμο χαρακτήρα.
4. Η σωματική κακοποίηση είναι πιο σοβαρή από τη λεκτική.
5. Οι άνθρωποι που υφίστανται διαρκή κακοποίηση και δεν το καταγγέλλουν, μάλλον θέλουν να συνεχιστεί.
6. Το κακόβουλο κουτσομπολιό και η διάδοση αρνητικών φημών στον χώρο του σχολείου ή/και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι μορφές βίας.

Σημείωση

Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει:
«Είναι δύσκολο να καταρρίψουμε τα στερεότυπα μας από τη μια μέρα στην άλλη. Χρειάζεται θέληση, προσπάθεια και δουλειά. Δουλειά με τον εαυτό μου (διαστάσεις) αλλά και τον τρόπο που επικοινωνώ με τους γύρω μας».

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Δικαιώματα - Νομοθεσία



3.1 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

- Διασαφήνιση έννοιας σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
- Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
 - Ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες)
 - Κοινωνικοί παράγοντες
 - Νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα κατά της Βίας, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα έκφρασης
- Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας



«Το επόμενο πάνω στο οποίο προβληματιστήκαμε αφορούσε τη «στήριξη», ποιοι είναι αυτοί που μπορούν να βοηθήσουν κάποιον/κάποια που είτε απομονώνεται, είτε εκφοβίζεται, είτε υφίσταται οποιαδήποτε μορφή βίας».

Στο 1^ο εργαστήριο οι μαθητές/μαθήτριες είχαν πάρει το αντίστοιχο ενημερωτικό δίπτυχο. Ο/Η εκπαιδευτικό υπενθυμίζει το έντυπο που δόθηκε για τα υποστηρικτικά δίκτυα.

Ο/Η εκπαιδευτικός τονίζει την ανάγκη **ΜΗΔΕΝΙΚΗΣ ΑΝΟΧΗΣ σε οποιαδήποτε μορφή βίας**. Οποιαδήποτε μορφή βίας είναι παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και του νόμου. Ο/Η εκπαιδευτικός προβάλλει τη **διαφάνεια 17**, διαβάζει ένα – ένα τα δικαιώματα και ρωτά την ολομέλεια αν συμφωνεί με τη συγκεκριμένη ιεράρχηση των δικαιωμάτων. Αναμένεται να απαντήσουν «Όχι» και ο λόγος είναι ότι το **κάθε άτομο έχει το δικό του αξιακό σύστημα**. Πέρα και πάνω από το αξιακό σύστημα του κάθε ανθρώπου, είναι η υποχρέωση που έχουμε όλοι/όλες απέναντι στο κάθε δικαίωμα. Με άλλα λόγια, για να μπορεί κάποιος άτομο να απολαμβάνει τα δικαιώματά του, εξυπακούεται ότι ταυτόχρονα τηρεί και τις υποχρεώσεις που απορρέουν από κάθε δικαίωμα (**διαφάνειες 17 – 18**).

Έπειτα θέτει τα παρακάτω ερωτήματα:

- **Ανεξαρτήτως προσωπικής ιεράρχησης, είναι όλα εξίσου σημαντικά τα δικαιώματα;**
- **Με ποιον τρόπο διασφαλίζονται;** (νομοθεσία – συμβάσεις)
- **Υπάρχει κάποιος νόμος που να είναι πάνω από κάποιον άλλο νόμο;** (όχι)

«Αυτό συμβαίνει γιατί βασικό μέλημα του νομοθέτη είναι η προστασία και η ασφάλεια του πολίτη. Οπότε πάνω από κάθε πολίτη είναι ο νόμος που του εξασφαλίζει την προστασία και την ασφάλειά του».

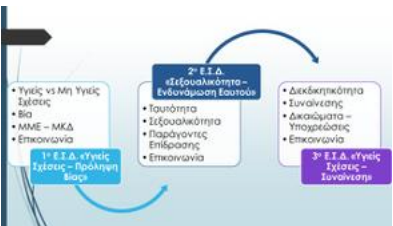
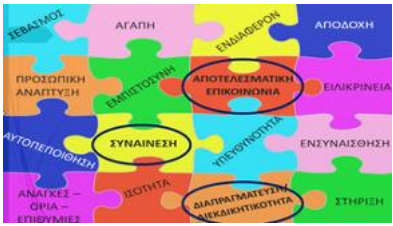
Ακολουθεί προβολή της διαφάνειας 19 και επισημαίνονται κάποιες από τις σχετικές νομοθεσίες. Ο/Η εκπαιδευτικός αναφέρει τις νομοθεσίες σε σχέση με τα ζητήματα Βίας και Διαδικτυακού Εκφοβισμού στην Κύπρο.



- Ο περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας και περί Συναφών Θεμάτων Νόμος του 2021 (115(I)/2021)
- Η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης αποτελεί το πρώτο νομικά δεσμευτικό μέσο διεθνώς και ένα ολοκληρωμένο νομικό πλαίσιο για την πρόληψη όλων των μορφών βίας κατά των γυναικών, την προστασία των θυμάτων έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας, τον τερματισμό της, αλλά και της επιβολής αυστηρών ποινών στους δράστες.
- Σύμβαση Λανζαρότε: Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την Προστασία των Παιδιών ενάντια στη Σεξουαλική Εκμετάλλευση και Σεξουαλική Κακοποίηση
- Ο Περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Σεξουαλικής Κακοποίησης, της Σεξουαλικής Εκμετάλλευσης Παιδιών και της Παιδικής Πορνογραφίας Νόμος του 2014 (91(I)/2014)
- Ο Περί Της Προστασίας Των Φυσικών Προσώπων Έναντι Της Επεξεργασίας Των Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα Και Της Ελεύθερης Κυκλοφορίας Των Δεδομένων Αυτών Νόμος Του 2018 (N. 125(I)/2018)



ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Ατομική Αξιολόγηση



Ανακεφαλαίωση:

Η ανακεφαλαίωση, στο συγκεκριμένο εργαστήριο, γίνεται από το τέλος προς την αρχή ακολουθώντας αντίστροφη πορεία (διαφάνεια 20).

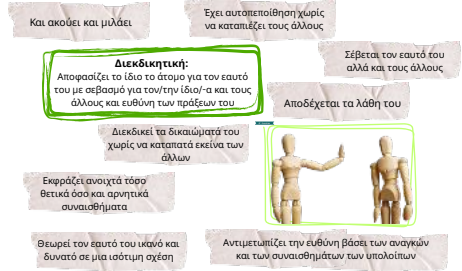
Επικοινωνία: Καλός - Κακός Ακροατής,

Συναίνεση: Παραδοτέο 3, σε αυτό το σημείο προβάλλεται το βίντεο «Το σεξ εν όπως τα σουβλάκια» (διαφάνεια 21)

Διεκδικητική Συμπεριφορά: Παραδοτέο 1, (το καρουζέλ συστήνεται να γίνει σε αυτό το σημείο) (διαφάνεια 22).



Παραδοτέο 3



Παραδοτέο 1

Ανασκόπηση:

Στη συνέχεια, θυμίζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες από πού ξεκίνησαν, πού έφτασαν και ποιος ήταν ο στόχος των τριών συναντήσεων (διαφάνεια 22). Παράλληλα, παρουσιάζει και τα αντίστοιχα παραδοτέα των προηγούμενων δύο (2) εργασιών.

Αξιολόγηση

Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στους/στις μαθητές/μαθήτριες το φύλλο αξιολόγησης του 3^{ου} Ε.Σ.Δ. (διαφάνεια 24) (Εποπτικό Υλικό 6).

Ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες (διαφάνεια 25) και δίνει ραντεβού για την επόμενη χρονιά!

Εποπτικό Υλικό 6

Αξιολόγηση 3^{ου} Εργαστηρίου ΣΔ



Το 3^ο Εργαστήριο για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση μόλις ολοκληρώθηκε. Για να προχωρήσουμε και στα επόμενα, είναι πολύ σημαντικό να συμπληρώσεις το συγκεκριμένο έντυπο.

A) Παρακαλώ απάντησε στις ερωτήσεις που ακολουθούν:

ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ	ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΕ
<hr/>	<hr/>

B) Κύκλωσε ποιο συναίσθημα κυριαρχεί μέσα σου αυτή τη στιγμή, με τη λήξη του εργαστηρίου:



Γ) Βάλε ένα βαθμό από το 1 – 5, βαθμολογώντας το περιεχόμενο του 3^{ου} Εργαστηρίου:

Καθόλου Ενδιαφέρον	Λίγο Ενδιαφέρον	Ικανοποιητικά Ενδιαφέρον	Πολύ Ενδιαφέρον	Εξαιρετικά Ενδιαφέρον
1	2	3	4	5



Β' Μέρος

Σχέδια Μαθήματος Β' Λυκείου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελίδα

Εισαγωγή

89

Αναλυτικό Πρόγραμμα

90

1^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ

97

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος 100

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος 113

2^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ & ΕΜΦΥΛΕΣ
ΣΤΕΡΕΟΤΥΠΙΚΕΣ ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΕΙΣ

125

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος 129

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος 143

3^ο Σχέδιο Μαθήματος:
Οριοθέτηση

157

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος 160

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος 186

Εισαγωγή

Τα Σχέδια Μαθήματος για την υλοποίηση του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ στη Β ' τάξη Λυκείων και ΤΕΣΕΚ απορρέουν από τις Θεματικές Ενότητες του Αναλυτικού Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ. Πρόκειται για τρία (3) σχέδια μαθήματος διάρκειας δύο (2) διδακτικών περιόδων έκαστο, με συγκεκριμένο σκοπό και στόχο. Κάθε σχέδιο μαθήματος ανταποκρίνεται στην κάλυψη συγκεκριμένων δεικτών επιτυχίας και επάρκειας από μια κυρίως θεματική ενότητα και ταυτόχρονα σύνδεσής της με τις άλλες δύο θεματικές.

Στο 1^ο Εργαστήριο γίνεται προσπάθεια ανάπτυξης της ικανότητας των μαθητών/μαθητριών για **λήψη υπεύθυνων αποφάσεων σε θέματα σεξουαλικής συμπεριφοράς**, αναλύοντας τα δεδομένα του εαυτού τους (αυτογνωσία) σε αντιδιαστολή με τις βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες συνέπειες των αποφάσεών τους.

Στο 2^ο Εργαστήριο επιχειρείται να αποδεχτούν οι μαθητές/μαθήτριες τη σημασία της **ενσυναίσθησης** ως βασική δεξιότητα για την πρόληψη και την καταπολέμηση των διακρίσεων, της μισαλλοδοξίας και του ρατσισμού. Ταυτόχρονα, επιδιώκεται ο προβληματισμός και η άσκηση κριτικής στα έμφυλα στερεότυπα και τη βία και προτρέπονται να εισηγηθούν **τρόπους πρόληψης του ρατσισμού** και της βίας μέσα από την προαγωγή και εκδήλωση της ενσυναίσθησης και της κατανόησης των άλλων.

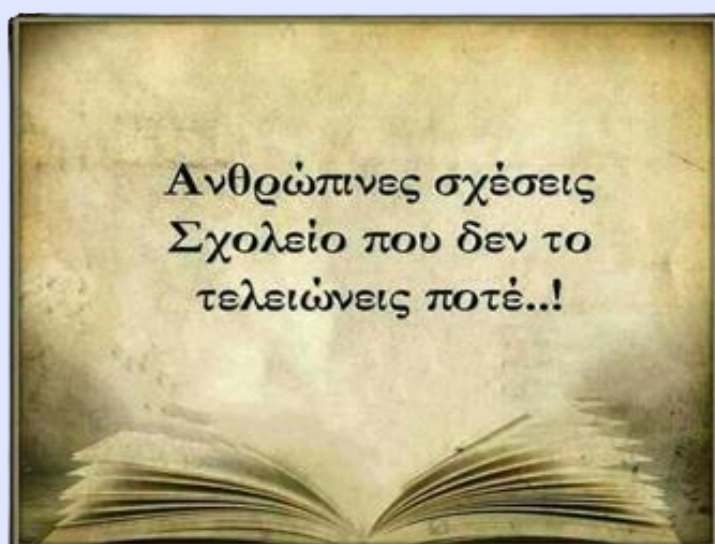
Στο 3^ο Εργαστήριο οι μαθητές/μαθήτριες ασκούνται στη θέσπιση ορίων και αξιολογούν στρατηγικές **οριοθέτησης** του εαυτού και των άλλων, έτσι ώστε να γίνει αποδεκτό ότι η οριοθέτηση, ως βασικό στοιχείο της αυτοεκτίμησης, αποτελεί βασικό παράγοντα για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων.

Αναλυτικό Πρόγραμμα

Δείκτες
Επιτυχίας

Δείκτες
Επάρκειας

Προγράμματος Αγωγής Υγείας –
Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης
(Λύκεια και ΤΕΣΕΚ)



Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας - Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης B ' Λυκείου

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/ Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<p style="text-align: center;">ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας</p>	<p>1.1 Να συμπεραίνουν ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων</p>	<p>1.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Αναγνώριση χαρακτηριστικών ατόμων με υψηλή αυτοεκτίμηση (αισιοδοξία, αποδοχή, συμπερίληψη, διεκδικητικότητα, σεβασμός) - Ανάλυση παραγόντων που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, - ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία) <ul style="list-style-type: none"> • Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της αυτοεκτίμησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων • Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης, ερμηνείας ερεθίσματος και έκφρασης συναισθήματος • Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών (π.χ. δεξιότητες επικοινωνίας, διαδικασία λήψης απόφασης, διεκδικητική συμπεριφορά, οριοθέτηση, αναζήτηση βοήθειας) - Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης των δεξιοτήτων ζωής και του αξιακού συστήματος - Εφαρμογή τρόπων ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης (π.χ. ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής, καλλιέργεια ενσυναίσθησης, δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων)

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
	1.2 Να συμπεραίνουν ότι η οριοθέτηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων	1.2 - Διασαφήνιση έννοιας οριοθέτησης (του εαυτού και των άλλων) - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της οριοθέτησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και οριοθέτησης • Σεβασμός των προσωπικών ορίων του εαυτού και των άλλων • Οφέλη οριοθέτησης - Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης της οριοθέτησης/σεβασμού των ορίων του εαυτού και των άλλων για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων - Εφαρμογή τρόπων καθορισμού προσωπικών ορίων (εαυτός-διαπροσωπικές σχέσεις, χρονική στιγμή, διεκδικητική συμπεριφορά)
	1.3 Να ασκούν κριτική στις έμφυλες στερεοτυπικές αναπαραστάσεις που προβάλλονται στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) και να αναλύουν την επίδρασή τους στη διαμόρφωση προκαταλήψεων και διακρίσεων	1.3 - Αναγνώριση απεικονίσεων και αναπαραστάσεων (εικόνα και λόγος) των ΜΜΕ και ΜΚΔ που προάγουν έμφυλα στερεότυπα, διακρίσεις, σεξιστικές συμπεριφορές, μη συναινετικές αποφάσεις κ.λπ. - Ανάλυση επιπτώσεων προβολής έμφυλων στερεοτύπων, διακρίσεων, σεξιστικών και ρατσιστικών συμπεριφορών <ul style="list-style-type: none"> • διαμόρφωση ταυτότητας • εκδήλωση συμπεριφορών • ποιότητα σχέσεων - Επαγωγικός συλλογισμός για τον ενεργό ρόλο του ατόμου ως προς την αποδόμηση στερεοτύπων <ul style="list-style-type: none"> • Οδηγίες Ευρωπαϊκής Επιτροπής για τις Υπηρεσίες Οπτικοακουστικών Μέσων σε σχέση με την απαγόρευση διακρίσεων και ρητορικής μίσους • Φορείς – Δομές πρόληψης βίας • Συμπεράσματα έκθεσης σχετικά με την εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο στην ΕΕ • Ανάγκη για ενίσχυση του ρόλου του ατόμου

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/ Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	1.4 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να αποδέχονται και να υπερασπίζονται το δικαίωμα όλων των ανθρώπων να είναι απαλλαγμένοι από οποιαδήποτε μορφή βίας, ρατσιστικής ή/ και εκφοβιστικής συμπεριφοράς	1.4 - Διασαφήνιση εννοιών: σεξουαλική κακοποίηση, εκφοβιστική συμπεριφορά - Αναγνώριση της σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά - Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού και των άλλων - Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων - Σημασία εκδήλωσης ενσυναίσθησης - Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφασης σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας - Ασφαλείς ενέργειες - Δεκτικότητα της ανάγκης για στήριξη ατόμων που έχουν υποστεί βία/εκφοβιστική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Ατομική και συλλογική ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, του αυτοσεβασμού και της προσωπικής αυτονομίας και αυτοδιάθεσης

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Β΄ Σεξουαλικότητα και Ενδυνάμωση Εαυτού	2.1 Να αναγνωρίζουν συμπεριφορές που δείχνουν ενσυναίσθηση και να επιχειρηματολογούν υπέρ της εκδήλωσης ενσυναίσθησης	2.1 - Διασαφήνιση έννοιας ενσυναίσθησης - Παραδείγματα και εφαρμογές ενσυναίσθησης - Ανάπτυξη επιχειρημάτων για τη σημασία ενσυναίσθησης στις διαπροσωπικές σχέσεις <ul style="list-style-type: none"> • Ενσυναίσθηση και συμπεριφορά • Ενσυναίσθηση και επικοινωνία • Ενσυναίσθηση και συμπερίληψη – κοινωνική δικαιοσύνη - Δεκτικότητα για τη σημασία των πανανθρώπινων αξιών (σεβασμός, αγάπη, ελευθερία, εντιμότητα, συνεργασία, υπευθυνότητα) - Σεβασμός στη μοναδικότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα
	2.2 Να επιχειρηματολογούν υπέρ της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής	2.2 - Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, διακρίσεις, ρατσισμός, μισαλλοδοξία - Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης. - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία πρόληψης του ρατσισμού <ul style="list-style-type: none"> • Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση ατόμων/ ομάδων, εκδήλωση βίας) • Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού • Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού (κριτική θεώρηση κοινωνικών στερεοτύπων, αποδοχή - σεβασμός - συμπερίληψη, ενσυναίσθηση) • Αντιμετώπιση ρατσιστικών περιστατικών - Καταγγελία - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων <ul style="list-style-type: none"> • Προστασία δικαιωμάτων από τοπικούς, διεθνείς και ευρωπαϊκούς φορείς • Σύνδεση δικαιωμάτων και νομοθεσίας • Σχέση ανάμεσα στα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις - Παραβίαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Επιπτώσεις της παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Σύνδεση προστασίας ανθρωπίνων δικαιωμάτων, αντιμετώπισης κοινωνικών ανισοτήτων και προαγωγής της κοινωνικής συνοχής και της δημόσιας υγείας - Δεκτικότητα για σεβασμό και υπεράσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Γ Αυτογνωσία και Σεξουαλική Συμπεριφορά	3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας	3.1 - Διασαφήνιση έννοιας υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Εκδήλωση ρομαντικής/ερωτικής συμπεριφοράς με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό - Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς • Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά • Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων - Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Σωματική-συναισθηματική-πνευματική ετοιμότητα • Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους - Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Προσωπική ανάπτυξη • Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης • Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ - Διατήρηση υγιών ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων
	3.2 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επιηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία	3.2 - Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες) • κοινωνικοί παράγοντες • νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση, Δικαίωμα στην υγεία, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα στη ζωή, Δικαίωμα στην έκφραση, Δικαίωμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια) - Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

1^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ:
ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΗΣ
«Αυτογνωσία Σεξουαλική
Συμπεριφορά»



1° ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Λήψη Απόφασης

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	Γ. Αυτογνωσία – Σεξουαλική Συμπεριφορά
Διδακτικές Περίοδοι	2

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
<p>3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας</p>	<p>3.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Εκδήλωση ρομαντικής/ερωτικής συμπεριφοράς με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό - Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς • Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά • Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων - Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Σωματική-συναισθηματική-πνευματική ετοιμότητα • Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους - Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Προσωπική ανάπτυξη • Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης • Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ - Διατήρηση υγιών ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων
<p>3.2 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία</p>	<p>3.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες) • κοινωνικοί παράγοντες • νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση, Δικαίωμα στην υγεία, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα στη ζωή, Δικαίωμα στην έκφραση, Δικαίωμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια) - Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναπτύξουν την ικανότητα για λήψη υπεύθυνων αποφάσεων σε θέματα σεξουαλικής συμπεριφοράς, αναλύοντας τα δεδομένα του εαυτού τους (αυτογνωσία) σε αντιδιαστολή με τις βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες συνέπειες των αποφάσεών τους.



Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Μορφές υπεύθυνης συμπεριφοράς
Ενσυναίσθηση
ΣΜΝ



Μέσα Διδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό
μηχάνημα,
πίνακας



Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
συζήτηση,
ενοιολογικός χάρτης,
σενάρια, μελέτη
περίπτωσης

Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αξιολογούν την προσωπική τους ετοιμότητα και τις επιλογές τους σε ό,τι αφορά στη σεξουαλική τους συμπεριφορά, έτσι ώστε να υιοθετούν και να επιδεικνύουν υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά.

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι η σύνδεση των επιλογών και πράξεων της εφηβικής ηλικίας του ατόμου με την ποιότητα του τρόπου ζωής του ως ενήλικας, σε ό,τι αφορά τη σεξουαλική και αναπαραγωγική του υγεία.

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

Πισίνα - Λόγοι και συναισθήματα βουτιάς

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Ετοιμότητα για υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Προϋποθέσεις και Συνέπειες υπεύθυνης σεξουαλικής επαφής

15'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4:

Σημασία Αποχής

5'

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Πρόληψη αρνητικών συνεπειών μη υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς

8'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Αντισύληψη

20'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Ανασκόπηση

8'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ:

Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση

4'

Αφόρμηση – Πρόκληση Ενδιαφέροντος:

10'



Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην τάξη. Στο προβολικό μηχάνημα παίζει το παρακάτω βίντεο των καταδύσεων: Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Καταδύσεων 2021. (διαφάνεια 1)

Μέσα στην αίθουσα, ο/η εκπαιδευτικός έχει φροντίσει για την απαιτούμενη διάταξη των θρανίων και των καρεκλών. Ειδικότερα, για το συγκεκριμένο εργαστήριο χρειάζονται:

(α) οι καρέκλες σε διάταξη κύκλου

(β) τα θρανία στο πίσω μέρος της αίθουσας σε πάγκους

(γ) μία καρέκλα μόνη της στο κέντρο περίπου του κύκλου και γύρω της σχηματισμένο με χαρτοταινία, ένα τετράγωνο μπλε χρώματος.

Μόλις οι μαθητές/μαθήτριες μπουν στην αίθουσα τους/τις υπενθυμίζεται πού βρίσκονται, για ποιον σκοπό, με ποιες θεματικές ασχολήθηκαν πέρυσι και με ποιες θα ασχοληθούν φέτος και ότι η σημερινή συνάντηση αποτελεί το 1^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ (διαφάνειες 2-6). Ειδικότερα, επισημαίνει:

«Βρισκόμαστε στο πρώτο εργαστήριο του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ. Σκοπός των εργαστηρίων είναι αρχικά να μπορέσετε να αντιληφθείτε πώς να αξιοποιήσετε προς όφελός σας τις γνώσεις που ήδη έχετε ή θα αποκτήσετε μέσα από τις συναντήσεις μας, επιδεικνύοντας αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό. Σε δεύτερο επίπεδο, σκοπός των εργαστηρίων είναι τις αξίες που ήδη έχετε να τις ενδυναμώσετε και τελικά μαζί με τις αξίες και τις γνώσεις σας να μπορέσετε να καλλιεργήσετε τις δεξιότητες εκείνες που θα σας βοηθήσουν στην προσωπική σας ανάπτυξη σε όλες τις διαστάσεις του εαυτού καθώς και στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων.

Την προηγούμενη χρονιά ασχοληθήκαμε με τη διάκριση υγιών και μη υγιών συμπεριφορών μέσα στις σχέσεις, με τα έμφυλα στερεότυπα και τη συμπερίληψη και την καλλιέργεια ορισμένων δεξιοτήτων που βοηθούν στη θεμελίωση των υγιών σχέσεων και της συμπερίληψης, δηλαδή, τη διεκδικητική συμπεριφορά, τη συναίνεση και την αποτελεσματική επικοινωνία.

Φέτος, θα ασχοληθούμε με τον τρόπο που επιδεικνύει κάποιο άτομο υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά, με την ενσυναίσθηση και τη σημασία της στην προσπάθεια αποδόμησης στερεοτύπων και με την καλλιέργεια της οριοθέτησης».

Ο/Η εκπαιδευτικός έχει φροντίσει να είναι αναρτημένα τα πόστερ των εργαστηρίων της προηγούμενης χρονιάς.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Πισίνα: Λόγοι και Συναισθήματα βουτιάς

10'

3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά
 - Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων



Ο/Η εκπαιδευτικός με αφορμή το βιντεάκι των καταδύσεων που προβάλλονταν την ώρα που εισέρχονταν οι μαθητές/μαθήτριες στην τάξη, τους/τις ρωτάει κατά πόσο θα ήθελαν να κάνουν βουτιά από βαθύρα πισίνας και παρουσιάζει μια εικόνα καταδύσεων (διαφάνεια 7).

Ζητείται από τους/τις μαθητές/μαθήτριες να αναφέρουν τους λόγους που θα ήθελαν να κάνουν βουτιά από βαθύρα και τα συναισθήματα που θα βιώσουν πέφτοντας στο νερό. Ο/Η εκπαιδευτικός καταγράφει τις απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών σε ένα δίστηλο στον πίνακα (Παραδοτέο 1).

Εναλλακτικά, ο/η εκπαιδευτικός, αφήνει στο πάτωμα δύο ομαδικά φύλλα εργασίας που αφορούν στους λόγους και στα συναισθήματα της βουτιάς από ψηλά. Καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες, λοιπόν, να σημειώσουν με μαρκαδόρο μέχρι δύο (2) λόγους που θα ήθελαν να κάνουν τη βουτιά καθώς και το πρώτο συναίσθημα που πιστεύουν ότι θα νιώσουν πέφτοντας στο νερό (Εποπτικό Υλικό 1).



Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες βλέποντας την εικόνα του βαθύρα, να απαντήσουν προφορικά στα ερωτήματα που είναι μέσα στο πλαίσιο (διαφάνεια 8):

«Μπορείς να σταματήσεις την εμπειρία της βουτιάς, καθώς ανεβαίνεις τα σκαλιά;»

«Μπορείς να σταματήσεις τον εαυτό σου πριν τη βουτιά;»

«Σε ποιο σημείο δεν μπορείς να σταματήσεις τη βουτιά;»

Σημειώνεται ότι τα συγκεκριμένα ερωτήματα λειτουργούν ως ρητορικά και στόχο έχουν να προβληματίσουν τους/τις μαθητές/μαθήτριες, να κάνουν ένα βήμα πίσω για να σκεφτούν και να πάρουν αποφάσεις.

Εποπτικό Υλικό 1

Για ποιους ΛΟΓΟΥΣ ήθελα/θέλω/θα ήθελα να κάνω τη βουτιά;

- Μίμηση
- Πίεση φίλων
- Περιέργεια
- Ζήλεια
- Εγωισμός
- Ενθουσιασμός
- Ετοιμότητα
- Πραγματική επιθυμία
- Άλλο...

Ποια ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ μου προκάλεσε/πιστεύω ότι θα μου προκαλέσει η βουτιά;

- Πόνος
- Ζάλη
- Κλάμα
- Θυμός
- Μεταμέλεια
- Ενθουσιασμός
- Απόλαυση
- Ενίσχυση Αυτοπεποίθησης
- Άλλο...



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Ετοιμότητα για υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά

3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

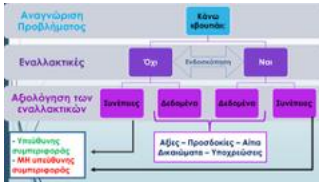
- Διασαφήνιση έννοιας υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Εκδήλωση ρομαντικής/ερωτικής συμπεριφοράς
 - με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό
- Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά
 - Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων
- Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Σωματική-συναισθηματική-πνευματική ετοιμότητα
 - Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους
- Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Προσωπική ανάπτυξη
 - Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης
 - Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ
- Διατήρηση υγιών ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων

Ο/Η εκπαιδευτικός προχωράει σε κατευθυνόμενη συζήτηση, υποβάλλοντας στους/στις μαθητές/μαθήτριες τις πιο κάτω ερωτήσεις:

- **Πώς σχετίζονται οι απαντήσεις που δώσατε τόσο για τους λόγους που σας ώθησαν να βουτήξετε στην πισίνα όσο και για τα συναισθήματα που προκλήθηκαν εξαιτίας αυτής της πράξης, με την πρώτη σεξουαλική επαφή κάποιου ατόμου;**
- **Εντοπίζετε ομοιότητες στους λόγους που ένα άτομο θα ήθελε να κάνει άλμα από βατήρα με τους λόγους για τους οποίους κάποιο άτομο επιθυμεί να έλθει σε σεξουαλική επαφή;**
- **Εντοπίζετε ομοιότητες στα συναισθήματα που πιθανόν να προκληθούν εξαιτίας του άλματος από βατήρα, με τα συναισθήματα που μπορεί να προκαλέσει η πρώτη σεξουαλική επαφή σε κάποιο άτομο;**

Ο/Η εκπαιδευτικός αναφέρει ότι:

«**Η σεξουαλική επαφή, ειδικότερα κατά την εφηβική ηλικία, μοιάζει με τη βουτιά από βατήρα (Διαδικασία λήψης απόφασης).** Όταν ένα άτομο βρίσκεται στην άκρη του βατήρα πρέπει να πάρει μία απόφαση μεταξύ των δύο επιλογών που έχει: α) κάνει τη βουτιά ή β) δεν κάνει τη βουτιά. Το ίδιο ισχύει και με τη σεξουαλική επαφή, δηλαδή, όταν κάποιος/κάποια βρίσκεται πριν τη σύναψη σεξουαλικής επαφής έχει δύο επιλογές: α) προχωράει στη σεξουαλική επαφή ή β) απέχει (διαφάνεια 9).



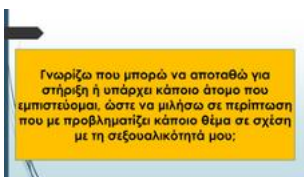
Κάθε επιλογή βασίζεται σε κάποιες προϋποθέσεις και προκαλεί συγκεκριμένες συνέπειες στο άτομο και στον/στη σύντροφό του. Σε ποια επιλογή θα προχωρήσει το άτομο, εξαρτάται αποκλειστικά και μόνο από τον/την ίδιο/ίδια και είναι μια απόφαση που θα πρέπει να έχει κατασταλάξει μέσα του/της. Για τον λόγο αυτό, κρίνεται σκόπιμο, το άτομο να δουλέψει με τον εαυτό του, να αναγνωρίσει τις ανάγκες του, να εξετάσει κατά πόσο η σχέση του χαρακτηρίζεται από υγιείς συμπεριφορές (ευχέρεια συζήτησης με τον/τη σύντροφο, ειλικρίνεια, εμπιστοσύνη, οικειότητα, άνεση), να θέσει τα όριά του και να αναπτύξει τις άμυνές του (πνευματικές, ηθικές, συναισθηματικές). Επιπλέον, το άτομο είναι σημαντικό να αξιολογήσει τα υπέρ και τα κατά της κάθε επιλογής, να ψάξει για αντικειμενικές και επιστημονικά τεκμηριωμένες πληροφορίες και να ιεραρχήσει τους στόχους του, ώστε να προβεί στη λήψη αποφάσεων που υπαγορεύουν εκδήλωση Υπεύθυνων Σεξουαλικών Συμπεριφορών».



Ο/Η εκπαιδευτικός, θέλοντας να τονίσει τη σημασία της ετοιμότητας για εκδήλωση Υπεύθυνης Συμπεριφοράς, καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να κάνουν μια ενδοσκόπηση με τη βοήθεια συγκεκριμένων ερωτημάτων (διαφάνεια 10), τα οποία προβάλλει και διαβάζει ένα – ένα.

Με αυτόν τον τρόπο δίνεται η ευκαιρία στους/στις μαθητές/μαθήτριες να αξιολογήσουν/προβληματιστούν σχετικά με την ετοιμότητά τους στην τέλεση σεξουαλικής πράξης και εκδήλωσης υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς.

Δεν αναμένεται να λάβει κάποια απάντηση από τους/τις μαθητές/μαθήτριες.



Ερωτήματα
Έχω σκεφτεί για ποιους λόγους θέλω να έρθω σε σεξουαλική επαφή;
Θέλω να έρθω σε σεξουαλική επαφή επειδή κάποιος/-α με πιέζει;
Νιώθω έτοιμος/-η να διαχειριστώ συναισθηματικά αυτή την εμπειρία;
Νιώθω σωματικά έτοιμος/-η για αυτή την εμπειρία;
Πώς είναι η σχέση μου με τον/τη σύντροφό μου; Θα τη χαρακτηρίζα υγιή;
Υπάρχει αλληλοσεβασμός και εμπιστοσύνη στη σχέση μου;
Μπορώ να εκφράζω ελεύθερα τις απόψεις και τις ανάγκες μου;
Γνωρίζω τι σημαίνει ασφαλές σεξ;
Έχω ενημερωθεί από έγκυρες πηγές για θέματα που αφορούν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική μου υγεία;
Γνωρίζω με ποιους τρόπους μπορεί να προστατευτώ από ανεπιθύμητες καταστάσεις που μπορεί να προκύψουν από μία σεξουαλική επαφή;
Γνωρίζω που μπορώ να αποταθώ για στήριξη ή υπάρχει κάποιο άτομο που εμπιστεύομαι, ώστε να μιλήσω σε περίπτωση που με προβληματίζει κάποιο θέμα σε σχέση με τη σεξουαλικότητά μου;

Επίσης, τονίζεται το νομικό πλαίσιο συναίνεσης για σεξουαλική επαφή.

Η ηλικία συναίνεσης για σεξουαλική επαφή σύμφωνα με τη Νομοθεσία τα 17 έτη.

Πηγή: Ο Περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Σεξουαλικής Κακοποίησης, της Σεξουαλικής Εκμετάλλευσης Παιδιών και της Παιδικής Πορνογραφίας Νόμος Κυπριακής Δημοκρατίας του 2014 (91(I)/2014)

Σημείωση:

Ο/Η εκπαιδευτικός προκαλεί ανάκληση γνώσεων σχετικά με τη συναίνεση, αξιοποιώντας το σχετικό εποπτικό της Α΄ Λυκείου. Ειδικότερα, επισημαίνει ότι αφού πλέον το άτομο είναι έτοιμο για εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς επιβάλλεται να ζητήσει τη συναίνεση του/της συντρόφου του/της για να προχωρήσει στη σεξουαλική επαφή. Τέλος, τονίζονται οι νομικές συνέπειες σεξουαλικής επαφής ελλείψει συναίνεσης και μάλιστα ότι τα σεξουαλικά αδικήματα δεν παραγράφονται από το ποινικό μητρώο.

15'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:**Προϋποθέσεις και Συνέπειες υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς**

3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Σωματική - συναισθηματική - πνευματική ετοιμότητα
 - Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους
- Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Προσωπική ανάπτυξη
 - Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης
 - Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ

3.2 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

- Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά
 - φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
 - ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες)
 - κοινωνικοί παράγοντες
 - νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση, Δικαίωμα στην υγεία, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα στη ζωή, Δικαίωμα στην έκφραση, Δικαίωμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια)
- Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να περάσουν στους πάγκους εργασίας. Εδώ, οι μαθητές/μαθήτριες, χωρισμένοι σε δύο ομάδες, βρίσκουν το υλικό το οποίο καλούνται να επεξεργαστούν. Συγκεκριμένα, η ομάδα «Προϋποθέσεις» (παράγοντες) δουλεύει το υλικό για τις προϋποθέσεις της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς. Η ομάδα «Συνέπειες» δουλεύει το υλικό για τις συνέπειες της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς. Οι μαθητές/μαθήτριες βρίσκουν ένα ανθρωπάκι με τις διαστάσεις του εαυτού και θα πρέπει να τοποθετήσουν τις κάρτες των προϋποθέσεων για υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά στην αντίστοιχη διάσταση (*Εποπτικό Υλικό 2*) (**Παραδοτέο 2**). Το ίδιο θα πρέπει να κάνει και η άλλη ομάδα για τις συνέπειες. Σημειώνεται ότι στο συγκεκριμένο σημείο εξετάζονται οι θετικές συνέπειες, ενώ θα ακολουθήσει η ανάλυση των αρνητικών συνεπειών σε επόμενη δραστηριότητα.

Οι μαθητές/μαθήτριες παρουσιάζουν στην ολομέλεια τη δουλειά τους και ακολουθεί αναστοχαστική συζήτηση. Συστήνεται, η παρουσίαση των απαντήσεων να γίνεται παράλληλα και από τις δύο ομάδες, δηλαδή, να παρουσιάζονται οι απαντήσεις για τις προϋποθέσεις και οι αντίστοιχες συνέπειες για τη σωματική διάσταση, να ακολουθούν οι απαντήσεις και από τις δύο ομάδες για τη νοητική διάσταση κ.ο.κ.

Ο/Η εκπαιδευτικός σε αυτή τη δραστηριότητα, προσπαθεί να δώσει το μήνυμα στους/στις μαθητές/μαθήτριες ότι:

«Η σεξουαλική επαφή είναι μία ψυχοσωματική πράξη μεταξύ δύο ατόμων που προσφέρει ευχαρίστηση, συναισθηματική και σωματική ικανοποίηση κ.ά. Ταυτόχρονα, όμως, είναι μία απόφαση που πρέπει να παρθεί υπεύθυνα, με αυτοσεβασμό, αλληλοσεβασμό, ωριμότητα και ειλικρίνεια.

Η σεξουαλική επαφή θεωρείται ένα όμορφο κομμάτι της ανθρώπινης ζωής, αν φυσικά συντρέχουν οι υγιείς προϋποθέσεις. Ερωτική επαφή δύο ατόμων σημαίνει συνάντηση δύο σωμάτων, αλλά και δύο ψυχισμών, και είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει η ψυχική και η συναισθηματική συμμετοχή και των δυο ατόμων. Η σεξουαλική επαφή πρέπει να είναι μια πράξη συναισθηματικής ωριμότητας και όχι αποτέλεσμα πίεσης ή αντίδρασης. Όσο πιο έτοιμοι είναι οι άνθρωποι για αυτό το ταξίδι - σωματικά, συναισθηματικά και νοητικά - τόσο πιο όμορφο και μοναδικό θα είναι».

Σημειώνεται, ότι ο χωρισμός των ομάδων γίνεται τυχαία, δίνοντας σε κάθε μαθητή/μαθήτρια μια από τις λέξεις «Προϋποθέσεις» ή «Συνέπειες». Όλες οι «Προϋποθέσεις» απαρτίζουν την 1^η ομάδα και όλες οι «Συνέπειες» τη 2^η ομάδα. Παρακάτω παρουσιάζονται οι απαντήσεις των ομάδων.

Διαστάσεις Εαυτού	Προϋποθέσεις	Συνέπειες
Σωματική	<ul style="list-style-type: none"> · Σωματική σεξουαλική ωρίμανση · Θετική Αυτοεικόνα · Λήψη μέτρων προφύλαξης · Χρήση αντισύλληψης 	<ul style="list-style-type: none"> · Σωματική Υγεία · Οικειότητα
Νοητική	<ul style="list-style-type: none"> · Τεκμηριωμένες/ιατρικά ορθές πληροφορίες για το σεξ · Τεκμηριωμένες/ιατρικά ορθές πληροφορίες για την αντισύλληψη · Τεκμηριωμένες/ιατρικά ορθές πληροφορίες για την προστασία κατά τη διαδικασία της σεξουαλικής επαφής · Δικαιώματα – Υποχρεώσεις σε σχέση με τη σεξουαλική δραστηριότητα 	<ul style="list-style-type: none"> · Πνευματική αλληλεπίδραση · Λήψη μελετημένων αποφάσεων
Συναισθηματική	<ul style="list-style-type: none"> · Αναγνώριση συναισθημάτων · Διαχείριση συναισθημάτων · Αυτοέλεγχος 	<ul style="list-style-type: none"> · Αυτοπεποίθηση · Συναισθηματική Ασφάλεια
Ηθική	<ul style="list-style-type: none"> · Σεβασμός στον εαυτό μου · Σεβασμός στον/στη σύντροφο μου · Αγάπη για τον εαυτό μου · Αποδοχή · Υπευθυνότητα · Ευλικρίνεια · Εσωτερική ειρήνη 	<ul style="list-style-type: none"> · Σεβασμός στον εαυτό μου · Σεβασμός στον/στη σύντροφό μου · Αποδοχή
Κοινωνική	<ul style="list-style-type: none"> · Δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας (ενσυναίσθηση - ενεργητική ακρόαση - αποκωδικοποίηση μηνύματος - σαφή/ξεκάθαρη μετάδοση μηνύματος - συναίνεση) · Διαδικασία Λήψης Απόφασης 	<ul style="list-style-type: none"> · Δημιουργία/καλλιέργεια υγιών σχέσεων · Ενσυναίσθηση · Αποτελεσματική επικοινωνία

Σημειώνεται ότι οι κάρτες των συνεπειών «Σωματική Υγεία», «Λήψη μελετημένων αποφάσεων» και «Συναισθηματική Ασφάλεια» θα πρέπει να συνδεθούν με την πρόληψη των ΣΜΝ, την πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης και την πρόληψη απροσδόκητων συναισθημάτων αντίστοιχα. Το συγκεκριμένο συστήνεται για να υπάρξει σύνδεση της υπεύθυνης και της μη σεξουαλικής υπεύθυνης συμπεριφοράς (Δραστηριότητα 1, 2^η Διδακτική).

Προϋποθέσεις Υπεύθυνης Σεξουαλικής Συμπεριφοράς

ΝΟΗΤΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

ΗΘΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

Β' Λυκείου

Συνέπειες Υπεύθυνης Σεξουαλικής Συμπεριφοράς

ΝΟΗΤΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

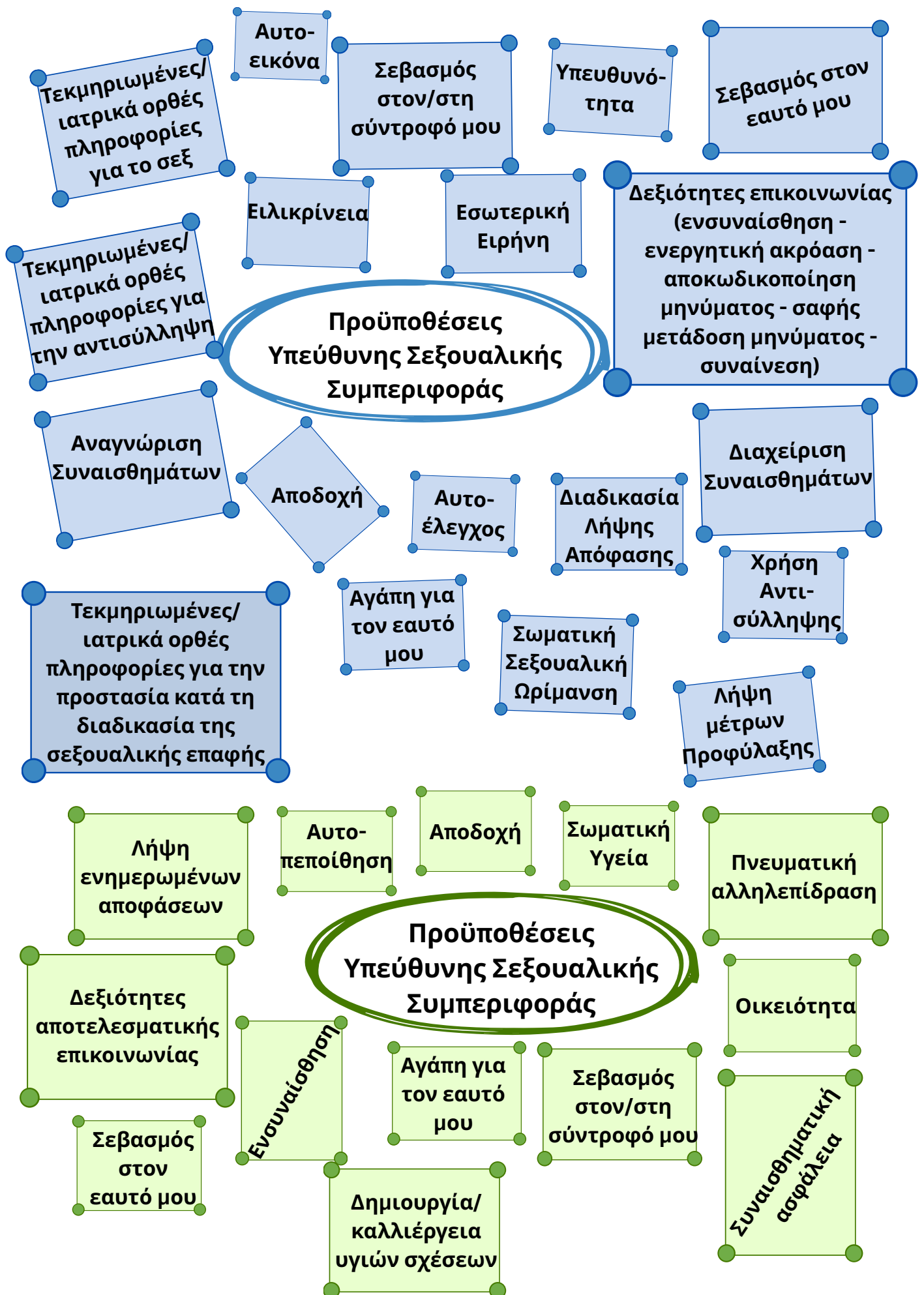
ΗΘΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

ΕΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ
ΕΑΥΤΟΣ

ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΑΥΤΟΣ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ
ΕΑΥΤΟΣ

Β' Λυκείου

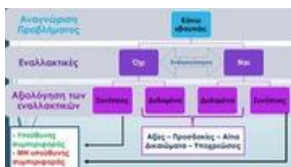


ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4: Σημασία Αποχής

5'

3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Διασαφήνιση έννοιας υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Εκδήλωση ρομαντικής/ερωτικής συμπεριφοράς με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό
- Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά
 - Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων



Ο/Η εκπαιδευτικός προβάλλει τη **διαφάνεια 11** (ίδια με τη **διαφάνεια 9**) για να επισημάνει την επιλογή του «ΟΧΙ» στη διαδικασία λήψης απόφασης. Έπειτα, θέτει στους/στις μαθητές/μαθήτριες τον εξής προβληματισμό:

«Μπορεί να υπάρξει ερωτική σχέση χωρίς σεξουαλική επαφή; Ποια χαρακτηριστικά της σχέσης κάνουν έναν ζευγάρι ευτυχισμένο;»

Στη συνέχεια, προβάλλει τη **διαφάνεια 12** για να συμπληρώσει τις απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

Πρόληψη αρνητικών συνεπειών μη Υπεύθυνης Σεξουαλικής Συμπεριφοράς

3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Σωματική - συναισθηματική - πνευματική ετοιμότητα
 - Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους
- Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Προσωπική ανάπτυξη
 - Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης
 - Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ

3.2 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

- Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά
 - φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
 - ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες)
 - κοινωνικοί παράγοντες
 - νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση, Δικαίωμα στην υγεία, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα στη ζωή, Δικαίωμα στην έκφραση, Δικαίωμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια)
- Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας



Ο/Η εκπαιδευτικός παρουσιάζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες το εννοιόγραμμα βασικών εννοιών των σεξουαλικών σχέσεων στην εφηβεία (διαφάνεια 11). Στη συνέχεια, δίνει στους/στις μαθητές/μαθήτριες καρτέλες με τις αρνητικές συνέπειες της ΜΗ υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς (**Παραδοτέο 3**) και τους/τις καλεί να τις τοποθετήσουν ανάλογα στα τρία (3) χαρτόνια που έχουν μπροστά τους με τίτλο: «Ακούσια Εγκυμοσύνη», «Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα», «Απροσδόκητα/Αρνητικά Συναισθήματα». (διαφάνεια 13)

Ανάμεσα στις δοθείσες καρτέλες, υπάρχουν και καρτέλες στις οποίες αναγράφονται οι λέξεις: Πρόληψη, Δικαιώματα, Υποχρεώσεις και Αντισύλληψη. Οι καρτέλες αυτές τοποθετούνται σε περισσότερες από μια ομάδες (χαρτόνια) και για αυτό έχουν διαφορετικό χρώμα. Συγκεκριμένα, υπάρχουν από τρεις (3) καρτέλες με τις λέξεις "Πρόληψη", "Δικαιώματα", "Υποχρεώσεις" και δύο (2) καρτέλες με τη λέξη "Αντισύλληψη" οι οποίες θα δοθούν σε διαφορετικούς/διαφορετικές μαθητές/μαθήτριες.

Η καρτέλα «Πρόληψη» έχει φόντο πουά και αποτελεί την ομπρέλα των υπολοίπων (Δικαιώματα, Υποχρεώσεις, Αντισύλληψη) που έχουν φόντο διαγώνιες γραμμές. Συγκεκριμένα σε τρεις (3) μαθητές/μαθήτριες δίνεται η καρτέλα «Πρόληψη» που έχει φόντο πουά και αποτελεί την ομπρέλα των άλλων τριών (3) καρτελών. Οι υπόλοιπες τρεις (3) (Δικαιώματα, Υποχρεώσεις και Αντισύλληψη) έχουν φόντο διαγώνιες γραμμές.

Μόλις, λοιπόν, τοποθετήσουν όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες τις καρτέλες τους, τους/τις ρωτάμε ποιες κάρτες είναι όμοιες και στα τρία χαρτόνια, πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν αυτές οι κάρτες στο εννοιόγραμμα που δημιουργήθηκε με τα χαρτόνια. Η καρτέλα «Πρόληψη» περιλαμβάνει τα δικαιώματα τις υποχρεώσεις και την αντισύλληψη και λειτουργεί σαν ομπρέλα προστασίας για μην προκύψουν οι αρνητικές συνέπειες που παρουσιάστηκαν.

Εποπτικό Υλικό 2

ΠΡΟΛΗΨΗ	ΠΡΟΛΗΨΗ	ΠΡΟΛΗΨΗ
Δικαιώματα	Δικαιώματα	Δικαιώματα

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 2

Υποχρεώσεις

Υποχρεώσεις

Υποχρεώσεις

Αντισύλληψη

Αντισύλληψη

Κονδυλώματα =
πιθανή αιτία εμφάνισης
καρκίνου του τραχήλου
της μήτρας

Έρπης =
μόλυνση εφ' όρου
ζωής

Χλαμύδια =
Γονόρροια
πιθανή υπογονιμότητα

HIV - AIDS =
μόλυνση εφ' όρου
ζωής

**Μη υγιείς
μελλοντικές
σχέσεις**

**Ψυχικά
τραύματα**

**Βεβιασμένος
γάμος**

**Ανήλικοι
γονείς**

**Γονείς χωρίς
γάμο**

Άμβλωση

Υιοθεσία

**Ανήλικη
μητέρα
(μονογονέας)**

Απογοήτευση

Ανασφάλεια

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Αντισύλληψη



3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Σωματική - συναισθηματική - πνευματική ετοιμότητα
 - Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους
- Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Προσωπική ανάπτυξη
 - Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης
 - Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ

3.2 Να αναλύουν τους καθοριστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά προάγοντας τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

- Αναγνώριση παραγόντων που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά
 - φορείς/υπηρεσίες διασφάλισης σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
 - ατομικοί παράγοντες (δεξιότητες ζωής, αξίες)
 - κοινωνικοί παράγοντες
 - νομικό πλαίσιο (δικαιώματα και υποχρεώσεις): Δικαίωμα στην εκπαίδευση και την πληροφόρηση, Δικαίωμα στην υγεία, Δικαίωμα στην ισότητα, Δικαίωμα στη ζωή, Δικαίωμα στην έκφραση, Δικαίωμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια, Δικαίωμα στην ελευθερία και την ασφάλεια)
- Δεκτικότητα της ανάγκης για ενίσχυση των παραγόντων προστασίας και μείωση των παραγόντων κινδύνου για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας



Ο/Η εκπαιδευτικός προβάλλει το βίντεο της εκστρατείας ενημέρωσης για την αντισύλληψη «Διάλεξε στάση» με τίτλο «ΔΙΑΛΕΞΕ ΣΤΑΣΗ - "FUNNY ELEMENTS"». (διαφάνεια 14)

Μετά την προβολή του βίντεο ο/η εκπαιδευτικός θέτει στους/στις μαθητές/μαθήτριες τις πιο κάτω ερωτήσεις:

- Γιατί νομίζετε έγινε αυτό το βίντεο;
- Σε ποιους/ποιες απευθύνεται κυρίως;

Στη συνέχεια, καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να παίξουν το παιχνίδι ΣΩΣΤΟ – ΛΑΘΟΣ – ΑΜΦΙΛΕΓΟΜΕΝΟ ΘΕΜΑ. [

Αμφιλεγόμενα είναι θέματα που διχάζουν την κοινή γνώμη σε μια κοινωνία, προκαλούν έντονα συναισθήματα και κρίνονται στη βάση αξιών]. (Εποπτικό Υλικό 3)



Συγκεκριμένα, ο/η εκπαιδευτικός δίνει σε κάθε μαθητή/ μαθήτρια μία από τις παρακάτω δηλώσεις. Οι μαθητές/ μαθήτριες θα πρέπει να σταθούν στο σημείο «Σωστό», «Λάθος» ή «Αμφιλεγόμενο θέμα» ανάλογα με τον εάν κρίνουν ότι η δήλωση που τους έτυχε είναι σωστή, λανθασμένη ή αμφιλεγόμενο θέμα. (διαφάνεια 15)

Μόλις αποφασίσουν για τη δήλωσή τους εάν είναι σωστή ή λανθασμένη και επιλέξουν την αντίστοιχη περιοχή μέσα στην τάξη, θα πρέπει να σταθούν όλοι/όλες οι μαθητές/μαθήτριες ο/ η ένας/μία δίπλα στον άλλον/άλλη και ο/η καθένας/καθεμία να εκφωνεί τη δήλωση. Αναφέρει αν αυτή είναι σωστή ή λάθος και εάν θέλει σχολιάζει ανάλογα, π.χ. «Είναι λάθος η θέση ότι η ευθύνη της αντισύλληψης αφορά μόνο τις γυναίκες. Αφορά, κάθε άτομο που έρχεται σε σεξουαλική επαφή». Ο/Η εκπαιδευτικός όπου κρίνει επεμβαίνει και δίνει τις ορθές επιστημονικές απαντήσεις.



Σημαντική Επισήμανση: Πριν την έναρξη του παιχνιδιού ο/η εκπαιδευτικός θα πρέπει να αποσαφηνίσει τους όρους «ΣΜΝ», «Ακούσια Εγκυμοσύνη», «Αντισύλληψη» και «Αμφιλεγόμενο θέμα».

Ερωτήσεις/Δηλώσεις Παιχνιδιού

1. Η ευθύνη της αντισύλληψης αφορά μόνο τις γυναίκες. **Λάθος**
2. Μία γυναίκα μπορεί να μείνει έγκυος σε περίπτωση που έλθει σε σεξουαλική επαφή κατά τη διάρκεια της εμμηνορρυσίας. **Σωστό**
3. Η χρήση του προφυλακτικού προσφέρει 100% ασφάλεια για αποφυγή ακούσιας εγκυμοσύνης. **Λάθος**
4. Η μέθοδος της διακεκομμένης συνουσίας αποκλείει την πιθανότητα να γονιμοποιηθεί το ωάριο. **Λάθος**
5. Καμία αντισυλληπτική μέθοδος, εκτός από την απόχρη, δεν είναι 100% αποτελεσματική. **Σωστό**
6. Μία γυναίκα μπορεί να μείνει έγκυος σε περίπτωση που έλθει σε σεξουαλική επαφή στη θάλασσα ή στην πισίνα. **Σωστό**
7. Η χρήση του αντισυλληπτικού χαπιού μπορεί να προκαλέσει προβλήματα σε μελλοντική επιθυμία για απόκτηση παιδιών. **Λάθος**
8. Η χρήση της ορμονικής αντισύλληψης πρέπει να χορηγηθεί από γυναικολόγο. **Σωστό**
9. Το χάπι της επόμενης μέρας αποτελεί επείγουσα μορφή αντισύλληψης. **Σωστό**
10. Είναι πιο πιθανόν να συμβεί μια απρόβλεπτη εγκυμοσύνη στην εφηβεία. **Σωστό**
11. Αν ξεχάσει κάποιες φορές μία κοπέλα να πάρει το αντισυλληπτικό χάπι, δεν υπάρχει περίπτωση να μείνει έγκυος. **Λάθος**
12. Η σεξουαλική επαφή χωρίς προφυλακτικό είναι δραστηριότητα υψηλού κινδύνου για μετάδοση των Σ.Μ.Ν. **Σωστό**
13. Ένα άτομο μπορεί αμέσως να καταλάβει αν έχει κάποιο Σ.Μ.Ν. **Λάθος**
14. Όλα τα Σ.Μ.Ν. μπορούν να θεραπευτούν. **Λάθος**
15. Η τακτική εξέταση σε γυναικολόγο και ανδρολόγο ή ουρολόγο μπορεί να επιτύχει έγκυρη διάγνωση και αντιμετώπιση των περισσότερων Σ.Μ.Ν. **Σωστό**
16. Η καθημερινή ατομική υγιεινή μειώνει την πιθανότητα ανάπτυξης βακτηρίων στο γεννητικό σύστημα της γυναίκας και του άνδρα. **Σωστό**
17. Η ευθύνη μιας εγκυμοσύνης βαραίνει και τους δύο ερωτικούς συντρόφους. **Σωστό**
18. Σε περίπτωση εμφάνισης κάποιου ΣΜΝ, είναι υποχρέωση του/της ερωτικού/ερωτικής συντρόφου να ενημερώσει τον/την άλλον/άλλη ερωτικό/ερωτική σύντροφο. **Σωστό**
19. Το δικαίωμα στη ζωή αφορά και το έμβρυο. **ΑΜΦΙΛΕΓΟΜΕΝΟ ΘΕΜΑ**
20. Κάθε έφηβος/έφηβη έχει δικαίωμα να λάβει έγκυρη και τεκμηριωμένη εκπαίδευση/πληροφόρηση σχετικά με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία. **Σωστό**
21. Είναι δικαίωμα του κάθε ανθρώπου να προβεί σε καταγγελία σε περίπτωση που παραβιάζεται κάποιο δικαίωμά του σε σχέση με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία. **Σωστό**
22. Είναι υποχρέωση του/της καθένα/καθεμίας από εμάς να προβεί σε καταγγελία στους αρμόδιους φορείς σε περίπτωση που υποψιάζεται/γνωρίζει ότι παραβιάζεται οποιοδήποτε δικαίωμα κάποιου άλλου ανθρώπου. **Σωστό**

Μόλις ολοκληρωθεί το παιχνίδι, ο/η εκπαιδευτικός θέτει το ερώτημα: «**Ποιος είναι ο πιο ασφαλής τρόπος για την αποφυγή μιας εγκυμοσύνης ή για να μην έρθει ένα άτομο σε επαφή με Σεξουαλικό Μεταδιδόμενο Νόσημα (ΣΜΝ);**» Κάποιο παιδί είναι πιθανόν να πει τη λέξη «αποχή» και ότι η αποχή είναι 100% αποτελεσματική. Σε περίπτωση που δεν το αναφέρει κανείς τότε το δηλώνει ο/η εκπαιδευτικός. Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά «**Τι είναι η αποχή;**» Καταλήγουμε στα εξής:

- *Η αποχή αποτελεί τον μοναδικό 100% τρόπο προστασίας και πρόληψης από ΣΜΝ και ακούσιας εγκυμοσύνης.*
- *Το σεξ είναι μια όμορφη ψυχοσωματική πράξη που προάγει την υγεία μιας ρομαντικής σχέσης.*

Για να είναι όμως, μια θετική εμπειρία, θα πρέπει να πληρούνται οι εξής βασικές προϋποθέσεις μέσα στη σχέση: Αυτογνωσία - Αμοιβαίος σεβασμός - Συναίνεση - Αποτελεσματική Επικοινωνία.

Εποπτικό Υλικό 3



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Ανασκόπηση




3.1 Να συμπεραίνουν ότι η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά αποτελεί βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Διασαφήνιση έννοιας υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Εκδήλωση ρομαντικής/ερωτικής συμπεριφοράς
 - με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό
- Ανάλυση διαδικασίας λήψης απόφασης για την υιοθέτηση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Επιλογές σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά
 - Εφαρμογή κοινωνικών δεξιοτήτων
- Αναγνώριση προϋποθέσεων για ασφαλή και υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Σωματική-συναισθηματική-πνευματική ετοιμότητα
 - Προσβασιμότητα σε αντισυλληπτικές μεθόδους
- Αναγνώριση της σημασίας της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς
 - Προσωπική ανάπτυξη
 - Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης
 - Πρόληψη μετάδοσης ΣΜΝ
- Διατήρηση υγιών ερωτικών/ρομαντικών σχέσεων

Στη συγκεκριμένη δραστηριότητα στόχος είναι να γίνει ανακεφαλαίωση του τι σημαίνει και πώς εκδηλώνεται η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά. Η συγκεκριμένη δραστηριότητα συστήνεται να γίνει σε συλλ. τηλεπαιχνιδιού με δυο ομάδες. Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/ τις μαθητές/μαθήτριες σε δύο ομάδες και ζητά από τους/ τις μαθητές/μαθήτριες να σταθούν ο/η ένας/μία πίσω από τον/την άλλον/άλλη, σε δύο αντικρουστές γραμμές. Οι ομάδες εκπροσωπούνται από έναν παίκτη η καθεμία και οι δύο αυτοί παίκτες παίζουν αντίπαλοι. Οι παίκτες θα πρέπει **να συμφωνήσουν ή να διαφωνήσουν** με τη δήλωση που θα προβάλλει ο/ η εκπαιδευτικός. Κάθε φορά που ένας παίκτης θα δίνει λάθος απάντηση θα κάνει «βουτιά στην πισίνα» και θα βγαίνει εκτός παιχνιδιού. Η ομάδα που θα μείνει με τους περισσότερους παίκτες κερδίζει. (διαφάνειες 16 – 29).

Δηλώσεις

1. Σε μια ρομαντική σχέση είναι σημαντικό να λαμβάνονται υπόψη οι επιθυμίες και οι ανάγκες και των δύο συντρόφων. **(συμφωνώ)**
2. Είναι απαραίτητο να λαμβάνω κάθε φορά τη συναίνεση από τον/την ερωτικό/ερωτική μου σύντροφο για να εκδηλώσω οποιαδήποτε σεξουαλική δραστηριότητα. **(συμφωνώ)**
3. Πριν τη σεξουαλική επαφή είναι αναγκαίο να γνωρίζω τους λόγους για τους οποίους προβαίνω σε αυτήν την πράξη. **(συμφωνώ)**
4. Η σεξουαλική επαφή απαιτεί συναισθηματική, πνευματική και σωματική ετοιμότητα. **(συμφωνώ)**
5. Η λήψη των ενδεδειγμένων μέτρων προφύλαξης στη σεξουαλική επαφή αποτελεί υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά. **(συμφωνώ)**
6. Η υπευθυνότητα και η ωριμότητα αποτελούν υγιείς συμπεριφορές σε μια σχέση. **(συμφωνώ)**
7. Η απόφαση για σεξουαλική επαφή δεν χρειάζεται και πολλή σκέψη αφού μιλάει το σώμα. **(διαφωνώ)**
8. Είναι οκ να με πιέζει ο/η σύντροφός μου να έρθουμε σε σεξουαλική επαφή. **(διαφωνώ)**
9. Όσο πιο έτοιμοι είναι οι άνθρωποι - σωματικά, συναισθηματικά και νοητικά - τόσο πιο όμορφη και μοναδική θα είναι η εμπειρία της σεξουαλικής επαφής. **(συμφωνώ)**
10. Η κατοχή προφυλακτικού είτε από άντρα είτε από γυναίκα δηλώνει υπευθυνότητα. **(συμφωνώ)**
11. Η απόφαση για σεξουαλική επαφή απαιτεί αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό. **(συμφωνώ)**
12. Το ενδιαφέρον και η αγάπη προς τον/τη σύντροφό μου εκφράζονται μόνο με τη σεξουαλική επαφή. **(διαφωνώ)**
13. Η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά με βοηθά να παραμένω υγιής σωματικά, νοητικά, ηθικά, κοινωνικά και συναισθηματικά. **(συμφωνώ)**

<p>Ετοιμοι;</p> 	<p>1. Σε μια ρομαντική σχέση σημαντικό να λαμβάνονται υπόψη οι επιθυμίες και οι ανάγκες και των δύο συντρόφων.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>2. Είναι απαραίτητο να λαμβάνω κάθε φορά τη συναίνεση από τον/την ερωτικό/ερωτική μου σύντροφο για να εκδηλώσω οποιαδήποτε σεξουαλική δραστηριότητα.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>3. Πριν τη σεξουαλική επαφή είναι αναγκαίο να γνωρίζω τους λόγους για τους οποίους προβαίνω σε αυτήν την πράξη.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>
<p>4. Η σεξουαλική επαφή απαιτεί συναισθηματική, πνευματική και σωματική ετοιμότητα.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>5. Η λήψη των ενδεδειγμένων μέτρων προφύλαξης στη σεξουαλική επαφή αποτελεί υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>6. Η υπευθυνότητα και η ωριμότητα αποτελούν υγιείς συμπεριφορές σε μια σχέση.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>7. Η απόφαση για σεξουαλική επαφή δεν χρειάζεται και πολλή σκέψη αφού μιλάει το σώμα.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>
<p>8. Είναι οκ να με πιέζει ο/η σύντροφός μου να έρθω σε σεξουαλική επαφή.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>9. Όσο πιο έτοιμοι είναι οι άνθρωποι - σωματικά, συναισθηματικά και νοητικά - τόσο πιο όμορφη και μοναδική θα είναι η εμπειρία της σεξουαλικής επαφής.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>10. Η κατοχή προφυλακτικού είτε από άντρα είτε από γυναίκα δηλώνει υπευθυνότητα.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>11. Η απόφαση για σεξουαλική επαφή απαιτεί αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>
<p>12. Το ενδιαφέρον και η αγάπη προς τον/τη σύντροφό μου εκφράζονται μόνο με τη σεξουαλική επαφή.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>	<p>13. Η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά με βοηθά να παραμένω υγιής σωματικά, νοητικά, ηθικά, κοινωνικά και συναισθηματικά.</p> <p><input type="checkbox"/> Συμφωνώ <input type="checkbox"/> Διαφωνώ</p>		

Κλείσιμο: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση



Ο/Η εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει το περιεχόμενο του εργαστηρίου. (διαφάνεια 30)



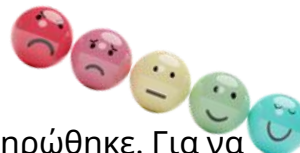
Έπειτα, ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες να συμπληρώσουν το φύλλο αξιολόγησης του 1^{ου} εργαστηρίου. (διαφάνεια 31)



Κλείνοντας το μάθημα ο/η εκπαιδευτικός ευχαριστεί τους/ τις μαθητές/μαθήτριες και ανανεώνει το ραντεβού τους για το επόμενο εργαστήριο. (διαφάνεια 32)

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 4

Αξιολόγηση 1^{ου} Εργαστηρίου ΣΔ



Το 1^ο Εργαστήριο για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση μόλις ολοκληρώθηκε. Για να προχωρήσουμε και στα επόμενα, είναι πολύ σημαντικό να συμπληρώσεις το συγκεκριμένο έντυπο.

A) Παρακαλώ απάντησε στις ερωτήσεις που ακολουθούν:

ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ	ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΕ
<hr/>	<hr/>

B) Κύκλωσε ποιο συναίσθημα κυριαρχεί μέσα σου αυτή τη στιγμή, με τη λήξη του εργαστηρίου:



Γ) Βάλε έναν βαθμό από το 1 - 5, βαθμολογώντας το περιεχόμενο του 1^{ου} εργαστηρίου:

Καθόλου Ενδιαφέρον	Λίγο Ενδιαφέρον	Ικανοποιητικά Ενδιαφέρον	Πολύ Ενδιαφέρον	Εξαιρετικά Ενδιαφέρον
1	2	3	4	5



2^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ: Ενσυναίσθηση
«Υγιείς Σχέσεις - Πρόληψη Βίας»
«Ενδυνάμωση Εαυτού - Σεξουαλικότητα»



2^ο ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Συμπερίληψη

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	Β. Σεξουαλικότητα και ενδυνάμωση εαυτού Α. Υγιείς σχέσεις και πρόληψη βίας
Διδακτικές Περιόδους	2

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
<p>2.1 Να αναγνωρίζουν συμπεριφορές που δείχνουν ενσυναίσθηση και να επιχειρηματολογούν υπέρ της εκδήλωσης ενσυναίσθησης</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας ενσυναίσθησης - Παραδείγματα και εφαρμογές ενσυναίσθησης - Ανάπτυξη επιχειρημάτων για τη σημασία ενσυναίσθησης στις διαπροσωπικές σχέσεις <ul style="list-style-type: none"> • Ενσυναίσθηση και συμπεριφορά • Ενσυναίσθηση και επικοινωνία • Ενσυναίσθηση και συμπερίληψη – κοινωνική δικαιοσύνη - Δεκτικότητα για τη σημασία των πανανθρώπινων αξιών (σεβασμός, αγάπη, ελευθερία, εντιμότητα, συνεργασία, υπευθυνότητα) - Σεβασμός στη μοναδικότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα
<p>2.2 Να επιχειρηματολογούν υπέρ της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, διακρίσεις, ρατσισμός, μισαλλοδοξία - Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης. - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία πρόληψης του ρατσισμού <ul style="list-style-type: none"> • Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση ατόμων/ομάδων, εκδήλωση βίας) • Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού • Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού (κριτική θεώρηση κοινωνικών στερεοτύπων, αποδοχή - σεβασμός - συμπερίληψη, ενσυναίσθηση) • Αντιμετώπιση ρατσιστικών περιστατικών - Καταγγελία - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων <ul style="list-style-type: none"> • Προστασία δικαιωμάτων από τοπικούς, διεθνείς και ευρωπαϊκούς φορείς • Σύνδεση δικαιωμάτων και νομοθεσίας • Σχέση ανάμεσα στα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις - Παραβίαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Επιπτώσεις της παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων • Σύνδεση προστασίας ανθρωπίνων δικαιωμάτων, αντιμετώπισης κοινωνικών ανισοτήτων και προαγωγής της κοινωνικής συνοχής και της δημόσιας υγείας - Δεκτικότητα για σεβασμό και υπεράσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
<p>1.3 Να ασκούν κριτική στις έμφυλες στερεοτυπικές αναπαραστάσεις που προβάλλονται στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) και να αναλύουν την επίδρασή τους στη διαμόρφωση προκαταλήψεων και διακρίσεων</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Αναγνώριση απεικονίσεων και αναπαραστάσεων (εικόνα και λόγος) των ΜΜΕ και ΜΚΔ που προάγουν έμφυλα στερεότυπα, διακρίσεις, σεξιστικές συμπεριφορές, μη συναινετικές αποφάσεις κ.λπ. - Ανάλυση επιπτώσεων προβολής έμφυλων στερεοτύπων, διακρίσεων, σεξιστικών και ρατσιστικών συμπεριφορών <ul style="list-style-type: none"> • διαμόρφωση ταυτότητας • εκδήλωση συμπεριφορών • ποιότητα σχέσεων - Επαγωγικός συλλογισμός για τον ενεργό ρόλο του ατόμου ως προς την αποδόμηση στερεοτύπων <ul style="list-style-type: none"> • Οδηγίες Ευρωπαϊκής Επιτροπής για τις Υπηρεσίες Οπτικοακουστικών Μέσων σε σχέση με την απαγόρευση διακρίσεων και ρητορικής μίσους • Φορείς – Δομές πρόληψης βίας • Συμπεράσματα έκθεσης σχετικά με την εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο στην ΕΕ • Ανάγκη για ενίσχυση του ρόλου του ατόμου
<p>1.4 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να αποδέχονται και να υπερασπίζονται το δικαίωμα όλων των ανθρώπων να είναι απαλλαγμένοι από οποιαδήποτε μορφή βίας, ρατσιστικής ή/ και εκφοβιστικής συμπεριφοράς</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση εννοιών: σεξουαλική κακοποίηση, εκφοβιστική συμπεριφορά - Αναγνώριση της σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά - Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού και των άλλων - Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων - Σημασία εκδήλωσης ενσυναίσθησης - Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφασης σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας - Ασφαλείς ενέργειες - Δεκτικότητα της ανάγκης για στήριξη ατόμων που έχουν υποστεί βία/ εκφοβιστική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Ατομική και συλλογική ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, του αυτοσεβασμού και της προσωπικής αυτονομίας και αυτοδιάθεσης

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αποδεχτούν τη σημασία της ενσυναίσθησης ως βασική δεξιότητα για την πρόληψη και την καταπολέμηση των διακρίσεων, της μισαλλοδοξίας και του ρατσισμού και ταυτόχρονα να προβληματιστούν και να ασκήσουν κριτική στα έμφυλα στερεότυπα και τη βία προτείνοντας τρόπους πρόληψης του ρατσισμού και της βίας μέσα από την προαγωγή και εκδήλωση της ενσυναίσθησης και της κατανόησης των άλλων.

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Τύποι συμπεριφορών στην επικοινωνία

Μέσα Διαδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό μηχάνημα,
πίνακας
ποστ ιτ

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
συζήτηση, σενάρια,
μελέτη περίπτωσης,
επιτραπέζιο παιχνίδι

Αξιολόγηση

Συντρέχουσα,
διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αποδεχτούν ότι η ενσυναίσθηση ως δεξιότητα αποτελεί βασικό τρόπο πρόληψης και καταπολέμησης των διακρίσεων, της μισαλλοδοξίας και του ρατσισμού.

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να προβληματιστούν σχετικά με τα έμφυλα στερεότυπα και τη βία, να ασκήσουν κριτική σε αυτά και να αναδείξουν τρόπους αντιμετώπισης του ρατσισμού και της βίας.

Δραστηριότητες

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Παρατήρησε - Άκουσε - Σκέψου και Αποφάσισε

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

Ορισμός Ενσυναίσθησης

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

Πρόληψη και καταπολέμηση του ρατσισμού μέσω της ενσυναίσθησης

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4: Η ενσυναίσθηση στις διαπροσωπικές σχέσεις

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση

Χρόνος

5'

9'

5'

10' - 14'

5'

5'

5'

5'

5'

5'

5'

5'

Δραστηριότητες

ΕΙΣΑΓΩΓΗ: Ανάκληση γνώσεων

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

Απεικονίσεις ΜΜΕ και ΜΚΔ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Συνέπειες

προβολής έμφυλων στερεοτύπων από τα ΜΜΕ και ΜΚΔ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

Αναγνώριση και αντιμετώπιση ρατσιστικής συμπεριφοράς

ΚΛΕΙΣΙΜΟ:

Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση

Χρόνος

4'

20'

10'

10'

10'

10'

8'

8'

8'

8'

2'

2'

Αφόρμηση - Πρόκληση Ενδιαφέροντος

5'



2^ο Εργαστήριο (α' τετράμηνο)
Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης

Εκπαιδευτικό Υπουργείο
Εκπαιδευτική Πολιτική
Εκπαιδευτική Διαχείριση
2014 - 2015



Σκοπός εργαστηρίων Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης



Κανόνες
διεξαγωγής
εργαστηρίου



Ενσυναίσθηση

Η δύναμη της επικοινωνίας



Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες με το μελοποιημένο ποίημα Μικρόκοσμος. Μόλις οι μαθητές/μαθήτριες πάρουν τις θέσεις τους, ο/η εκπαιδευτικός θυμίζει τον σκοπό των εργαστηριακών συναντήσεων και τους κανόνες του εργαστηρίου και τους/τις ενημερώνει για το θέμα της συνάντησης. (διαφάνειες 1 – 5)

Στη συνέχεια, θέτει στους/στις μαθητές/μαθήτριες τα ερωτήματα

«Τι είναι η ενσυναίσθηση;

Πώς δείχνω ενσυναίσθηση σε κάποιο άτομο;

Είναι σημαντικό να δείχνω και να λαμβάνω ενσυναίσθηση;». (διαφάνεια 6)

Η τάξη ενημερώνεται ότι τα ερωτήματα αυτά θα αποτελέσουν τον κεντρικό άξονα της συνάντησης και προχωρά στη Δραστηριότητα 1.

ΔΟΜΗ 1^{ΗΣ} ΔΙΔΑΚΤΙΚΗΣ

Για την απάντηση των βασικών ερωτημάτων χρησιμοποιούνται οι δραστηριότητες με τον εξής τρόπο:

- Τι είναι η ενσυναίσθηση;
Δραστηριότητα 1 και 2
- Πώς δείχνω ενσυναίσθηση σε κάποιο άτομο;
Δραστηριότητα 3
- Είναι σημαντικό να δείχνω και να λαμβάνω ενσυναίσθηση;
Δραστηριότητα 4



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

Παρατήρησε – Άκουσε – Σκέψου και Αποφάσισε

2.1 Να αναγνωρίζουν συμπεριφορές που δείχνουν ενσυναίσθηση και να επιχειρηματολογούν υπέρ της εκδήλωσης ενσυναίσθησης

- Διασαφήνιση έννοιας ενσυναίσθησης
- Παραδείγματα και εφαρμογές ενσυναίσθησης
- Ανάπτυξη επιχειρημάτων για τη σημασία ενσυναίσθησης στις διαπροσωπικές σχέσεις
 - Ενσυναίσθηση και συμπεριφορά
 - Ενσυναίσθηση και επικοινωνία
 - Ενσυναίσθηση και συμπερίληψη – κοινωνική δικαιοσύνη
- Δεκτικότητα για τη σημασία των πανανθρώπινων αξιών (σεβασμός, αγάπη, ελευθερία, εντιμότητα, συνεργασία, υπευθυνότητα)
- Σεβασμός στη μοναδικότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα

Η συγκεκριμένη δραστηριότητα εκτυλίσσεται σε τρεις (3) φάσεις. Στη δραστηριότητα αυτή χρησιμοποιείται *οπτικό υλικό 1*, μια αφίσα, στην οποία εικονίζεται ένα πρόσωπο με διαφορετική έκφραση ανάλογα με τη θέση της (πάνω ή κάτω). Στόχος κάθε φορά είναι οι μαθητές/μαθήτριες να βρουν το συναίσθημα που εκφράζει το εικονιζόμενο άτομο της αφίσας. Σε όλες τις φάσεις η αφίσα είναι ίδια, με τη μόνη διαφορά ότι το συναίσθημα είναι διαφορετικό, ανάλογα από ποια οπτική παρατηρούν οι μαθητές/μαθήτριες την αφίσα. Σκοπός της δραστηριότητας είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αντιληφθούν ότι:

- ο/η καθένας/καθεμιά έχει τη γνώμη του/της ανάλογα με την οπτική από την οποία βλέπει την κατάσταση.
- ένα άτομο για να μπορεί να έχει μια πιο αντικειμενική άποψη για ένα γεγονός, χρειάζεται να ακούσει/δει/μελετήσει όλες τις οπτικές-θέσεις / όλα τα ενδεχόμενα.

1^η Φάση (διαφάνεια 7)

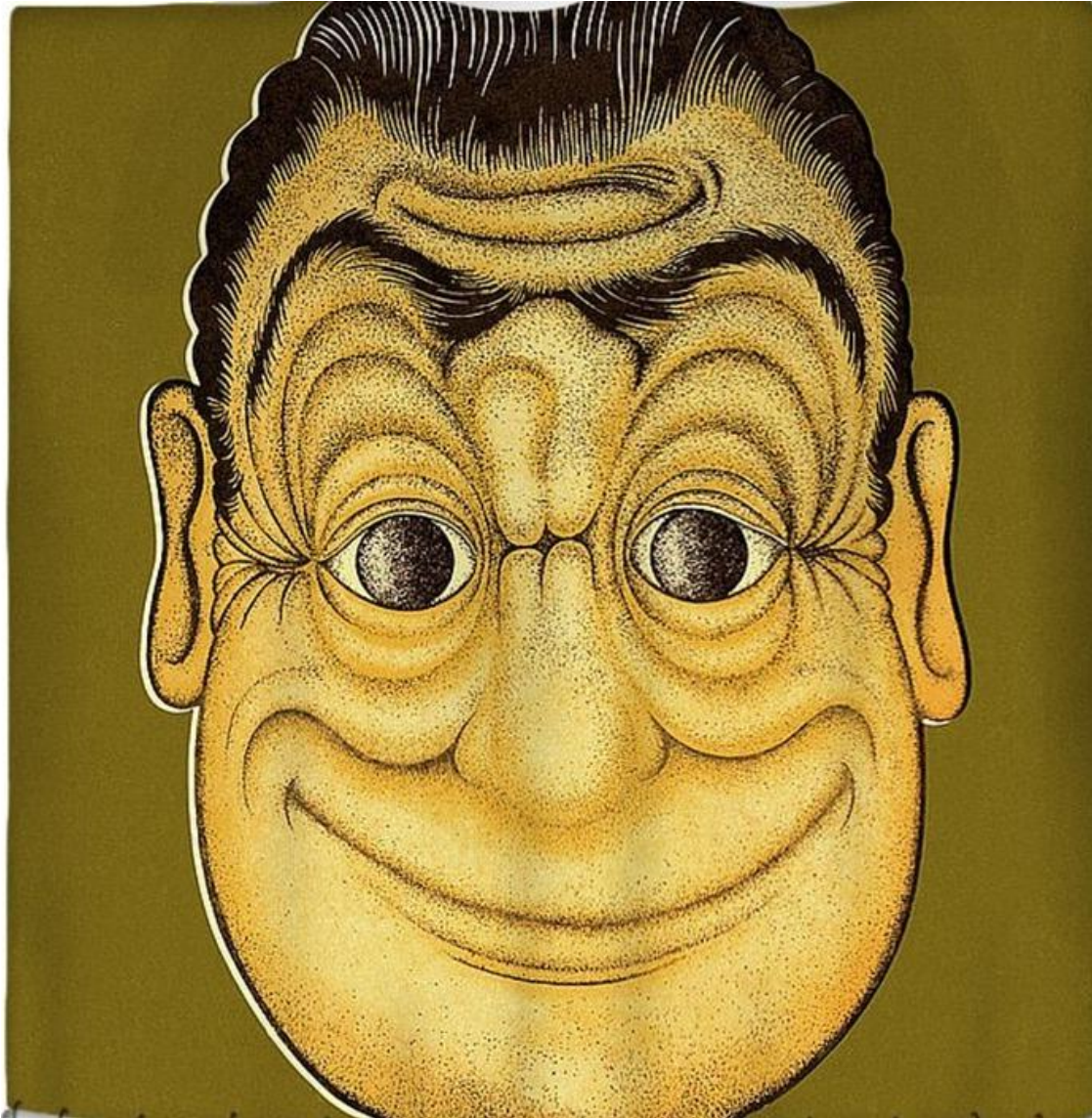
Τι συναίσθημα έχει το πρόσωπο στην αφίσα;



Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε δύο ομάδες και ενημερώνει ότι η ομάδα της οποίας όλα τα μέλη θα σημειώσουν το σωστό συναίσθημα που έχει το εικονιζόμενο άτομο θα κερδίσει. Στη συνέχεια, οι ομάδες κάθονται η μία απέναντι από την άλλη και στη μέση έχει τοποθετηθεί η αφίσα καλυμμένη. Κάθε μέλος της κάθε ομάδας έχει ένα πινακάκι και έναν μαρκαδόρο. Μόλις οι ομάδες πάρουν τη θέση τους, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει την αφίσα και ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες να καταγράψουν στο πινακάκι το συναίσθημα που έχει το πρόσωπο στην αφίσα (χαρά ή λύπη). Έπειτα, καλύπτει την αφίσα.

Στη συνέχεια, σηκώνουν τα πινακάκια ώστε να δείξουν την απάντησή τους στην ολομέλεια. Στο σημείο αυτό, ο/η εκπαιδευτικός επισημαίνει στην ολομέλεια να παρατηρήσουν τις απαντήσεις τόσο της ομάδας τους και όσο και της άλλης ομάδας.

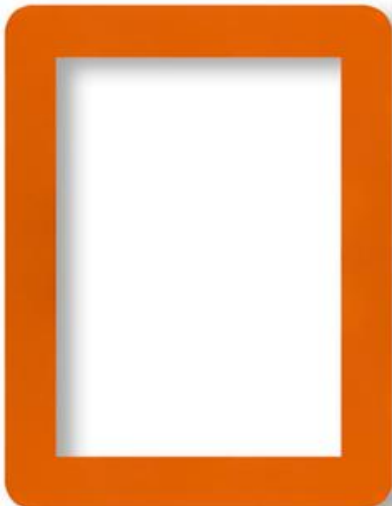
Εποπτικό Υλικό 1



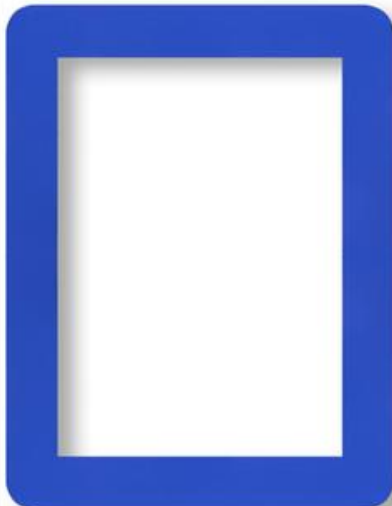
Εποπτικό Υλικό 2

Β' Λυκείου

1



2



3



2^η Φάση (διαφάνεια 7)

Τι συναίσθημα έχει το πρόσωπο στην αφίσα;



Ο/Η εκπαιδευτικός επιλέγει από την κάθε ομάδα τρεις (3) εθελοντές/εθελόντριες. Οι εθελοντές/εθελόντριες πηγαίνουν στην άλλη ομάδα. Μόλις οι εθελοντές/εθελόντριες πάρουν τη θέση τους, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει ξανά την αφίσα και ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες να καταγράψουν στο πινακάκι το συναίσθημα (χαρά ή λύπη) που έχει το πρόσωπο στην αφίσα αυτή τη φορά. Έπειτα, καλύπτει πάλι την αφίσα.

Στη συνέχεια, όλα τα μέλη των ομάδων σηκώνουν τα πινακάκια, ώστε να δείξουν την απάντησή τους στην ολομέλεια. Ο/Η εκπαιδευτικός, επισημαίνει ξανά στην ολομέλεια να παρατηρήσουν τις απαντήσεις τόσο στην ομάδα τους όσο και στην άλλη ομάδα.

3^η Φάση (διαφάνεια 7)

Τι συναίσθημα έχει το πρόσωπο στην αφίσα;



Οι εθελοντές/εθελόντριες επιστρέφουν στην αρχική τους ομάδα. Μόλις οι ομάδες πάρουν τη θέση τους, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει για τελευταία φορά την αφίσα και ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες να καταγράψουν στο πινακάκι το συναίσθημα που **τελικά**, έχει το πρόσωπο στην αφίσα. Έπειτα, καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να **καταλήξουν ως ομάδα σε μια απάντηση** σχετικά με το συναίσθημα που έχει το εικονιζόμενο άτομο. Για να επιτευχθεί αυτό θα πρέπει στην κάθε ομάδα να ακουστεί η εμπειρία των εθελοντών/εθελοντριών. Στη συνέχεια, σηκώνουν τα πινακάκια ώστε να δείξουν την απάντησή τους στην ολομέλεια (*αναμένεται να γράψουν και τα δύο συναισθήματα, χαρά και λύπη*). **(Τα πινακάκια είναι το 1^ο παραδοτέο)**

Ακολούθως, ο/η εκπαιδευτικός καλεί την τάξη να αναστοχαστεί τη δραστηριότητα χρησιμοποιώντας κατευθυνόμενο διάλογο και θέτοντας τα παρακάτω ερωτήματα.

- Πάμε λίγο να δούμε την εικόνα και να απαντήσουμε στο ερώτημα «ποιο είναι τελικά το συναίσθημα του εικονιζόμενου προσώπου;». Για κοιτάξετε τα πινακάκια. Τι παρατηρείτε;

↪ Αναμένεται στην 1^η φάση, όλα τα μέλη της ομάδας Α ' να έχουν καταγράψει το συναίσθημα της χαράς και όλα τα μέλη της ομάδας Β ' να έχουν καταγράψει το συναίσθημα της λύπης. Στη 2^η φάση, είναι αναμενόμενο τα μέλη να έχουν γράψει το ίδιο συναίσθημα, με εξαίρεση τους/τις εθελοντές/εθελόντριες οι οποίοι αναμένεται να γράψουν το αντίθετο από πριν. Στην 3^η φάση, αναμένεται να υπάρξει διάχυση της εμπειρίας των εθελοντών/εθελοντριών από την άλλη ομάδα, οπότε και ενδέχεται να είναι προβληματισμένοι/προβληματισμένες.

- Ας καταλήξουμε σε κάτι. Η εικόνα παρουσιάζει ένα μόνο ανδρικό πρόσωπο, σωστά;

↳ Αναμενόμενη απάντηση: ΟΧΙ. Παρουσιάζεται ένα ανδρικό πρόσωπο με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, π.χ. χωρίς μαλλιά, με γένια και μουστάκι και το συναίσθημά του είναι η λύπη όταν το κρατάς με έναν συγκεκριμένο τρόπο και όταν γυρίσεις την εικόνα 180° παρουσιάζεται ένα δεύτερο ανδρικό πρόσωπο με άλλα χαρακτηριστικά και το συναίσθημά του είναι η χαρά.

- Πώς καταλήξατε ως ομάδα σε ένα συναίσθημα; Ποιες αξίες σας χρησιμοποιήσατε για να οδηγηθείτε στην τελική σας απάντηση ως ομάδα; Πώς δουλέψατε;

↳ Αναμενόμενη απάντηση: **σεβασμός, ελευθερία, εντιμότητα, συνεργασία, υπευθυνότητα**

Σημειώνεται ότι είναι σημαντικό να επισημανθούν όλες οι αξίες για να γίνει η σύνδεση με το τελευταίο ερώτημα της δραστηριότητας.

Πάμε τώρα λίγο παρακάτω... (διαφάνεια 8)



- Ποιος πιστεύετε ότι είναι ο σκοπός αυτής της δραστηριότητας;

↳ Αναμενόμενη απάντηση: Ένα άτομο για να μπορεί να έχει μια πιο αντικειμενική άποψη για ένα γεγονός, χρειάζεται να ακούσει/δει/μελετήσει όλες τις οπτικές - θέσεις / όλα τα ενδεχόμενα.

- Η περιορισμένη οπτική που έχουμε για μια κατάσταση ή για μια ομάδα ανθρώπων μπορεί να οδηγήσει στα στερεότυπα;

↳ Αναμενόμενη απάντηση: Ναι. Ένα στερεότυπο είναι μια απλουστευμένη ή/και τυποποιημένη αντίληψη ή μια εικόνα, που συχνά έχουν οι άνθρωποι για μια άλλη ομάδα. Τα στερεότυπα μπορούν να είναι θετικά ή αρνητικά και είναι γενικεύσεις βασισμένες σε ελάχιστη ή περιορισμένη γνώση/οπτική για μια ομάδα ανθρώπων. Τα στερεότυπα επηρεάζουν τις αντιλήψεις που σχηματίζουμε για τους άλλους ανθρώπους, χωρίς να έχουμε ιδίαν άποψη.

- Θυμηθείτε από τις περσινές μας συναντήσεις... σε τι μπορεί να αφορά ένα στερεότυπο (σώμα, φύλο, θρησκεία, καταγωγή, σεξουαλικό προσανατολισμό, ιδεολογία), πού συναντάμε στερεοτυπικές αντιλήψεις (σπίτι, σχολείο, εργασία, ΜΚΔ - ΜΜΕ, τρόπους διασκέδασης), με ποιον τρόπο αναπαράγονται (με τον λόγο, με την εικόνα, με τη συμπεριφορά γενικότερα) και πού μπορεί να οδηγήσουν (προκατάληψη - διάκριση - ρατσισμό - βία);

- Πώς, λοιπόν, μπορώ να αποτρέψω τη βία - ρατσισμό - διάκριση - προκατάληψη - στερεότυπα;

↳ Αναμενόμενη απάντηση: γνώση και εκπαίδευση, μηδενική ανοχή στις διακρίσεις και τον ρατσισμό, καταγγελίες σύμφωνα με τις νομοθεσίες που επικρατούν, αποδοχή της μοναδικότητας όλων των ανθρώπων και των ανθρωπίνων δικαιωμάτων τους, συμπερίληψη.



«Βλέπετε, λοιπόν, ότι ο δρόμος προς στη συμπερίληψη περνά μέσα από την αποδόμηση των στερεοτύπων. Για να γκρεμιστούν αυτά τα τείχη θα πρέπει να τα χτυπήσουμε με την ενσυναίσθηση και για να μπορέσουμε να αποκτήσουμε και να καλλιεργήσουμε αυτό το εργαλείο (την ενσυναίσθηση), θα πρέπει να δουλέψει ο/η καθένας/καθεμιά με το αξιακό του σύστημα, τις αξίες που αναφέρατε στην αρχή, δηλαδή, σεβασμός, ελευθερία, εντιμότητα, συνεργασία, υπευθυνότητα». (διαφάνειες 9 - 10)

Οι συγκεκριμένες αξίες αναφέρθηκαν στην τρίτη ερώτηση της δραστηριότητας.

Στο σημείο αυτό ο/η εκπαιδευτικός ανακαλεί στη μνήμη των μαθητών/μαθητριών το τραγούδι εισόδου, Μικρόκοσμος και προχωρά στις απαραίτητες συνδέσεις.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Ορισμός Ενσυναίσθησης



2.1 Να αναγνωρίζουν συμπεριφορές που δείχνουν ενσυναίσθηση και να επιχειρηματολογούν υπέρ της εκδήλωσης ενσυναίσθησης

- Διασαφήνιση έννοιας ενσυναίσθησης
- Παραδείγματα και εφαρμογές ενσυναίσθησης
- Ανάπτυξη επιχειρημάτων για τη σημασία ενσυναίσθησης στις διαπροσωπικές σχέσεις
 - Ενσυναίσθηση και συμπεριφορά
 - Ενσυναίσθηση και επικοινωνία
 - Ενσυναίσθηση και συμπερίληψη – κοινωνική δικαιοσύνη
- Δεκτικότητα για τη σημασία των πανανθρώπινων αξιών (σεβασμός, αγάπη, ελευθερία, εντιμότητα, συνεργασία, υπευθυνότητα)
- Σεβασμός στη μοναδικότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα
- Καλλιέργεια ενσυναίσθησης

Ο/Η εκπαιδευτικός δημιουργεί μέσα σε κάθε ομάδα δύο (2) υποομάδες και τις καλεί να συμπληρώσουν ερωτηματολόγιο (Εποπτικό Υλικό 3), οι απαντήσεις του οποίου θα αξιοποιηθούν για την εξαγωγή του ορισμού της ενσυναίσθησης. Στην κάθε υποομάδα δίνεται ξεχωριστό ερωτηματολόγιο, το ένα αφορά στο θεωρητικό πλαίσιο και το άλλο στην έμπρακτη εκδήλωση ενσυναίσθησης. Οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να επιλέξουν ποιες δηλώσεις εμπεριέχουν ενσυναίσθηση και ποιες όχι. (Τα ερωτηματολόγια είναι το 2^ο Παραδοτέο).

Θεωρητικό Πλαίσιο	Έμπρακτη Εκδήλωση
Να διαισθάνεσαι τα συναισθήματα των άλλων.	Θα ήθελες να κάνουμε κάτι για αυτό;
Να φαντάζεσαι πώς μπορεί να νιώθει κάποιο άτομο	Μην υπεραναλύεις τόσο τα πράγματα.
Να φαντάζεσαι τι μπορεί να σκέφτεται κάποιο άτομο.	Εστίασε στο εδώ και τώρα
Να αναγνωρίζεις πώς νιώθει κάποιο άτομο.	Και εγώ το πέρασα αυτό.
Να νιώθεις λύπηση για κάποιο άτομο.	Καταλαβαίνω ότι είναι μια δύσκολη περίοδος για εσένα.
Να καταλαβαίνεις τα συναισθήματα του άλλου ατόμου.	Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;
Να βλέπεις τα πράγματα από άλλη οπτική.	Είμαι εδώ να σε ακούσω.
Να ακούς τι έχει να πει κάποιο άτομο.	Σκέψου θετικά.
Να νιώθεις άσχημα με τη δυστυχία του άλλου ατόμου.	Μην αγχώνεσαι.



Στη συνέχεια, παρουσιάζουν τις απαντήσεις μέσα στην ομάδα τους. Με αυτόν, τον τρόπο δίνεται απάντηση στο 1^ο βασικό ερώτημα: «**Τι είναι η ενσυναίσθηση;**». Ο/Η εκπαιδευτικός κατευθύνει τη συζήτηση στην ολομέλεια ώστε να απαντηθεί το 1^ο βασικό ερώτημα (διαφάνειες 11 -13).

Ερωτηματολόγιο 1

Τι πιστεύεις ότι είναι η ενσυναίσθηση;
Βάλε ✓ σε όσες δηλώσεις πιστεύεις ότι είναι **ενσυναίσθηση**.

Ενσυναίσθηση είναι:

Να διαισθάνεσαι
τα
συναισθήματα
των άλλων

Να φαντάζεσαι
πώς μπορεί να
νιώθει κάποιο
άτομο

Να
φαντάζεσαι τι
μπορεί να
σκέφτεται
κάποιο άτομο

Να
καταλαβαίνεις
τα
συναισθήματα
του άλλου
ατόμου

Να βλέπεις τα
πράγματα από
άλλη οπτική

Να ακούς τι
έχει να πει
κάποιο
άτομο

Να αναγνωρίζεις
πώς νιώθει το
άλλο άτομο

Να νιώθεις
λύπη για
κάποιο
άτομο

Να νιώθεις
άσχημα με τη
δυστυχία του
άλλου ατόμου

Ερωτηματολόγιο 2

Τι πιστεύεις ότι είναι η ενσυναίσθηση;
 Βάλε ✓ σε όσες δηλώσεις πιστεύεις ότι εκφράζουν ενσυναίσθηση.

Ενσυναίσθηση εκφράζει κάποιο άτομο όταν λέει σε κάποιο άλλο άτομο:

«Θα ήθελες να
 κάναμε κάτι για
 αυτό;»

«Μην
 υπεραναλύεις
 τόσο τα
 πράγματα».

«Εστίασε στο
 εδώ και
 τώρα».

«Και εγώ το
 πέρασα αυτό».

«Καταλαβαίνω
 ότι είναι μια
 δύσκολη
 περίοδος για
 εσένα».

«Πώς μπορώ
 να σε
 βοηθήσω;»

«Είμαι εδώ να
 σε ακούσω».

«Σκέψου
 θετικά».

«Μην
 αγχώνεσαι».

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

10' - 14'

Παρατήρησε – Άκουσε – Σκέψου και Αποφάσισε

2.2 Να επιχειρηματολογούν υπέρ της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής

- Διασαφήνιση εννοιών: μοναδικότητα, διαφορετικότητα, διακρίσεις, ρατσισμός, μισαλλοδοξία
 - Αναγνώριση ομάδων που βιώνουν διακρίσεις και ρατσισμό στη βάση: του φύλου, της εθνικότητας, της εμφάνισης, της θρησκείας, της σεξουαλικότητας, της ηλικίας, της καταγωγής, της γλώσσας, της κουλτούρας, της αναπηρίας, της οικονομικής κατάστασης.

- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία πρόληψης του ρατσισμού
 - Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση ατόμων/ομάδων, εκδήλωση βίας)
 - Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού
 - Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού (κριτική θεώρηση κοινωνικών στερεοτύπων, αποδοχή - σεβασμός - συμπερίληψη, ενσυναίσθηση)
 - Αντιμετώπιση ρατσιστικών περιστατικών - Καταγγελία
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων
 Προστασία δικαιωμάτων από τοπικούς, διεθνείς και ευρωπαϊκούς φορείς
 Σύνδεση δικαιωμάτων και νομοθεσίας
 Σχέση ανάμεσα στα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις - Παραβίαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων
 Επιπτώσεις της παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων
 Σύνδεση προστασίας ανθρωπίνων δικαιωμάτων, αντιμετώπισης κοινωνικών ανισοτήτων και προαγωγής της κοινωνικής συνοχής και της δημόσιας υγείας
 - Δεκτικότητα για σεβασμό και υπεράσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων

Ο κυριότερος τρόπος αντιμετώπισης του ρατσισμού είναι η αναγνώριση και συστηματική και συνεπής διαχείριση και καταγραφή ρατσιστικών περιστατικών. Η ενσυναίσθηση συμβάλλει στην αναγνώριση ρατσιστικών συμπεριφορών. Με την παρούσα δραστηριότητα γίνεται προσπάθεια οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν ρατσιστικές συμπεριφορές. Έπειτα, καλούνται να επιλέξουν τον τρόπο αντιμετώπισης με τον οποίο εκδηλώνεται η ενσυναίσθηση για την εκάστοτε ρατσιστική συμπεριφορά. Τέλος, παροτρύνονται να αναγνωρίσουν τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να αντιδράσουν για να συμβάλλουν στην πρόληψη ρατσιστικών συμπεριφορών σε οποιοδήποτε επίπεδο σχέσης τους.



Το 2^ο ερώτημα «**Πώς δείχνω ενσυναίσθηση;**», οι μαθητές/μαθήτριες θα το απαντήσουν μέσα από το παιχνίδι «Ποιος/ποια νοιάζεται; Πολιτικό Θάρρος: Υψώνοντας το ανάστημά μας στα ανθρώπινα δικαιώματα!» (διαφάνεια 14).

1. Ένα νεαρός άντρας με εναλλακτική εμφάνιση δέχεται απειλές και σπρωξίματα από μια ομάδα εφήβων στη στάση του λεωφορείου!



2. Δύο αγόρια σπρώχνουν έναν συμμαθητή τους στο έδαφος αποκαλώντας τον «σπασίτλα».



3. Μια νεαρή μαύρη γυναίκα δέχεται ρατσιστικές προσβολές στον δρόμο.



4. Μια γυναίκα, ενώ κάθεται με το βρέφος της μπροστά στην είσοδο της υπεραγοράς και ζητιανεύει, κακοποιείται λεκτικά καθώς της «έβρισι γόφτισες!».



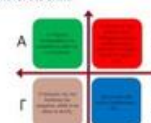
5. Μια ομάδα εφήβων σκόπιμα μπλοκάρει τον δρόμο σε μια γυναίκα που χρησιμοποιεί τροχοκάθισμα.



6. Ανακαλύπτεις ότι η νέα συμμαθήτριά σας διατηρεί προφίλ στα Μ.Κ.Δ. για το οποίο δέχεται μπουλινγκ εδώ και μέρες.



6. Μια γυναίκα δυσκολεύεται με τις διάφορες δουλειές που ανέλαβε να κάνει στο σπίτι.



6. Ένα αγόρι βγαίνει σε ραντεβού με την κοπέλα του και κάθε φορά την ώρα του λογαριασμού...



Στο συγκεκριμένο παιχνίδι οι μαθητές/μαθήτριες θα πρέπει ανάλογα με τη φράση που ακούν να πάρουν μια από τις δοθείσες θέσεις (Α, Β, Γ, Δ) (διαφάνειες 15 – 22). Οι δοθείσες θέσεις (Α,Β,Γ,Δ) για κάθε φράση είναι διαφορετικές αλλά αποδίδουν το ίδιο μήνυμα (ενσυναίσθηση, αδιαφορία, παθητικότητα). Θα δοθεί επιπλέον επεξήγηση στην επιμόρφωση.

Οι φράσεις που θα χρησιμοποιηθούν είναι:

1. Ένα νεαρός άντρας με εναλλακτική εμφάνιση δέχεται απειλές και σπρωξίματα από μια ομάδα εφήβων στη στάση του λεωφορείου!
2. Δύο αγόρια σπρώχνουν έναν συμμαθητή τους στο έδαφος αποκαλώντας τον «σπασίτλα».
3. Μια νεαρή μαύρη γυναίκα δέχεται ρατσιστικές προσβολές στον δρόμο.
4. Μια γυναίκα, ενώ κάθεται με το βρέφος της μπροστά στην είσοδο της υπεραγοράς και ζητιανεύει, κακοποιείται λεκτικά καθώς της φωνάζουν «έξω οι γύφτισες!».
5. Μια ομάδα εφήβων σκόπιμα μπλοκάρει τον δρόμο σε μια γυναίκα που χρησιμοποιεί τροχοκάθισμα.
6. Ανακαλύπτεις ότι η νέα συμμαθήτριά σας διατηρεί ψεύτικο προφίλ στα Μ.Κ.Δ. για το οποίο δέχεται μπουλινγκ εδώ και μέρες.
7. Μία γυναίκα δυσκολεύεται με τις διάφορες δουλειές που ανέλαβε να κάνει στο σπίτι.
8. Ένα αγόρι βγαίνει ραντεβού με την κοπέλα του και κάθε φορά την ώρα του λογαριασμού...

Σημείωση: Στη δραστηριότητα να χρησιμοποιηθούν όσες φράσεις επιτρέπει ο χρόνος.

Με την ολοκλήρωση του παιχνιδιού, ο/η εκπαιδευτικός προβάλλει το βίντεο **Stand up, speak up** για να τονίσει τη σημασία του να υπερασπιζόμαστε τα ανθρώπινα δικαιώματα για όλους τους ανθρώπους. Μετά την προβολή του βίντεο, δίνει τον λόγο σε 1 – 2 μαθητές/μαθήτριες για να το σχολιάσουν και σε περίπτωση που δεν ακουστεί το βασικό μήνυμα, το καταθέτει ο/η ίδιος/ίδια **«Είναι σημαντικό να μιλάμε και να υπερασπιζόμαστε τα ανθρώπινα δικαιώματα, όταν αυτά παραβιάζονται, είτε σε εμάς είτε σε κάποιο άλλο άτομο».** Στο σημείο αυτό ο/η εκπαιδευτικός ανακαλεί στη μνήμη των μαθητών/μαθητριών το τραγούδι εισόδου, «Μικρόκοσμος» και προχωρά στις απαραίτητες συνδέσεις.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4:

5'

Η ενσυναίσθηση στις διαπροσωπικές σχέσεις

2.2 Να επιχειρηματολογούν υπέρ της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων σε ατομικό και κοινωνικό επίπεδο και να αιτιολογούν την πρόληψη του ρατσισμού ως βασικό παράγοντα προαγωγής της υγείας και της κοινωνικής συνοχής

- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία πρόληψης του ρατσισμού

- Συνέπειες ρατσισμού (περιθωριοποίηση ατόμων/ ομάδων, εκδήλωση βίας)
- Αναγκαιότητα πρόληψης ρατσισμού
- Ανάδειξη τρόπων πρόληψης ρατσισμού (κριτική θεώρηση κοινωνικών στερεοτύπων, αποδοχή - σεβασμός - συμπερίληψη, ενσυναίσθηση)
- Αντιμετώπιση ρατσιστικών περιστατικών - Καταγγελία

- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων

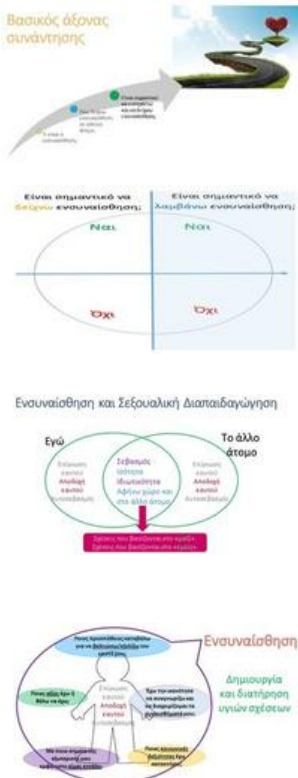
Προστασία δικαιωμάτων από τοπικούς, διεθνείς και ευρωπαϊκούς φορείς
Σύνδεση δικαιωμάτων και νομοθεσίας

Σχέση ανάμεσα στα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις - Παραβίαση ανθρωπίνων δικαιωμάτων

Επιπτώσεις της παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων

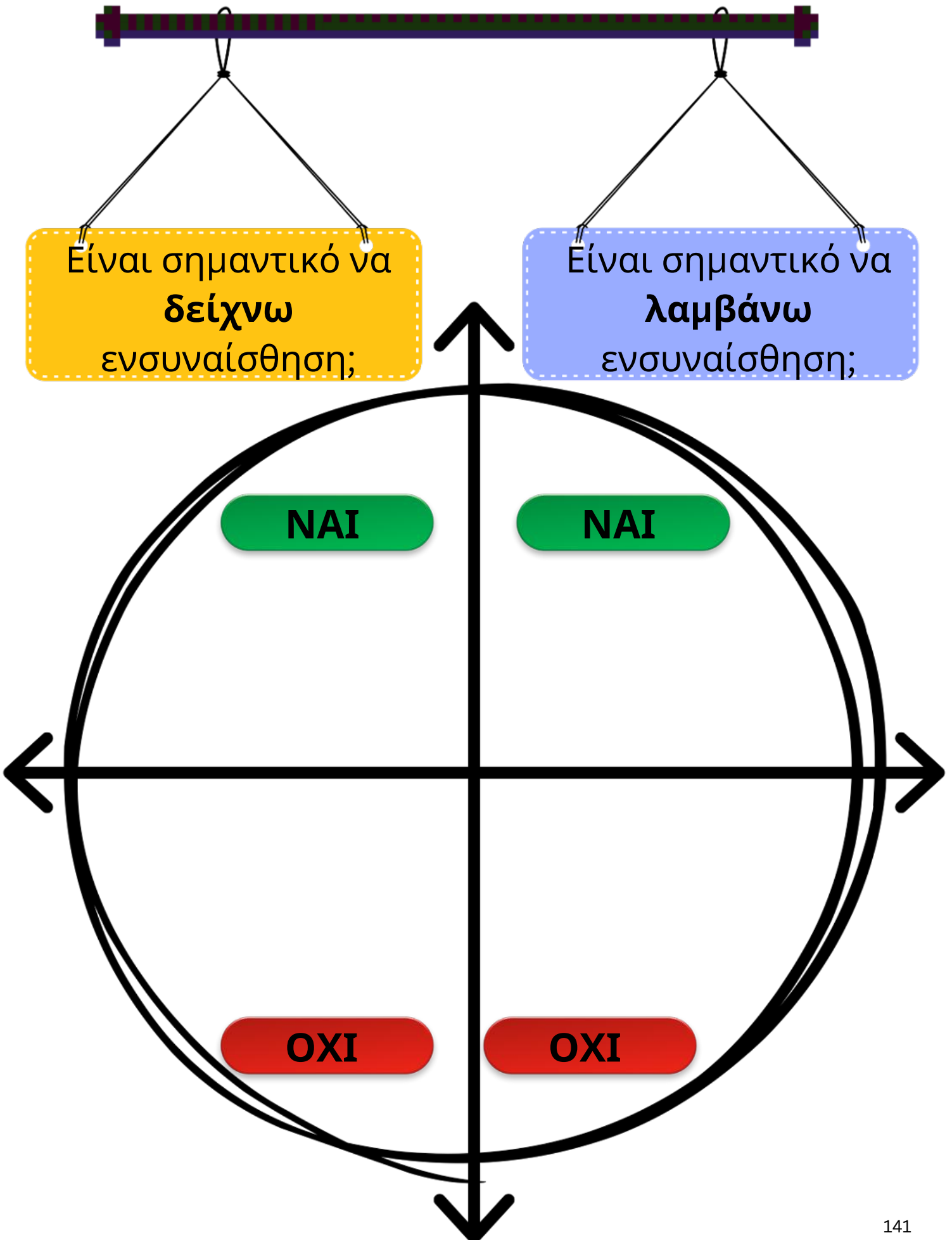
Σύνδεση προστασίας ανθρωπίνων δικαιωμάτων, αντιμετώπισης κοινωνικών ανισοτήτων και προαγωγής της κοινωνικής συνοχής και της δημόσιας υγείας

- Δεκτικότητα για σεβασμό και υπεράσπιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων



Ο/Η εκπαιδευτικός ολοκληρώνει τη διδακτική θέτοντας το 3^ο ερώτημα που τέθηκε στην αρχή, το οποίο έχει δύο σκέλη **«Είναι σημαντικό να δείχνω και να λαμβάνω ενσυναίσθηση;»** (διαφάνεια 24). Συγκεκριμένα, καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να βάλουν μια κουκίδα ανάλογα με το τι πιστεύουν σχετικά με τον ρόλο της ενσυναίσθησης στη ζωή των ανθρώπων στο σχήμα του φύλλου εργασίας (Εποπτικό Υλικό 4) (διαφάνεια 25).

Αναμένεται αν όχι όλες, οι περισσότερες απαντήσεις, να βρίσκονται στα ναι. Το αποτέλεσμα αυτό αναδεικνύει το γεγονός ότι ενώ οι περισσότεροι από εμάς αντιλαμβανόμαστε και αποδεχόμαστε θεωρητικά τη σημασία της ενσυναίσθησης, ωστόσο, φαίνεται δύσκολο να δείξουμε ενσυναίσθηση έμπρακτα στο άλλο πρόσωπο. Τονίζεται ότι η ανάπτυξη της δεξιότητας για εκδήλωση ενσυναίσθησης αφορά σε όλα τα επίπεδα των σχέσεων. Ακολουθώς, θέτει το ερώτημα **«Πώς σχετίζεται η ενσυναίσθηση με τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση και συγκεκριμένα με τις διαπροσωπικές σχέσεις; Γιατί είναι τόσο σπουδαία η ενσυναίσθηση;»** (διαφάνειες 26 – 27).



Η ενσυναίσθηση αποτελεί δεξιότητα που ενισχύει τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, καθώς βοηθά τους ανθρώπους να αναγνωρίζουν και να σέβονται τη διαφορετικότητα κάθε ατόμου – είτε αφορά την εμφάνιση, την εθνικότητα, την κοινωνική θέση, το φύλο, την αναπηρία ή τον σεξουαλικό προσανατολισμό.

Τα στερεότυπα και οι διακρίσεις επηρεάζουν τη διαμόρφωση της ταυτότητας και την αίσθηση ασφάλειας και τελικά τις διαπροσωπικές σχέσεις. Η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης προάγει την ισότητα, την αμοιβαία αποδοχή και τη συναίνεση στις ανθρώπινες σχέσεις και λειτουργεί ως προληπτικός παράγοντας απέναντι σε φαινόμενα βίας, σεξισμού και κοινωνικού αποκλεισμού. Εάν, για παράδειγμα, κάποιο άτομο συμπεριφέρεται με ρατσιστικό τρόπο απέναντι σε κάποιο άγνωστο άτομο, αργά ή γρήγορα θα εκδηλώσει ρατσιστική συμπεριφορά και μέσα στη σχέση του.

Με την ενσυναίσθηση μπορώ να εκφραστώ ελεύθερα στο πλαίσιο του σεβασμού, της ισότητας και της ιδιωτικότητας και αφήνω χώρο να εκφραστεί και ο/η άλλος/άλλη ελεύθερα μέσα στο ίδιο πλαίσιο, σεβόμενοι/σεβόμενες ο/η καθένas/καθεμία τη μοναδικότητα του άλλου προσώπου. Είναι σημαντικό να «ακούσω», να νιώσω, να αντιληφθώ, να συναισθανθώ τις ανάγκες, τα θέλω και τη σεξουαλική ετοιμότητα του άλλου ατόμου πριν προχωρήσω στην εκδήλωση οποιασδήποτε σεξουαλικής συμπεριφοράς (και αντίστροφα). Όταν μέσα στις σχέσεις λειτουργούμε με την ενσυναίσθηση είναι πιο εύκολο να «ακουστεί» η άρνηση της συναίνεσης και να γίνει σεβαστή.

Η ενσυναίσθηση δίνει την ευκαιρία στα άτομα να δημιουργήσουν μια σχέση που βασίζεται στο εσύ, στο εμείς και το μαζί, χωρίς να καταπατάται το εγώ. Με άλλα λόγια, βοηθά τα άτομα να αναγνωρίζουν όχι μόνο τα δικά τους συναισθήματα και ανάγκες, αλλά και των άλλων. Μέσα από την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης, μπορούμε να σεβόμαστε τα όρια του άλλου ατόμου, να αναγνωρίζουμε πότε υπάρχει ή δεν υπάρχει συναίνεση και να δημιουργούμε σχέσεις βασισμένες στην αλληλοκατανόηση και την ισότητα.

Βασική προϋπόθεση της ενσυναίσθησης είναι η επίγνωσή του ίδιου του εαυτού μου και η αποδοχή του. Η ενσυναίσθηση στρέφει το δάχτυλο στο ίδιο το άτομο σε σχέση με το άλλο άτομο και αντικατοπτρίζει τη λειτουργία/συνεργασία τεσσάρων διαστάσεων του εαυτού του: Συναισθηματικός εαυτός -> Ηθικός εαυτός -> Νοητικός εαυτός -> Κοινωνικός εαυτός.

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, επομένως, δεν περιορίζεται μόνο στη μετάδοση πληροφοριών για το σώμα ή την πρόληψη, αλλά περιλαμβάνει και την ενίσχυση δεξιοτήτων, όπως η ενσυναίσθηση, που είναι απαραίτητες για υγιείς και υπεύθυνες σχέσεις.

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Ατομική Αξιολόγηση



Ευχαριστώ



Ο/Η εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τα βασικά σημεία του εργαστηρίου, ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες και δίνει ραντεβού για τις συναντήσεις του Β' τετραμήνου. (διαφάνεια 28)

Αφόρμηση - Πρόκληση Ενδιαφέροντος

4'



Ο/Η εκπαιδευτικός θυμίζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες τον σκοπό των εργαστηριακών συναντήσεων και τους κανόνες του εργαστηρίου. Έπειτα, προχωρά σε ανασκόπηση όλων των προηγούμενων εργαστηρίων και τους/τις ενημερώνει για το θέμα της συνάντησης (Εμφυλές Στερεοτυπικές Αναπαραστάσεις – Υγιείς Σχέσεις Πρόληψη βίας) και τον τρόπο εργασίας (**Gallery Walk**) (διαφάνειες 1 - 7).

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ “Gallery Walk” (GW)

Οι μαθητές/μαθήτριες είναι σε ομάδες. Ο/Η εκπαιδευτικός θέτει ένα ερώτημα – πρόβλημα και οι ομάδες δίνουν τη δική τους απάντηση πάνω σε μια κόλλα χαρτί. Συγκεκριμένα, μπορούν να γράψουν ή να σχεδιάσουν την απάντησή τους, παραθέτοντας τα επιχειρήματά τους.

Έπειτα, κάθε ομάδα αναρτά τις απαντήσεις της στον τοίχο και οι άλλες ομάδες, αφού μελετήσουν τη δουλειά κάθε ομάδας, θα πρέπει να σχολιάσουν την εργασία της. Συγκεκριμένα, χρησιμοποιώντας χαρτάκια τύπου *post it* σχολιάζουν, ζητούν επιπλέον εξήγηση ή/και αντικρούουν κάποιο επιχειρήμα.

Στο επόμενο βήμα, η κάθε ομάδα επιστρέφει στη βάση της, μαζί με την αναρτημένη εργασία της και συμπληρώνει σε αυτή τα στοιχεία τα οποία ζητήθηκαν από τις άλλες ομάδες. Μόλις ολοκληρώσουν την εργασία τους, την αναρτούν ξανά στον τοίχο ή την παρουσιάζουν.

ΔΟΜΗ 2^{ΗΣ} ΔΙΔΑΚΤΙΚΗΣ

Στη 2^η διδακτική του συγκεκριμένου σχεδίου μαθήματος το Gallery Walk θα διεξαχθεί ως εξής:

1. Οι μαθητές/μαθήτριες είναι χωρισμένοι σε τρεις (3) ομάδες.
2. Κάθε ομάδα έχει το δικό της πρότυπο Αναρτώμενης Παρουσίασης. Το πρότυπο είναι ίδιο για όλες τις ομάδες.
3. Κάθε φορά, ο/η εκπαιδευτικός θέτει το βασικό ερώτημα και οι ομάδες απαντούν στο αντίστοιχο σημείο της Αναρτώμενης Παρουσίασης.
4. Τα βασικά ερωτήματα που θα τεθούν είναι τρία (3) και αντιστοιχούν στις τρεις (3) δραστηριότητες μέσω των οποίων θα διεξαχθεί η διδασκαλία.
5. Οι απαντήσεις των ομάδων σε κάθε βασικό ερώτημα στην Αναρτώμενη Παρουσίαση αποτελεί το τελικό αποτέλεσμα του Gallery Walk για την κάθε ομάδα.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Απεικονίσεις ΜΜΕ και ΜΚΔ

1.3 Να ασκούν κριτική στις έμφυλες στερεοτυπικές αναπαραστάσεις που προβάλλονται στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης και να αναλύουν την επίδρασή τους στη διαμόρφωση προκαταλήψεων και διακρίσεων

-Αναγνώριση απεικονίσεων και αναπαραστάσεων (εικόνα και λόγος) των ΜΜΕ και ΜΚΔ που προάγουν έμφυλα στερεότυπα, διακρίσεις, σεξιστικές συμπεριφορές, μη συναινετικές αποφάσεις κ.λπ.

-Ανάλυση επιπτώσεων προβολής έμφυλων στερεοτύπων, διακρίσεων, σεξιστικών και ρατσιστικών συμπεριφορών

- διαμόρφωση ταυτότητας
- εκδήλωση συμπεριφορών
- ποιότητα σχέσεων

Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε τρεις (3) ομάδες. Σε κάθε ομάδα δίνει το φύλλο αναρτώμενης παρουσίασης (ίδιο για όλες τις ομάδες), το οποίο θα πρέπει να συμπληρώσουν κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου και αυτό θα αποτελέσει την «αναρτώμενη παρουσίασή» της. Επιπλέον, δίνει σε κάθε ομάδα μια φωτογραφία με ένα άτομο που εργάζεται στην πυροσβεστική υπηρεσία (*Εποπτικό Υλικό 5*). Στην πρώτη ομάδα το άτομο έχει το πρόσωπο καλυμμένο, στη δεύτερη ομάδα το άτομο έχει το πρόσωπό του ακάλυπτο και είναι γυναίκα και στην τρίτη ομάδα το άτομο έχει το πρόσωπό του ακάλυπτο και είναι άντρας.

Οι ομάδες θα πρέπει με βάση τη φωτογραφία που έχουν να απαντήσουν στο 1^ο βασικό ερώτημα «**Ποια είναι τα συναισθήματα του ατόμου της φωτογραφίας σας;**», καθώς και στα δευτερεύοντα (*διαφάνεια 8*):

Τι επάγγελμα κάνει το εικονιζόμενο άτομο;

Αναμενόμενη Απάντηση: πυροσβέστης – πυροσβέστρια

Τι χαρακτηριστικά πρέπει να έχει ένα άτομο για να απασχολείται σε αυτή τη θέση;

Αναμενόμενη Απάντηση: προσοχή, συνέπεια, υπακοή, συνεργασία, σταθερότητα, ευστοχία, δύναμη, σβελτάδα

Ποιο είναι το βιολογικό φύλο του εικονιζόμενου προσώπου;

Αναμενόμενη Απάντηση: άντρας – γυναίκα)

Δραστηριότητα 1: Βασικό ερώτημα

«Ποια είναι τα συναισθήματα του ατόμου της φωτογραφίας σας;»

Δευτερεύοντα: Κανά για όλες τις ομάδες Ερωτήματα (μόνο σε αυτό το δραστηριότητα)

- 1. Τι επάγγελμα κάνει το εικονιζόμενο άτομο;
- 2. Τι χαρακτηριστικά πρέπει να έχει ένα άτομο για να απασχολείται σε αυτή τη θέση;
- 3. Ποιο είναι το βιολογικό φύλο του εικονιζόμενου προσώπου;



Δραστηριότητα 1

Α. Τι επάγγελμα κάνει το εικονιζόμενο πρόσωπο;



Β. Ποιο είναι το βιολογικό φύλο του εικονιζόμενου προσώπου;

Ομάδα Α' : 10/10

Γ. Τρία (3) χαρακτηριστικά που πρέπει να έχει το άτομο για αυτή τη θέση:

Δ. Ποια είναι τα συναισθήματα του ατόμου της φωτογραφίας;

Δραστηριότητα 2

Ποιους τομείς της ζωής μας μπορεί να επηρεάζει η προβολή στερεοτύπων σε ταινίες, διαφημίσεις, παιχνίδια, καρναβαλιστικές στολές, ειδήσεις;

Δραστηριότητα 3

Με ποιον τρόπο μπορεί να υπάρξει πρόληψη ρατσιστικής/ εκφοβιστικής/ βίαιης συμπεριφοράς;



Δραστηριότητα 1

Α. Τι επάγγελμα κάνει το εικονιζόμενο πρόσωπο;



Β. Ποιο είναι το βιολογικό φύλο του εικονιζόμενου προσώπου;

Ομάδα Β' ψηφίο

»» Δραστηριότητα 2

Ποιους τομείς της ζωής μας μπορεί να επηρεάζει η προβολή στερεοτύπων σε ταινίες, διαφημίσεις, παιχνίδια, καρναβαλίστικες στολές, ειδήσεις;

✓ Δραστηριότητα 3

Με ποιον τρόπο μπορεί να υπάρξει πρόληψη ρατσιστικής/ εκφοβιστικής/ βίαιης συμπεριφοράς;

Γ. Τρία (3) χαρακτηριστικά που πρέπει να έχει το άτομο για αυτή τη θέση:

Δ. Ποια είναι τα συναισθήματα του ατόμου της φωτογραφίας;



Δραστηριότητα 1

Α. Τι επάγγελμα κάνει το εικονιζόμενο πρόσωπο;



Β. Ποιο είναι το βιολογικό φύλο του εικονιζόμενου προσώπου;

Ομάδα Γ'

Γ. Τρία (3) χαρακτηριστικά που πρέπει να έχει το άτομο για αυτή τη θέση:

Δ. Ποια είναι τα συναισθήματα του ατόμου της φωτογραφίας;

»» Δραστηριότητα 2

Ποιους τομείς της ζωής μας μπορεί να επηρεάζει η προβολή στερεοτύπων σε ταινίες, διαφημίσεις, παιχνίδια, καρναβαλιστικές στολές, ειδήσεις;

» Δραστηριότητα 3

Με ποιον τρόπο μπορεί να υπάρξει πρόληψη ρατσιστικής/ εκφοβιστικής/ βίαιης συμπεριφοράς;

Ο/Η εκπαιδευτικός χρησιμοποιώντας τις απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών προχωρά σε κατευθυνόμενο διάλογο θέτοντας τα παρακάτω ερωτήματα:

- Τα χαρακτηριστικά που αναφέρατε ότι θα πρέπει να έχει ένα άτομο για να επιτελεί το λειτούργημα του πυροσβέστη σχετίζονται με το βιολογικό του φύλο;
- Η ομάδα που είχε φωτογραφία με το πρόσωπο του ατόμου καλυμμένο, δήλωσε ότι το βιολογικό φύλο του εικονιζόμενου προσώπου είναι αρσενικό. Γιατί πιστεύετε αυτό; Πού οφείλεται αυτή η αυθόρμητη απάντηση, που ίσως όλοι/όλες να σκεφτήκαμε κάποια στιγμή για κάτι αντίστοιχο; (ταινίες, διαφημίσεις, παιχνίδια, καρναβαλίστικες στολές, ειδήσεις)

Συμπέρασμα στο οποίο θα πρέπει να καταλήξει η δραστηριότητα:

«Οι απεικονίσεις και οι αναπαραστάσεις των ΜΜΕ και ΜΚΔ σχετικά με το πώς προβάλλονται τα δύο φύλα συχνά επιδρούν καταλυτικά στον τρόπο που σκεφτόμαστε, δρούμε, αποφασίζουμε ή/και δεχόμαστε κάποια πράγματα».

Σημειώσεις:

1. Σε περίπτωση που η ομάδα Α δηλώσει ότι το εικονιζόμενο άτομο μπορεί να είναι είτε άντρας είτε γυναίκα, τότε ο/η εκπαιδευτικός κατευθύνει τη συζήτηση ανάλογα. Στόχος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν ότι τα χαρακτηριστικά που απαιτούνται σε ένα επάγγελμα δεν έχουν να κάνουν με το βιολογικό φύλο, ωστόσο, τα ΜΜΕ και ΜΚΔ επηρεάζουν σε σημαντικό βαθμό την κρίση μας.
2. Σε αυτή τη δραστηριότητα οι ομάδες απλά παρουσιάζουν τις απαντήσεις της αναρτώμενης παρουσίασής τους και ακολουθεί κατευθυνόμενος διάλογος, χωρίς να γίνει σχολιασμός των απαντήσεων της κάθε ομάδας από τις άλλες ομάδες (δηλαδή παρακάμπτεται το σχετικό βήμα της τεχνικής GW).



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

Συνέπειες προβολής έμφυλων στερεοτύπων από τα ΜΜΕ και ΜΚΔ

1.3 Να ασκούν κριτική στις έμφυλες στερεοτυπικές αναπαραστάσεις που προβάλλονται στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης και να αναλύουν την επίδρασή τους στη διαμόρφωση προκαταλήψεων και διακρίσεων

- Ανάλυση επιπτώσεων προβολής έμφυλων στερεοτύπων, διακρίσεων, σεξιστικών και ρατσιστικών συμπεριφορών
 - διαμόρφωση ταυτότητας
 - εκδήλωση συμπεριφορών
 - ποιότητα σχέσεων

Δραστηριότητα 2: Βασικό Ερώτημα

«Ποιους τομείς της ζωής μας μπορεί να επηρεάζει η προβολή στερεοτύπων σε ταινίες, διαφημίσεις, παιχνίδια, καρναβαλιστικές στολές, ειδήσεις;»

1 ^η Ομάδα	2 ^η Ομάδα	3 ^η Ομάδα
• Πώς επηρεάζει την καθημερινότητά μας η προβολή αυτή; Γιατί;	• Πώς επηρεάζουν αυτές οι απεικονίσεις τις συμπεριφορές των νέων αλλά και των ενηλίκων;	• Πώς επηρεάζει την ποιότητα των σχέσεων μας η προβολή αυτή; Γιατί;

Ο/Η εκπαιδευτικός θέτει το 2^ο βασικό ερώτημα:

«Ποιους τομείς της ζωής μας μπορεί να επηρεάζει η προβολή στερεοτύπων σε ταινίες, διαφημίσεις, παιχνίδια, καρναβαλιστικές στολές, ειδήσεις;»
(διαφάνεια 9) (Εποπτικό Υλικό 6)

Για να κατευθύνει τις απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών, ο/η εκπαιδευτικός δίνει σε κάθε ομάδα από ένα δευτερεύον ερώτημα σε μορφή καρτέλας. Η κάθε ομάδα, θα πρέπει να απαντήσει το ερώτημα που της δόθηκε στον αντίστοιχο χώρο πάνω στην αναρτώμενη παρουσίασή της.

Ομάδα Α	Ομάδα Β	Ομάδα Γ
Πώς επηρεάζει την καθημερινότητά μας η προβολή αυτή; Γιατί;	Πώς επηρεάζουν αυτές οι απεικονίσεις τις συμπεριφορές των νέων αλλά και των ενηλίκων;	Πώς επηρεάζει την ποιότητα των σχέσεων μας η προβολή αυτή; Γιατί;


Η κάθε ομάδα έχει στη διάθεσή της 2 λεπτά για να απαντήσει στα ερωτήματα (βασικό και δευτερεύον). Έπειτα, έχουν 6 λεπτά να περπατήσουν μέσα στην τάξη και να δουν/σχολιάσουν/συζητήσουν τις απαντήσεις της κάθε ομάδας στις αναρτώμενες παρουσιάσεις.

Ο/Η εκπαιδευτικός αναμένεται να αναπλαισιώσει τις απαντήσεις των μαθητών/μαθητριών, ώστε να διατυπωθεί η αναμενόμενη απάντηση: **διαμόρφωση ταυτότητας, εκδήλωση συμπεριφορών, ποιότητα σχέσεων.**


«Η αφομοίωση των αρνητικών προβαλλόμενων προτύπων, χωρίς κριτική σκέψη τείνει να οδηγεί το άτομο στην ανοχή ή/και εκδήλωση ρατσιστικών συμπεριφορών. Οι συμπεριφορές, λοιπόν, που μπορεί να εκδηλώσει ένα άτομο μέσα στη σχέση του επηρεάζονται από τα προβαλλόμενα πρότυπα και αυτό επιδρά στην ποιότητα των σχέσεών του».

Εποπτικό Υλικό 6


1^η Ομάδα




Ερώτημα Πώς επηρεάζει την καθημερινότητά μας η προβολή αυτή; Γιατί;




2^η Ομάδα




Ερώτημα Πώς επηρεάζουν αυτές οι απεικονίσεις τις συμπεριφορές των νέων αλλά και των ενηλίκων;



3^η Ομάδα



Ερώτημα Πώς επηρεάζει την ποιότητα των σχέσεών μας η προβολή αυτή; Γιατί;



Β' Λυκείου



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

Αναγνώριση και αντιμετώπιση ρατσιστικής συμπεριφοράς

1.3 Να ασκούν κριτική στις έμφυλες στερεοτυπικές αναπαραστάσεις που προβάλλονται στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης και να αναλύουν την επίδρασή τους στη διαμόρφωση προκαταλήψεων και διακρίσεων

- Επαγωγικός συλλογισμός για τον ενεργό ρόλο του ατόμου ως προς την αποδόμηση στερεοτύπων
 - Οδηγίες Ευρωπαϊκής Επιτροπής για τις Υπηρεσίες Οπτικοακουστικών Μέσων σε σχέση με την απαγόρευση διακρίσεων και ρητορικής μίσους
 - Φορείς – Δομές πρόληψης βίας
 - Συμπεράσματα έκθεσης σχετικά με την εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο στην ΕΕ
 - Ανάγκη για ενίσχυση του ρόλου του ατόμου

1.4 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να αποδέχονται και να υπερασπίζονται το δικαίωμα όλων των ατόμων να είναι απαλλαγμένοι από οποιαδήποτε μορφή βίας, ρατσιστικής ή/και εκφοβιστικής συμπεριφοράς

- Διασαφήνιση εννοιών: σεξουαλική κακοποίηση, εκφοβιστική συμπεριφορά
- Αναγνώριση της σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά
- Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού και των άλλων
- Αναγνώριση της βίας ως παραβίαση των ανθρώπινων δικαιωμάτων
- Σημασία εκδήλωσης ενσυναίσθησης
 - Εφαρμογή της διαδικασίας λήψης απόφασης σε περίπτωση εκδήλωσης εκφοβισμού ή βίας
 - Ασφαλείς ενέργειες
 - Δεκτικότητα της ανάγκης για στήριξη ατόμων που έχουν υποστεί βία/ εκφοβιστική συμπεριφορά
- Ατομική και συλλογική ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των ανθρώπινων δικαιωμάτων στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, του αυτοσεβασμού και της προσωπικής αυτονομίας και αυτοδιάθεσης

Ερωτηματολόγιο 3^ο Βασικό ερώτημα

«Με ποιον τρόπο μπορεί να υπάρξει πρόληψη ρατσιστικής/εκφοβιστικής/βίαιης συμπεριφοράς;»

Διαφήμιση χωρίς στερεοτυπικές αναπαραστάσεις



Αναστοχαστικό ερώτημα

«Στόχος της Ευρωπαϊκής Ένωσης και των αρμόδιων φορέων είναι η εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν στο φύλο. Πιστεύετε ότι υπάρχει βελτίωση στον χώρο των ΜΜΕ σε σχέση με τον στόχο αυτό; Αν ναι, ποιο παράδειγμα σας έρχεται στο μυαλό;»

Ο/Η εκπαιδευτικός θέτει το 3^ο βασικό ερώτημα του μαθήματος: **«Με ποιον τρόπο μπορεί να υπάρξει πρόληψη ρατσιστικής/εκφοβιστικής/βίαιης συμπεριφοράς;»** Δεν αναμένεται απάντηση απευθείας. Το ερώτημα αρχικά είναι ρητορικό (διαφάνεια 10). Αφού τεθεί το παραπάνω ερώτημα, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει βίντεο διαφήμισης με θετικά πρότυπα και χωρίς στερεοτυπικές αναπαραστάσεις (διαφάνεια 11). Εναλλακτικά, προβάλλει τις διαφάνειες 12 και 13 ή το βίντεο https://www.youtube.com/watch?v=uY_GU-iGnEQ.

Δίνεται στις ομάδες φύλλο ενημερωτικού υλικού, το οποίο είναι διαφορετικό για κάθε ομάδα. Οι ομάδες ενημερώνονται για το περιεχόμενό του (Εποπτικό Υλικό 7):

- το πρώτο πλαίσιο αφορά στη έκθεση της ΕΕ για τα ποσοστά έμφυλων ρατσιστικών και βίαιων περιστατικών
- το δεύτερο πλαίσιο αφορά στη νομοθεσία περί πρόληψης ρατσιστικής και βίαιης συμπεριφοράς και
- στο τέλος, σημειώνονται οι φορείς πρόληψης.

Δίνεται χρόνος στις ομάδες να μελετήσουν το φύλλο ενημερωτικού υλικού δίνοντας έμφαση στο μωβ πλαίσιο που αφορά στην έκθεση της ΕΕ.

Καταγράφονται και παρουσιάζονται οι απαντήσεις στην ολομέλεια για το 3^ο βασικό ερώτημα.

Σε αυτό το σημείο, ο/η εκπαιδευτικός θέτει ως αναστοχασμό το ερώτημα: **«Στόχος της Ευρωπαϊκής Ένωσης και των αρμόδιων φορέων είναι η εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν στο φύλο. Πιστεύετε ότι υπάρχει βελτίωση στον χώρο των ΜΜΕ σε σχέση με τον στόχο αυτό; Αν ναι, ποιο παράδειγμα σας έρχεται στο μυαλό;»** (διαφάνεια 14)

Ο/Η εκπαιδευτικός αν κρίνει σκόπιμο επεξηγεί τις έννοιες **«Ρητορική Μίσους»** και **«Μισαλλοδοξία»**.

Ρητορική μίσους είναι η ρητορική που εκφράζει μίσος ή ενθαρρύνει βία απέναντι σε ένα άτομο ή απέναντι σε μια ομάδα με βάση χαρακτηριστικά όπως: φύλο, χρώμα, εθνικότητα, καταγωγή, θρησκευτικές ή άλλες πεποιθήσεις, αναπηρία, ηλικία, σεξουαλικό προσανατολισμό, γλώσσα, προφορά, συνήθειες/ενδιαφέροντα, επάγγελμα, κοινωνικοοικονομική κατάσταση, εμφάνιση, κουλτούρα κ.λπ.

Μισαλλοδοξία είναι το μίσος για ό,τι διαφορετικό. Το μίσος εναντίον ατόμων με διαφορετική άποψη.

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 7

1^η Ομάδα
ΕΚΘΕΣΗ σχετικά με την εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο στην ΕΕ

1. Οι **διακρίσεις λόγω φύλου** στα μέσα ενημέρωσης, στην επικοινωνία και τη διαφήμιση **παραμένουν συχνές και διευκολύνουν την αναπαραγωγή** των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο, ιδίως παρουσιάζοντας τις γυναίκες ως σεξουαλικά αντικείμενα με στόχο την προώθηση των πωλήσεων.
2. Η βιομηχανία οινόπνευματων, με την τεράστια επένδυσή της στο μάρκετινγκ των προϊόντων της, **συμβάλλει σημαντικά στη διαιώνιση** των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο και στην αναπαράσταση των κοριτσιών και των γυναικών ως σεξουαλικών αντικειμένων.


Νομοθεσίες - Διατάξεις που απαγορεύουν τη ρητορική μίσους περιλαμβάνονται και στο εθνικό μας δίκαιο, κυρίως στα πλαίσια εναρμόνισης του με διεθνή νομικά κείμενα

1. Το Άρθρο 51 Α του Ποινικού Κώδικα (κεφ. 154), στο οποίο προβλέπεται ότι: «Όποιος δημόσια ή με οποιοδήποτε τρόπο και σε οποιαδήποτε μορφή ... καλλιεργεί τη **διαμόρφωση του κλίματος της μισαλλοδοξίας**, είναι ένοχος πλημμελήματος και τιμωρείται με φυλάκιση ή με χρηματική ποινή ή και με τις δύο αυτές ποινές».
2. Ο Νόμος 11(III)/92, ο οποίος τροποποίησε τον Νόμο με τον οποίο η Κύπρος κύρωσε τη Σύμβαση των Η.Ε. για την Εξάλειψη Κάθε Μορφής Φυλετικής Διάκρισης. Συγκεκριμένα το άρθρο 2Α(3) του εν λόγω (τροποποιητικού) Νόμου, προνοεί ότι: «Κάθε πρόσωπο το οποίο δημόσια, είτε προφορικά είτε δια του τύπου ή με οποιοδήποτε άλλο τρόπο, **εκφράζει ιδέες προσβλητικές κατά προσώπου ή ομάδας προσώπων λόγω της φυλετικής ή εθνοτικής καταγωγής τους**...είναι ένοχο ποινικού αδικήματος και υπόκειται σε φυλάκιση ή σε χρηματική ποινή ή και τις δύο ποινές».

Φορείς – Δομές πρόληψης βίας


Σύνδεσμος για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της βίας στην οικογένεια
Τηλ.: 1440



ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
 ΝΕΟΛΑΙΑΣ
 ΚΥΠΡΟΥ

Οργανισμός Νεολαίας,
 Γραμμή Επικοινωνίας, Στήριξης και
 Συμβουλευτικής
Τηλ.: 1410

Β' Λυκείου

2^η Ομάδα



ΕΚΘΕΣΗ σχετικά με την εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο στην ΕΕ

3. Τα παιδιά έρχονται αντιμέτωπα με στερεότυπα που αφορούν το φύλο **από πολύ μικρή ηλικία μέσω μοντέλων ρόλων που προωθούνται** από τηλεοπτικές σειρές και προγράμματα, συζητήσεις, παιχνίδια, βιντεοπαιχνίδια και διαφημίσεις, εκπαιδευτική ύλη και εκπαιδευτικά προγράμματα, συμπεριφορές στα σχολεία, την οικογένεια και την κοινωνία, κάτι που **επηρεάζει την αντίληψή τους σχετικά με το πώς πρέπει να συμπεριφέρονται οι άνδρες και οι γυναίκες** και που έχει επιπτώσεις για το υπόλοιπο της ζωής τους και για τις μελλοντικές προσδοκίες τους.

4. Ο τρόπος με τον οποίο απεικονίζονται τα κορίτσια στον δημόσιο χώρο **μειώνει την εκτίμηση που τους τρέφει η κοινωνία και προωθεί τη βία εναντίον των κοριτσιών** λαμβάνοντας υπόψη ότι, παρόλο που τα μέσα ενημέρωσης μπορούν να διαδραματίσουν θετικό εκπαιδευτικό ρόλο, τα στερεότυπα σχετικά με το κορίτσι είναι ευρέως διαδεδομένα στα μέσα ενημέρωσης και συχνά **τείνουν να ενισχύουν παραδοσιακές στάσεις και συμπεριφορές**, μεταξύ άλλων στις διαφημίσεις και τα παιδικά προγράμματα.

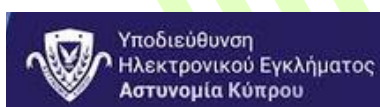


Νομοθεσίες - Διατάξεις που απαγορεύουν τη ρητορική μίσους περιλαμβάνονται και στο εθνικό μας δίκαιο, κυρίως στα πλαίσια εναρμόνισης του με διεθνή νομικά κείμενα

3. Ο Νόμος 26(III)/2004 με τον οποίο η Κύπρος κύρωσε το Πρόσθετο Πρωτόκολλο της Σύμβασης του Συμβουλίου της Επικρατείας κατά του Εγκλήματος μέσω του Διαδικτύου, αναφορικά με την Ποινικοποίηση **Πράξεων Ρατσιστικής και Ξενοφοβικής Φύσης που Διαπράττονται μέσω Συστημάτων Ηλεκτρονικών Υπολογιστών**.

4. Οποιαδήποτε έκφραση ρητορική μίσους θεωρείται ποινικό αδίκημα σύμφωνα και με τον νόμο: Ο Περί της Καταπολέμησης Ορισμένων Μορφών και Εκδηλώσεων Ρατσισμού και Ξενοφοβίας μέσω του Ποινικού Δικαίου Νόμος του 2011 (N.134(I)/2011).

Φορείς – Δομές πρόληψης βίας



Υποδιεύθυνση
Ηλεκτρονικού Εγκλήματος
Αστυνομία Κύπρου

Δίωξη Ηλεκτρονικού Εγκλήματος
Τηλ.: 1480



τώρα έχεις

Συμβούλιο της Εθνικής Στρατηγικής
“Φωνή”
Τηλ.: 1456

Β' Λυκείου

3^η Ομάδα



ΕΚΘΕΣΗ σχετικά με την εξάλειψη των στερεοτύπων που αφορούν το φύλο στην ΕΕ

5. Στα τηλεοπτικά προγράμματα, στα παιχνίδια υπολογιστή και στα μουσικά βιντεοκλίπ παρατηρείται όλο και εντονότερα η **τάση απεικόνισης**, εν μέρει για εμπορικούς λόγους, γυναικών ντυμένων προκλητικά, σε αισθησιακές στάσεις, συμβάλλοντας έτσι περαιτέρω στο **να επιτείνονται τα στερεότυπα με βάση το φύλο**.

6. Οι στίχοι των νεανικών τραγουδιών περιλαμβάνουν περιεχόμενο με σεξουαλικά υπονοούμενα, πράγμα που συχνά προάγει τη βία κατά των γυναικών και κοριτσιών.

7. Οι νεαρές γυναίκες και νεαροί άνδρες επηρεάζονται περισσότερο από το νέο πολιτισμικό καθεστώς της πορνογραφίας: λαμβάνοντας υπόψη ότι η «ενσωμάτωση της διάστασης της πορνογραφίας», η οποία συνιστά την τρέχουσα πολιτισμική διαδικασία όπου η πορνογραφία **μπαίνει στην καθημερινή ζωή μας ως ένα εσαεί παγκοσμίως αποδεκτό, συχνά εξιδανικευμένο πολιτισμικό στοιχείο**, φανερώνεται με πολύ ξεκάθαρο τρόπο στην κουλτούρα των νέων: από τη νεανική τηλεόραση και τα περιοδικά lifestyle μέχρι τα μουσικά βίντεο και διαφημιστικά που στοχεύουν στους νέους.



Νομοθεσίες - Διατάξεις που απαγορεύουν τη ρητορική μίσους περιλαμβάνονται και στο εθνικό μας δίκαιο, κυρίως στα πλαίσια εναρμόνισης του με διεθνή νομικά κείμενα

5. Ο Νόμος 134(I)/2011 για την Καταπολέμηση Ορισμένων Μορφών και Εκδηλώσεων Ρατσισμού και Ξενοφοβίας, μέσω του Ποινικού Δικαίου, ο οποίος τέθηκε σε εφαρμογή για σκοπούς εναρμόνισης με σχετική Απόφαση-Πλαίσιο της ΕΕ.

Ο εν λόγω Νόμος ορίζει ως «ένοχο αδίκηματος» οποιοδήποτε: «πρόσωπο, το οποίο εκ προθέσεως **δημόσια διαδίδει και δημόσια υποκινεί βία ή μίσος που στρέφεται κατά ομάδες προσώπων ή μέλους ομάδας προσώπων που προσδιορίζεται βάσει της φυλής, του χρώματος, της θρησκείας, της εθνικής ή εθνοτικής καταγωγής**, κατά τρόπο που διαταράσσει τη δημόσια τάξη ή που έχει απειλητικό, υβριστικό ή προσβλητικό χαρακτήρα».

Φορείς - Δομές πρόληψης βίας



Ευρωπαϊκή Γραμμή Στήριξης παιδιών και εφήβων

Τηλ.: 116 111



Αστυνομία Κύπρου

Τηλ.: 1460

Β' Λυκείου

Οι ομάδες έχουν 4 λεπτά να απαντήσουν στο βασικό ερώτημα και 4 λεπτά να δουν και να σχολιάσουν τις απαντήσεις των άλλων ομάδων. Αν κάποια ομάδα, επιθυμεί να τροποποιήσει την απάντησή της κατά τη διάρκεια ή μετά το πέρας του σχολιασμού της δίνεται η δυνατότητα. Ο σχολιασμός και η ανατροφοδότηση γίνεται προφορικά.

Οι τρεις (3) αναρτώμενες παρουσιάσεις αποτελούν τα παραδοτέα της συγκεκριμένης διδακτικής.

Ο/Η εκπαιδευτικός, λοιπόν, πριν προχωρήσει στην ανακεφαλαίωση επισημαίνει το εξής: **«Από τη μια πλευρά υπάρχει το νομικό πλαίσιο (εθνικό και ευρωπαϊκό) το οποίο προστατεύει από την εκδήλωση ρατσιστικών και βίαιων συμπεριφορών και από την άλλη πλευρά υπάρχουν οι επίσημοι φορείς πρόληψης και αντιμετώπισης της βίας. Ωστόσο, οι επίσημες διαπιστώσεις σχετικά με την ύπαρξη έμφυλων στερεοτύπων και την επίδραση αυτών στην εκδήλωση συγκεκριμένων συμπεριφορών καταδεικνύουν ότι υπάρχει ένα κενό. Το κενό αυτό δημιουργείται όταν εμείς δεν παίρνουμε θέση υπέρ της προστασίας των δικαιωμάτων όλων των ανθρώπων».**

Εγώ - εσύ - εμείς τι ρόλο έχουμε;



Επιπλέον, υπενθυμίζει τη δραστηριότητα 3 «Πρόληψη και καταπολέμηση του ρατσισμού μέσω της ενσυναίσθησης» της πρώτης διδακτικής αυτού του σχεδίου μαθήματος κατά την οποία παρουσιάστηκαν διάφοροι τρόποι τοποθέτησης επί του θέματος (διαφάνεια 15).

Επισήμανση για τον/την εκπαιδευτικό:

Στο σημείο αυτό συστήνεται να γίνει αναφορά στην αντιρατσιστική πολιτική του ΥΠΑΝ. **Ως μαθητές/μαθήτριες μπορούν να συμβάλουν στην εφαρμογή της Αντιρατσιστικής Πολιτικής του ΥΠΑΝ/ της Πολιτικής κατά του Εκφοβισμού του ΥΠΑΝ στο σχολείο τους.**

Σημειώνεται ότι σύμφωνα με την Αντιρατσιστική Πολιτική, η αποτελεσματικότερη μορφή πρόληψης των ρατσιστικών περιστατικών είναι η συστηματική και έγκαιρη αντιμετώπισή τους. Ο κυριότερος τρόπος αντιμετώπισης του ρατσισμού είναι η αναγνώριση και συστηματική και συνεπής διαχείριση και καταγραφή ρατσιστικών περιστατικών.

[Αντιρατσιστική πολιτική για όλες τις μορφές διακρίσεων, που αποτελούν επίσημη θέση και πολιτική του ΥΠΑΝ

https://www.pi.ac.cy/pi/index.php?option=com_content&view=article&id=1429&Itemid=448&lang=el

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Ατομική Αξιολόγηση



Ανακεφαλαίωση της συνάντησης χρησιμοποιώντας τις αναρτώμενες εργασίες (διαφάνεια 16)

Αξιολόγηση (διαφάνεια 17)

Ο/Η εκπαιδευτικός ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες και δίνει Ραντεβού - δεσμεύεται να συναντηθούν για την επόμενη σχολική χρονιά (διαφάνεια 18)

**3^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ: Οριοθέτηση
«Υγιείς Σχέσεις - Πρόληψη Βίας»**



3^ο ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Οριοθέτηση

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	A. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	2

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
1.1 Να συμπεραίνουν ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Αναγνώριση χαρακτηριστικών ατόμων με υψηλή αυτοεκτίμηση (αισιοδοξία, αποδοχή, συμπερίληψη, διεκδικητικότητα, σεβασμός) - Ανάλυση παραγόντων που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία) - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της αυτοεκτίμησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης, ερμηνείας ερεθίσματος και έκφρασης συναισθήματος • Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών (π.χ. δεξιότητες επικοινωνίας, διαδικασία λήψης απόφασης, διεκδικητική συμπεριφορά, οριοθέτηση, αναζήτηση βοήθειας) - Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης των δεξιοτήτων ζωής και του αξιακού συστήματος - Εφαρμογή τρόπων ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης (π.χ. ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής, καλλιέργεια ενσυναίσθησης, δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων)
1.2 Να συμπεραίνουν ότι η οριοθέτηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας οριοθέτησης (του εαυτού και των άλλων) - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της οριοθέτησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και οριοθέτησης • Σεβασμός των προσωπικών ορίων του εαυτού και των άλλων • Οφέλη οριοθέτησης - Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης της οριοθέτησης/σεβασμού των ορίων του εαυτού και των άλλων για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων - Εφαρμογή τρόπων καθορισμού προσωπικών ορίων (εαυτός - διαπροσωπικές σχέσεις, χρονική στιγμή, διεκδικητική συμπεριφορά)
1.4 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να αποδέχονται και να υπερασπίζονται το δικαίωμα όλων των ατόμων να είναι απαλλαγμένοι από οποιαδήποτε μορφή βίας, ρατσιστικής ή/και εκφοβιστικής συμπεριφοράς	<ul style="list-style-type: none"> - Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αποδέχονται την οριοθέτηση ως βασικό στοιχείο της αυτοεκτίμησης, της δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων και να αξιολογούν στρατηγικές οριοθέτησης του εαυτού και των άλλων.

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Μορφές υπεύθυνης συμπεριφοράς
Ενσυναίσθηση

Μέσα
Διαδασκαλίας
προβολικό
μηχάνημα,
πίνακας,
εποπτικό υλικό

Μεθοδολογία
Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση,
παιχνίδι, σενάρια,
μελέτη περίπτωσης

Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
διαμορφωτική,
φύλλο εργασίας,
τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να διερευνούν την ύπαρξη ορίων στις ανθρώπινες σχέσεις και να εξασκηθούν στον καθορισμό ορίων.

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να καθορίζουν και να σέβονται τα προσωπικά τους όρια και τα όρια στις διαπροσωπικές τους σχέσεις, αναγνωρίζοντας τα οφέλη που απορρέουν από αυτά.

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

1^{ος} Γύρος - Ελεύθερο παιχνίδι
(Ανάκληση τύπων συμπεριφορών στην επικοινωνία)

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

2^{ος} Γύρος - Μοντελοποίηση Οριοθέτησης

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

3^{ος} Γύρος - Υποχρεώσεις στα προσωπικά όρια των άλλων ατόμων

10'

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

Αποτελέσματα επιτραπέζιου παιχνιδιού - Ταμπλό και μαριονέτες

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

Τα 10 κλειδιά για να πεις όχι ...
(Να κλειδώσεις τα όριά σου και να ξεκλειδώσεις τον εαυτό σου)

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

Αυτοσεβασμός και Οριοθέτηση (οφέλη οριοθέτησης - μαριονέτα 3^{ου} γύρου)

10'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4:

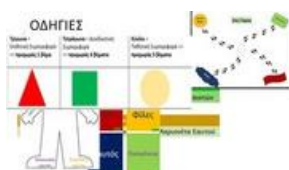
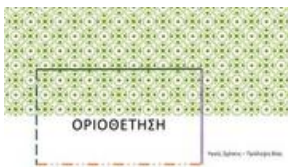
Αλληλοσεβασμός και Οριοθέτηση (οφέλη οριοθέτησης - ταμπλό 3^{ου} γύρου)

10'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση

5'

Αφόρμηση – Πρόκληση Ενδιαφέροντος:



Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην τάξη και τους/τις ενημερώνει για το περιεχόμενο του εργαστηρίου (διαφάνειες 1-3). Η τάξη είναι στημένη σε κυκλική διάταξη. Στη μέση του κύκλου είναι τοποθετημένα τρία (3) θρανία. Σε κάθε θρανίο είναι τοποθετημένο το ταμπλό του κάθε γύρου.

Ο/Η εκπαιδευτικός με αφορμή τον κανόνα «**Σέβομαι τον εαυτό μου και τους άλλους**» (διαφάνεια 4) ρωτά τους/τις μαθητές/μαθήτριες «**Είναι απαραίτητο να σέβεται κάποιος/κάποια τον εαυτό του/της; Τι σημαίνει «Σέβομαι τον εαυτό μου»; Πείτε μου τρεις (3) ενέργειες που κάνει ένας άνθρωπος καθημερινά με τις οποίες δείχνει σεβασμό στον εαυτό του**»

(Αναμενόμενες Απαντήσεις: διατροφικές συνήθειες, φυσική δραστηριότητα, η καθημερινή καθαριότητα, να βρίσκω καθημερινά λίγο χρόνο αποκλειστικά για εμένα, ο τρόπος που μιλάω, ο τρόπος που επιτρέπω στους άλλους να μου μιλούν).

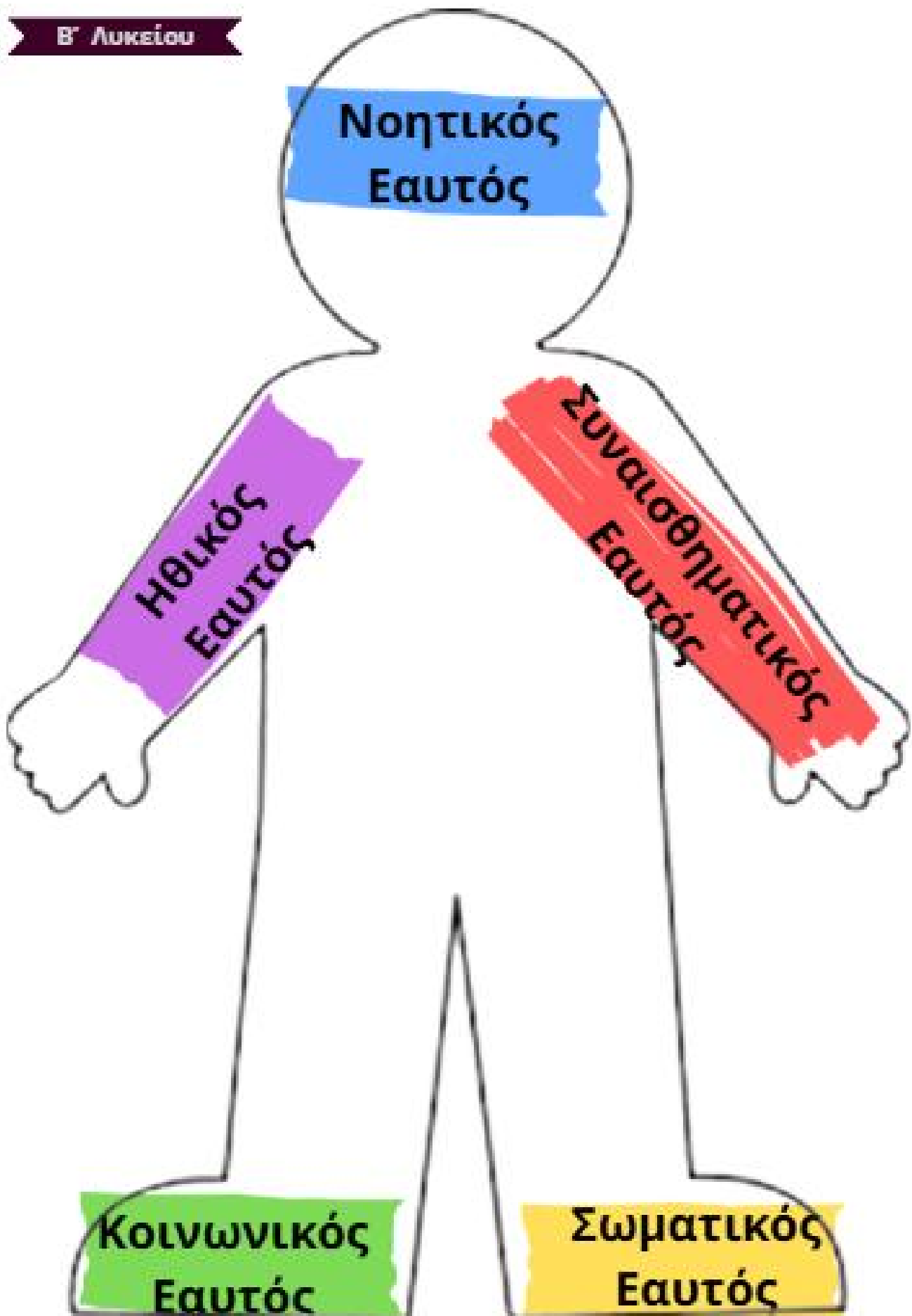
Ο/Η εκπαιδευτικός ενημερώνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες ότι στη σημερινή συνάντηση θα παίξουν ένα επιτραπέζιο παιχνίδι που αφορά στην οριοθέτηση. Εξηγεί τους κανόνες του επιτραπέζιου παιχνιδιού. Επισημαίνει στους/στις μαθητές/μαθήτριες ότι σε κάθε γύρο θα δίνει και τις αντίστοιχες οδηγίες (διαφάνειες 5 – 6).

«Το παιχνίδι αποτελείται από ένα ταμπλό, έναν (1) κεντρικό παίκτη, τέσσερις (4) ομάδες παικτών (φίλοι, οικογένεια, ρομαντική σχέση, εαυτός), τις κάρτες σεναρίων, τα υλικά επικοινωνίας που αντιπροσωπεύουν το είδος της συμπεριφοράς (κύκλος = Παθητική Συμπεριφορά, τρίγωνο = Επιθετική Συμπεριφορά, τετράγωνο = Διεκδικητική Συμπεριφορά) και τη μαριονέτα του κεντρικού παίκτη». (Εποπτικό Υλικό 1)














Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει το τμήμα σε ομάδες δίνοντας τυχαία στους/στις μαθητές/μαθήτριες αριθμούς από το 1 μέχρι το 4 και σε κάποιο άτομο τον αριθμό 0 (κεντρικός παίχτης) και τους/τις καλεί να πάρουν τις θέσεις τους γύρω από το 1^ο ταμπλό.

Εποπτικό Υλικό 1

Β' Λυκείου



Υλικά Επικοινωνίας

Τρίγωνα = Επιθετική Συμπεριφορά => προχωράς 1 βήμα	Τετράγωνα = Διεκδικητική Συμπεριφορά => προχωράς 4 βήματα	Κύκλοι = Παθητική Συμπεριφορά => προχωράς 5 βήματα
		
		
		
		
		
		

1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Ο/Η φίλος/φίλη σου έχει ξεκινήσει εδώ και δύο (2) εβδομάδες, μια ρομαντική σχέση με το άτομο που θέλει εδώ και έναν χρόνο. Ένα μέλος της παρέας είναι δυσαρεστημένο.

ΘΕΣΗ:

«Να σου πω, δεν μου αρέσει καθόλου η καινούργια σου σχέση. Να χωρίσεις».

Β' Λυκείου



Φίλοι/ Φίλες

Συναισθηματικά

2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Έχετε βγει έξω με την παρέα σας και όλοι έχετε καταναλώσει ορισμένη ποσότητα αλκοόλ. Εσύ, αν και πήρες αυτοκίνητο, δε θες να οδηγήσεις και αναρωτιέσαι με ποιον τρόπο θα επιστρέψεις σπίτι σου.

ΘΕΣΗ:

«Μη σας νοιάζει παιδιά! Θα σας γυρίσω εγώ σπίτι. Μόνο δυο ποτά ήπια. Είμαι ΟΚ. Δώσε μου το αυτοκίνητό σου να το οδηγήσω εγώ».

Β' Λυκείου



Φίλοι/ Φίλες

Υλικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Με την παρέα σου συζητάτε για ένα θέμα της επικαιρότητας και διαφωνείτε ως προς τη στάση που πρέπει να κρατήσετε.

ΘΕΣΗ:

«Άντε τώρα που υποστηρίζεις την κάθε μειονότητα. Μόνο η πλειοψηφία πρέπει να ακούγεται! Απορώ!!!»

Β' Λυκείου



Φίλοι/ Φίλες

Πνευματικά

2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Οι γονείς σου σε πιέζουν να σπουδάσεις κάτι πολύ συγκεκριμένο ενώ εσύ δε θέλεις.

ΘΕΣΗ:

«Πρέπει οπωσδήποτε να μπεις σε αυτήν τη σχολή. Δεν μπορώ να καταλάβω γιατί δεν σου αρέσει».

Β' Λυκείου



Οικογένεια

Πνευματικά

1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Είσαι στο δωμάτιο σου και ξαφνικά ανοίγει την πόρτα κάποιο μέλος της οικογένειάς σου χωρίς πρώτα να τη χτυπήσει.

ΘΕΣΗ:

«Έλα να με βοηθήσεις τώρα!
Άλλωστε δεν κάνεις κάτι σημαντικό».

Β΄ Λυκείου



Οικογένεια

Σωματικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Το τελευταίο διάστημα, αισθάνεσαι ιδιαίτερα συναισθηματικά φορτισμένα και πιεσμένα λόγω του ότι έχεις χωρίσει με τη σχέση σου.

ΘΕΣΗ:

«Πραγματικά είναι γελοίο να σε ρίχνει κάτι τόσο συνηθισμένο. Τόσο άνθρωποι έχουν χωρίσει σε περίοδο εξετάσεων! Πρέπει να είσαι πιο ρεαλιστής/ρεαλίστρια και να κοιτάς το συμφέρον σου».

Β΄ Λυκείου



Οικογένεια

Συναισθηματικά

1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Είσαι σε σχέση τον τελευταίο μήνα.

ΘΕΣΗ:

«Σου είπα τόσες φορές να έρθεις σπίτι μου. Τι φοβάσαι; Έλα σήμερα που λείπουν οι δικοί μου. Δε θα το μάθει κανείς».

Β' Λυκείου



Ρομαντική Σχέση

Χρονικά

2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Το τμήμα σου έχει αναλάβει μια πολύ σημαντική εκδήλωση για το σχολείο. Η ολοκλήρωση των εργασιών για την εκδήλωση σου τρώει χρόνο από τα διαλείμματα.

ΘΕΣΗ:

«Νομίζω ότι τελευταία, ασχολείσαι πολύ με τους/τις συμμαθητές/ συμμαθήτριές σου. Δε θέλω να ηγαινείς μαζί τους στα διαλείμματα. Τρέχει κάτι; Υποτίθεται ότι είμαστε μαζί».

Β' Λυκείου



Ρομαντική Σχέση

Σωματικά και
Συναισθηματικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Έχεις σχέση με ένα άτομο που σε πιέζει να εκδηλώνεις μια συγκεκριμένη σεξουαλική συμπεριφορά η οποία, όμως, εσένα δεν σου αρέσει/ταιριάζει.

ΘΕΣΗ:

«Σταμάτα να κάνεις σαν μωρό. Είμαστε μαζί έναν χρόνο. Έχω κάθε δικαίωμα να σε αγκαλιάζω και να σε φιλάω δημόσια».

Β' Λυκείου



Ρομαντική Σχέση

Σεξουαλικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Έχεις αποφασίσει ότι θα φροντίζεις περισσότερο τον εαυτό σου προσέχοντας τη διατροφή σου, βάζοντας τη φυσική δραστηριότητα στο πρόγραμμά σου και αποφεύγοντας κάθε εξαρτητική συμπεριφορά (κάπνισμα, αλκοόλ, οθόνες).

ΘΕΣΗ:

«Ραντεβού στο σπίτι μου στις 7.00 για μαραθώνιο ταινιών. Θα έχουμε μπύρες και πίτσα! Παράτα το γυμναστήριο και τις διατροφές! Δε θα κάνεις "το κορμί" σε μια μέρα».

Β' Λυκείου



Εαυτός

Φυσικά

2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Έχεις αποφασίσει ότι θα απέχεις από συζητήσεις που σκοπό έχουν να κουτσομπλέψουν και να κακολογήσουν τους/τις άλλους/άλλες, γιατί αυτή η συνήθεια σε έφερε σε δύσκολη θέση πολλές φορές τον τελευταίο καιρό.

ΘΕΣΗ:

«Έλα να σου πω το τοπ κουτσομπολιό της εβδομάδας. Μιλάμε θα κουφαθείς. Αυτοί οι δύο (...)».

Β' Λυκείου



Εαυτός

Πνευματικά

1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ:

Είσαι σε σχέση με ένα άτομο που συνεχώς σε εκβιάζει συναισθηματικά για να πετύχει αυτό που θέλει.

ΘΕΣΗ:

«Αν δεν συμφωνήσεις μαζί μου σημαίνει πως δεν με αγαπάς και δεν με νοιάζεις. Πρέπει οπωσδήποτε να πεις ναι ακόμα και αν δεν σου αρέσει αυτό το οποίο ακούς».

Β' Λυκείου



Εαυτός

Συναισθηματικά

Λύσεις - Σημειώσεις Εκπαιδευτικού


1^{ος} Γύρος





ΣΥΝΘΗΚΗ: Ο/Η φίλος/φίλη σου έχει ξεκινήσει εδώ και δύο (2) βδομάδες, μια ρομαντική σχέση με το άτομο που θέλει εδώ και ένα χρόνο. Ένα μέλος της παρέας είναι δυσαρεστημένο.

ΘΕΣΗ: «Να σου πω, δεν μου αρέσει καθόλου η καινούργια σου σχέση. Να χωρίσεις».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

α) Εντάξει. Αύριο θα του/της πω να χωρίσουμε. Είσαι πιο σημαντικό άτομο για εμένα. 

β) Δε θα μου πεις εσύ τι θα κάνω στη ζωή μου. Ό,τι γουστάρω θα κάνω. 

γ) Για ποιο λόγο το λες αυτό; Ειλικρινά, είσαι ένα από τα πιο σημαντικά άτομα στη ζωή μου και θέλω να ξέρω την άποψή σου, εάν είναι για καλό μου. 

Β' Λυκείου



Φίλοι/ Φίλες

Συναισθηματικά


2^{ος} Γύρος





ΣΥΝΘΗΚΗ: Έχετε βγει έξω με την παρέα σας και όλοι έχετε καταναλώσει ορισμένη ποσότητα αλκοόλ. Εσύ, αν και πήρες αυτοκίνητο, δε θες να οδηγήσεις και αναρωτιέσαι με ποιον τρόπο θα επιστρέψεις σπίτι σου.

ΘΕΣΗ: «Μη σας νοιάζει παιδιά! Θα σας γυρίσω εγώ σπίτι. Μόνο δυο ποτά ήπια. Είμαι ΟΚ. Δώσε μου το αυτοκίνητό σου να το οδηγήσω εγώ».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

α) Εντάξει, πάρε τα κλειδιά. Σε ευχαριστώ. 

β) Ούτε καν. Δες πώς είσαι! Σε έχει βαρέσει στο κεφάλι. 

γ) Σε ευχαριστώ για την πρόταση. Κάποια άλλη φορά. Δεν μπορώ να σου δανείσω το αυτοκίνητό μου σε αυτή την κατάσταση. Θα καλέσω ένα ταξί για όλους μας. 

Β' Λυκείου



Φίλοι/ Φίλες

Υλικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Με την παρέα σου συζητάτε για ένα θέμα της επικαιρότητας και διαφωνείτε ως προς τη στάση που πρέπει να κρατήσετε.

ΘΕΣΗ: «Είναι τραγικό να υπάρχουν άνθρωποι που υποστηρίζουν την κάθε μειονότητα. Μόνο η πλειοψηφία πρέπει να ακούγεται! Απορώ με εσένα και πώς είσαι ακόμα στην παρέα μας».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Εντάξει, ίσως έχεις δίκαιο. Συγγνώμη! ●
- β) Εγώ απορώ με εσένα και με το πόσο στενόμυαλος/στενόμυαλη είσαι. ▲
- γ) Ξέρω ότι διαφωνούμε, αλλά δεν θα σου επιτρέπω να με απαξιώνεις έτσι. Μπορώ να σεβαστώ ότι έχουμε διαφορετικές απόψεις για αυτό το θέμα. ■

Β' Λυκείου



Φίλοι/ Φίλες

Πνευματικά

2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Οι γονείς σου σε πιέζουν να σπουδάσεις κάτι πολύ συγκεκριμένο ενώ εσύ δε θέλεις.

ΘΕΣΗ: «Πρέπει οπωσδήποτε να μπεις σε αυτήν τη σχολή. Δεν μπορώ να καταλάβω γιατί δεν σου αρέσει».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Εντάξει, θα προσπαθήσω. Το υπόσχομαι. ●
- β) Δε θα μου πεις εσύ τι θα κάνω στη ζωή μου. Ό,τι γουστάρω θα κάνω. ▲
- γ) Είναι μια καλή εναλλακτική. Δώσε μου λίγο χρόνο να το σκεφτώ και να δω αν πράγματι μου ταιριάζει. ■

Β' Λυκείου



Οικογένεια

Πνευματικά

1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Είσαι στο δωμάτιο σου και ξαφνικά ανοίγει την πόρτα κάποιος μέλος της οικογένειάς σου χωρίς να χτυπήσει την πόρτα

ΘΕΣΗ: «Έλα να με βοηθήσεις τώρα! Άλλωστε δεν κάνεις κάτι σημαντικό».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Εντάξει, έρχομαι.
- β) Δε θα μου πεις εσύ τι θα κάνω.
- γ) Θα προτιμούσα να χτυπούσες την πόρτα την επόμενη που θα με χρειαστείς.



Β' Λυκείου



Οικογένεια

Σωματικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Το τελευταίο διάστημα, αισθάνεσαι ιδιαίτερα συναισθηματικά φορτισμένα και πιεσμένα λόγω του ότι έχεις χωρίσει με τη σχέση σου.

ΘΕΣΗ: «Πραγματικά είναι γελοίο να σε ρίχνει κάτι τόσο συνηθισμένο. Τόσο άνθρωποι έχουν χωρίσει σε περίοδο εξετάσεων! Πρέπει να είσαι πιο ρεαλιστής/στρια και να κοιτάς το συμφέρον σου».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Έχεις δίκαιο. Εγώ φταίω γιατί δεν έχω μάθει να διαχειρίζομαι δυσκολίες.
- β) Δε θα μου πεις εσύ πώς να νιώθω.
- γ) Όταν μοιράζομαι τα συναισθήματά μου μαζί σου και δέχομαι κριτική για αυτά, με κάνει να κλείνομαι τελείως. Μπορώ να τα μοιραστώ μαζί σου μόνο αν είσαι σε θέση να μου απαντήσεις με σεβασμό.



Β' Λυκείου



Οικογένεια

Συναισθηματικά




1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Το τμήμα σου έχει αναλάβει μια πολύ σημαντική εκδήλωση για το σχολείο. Η ολοκλήρωση των εργασιών για την εκδήλωση σου τρώει χρόνο από τα διαλείμματα.

ΘΕΣΗ: «Νομίζω ότι τελευταία, ασχολείσαι πολύ με τους/τις συμμαθητές/συμμαθήτριές σου. Δε θέλω να πηγαίνεις μαζί τους στα διαλείμματα. Τρέχει κάτι; Υποτίθεται ότι είμαστε μαζί».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Έχεις δίκαιο. Συγγνώμη. Δε θα ξανασυμβεί. Κανονίζουμε τα της εκδήλωσης. 
- β) Δε θα μου πεις εσύ τι θα κάνω. Ό,τι γουστάρω θα κάνω. 
- γ) Έχω έναν πολύ συγκεκριμένο ρόλο στην εκδήλωση. Το επόμενο διάστημα θα χρειαστώ τα διαλείμματα. 

Β' Λυκείου



Ρομαντική Σχέση

Χρονικά




2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Είσαι σε μια σχέση τους τελευταίους 2 μήνες.

ΘΕΣΗ: «Έλα σπίτι μου να αράξουμε. Θα λείπουν οι δικοί μου. Δε θα το μάθει κανείς».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Δεν ξέρω αν πρέπει και αν θέλω. Μμμ... Εντάξει, θα έρθω. 
- β) Πας καλά; Δεν θέλω να κάνω πράγματα κρυφά. 
- γ) Να έρθω στο σπίτι σου, αλλά δεν βρίσκω τον λόγο γιατί αυτό πρέπει να γίνει κρυφά. 

Β' Λυκείου



Ρομαντική Σχέση

Σωματικά και Συναισθηματικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Έχεις σχέση με ένα άτομο που σε πιέζει να εκδηλώνεις μια συγκεκριμένη σεξουαλική συμπεριφορά η οποία, όμως, εσένα δεν σου αρέσει/ταιριάζει.

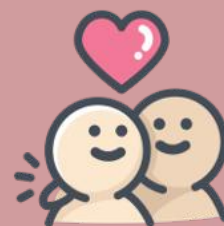
ΘΕΣΗ: «Σταμάτα να κάνεις σαν μωρό. Είμαστε μαζί έναν χρόνο. Έχω κάθε δικαίωμα να σε αγκαλιάζω και να σε φιλάω δημόσια».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Έχεις δίκαιο. Συγγνώμη.
- β) Δε θα μου πεις εσύ πώς θα συμπεριφερόμαι.
- γ) Καταλαβαίνω την ανάγκη σου. Το ίδιο ζητώ και απο εσένα...να καταλάβεις τη δική μου ανάγκη. Δεν νιώθω άνετα να συμβαίνουν αυτές οι πράξεις δημόσια.



Β' Λυκείου



Ρομαντική Σχέση

Σεξουαλικά

3^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Έχεις αποφασίσει ότι θα φροντίζεις περισσότερο τον εαυτό σου προσέχοντας την διατροφή σου, βάζοντας τη φυσική δραστηριότητα στο πρόγραμμά σου και αποφεύγοντας κάθε εξαρτητική συμπεριφορά (κάπνισμα, αλκοόλ, οθόνες).

ΘΕΣΗ: «Ξεκινάω από σήμερα πρόγραμμα! Θα γυμνάζομαι τρεις (3) φορές την εβδομάδα για 30 λεπτά. Για τον επόμενο μήνα κομμένα τα φαστ φουντ. Με το κινητό θα ασχολούμαι το πολύ 1 ώρα την ημέρα».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

- α) Είναι αδύνατο να τα καταφέρω. Είμαι πολύ αδύναμος χαρακτήρας.
- β) Χαζομάρες, αυτά είναι για τους φλώρους.
- γ) Πιστεύω ότι θα τα καταφέρω. Θα προσπαθήσω όσο μπορώ.



Β' Λυκείου



Εαυτός

Φυσικά

2^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Έχεις αποφασίσει ότι θα απέχεις από συζητήσεις που σκοπό έχουν να κουτσομπλέψουν και να κακολογήσουν τους/τις άλλους/άλλες.

ΘΕΣΗ: «Έλα να σου πω τι έγινε σήμερα στο σχολείο...Μιλάμε δεν έχει ξανασυμβεί κάτι τέτοιο(...)».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

α) μμμ άντε για πες...

β) Όχι αποκλείεται! Δε θέλω να ακούσω τίποτα!

γ) Δε θα ήθελα συμμετέχω σε κουτσομπολιά.

Αποφάσισα να απέχω. Αν θέλεις να μου πεις κάτι για σένα είμαι στη διάθεσή σου.



Β' Λυκείου



Εαυτός

Πνευματικά

1^{ος} Γύρος



ΣΥΝΘΗΚΗ: Είσαι σε σχέση με ένα άτομο που συνεχώς σε εκβιάζει συναισθηματικά για να πετύχει αυτό που θέλει.

ΘΕΣΗ: «Αν δεν συμφωνήσεις μαζί μου σημαίνει πως δεν με αγαπάς και δεν με νοιάζεσαι. Πρέπει οπωσδήποτε να πεις ναι ακόμα και αν δεν σου αρέσει αυτό το οποίο ακούς».

ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ:

α) Αλήθεια σε αγαπώ και σε νοιάζομαι. Ζορίζομαι πολύ αλλά οκ ό,τι πεις θα κάνω.

β) Ούτε καν! Πρόβλημά σου! Πίστευε ό,τι θες...Δεν με νοιάζει.

γ) Σ'αγαπώ, αλλά δεν θέλω να κάνω αυτό που ζητάς. Νιώθω πίεση και αυτό δεν μου αρέσει.



Β' Λυκείου

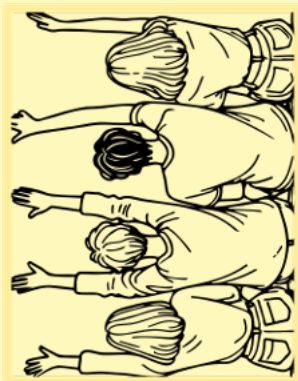


Εαυτός

Συναισθηματικά

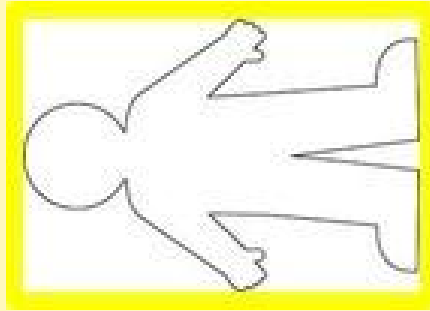




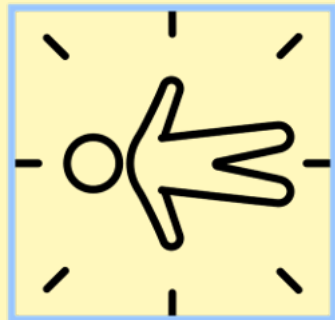


Φίλοι/Φίλες

Γύρος 1^{ος}

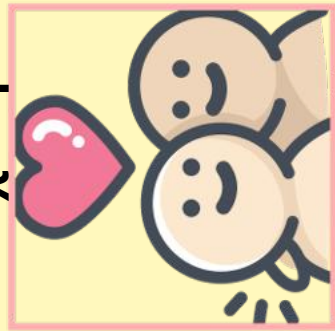


Εαυτός



Οικογένεια

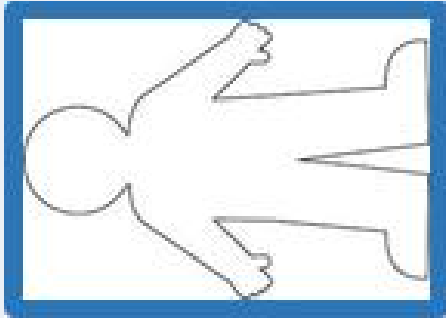
Ρομαντική
Σχέση



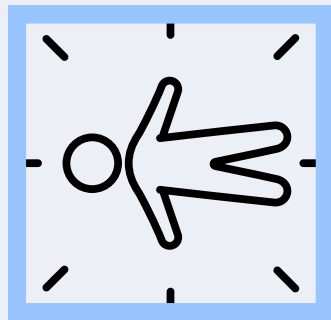


Φίλοι/Φίλες

2ος Γύρος

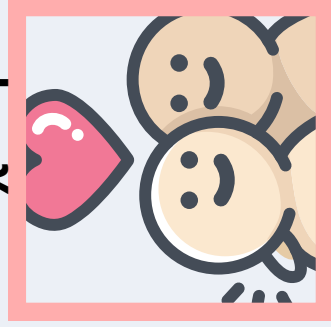


Εαυτός



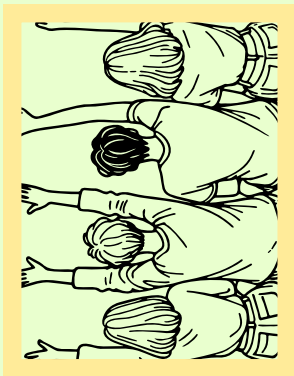
Οικογένεια

Ρομαντική
Σχέση

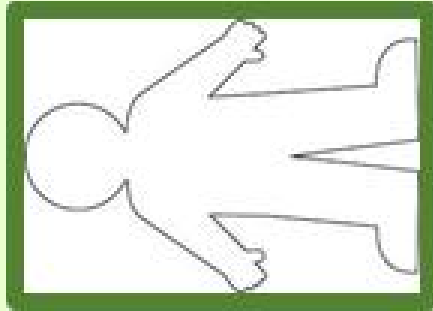


Β' Λυκείου

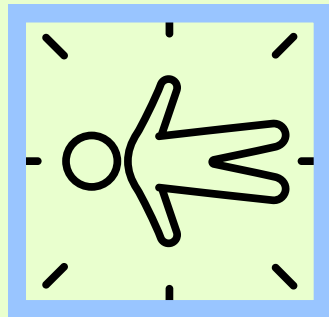
3^{ος} Γύρος



Φίλοι/Φίλες

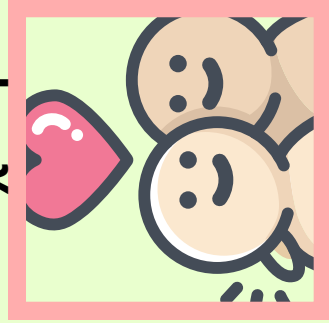


Εαυτός



Οικογένεια

**Ρομαντική
Σχέση**



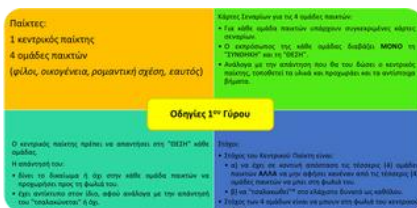
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: 1^{ος} Γύρος – Ελεύθερο παιχνίδι (Ανάκληση τύπων συμπεριφορών στην επικοινωνία)

10'

1.1 Να συμπεραίνουν ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

-Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της αυτοεκτίμησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων

- Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης, ερμηνείας ερεθίσματος και έκφρασης συναισθήματος
- Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών (π.χ. δεξιότητες επικοινωνίας, διαδικασία λήψης απόφασης, διεκδικητική συμπεριφορά, οριοθέτηση, αναζήτηση βοήθειας)



«Ξεκινάμε με τον 1^ο γύρο...». Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει τις οδηγίες του 1^{ου} γύρου (διαφάνεια 7).
(Εποπτικό Υλικό 2)

Η κάθε ομάδα διαβάζει την κάρτα σεναρίου που αντιστοιχεί στον 1^ο γύρο.

Σε κάθε απάντηση του κεντρικού παίκτη τοποθετείται το ανάλογο υλικό επικοινωνίας (κύκλος, τετράγωνο, τρίγωνο) και η ομάδα που έθεσε την ερώτηση προχωράει και τα αντίστοιχα βήματα (κύκλος = 5 βήματα, τετράγωνο = 4 βήματα, τρίγωνο = 1 βήμα). Ο/Η εκπαιδευτικός διπλώνει ανάλογα τη μαριονέτα του κεντρικού παίκτη και μπορεί να διπλώσει όποια διάσταση της μαριονέτας θέλει (για οικονομία χρόνου). Ιδανικό θα ήταν να διπλώνει εκείνη τη διάσταση στην οποία αντιστοιχεί το όριο. Όμως, σε κάθε περίπτωση μπορεί να διπλωθεί οποιαδήποτε πλευρά, καθώς τα όρια επηρεάζουν όλες τις διαστάσεις του εαυτού μας. Μάλιστα, εάν κάποια απάντηση είναι ιδιαίτερα έντονη, τότε συστήνεται να διπλωθούν δύο διαστάσεις. Είναι σημαντικό να έχει κατά νου ο/η εκπαιδευτικός ότι στόχος μέσα από αυτή τη δραστηριότητα είναι να αναδειχθεί ότι όταν απουσιάζουν τα όρια ή όταν αυτά δεν μπαίνουν με διεκδικητικό τρόπο επικοινωνίας, τότε το άτομο «χάνει» κομμάτι του εαυτού του με αποτέλεσμα να αποσταθεροποιείται, να γίνεται πιο ευάλωτο και να απομονώνεται.

Παραλλαγή:

Εάν ο αριθμός των μαθητών/μαθητριών του τμήματος είναι μεγάλος και υπάρχουν μαθητές/μαθήτριες που ο/η εκπαιδευτικός κρίνει ότι μπορούν να ανταποκριθούν σε αυτή τη δραστηριότητα, τότε συστήνεται ο χειρισμός της μαριονέτας να ανατεθεί σε κάποιον/κάποια μαθητή/μαθήτρια.

Μόλις ολοκληρωθεί ο 1^{ος} γύρος, οι μαθητές/μαθήτριες μετακινούνται στο ταμπλό του 2^{ου} γύρου, αφήνοντας τα υλικά όπως είναι στο 1^ο ταμπλό. (1^ο Παραδοτέο)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: 2^{ος} Γύρος – Μοντελοποίηση Οριοθέτησης



1.2 Να συμπεραίνουν ότι η οριοθέτηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

- Διασαφήνιση έννοιας οριοθέτησης (του εαυτού και των άλλων)
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της οριοθέτησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και οριοθέτησης
 - Σεβασμός των προσωπικών ορίων του εαυτού και των άλλων ατόμων
 - Οφέλη οριοθέτησης
- Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης της οριοθέτησης/σεβασμού των ορίων του εαυτού και των άλλων για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων
- Εφαρμογή τρόπων καθορισμού προσωπικών ορίων (εαυτός-διαπροσωπικές σχέσεις, χρονική στιγμή, διεκδικητική συμπεριφορά)

1.4 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να αποδέχονται και να υπερασπίζονται το δικαίωμα όλων των ατόμων να είναι απαλλαγμένοι από οποιαδήποτε μορφή βίας, ρατσιστικής ή/και εκφοβιστικής συμπεριφοράς

- Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού και των άλλων ατόμων



Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει τις οδηγίες του 2^{ου} γύρου (διαφάνεια 8). Στον 2^ο γύρο ο κεντρικός παίκτης χρειάζεται να χρησιμοποιήσει τους τροχούς των συναισθημάτων και στρατηγικών για να δώσει την απάντησή του στην κάθε θέση που θα του προβάλλουν οι ομάδες παικτών (διαφάνεια 9). Συγκεκριμένα, για να απαντήσει θα πρέπει να επιλέξει μια στρατηγική και ένα συναίσθημα από τα διαθέσιμα.

Παραλλαγή: Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει τα ταμπλό συναισθημάτων και στρατηγικών αντί των αντίστοιχων τροχών.

Σε κάθε απάντηση του κεντρικού παίκτη ο/η εκπαιδευτικός διπλώνει ανάλογα τη μαριονέτα του.

Παραλλαγή: Εάν ο αριθμός των μαθητών/μαθητριών του τμήματος είναι μεγάλος και υπάρχουν μαθητές/μαθήτριες που ο/η εκπαιδευτικός κρίνει ότι μπορούν να ανταποκριθούν σε αυτή την δραστηριότητα, τότε συστήνεται ο χειρισμός της μαριονέτας να ανατεθεί σε κάποιον/κάποια μαθητή/μαθήτρια.

Μόλις ολοκληρωθεί ο 2^{ος} γύρος οι μαθητές/μαθήτριες μετακινούνται στο ταμπλό του 3^{ου} γύρου, αφήνοντας τα υλικά όπως είναι στο 2^ο ταμπλό. (2^ο Παραδοτέο)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:

3^{ος} Γύρος – Υποχρεώσεις στα προσωπικά όρια των άλλων

1.2 Να συμπεραίνουν ότι η οριοθέτηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

- Διασαφήνιση έννοιας οριοθέτησης (του εαυτού και των άλλων)
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της οριοθέτησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και οριοθέτησης
 - Σεβασμός των προσωπικών ορίων του εαυτού και των άλλων ατόμων
 - Οφέλη οριοθέτησης
- Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης της οριοθέτησης/σεβασμού των ορίων του εαυτού και των άλλων για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων
- Εφαρμογή τρόπων καθορισμού προσωπικών ορίων (εαυτός-διαπροσωπικές σχέσεις, χρονική στιγμή, διεκδικητική συμπεριφορά)

1.4 Να αναγνωρίζουν ότι οποιαδήποτε μορφή βίας αποτελεί ποινικό αδίκημα και να αποδέχονται και να υπερασπίζονται το δικαίωμα όλων των ατόμων να είναι απαλλαγμένοι από οποιαδήποτε μορφή βίας, ρατσιστικής ή/και εκφοβιστικής συμπεριφοράς

- Ανάπτυξη στρατηγικής αντίστασης και υπεράσπισης του εαυτού και των άλλων ατόμων



ΒΗΜΑΤΑ ΔΙΕΚΔΙΚΗΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ



Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει τις οδηγίες του 3^{ου} γύρου (διαφάνεια 10) (Εποπτικό Υλικό 2).

Το σημείο στο οποίο διαφοροποιείται ο 3^{ος} γύρος είναι ότι χρησιμοποιείται από τις ομάδες παικτών ο τροχός συναισθημάτων για τη δήλωση της «ΘΕΣΗΣ». Η «ΘΕΣΗ» θα πρέπει να εκφραστεί σύμφωνα με το μοντέλο της διεκδικητικής συμπεριφοράς και συμφωνά με το συναίσθημα που τους ορίστηκε, δηλαδή να επαναδιατυπώσουν την θέση (διαφάνεια 11).

Κρίνεται σκόπιμο σε ΑΥΤΟ ΤΟ ΣΗΜΕΙΟ και όχι νωρίτερα, ο/η εκπαιδευτικός να κάνει ανάκληση των τριών ειδών συμπεριφοράς στην επικοινωνία (Παθητική, Επιθετική, Διεκδικητική), επισημαίνοντας τα τρία βήματα της διεκδικητικής συμπεριφοράς.

Ο κεντρικός παίκτης χρησιμοποιεί, επίσης, τον τροχό συναισθημάτων και τον τροχό των στρατηγικών για να δώσει την απάντησή του στην κάθε θέση που θα του προβάλλουν οι ομάδες παικτών, όπως και στον 2^ο γύρο (διαφάνεια 12).

Στον 3^ο γύρο αναμένεται οι μαθητές/μαθήτριες να χρειάζονται περισσότερο χρόνο μέχρι να κατανοήσουν το περιεχόμενο μίας καρτέλας και να σκεφτούν να το διατυπώσουν με ένα συναίσθημα και μία στρατηγική. Αυτό, ωστόσο, είναι και το επιδιωκόμενο, δηλαδή, οι μαθητές/μαθήτριες να σταματήσουν...να πάρουν τον χρόνο τους και να σκεφτούν για να απαντήσουν...

Σε αυτό ακριβώς χρειάζεται να εξασκηθούν και επομένως, αποσκοπεί η δραστηριότητα.

Σημειώνεται ότι ίσως χρειαστεί από τον εκπαιδευτικό να επαναλάβει το περιεχόμενο της καρτέλας δυο - τρεις φορές.

Παραλλαγή:

Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει τα ταμπλό συναισθημάτων και στρατηγικών αντί των αντίστοιχων τροχών.

Σε κάθε απάντηση του κεντρικού παίκτη ο/η εκπαιδευτικός διπλώνει ανάλογα τη μαριονέτα του κεντρικού παίκτη.

Παραλλαγή:

Εάν ο αριθμός των μαθητών/μαθητριών του τμήματος είναι μεγάλος και υπάρχουν μαθητές/μαθήτριες που ο/η εκπαιδευτικός κρίνει ότι μπορούν να ανταποκριθούν σε αυτή την δραστηριότητα, τότε συστήνεται ο χειρισμός της μαριονέτας να ανατεθεί σε κάποιον/κάποια μαθητή/μαθήτρια.

Μόλις ολοκληρωθεί ο 3^{ος} γύρος οι μαθητές/μαθήτριες, αφήνοντας τα υλικά όπως είναι στο 3^ο ταμπλό (3^ο Παραδοτέο), καλούνται να δουν πώς έχουν διαμορφωθεί τα τρία (3) ταμπλό.

Εποπτικό Υλικό 2

Παίκτες:

1 κεντρικός παίκτης

4 ομάδες παικτών

(φίλοι, οικογένεια, ρομαντική σχέση, εαυτός)

Κάρτες Σεναρίων για τις 4 ομάδες παικτών:

- Για κάθε ομάδα παικτών υπάρχουν συγκεκριμένες κάρτες σεναρίων.
- Ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας διαβάζει **ΜΟΝΟ** τη "ΣΥΝΘΗΚΗ" και τη "ΘΕΣΗ".
- Ανάλογα με την απάντηση που θα του δώσει ο κεντρικός παίκτης, τοποθετεί τα υλικά και προχωράει και τα αντίστοιχα βήματα.

Οδηγίες 1^{ου} Γύρου

Ο κεντρικός παίκτης πρέπει να απαντήσει στη "ΘΕΣΗ" κάθε ομάδας.

Η απάντησή του:

- δίνει το δικαίωμα ή όχι στην κάθε ομάδα παικτών να προχωρήσει προς τη φωλιά του.
- έχει αντίκτυπο στον ίδιο, αφού ανάλογα με την απάντησή του "τσαλακώνεται" ή όχι.

Στόχοι:

- Στόχος του Κεντρικού Παίκτη είναι:
 - α) να έχει σε κοντινή απόσταση τις τέσσερις (4) ομάδες παικτών **ΑΛΛΑ** να μην αφήσει κανέναν από τις τέσσερις (4) ομάδες παικτών να μπει στη φωλιά του.
 - β) να "τσαλακωθεί"* στο ελάχιστο δυνατό ως καθόλου.
- Στόχος των 4 ομάδων είναι να μπου στην φωλιά του κεντρικού παίκτη.

Παίκτες:

1 κεντρικός παίκτης

4 ομάδες παικτών

(φίλοι, οικογένεια, ρομαντική σχέση, εαυτός)

Κάρτες Σεναρίων για τις 4 ομάδες παικτών:

- Για κάθε ομάδα παικτών υπάρχουν συγκεκριμένες κάρτες σεναρίων.
- Ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας διαβάζει **ΜΟΝΟ** τη "ΣΥΝΘΗΚΗ" και τη "ΘΕΣΗ".
- Ανάλογα με την απάντηση που θα δώσει ο κεντρικός παίκτης, τοποθετεί τα υλικά και προχωράει και τα αντίστοιχα βήματα.

Οδηγίες 2^{ου} Γύρου

Ο κεντρικός παίκτης πρέπει να απαντήσει στη "ΘΕΣΗ" κάθε ομάδας με τρόπο που να σέβεται τον εαυτό του και ταυτόχρονα να σέβεται και τις ομάδες παικτών.

Θα πρέπει σε κάθε του απάντηση να χρησιμοποιεί μια κάρτα στρατηγικής και μια κάρτα συναισθημάτων από τον τροχό συναισθημάτων.

Στόχοι:

- Στόχος του Κεντρικού Παίκτη είναι:
 - α) να έχει σε κοντινή απόσταση τις τέσσερις (4) ομάδες παικτών **ΑΛΛΑ** να μην αφήσει κανέναν από τις τέσσερις (4) ομάδες παικτών να μπει στη φωλιά του.
 - β) να "τσαλακωθεί"* στο ελάχιστο δυνατό ως καθόλου.
- Στόχος των 4 ομάδων είναι να μπου στην φωλιά του κεντρικού παίκτη.

Παίκτες:

1 κεντρικός παίκτης

4 ομάδες παικτών

(φίλοι, οικογένεια, ρομαντική σχέση, εαυτός)

Κάρτες Σεναρίων για τις 4 ομάδες παικτών:

- Για κάθε ομάδα παικτών υπάρχουν συγκεκριμένες κάρτες σεναρίων.
- Ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας διαβάζει **ΜΟΝΟ** τη "ΣΥΝΘΗΚΗ" και τη "ΘΕΣΗ".
- Ανάλογα με την απάντηση που θα δώσει ο κεντρικός παίκτης, τοποθετεί τα υλικά και προχωράει και τα αντίστοιχα βήματα.

Οδηγίες 3^{ου} Γύρου

Οι 4 ομάδες χρησιμοποιώντας τον τροχό συναισθημάτων να παραφράσουν τη "ΘΕΣΗ" και να την εκφράσουν με διεκδικητικό τρόπο.

Ο κεντρικός παίκτης πρέπει να απαντήσει στη "ΘΕΣΗ" κάθε ομάδας με τρόπο που να σέβεται τον εαυτό του και ταυτόχρονα να σέβεται και τις ομάδες παικτών.

Θα πρέπει σε κάθε του απάντηση να χρησιμοποιεί μια κάρτα στρατηγικής και μια κάρτα συναισθημάτων από τον τροχό συναισθημάτων.

Στόχοι:

- Στόχος του Κεντρικού Παίκτη είναι:
 - α) να έχει σε κοντινή απόσταση τις τέσσερις (4) ομάδες παικτών **ΑΛΛΑ** να μην αφήσει κανέναν από τις τέσσερις (4) ομάδες παικτών να μπει στη φωλιά του.
 - β) να "τσαλακωθεί"* στο ελάχιστο δυνατό ως καθόλου.
- Στόχος των 4 ομάδων είναι να δείξουν σεβασμό στον κεντρικό παίκτη.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Αποτελέσματα επιτραπέζιου παιχνιδιού - Ταμπλό και μαριονέτες



Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να παρατηρήσουν και να σχολιάσουν το αποτέλεσμα των τριών (3) ταμπλό. Σε περίπτωση που το μάθημα είναι μονόωρο και όχι δίωρο συνεχόμενο, τότε να υπάρξει πρόνοια φωτογράφισης των ταμπλό, ώστε να ξεκινήσει ο/η εκπαιδευτικός με αυτή την εικόνα το εργαστήριο.

ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ



ΕΙΔΗ ΟΡΙΩΝ



Θέτει τα εξής ερωτήματα προς διευκόλυνση των μαθητών/μαθητριών (διαφάνεια 13):

1. Ποια υλικά επικοινωνίας χρησιμοποιήθηκαν περισσότερο σε κάθε γύρο; Πού οφείλεται αυτό;
2. Ποια μαριονέτα έχει τσαλακωθεί λιγότερο; Πού οφείλεται αυτό;
3. Είναι εύκολο να βάζει ένα άτομο όρια;
4. Πότε δυσκολεύεται κάποιος να βάλει όρια και πότε είναι πιο εύκολο, όταν τα όρια αφορούν κάτι συναισθηματικό, κάτι υλικό, κάτι πνευματικό, κάτι χρονικό ή κάτι σωματικό;
5. Ποια είναι τα είδη των ορίων (συστήνεται να χρησιμοποιηθούν οι κάρτες σεναρίων για να βοηθηθούν οι μαθητές/μαθήτριες); (διαφάνεια 14)
6. Σε τι βοηθά η οριοθέτηση το άτομο; (Η συγκεκριμένη ερώτηση λειτουργεί ως σύνδεση για την επόμενη δραστηριότητα).

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Τα 10 κλειδιά για να πεις όχι

(Να κλειδώσεις τα όριά σου και να ξεκλειδώσεις τον εαυτό σου)

10'

1.1 Να συμπεραίνουν ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

- Αναγνώριση χαρακτηριστικών ατόμων με υψηλή αυτοεκτίμηση (αισιοδοξία, αποδοχή, συμπερίληψη, διεκδικητικότητα, σεβασμός) - Ανάλυση παραγόντων που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία)
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της αυτοεκτίμησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης, ερμηνείας ερεθίσματος και έκφραση συναισθήματος
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών (π.χ. δεξιότητες επικοινωνίας, διαδικασία λήψης απόφασης, διεκδικητική συμπεριφορά, οριοθέτηση, αναζήτηση βοήθειας)
- Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης των δεξιοτήτων ζωής και του αξιακού συστήματος
- Εφαρμογή τρόπων ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης (π.χ. ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής, καλλιέργεια ενσυναίσθησης, δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων)
- Παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία)

ΤΑ 10 ΚΛΕΙΔΙΑ ΤΗΣ ΟΡΙΟΘΕΤΗΣΗΣ



Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τυχαία τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε τρεις (3) ομάδες. Στη συνέχεια, δίνει σε κάθε ομάδα:

(α) εποπτικό με τα δέκα κλειδιά της οριοθέτησης, όπου το κάθε κλειδί φέρει τον δικό του αριθμό από 0 - 9 (εναλλακτικά το προβάλλει στον πίνακα με τη διαφάνεια 15) και

(β) φύλλο εργασίας στο οποίο αναγράφονται οι επεξηγήσεις τεσσάρων κλειδιών της οριοθέτησης και στο οποίο οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να εντοπίσουν το αντίστοιχο κλειδί για να καταγράψουν τον αριθμό του, ώστε να σχηματιστεί ένας τετραψήφιος αριθμός. Ο αριθμός αυτός αποτελεί τον κωδικό για να ξεκλειδώσει η κλειδαριά της μαριονέτας. Όταν ξεκλειδώσουν την κλειδαριά, τότε η αλυσίδα πέφτει γύρω από την μαριονέτα. Η ομάδα που θα καταφέρει να ξεκλειδώσει πρώτη την κλειδαριά κερδίζει. Η κάθε ομάδα θα πρέπει να ξεκλειδώσει την κλειδαριά που αντιστοιχεί στο χρώμα της. Ο/Η εκπαιδευτικός έχει προνοήσει, ώστε κάθε κλειδαριά να έχει διαφορετικό χρώμα.

Εποπτικό Υλικό 3

Ξεκαθάρισε μέσα σου για ποιο λόγο λες «ΟΧΙ». **1**

Ξεκαθάρισε τις προτεραιότητές σου. **2**

Παρατήρησε τα συναισθήματά σου και κατονόμασέ τα. **3**

Αφόπλισε ευγενικά τον/τη συνομιλητή/ συνομιλήτριά σου και μετά πες αυτό που επιθυμείς. **4**

Πρόσθεσε πώς νιώθεις. **5**

Οι τύψεις είναι σκέψη και όχι συναίσθημα. **6**

Βελτίωσε την αυτοπεποίθησή σου. **7**


Όπως φέρεσαι, έτσι θα σου φερθούν. **8**


Τα πράγματα παίρνουν τον δρόμο τους ακόμα και αν εσύ πεις «Όχι» και δεν κάνεις αυτό που σου ζητάει κάποιο άλλο άτομο. **9**

Μια δόση ρεαλισμού. **0**

<p>Χρησιμοποίησε φράσεις όπως «Δεν νιώθω έτοιμος/ έτοιμη ...», «Δεν αισθάνομαι όμορφα/ άνετα ...», «Νιώθω ότι πνίγομαι ... και δε θέλω να ...». Έτσι ο/η συνομιλητής/ συνομιλήτριά σου θα δει και τη δική σου πλευρά και δεν μπορεί να σε πιέσει για κάτι που νιώθεις.</p>	<p>Δεν γίνεται στο 100% πάντα να λες «όχι» σε κάτι που δεν θέλεις ή δεν σε ενδιαφέρει. Θα υπάρξουν φορές που θα αναγκαστείς λόγω συνθηκών, ισορροπιών ή κοινωνικών συμβάσεων να πεις «ναι». Π.χ. να πλένεις εσύ τα πιάτα δύο φορές την εβδομάδα.</p>	<p>Όταν παραδέχεσαι τα συναισθήματά σου εξαρχής τότε μπορείς να τα διαχειριστείς και ανοίγεις τον δρόμο για να διαχειριστείς καλύτερα την κατάσταση που σε απασχολεί.</p>	<p>Να θυμάσαι ότι δεν είσαι υπεύθυνος/ υπεύθυνη για την ευτυχία των άλλων, είναι δική τους υποχρέωση η ευτυχία τους. Σε φράσεις όπως «μα καλά δεν με λυπάσαι;», «δε με θες ευτυχισμένο/ ευτυχισμένη;» «δε νοιάζεσαι για μένα;», η καλύτερη απάντηση είναι «ναι, αλλά νοιάζομαι και τον εαυτό μου» και με αυτό να πορεύεσαι.</p>
--	--	---	---



<p>Αν φέρεις με τρόπο που δείχνει σεβασμό στον εαυτό σου, τις ανάγκες σου και τις προτεραιότητές σου, έτσι θα σου φερθούν και τα άλλα άτομα.</p>	<p>Το να αναγνωρίζεις την αξία σου, τον χρόνο σου, τον κόπο σου, την ενέργεια που καταβάλλεις, τις ανάγκες και τις επιθυμίες σου σε βοηθά στο να λες «όχι» και να οριοθετείς όποιο άλλο άτομο σε πιέζει.</p>	<p>Έχοντας μια ξεκάθαρη λίστα με τις προτεραιότητές σου, κρίνεις ασφαλέστερα αν πρέπει να πεις ναι ή όχι σε κάτι που σου ζητείται να κάνεις. Βοηθάς τον εαυτό σου να παραμένει συγκεντρωμένος στα σημαντικά.</p>	<p>Τα πράγματα παίρνουν τον δρόμο τους ακόμα και αν εσύ πεις «Όχι» και δεν κάνεις αυτό που σου ζητάει κάποιος άλλος.</p>
			

<p>Το «Όχι» σου αφορά πρώτα εσένα και τις δικές σου ανάγκες και λιγότερο το άτομο που έχεις απέναντί σου. Λέγοντας «Όχι» εκεί που πρέπει, δημιουργείς χώρο για να πεις «ΝΑΙ» εκεί που θέλεις και μπορείς.</p>	<p>Αν φέρεις με τρόπο που δείχνει σεβασμό στον εαυτό σου, τις ανάγκες σου και τις προτεραιότητές σου, έτσι θα σου φερθούν και τα άλλα άτομα.</p>	<p>Προτίμησε το «Σε ευχαριστώ πολύ, αλλά...». Η ειλικρίνεια, η ευγένεια και η σταθερότητα σε βοηθούν στο να οριοθετήσεις τον/τη συνομιλητή/συνομιλήτριά σου πιο εύκολα.</p>	<p>Όταν παραδέχεσαι τα συναισθήματά σου εξ αρχής τότε μπορείς να τα διαχειριστείς και ανοίγεις τον δρόμο για να διαχειριστείς καλύτερα την κατάσταση που σε απασχολεί.</p>
			

Λύσεις - Σημειώσεις Εκπαιδευτικού

<p>Χρησιμοποίησε φράσεις όπως «Δεν νιώθω έτοιμος/έτοιμη ...», «Δεν αισθάνομαι όμορφα/άνετα ...», «Νιώθω ότι πνίγομαι ... και δε θέλω να ...». Έτσι ο/η συνομιλητής/ συνομιλήτριά σου θα δει και τη δική σου πλευρά και δεν μπορεί να σε πιέσει για κάτι που νιώθεις.</p>	<p>Δεν γίνεται στο 100% πάντα να λες «όχι» σε κάτι που δεν θέλεις ή δεν σε ενδιαφέρει. Θα υπάρξουν φορές που θα αναγκαστείς λόγω συνθηκών, ισορροπιών ή κοινωνικών συμβάσεων να πεις «ναι». Π.χ. να πλένεις εσύ τα πιάτα δύο φορές την εβδομάδα.</p>	<p>Όταν παραδέχεσαι τα συναισθήματά σου εξαρχής τότε μπορείς να τα διαχειριστείς και ανοίγεις τον δρόμο για να διαχειριστείς καλύτερα την κατάσταση που σε απασχολεί.</p>	<p>Να θυμάσαι ότι δεν είσαι υπεύθυνος/υπεύθυνη για την ευτυχία των άλλων, είναι δική τους υποχρέωση η ευτυχία τους. Σε φράσεις όπως «μα καλά δεν με λυπάσαι;», «δε με θες ευτυχισμένο/ ευτυχισμένη;» «δε νοιάζεσαι για μένα;», η καλύτερη απάντηση είναι «ναι, αλλά νοιάζομαι και τον εαυτό μου» και με αυτό να πορεύεσαι.</p>
5	0	3	6



<p>Αν φέρεις με τρόπο που δείχνει σεβασμό στον εαυτό σου, τις ανάγκες σου και τις προτεραιότητές σου, έτσι θα σου φερθούν και τα άλλα άτομα.</p>	<p>Το να αναγνωρίζεις την αξία σου, τον χρόνο σου, τον κόπο σου, την ενέργεια που καταβάλεις, τις ανάγκες και τις επιθυμίες σου σε βοηθά στο να λες «όχι» και να οριοθετείς όποιο άλλο άτομο σε πιέζει.</p>	<p>Έχοντας μια ξεκάθαρη λίστα με τις προτεραιότητές σου, κρίνεις ασφαλέστερα αν πρέπει να πεις ναι ή όχι σε κάτι που σου ζητείται να κάνεις. Βοηθάς τον εαυτό σου να παραμένει συγκεντρωμένος στα σημαντικά.</p>	<p>Τα πράγματα παίρνουν τον δρόμο τους ακόμα και αν εσύ πεις «Όχι» και δεν κάνεις αυτό που σου ζητάει κάποιος άλλος.</p>
8	7	2	9



<p>Το «Όχι» σου αφορά πρώτα εσένα και τις δικές σου ανάγκες και λιγότερο το άτομο που έχεις απέναντί σου. Λέγοντας «Όχι» εκεί που πρέπει, δημιουργείς χώρο για να πεις «ΝΑΙ» εκεί που θέλεις και μπορείς.</p>	<p>Αν φέρεις με τρόπο που δείχνει σεβασμό στον εαυτό σου, τις ανάγκες σου και τις προτεραιότητές σου, έτσι θα σου φερθούν και τα άλλα άτομα.</p>	<p>Προτίμησε το «Σε ευχαριστώ πολύ, αλλά...». Η ειλικρίνεια, η ευγένεια και η σταθερότητα σε βοηθούν στο να οριοθετήσεις τον/τη συνομιλητή/ συνομιλήτριά σου πιο εύκολα.</p>	<p>Όταν παραδέχεσαι τα συναισθήματά σου εξαρχής τότε μπορείς να τα διαχειριστείς και ανοίγεις τον δρόμο για να διαχειριστείς καλύτερα την κατάσταση που σε απασχολεί.</p>
1	8	4	3





Με αυτόν τον τρόπο η αλυσίδα που είναι πεσμένη γύρω από τη μαριονέτα του εαυτού συμβολίζει το όριο που προσφέρει ασφάλεια στον εαυτό και ταυτόχρονα αποδεικνύεται ότι το όριο δεν εγκλωβίζει το άτομο. Αντίθετα, προσφέρει στο άτομο αυτονομία και επίγνωση στην ελευθερία κινήσεων (διαφάνεια 16).

Σημείωση:

Ο/Η εκπαιδευτικός παρακαλείται να απομακρύνει την αλυσίδα μόλις ξεκλειδωθεί η κλειδαριά, ώστε να μην την προσεγγίζουν οι μαθητές/μαθήτριες, για λόγους ασφαλείας.

Κλειδί	Κλειδαριά
1. Ξεκαθάρισε μέσα σου για ποιο λόγο λες «Όχι»	Το «Όχι» σου αφορά πρώτα εσένα και τις δικές σου ανάγκες και λιγότερο το άτομο που έχεις απέναντί σου. Λέγοντας «Όχι» εκεί που πρέπει, δημιουργείς χώρο για να πεις «ΝΑΙ» εκεί που θέλεις και μπορείς.
2. Ξεκαθάρισε τις προτεραιότητές σου.	Έχοντας μια ξεκάθαρη λίστα με τις προτεραιότητές σου, κρίνεις ασφαλέστερα αν πρέπει να πεις ναι ή όχι σε κάτι που σου ζητείται να κάνεις.
3. Παρατήρησε τα συναισθήματά σου και κατονόμασέ τα. 4. Αφόπλισε ευγενικά τον/την συνομιλητή/ συνομιλήτριά σου και μετά πες αυτό που επιθυμείς.	Όταν παραδέχεσαι τα συναισθήματά σου εξαρχής τότε μπορείς να διαχειριστείς καλύτερα την κατάσταση που σε απασχολεί. Προτίμησε το «Σε ευχαριστώ πολύ, αλλά...».
5. Πρόσθεσε πώς νιώθεις.	Η ειλικρίνεια, ευγένεια και η σταθερότητα σε βοηθούν στο να οριοθετήσεις τον/την συνομιλητή/συνομιλήτριά σου πιο εύκολα.
6. Οι τύψεις δεν είναι συναίσθημα. Είναι οι σκέψεις σου.	Χρησιμοποίησε φράσεις όπως «Δεν νιώθω έτοιμος/έτοιμη ...», «Δεν αισθάνομαι όμορφα/άνετα ...», «νιώθω ότι πνίγομαι ... και δε θέλω να ...». Έτσι ο/η συνομιλητής/συνομιλήτριά σου θα δει και τη δική σου πλευρά και δεν μπορεί να σε πιέσει για κάτι που νιώθεις.
7. Βελτίωσε την αυτοπεποίθησή σου.	Να θυμάσαι ότι δεν είσαι υπεύθυνος/υπεύθυνη για την ευτυχία των άλλων, είναι δική τους υποχρέωση η ευτυχία τους. Σε φράσεις όπως «μα καλά δεν με λυπάσαι;», «δε με θες ευτυχισμένο/ευτυχισμένη;» «δε νοιάζεσαι για μένα;», η καλύτερη απάντηση είναι «ναι, αλλά νοιάζομαι και τον εαυτό μου» και με αυτό να πορεύεσαι.
8. Όπως φέρεσαι, έτσι θα σου φερθούν.	Το να αναγνωρίζεις την αξία σου, τον χρόνο σου, τον κόπο σου, την ενέργεια που καταβάλλεις, τις ανάγκες και τις επιθυμίες σου σε βοηθά στο να λες «όχι» και να οριοθετείς όποιο δεν τα αναγνωρίζει και δεν τα σέβεται.
9. Μετά το «όχι» ... η ζωή συνεχίζεται.	Αν φέρεσαι με τρόπο που δείχνει σεβασμό στον εαυτό σου, τις ανάγκες σου και τις προτεραιότητές σου, έτσι θα σου φερθούν και τα άλλα άτομα.
10. Μια δόση ρεαλισμού.	Τα πράγματα παίρνουν τον δρόμο τους ακόμα και αν εσύ πεις «Όχι» και δεν κάνεις αυτό που σου ζητάει κάποιος άλλος. Δεν γίνεται στο 100% πάντα να λες «όχι» σε κάτι που δεν θέλεις ή δεν σε ενδιαφέρει.

Πηγή: Βάρβογλη, Λ. (2023) «Η τέχνη του να βάζεις όρια και να λες «Όχι»», Εκδόσεις Ματαγα, Αθήνα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Αυτοσεβασμός και Οριοθέτηση (οφέλη οριοθέτησης – μαριονέτα 3^{ου} γύρου)

10'

1.1 Να συμπεραίνουν ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

- Αναγνώριση χαρακτηριστικών ατόμων με υψηλή αυτοεκτίμηση (αισιοδοξία, αποδοχή, συμπερίληψη, διεκδικητικότητα, σεβασμός) - Ανάλυση παραγόντων που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία)
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της αυτοεκτίμησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης, ερμηνείας ερεθίσματος και έκφραση συναισθήματος
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών (π.χ. δεξιότητες επικοινωνίας, διαδικασία λήψης απόφασης, διεκδικητική συμπεριφορά, οριοθέτηση, αναζήτηση βοήθειας)
- Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης των δεξιοτήτων ζωής και του αξιακού συστήματος
- Εφαρμογή τρόπων ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης (π.χ. ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής, καλλιέργεια ενσυναίσθησης, δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων)
- Παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία)

Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε τρεις (3) ομάδες. Οι δύο (2) ομάδες καλούνται να συμπληρώσουν το *Εποπτικό Υλικό 4* «Οριοθέτηση εαυτού» μέσα σε δύο (2) λεπτά (**1^ο παραδοτέο**). Η μία ομάδα καλείται να γράψει πέντε (5) οφέλη που έχει το άτομο όταν βάζει όρια στον εαυτό του και η άλλη ομάδα πέντε (5) τομείς της ζωής του ατόμου στους οποίους μπορεί και είναι σημαντικό να βάλει το άτομο όρια στον εαυτό του (σε ποια πράγματα βάζουμε όρια στον εαυτό μας). Η τρίτη ομάδα καλείται να ιεραρχήσει τα βήματα της στρατηγικής.

ΒΗΜΑΤΑ ΟΡΙΟΘΕΤΗΣΗΣ ΕΑΥΤΟΥ

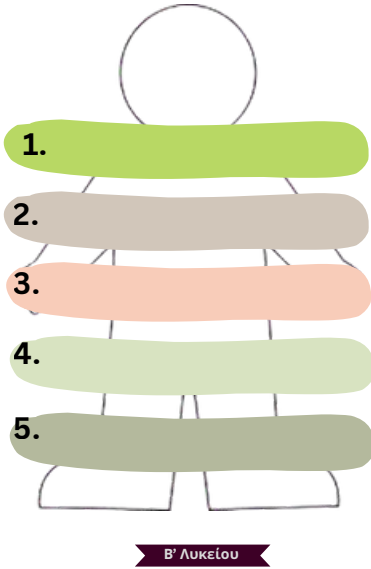


Οι μαθητές/μαθήτριες παρουσιάζουν στην ολομέλεια τα φύλλα εργασίας τους και ο/η εκπαιδευτικός συμπληρώνει όπου είναι απαραίτητο. Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει **τα βήματα - Στρατηγική οριοθέτησης του εαυτού** (διαφάνεια 17).

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 4



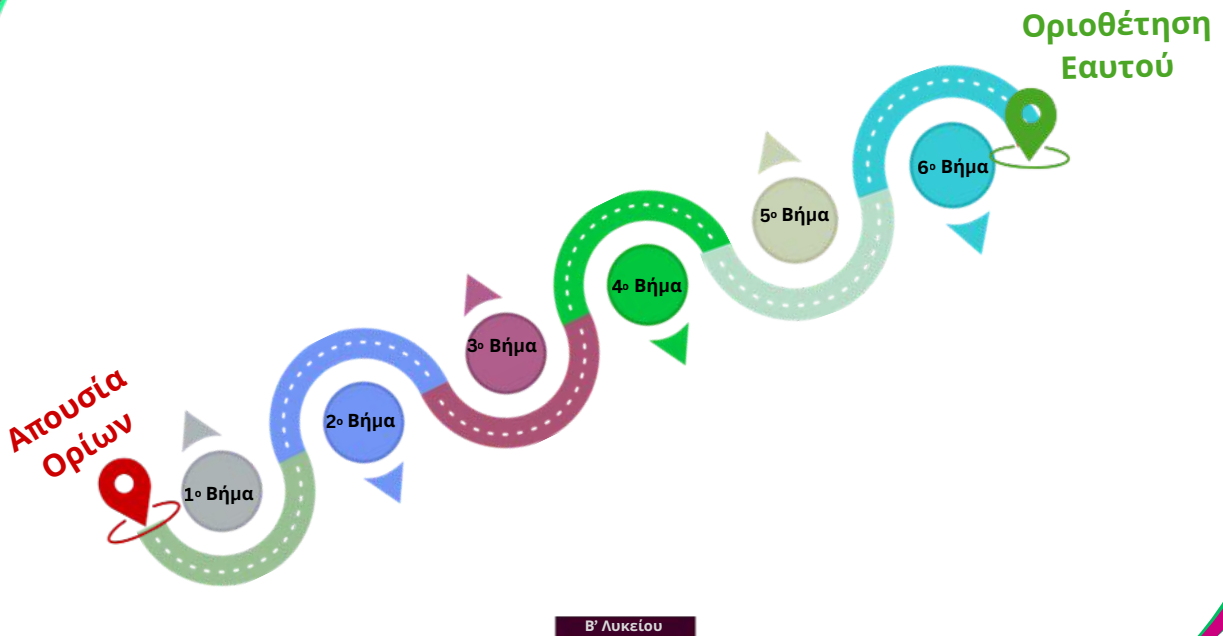
A. Ατομικά Οφέλη από την Οριοθέτηση Εαυτού



B. Τομείς Οριοθέτησης Εαυτού



Γ. Βήματα Οριοθέτησης Εαυτού



Αναμενόμενες Απαντήσεις:

Πέντε (5) οφέλη	Πέντε (5) τομείς
<p>1. Τα όρια σε βοηθάνε να αντιληφθείς τι είναι σημαντικό για σένα και να επικεντρωθείς σε αυτό.</p>	<p>1. Ωράριο εργασίας</p> <p>2. Αποφυγή τοξικών ανθρώπων και καταστάσεων</p>
<p>2. Τα όρια σε βοηθούν να διαχειριστείς τα συναισθήματά σου, κυρίως τα δύσκολα (άγχος, θυμός).</p>	<p>3. Ένταξη φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινότητα</p>
<p>3. Τα όρια σε βοηθούν να ιεραρχήσεις τις αξίες σου.</p>	<p>4. Ο χρόνος που αφιερώνεις στις οθόνες</p>
<p>4. Τα όρια σε βοηθούν να ορίσεις τις προσδοκίες σου για τον εαυτό σου και να θέσεις στόχους στη ζωή σου και σε διευκολύνουν προς τα πού να κινηθείς, τι να επιλέξεις και τι όχι.</p>	<p>5. Υιοθέτηση υγιεινών διατροφικών συνηθειών</p> <p>6. Ωράριο ύπνου</p>
<p>5. Τα όρια σε βοηθούν να χτίσεις αυτοπεποίθηση και αυτοσεβασμό, γιατί σε βοηθούν να καλύψεις τις ανάγκες σου (συναισθηματικές, πνευματικές, κοινωνικές και φυσικές).</p>	<p>7. Διαχείριση χρημάτων</p> <p>8. Αναγνώριση λαθών – ανάληψη ευθύνης – έκφραση συγγνώμης</p>

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4: Αλληλοσεβασμός και Οριοθέτηση (οφέλη οριοθέτησης – ταμπλό 3^{ου} γύρου)

10'

1.1 Να συμπεραίνουν ότι η υψηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί βασική προϋπόθεση δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων

- Αναγνώριση χαρακτηριστικών ατόμων με υψηλή αυτοεκτίμηση (αισιοδοξία, αποδοχή, συμπερίληψη, διεκδικητικότητα, σεβασμός) - Ανάλυση παραγόντων που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία)
- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σημασία της αυτοεκτίμησης στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης, ερμηνείας ερεθίσματος και έκφραση συναίσθηματος
 - Σχέση βαθμού αυτοεκτίμησης και εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών (π.χ. δεξιότητες επικοινωνίας, διαδικασία λήψης απόφασης, διεκδικητική συμπεριφορά, οριοθέτηση, αναζήτηση βοήθειας)
- Δεκτικότητα για την ανάγκη ενίσχυσης των δεξιοτήτων ζωής και του αξιακού συστήματος
- Εφαρμογή τρόπων ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης (π.χ. ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής, καλλιέργεια ενσυναίσθησης, δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων)
- Παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση (π.χ. οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό περιβάλλον, σχέσεις με τους συνομηλίκους, ΜΜΕ, ΜΚΔ, ρόλος του ατόμου στην κοινωνία)



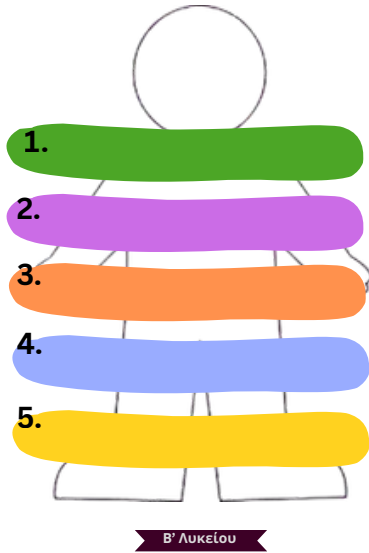
Ο/Η εκπαιδευτικός ζητά από δύο (2) ομάδες να συμπληρώσουν, αυτή τη φορά, το *Εποπτικό Υλικό 5* «Οριοθέτηση του άλλου» μέσα σε δύο (2) λεπτά (**2^ο παραδοτέο**). Η μία ομάδα καλείται να γράψει πέντε (5) οφέλη που έχει το άτομο όταν βάζει όρια σε άλλα άτομα και η άλλη ομάδα πέντε (5) τομείς της ζωής του ατόμου στους οποίους μπορεί και είναι σημαντικό να βάλει το άτομο όρια σε άλλα άτομα. Η τρίτη ομάδα καλείται να ιεραρχήσει τα βήματα της στρατηγικής. *Να ληφθεί πρόνοια ώστε η ομάδα που στην προηγούμενη δραστηριότητα ασχολήθηκε με τα οφέλη, τώρα να ασχοληθεί με τους τομείς ή τη στρατηγική.*

Οι μαθητές/μαθήτριες παρουσιάζουν στην ολομέλεια τα φύλλα εργασίας τους και ο/η εκπαιδευτικός συμπληρώνει όπου είναι απαραίτητο. Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει τα βήματα – Στρατηγική οριοθέτησης των συγγενών και φίλων (*διαφάνεια 18*).

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 5



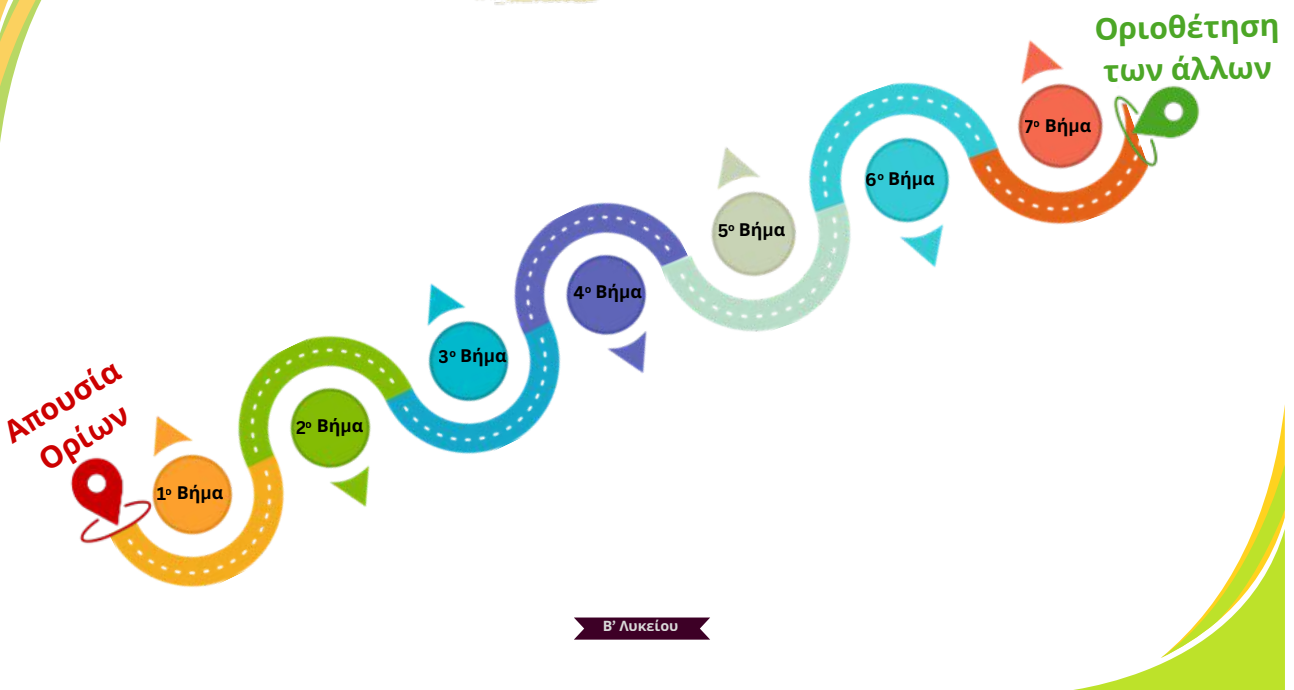
A. Οφέλη από την Οριοθέτηση των άλλων



B. Τομείς Οριοθέτησης των άλλων



Γ. Βήματα Οριοθέτησης των άλλων



Αναμενόμενες Απαντήσεις:

Πέντε (5) οφέλη	Πέντε (5) τομείς
1. Τα όρια σε βοηθάνε να αντιληφθείς τι είναι σημαντικό για το άτομο που έχεις απέναντί σου.	1. Ωράριο εργασίας
3. Τα όρια σε βοηθούν να διαχειριστείς τα συναισθήματά σου, κυρίως τα δύσκολα (άγχος, θυμός).	2. Αποφυγή τοξικών ανθρώπων και καταστάσεων
4. Τα όρια σε βοηθούν να προστατέψεις τις ανάγκες, τις αξίες και την προσωπικότητά σου.	3. Πότε και πόσο χρόνο θα αφιερώσεις σε άλλους ανθρώπους
5. Τα όρια σε βοηθούν να ορίσεις τις προσδοκίες σου από τους άλλους ανθρώπους	4. Πώς θα μοιράσεις τον χρόνο σου με τους άλλους ανθρώπους
6. Τα όρια σε βοηθούν να χτίσεις υγιείς σχέσεις με τους άλλους ανθρώπους.	5. Σωματικά όρια
	6. Υλικά όρια
	7. Ανάληψη εργασιών – ευθυνών
	8. Σεξουαλικά όρια

Γ. Βήματα Οριοθέτησης του εαυτού και των άλλων

Κατόνομασε τα όρια που θέλεις να βάλεις στον εαυτό σου

Να αναλάβεις τις ευθύνες σου για την επιτυχία και την αποτυχία σου

Ξεκίνα με καλή διάθεση και αποτελεσματική επικοινωνία

Δήλωσε τι χρειάζεσαι εσύ και ρώτα το άλλο άτομο τι χρειάζεται αυτό

Εξέτασε διάφορους τομείς της ζωή σου και δεξ αν είσαι ευχαριστημένος / ευχαριστημένη

Να φέρεσαι στον εαυτό σου με συμπόνια – Να του επιτρέπεις να κάνει λάθος

Για να εκφράσεις το συναίσθημά σου ξεκίνα την δήλωσή σου με το «Εγώ νιώθω...»

Μπορεί να χρειάζεται να τα βρείτε στα μισά του δρόμου

Διάλεξε ένα/δύο τομείς της ζωής σου που θες να οριοθετήσεις

Να παρατηρείς κάθε μικρή αλλαγή και να μην την θεωρείς ένα τίποτα – Δείξε αγάπη και σεβασμό στον εαυτό σου

Τόνισε τη σημασία της σχέσης σας (φιλική, ρομαντική, οικογενειακή)

Μην αναβάλλεις να πεις αυτό που θέλεις να πεις

Χρησιμοποίησε τη διεκδικητική συμπεριφορά



Κλείσιμο

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ: ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΟΡΙΟΘΕΤΗΣΗΣ

Στον εαυτό μου	Σε άλλους
<ul style="list-style-type: none"> Αυτοβελτίωση ή άλλα σημαντικά για μένα Αναγνώριση ή ανακάλυψη μου Παράδειγμα για άλλους Όπου χρειάζομαι να επηρεάσω άλλους Απόδοση ευχαριστιών 	<ul style="list-style-type: none"> Αυτοβελτίωση ή άλλα σημαντικά για τα άτομα που έχω επηρεάσει Ενθάρση ή θάρρος/θάρρα μου Προστασία των άλλων Όπου οι προετοιμασίες μου έχουν από τους άλλους ανθρώπους Απόδοση ευχαριστιών

Ανακεφαλαίωση με τα οφέλη, τους τομείς και τα χαρακτηριστικά των ορίων. (διαφάνειες 19 - 21)

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ: ΤΟΜΕΙΣ ΟΡΙΟΘΕΤΗΣΗΣ



ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ: ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ



Αξιολόγηση εργαστηρίου (διαφάνεια 22)
(Εποπτικό Υλικό 6)

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ



Ευχαριστώ!

Ευχαριστίες (διαφάνεια 23)

Εποπτικό Υλικό 6

Αξιολόγηση 3^{ου} Εργαστηρίου ΣΔ

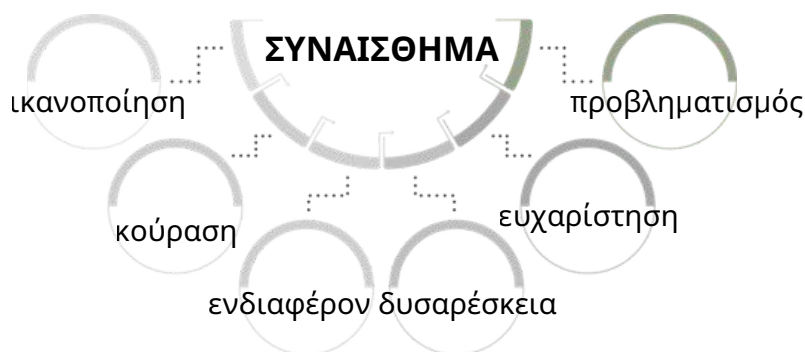


Το 3^ο Εργαστήριο για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση μόλις ολοκληρώθηκε. Για να προχωρήσουμε και στα επόμενα, είναι πολύ σημαντικό να συμπληρώσεις το συγκεκριμένο έντυπο.

A) Παρακαλώ απάντησε στις ερωτήσεις που ακολουθούν:

ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ	ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΕ
<hr/>	<hr/>

B) Κύκλωσε ποιο συναίσθημα κυριαρχεί μέσα σου αυτή τη στιγμή, με τη λήξη του εργαστηρίου:



Γ) Βάλε ένα βαθμό από το 1 – 5, βαθμολογώντας το περιεχόμενο του 3^{ου} Εργαστηρίου:

Καθόλου Ενδιαφέρον	Λίγο Ενδιαφέρον	Ικανοποιητικά Ενδιαφέρον	Πολύ Ενδιαφέρον	Εξαιρετικά Ενδιαφέρον
1	2	3	4	5



Γ ' Μέρος

Σχέδια Μαθήματος Γ ' Λυκείου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελίδα

Εισαγωγή

202

Αναλυτικό Πρόγραμμα

203

1^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΚΑΙ
ΓΟΝΕΪΚΟΣ ΡΟΛΟΣ

209

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος

212

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος

222

2^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ - ΠΡΟΛΗΨΗ ΒΙΑΣ

233

3^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΑΓΑΠΗ

265

4^ο Σχέδιο Μαθήματος:
ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

283

➤ 1^η Διδακτική Περίοδος

284

➤ 2^η Διδακτική Περίοδος

305

Εισαγωγή

Τα Σχέδια Μαθήματος για την υλοποίηση των εργαστηρίων μαθημάτων στη Γ' τάξη Λυκείων και ΤΕΣΕΚ απορρέουν από τις Θεματικές Ενότητες Αναλυτικού Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ. Πρόκειται για τέσσερα σχέδια μαθήματος διάρκειας μίας και δύο διδακτικών περιόδων, με συγκεκριμένο σκοπό και στόχο. Κάθε σχέδιο μαθήματος ανταποκρίνεται στην κάλυψη συγκεκριμένων δεικτών επιτυχίας και επάρκειας από μία κυρίως θεματική ενότητα και ταυτόχρονα σύνδεσής της με τις άλλες δύο θεματικές.

Στο 1^ο Εργαστήριο, το οποίο είναι δίωρο, γίνεται προσπάθεια ανάπτυξης της δεξιότητας των μαθητών/μαθητριών για λήψη υπεύθυνων αποφάσεων σε θέματα σεξουαλικής συμπεριφοράς, αναλύοντας τον **γονεϊκό ρόλο** και τη **λειτουργία της οικογένειας**.

Στο 2^ο Εργαστήριο, το οποίο είναι μονόωρο, επιχειρείται να αποδεχτούν οι μαθητές/μαθήτριες τη σημασία του να απορρίπτουν οποιαδήποτε εκδοχή βίας αναλύοντας τη σημασία της **μηδενικής ανοχής στη βία**. Ταυτόχρονα επιδιώκεται η απόκτηση των εφοδίων **έμπρακτης υιοθέτησης της στάσης αυτής** ασκώντας τα σε περιβάλλον προσομοίωσης.

Στο 3^ο Εργαστήριο, το οποίο είναι μονόωρο, γίνεται διερεύνηση της έννοιας της αγάπης αναγνωρίζοντας τα βασικά της χαρακτηριστικά, έτσι ώστε να γίνει αποδεκτό ότι **η αγάπη του εαυτού είναι η αυτοεκτίμηση και η αυτοφροντίδα και αποτελεί βασικό στοιχείο για τη δημιουργία υγιών σχέσεων**.

Στο 4^ο Εργαστήριο, το οποίο είναι δίωρο, επιχειρείται μέσα από αναστοχασμό και αξιοποίηση έγκυρων πηγών, η ενίσχυση και η σύνδεση των γνώσεων, δεξιοτήτων και αξιών που αποκομίστηκαν στο Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης με την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά και τη διαμόρφωση υγιών σχέσεων, για την προαγωγή της υγείας και ευεξίας τους. Ειδικότερα, στην πρώτη διδακτική επιδιώκεται **η αναγνώριση και η αξιοποίηση του κανονιστικού πλαισίου, των υποστηρικτικών υπηρεσιών καθώς και έγκυρων πληροφοριών**, που συνδέονται με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, στο πλαίσιο της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς, για την προαγωγή της υγείας. Στη δεύτερη διδακτική επιδιώκεται **αναστοχασμός πάνω στις βασικές έννοιες και αξίες** που διδάχθηκαν κατά τη διάρκεια του Προγράμματος Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης από την Α' έως τη Γ' Λυκείου, ο εντοπισμός των γνώσεων, δεξιοτήτων και αξιών που επιχειρήθηκε να αναπτυχθούν και η αναγνώριση της σημασίας τους στη διαμόρφωση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων και υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς στη διάρκεια της ζωής.

Αναλυτικό Πρόγραμμα

Δείκτες
Επιτυχίας

Δείκτες
Επάρκειας

Προγράμματος Αγωγής Υγείας –
Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης
(Λύκεια και ΤΕΣΕΚ)



Πρόγραμμα Αγωγή Υγείας - Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση Γ' Λυκείου

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	1.1 Να συμπεραίνουν τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού, εντοπίζοντας ενδεικτικές προϋποθέσεις για την υπεύθυνη ανάληψη του γονεϊκού ρόλου	1.1 - Διασαφήνιση έννοιας οικογενειακού προγραμματισμού <ul style="list-style-type: none"> • Διαδικασία λήψης απόφασης • Απόφαση για ανάληψη γονεϊκού ρόλου • Προετοιμασία για ανάληψη γονεϊκού ρόλου - Δεκτικότητα για την εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς ως προϋπόθεση εφαρμογής του οικογενειακού προγραμματισμού <ul style="list-style-type: none"> - Διερεύνηση ενδεικτικών προϋποθέσεων ανάληψης γονεϊκού ρόλου - Ερμηνεία επιρροών διαμόρφωσης τύπου γονεϊκότητας (κουλτούρα, έμφυλα στερεότυπα) - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού στην υγεία και ευημερία του ατόμου
	1.2 Να εξηγούν τη σημασία της υπεύθυνης άσκησης των ρόλων των μελών της οικογένειας στη δημιουργία και διατήρηση υγιών οικογενειακών σχέσεων και τη θετική επίδραση της οικογένειας στην ποιότητα ζωής	1.2 - Ανάλυση των ρόλων των μελών της οικογένειας στο πλαίσιο του σεβασμού, της αγάπης και της υπευθυνότητας <ul style="list-style-type: none"> • Ανάγκες κάθε μέλους της οικογένειας ανάλογα με το στάδιο ζωής του • Υποχρεώσεις και δικαιώματα των μελών της οικογένειας • Αξίες και κοινωνικές δεξιότητες - Αναγνώριση της σημασίας εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις για την ολιστική ανάπτυξη του ατόμου <ul style="list-style-type: none"> • Χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις • Τρόποι ενίσχυσης της οικογενειακής συνοχής και σταθερότητας • Προαγωγή της υγείας και ευημερίας του ατόμου

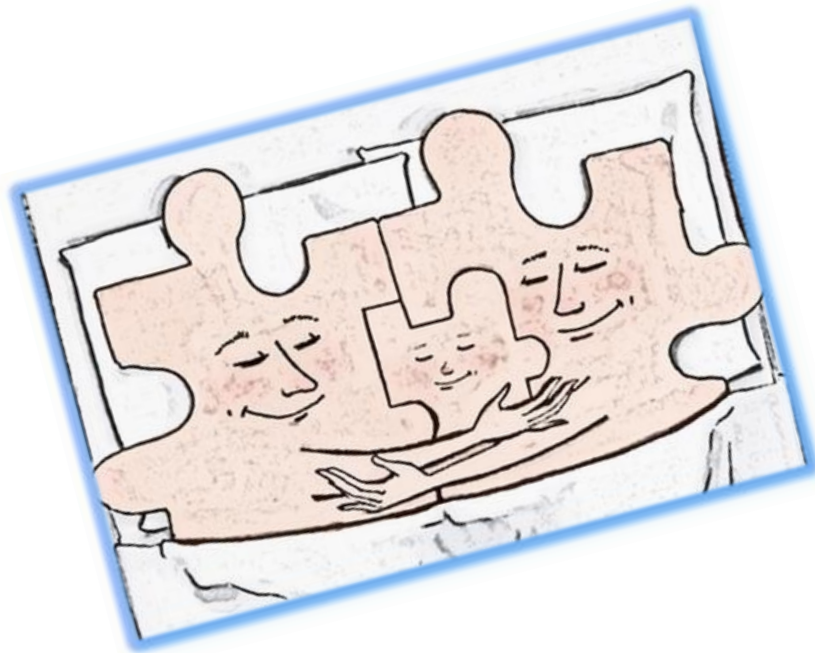
	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	1.3 Να αναστοχάζονται για την έννοια της αγάπης, αναγνωρίζοντας τη σημασία της αυτοεκτίμησης ως προϋπόθεση για την ανάπτυξη υγιών σχέσεων	1.3 <ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση της έννοιας της αγάπης <ul style="list-style-type: none"> • Συναίσθημα, ανάγκη, αξία • Αγάπη εαυτού – αγάπη για το άλλο πρόσωπο • Είδη αγάπης • Έκφραση αγάπης - Αναγνώριση της ζήλειας, της εξάρτησης και του ελέγχου ως μη υγιών τρόπων έκφρασης της αγάπης - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σύνδεση αυτοεκτίμησης, αγάπης και υγιών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Η αυτοεκτίμηση οδηγεί σε αυτοφροντίδα, δηλαδή σε πράξεις σεβασμού προς τον εαυτό. • Η φροντίδα του εαυτού ενισχύει την αίσθηση εσωτερικής πληρότητας και σταθερότητας. • Η αγάπη του εαυτού αποτελεί προϋπόθεση για τη δημιουργία υγιών σχέσεων - Αναγνώριση βασικών κριτηρίων υγιούς αγάπης (σεβασμός, ισοτιμία, ελευθερία, συναισθηματική ασφάλεια, αμοιβαιότητα) - Αναγνώριση της δυναμικής φύσης των ρομαντικών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Διάκριση μεταξύ αγάπης και σεξουαλικής έλξης • Βασικά χαρακτηριστικά (κοινές αξίες, δέσμευση, οικειότητα, εξέλιξη) • Ο τερματισμός μιας σχέσης μπορεί να είναι επώδυνος αλλά διαχειρίσιμος

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Α Υγιείς Σχέσεις και Πρόληψη Βίας	1.4 Να αποδέχονται την ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των δικαιωμάτων που προάγουν την υγεία και την ευημερία των ατόμων δείχνοντας μηδενική ανοχή στη βία	1.4 - Διάκριση μορφών βίας - Αναγνώριση ενδείξεων βίας – τρόπων εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς - Αναγνώριση αιτιών εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς (χαμηλή αυτοεκτίμηση, έμφυλα στερεότυπα, προκαταλήψεις, έλλειψη αποτελεσματικής επικοινωνίας – διαχείρισης συναισθημάτων και άλλων δεξιοτήτων ζωής) - Αναγνώριση σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Πρόληψη έμφυλης βίας και γυναικοκτονιών - Δεκτικότητα της ανάγκης για στήριξη ατόμων που έχουν υποστεί βία <ul style="list-style-type: none"> • Σημασία αναφοράς και καταγγελίας βίαιης συμπεριφοράς • Ατομική και συλλογική ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, του αυτοσεβασμού και της προσωπικής αυτονομίας και αυτοδιάθεσης - Ενδεδειγμένα βήματα καταγγελίας μίας βίαιης συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Νομικό πλαίσιο • Φορείς – Δομές

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
<p style="text-align: center;">ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Β Σεξουαλικότητα και Ενδυνάμωση Εαυτού</p>	<p>2.1 Να συμπεραίνουν ότι ο αυτοσεβασμός και ο αλληλοσεβασμός προάγουν τις υγιείς ρομαντικές σχέσεις</p>	<p>2.1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Αναγνώριση τρόπων εκδήλωσης της σεξουαλικής συμπεριφοράς με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό (τρόπος, τόπος, χρονικό πλαίσιο) <ul style="list-style-type: none"> • Ενδυνάμωση σε θέματα σεξουαλικής υγείας • Ενημέρωση από έγκυρες πηγές πληροφόρησης • Πρόσβαση σε υπηρεσίες που προάγουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των ατόμων • Τρόποι αναζήτησης βοήθειας (έμπιστος ενήλικας, φορείς και δομές) - Ερμηνεία του ρόλου των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) και Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) στη σεξουαλική συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Προβολή μη ρεαλιστικών προτύπων και προσδοκιών - Αναγνώριση της ισότιμης ευθύνης των ερωτικών συντρόφων στην εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και στη διατήρηση υγιών ρομαντικών σχέσεων
	<p>2.2 Να αναγνωρίζουν τη σημασία του κανονιστικού πλαισίου για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία</p>	<p>2.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Αναγνώριση των εθνικών, ευρωπαϊκών και διεθνών νομοθεσιών, συμφωνιών και πολιτικών για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας των ατόμων <ul style="list-style-type: none"> • Ενδεικτικά παραδείγματα (ηλικία συναίνεσης, ισότητα φύλων, άμβλωση, εμπορία προσώπων, σεξουαλική κακοποίηση, διαδικτυακός εκφοβισμός, πρόσβαση σε ιατρικές υπηρεσίες) - Δεκτικότητα για τη σημασία καθολικής εφαρμογής του κανονιστικού πλαισίου

	ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΔΙΔΑΚΤΕΑ ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
	Οι μαθητές και οι μαθήτριες να είναι σε θέση:	Διδακτέα: Πληροφορίες, Έννοιες, Δεξιότητες, Στρατηγικές/Τρόπος σκέψης, Στάσεις/Αξίες
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ Γ Αυτογνωσία και Σεξουαλική Συμπεριφορά	3.1 Να αιτιολογούν την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ως βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας	3.1 - Ανάκληση του φάσματος της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης <ul style="list-style-type: none"> • Διαπροσωπικές σχέσεις • Δεξιότητες ζωής • Σεξουαλική συμπεριφορά • Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία • Κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο - Επαγωγικός συλλογισμός για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας <ul style="list-style-type: none"> • Σύνδεση δεξιοτήτων ζωής και δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων • Τρόποι προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • Αλληλοσύνδεση και αλληλεξάρτηση των αξόνων της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης - Δεκτικότητα της σημασίας της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας για την πρόοδο και την ευημερία των ατόμων και της κοινωνίας

1^ο Εργαστήριο ΣΔ:
Οικογένεια και Γονεϊκός Ρόλος
«Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας»



1^ο ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Οικογένεια και Γονεϊκός Ρόλος

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	A. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	2

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
1.1 Να συμπεραίνουν τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού, εντοπίζοντας ενδεικτικές προϋποθέσεις για την υπεύθυνη ανάληψη του γονεϊκού ρόλου	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση έννοιας οικογενειακού προγραμματισμού <ul style="list-style-type: none"> • Διαδικασία λήψης απόφασης • Απόφαση για ανάληψη γονεϊκού ρόλου • Προετοιμασία για ανάληψη γονεϊκού ρόλου - Δεκτικότητα για την εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς ως προϋπόθεση εφαρμογής του οικογενειακού προγραμματισμού - Διερεύνηση ενδεικτικών προϋποθέσεων ανάληψης γονεϊκού ρόλου - Ερμηνεία επιρροών διαμόρφωσης τύπου γονεϊκότητας (κουλτούρα, έμφυλα στερεότυπα) - Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού στην υγεία και ευημερία του ατόμου
1.2 Να εξηγούν τη σημασία της υπεύθυνης άσκησης των ρόλων των μελών της οικογένειας στη δημιουργία και διατήρηση υγιών οικογενειακών σχέσεων και τη θετική επίδραση της οικογένειας στην ποιότητα ζωής	<ul style="list-style-type: none"> - Ανάλυση των ρόλων των μελών της οικογένειας στο πλαίσιο του σεβασμού, της αγάπης και της υπευθυνότητας <ul style="list-style-type: none"> • Ανάγκες κάθε μέλους της οικογένειας ανάλογα με το στάδιο ζωής του • Υποχρεώσεις και δικαιώματα των μελών της οικογένειας • Αξίες και κοινωνικές δεξιότητες - Αναγνώριση της σημασίας εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις για την ολιστική ανάπτυξη του ατόμου <ul style="list-style-type: none"> • Χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις • Τρόποι ενίσχυσης της οικογενειακής συνοχής και σταθερότητας • Προαγωγή της υγείας και ευημερίας του ατόμου

Σκοπός του μαθήματος είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αποδεχθούν τη σημασία της οικογένειας ως θεσμού που συμβάλλει στη διαμόρφωση της προσωπικότητας και στην ανάπτυξη του ατόμου, μέσω της ανάληψης ρόλων με σεβασμό και υπευθυνότητα, καθώς και της καλλιέργειας υγιών σχέσεων και θετικού οικογενειακού κλίματος, ώστε να ενισχύεται η ποιότητα ζωής όλων των μελών της οικογένειας.



Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Υγιείς Συμπεριφορές στις σχέσεις
Αξίες
Δεξιότητες ζωής
Υπεύθυνη συμπεριφορά
Διαδικασία λήψης απόφασης

Μέσα Διαδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό
μηχάνημα, πίνακας

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση,
εννοιολογικός
χάρτης



Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
τελική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες μαθητές/μαθήτριες να διερευνήσουν την έννοια του οικογενειακού προγραμματισμού και να αποδεχτούν ότι η γονεϊκότητα προϋποθέτει προετοιμασία, υπευθυνότητα και συνειδητές επιλογές από πλευράς των μελλοντικών γονέων.

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να επεξηγούν τη σημασία της υπεύθυνης άσκησης των οικογενειακών ρόλων, ως προϋπόθεση για τη διατήρηση υγιών σχέσεων και την ενίσχυση της θετικής επίδρασης της οικογένειας στην ευημερία όλων των μελών της.

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

10'

Οικογενειακός Προγραμματισμός

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

10'

Χαρακτηριστικά του ιδανικού γονέα -
“Διαφήμιση”

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Προϋποθέσεις

10'

ανάληψης γονεϊκού ρόλου (πρέπει να
έχει - είναι ωραίο να έχει)

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση

5'

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

4'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

14'

Ρόλοι της Οικογένειας

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

5'

Σημασία υγιών συμπεριφορών στην
οικογένεια

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Αποκωδικοποίηση

5'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση

5'



Αφόρμηση –
Πρόκληση Ενδιαφέροντος:



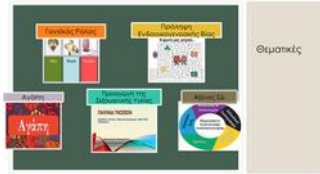
Σκοπός εργαστηρίων Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης



«Βρισκόμαστε στο πρώτο εργαστήριο Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης. Σκοπός των εργαστηρίων είναι αρχικά να μπορέσετε να αντιληφθείτε πώς να αξιοποιήσετε προς όφελός σας τις γνώσεις που ήδη έχετε ή θα αποκτήσετε μέσα από τις συναντήσεις μας, επιδεικνύοντας αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό. Σε δεύτερο επίπεδο, σκοπός των εργαστηρίων είναι τις αξίες που ήδη έχετε να τις ενδυναμώσετε και τελικά μαζί με τις αξίες και τις γνώσεις σας να μπορέσετε να καλλιεργήσετε τις δεξιότητες εκείνες που θα σας βοηθήσουν στην προσωπική σας ανάπτυξη σε όλες τις διαστάσεις του εαυτού καθώς και στη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων. (διαφάνειες 1 – 2)

Φέτος, είναι η τρίτη και τελευταία χρονιά που παρακολουθείτε το πρόγραμμα. Την πρώτη χρονιά ασχοληθήκαμε με τη διάκριση υγιών και μη υγιών συμπεριφορών μέσα στις σχέσεις, με τα έμφυλα στερεότυπα και τη συμπερίληψη και την καλλιέργεια ορισμένων δεξιοτήτων που βοηθούν στη θεμελίωση των υγιών σχέσεων και της συμπερίληψης, δηλαδή, τη διεκδικητική συμπεριφορά, τη συναίνεση και την αποτελεσματική επικοινωνία. Πέρυσι, ασχοληθήκαμε με τον τρόπο που επιδεικνύει κάποιο άτομο υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά, με την ενσυναίσθηση και τη σημασία της στην προσπάθεια αποδόμησης έμφυλων στερεοτυπικών αναπαραστάσεων και με την καλλιέργεια της οριοθέτησης. (διαφάνειες 3 – 10)





Θεματικές



Κανόνες διεξαγωγής εργαστηρίου



Ας χωριστούμε σε ομάδες: 4-5 μαθητές/μαθήτριες ανά ομάδα



Έννοιες με τις οποίες θα ασχοληθούμε:



Α' Λυκείου



Β' Λυκείου

Αυτή τη χρονιά θα ασχοληθούμε με τον γονεϊκό ρόλο, την πρόληψη ενδοοικογενειακής βίας, με την εκδήλωση σεξουαλικής συμπεριφοράς στο πλαίσιο του αυτοσεβασμού και αλληλοσεβασμού και την προαγωγή της Σεξουαλικής Υγείας». (διαφάνειες 11 – 12)

Ο/Η εκπαιδευτικός έχει φροντίσει να είναι αναρτημένα τα πόστερ των εργαστηρίων των προηγούμενων ετών. Θυμίζει τους κανόνες των εργαστηρίων. (διαφάνεια 13)

Οι μαθητές/μαθήτριες χωρίζονται σε 3 ομάδες που έχουν όνομα, «φτερά», «κλωστή/κουβάρι» και «ρίζες». (διαφάνεια 14)

Σε κάθε ομάδα δίνεται το φύλλο εργασίας «Εισαγωγή» (Εποπτικό Υλικό 1) και καλούνται να το συμπληρώσουν. Ειδικότερα, το φύλλο εργασίας κάθε ομάδας περιέχει μια εικόνα που αντιπροσωπεύει το όνομα της ομάδας τους και μια λέξη – κλειδί (Οικογενειακός Προγραμματισμός, Γονεϊκότητα, Οικονομία). Οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να γράψουν ως ομάδα τρεις (3) λέξεις που τους έρχονται στο μυαλό για την λέξη και την εικόνα που έχουν μπροστά τους. (1^ο παραδοτέο)

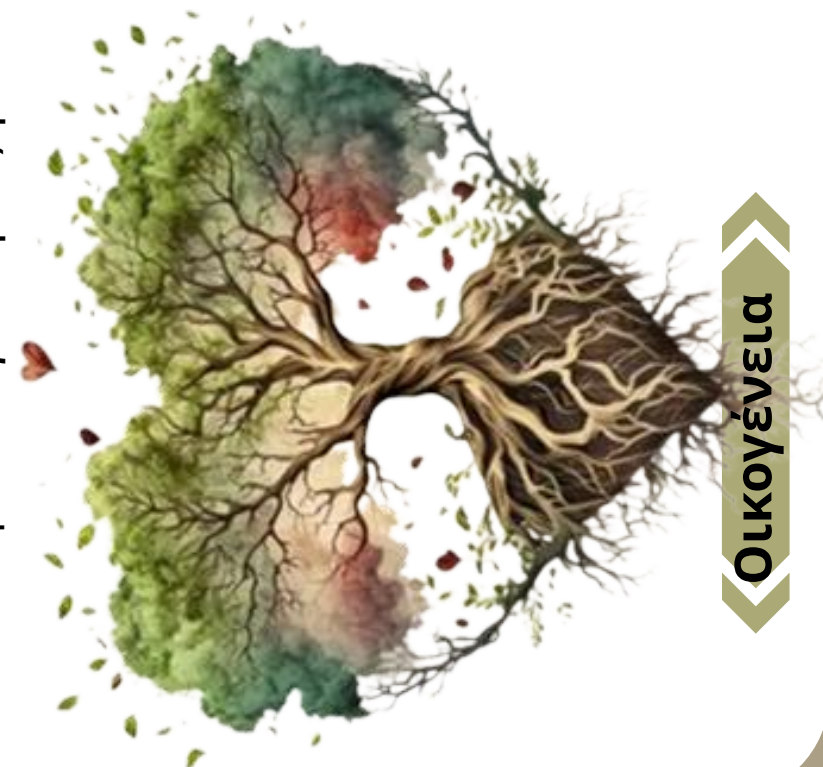
Στη συνέχεια, κάθε ομάδα παρουσιάζει τη λέξη – κλειδί που της δόθηκε, την εικόνα της και τις απαντήσεις της (αφορά τις ομάδες «φτερά» και «κλωστή/κουβάρι»).

Ο/Η εκπαιδευτικός ανακοινώνει, πως αυτές είναι οι έννοιες με τις οποίες θα ασχοληθούν στο συγκεκριμένο εργαστήριο, ξεκινώντας από τον οικογενειακό προγραμματισμό. (διαφάνεια 15)

Αρχικά, γίνεται σύνδεση με την εικόνα που δούλεψαν οι μαθητές/μαθήτριες στην Α' Λυκείου, στο πλαίσιο δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων, αναφέροντας πως οι σχέσεις χαρακτηρίζονται υγιείς όταν και οι δυο σύντροφοι έχουν κοινό στόχο να εξελιχθούν μαζί. Η δημιουργία, λοιπόν, οικογένειας και η ανάληψη γονεϊκού ρόλου είναι σημαντικό να είναι καρπός κοινής απόφασης του ζευγαριού. (διαφάνεια 16) Ακολουθεί, σύνδεση με την πιόνα (1^ο εργαστήριο Β' Λυκείου) και τη διαδικασία λήψης απόφασης για εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς. Η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά συμβάλλει στον οικογενειακό προγραμματισμό. (διαφάνεια 17)

Φύλλο εργασίας: Εισαγωγή

Να γράψετε ως ομάδα τρεις (3) λέξεις που σας έρχονται στο μυαλό για τη λέξη και την εικόνα που έχετε μπροστά σας.



Οικογένεια

1. _____

2. _____

3. _____

Φύλλο εργασίας: Εισαγωγή

Να γράψετε ως ομάδα τρεις (3) λέξεις που σας έρχονται στο μυαλό για τη λέξη και την εικόνα που έχετε μπροστά σας.



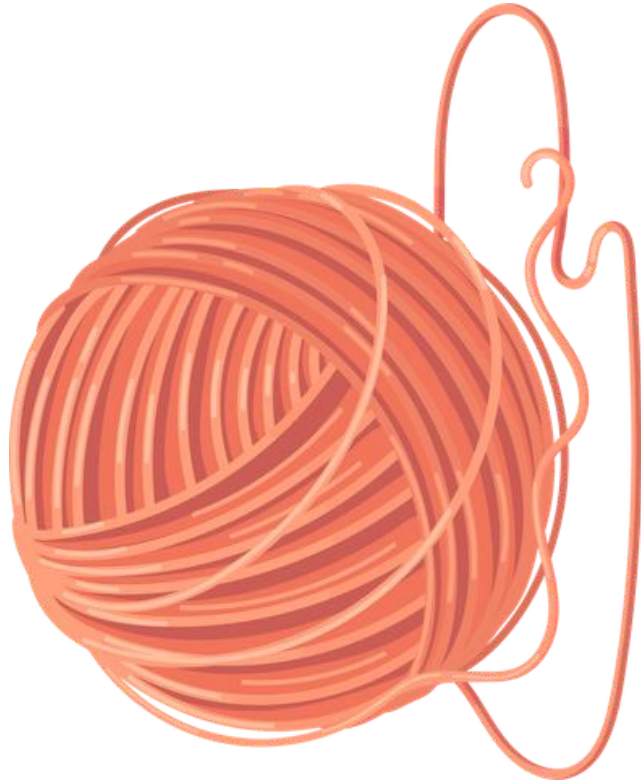
**Οικογενειακός
Προγραμματισμός**



1. _____
2. _____
3. _____

Φύλλο εργασίας: Εισαγωγή

Να γράψετε ως ομάδα τρεις (3) λέξεις που σας έρχονται στο μυαλό για τη λέξη και την εικόνα που έχετε μπροστά σας.



Γονεϊκότητα

A clipboard with a pink paperclip on the left side. The paper has three horizontal lines for writing, numbered 1., 2., and 3. from top to bottom.

1. _____

2. _____

3. _____



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Οικογενειακός Προγραμματισμός

1.1 Να συμπεραίνουν τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού, εντοπίζοντας ενδεικτικές προϋποθέσεις για την υπεύθυνη ανάληψη του γονεϊκού ρόλου

- Διασαφήνιση έννοιας οικογενειακού προγραμματισμού
 - Διαδικασία λήψης απόφασης
 - Απόφαση για ανάληψη γονεϊκού ρόλου
 - Προετοιμασία για ανάληψη γονεϊκού ρόλου



Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει ότι η ανάληψη γονεϊκού ρόλου και κατ' επέκταση η δημιουργία οικογένειας είναι μια απόφαση, η οποία πρέπει να λαμβάνεται με επίγνωση και υπευθυνότητα. (διαφάνεια 18)

Χρησιμοποιώντας το φύλλο εργασίας για τον «Οικογενειακό Προγραμματισμό» και τις απαντήσεις της ομάδας «Φτερά», αναλύονται (διαφάνεια 19):

Έννοια οικογενειακού προγραμματισμού (η διαδικασία λήψης αποφάσεων σχετικά με τον αριθμό των παιδιών, τη χρονική απόσταση μεταξύ τους και τη χρήση μεθόδων αντισύλληψης ή γονιμότητας).

Πλεονεκτήματα οικογενειακού προγραμματισμού (Προστασία της υγείας γονέων και παιδιών, βελτίωση ποιότητας ζωής, μείωση ανεπιθύμητων κυήσεων, προετοιμασία, σταθερότητα χαρακτήρα).

Τρόποι οικογενειακού προγραμματισμού (εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς, μέθοδοι αντισύλληψης).

Ποιον αφορά ο οικογενειακός προγραμματισμός (Ζευγάρια, άτομα σε αναπαραγωγική ηλικία, οικογένειες, επαγγελματίες υγείας).

Η απόφαση, λοιπόν, να αποκτήσει ένα ζευγάρι παιδιά δεν σταματά στην προετοιμασία, αλλά συνεχίζεται με τον ίδιο τον γονεϊκό ρόλο.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

Χαρακτηριστικά του ιδανικού γονέα – «Διαφήμιση»

1.1 Να συμπεραίνουν τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού, εντοπίζοντας ενδεικτικές προϋποθέσεις για την υπεύθυνη ανάληψη του γονεϊκού ρόλου

- Ερμηνεία επιρροών διαμόρφωσης τύπου γονεϊκότητας (κουλτούρα, έμφυλα στερεότυπα)



Τι είναι ένας γονέας κατάλληλος για αυτόν τον ρόλο;
Κάθε σελίδα που έχετε για οποιαδήποτε ερωτήσεις και ευχαριστώ



Ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός καλού γονέα;

«Αφού έγινε κατανοητή η σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού, ας σκεφτούμε: Τι κάνει έναν γονέα κατάλληλο για αυτόν τον ρόλο; Όπως κάθε σημαντική θέση, έτσι και ο ρόλος του γονέα έχει απαιτήσεις και ευθύνες».

Προβάλλεται το βίντεο [MOTHERS DAY JOB INTERVIEW - YouTube](#) μέχρι 3'03'' (διαφάνεια 20).

Ο/Η εκπαιδευτικός, αναφέρει ότι «Η γονεϊκότητα είναι ένα όμορφο ταξίδι σε όποια ηλικία και αν συμβεί και συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου. Ωστόσο, ο οικογενειακός προγραμματισμός βοηθά να γίνουμε υπεύθυνοι γονείς. Τώρα, ας δούμε ποια είναι τα χαρακτηριστικά ενός “καλού” γονέα!»

Έπειτα, καλεί τις ομάδες να συνθέσουν μια διαφήμιση με τίτλο «Ζητείται γονέας» και να περιγράψουν τα χαρακτηριστικά που πρέπει και θα ήθελαν να έχει ένας γονέας.

Η αγγελία θα πρέπει να περιέχει τα παρακάτω χαρακτηριστικά (διαφάνεια 21):



1. **Εντυπωσιακός τίτλος:** Πρέπει να είναι περιεκτικός και ελκυστικός.
2. **Σύντομη περιγραφή της θέσης:** Μια εισαγωγή που εξηγεί τι αφορά η θέση και γιατί είναι ενδιαφέρουσα.
3. **Αρμοδιότητες και καθήκοντα:** Αναφορά των βασικών καθηκόντων της θέσης.
4. **Απαραίτητα προσόντα:** Εκπαίδευση, εμπειρία και δεξιότητες που απαιτούνται.
5. **Επιθυμητά προσόντα (προαιρετικά):** Πρόσθετα στοιχεία που θα εκτιμηθούν, αλλά δεν είναι υποχρεωτικά.
6. **Τοποθεσία & Τύπος απασχόλησης:** Αν είναι πλήρης ή μερική απασχόληση, αν είναι εξ αποστάσεως ή με φυσική παρουσία, χρονική διάρκεια συμβολαίου.
7. **Παροχές της εταιρείας:** Τι προσφέρει η «εταιρεία» (=οικογένεια).

Αναμένεται η αγγελία να αντικατοπτρίζει όσα συζητήθηκαν στον οικογενειακό προγραμματισμό, όπως **υπευθυνότητα, σταθερότητα και προετοιμασία**.

Έπειτα, κάθε ομάδα παρουσιάζει τη διαφήμισή της στην τάξη.

Μέσα από τις αγγελίες αναμένεται να διαφανεί ο τύπος γονεϊκότητας που έχουν οι μαθητές/μαθήτριες στο μυαλό τους. Ο/Η εκπαιδευτικός καλείται να διερευνήσει με τη χρήση ερωτήσεων τι επηρέασε τους/τις μαθητές/μαθήτριες στη διαμόρφωση του τύπου γονεϊκότητας που παρουσίασαν στη διαφήμισή τους (κουλτούρα, έμφυλα στερεότυπα).

Π.χ. **«Τι είναι αυτό που επηρέασε τον τρόπο με τον οποίο παρουσιάσατε τον ρόλο του γονέα στη διαφήμισή σας;»** (κουλτούρα, έμφυλα στερεότυπα, προσωπικές εμπειρίες)



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:
Προϋποθέσεις ανάληψης γονεϊκού ρόλου (πρέπει να έχει – είναι ωραίο να έχει)

1.1 Να συμπεραίνουν τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού, εντοπίζοντας ενδεικτικές προϋποθέσεις για την υπεύθυνη ανάληψη του γονεϊκού ρόλου

- Δεκτικότητα για την εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς ως προϋπόθεση εφαρμογής του οικογενειακού προγραμματισμού
- Διερεύνηση ενδεικτικών προϋποθέσεων ανάληψης γονεϊκού ρόλου
- Εξαγωγή συμπεράσματος για τη σημασία του οικογενειακού προγραμματισμού στην υγεία και ευημερία του ατόμου

Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει, ότι **για να μπορέσει ένα άτομο να ανταποκριθεί στις υποχρεώσεις της θέσης του γονέα είναι σημαντικό να πληρούνται κάποιες προϋποθέσεις, δηλαδή να έχει κάποια προσόντα. Ποιες είναι, όμως, αυτές;**

Στόχος της δραστηριότητας είναι αφενός να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές/μαθήτριες ότι στην πραγματικότητα δεν υπάρχουν νομικά κατοχυρωμένα προσόντα για να γίνει κάποιο άτομο γονέας. Από την άλλη, επιδιώκεται οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν τη σημασία των δεξιοτήτων και των χαρακτηριστικών που απαιτούνται για την άσκηση γονικής μέριμνας και τη σημασία να αποκτηθούν αυτές οι δεξιότητες **πριν** κάποιο άτομο γίνει γονέας. Αυτό συμβάλλει στη διασφάλιση υψηλού επιπέδου συνολικής υγείας και ποιότητας ζωής.



Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τον πίνακα σε δύο στήλες με τίτλους «Πρέπει να έχει ένας γονέας» και «Είναι ωραίο να έχει ένας γονέας» (διαφάνεια 22).

Αρχικά, οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να σκεφτούν ποια είναι τα «προσόντα» που απαιτούνται στην κοινωνία μας για να γίνει κάποιο άτομο γονέας. Αυτά καταγράφονται στην πρώτη στήλη του πίνακα με τίτλο «Πρέπει να έχει ένας γονέας».

Σημειώνεται ότι δεν χρειάζεται να υπάρχει πλήρη συμφωνία στις απαντήσεις της ολομέλειας.

Ο/Η εκπαιδευτικός προβληματίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες σχετικά με το περιεχόμενο της 1^{ης} στήλης θέτοντάς τους τα παρακάτω ερωτήματα:

- Γιατί δώσατε τις συγκεκριμένες απαντήσεις; Γνωρίζετε να υπάρχει κάποια νομοθεσία που να υποδεικνύει τα συγκεκριμένα; Αναμενόμενη Απάντηση: όχι
- Μήπως, τελικά, θα ταίριαζε περισσότερο αυτά τα στοιχεία να είχαν το τίτλο της 2^{ης} στήλης «Είναι ωραίο να έχει ένας γονέας»; Αναμενόμενη Απάντηση: ναι
- Μπορείτε να αναφέρετε άλλες ιδιότητες/χαρακτηριστικά/δεξιότητες που είναι «ωραίο να έχει ένας γονέας», αλλά δεν είναι απαραίτητες; Αναμενόμενη Απάντηση: ίσως αναφερθούν τα στοιχεία της προηγούμενης δραστηριότητας)

Ακολουθεί κατευθυνόμενος διάλογος σχετικά με τις ενδεικτικές προϋποθέσεις (=προσόντα) ανάληψης γονεϊκού ρόλου χρησιμοποιώντας τα παρακάτω ερωτήματα:

- Ποιες από τις «προϋποθέσεις» (προσόντα) που αναφέρατε έχετε ήδη, ποιες προβλέπετε ότι θα έχετε αργότερα και ποιες, ίσως, ποτέ;
- Ποιες μπορεί να είναι οι συνέπειες στην «απόφασή» σας να γίνετε γονείς τώρα;
- Ποιες μπορεί να είναι οι συνέπειες στην «απόφασή» σας να γίνετε γονείς στο μέλλον;

Ο/Η εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τα όσα ειπώθηκαν και επισημαίνει ότι το να προχωράει ένα άτομο σε σεξουαλική επαφή με υπεύθυνη συμπεριφορά έχει θετικές συνέπειες για όλα τα εμπλεκόμενα άτομα: το ίδιο το άτομο, τον/τη σύντροφο, τις οικογένειες τους και το παιδί τους.

Τέλος, θέτει το ερώτημα:

Ο οικογενειακός προγραμματισμός είναι μόνο η απόφαση να αποκτήσεις παιδιά;
 Αναμενόμενη Απάντηση: Όχι, είναι και η προετοιμασία για να γίνεις υπεύθυνος γονέας).



Κλείσιμο

Η γονεϊκότητα αφορά και τον άντρα και τη γυναίκα.	Η γονεϊκότητα είναι ένας ρόλος που διαρκεί για πάντα.	Ανακεφαλαίωση Ευαγγελία Σαμαρά
Η γονεϊκότητα δεν αφαιρεί ούτε προσθέτει κάτι από τους γονείς, τους αναδημιουργεί.	Η γονεϊκότητα μπορεί να συνυπάρχει και να αλληλοεπηρεάζει με τους άλλους ρόλους που μπορεί να έχει ένα άτομο.	

Όλοι οι γονείς κάνουν λάθη.	Η γονεϊκότητα συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου.	Ανακεφαλαίωση Ευαγγελία Σαμαρά
Ο οικογενειακός προγραμματισμός δεν είναι μόνο η απόφαση να αποκτήσεις παιδιά, αλλά και η προετοιμασία για να γίνεις υπεύθυνος γονέας.		

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί την ολομέλεια να παίξουν το παιχνίδι «Συμφωνώ – Διαφωνώ», χρησιμοποιώντας τις παρακάτω δηλώσεις (διαφάνειες 23 - 24):

- Η γονεϊκότητα αφορά και τον άντρα και τη γυναίκα.
- Η γονεϊκότητα είναι ένας ρόλος που διαρκεί για πάντα.
- Η γονεϊκότητα δεν αφαιρεί ούτε προσθέτει κάτι από τους γονείς...τούς αναδημιουργεί.
- Η γονεϊκότητα μπορεί να συνυπάρχει και να ισορροπεί και με τους άλλους ρόλους που μπορεί να έχει ένα άτομο.
- Όλοι οι γονείς κάνουν λάθη.
- Η γονεϊκότητα συμβάλλει στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου.
- Ο οικογενειακός προγραμματισμός δεν είναι μόνο η απόφαση να αποκτήσεις παιδιά, αλλά και η προετοιμασία για να γίνεις υπεύθυνος γονέας.

Οι συγκεκριμένες δηλώσεις είναι και το βασικό συμπέρασμα στο οποίο θα πρέπει να καταλήξει η 1^η διδακτική περίοδος.

Εισαγωγή

Η προηγούμενη διδακτική πραγματοποιήθηκε τις έννοιες «Οικογενειακός Προγραμματισμός» και «Γονεϊκότητα». Αυτή η διδακτική πραγματοποιείται την έννοια της «Οικογένειας». Η σειρά με την οποία δίνονται είναι γιατί πριν την ανάληψη του γονεϊκού ρόλου και τη δημιουργία οικογένειας είναι σημαντικός ο οικογενειακός προγραμματισμός, δηλαδή η συνειδητή και υπεύθυνη απόφαση να αναλάβω τη γονική μέριμνα ενός παιδιού. Αυτομάτως, η ανάληψη του γονεϊκού ρόλου οδηγεί και στη δημιουργία οικογένειας.

Σημειώνεται ότι οικογένεια αποτελεί και το ζευγάρι. Ωστόσο, στη συγκεκριμένη διδακτική για σκοπούς εξυπηρέτησης της διδασκαλίας, με τον όρο «οικογένεια» αναφερόμαστε σε γονείς και παιδιά.

Αφόρμηση



Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε τρεις (3) ομάδες (συστήνεται να διατηρηθούν οι ομάδες ως είχαν στην 1^η διδακτική περίοδο).

Η ομάδα «ρίζες» με τη λέξη – κλειδί «Οικογένεια» παρουσιάζει τη δουλειά της (αφόρμηση 1^{ης} διδακτικής).

Σημείωση:

Σε περίπτωση που η διδακτική πραγματοποιηθεί σε μη συνεχόμενο δίωρο, ο/η εκπαιδευτικός υπενθυμίζει, στόχο και κανόνες. (διαφάνειες 25 – 28)

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Ρόλοι μελών της οικογένειας

16'

1.2 Να εξηγούν τη σημασία της υπεύθυνης άσκησης των ρόλων των μελών της οικογένειας στη δημιουργία και διατήρηση υγιών οικογενειακών σχέσεων και τη θετική επίδραση της οικογένειας στην ποιότητα ζωής

- Ανάλυση των ρόλων των μελών της οικογένειας στο πλαίσιο του σεβασμού, της αγάπης και της υπευθυνότητας

- Ανάγκες κάθε μέλους της οικογένειας ανάλογα με το στάδιο ζωής του
- Υποχρεώσεις και δικαιώματα των μελών της οικογένειας
- Αξίες και κοινωνικές δεξιότητες



Κάθε ομάδα έχει μαρκαδόρους, χαρτόνια, ψαλίδια, κόλλες και χαρτί του μέτρου. Ένας/Μία από κάθε ομάδα ξαπλώνει πάνω στο χαρτί του μέτρου για να δημιουργηθεί το περίγραμμα του ατόμου. Μόλις χαράξουν στο χαρτί του μέτρου το περίγραμμα, ο/η εκπαιδευτικός ενημερώνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες ότι η μια ομάδα είναι το παιδί και οι άλλες δύο, οι γονείς του παιδιού (μητέρα και πατέρα). Εναλλακτικά, δίνεται έτοιμο το περίγραμμα σε αντίστοιχο φύλλο εργασίας. (2^ο παραδοτέο) (Εποπτικό Υλικό 2) (διαφάνεια 29)

Σημειώσεις:

1. Γίνεται αναφορά σε μητέρα και πατέρα διότι μέσα στην τάξη υπάρχουν κορίτσια και αγόρια που στο μέλλον μπορεί να έχουν τον γονεϊκό ρόλο με την ιδιότητα της μητέρας και του πατέρα αντίστοιχα.
2. Τα τρία περιγράμματα δεν αφορούν σε μια οικογένεια αλλά σε τρία ανεξάρτητα μεταξύ τους πρόσωπα που καθένα αντιπροσωπεύει έναν ρόλο: της μητέρας, του πατέρα και του παιδιού. Στόχος, λοιπόν, είναι να αναδειχθούν οι ρόλοι και να αναδυθούν τα δικαιώματα και οι υποχρεώσεις που υπαγορεύονται από τον κάθε ρόλο.
3. Οι ομάδες είναι μεικτές, δηλαδή στην ομάδα της μητέρας συμμετέχουν και αγόρια και κορίτσια, για να μπορέσει να ενισχυθεί/καλλιεργηθεί η ενσυναίσθηση για αυτόν τον ρόλο καθώς και για να αποδομηθούν τυχόν έμφυλα στερεότυπα. Το ίδιο ισχύει και για την ομάδα του πατέρα.

Ο/Η εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες ότι κάθε άτομο έχει 5 διαστάσεις (πνευματική, ηθική, σωματική, κοινωνική, συναισθηματική) οι οποίες και αναπτύσσονται ή όχι μέσα στην οικογένεια.

Κάθε ομάδα γράφει τα χαρακτηριστικά που έχει η φιγούρα του (ηλικία, φύλο, ασχολίες, ανάγκες, δουλειά κ.λπ.).

Έπειτα, ο/η εκπαιδευτικός, δίνει συγκεκριμένες συνθήκες (Πίνακας 1) και οι μαθητές/μαθήτριες θα πρέπει να αποφασίζουν και να γράφουν στη φιγούρα τους:

(α) τι σκέψεις και τι συναισθήματα δημιουργούνται στο άτομο που αντιπροσωπεύουν (πατέρα/μητέρα/παιδί)

(β) τι στόχο έχει το άτομο αυτό (σε προσωπικό, οικογενειακό, κοινωνικό επίπεδο)

(γ) ποιες υποχρεώσεις έχει το άτομο αυτό στην οικογένεια

(δ) πώς θα ενεργήσει το άτομο για την τήρηση των υποχρεώσεών του

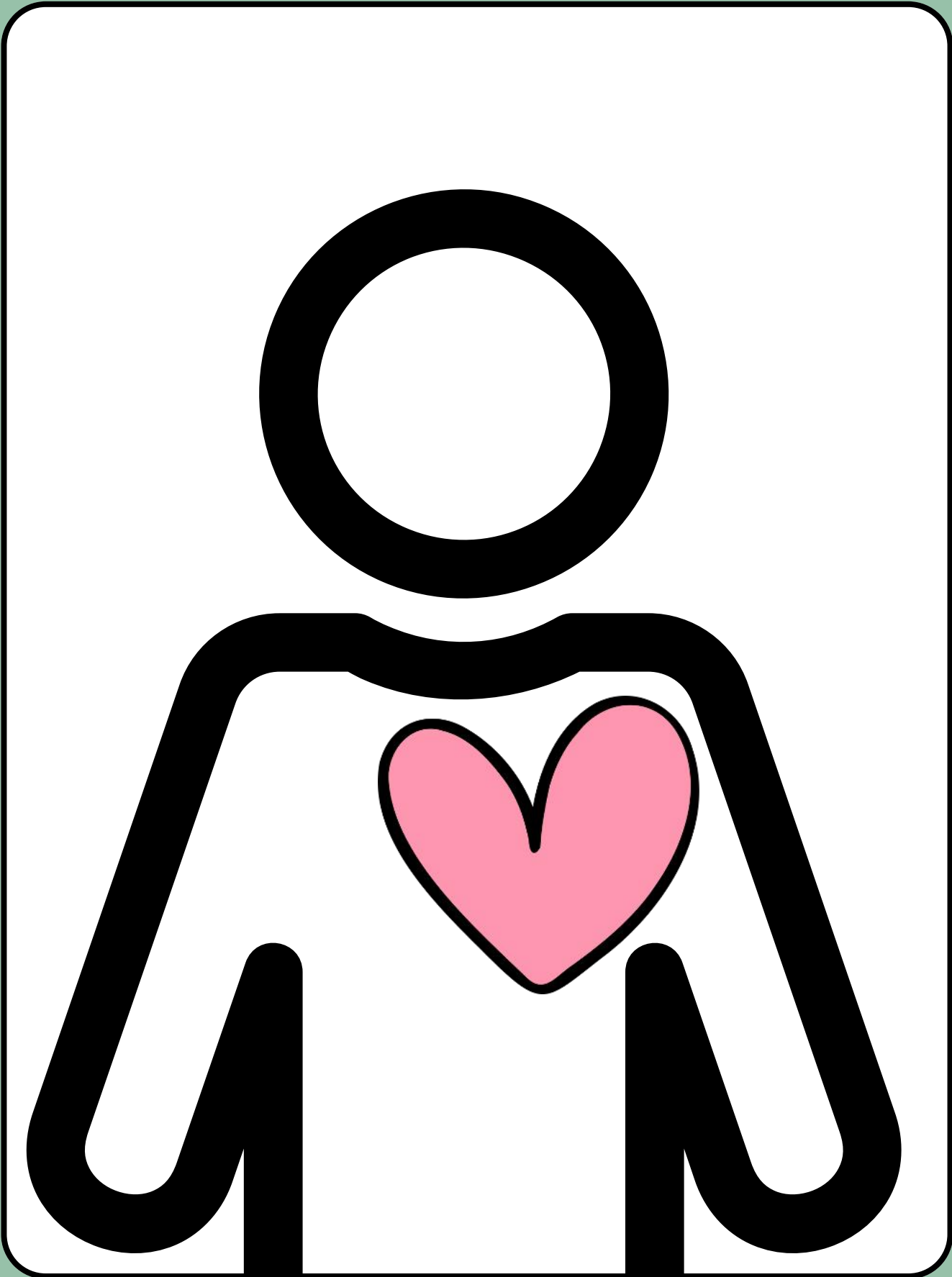
Πίνακας 1: Συνθήκες ρόλων

	Γυναίκα (μητέρα)	Άντρας (πατέρας)	Παιδί
1	Οι δύο σύντροφοι αισθάνονται άνετα & ευχάριστα μέσα στη σχέση τους και αποφάσισαν να κάνουν παιδί. Έτσι, ...		Είμαι ένα παιδί 2 μηνών. Οι ανάγκες μου είναι ... Από τους γονείς μου χρειάζομαι ...
2	Οι δύο σύντροφοι αποφασίζουν να κάνουν παιδί, επειδή όλοι οι φίλοι τους έγιναν γονείς και πιστεύουν ότι θα έχει πολλή πλάκα. Τελικά, έγιναν γονείς και ...		Είμαι ένα παιδί 12 χρονών. Οι ανάγκες μου είναι ... Από τους γονείς μου χρειάζομαι ...
3	Οι δύο σύντροφοι έχουν την δική τους εργασία αλλά ΔΕΝ έχουν ολοκληρώσει τις σπουδές τους . Θέλησαν να προχωρήσουν τη σχέση τους φέρνοντας ένα παιδί στον κόσμο. Τώρα, ...		Είμαι ένα παιδί 28 χρονών. Οι ανάγκες μου είναι ... Από τους γονείς μου χρειάζομαι ...
4	Οι δύο σύντροφοι έγιναν γονείς κυρίως λόγω της πίεσης που δέχονταν για την ηλικία της γυναίκας.		Είμαι ένα παιδί 40 χρονών. Οι ανάγκες μου είναι ... Από τους γονείς μου χρειάζομαι ...

Οι απαντήσεις σημειώνονται γύρω και μέσα από το περίγραμμα.

Συγκεκριμένα, τα συναισθήματα γράφονται/τοποθετούνται μέσα στο περίγραμμα του σώματος και οι σκέψεις στο εσωτερικό του περιγράμματος του κεφαλιού. Τα συναισθήματα και οι σκέψεις γράφονται στο εσωτερικό, γιατί πρόκειται για εσωτερικές διεργασίες, ενώ τα υπόλοιπα (στόχος, υποχρεώσεις και τρόπος τήρησης των υποχρεώσεων) γράφονται εξωτερικά, γιατί πρόκειται για αλληλεπίδραση με άλλα άτομα.

Γ' Λυκείου



Γυναίκα (μητέρα)	Άντρας (πατέρας)	Παιδί	Οικογένεια
Ρόλος	Ρόλος	Ρόλος	
Υποχρεώσεις	Υποχρεώσεις	Υποχρεώσεις	
Δικαιώματα	Δικαιώματα	Δικαιώματα	

Με βάση τις απαντήσεις της κάθε ομάδας συμπληρώνεται ο πίνακας που αφορά στα δικαιώματα, τις υποχρεώσεις των μελών της οικογένειας καθώς και τους ρόλους που το κάθε μέλος της οικογένειας επιτελεί ως άτομο (π.χ. γιος, πατέρας, σύντροφος/σύζυγος, εργαζόμενος, φίλος, κλπ). Σημειώνεται ότι ο/η εκπαιδευτικός γράφει τις απαντήσεις των ομάδων στον πίνακα, συμπληρώνοντάς τον με τον κατάλληλο τρόπο. (3^ο παραδοτέο) (διαφάνεια 30)

	Γυναίκα (μητέρα)	Άντρας (πατέρας)	Παιδί
Υποχρεώσεις			
Δικαιώματα			
Άλλοι ρόλοι που επιτελεί το άτομο			

Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει τον πίνακα και επισημαίνει ότι η αποτελεσματική άσκηση των ρόλων, η τήρηση των υποχρεώσεων και η κατοχύρωση των δικαιωμάτων κάθε μέλους της οικογένειας προϋποθέτει τη διαμόρφωση λειτουργικών διαπροσωπικών σχέσεων και αποτελεσματικής επικοινωνίας, στηριγμένων σε αξίες όπως ο σεβασμός, η ισοτιμία και η υπευθυνότητα.

Σημειώσεις:

1. Οι συνθήκες λειτουργούν συμπληρωματικά ως προς τις απαντήσεις των τεσσάρων ερωτημάτων για το εκάστοτε περίγραμμα. Με άλλα λόγια, δεν είναι αναγκαίο σε κάθε συνθήκη οι ομάδες να απαντούν και στα τέσσερα ερωτήματα. Αν θεωρούν ότι έχει απαντηθεί κάποιο ερώτημα από προηγούμενο σενάριο, μπορούν να παραλείψουν το συγκεκριμένο ερώτημα.
2. Τα παιδιά έχουν δικαιώματα από την πρώτη στιγμή που γεννιούνται. Σε αντίθεση, με τις υποχρεώσεις τις οποίες επωμίζεται το παιδί σταδιακά και ανάλογα με την ηλικία του, π.χ. ένα παιδί 10 ετών έχει υποχρέωση να στρώνει το κρεβάτι του σε αντίθεση με ένα παιδί 2 ετών που δεν έχει αυτήν την υποχρέωση.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

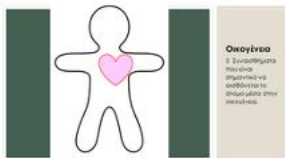
Σημασία υγιών συμπεριφορών στην οικογένεια



1.2 Να εξηγούν τη σημασία της υπεύθυνης άσκησης των ρόλων των μελών της οικογένειας στη δημιουργία και διατήρηση υγιών οικογενειακών σχέσεων και τη θετική επίδραση της οικογένειας στην ποιότητα ζωής

- Αναγνώριση της σημασίας εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις για την ολιστική ανάπτυξη του ατόμου

- Χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις
- Τρόποι ενίσχυσης της οικογενειακής συνοχής και σταθερότητας



Ο/Η εκπαιδευτικός ζητά από τις ομάδες να γράψουν στο σημείο της καρδιάς τρία – πέντε (3 – 5) συναισθήματα που είναι σημαντικό να αισθάνεται το συγκεκριμένο μέλος μέσα στην οικογένεια. Οι ομάδες παρουσιάζουν τις απαντήσεις τους. Αναμένεται οι απαντήσεις να είναι κοινές και στις τρεις (3) ομάδες και να αναφέρονται αισθήματα όπως, αγάπη, ασφάλεια, ηρεμία, ελευθερία, στοργή, φροντίδα. (διαφάνεια 31)

Συνεχίζει ο/η εκπαιδευτικός κάνοντας κατευθυνόμενη συζήτηση χρησιμοποιώντας τα παρακάτω ερωτήματα:

1. Για να κυριαρχούν αυτά τα συναισθήματα πάνω σε ποια θεμέλια χτίζω την οικογένεια;

↳ (αξίες, όπως σεβασμός, ισοτιμία και υπευθυνότητα και συμπεριφορές/δεξιότητες, όπως διεκδικητική συμπεριφορά, αποτελεσματική επικοινωνία κλπ).

2. Υπάρχει περίπτωση να έρθει καταιγίδα/φουρτούνα μέσα στην οικογένεια;

- ↳ (α) Οι σχέσεις αλλάζουν με τη γονεϊκότητα, αλλάζουν οι ισορροπίες και οι δυναμικές του ζευγαριού
(β) Οι μακροχρόνιες σχέσεις απαιτούν ώριμη και υπεύθυνη προσπάθεια.

3. Έρχεται η καταιγίδα/φουρτούνα...Γιατί οφείλω να την αντιμετωπίσω; Πώς την αντιμετωπίζω;

- ↳ (α) Με το άτομο που θα επιλέξω να γίνει πατέρας/μητέρα του παιδιού μου θα έχω σχέση μαζί του για πάντα, για αυτό πρέπει να φροντίσω να έχω υγιείς σχέσεις μαζί του.
(β) Η γονεϊκότητα διαρκεί για πάντα. Με άλλα λόγια, ακόμα και αν διακοπεί τελείως η επικοινωνία/ σύνδεση μεταξύ γονέα & παιδιού, η σχέση γονέα & παιδιού συνεχίζει να υφίσταται.
(γ) Οι υγιείς οικογενειακές σχέσεις συμβάλλουν στην ποιότητα ζωής του ατόμου και ενισχύουν τη συνολική του υγεία.
(δ) Την αντιμετωπίζω με ηρεμία/ αυτοαξιολόγηση/ ενσυναίσθηση/ αποτελεσματική επικοινωνία με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας και διάθεση για ανεύρεση λύσεων και εφαρμογή αυτών.

4. Πώς ενισχύω τις οικογενειακές σχέσεις;

↳ (με αξίες και κοινωνικές δεξιότητες που οδηγούν σε υγιείς συμπεριφορές)



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Αποκωδικοποίηση

1.2 Να εξηγούν τη σημασία της υπεύθυνης άσκησης των ρόλων των μελών της οικογένειας στη δημιουργία και διατήρηση υγιών οικογενειακών σχέσεων και τη θετική επίδραση της οικογένειας στην ποιότητα ζωής

- Αναγνώριση της σημασίας εκδήλωσης υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις για την ολιστική ανάπτυξη του ατόμου
 - Χαρακτηριστικά υγιών συμπεριφορών στις οικογενειακές σχέσεις
 - Προαγωγή της υγείας και ευημερίας του ατόμου



Ο/Η εκπαιδευτικός θέτει τα παρακάτω αναστοχαστικά ερωτήματα:

- Υπάρχει ένας "σωστός" τύπος οικογένειας; (όχι)
- Ποιοι παράγοντες καθορίζουν μια υγιή οικογενειακή σχέση; (υγιείς συμπεριφορές)

Ο/Η εκπαιδευτικός αναρτά τρεις καρτέλες στον πίνακα και καλεί κάθε ομάδα να διακρίνει/εντοπίσει ποια καρτέλα αντιπροσωπεύει την εικόνα που είχε. Οι καρτέλες αναγράφουν (διαφάνεια 32):

σταθερά που με καθορίζει

σταθερά που με κάνει αυτόνομο άτομο γνωρίζοντας τον στόχο, τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις μου

σταθερά που με οδηγεί ως πυξίδα, αν θέλω ή όχι

Αφού γίνει η αποκωδικοποίηση των εικόνων, οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να ερμηνεύσουν το περιεχόμενο της καρτέλας τους ώστε να αναδειχθεί η σημασία της οικογένειας.

Συγκεκριμένα τίθενται οι παρακάτω ερωτήσεις:

«Ποια είναι η σημασία των «ριζών» της οικογένειας για το άτομο;»

«Ποια είναι η σημασία των φτερών που δίνει η οικογένεια για το άτομο;»

«Ποια είναι η σημασία της κλωστής που ενώνει την οικογένεια με το άτομο;»



Αποκωδικοποίηση εικόνων (διαφάνεια 33):

Ρίζες => σταθερά που με καθορίζει

Φτερά => σταθερά που με κάνει αυτόνομο άτομο γνωρίζοντας τον στόχο, τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις μου

Κλωστή/Κουβάρι => σταθερά που με οδηγεί ως πυξίδα, αν θέλω ή όχι

Ο/Η εκπαιδευτικός συμπληρώνει την απάντηση της κάθε ομάδας ώστε να διατυπωθούν τα βασικά σημεία κάθε συμβόλου. Ταυτόχρονα, αρχίζει να συνθέτει σχετική κατασκευή (δίνεται επεξήγηση στην επιμόρφωση):

«Το δέντρο της οικογένειας»

Ρίζες = Οικογένεια (Αξίες – τι στηρίζει μια οικογένεια):



Οι ρίζες συμβολίζουν τη βάση πάνω στην οποία οικοδομείται η οικογένεια. Αφορούν στις αξίες και τις στάσεις που διαμορφώνουν την ταυτότητα των μελών της οικογένειας και εξασφαλίζουν σταθερότητα και συνοχή μέσα σε αυτήν. Η ύπαρξη κοινών αξιών ενισχύει την αίσθηση του «ανήκειν» και προσφέρει στα μέλη ένα ασφαλές σημείο αναφοράς από το οποίο μπορούν να αντλούν δύναμη, προσανατολισμό και νόημα. Όπως ένα δέντρο αντλεί από τις ρίζες του τα θρεπτικά συστατικά για να αναπτυχθεί, έτσι και η οικογένεια αντλεί από τις αξίες της τη δυναμική για να εξελίσσεται και να ανταποκρίνεται στις προκλήσεις της σύγχρονης ζωής.

Φτερά = Οικογενειακός Προγραμματισμός (Ρόλοι και υποχρεώσεις των μελών):



Κάθε άτομο μέσα στην οικογένεια, έχει μια δική του κατεύθυνση, έναν δικό του προορισμό. Είναι σημαντικό να μην αισθάνεται εγκλωβισμένο μέσα στην οικογένεια. Για να επιτευχθεί αυτό, τα μέλη της οικογένειας θα πρέπει να έχουν ξεκάθαρους ρόλους, να είναι συνεπείς στις υποχρεώσεις τους και να σέβονται τα δικαιώματα των υπόλοιπων μελών και τα δικά τους. Με αυτόν τον τρόπο καλλιεργούνται «δυνατά» φτερά στα παιδιά, ώστε να είναι σε θέση να «πετάξουν», καθορίζοντας τη δική τους πορεία σε ό,τι αφορά τις ρομαντικές τους σχέσεις και προγραμματίζοντας την προσωπική τους ζωή.



Κλωστή = Γονεϊκότητα (Προστασία και κατεύθυνση):


Τα παιδιά κάποια στιγμή θα χρειαστεί να «πετάξουν» από το σπίτι. Η κλωστή λειτουργεί σαν πυξίδα και πλοηγός σε δύο σημεία, από πού ξεκίνησα και πώς πορεύομαι.

Κλείσιμο



Το μάθημα κλείνει με το ερώτημα:

«Τι κάνει, λοιπόν, μια οικογένεια ισχυρή και υγιή; Ποιες συμπεριφορές την ενδυναμώνουν;»

 Αναμενόμενη Απάντηση: αξίες και κοινωνικές δεξιότητες που οδηγούν σε υγιείς συμπεριφορές π.χ. ενσυναίσθηση, υπευθυνότητα, οριοθέτηση, αυτοσεβασμός/αλληλοσεβασμός, αποτελεσματική επικοινωνία (διαφάνεια 34)

Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στους/στις μαθητές/μαθήτριες την **αξιολόγηση** και βάζει παράλληλα το τραγούδι «Γιατί είμαστε Οικογένεια» του Φοίβου Δεληβοριά να παίζει. (διαφάνειες 35 – 36)

Ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες και ανανεώνει το ραντεβού για την επόμενη διδακτική περίοδο.



Εποπτικό Υλικό 3

Αξιολόγηση 1^{ου} Εργαστηρίου ΣΔ

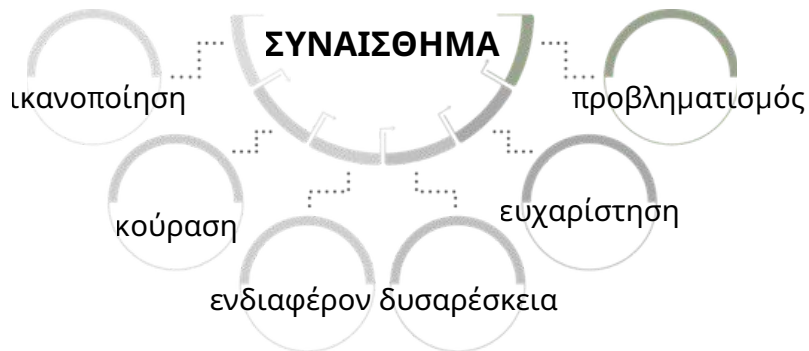


Το 1^ο Εργαστήριο για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση μόλις ολοκληρώθηκε. Για να προχωρήσουμε και στα επόμενα είναι πολύ σημαντικό να συμπληρώσεις το συγκεκριμένο έντυπο.

A) Παρακαλώ απάντησε στις ερωτήσεις που ακολουθούν:

ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ	ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΕ
<hr/>	<hr/>

B) Κύκλωσε ποιο συναίσθημα κυριαρχεί μέσα σου αυτή τη στιγμή, με τη λήξη του εργαστηρίου:



Γ) Βάλε ένα βαθμό από το 1 – 5, βαθμολογώντας το περιεχόμενο του 1^{ου} Εργαστηρίου:

Καθόλου Ενδιαφέρον	Λίγο Ενδιαφέρον	Ικανοποιητικά Ενδιαφέρον	Πολύ Ενδιαφέρον	Εξαιρετικά Ενδιαφέρον
1	2	3	4	5



**2^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ:
Λαβύρινθος - Πρόληψη Βίας
«Υγιείς Σχέσεις - Πρόληψη Βίας»**



2° ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Λαβύρινθος – Πρόληψη Βίας

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	Α. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	1

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
1.4 Να αποδέχονται την ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των δικαιωμάτων που προάγουν την υγεία και την ευημερία των ατόμων δείχνοντας μηδενική ανοχή στη βία	<ul style="list-style-type: none"> - Διάκριση μορφών βίας - Αναγνώριση ενδείξεων βίας – τρόπων εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς - Αναγνώριση αιτιών εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς (χαμηλή αυτοεκτίμηση, έμφυλα στερεότυπα, προκαταλήψεις, έλλειψη αποτελεσματικής επικοινωνίας – διαχείρισης συναισθημάτων και άλλων δεξιοτήτων ζωής) - Αναγνώριση σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά <ul style="list-style-type: none"> • Πρόληψη έμφυλης βίας και γυναικοκτονιών - Δεκτικότητα της ανάγκης για στήριξη ατόμων που έχουν υποστεί βία <ul style="list-style-type: none"> • Σημασία αναφοράς και καταγγελίας βίαιης συμπεριφοράς • Ατομική και συλλογική ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, του αυτοσεβασμού και της προσωπικής αυτονομίας και αυτοδιάθεσης - Ενδεικτικά βήματα καταγγελίας μίας βίαιης συμπεριφοράς <ul style="list-style-type: none"> • Νομικό πλαίσιο • Φορείς – Δομές

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Διαστάσεις του εαυτού
Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Μορφές υπεύθυνης συμπεριφοράς
Ενσυναίσθηση
Κατηγοριοποίηση αναγκών -
Πυραμίδα Maslow

Μέσα Διαδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό μηχάνημα,
πίνακας

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
συζήτηση,
ενοιολογικός χάρτης,
σενάρια,
μελέτη περίπτωσης
προσομοίωση

Αξιολόγηση

Προφορική,
συντρέχουσα,
φύλλα εργασίας

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίσουν τα χαρακτηριστικά των υγιών σχέσεων, τη συμβολή τους στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και την προσωπική ευθύνη για τη δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων.

Δραστηριότητες

Χρόνος

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

5'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:

Τι κρύβεται από πίσω;

15'

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:

Η φωνή μας μετράει

15'

ΚΛΕΙΣΙΜΟ:

Ανακεφαλαίωση

5'

Αφόρμηση



2^ο Εργαστήριο
Ιεζουαλικής Διαπαιδαγώγησης
Γ' Λυκείου

Σκοπός εργαστηρίου Ιεζουαλικής Διαπαιδαγώγησης

Γνώσεις **Στάσεις / Ατίες** Δεξιότητες

Σεβάζομαι τον εαυτό μου & τους άλλους
Ακούω το άλλο άτομο
Κανόνες διεξαγωγής εργαστηρίων
Διέγωμι τη μετωπικότητα
Δεν κλέβω προσωπικά αντικείμενα
Εργάζομαι τα όργανά μου ΜΗ μιλάω δυνατά

Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας

Πρόληψη βίας στις οικογενειακές και ρομαντικές σχέσεις

Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες με το τραγούδι «Μαζί σου στο φως» της Μαρίζας Ρίζου, https://www.youtube.com/watch?v=Sk7l68dv7wg&list=RDSk7l68dv7wg&start_radio=1 ή με το τραγούδι "Brave" - Sara Bareilles,

https://www.youtube.com/watch?v=4Ny_LX3byr8. (διαφάνεια 1)

Μόλις οι μαθητές/μαθήτριες πάρουν τη θέση τους, ο/η εκπαιδευτικός ρωτά αν γνωρίζουν το τραγούδι ή αν κατάλαβαν κάποιους από τους στίχους του και για ποιο θέμα μιλάει. Τους/Τις ενημερώνει ότι το βασικό μήνυμα του τραγουδιού είναι ότι χρειάζεται να έχουμε θάρρος και να μιλάμε όταν κάτι δεν μας κάνει να αισθανόμαστε καλά. Υπενθυμίζει τον σκοπό των εργαστηρίων, τους κανόνες της τάξης και ανακοινώνει το θέμα της συνάντησης. (διαφάνειες 2 - 4)

Έπειτα, ο/η εκπαιδευτικός παρουσιάζει την κατασκευή της προηγούμενης διδακτικής περιόδου (ρίζες/φτερά/κλωστή - κουβάρι) και θέτει τα παρακάτω ερωτήματα:

1. Ποια είναι τα κύρια συναισθήματα που χρειάζεται να νιώθει ένα άτομο μέσα στην οικογένεια ή στη ρομαντική του σχέση, ώστε να αισθάνεται καλά; Και το ερώτημα αφορά είτε το άτομο είναι ενήλικο είτε ανήλικο.

Αναμενόμενη Απάντηση: ασφάλεια/ηρεμία/αγάπη

Εναλλακτικά της κατασκευής, σημειώνεται ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως αφορμή οποιοδήποτε σχετικό υλικό από τις δύο προηγούμενες τάξεις (σε περίπτωση που αυτό είναι αναρτημένο από την προηγούμενη διδακτική περίοδο).

2. Πότε εκδηλώνονται αυτά τα συναισθήματα; Ποιες συμπεριφορές κυριαρχούν στις σχέσεις; Να αναφέρετε ορισμένα παραδείγματα.

Αναμενόμενη Απάντηση: Όταν υπάρχουν κυρίως υγιείς συμπεριφορές, π.χ. αυτοσεβασμός, αλληλοσεβασμός, αποτελεσματική επικοινωνία, συναίνεση, οριοθέτηση, ενσυναίσθηση

1.4 Να αποδέχονται την ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των δικαιωμάτων που προάγουν την υγεία και την ευημερία των ατόμων δείχνοντας μηδενική ανοχή στη βία

- Μορφές βίας
- Ενδείξεις βίας – τρόποι εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς
- Διάκριση μορφών βίας
- Αναγνώριση ενδείξεων βίας – τρόπων εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς
- Αναγνώριση αιτιών εκδήλωσης βίαιης συμπεριφοράς (χαμηλή αυτοεκτίμηση, έμφυλα στερεότυπα, προκαταλήψεις, έλλειψη αποτελεσματικής επικοινωνίας – διαχείρισης συναισθημάτων και άλλων δεξιοτήτων ζωής)
- Αναγνώριση σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά
 - Πρόληψη έμφυλης βίας και γυναικοκτονιών

Τι κρύβεται από πίσω;



Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει:

«Υπάρχουν αρκετές περιπτώσεις κατά τις οποίες το άτομο μπορεί να μην νιώθει αυτά τα συναισθήματα (ασφάλεια/ ηρεμία/αγάπη), λόγω εκδήλωσης βίαιων συμπεριφορών, με τις περισσότερες φορές να παραμένει σιωπηλό ... κατάσταση που επιδεινώνει τη βία. Ας μελετήσουμε αρχικά, πότε εκδηλώνεται βία στην οικογένεια ή/και τις ρομαντικές σχέσεις και να αναγνωρίσουμε τη βία χρησιμοποιώντας τα παρακάτω σενάρια». (Εποπτικό Υλικό 1) (διαφάνεια 5)

Η τάξη χωρίζεται τυχαία σε τέσσερις (4) ομάδες (επιλογή τρόπου χωρισμού ομάδων από τον/την εκπαιδευτικό). Ο χωρισμός των ομάδων μπορεί να πραγματοποιηθεί και πριν την έναρξη της διδασκαλίας, κατά την άφιξη των μαθητών/μαθητριών στο χώρο διεξαγωγής των εργαστηρίων. Στη συνέχεια ενημερώνει τους/τις μαθητές/μαθήτριες για τον τρόπο εργασίας ως εξής:

«Κάθε ομάδα έχει μπροστά της τρεις (3) κάρτες σεναρίων με ορισμένα ερωτήματα. Παρακαλώ, αφού μελετήσετε το κάθε σενάριο να απαντήσετε, ως ομάδα στα ερωτήματα. Έχετε στη διάθεσή σας 3' για το κάθε σενάριο».

Έπειτα, ο/η εκπαιδευτικός επιλέγει ένα σενάριο από κάθε ομάδα, το διαβάζει και η ομάδα παρουσιάζει τις απαντήσεις της στην ολομέλεια.

Ανακεφαλαιώνοντας τη δραστηριότητα επισημαίνονται: **Οι ενδεικτικές απαντήσεις βρίσκονται στο Εποπτικό Υλικό 2.**

- οι διαφορετικές μορφές βίας (σωματική, σεξουαλική, συναισθηματική, λεκτική)
- τα διαφορετικά αίτια βίας (χαμηλή αυτοεκτίμηση, έμφυλα στερεότυπα, προκαταλήψεις, έλλειψη αποτελεσματικής επικοινωνίας – διαχείρισης συναισθημάτων και άλλων δεξιοτήτων ζωής)
- τα μηνύματα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης των ομάδων και
- τονίζεται ότι **«Δεν υπάρχει «υπερβολή» όταν νιώθεις ότι κάτι δεν πάει καλά, ότι κάτι σε πληγώνει. Η βία έχει πολλά πρόσωπα (μορφές βίας) – και η σιωπή δεν είναι λύση».**

Κάρτα 1

«Η Αντιγόνη ζηλεύει παθολογικά τον σύντροφό της, Γιάννη. Του τηλεφωνεί ασταμάτητα, απαιτεί να της δείχνει τα μηνύματα και τις κλήσεις του, τον ακολουθεί κρυφά όταν φεύγει από το σπίτι και ξεσπά βίαια όταν μιλήσει σε άλλες γυναίκες – ακόμη και σε συναδέλφισσές του. Τον έχει απομονώσει από φίλους και οικογένεια, κι εκείνος πλέον φοβάται να αντιδράσει».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 2

«Η Μαρία λέει συχνά στον σύζυγό της, Έκτορα, ότι δεν καταφέρνει τίποτα, του θυμίζει παλιά του λάθη και του λέει ότι δεν είναι “πραγματικός άντρας”».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 3

«Η Άννα κάθε φορά που προσπαθεί να πει στον πατέρα της ότι κάτι την απασχολεί, εκείνος διαρκώς απαντά: «Έλα τώρα, έχεις προβλήματα και εσύ; Όλα λυμένα τα έχεις».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής;

Κάρτα 4

«Η Μαρία είναι 16 ετών και ο σύντροφός της την πιέζει να προχωρήσουν σε σεξουαλικές δραστηριότητες για τις οποίες δεν συμφωνεί, λέγοντάς της ότι θα την χωρίσει αν δεν προχωρήσουν. Κάθε φορά που η Μαρία αρνείται, ο σύντροφός της γίνεται βίαιος. Δεν ξέρει ποιον να εμπιστευτεί ή πώς να αντιδράσει».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής;

Κάρτα 5

«Η Ελένη έχει όνειρα να σπουδάσει στο εξωτερικό, αλλά η μητέρα της επιμένει: «Πρώτα πρέπει να κάνεις οικογένεια. Οι γυναίκες δεν κυνηγάνε καριέρα». Η Ελένη πραγματικά νιώθει εγκλωβισμένη».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 6

«Ο Πέτρος, όταν νευριάζει, δεν μιλάει σε κανέναν για μέρες. Η σύντροφός του, Ελευθερία, νιώθει φόβο και ενοχή. Αναρωτιέται γιατί συμβαίνει αυτό και σκέφτεται πώς πρέπει να αντιδράσει».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 7

«Ο Δημήτρης νιώθει ντροπή όταν κλαίει. Οι φίλοι του του λένε: «Μην κάνεις σαν κορίτσι». Πρόσφατα έληξε η σχέση του και είναι πολύ στεναχωρημένος. Ωστόσο, ο ίδιος δεν εκδήλωσε τα συναισθήματά του στους φίλους του, επειδή φοβάται την κριτική τους».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής;

Κάρτα 8

«Η Κατερίνα λέει στον σύντροφό της, Νίκο: «Αν μ' αγαπούσες, δεν θα έβγαινες με τους φίλους σου». Ο Νίκος την αγαπά και νιώθει ενοχές που βγαίνει αλλά περνάει όμορφα με τους φίλους του και έχει ανάγκη την παρέα τους».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής;

Κάρτα 9

«Η Σοφία δεν εκφράζει ποτέ τη γνώμη της στον σύντροφό της, Μάριο, για να μην υπάρξει τσακωμός. Δεν θέλει να του πηγαίνει κόντρα. Φοβάται την αντίδρασή του. Μια φορά που το έκανε την χτύπησε».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;

2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 10

«Ο Κώστας φωνάζει και πετάει πράγματα όταν θυμώνει. Η οικογένειά του τον φοβάται. Η σύντροφός του σκέφτεται τι θα πρέπει να κάνει για να βοηθήσει την οικογένειά τους».

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;

2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλες στερεοτυπικές αντιλήψεις		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 11

«Ο Θοδωρής απαιτεί από τη σύντροφό του, Μαίρη, να του λέει πού είναι κάθε στιγμή. Επίσης, ο μισθός της Μαίρης μπαίνει σε κοινό λογαριασμό που έχει με τον Θοδωρή. Ο ίδιος διαχειρίζεται αποκλειστικά τα οικονομικά τους, της δίνει μετρημένα χρήματα και ελέγχει τις κινήσεις της. Αυτό δεν αρέσει στη Μαίρη. Η ίδια νιώθει να πνίγεται.»

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

Κάρτα 12

«Ο Ανδρέας είναι μάρτυρας κακοποίησης ενός μέλους της οικογένειας από ένα άλλο μέλος της οικογένειάς του. Δεν είναι σίγουρος αν μπορεί ή αν πρέπει να παρέμβει, αλλά φοβάται τις συνέπειες αν δεν αναφέρει το περιστατικό.»

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε;
2. Εντοπίζετε κάποια από τις ενδείξεις βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;
5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

ΕΠΟΠΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ 2

Λύσεις - Σημειώσεις εκπαιδευτικού

Κάρτα 1

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ψυχολογική & σωματική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	X
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	X	Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	X

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	X	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			X

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Αναζήτηση βοήθειας, θέσπιση ορίων, αυτοσεβασμός

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Ο φόβος δεν έχει θέση σε μια σχέση – έχεις δικαίωμα προσωπικής αυτονομίας»

Κάρτα 2

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Λεκτική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση	X	Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	X	Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	X	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			X

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Αναγνώριση της προσωπικής αξίας – αλληλοσεβασμός

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Οι λέξεις έχουν δύναμη – χρησιμοποίησέ τις για στήριξη, όχι για να πληγώσεις»

Κάρτα 3

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Λεκτική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα	Χ	Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	Χ	Προκαταλήψεις	Χ	Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Ακρόαση και κατανόηση συναισθημάτων

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Η φωνή σου αξίζει να ακουστεί – τα συναισθήματα είναι πάντα σημαντικά».

Κάρτα 4

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Σεξουαλική και σωματική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση	Χ	Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	Χ	Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	Χ

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	Χ	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			Χ

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Αναφορά σε αρμόδιες αρχές ή βοήθεια από κάποιον ενήλικα εμπιστοσύνης

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Η συναίνεση είναι πάντα ελεύθερη και απαραίτητη – δεν αξίζεις να φοβάσαι σε καμία σχέση. Έχεις το δικαίωμα αυτονομίας και αυτοδιάθεσης».

Κάρτα 5

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ψυχολογική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	X
Έμφυλα στερεότυπα	X	Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	X	Προκαταλήψεις	X	Έμφυλα στερεότυπα	X
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Υποστήριξη επιλογών και ενίσχυση αυτοεκτίμησης

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

«Τα όνειρά σου είναι σημαντικά – έχεις το δικαίωμα να ακολουθήσεις το δρόμο που εσύ θέλεις. Έχεις το δικαίωμα της αυτονομίας».

Κάρτα 6

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Συναισθηματική κακοποίηση**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	X	Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	X

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	X	Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			X

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Ανοιχτή επικοινωνία και θέσπιση ορίων, αλληλοσεβασμός

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:

«Το να παραμένεις σιωπηλός δεν είναι λύση – η επικοινωνία ενισχύει την αυτοεκτίμηση και φέρνει κατανόηση και σεβασμό».

Κάρτα 7

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ψυχολογική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα	Χ	Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα	Χ	Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	Χ	Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	Χ
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	Χ	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Έκφραση συναισθημάτων, Αυτοεκτίμηση – επαναπροσδιορισμός φιλικού κύκλου

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Το να εκφράζεις τα συναισθήματά σου είναι δύναμη, όχι αδυναμία».

Κάρτα 8

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ψυχολογική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	Χ
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	Χ	Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	Χ	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			Χ

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Σεβασμός στον προσωπικό χώρο και τις ανάγκες του άλλου ατόμου

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Η αγάπη δεν περιορίζει. Η αγάπη ενισχύει την ελευθερία και την αυτονομία».

Κάρτα 9

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ψυχολογική & σωματική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση	X	Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	X

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	X	Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	X	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			X

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Αναγνώριση δικαιώματος για έκφραση, αλληλοσεβασμός

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Δεν πρέπει να φοβάσαι να εκφράζεις την αλήθεια σου – αξίζεις σεβασμό και ασφάλεια».

Κάρτα 10

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Σωματική και ψυχολογική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση	X	Αδιαφορία για συναισθήματα		Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)		Εκφοβισμός και Τρομοκρατία	X

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	X	Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			X

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Αναζήτηση βοήθειας, θέσπιση ορίων και αλληλοσεβασμός

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Η βία δεν είναι αποδεκτή σε καμία μορφή – αξίζετε να ζείτε χωρίς φόβο».

Κάρτα 11

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ψυχολογική & οικονομική βία**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα	χ	Περιορισμός ελευθερίας	χ
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	χ	Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας		Προκαταλήψεις		Έμφυλα στερεότυπα	χ
Χαμηλή αυτοεκτίμηση	χ	Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			χ

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Σεβασμός προσωπικού χώρου, αυτονομία

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Η αγάπη δεν χρειάζεται έλεγχο για να είναι αληθινή».

Κάρτα 12

1. Ποια μορφή βίας παρατηρείτε; **Ενδοοικογενειακή βία, η οποία μπορεί να περιλαμβάνει σωματική, ψυχολογική ή/και λεκτική κακοποίηση, με βάση το ότι ένα μέλος της οικογένειας κακοποιεί ένα άλλο.**

2. Εντοπίζετε κάποια από τις **ενδείξεις** βίας;

Λεκτική κακοποίηση		Αδιαφορία για συναισθήματα	χ	Περιορισμός ελευθερίας	
Έμφυλα στερεότυπα		Συναισθηματικός εκβιασμός (χειριστική συμπεριφορά)	χ	Εκφοβισμός και Τρομοκράτηση	χ

3. Ποιο/ποια από τα αίτια σχετίζεται/σχετίζονται κυρίως με αυτή τη συμπεριφορά;

Έλλειψη επικοινωνίας	χ	Προκαταλήψεις	χ	Έμφυλα στερεότυπα	
Χαμηλή αυτοεκτίμηση		Δυσκολία στη διαχείριση συναισθημάτων			χ

4. Τι θα μπορούσε να γίνει διαφορετικά;

Αναφορά σε αρμόδιες αρχές, αναζήτηση βοήθειας

5. Να γράψετε ένα μήνυμα αλλαγής, στήριξης ή ενδυνάμωσης για τα άτομα της σκηνής:
«Η σιωπή ενισχύει τη βία – μίλα για να προστατέψεις αυτούς που αγαπάς».

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Η φωνή μας μετράει

1.4 Να αποδέχονται την ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των δικαιωμάτων που προάγουν την υγεία και την ευημερία των ατόμων δείχνοντας μηδενική ανοχή στη βία

- Αναγνώριση σημασίας μηδενικής ανοχής σε οποιαδήποτε βίαιη συμπεριφορά
 - Πρόληψη έμφυλης βίας και γυναικοκτονιών
- Δεκτικότητα της ανάγκης για στήριξη ατόμων που έχουν υποστεί βία
 - Σημασία αναφοράς και καταγγελίας βίαιης συμπεριφοράς
 - Ατομική και συλλογική ευθύνη προάσπισης και προαγωγής των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στο πλαίσιο της αυτοεκτίμησης, του αυτοσεβασμού και της προσωπικής αυτονομίας και αυτοδιάθεσης
- Ενδεδειγμένα βήματα καταγγελίας μίας βίαιης συμπεριφοράς
 - Νομικό πλαίσιο
 - Φορείς – Δομές

Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει ότι:

«Τις περισσότερες φορές όταν ένα άτομο υφίσταται βία νιώθει εγκλωβισμένο, σαν να βρίσκεται σε λαβύρινθο. Ο εγκλωβισμός μπορεί να είναι νοητικός, συναισθηματικός, κοινωνικός. Μπορεί, επίσης, να είναι πρακτικός («δεν ξέρω σε ποιον, πώς και πότε να απευθυνθώ», «αν μιλήσω, μετά τι θα γίνει;»). Ωστόσο, σε κάθε περιστατικό εκδήλωσης βίας είναι σημαντικό να μιλάμε, είτε μάς αφορά άμεσα είτε έμμεσα. Για να γίνει σαφές αυτό είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι υπάρχουν:

- ✓ νομοθεσίες που διασφαλίζουν τα δικαιώματά μας,
- ✓ φορείς που παρέχουν βοήθεια και
- ✓ τηλέφωνα στα οποία μπορώ να αποταθώ.

Σε κάθε περίπτωση, το πρώτο βήμα είναι να βρω τη δύναμη και να μιλήσω σε κάποιο έμπιστο άτομο που θα με ακούσει με κατανόηση και θα είναι διαθέσιμο να με στηρίξει στην πορεία μου προς τη διέξοδο του λαβύρινθου.

Στη δραστηριότητα που ακολουθεί, εσείς αποτελείτε το έμπιστο αυτό άτομο».



Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός ζητά από κάθε ομάδα να χρησιμοποιήσει ένα από τα τρία σενάρια της προηγούμενης δραστηριότητας και να βοηθήσει τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστριά του να απεγκλωβιστεί από τον λαβύρινθό του (Εποπτικό Υλικό 2). Συγκεκριμένα, η ομάδα Α χρησιμοποιεί το σενάριο 1, η ομάδα Β το σενάριο 4, η ομάδα Γ το σενάριο 9 και η ομάδα Δ το σενάριο 12. (διαφάνεια 6)

Ειδικότερα, κάθε ομάδα έχει συγκεκριμένη αποστολή:

- Α. Σενάριο 3: «Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους ο Γιάννης μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης».
- Β. Σενάριο 4: «Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους η Μαρία μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης».
- Γ. Σενάριο 9: «Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους η Σοφία μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης».
- Δ. Σενάριο 12: «Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους ο Ανδρέας μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης».

Αναλυτικότερα, κάθε ομάδα για να πετύχει τον στόχο της, δηλαδή τον απεγκλωβισμό του/της πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια του σεναρίου της από τον «λαβύρινθο», θα πρέπει να περάσει από τέσσερις (4) σταθμούς:

- ✓1^{ος}: Ενεργητική Ακρόαση και Στήριξη
- ✓2^{ος}: Νομικό πλαίσιο
- ✓3^{ος}: Δομές και φορείς στήριξης
- ✓4^{ος}: Βήματα καταγγελίας

1^η Εκδοχή

Σε κάθε σταθμό υπάρχουν πληροφορίες (Εποπτικό Υλικό 3), τις οποίες αφού μελετήσει η ομάδα, στη συνέχεια, θα πρέπει να απαντήσει στο αντίστοιχο ερώτημα. Οι απαντήσεις αποτελούν τα εφόδια για την επιτυχή ολοκλήρωση της αποστολής. (Εποπτικό Υλικό 4) (1^ο παραδοτέο)

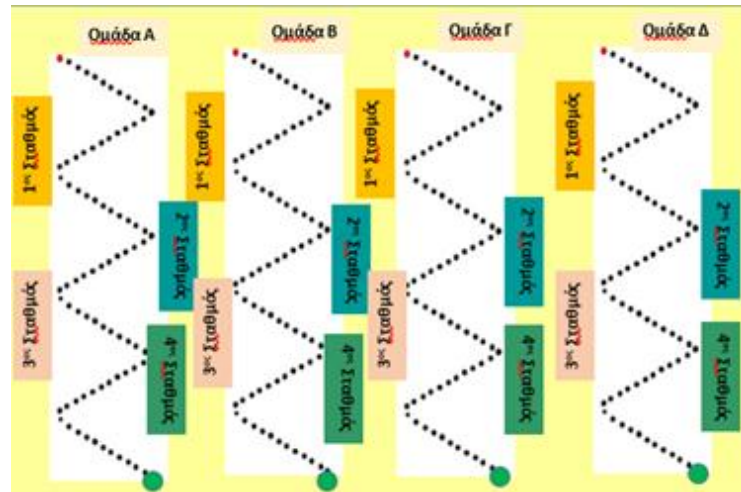
	A ' Ομάδα (σενάριο 1)	B ' Ομάδα (σενάριο 4)	Γ ' Ομάδα (σενάριο 9)	Δ ' Ομάδα (σενάριο 12)
1. Ενεργητική Ακρόαση & Στήριξη: « Τι θα πείτε στο πρόσωπο που έχει κακοποιηθεί; »	<p>· Μπράβο που βρήκες τη δύναμη να μιλήσεις. Σε ευχαριστώ που το μοιράζεσαι μαζί μου. Είμαι εδώ για να σε ακούσω...</p> <p>- Σε περίπτωση που το άτομο που δέχεται τη βία, δεν απευθυνθεί σε κάποιο έμπιστο άτομο για να μιλήσει, τότε το έμπιστο άτομο, μπορεί να το προσεγγίσει λέγοντας:</p> <p>· Αισθάνομαι ότι κάτι δεν πάει καλά. Ξέρω ότι είναι δύσκολο να μιλήσεις. Είμαι εδώ για να πάρεις δύναμη να μου μιλήσεις και να σε ακούσω.</p>			
2. Νομικό Πλαίσιο: « Ποιο νομικό πλαίσιο αφορά στο σενάριό σας; »	1	3	2	1, 2
3. Δομές και φορείς Στήριξης: « Ποιος φορέας μπορεί να βοηθήσει τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια του σεναρίου σου να διαχειριστεί την κατάσταση; »	3	1, 2, 3, 4	2, 3	1, 2, 4
4. Βήματα Καταγγελίας: « Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που πρέπει να γίνει είτε από εσάς είτε από τον τον/την πρωταγωνιστή/ πρωταγωνίστρια του σεναρίου σου; »	<p>Άμεση αναφορά στην Αστυνομία, είτε από το ίδιο το άτομο που έχει υποστεί βία είτε μέσω τρίτου προσώπου (π.χ. τηλεφωνικά ή σε κοντινό αστυνομικό σταθμό)</p>			

2^η Εκδοχή: Προσομοίωση

Για να υλοποιηθεί η συγκεκριμένη δραστηριότητα, θα χρησιμοποιηθεί η διδακτική τεχνική της προσομοίωσης.

Ειδικότερα, οι μαθητές/μαθήτριες, χωρισμένοι/χωρισμένες στις ομάδες τους, καλούνται να φέρουν εις πέρας την αποστολή με τον παρακάτω τρόπο.

- Κάθε ομάδα θα πρέπει να διασχίσει μια διαδρομή. Η διαδρομή μπορεί να είναι σχεδιασμένη σε χαρτί του μέτρου ή να γίνει με χρωματιστή ταινία στο πάτωμα της αίθουσας ή να στηθεί με τα θρανία. Η πορεία και των τεσσάρων (4) διαδρομών έχει σχήμα ζικ ζακ, όπως φαίνεται παρακάτω:



- Δύο μαθητές/μαθήτριες της ομάδας βρίσκονται στην αφετηρία (κόκκινη κουκίδα) (Εποπτικό Υλικό 4) και έχουν καλυμμένα τα μάτια, ώστε να μη βλέπουν. Συμβολίζουν την καρδιά και το μυαλό του/της πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστριας του κάθε σεναρίου (έχουν κρεμασμένη από το λαιμό τους ο/η καθένας/καθεμία μια καρτέλα με μυαλό και καρδιά αντίστοιχα).
- Τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας βρίσκονται ένα σε κάθε σταθμό. Εκεί, κάθε μέλος θα πρέπει να βοηθήσει τα δύο άτομα που δεν βλέπουν, ώστε να επιλέξουν να συνεχίσουν τη διαδρομή προς την έξοδο. Για τον λόγο αυτό, μόλις αποφασίσουν «η καρδιά και το μυαλό» με ποιον τρόπο θα συνεχίσουν τη διαδρομή τους, το άτομο που βρίσκεται στον 1^ο σταθμό τα συνοδεύει στον επόμενο κ.ο.κ.

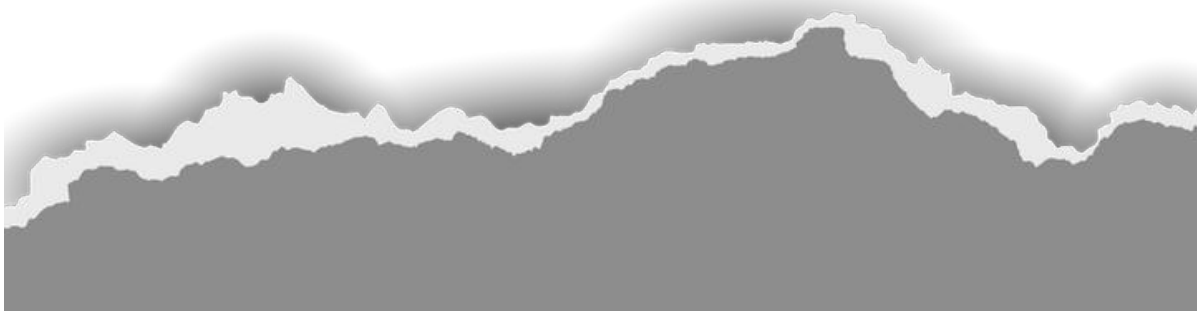
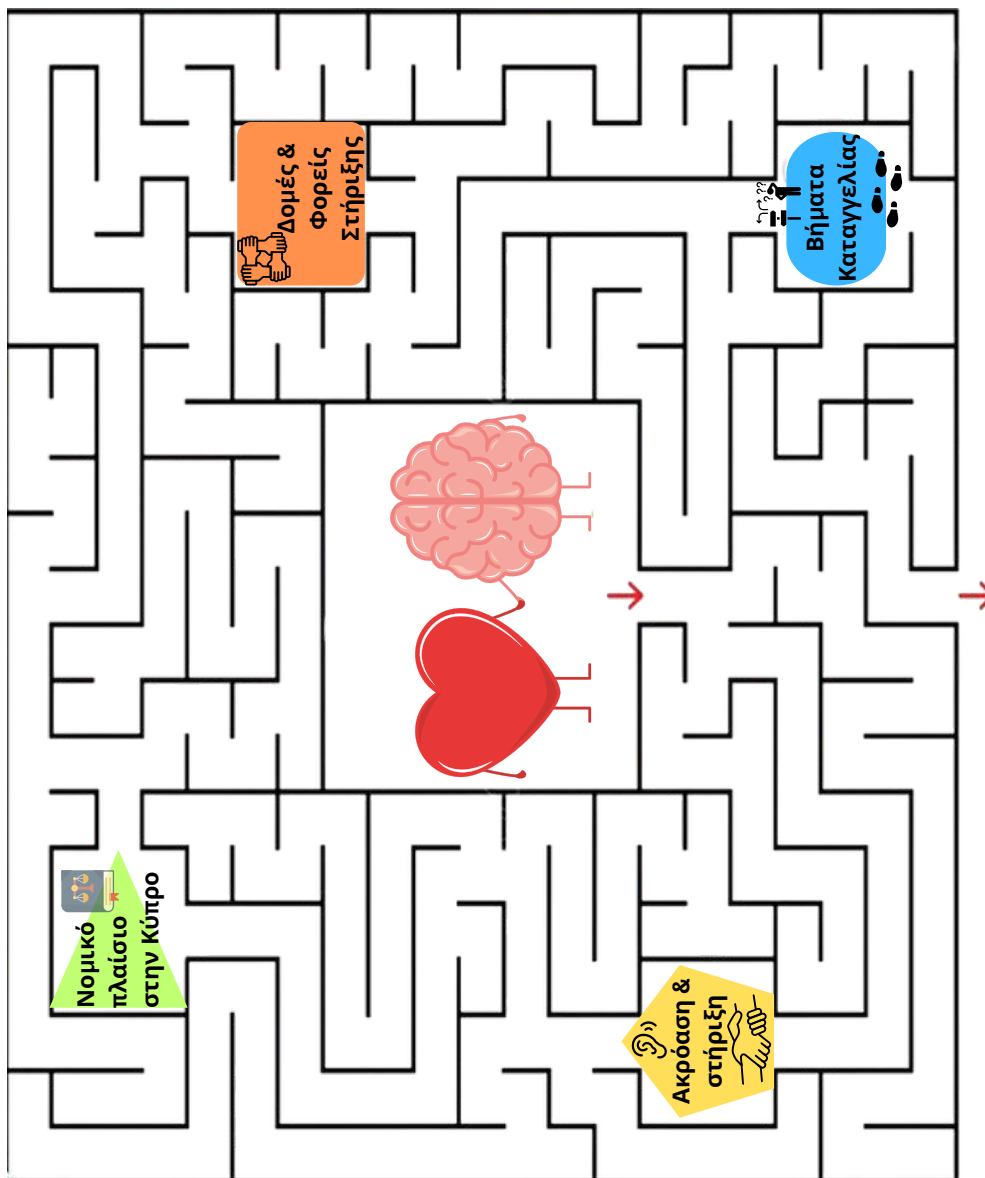
Οι διάφορες ενδεχόμενες απαντήσεις του κάθε σταθμού είναι τυπωμένες σε καρτέλες και το ζευγάρι «καρδιά – μυαλό» επιλέγει την απάντηση που ταιριάζει στο σενάριό του και την καταγράφει στο αντίστοιχο φύλλο εργασίας (Εποπτικό Υλικό 4).

Μόλις οι ομάδες ολοκληρώσουν τη διαδρομή τους, ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να έρθουν στην ολομέλεια και ακολουθεί κατευθυνόμενη συζήτηση:

1. Καταφέρατε όλες οι ομάδες να φτάσετε εύκολα στην έξοδο;
2. Πώς αισθανθήκατε εσείς που είχατε κλειστά τα μάτια; Χρειάστηκε να συνεργαστείτε για να μπορέσετε να βρείτε τη διαδρομή σας;
3. Πώς αισθανθήκατε εσείς που ήσασταν στους σταθμούς και βοηθήσατε την «καρδιά» και το «μυαλό» του/της πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστριας του σεναρίου σας να φτάσει στην έξοδο;
4. Πιστεύετε θα τα κατάφερναν μόνοι/μόνες τους να βρουν την έξοδο με ασφάλεια; Νιώθετε ότι είχατε σημαντικό ρόλο στην προσπάθεια για τον απεγκλωβισμό του/της πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστριας του σεναρίου σας.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός υπενθυμίζει τον συμβολισμό των δύο ατόμων με κλειστά μάτια ως «καρδιά και μυαλό» του/της πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστριας του κάθε σεναρίου και πως τα άτομα που υφίσταται βία είναι σημαντικό να ενισχυθούν συναισθηματικά και πνευματικά.

Εποπτικό Υλικό 3





Ακρόαση & στήριξη



1. Δημιουργούμε ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον.
2. Ακούμε χωρίς διακοπή, αμφισβήτηση ή πίεση για λεπτομέρειες.
3. Σεβόμαστε τη βούληση του ατόμου που υπέστη τη βία για το αν και πότε θα προχωρήσει σε επόμενα βήματα.
4. Επικροτώ το άτομο για την κίνησή του να μιλήσει και διαβεβαιώνω το άτομο ότι είμαι διαθέσιμος/διαθέσιμη να ακούσω τι θέλει να μου πει.
5. Ενημερώνουμε ήπια για τις διαθέσιμες επιλογές (δες επόμενους σταθμούς), χωρίς να τις επιβάλλουμε.



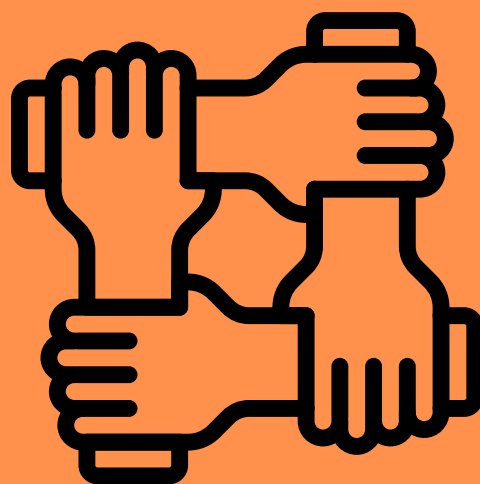
Νομικό πλαίσιο στην Κύπρο

1. Ο περί Βίας στην Οικογένεια (Πρόληψη και Προστασία Θυμάτων) Νόμος του 2000 (119(I)/2000)

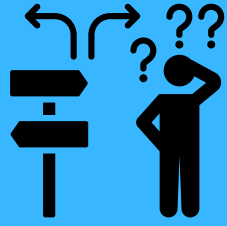
2. Ο περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας και περί Συναφών Θεμάτων Νόμος του 2021 (115(I)/2021)

3. Ο Περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Σεξουαλικής Κακοποίησης, της Σεξουαλικής Εκμετάλλευσης Παιδιών και της Παιδικής Πορνογραφίας Νόμος του 2014 (91(I)/2014)

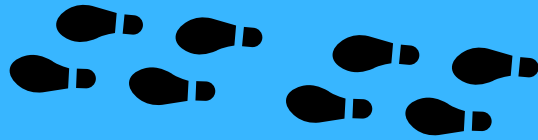
Δομές & Φορείς Στήριξης



1. ΣΕΑ σχολείου ή οποιοσδήποτε/οποιαδήποτε άλλος/άλλη εκπαιδευτικός του σχολείου
2. Αστυνομία Κύπρου. Τηλέφωνο: 1460 ή 112
3. Γραμμή Βοήθειας 1440: 24ωρη τηλεφωνική υποστήριξη για θύματα βίας. Παρέχεται άμεση συμβουλευτική και καθοδήγηση. ΣΠΑΒΟ (Σύνδεσμος για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Βίας στην Οικογένεια): Προσφέρει καταφύγια, ψυχολογική υποστήριξη, νομική καθοδήγηση και προγράμματα πρόληψης. Email: info@spavo.org.cy
Ιστοσελίδα: <https://www.spavo.org.cy>
4. Συμβούλιο «Φωνή»: υποστήριξη θυμάτων βίας και την προώθηση της ισότητας και των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Τηλέφωνο: 1466
Ιστοσελίδα: <https://foni.org.cy>



Βήματα Καταγγελίας



- 1.** Άμεση αναφορά στην Αστυνομία, είτε από το ίδιο το άτομο που έχει υποστεί βία είτε μέσω τρίτου προσώπου (π.χ. τηλεφωνικά ή σε κοντινό αστυνομικό σταθμό).
- 2.** Καταγραφή της καταγγελίας: Το άτομο που έχει υποστεί βία έχει δικαίωμα να συνοδεύεται από άτομο της επιλογής του.
- 3.** Εξασφάλιση ιατροδικαστικής εξέτασης, εφόσον υπάρχει σωματική ή σεξουαλική κακοποίηση.

Ομάδα Α΄

1. Ακρόαση & Στήριξη:

Τι θα πείτε στο πρόσωπο που έχει κακοποιηθεί;

2. Νομικό Πλαίσιο:

Ποιο νομικό πλαίσιο αφορά στο σενάριό σας;

Ερώτημα

Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους **ο Γιάννης** μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης.

3. Δομές και φορείς Στήριξης:

Ποιος φορέας μπορεί να βοηθήσει τον/την πρωταγωνιστή / πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας να διαχειριστεί την κατάσταση;

4. Βήματα Κατάγγελλας:

Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που πρέπει να γίνει είτε από εσάς είτε από τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας;



Γ΄ Λυκείου

Ομάδα Β΄

1. Ακρόαση & Στήριξη:

Τι θα πείτε στο πρόσωπο που έχει κακοποιηθεί;

2. Νομικό Πλαίσιο:

Ποιο νομικό πλαίσιο αφορά στο σενάριό σας;

Ερώτημα

Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους η **Μαρία** μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης.

3. Δομές και φορείς Στήριξης:

Ποιος φορέας μπορεί να βοηθήσει τον/την πρωταγωνιστή / πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας να διαχειριστεί την κατάσταση;

4. Βήματα Κατάγγελιας:

Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που πρέπει να γίνει είτε από εσάς είτε από τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας;

Γ΄ Λυκείου

Ομάδα Γ΄

1. Ακρόαση & Στήριξη:

Τι θα πείτε στο πρόσωπο που έχει κακοποιηθεί;

2. Νομικό Πλαίσιο:

Ποιο νομικό πλαίσιο αφορά στο σενάριό σας;

Ερώτημα

Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους **η Σοφία** μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης.

3. Δομές και φορείς Στήριξης:

Ποιος φορέας μπορεί να βοηθήσει τον/την πρωταγωνιστή / πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας να διαχειριστεί την κατάσταση;

4. Βήματα Κατάγγελιας:

Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που πρέπει να γίνει είτε από εσάς είτε από τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας;

Γ΄ Λυκείου

Ομάδα Δ΄

1. Ακρόαση & Στήριξη:

Τι θα πείτε στο πρόσωπο που έχει κακοποιηθεί;

2. Νομικό Πλαίσιο:

Ποιο νομικό πλαίσιο αφορά στο σενάριό σας;

Ερώτημα

Να προτείνετε τρόπους με τους οποίους **ο Ανδρέας** μπορεί να απεγκλωβιστεί με ασφάλεια από τον "λαβύρινθο" της κακοποιητικής σχέσης.

3. Δομές και φορείς Στήριξης:

Ποιος φορέας μπορεί να βοηθήσει τον/την πρωταγωνιστή / πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας να διαχειριστεί την κατάσταση;

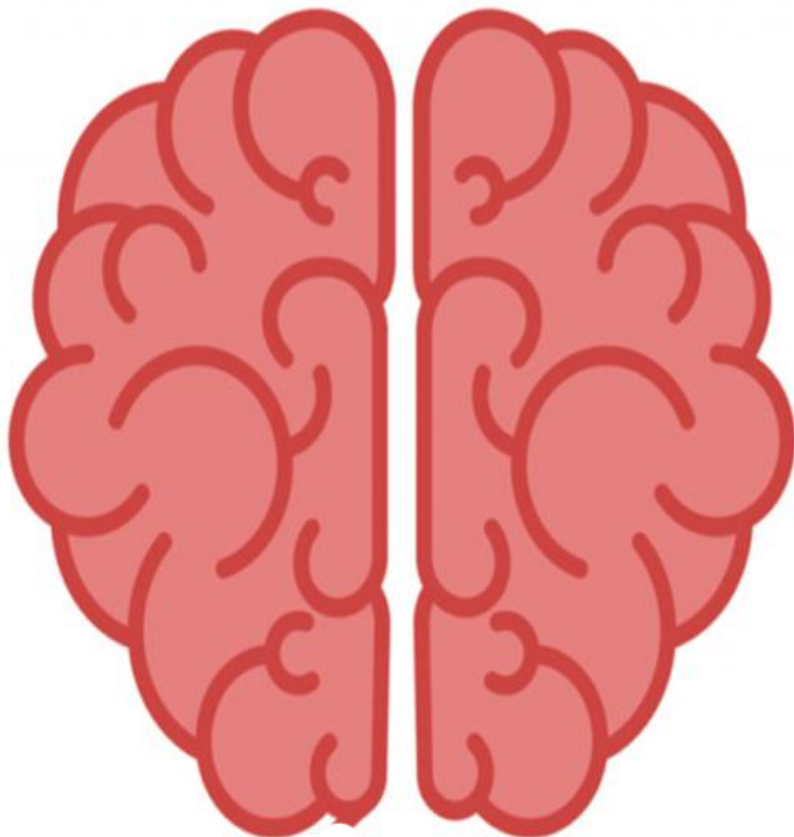
4. Βήματα Κατάγγελλας:

Ποια είναι η πρώτη ενέργεια που πρέπει να γίνει είτε από εσάς είτε από τον/την πρωταγωνιστή/πρωταγωνίστρια του σεναρίου σας;



Γ΄ Λυκείου

Εποπτικό Υλικό 4



Ολοκληρώνοντας οι ομάδες τον «λαβύρινθο», ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην ολομέλεια να συζητήσουν τα βασικά σημεία του εργαστηρίου χρησιμοποιώντας τις παρακάτω ερωτήσεις:

Ποιοι είναι οι βασικοί λόγοι για τους οποίους πρέπει να καταγγέλλουμε τη βία;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Προστασία του ατόμου που υπέστη βία, η μη καταγγελία επιτρέπει τη συνέχιση της βίας, το νομικό σύστημα χρειάζεται τις καταγγελίες για να μπορεί να κινηθεί εναντίον των δραστών, η δημόσια αναγνώριση και καταγγελία της βίας συμβάλλει στη διαμόρφωση κουλτούρας που δεν τη θεωρεί «κανονική» ή «ιδιωτική υπόθεση» (κατάρριψη κοινωνικών στερεοτύπων), η εκδήλωση βίαιων συμπεριφορών παραβιάζει το αξιακό μου σύστημα (δικαιοσύνη, σεβασμός, αλληλεγγύη).

Πού μπορεί να οδηγήσει η ανοχή της βίας και η μη καταγγελία περιστατικών βίας;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Δίνεται το μήνυμα ότι η βία είναι ανεκτή ή φυσιολογική (καλλιέργεια κουλτούρας σιωπής), κανονικοποίηση βίας, όταν δεν υπάρχουν συνέπειες τότε η βία συχνά γίνεται πιο έντονη και συχνή (μπορεί να φτάσει μέχρι και σε δολοφονίες – γυναικοκτονίες), η παρατεταμένη έκθεση στη βία οδηγεί σε τραύματα, κατάθλιψη, άγχος.

Γιατί ένα άτομο που δέχεται βία, σε αρκετές περιπτώσεις συνεχίζει να μένει σε αυτήν τη μη υγιή – κακοποιητική σχέση;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση:

- Φόβος: Για αντίποινα, για απώλεια παιδιών, για χειρότερη βία αν φύγει.
- Οικονομική εξάρτηση: Πολλά άτομα που τους ασκείται βία δεν έχουν την οικονομική δυνατότητα να ζήσουν μόνα τους ή να φροντίσουν τα παιδιά τους.
- Συναισθηματική εξάρτηση: Η βία συχνά συνοδεύεται από περιόδους «μετάνοιας» ή «αγάπης», δημιουργώντας έναν φαύλο κύκλο.
- Ντροπή και ενοχή: Τα θύματα μπορεί να αισθάνονται υπεύθυνα ή να φοβούνται την κοινωνική κριτική.
- Έλλειψη πληροφόρησης: Πολλά άτομα δεν γνωρίζουν τα δικαιώματά τους ή τις δομές στήριξης που υπάρχουν.
- Απουσία δεξιότητας λήψης απόφασης

Ποιες δυσκολίες μπορεί να αντιμετωπίσουν τα άτομα που έχουν υποστεί βία όταν προσπαθούν να καταγγείλουν τη βία;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Φόβος για αντίποινα από το άτομο που ασκεί τη βία, αμφιβολία για το αν θα τους πιστέψουν (ιδίως σε περιπτώσεις χωρίς σωματικά σημάδια), γραφειοκρατία και καθυστέρηση της δικαιοσύνης, έλλειψη εμπιστοσύνης στις αρχές, πίεση από την οικογένεια ή την κοινότητα να «μην εκτεθούν», υποτίμηση της κατάστασης από τον άμεσο οικογενειακό περίγυρο.

Πώς μπορούμε να υποστηρίξουμε κάποιο άτομο που έχει υποστεί βία;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση:

- Να ακούμε χωρίς κριτική και με ενσυναίσθηση.
- Να ενημερώνουμε για τα δικαιώματά του και τις διαθέσιμες δομές στήριξης (τηλεφωνικές γραμμές, ξενώνες, νομική βοήθεια).
- Να τον/τη συνοδεύουμε, αν το επιθυμεί, στην αστυνομία ή σε άλλες υπηρεσίες.
- Να τον/την ενθαρρύνουμε χωρίς πίεση να πάρει την απόφαση με τον δικό του/της ρυθμό, υιοθετώντας τη διαδικασία λήψης απόφασης.
- Να συμβάλλουμε στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας.

Ποιο μήνυμα από αυτά που ακούσατε/γράψατε/διαβάσατε σάς έμεινε;



Ο/Η εκπαιδευτικός κλείνει τη συνάντηση ανακεφαλαιώνοντας ως εξής:

«Θυμηθείτε, ότι στην Α΄ Λυκείου, με το σενάριο της Άννας και του Δημήτρη, είχαμε μιλήσει για μη υγιείς συμπεριφορές μέσα στη σχέση, οι οποίες αποτελούν προειδοποιητικά σημάδια βίας. Σας θυμίζω πως είχαμε τονίσει, ότι η πρώτη κίνηση είναι να επικοινωνήσουμε στον/στη σύντροφό μας τα όριά μας και αν αυτά δεν γίνουν σεβαστά μπορούμε να διακόψουμε τη σχέση (το συγκεκριμένο σημείο μπορεί να τεθεί και ως ερώτηση, για να το απαντήσουν οι μαθητές/μαθήτριες). Ωστόσο, όπως έγινε αντιληπτό από το σημερινό εργαστήριο, αυτό δεν είναι πάντα εφικτό.

Για αυτό σήμερα, γίναμε όλοι/όλες υπερασπιστές της ασφάλειας και της αξιοπρέπειας. Καταλάβαμε ότι καμία μορφή βίας δεν είναι "μικρή" και ότι η φωνή μας μπορεί να σπάσει τη σιωπή και να χτίσει γέφυρες προστασίας. Να θυμάστε ότι κάθε φορά που μιλάμε, κάθε φορά που στηρίζουμε κάποιον/κάποια, γινόμαστε μέρος της λύσης. Όταν μιλάμε, όταν εκφραζόμαστε, δεν ακούμε μόνο τους/τις άλλους/άλλες, ακούμε πρώτα τον ίδιο μας τον εαυτό – και τότε δημιουργούμε τον κόσμο που αξίζουμε: έναν κόσμο γεμάτο αγάπη, σεβασμό και αλληλοϋποστήριξη.

Μαραμπού



Αν δεν είσαι εσύ, ποιος άλλος;
Αν δεν είναι τώρα, πότε θα είναι;
Σήκω, μη φοβάσαι να μιλήσεις!

Ν. Καββαδία



Ευχαριστώ

Μην αφήνετε κανέναν/καμία να σας κάνει να νιώθετε μικροί/μικρές. Έχετε δύναμη! Έχετε φωνή! Χρησιμοποιήστε τη!

Θέλω να σας αποχαιρετήσω με τους στίχους από το ποίημα "Μαραμπού" του Νίκου Καββαδία

«Αν δεν είσαι εσύ, ποιος άλλος;

Αν δεν είναι τώρα, πότε θα είναι;

Σήκω, μη φοβάσαι να μιλήσεις!» (διαφάνεια 7)

Τέλος, ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες για τη συμμετοχή τους, δίνει ραντεβού για το επόμενο τετράμηνο και βάζει το τραγούδι που έπαιξε στην αρχή να παίζει καθώς οι μαθητές/μαθήτριες αποχωρούν από την αίθουσα. (διαφάνεια 8)

3^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ:
Αγάπη
«Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας»



3° ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Αγάπη

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	A. Υγιείς Σχέσεις – Πρόληψη Βίας
Διδακτικές Περιόδους	1

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
<p>1.3 Να αναστοχάζονται για την έννοια της αγάπης, αναγνωρίζοντας τη σημασία της αυτοεκτίμησης ως προϋπόθεση για την ανάπτυξη υγιών σχέσεων</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Διασαφήνιση της έννοιας της αγάπης <ul style="list-style-type: none"> • Συναίσθημα, ανάγκη, αξία • Αγάπη εαυτού – αγάπη για το άλλο πρόσωπο • Είδη αγάπης • Έκφραση αγάπης - Αναγνώριση της ζήλειας, της εξάρτησης και του ελέγχου ως μη υγιών τρόπων έκφρασης της αγάπης - Επαγωγικός συλλογισμός για τη σύνδεση αυτοεκτίμησης, αγάπης και υγιών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Η αυτοεκτίμηση οδηγεί σε αυτοφροντίδα, δηλαδή σε πράξεις σεβασμού προς τον εαυτό. • Η φροντίδα του εαυτού ενισχύει την αίσθηση εσωτερικής πληρότητας και σταθερότητας. • Η αγάπη του εαυτού αποτελεί προϋπόθεση για τη δημιουργία υγιών σχέσεων - Αναγνώριση βασικών κριτηρίων υγιούς αγάπης (σεβασμός, ισοτιμία, ελευθερία, συναισθηματική ασφάλεια, αμοιβαιότητα) - Αναγνώριση της δυναμικής φύσης των ρομαντικών σχέσεων <ul style="list-style-type: none"> • Διάκριση μεταξύ αγάπης και σεξουαλικής έλξης • Βασικά χαρακτηριστικά (κοινές αξίες, δέσμευση, οικειότητα, εξέλιξη) • Ο τερματισμός μιας σχέσης μπορεί να είναι επώδυνος αλλά διαχειρίσιμος



Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Είδη διαπροσωπικών σχέσεων
Αξίες
Υγιείς Σχέσεις
Διαχείριση συναισθημάτων
Πρόληψη βίας
Δεξιότητες ζωής
Αυτοεκτίμηση
Αυτοφροντίδα



Μέσα Διαδασκαλίας

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό μηχάνημα,
πίνακας

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση,
επαγωγικός
συλλογισμός,
σενάρια,
μελέτη περίπτωσης



Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
διαμορφωτική,
φύλλα εργασίας,
τελική

Στόχος της διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να διερευνήσουν την έννοια της αγάπης και τα βασικά της χαρακτηριστικά, αναγνωρίζοντας τη σημασία της αυτοεκτίμησης και της αυτοφροντίδας για τη δημιουργία υγιών σχέσεων.

Δραστηριότητες	Χρόνος
ΑΦΟΡΜΗΣΗ	5'
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Ορισμός Αγάπης	15'
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Αγάπη από μέσα προς τα έξω	10'
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Κριτήρια αγάπης	10'
ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση	5'

Εισαγωγή

- Το συγκεκριμένο σχέδιο μαθήματος έρχεται:
- να ολοκληρώσει το σχέδιο μαθήματος Οικογένεια (Γ΄ Λυκείου) και το ΣΜ Υγιείς και μη Υγιείς Συμπεριφορές στις σχέσεις (Α΄ Λυκείου),
 - να απαντήσει στα ΣΜ που αφορούν στην πρόληψη της Βίας,
 - να νοηματοδοτήσει την αναγκαιότητα καλλιέργειας των δεξιοτήτων ζωής (συναίνεση, αποτελεσματική επικοινωνία, διεκδικητικότητα, οριοθέτηση, υπεύθυνη συμπεριφορά, ενσυναίσθηση, αποδοχή του άλλου, συμπερίληψη) στις διαπροσωπικές σχέσεις και
 - να υποστηρίξει τη σημασία καλλιέργειας και γνώσης του εαυτού.

Αφόρμηση

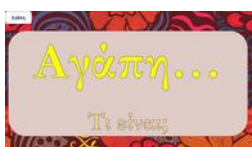
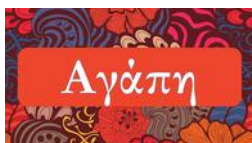


Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες με το τραγούδι «Σ' αγαπώ θα πει» <https://www.youtube.com/watch?v=OC2b4cvmipr4> που έχει θέμα την αγάπη (διαφάνεια 1).

Ταυτόχρονα, έχει αναρτημένο το απόσπασμα από το παραμύθι «Θα σ' αγαπώ ό,τι κι αν γίνει», Debi Gliori:

«Χαλάει ποτέ η αγάπη; Ρώτησε ο μικρός... Λυγίζει άραγε ποτέ και σπάει; Κι αν ναι, μπορείς άραγε να την κολλήσεις να τη φτιάξεις και να τη χτίσεις;» (διαφάνεια 2)

Μόλις οι μαθητές/μαθήτριες καθίσουν στον κύκλο, ο/η εκπαιδευτικός υπενθυμίζει τον σκοπό και τους κανόνες του εργαστηρίου (διαφάνειες 3 - 4).



Στη συνέχεια, τους/τις ανακοινώνει το θέμα του εργαστηρίου που είναι «Η αγάπη» και ρωτά αν κάποιος/κάποια θα ήθελε να πει τι είναι η αγάπη (διαφάνειες 5 - 6).

Αναμένεται από τις απαντήσεις να προκύψουν τα βασικά σημεία του μαθήματος:

- Συναίσθημα, ανάγκη, αξία
- Τι/ποιον/ποια αγαπάμε
- Τρόποι εκδήλωσης αγάπης

Εφόσον αναφερθούν, σημειώνονται στην άκρη του πίνακα και αποτελούν τον οδηγό της συνάντησης. Σε αντίθετη περίπτωση τα επισημαίνει ο/η εκπαιδευτικός.



ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1: Ορισμός Αγάπης

1.3 Να αναστοχάζονται για την έννοια της αγάπης, αναγνωρίζοντας τη σημασία της αυτοεκτίμησης ως προϋπόθεση για την ανάπτυξη υγιών σχέσεων

- Διασαφήνιση της έννοιας της αγάπης
 - Συναίσθημα, ανάγκη, αξία
 - Αγάπη εαυτού – αγάπη για το άλλο πρόσωπο
 - Είδη αγάπης
 - Έκφραση αγάπης

-Αναγνώριση της ζήλειας της εξάρτησης και του ελέγχου ως μη υγιών τρόπων έκφρασης της αγάπης

-Αναγνώριση της δυναμικής φύσης των ρομαντικών σχέσεων

- Διάκριση μεταξύ αγάπης και σεξουαλικής έλξης
- Ο τερματισμός μιας σχέσης μπορεί να είναι επώδυνος αλλά διαχειρίσιμος
- Βασικά χαρακτηριστικά (κοινές αξίες, δέσμευση, οικειότητα, εξέλιξη)

- Διασαφήνιση της έννοιας της αγάπης

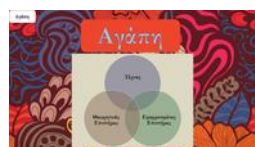
- Αγάπη εαυτού – αγάπη για το άλλο πρόσωπο

Οι μαθητές/μαθήτριες είναι χωρισμένοι/χωρισμένες σε τρεις (3) ομάδες και καλούνται να ορίσουν την έννοια της αγάπης (διαφάνεια 7).

Οι ομάδες έχουν τα εξής ονόματα:

- Εφαρμοσμένες Επιστήμες (ιατρική, βιολογία, χημεία, μαθηματικά, οικονομικά)
- Τέχνες (μουσική, ζωγραφική, γλυπτική)
- Θεωρητικές Επιστήμες (φιλοσοφία, θεολογία, φιλολογία)

Κάθε ομάδα παίρνει συγκεκριμένο εποπτικό υλικό (Εποπτικό Υλικό 1) και καλείται να ορίσει την έννοια της αγάπης βάσει του υλικού που έχει μπροστά της.



Εποπτικό Υλικό 1

Τέχνες: Τραγούδι, Γλυπτική, Ζωγραφική

Σ' αγαπώ θα πει

Μουσική: Θέμης Καραμουρατίδης

Στίχοι: Ελεάνα Βραχάλη

Τραγούδι: Θανάσης Αλευράς

Από την PLATINUM RECORDS (2012)

Σκέψου να υπήρχε ένα πλάσμα στη γη ετοιμοπόλεμο για σένα εκεί, τη θέση σου να πάρει στην προσβολή, μέσα στη λύπη, στο θυμό, στην πληγή. Για να τη βγάζεις πάντα εσύ καθαρή, να τι σημαίνει "σ' αγαπώ", τι θα πεί. "Σ' αγαπώ" θα πεί, σου δίνω μέσα μου χώρο, δίνω τη ψυχή σαν να είναι απλό δώρο.

"Σ' αγαπώ" θα πεί, θα είμαι εγώ ο άνθρωπος σου,

"Σ' αγαπώ" θα πεί, μ' αρέσει να 'σαι ο εαυτός σου.

Μέσα στα μάτια σου με βλέπω αλλιώς και τα σκοτάδια μου αστράφτουν διαρκώς.

Μέσα απ' τα μάτια σου μ' αρέσει ότι δω, μέσα απ' τα μάτια σου μ' αρέσω κι εγώ.

Σαν αγκαλιά είναι η ματιά σου ζεστή, να τι σημαίνει "σ' αγαπώ", τι θα πει.



«365 μέρες με τον μπαμπά», Cbabi Bayoc



«Το φιλί» του Κλιμτ, 1908-1909



«Η Ψυχομάνα», Νικόλαος Γύζης, 1882 - 1883



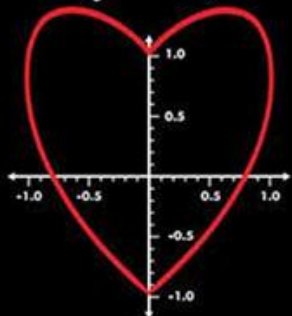
«Έρως και Ψυχή», Αντόνιο Κανόβα, Μουσείο του Λούβρου



«Το μυστικό παγκάκι της Γνώσης», Οτάβα, Καναδάς

Τα Μαθηματικά του έρωτα:

$$x^2 + (y - \sqrt[3]{x^2})^2 = 1$$

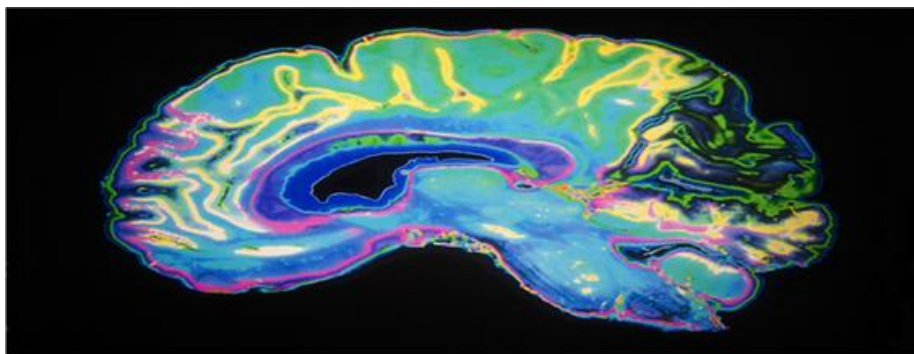


Ταχυκαρδία & Ενθουσιασμός

Όταν συναντάμε απροσδόκητα τη νέα μας αγάπη μάς προκαλεί στρες, αυξάνοντας τα επίπεδα νοραδρεναλίνης και αδρεναλίνης. Αυτό έχει τη γοητευτική συνέπεια να μουδιάσουμε, να αρχίζουμε να ιδρώνουμε, να στεγνώνει το στόμα μας, να έχουμε ταχυκαρδία, υπερκινητικότητα, μειωμένη όρεξη και να υποφέρουμε από αϋπνίες σκεπτόμενοι τον/την αγαπημένο/αγαπημένη μας.

Πηγή: Anderson, C. (2022, February 4). 15 Effects of Love on Your Brain and Body. Healthline. Retrieved June 6, 2025, from <https://www.healthline.com/health/relationships/effects-of-love>

Η Αμερικανίδα ανθρωπολόγος Ελεν Φίσερ περιγράφει την εμμονική προσκόλληση που βιώνουμε σε κατάσταση έρωτα σαν «κάποιος να έχει κατασκηνώσει στον εγκέφαλό μας». Σε ένα πρωτοποριακό πείραμα, η Φίσερ και οι συνεργάτες της στο Πανεπιστήμιο Stony Brook, στην πολιτεία της Νέας Υόρκης, έκαναν μαγνητική τομογραφία στους εγκεφάλους 37 ανθρώπων που ήταν τρελά ερωτευμένοι. Και έδειξαν ότι η ρομαντική αγάπη προκαλεί έντονη δραστηριότητα σε περιοχές του εγκεφάλου που είναι πλούσιες σε ντοπαμίνη, τη χημική ουσία του εγκεφάλου που μας κάνει να νιώθουμε καλά.



Ο έρωτας, προκαλεί έντονη δραστηριότητα σε περιοχές του εγκεφάλου που είναι πλούσιες σε ντοπαμίνη

Πηγή: Protagon.gr

Ο καθηγητής Οικονομικών Λάουελ Χάρρις έλεγε στους/στις φοιτητές/φοιτήτριές του ότι τα οικονομικά ασχολούνται με το πώς μοιράζονται τα πράγματα που δεν προσφέρονται σε αφθονία. Ένα τέτοιο πολύτιμο και σπάνιο «αγαθό» είναι η αγάπη. Είναι δύσκολο να τη βρεις και ακόμα πιο δύσκολο να τη διατηρήσεις.

Γενικά, όσο χρόνο και προσπάθεια δίνεις σε μία σχέση, τόσο περισσότερη αγάπη παίρνεις πίσω. Αν επενδύσεις σε μια σχέση χρόνο, φροντίδα, υπομονή και καλοσύνη, τότε είναι πολύ πιθανό να πάρεις τα ίδια πράγματα και από τον/την άλλον/άλλη. Αυτό όμως ισχύει μόνο αν το άλλο άτομο σε αγαπάει κι εκείνο. Αν νοιάζεσαι μόνο εσύ και ο/η άλλος/άλλη δεν ενδιαφέρεται, τότε η σχέση δεν είναι ισορροπημένη.

Επίσης, αν καταλάβεις ότι η σχέση με ένα άτομο δεν σου κάνει καλό ή σε πληγώνει, πρέπει να απομακρυνθείς. Ακόμα κι αν το άλλο άτομο φαίνεται «καλό» ή «ποιοτικό», αν η σχέση δεν λειτουργεί, δεν έχει νόημα να συνεχίζεται. Και το χειρότερο που μπορείς να κάνεις είναι να είσαι με κάποιο άτομο που έχει στοιχεία που δεν σου αρέσουν, πιστεύοντας ότι μπορείς να τα «διορθώσεις». Αυτό, τελικά, μπορεί να καταστρέψει τη δική σου ζωή.

Πηγή: Καθημερινή, 2008

Αποχή θα πρέπει για όλους/όλες να σημαίνει συνειδητή επιλογή. Να μην αποτελεί διέξοδο λόγω άγνοιας, παραπληροφόρησης ή φόβου.

Αν η απόφαση ενός νεαρού ατόμου είναι να μην έχει σεξουαλικές σχέσεις θα πρέπει να είναι αρκετά σίγουρο και δυνατό, ώστε να περάσει το μήνυμα αυτό στον/στη σύντροφό του.

Ο έρωτας, το σεξ, η απόκτηση οικογένειας είναι από τα πιο υπέροχα πράγματα στη ζωή, αλλά μόνο όταν αισθάνονται έτοιμοι/έτοιμες να τα δεχτούν και να αναλάβουν τις ευθύνες που συνεπάγονται. Δεν χρειάζεται να βιάζονται.

Αν όμως ο/η έφηβος/έφηβη θέλει να έχει σεξουαλικές σχέσεις, τότε έχει υποχρέωση, να χρησιμοποιεί αντισύλληψη με ορθό τρόπο, έτσι ώστε να αποφεύγεται η ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη.

Πηγή: Paidiatros.com

Το Μονόγραμμα (Απόσπασμα)

Μεσ' στη μέση της θάλασσας
Από μόνο το θέλημα της αγάπης, μ' ακούς
Ανεβάσαμε ολόκληρο νησί, μ' ακούς
Με σπηλιές και με κάβους κι ανθισμένους γκρεμούς
Άκου, άκου
Ποιος μιλεί στα νερά και ποιός κλαίει – ακούς;
Ποιος γυρεύει τον άλλο, ποιός φωνάζει – ακούς;
Είμ' εγώ που φωνάζω κι είμ' εγώ που κλαίω, μ' ακούς
Σ' αγαπώ, σ' αγαπώ, μ' ακούς.
ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΕΛΥΤΗΣ (1911-1996)

Αγάπη

Κι ήμουν στο σκοτάδι. Κι ήμουν το σκοτάδι.
Και με είδε μια αχτίδα
Δροσούλα το ιλαρό το πρόσωπό της
κι εγώ ήμουν το κατάξερο ασφοδίλι.
Πώς μ' έσεισε το ξύπνημα μιας νιότης,
πώς εγελάσαν τα πικρά μου χείλη!
Σάμπως τα μάτια της να μου είπαν ότι
δεν είμαι πλέον ο ναυαγός κι ο μόνος,
κι ελύγισα σαν από τρυφερότη,
εγώ που μ' είχε πέτρα κάνει ο πόνος.
ΚΩΣΤΑΣ ΚΑΡΥΩΤΑΚΗΣ (1896-1928)

Ο στόχος της ερωτικής αγάπης θα πρέπει να είναι η ΕΠΙΘΥΜΙΑ δημιουργίας ΦΙΛΙΑΣ και όχι η σαρκική πράξη, η οποία ΔΕΝ αποτελεί από μόνη της σκοπό.

Αριστοτέλης

Ο έρωτας είναι μια εφαρμογή της ηθικής και η ιδέα του έρωτα υπάρχει στο θεό σε καθαρή κατάσταση. Αυτό πρακτικά σημαίνει ότι υπάρχει ως ιδέα, και δεν έχει σχέση με την ηδονή που είναι φθαρτή και παροδική.

Ο έρωτας που αφορά το θεό είναι μια ιδέα γεμάτη πάθος, για το ηθικό και φυσικό κάλλος και όχι για τη σαρκική επαφή.

Ο έρωτας είναι η ανάγκη και η ορμή να γνωρίσουμε κάτι καινούριο και να το μάθουμε, με τον τρόπο που ένας ερωτευμένος αναζητά και θέλει να μάθει περισσότερο αυτόν που αγαπά.

Πλάτωνας

Όνειρο Θερινής Νυκτός

«Η αγάπη δεν βλέπει με τα μάτια, αλλά με το μυαλό».

Ουίλιαμ Σαίξπηρ

Φυσική είναι ή τάση του ανθρώπου για συντροφικότητα. Ο Θεός τήν αποδέχεται και τήν εύλογεί εύθύς εξ αρχής.

(Γέννεση 1, 27 -28 και 2, 18 -24)

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τις ομάδες να παρουσιάσουν τον ορισμό τους για την αγάπη. Ακολουθεί κατευθυνόμενος διάλογος χρησιμοποιώντας τα παρακάτω ερωτήματα:

Ποιον αφορά η αγάπη;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Όλους τους ανθρώπους ανεξαιρέτως.

Γιατί ο άνθρωπος έχει την ανάγκη να αγαπά και να αγαπιέται;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Η αγάπη είναι ένας σημαντικός παράγοντας που συμβάλλει στην ευημερία και την ικανοποίηση του ανθρώπου. Προσφέρει συναισθηματική υποστήριξη και ασφάλεια. Ταυτόχρονα, η ανθρώπινη αγάπη ενισχύει τις κοινωνικές σχέσεις και την αλληλεπίδραση. Η ικανότητα να αγαπάμε και να είμαστε αγαπημένοι μάς βοηθάει να δημιουργούμε βαθύτερες σχέσεις με τους/τις άλλους/άλλες και να απολαμβάνουμε μεγαλύτερη κοινωνική στήριξη στη ζωή μας.

Ποια είναι τα είδη της αγάπης;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: γονεϊκή, φιλική, συντροφική, ερωτική, συναδελφική

Πώς καταλαβαίνω ότι κάποιος/κάποια με αγαπά;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Από τη συμπεριφορά του/της, δηλαδή:

- Λόγια: Θέτει τα όριά του/της με υγιή τρόπο, ζητάει συναίνεση, διαχείριση και έκφραση συναισθημάτων, υποστήριξη
- Πράξεις: Σεβασμός στα όρια μου, αποδοχή του άλλου ατόμου για αυτό που είναι, ενεργητική ακρόαση, υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
- Μη λεκτική επικοινωνία: βλέμματα, αγκαλιά, υποστήριξη, φιλί

Πώς δείχνω εγώ την αγάπη μου σε κάποιο άλλο άτομο;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: με τη συμπεριφορά μου, όπως και στην ερώτηση 4, αλλά αφορά το άτομο

Ποια συναισθήματα συγχέονται με την αγάπη και γιατί;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: η ζήλεια, η καταπίεση, ο έλεγχος, η απειλή

Μπορεί να αγαπάς κάποιο άτομο και να το ελέγχεις;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: όχι

Σημείωση: Στη γονεϊκή αγάπη επιβάλλεται ο έλεγχος μέχρι το σημείο που αφορά την ασφάλεια του παιδιού.

Έχετε δει αγάπη να συγχέεται με έλεγχο ή ζήλεια;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: ναι

Είναι πάντα καλή η αγάπη;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Όταν πληροί συγκεκριμένα κριτήρια...όταν είναι υγιής

Η αγάπη είναι ίδια στη διάρκεια του χρόνου στις ρομαντικές σχέσεις;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Όχι, γιατί εξελίσσεται όπως εξελίσσονται οι άνθρωποι.

Ποια είναι η διαφορά αγάπης και σεξουαλικής έλξης;

↳ Αναμενόμενη Απάντηση: Η σεξουαλική έλξη αφορά στο πάθος και την επιθυμία.

Η αγάπη περιλαμβάνει οικειότητα, συναισθηματική ασφάλεια και δέσμευση.

Μπορούν να συνυπάρχουν, αλλά δεν είναι ταυτόσημες.

Η σεξουαλική έλξη είναι βιολογικά ενστικτώδης και προσωρινή, ενώ η αγάπη είναι πιο σύνθετη, χτίζεται με τον χρόνο και προϋποθέτει ψυχική επένδυση.

Σημείωση: Ο παρακάτω πίνακας δίνεται για μελέτη από τον/την εκπαιδευτικό.

Χαρακτηριστικό	Αγάπη	Σεξουαλική Έλξη
Ορισμός	Συναισθηματική σύνδεση και αφοσίωση	Σωματική/σεξουαλική επιθυμία
Κίνητρο	Συντροφικότητα, φροντίδα, οικειότητα	Επιθυμία για φυσική/σεξουαλική ικανοποίηση
Διάρκεια	Μακροπρόθεσμη (μπορεί να διαρκεί χρόνια)	Βραχυπρόθεσμη (ή στιγμιαία)
Βιολογικές Ουσίες	Ωκυτοκίνη, βαζοπρεσίνη, σεροτονίνη	Τεστοστερόνη, οιστρογόνα
Εγκέφαλος – Ενεργές Περιοχές	Μετωπιαίος φλοιός, ραβδωτός πυρήνας	Υποθάλαμος, αμυγδαλή
Συναισθηματική Δέσμευση	Υψηλή	Χαμηλή ή μη απαραίτητη
Σωματική Έλξη	Μπορεί να υπάρχει, αλλά δεν είναι κύρια	Κύριο χαρακτηριστικό
Ανταμοιβή/Ανάγκη	Συναισθηματική πληρότητα, ασφάλεια	Απόλαυση, διέγερση
Ανάπτυξη στον Χρόνο	Αναπτύσσεται και ενισχύεται	Εμφανίζεται άμεσα
Στόχος/Εξέλιξη	Μακροχρόνια σχέση, οικογένεια, δέσμευση	Σεξουαλική ικανοποίηση, σωματική επαφή

Ποια είναι τα βασικά σημεία μιας ρομαντικής σχέσης που τη διαφοροποιούν από τη σωματική έλξη;

Αναμενόμενη Απάντηση: η δέσμευση, οι κοινές αξίες, η οικειότητα και η εξέλιξη

Πώς ξέρω αν αγαπώ ή απλώς εξαρτώμαι;

Εκτός από τους άλλους ανθρώπους, ποιον άλλον είναι σημαντικό να αγαπάμε; Γιατί;

Αναμενόμενη Απάντηση: Τον εαυτό μας, για να μπορούμε να αγαπήσουμε με υγιή τρόπο και το άλλο άτομο.

Ποια είναι η σχέση της αγάπης με την αυτοεκτίμηση;

Αναμενόμενη Απάντηση: Η αγάπη και η αυτοεκτίμηση σχετίζονται στενά: η ικανότητα να αγαπά κανείς και να δέχεται αγάπη εξαρτάται συχνά από το πόσο εκτιμά τον εαυτό του. Η υψηλή αυτοεκτίμηση ενισχύει την υγιή συναισθηματική σύνδεση, την εμπιστοσύνη και την αμοιβαιότητα στις σχέσεις (το άτομο αγαπά ουσιαστικά το άλλο άτομο χωρίς να χάνει τον εαυτό του. Αντίθετα, η χαμηλή αυτοεκτίμηση μπορεί να οδηγήσει σε εξαρτητικές ή ανασφαλείς σχέσεις).

Είναι σημαντικό να αγαπάς τον εαυτό σου; Γιατί;

Σημειώνεται ότι τα παραπάνω ερωτήματα αποσκοπούν στην εισαγωγή των μαθητών/μαθητριών στο εννοιολογικό πλαίσιο και τον σκοπό του μαθήματος (βλ. εισαγωγή).

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2: Αγάπη από μέσα προς τα έξω 15'

1.3 Να αναστοχάζονται για την έννοια της αγάπης, αναγνωρίζοντας τη σημασία της αυτοεκτίμησης ως προϋπόθεση για την ανάπτυξη υγιών σχέσεων

- Επαγωγικός συλλογισμός για τη σύνδεση αυτοεκτίμησης, αγάπης και υγιών σχέσεων
 - Η αυτοεκτίμηση οδηγεί σε αυτοφροντίδα, δηλαδή σε πράξεις σεβασμού προς τον εαυτό
 - Η φροντίδα του εαυτού ενισχύει την αίσθηση εσωτερικής πληρότητας και σταθερότητας
 - Η αγάπη του εαυτού αποτελεί προϋπόθεση για τη δημιουργία υγιών σχέσεων



Ο/Η εκπαιδευτικός προβάλλει σχετικές εικόνες με χαρακτηριστικά που δείχνουν ότι το άτομο έχει αγάπη για τον εαυτό του (διαφάνεια 8) και καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να εντοπίσουν στις εικόνες τα χαρακτηριστικά αυτά.

Ενδεικτικές απαντήσεις



Εικόνα 1: Επίλυση Συγκρούσεων



Εικόνα 2: Χιούμορ



Εικόνα 3: Παροχή βοήθειας/υποστήριξη



Εικόνα 4: Επίτευξη στόχων

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός θέτει στην ολομέλεια τα εξής:

- **Αγαπώ τον εαυτό μου σημαίνει ότι σέβομαι τον εαυτό μου.**
- **Για να θυμηθούμε λίγο ... πείτε δυο – τρεις ενέργειες που κάνω και δείχνουν αγάπη προς τον εαυτό μου** (θέτω όρια, δεν επιτρέπω κακοποιητική συμπεριφορά, φροντίζω το σώμα και την ψυχική μου υγεία, ζητώ βοήθεια όταν τη χρειάζομαι)
- **Πώς νιώθω όταν αγαπώ πραγματικά τον εαυτό μου;** (Νιώθω ήρεμος, ασφαλής, με αυτοπεποίθηση και αποδοχή – ακόμα και με τα λάθη και τις αδυναμίες μου και ενισχύω την αυτοεκτίμησή μου χωρίς να γίνομαι εγωιστής/εγωίστρια).
- **Πώς επηρεάζει η αυτοεκτίμηση την ποιότητα των σχέσεών μου;** (Όταν έχω αυτοεκτίμηση και άρα αγαπώ τον εαυτό μου, δεν εξαρτώμαι από την αποδοχή των άλλων, δεν προσκολλώμαι και δίνω με ελευθερία και όχι για να γεμίσω κενά. Με αυτόν τον τρόπο η σχέση αγάπης γίνεται ελεύθερη και υγιής).
- Από την συζήτηση αναμένεται να προκύψει το συμπέρασμα ότι **«Η αγάπη του εαυτού μου με βοηθά/οδηγεί να αγαπήσω το άλλο πρόσωπο και να του το δείξω με υγιή τρόπο».**

Ενισχύω την αυτοεκτίμησή μου → Δρω με φροντίδα για εμένα → Αποκτώ εσωτερική σταθερότητα → Μπορώ να αγαπώ ουσιαστικά τους άλλους χωρίς να χάνω τον εαυτό μου και χωρίς να γίνομαι εγωιστής.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: Κριτήρια αγάπης

1.3 Να αναστοχάζονται για την έννοια της αγάπης, αναγνωρίζοντας τη σημασία της αυτοεκτίμησης ως προϋπόθεση για την ανάπτυξη υγιών σχέσεων

-Αναγνώριση βασικών κριτηρίων υγιούς αγάπης (σεβασμός, ισοτιμία, ελευθερία, συναισθηματική ασφάλεια, αμοιβαιότητα)

Ο/Η εκπαιδευτικός επισημαίνει ότι δεν είναι λίγες οι φορές που διαστρεβλώνουμε την έννοια της αγάπης, γιατί η εμπειρία μας από τον τρόπο εκδήλωσης της αγάπης είναι λανθασμένη.

Για να αποσαφηνιστεί λοιπόν, αυτή η στρέβλωση, ο/η εκπαιδευτικός διαβάζει τα παρακάτω σενάρια στην ολομέλεια και ζητά να εντοπίσουν οι μαθητές/μαθήτριες αν υπάρχει αγάπη στο σενάριο.

- Ο Κώστας λέει στη Μαρία: «Αν πραγματικά μ' αγαπάς, θα σταματήσεις να μιλάς στους φίλους σου».
- Η Ελένη στηρίζει τον φίλο της, που περνά δύσκολη φάση, ακόμη κι όταν δεν συμφωνεί μαζί του.
- Ο Αντώνης ζηλεύει πολύ τη σύντροφό του και της κάνει σκηνές όταν αργεί.
- Ο Άγγελος λέει στην Έλσα: «Σ' αγαπώ, αλλά δεν θα αλλάξω για να με θέλεις».
- Η Ζωή λέει στη Νίκη: «Σε νοιάζομαι πολύ και θέλω να σε ακούσω. Σήμερα όμως δεν έχω ενέργεια. Μπορούμε να μιλήσουμε αύριο το απόγευμα;»



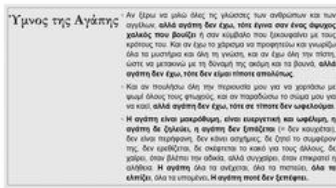
Ανακεφαλαιώνοντας τη δραστηριότητα ο/η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/μαθήτριες να γράψουν σε χαρτάκια τύπου ποστ - ιτ τα κριτήρια της αγάπης στις σχέσεις, έτσι όπως προέκυψαν από τη συζήτηση των σεναρίων και να τα κολλήσουν πάνω σε μια μεγάλη καρδιά (1^ο Παραδοτέο) (διαφάνεια 9).

Αναμενόμενες Απαντήσεις:

Ελευθερία, κατανόηση, ασφάλεια, εμπιστοσύνη, σεβασμός, (αυτό)φροντίδα, υπομονή, ειλικρίνεια, ενσυναίσθηση, ισοτιμία, δέσμευση/αφοσίωση



Κλείσιμο: Ανακεφαλαίωση



Ο/Η εκπαιδευτικός κρατώντας την μεγάλη καρδιά επαναφέρει τον αρχικό προβληματισμό:

«Χαλάει ποτέ η αγάπη; Ρώτησε ο μικρός... Λυγίζει άραγε ποτέ και σπάει; Κι αν ναι, μπορείς άραγε να την κολλήσεις να την φτιάξεις και να την χτίσεις;» και καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες να απαντήσουν (διαφάνεια 10).

Κλείνοντας επισημαίνει τα εξής (διαφάνεια 11):

«Φέτος ξεκινήσαμε τις συναντήσεις μας, μιλώντας για τον γονεϊκό ρόλο. Ρόλος που είναι σημαντικό να διακατέχεται από την αγάπη. Στο ίδιο εργαστήριο θίχτηκαν και οι οικογενειακές σχέσεις, οι οποίες είναι σημαντικό να οικοδομηθούν στο θεμέλιο της αγάπης.»

Ακολούθησε το εργαστήριο με τη βία στις σχέσεις, γεγονός που καταδεικνύει την απουσία της αγάπης ή/και λανθασμένη ερμηνεία στους τρόπους εκδήλωσης της αγάπης.

Σήμερα, ασχοληθήκαμε με την έννοια της αγάπης, γιατί, όπως αντιληφθήκατε, κάθε ανθρώπινη σχέση είναι απαραίτητο να βασίζεται στην αγάπη, αφού ο άνθρωπος είναι φτιαγμένος για να αγαπά και να αγαπιέται. Και θυμηθείτε, με αυτήν την έννοια είχαμε ξεκινήσει τα εργαστήρια της ΣΔ στην Α΄ Λυκείου... με το ερώτημα «γιατί φτιάχνει ο άνθρωπος σχέσεις;»

Η πρώτη σχέση αγάπης που βιώνει ο άνθρωπος είναι ταυτόχρονα και σχέση εξάρτησης και αφορά τον ίδιο με τους γονείς ή φροντιστές του.

Μεγαλώνοντας είναι σημαντικό ο άνθρωπος να μάθει να αγαπά τον εαυτό του για να μπορέσει να αυτονομηθεί και να αναπτυχθεί.

Όταν το άτομο αγαπήσει τον εαυτό του, αρχίζει να στρέφει την αγάπη του σε άλλα πρόσωπα με υγιή τρόπο.

Η αγάπη μπορεί να έχει διάφορες μορφές και μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους.

Σε κάθε περίπτωση, όμως, είναι σημαντικό να πληροί συγκεκριμένα κριτήρια:

Σεβασμό, ελευθερία, ταπεινότητα, συγχωρητικότητα, αποδοχή.

Γιατί μόνο μια τέτοια αγάπη αποτελεί πηγή ζωής μιας υγιούς σχέσης».



Ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες και δίνει ραντεβού για το επόμενο εργαστήριο (διαφάνεια 12).

Σημείωση 1:

Ο/Η εκπαιδευτικός φεύγοντας από το σχολείο μπορεί να δημιουργήσει ένα πόστερ με τις καρδιές των μαθητών/μαθητριών και να το αφήσει στο σχολείο σε έναν πίνακα ανακοινώσεων.

Σημείωση 2:

Παρακάτω ακολουθεί πίνακας με τα βασικά σημεία που είναι σημαντικό να επισημανθούν για κάθε δείκτη επάρκειας.

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ	ΒΑΣΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ
- Διασαφήνιση της έννοιας της αγάπης <ul style="list-style-type: none">• Συναίσθημα, ανάγκη, αξία	<ul style="list-style-type: none">• Αγάπη σημαίνει να έχεις βαθιά και ζεστά συναισθήματα για τον εαυτό σου και τα άλλα άτομα.• Οι άνθρωποι είναι ικανοί να δίνουν και να λαμβάνουν αγάπη.• Η αγάπη για ένα άλλο άτομο μπορεί να είναι μια από τις μεγαλύτερες χαρές της ζωής.
- Αγάπη εαυτού – αγάπη για το άλλο άτομο	<ul style="list-style-type: none">• Το να νιώθεις καλά με τον εαυτό σου ενισχύει τις σχέσεις αγάπης.• Η αγάπη απαιτεί την κατανόηση του εαυτού μας καθώς και των άλλων.• Η αγάπη για τον εαυτό μας βελτιώνει την ικανότητά μας να αγαπάμε ένα άλλο άτομο.• Σε μια ερωτική σχέση, οι άνθρωποι ενθαρρύνουν ο ένας τον άλλον να εξελιχθούν ως άτομα.
- Είδη αγάπης	<ul style="list-style-type: none">• Οι άνθρωποι μπορούν να βιώσουν διαφορετικές σχέσεις αγάπης σε όλη τη ζωή τους.
- Έκφραση αγάπης	<ul style="list-style-type: none">• Ένα άτομο μπορεί να δείξει αγάπη για ένα άλλο άτομο με πολλούς τρόπους. (διάκριση μεταξύ των υγιών και μη υγιών τρόπων έκφρασης της αγάπης - διάκριση μεταξύ αγάπης και σεξουαλικής έλξης)• Η αγάπη δεν είναι το ίδιο με τη σεξουαλική εμπλοκή ή έλξη, αν και μπορεί να συμβεί ταυτόχρονα.• Οι άνθρωποι μπορεί να συγχέουν την αγάπη με άλλα έντονα συναισθήματα όπως η σεξουαλική έλξη, η λαγνεία, η ερωτική επιθυμία, η ζήλια και ο έλεγχος.
- Αναγνώριση βασικών κριτηρίων υγιούς αγάπης (σεβασμός, ισοτιμία, ελευθερία, συναισθηματική ασφάλεια, αμοιβαιότητα)	<ul style="list-style-type: none">• Σε μια ερωτική σχέση, οι άνθρωποι ενθαρρύνουν ο ένας τον άλλον να εξελιχθούν ως άτομα.• Η αγάπη για κάποιο άτομο μπορεί να περιλαμβάνει την ανάληψη κινδύνων και την ευαλωτότητα.• Η αγάπη δεν ανταποδίδεται πάντα.
- Αναγνώριση της δυναμικής φύσης των ρομαντικών σχέσεων <ul style="list-style-type: none">• Διάκριση μεταξύ αγάπης και σεξουαλικής έλξης• Βασικά χαρακτηριστικά (κοινές αξίες, δέσμευση, οικειότητα, εξέλιξη)• Ο τερματισμός μιας σχέσης μπορεί να είναι επώδυνος αλλά διαχειρίσιμος	<ul style="list-style-type: none">• Η αγάπη συχνά αλλάζει και αναπτύσσεται κατά τη διάρκεια μιας μακροχρόνιας σχέσης.• Οι ερωτικές σχέσεις μπορεί να περιλαμβάνουν κοινές αξίες, δέσμευση και οικειότητα.• Ορισμένες ερωτικές σχέσεις περιλαμβάνουν σεξουαλική οικειότητα, ενώ άλλες όχι.• Ο τερματισμός μιας ερωτικής σχέσης μπορεί να είναι δύσκολος και επώδυνος.

4^ο Εργαστήριο ΑΥ - ΣΔ:
Ανακεφαλαίωση
«Σεξουαλικότητα & ενδυνάμωση
εαυτού»
«Αυτογνωσία – Σεξουαλική
Συμπεριφορά»



4° ΣΧΕΔΙΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ: Ανακεφαλαίωση

Σκοπός του μαθήματος είναι, μέσα από αναστοχασμό και αξιοποίηση έγκυρων πηγών, οι μαθητές/μαθήτριες να ενισχυθούν, ώστε να συνδέσουν τις γνώσεις, δεξιότητες και αξίες που αποκόμισαν από το Πρόγραμμα Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης με την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά και τη διαμόρφωση υγιών σχέσεων, για την προαγωγή της υγείας και ευεξίας τους.

4.α Δικαιώματα και Σεξουαλική Συμπεριφορά

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	B. Σεξουαλικότητα και ενδυνάμωση εαυτού Α. Υγιείς σχέσεις και πρόληψη βίας
Διδακτικές Περίοδοι	1

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
2.1 Να συμπεραίνουν ότι ο αυτοσεβασμός και ο αλληλοσεβασμός, ως στοιχεία της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς, προάγουν τις υγιείς ρομαντικές σχέσεις	<ul style="list-style-type: none">- Αναγνώριση τρόπων εκδήλωσης της σεξουαλικής συμπεριφοράς με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό (τρόπος, τόπος, χρονικό πλαίσιο)- Ενδυνάμωση σε θέματα σεξουαλικής υγείας<ul style="list-style-type: none">• Ενημέρωση από έγκυρες πηγές πληροφόρησης• Πρόσβαση σε υπηρεσίες που προάγουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των ατόμων• Τρόποι αναζήτησης βοήθειας (έμπιστος ενήλικας, φορείς και δομές)- Ερμηνεία του ρόλου των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) και Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) στη σεξουαλική συμπεριφορά<ul style="list-style-type: none">• Προβολή μη ρεαλιστικών προτύπων και προσδοκιών- Αναγνώριση της ισότιμης ευθύνης των ερωτικών συντρόφων στην εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και στη διατήρηση υγιών ρομαντικών σχέσεων
2.2 Να αναγνωρίζουν τη σημασία του κανονιστικού πλαισίου για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία	<ul style="list-style-type: none">- Αναγνώριση των εθνικών, ευρωπαϊκών και διεθνών νομοθεσιών, συμφωνιών και πολιτικών για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας των ατόμων<ul style="list-style-type: none">• Ενδεικτικά παραδείγματα (ηλικία συναίνεσης, ισότητα φύλων, άμβλωση, εμπορία προσώπων, σεξουαλική κακοποίηση, διαδικτυακός εκφοβισμός, πρόσβαση σε ιατρικές υπηρεσίες)- Δεκτικότητα για τη σημασία καθολικής εφαρμογής του κανονιστικού

Προαπαιτούμενες Γνώσεις

Υπεύθυνη Σεξουαλική Συμπεριφορά
Αποτελεσματική Επικοινωνία
Δεξιότητες ζωής
Συναίνεση
Σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα
Κανονιστικό πλαίσιο

Μέσα Διαδασκαλίας

προβολικό
μηχάνημα,
πίνακας,
κάρτες ερωτήσεων

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση, παιχνίδι

Αξιολόγηση

Συντρέχουσα -
Διαμορφωτική

Στόχος της 1^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναγνωρίζουν και να αξιοποιούν το κανονιστικό πλαίσιο, τις υποστηρικτικές υπηρεσίες καθώς και έγκυρες πληροφορίες, που συνδέονται με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, στο πλαίσιο της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς, για την προαγωγή της υγείας.

Δραστηριότητες

ΑΦΟΡΜΗΣΗ

Δραστηριότητα:
Η μάχη της «γνώσης»

ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση

Χρόνος

5'

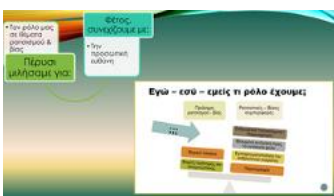
25'

5'

Εισαγωγή

Στη συγκεκριμένη διδακτική περίοδο, η κάλυψη των δεικτών επιτυχίας και επάρκειας επιτυγχάνεται μέσα από ένα παιχνίδι γνώσεων - ερωτήσεων με τίτλο «Η μάχη της γνώσης». Το παιχνίδι διεξάγεται σε τρεις (3) γύρους και περιλαμβάνει συνολικά 46 ερωτήσεις (πολλαπλής επιλογής και σωστού - λάθους).

Αφόρμηση



Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες στην τάξη με μια ευχάριστη μουσική. Μόλις οι μαθητές/μαθήτριες πάρουν τη θέση τους στον κύκλο υπενθυμίζει τον στόχο των εργαστηρίων και τους κανόνες διεξαγωγής τους (διαφάνειες 1 – 3).

Στη συνέχεια, θέτει τα παρακάτω ερωτήματα για να προκαλέσει τον ενδιαφέρον τους:

«Έχετε αναρωτηθεί ποτέ γιατί κάποιες συμπεριφορές γίνονται αποδεκτές, ενώ άλλες τιμωρούνται; Ξέρετε πού τελειώνει η επιλογή και πού αρχίζει η εκμετάλλευση; Για να πάρουμε θέση για ένα σοβαρό κοινωνικό θέμα χρειάζεται να ξέρουμε αρκετά για να υπερασπιστούμε την άποψή μας, να ξέρουμε π.χ. ποια είναι τα δικαιώματά μας ή τι σημαίνει σεβασμός στο σώμα και σεβασμός στις επιλογές των άλλων. Πέρυσι αναφερθήκαμε στον ρόλο μας σε θέματα ρατσισμού και βίας. Φέτος, θα εστιάσουμε στην προσωπική ευθύνη του καθενός/καθεμίας από εμάς σε αυτά τα θέματα καθώς και στην προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας». (διαφάνειες 4 – 5)

Σταδιακά, γίνεται επεξήγηση για τον τρόπο διεξαγωγής του συγκεκριμένου εργαστηρίου και τον στόχο του αναφέροντας τα εξής:

«Η σημερινή συνάντηση έχει μια ιδιαιτερότητα ... Σήμερα, θα παίξουμε ένα δυναμικό παιχνίδι γνώσεων, για να διερευνήσουμε όλοι και όλες μαζί κρίσιμα ζητήματα όπως:
 ✓ η επίδραση της κοινωνίας στη συμπεριφορά μας και
 ✓ τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα

Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού θα συνεργαστείτε, θα προβληματιστείτε... και ίσως δείτε τον εαυτό σας και τους/τις άλλους/άλλες λίγο διαφορετικά στο τέλος.

Είστε έτοιμοι;» (διαφάνεια 6).

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: Η Μάχη της «γνώσης»

25'

2.1 Να συμπεραίνουν ότι ο αυτοσεβασμός και ο αλληλοσεβασμός, ως στοιχεία της της υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς, προάγουν τις υγιείς ρομαντικές σχέσεις

- Αναγνώριση τρόπων εκδήλωσης της σεξουαλικής συμπεριφοράς με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό (τρόπος, τόπος, χρονικό πλαίσιο)
- Ενδυνάμωση σε θέματα σεξουαλικής υγείας
 - Ενημέρωση από έγκυρες πηγές πληροφόρησης
 - Πρόσβαση σε υπηρεσίες που προάγουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία των ατόμων
 - Τρόποι αναζήτησης βοήθειας (έμπιστος ενήλικας, φορείς και δομές)
- Ερμηνεία του ρόλου των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης (ΜΜΕ) και Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) στη σεξουαλική συμπεριφορά
 - Προβολή μη ρεαλιστικών προτύπων και προσδοκιών
- Αναγνώριση της ισότιμης ευθύνης των ερωτικών συντρόφων στην εκδήλωση υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και στη διατήρηση υγιών ρομαντικών σχέσεων

2.2 Να αναγνωρίζουν τη σημασία του κανονιστικού πλαισίου για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία

- Αναγνώριση των εθνικών, ευρωπαϊκών και διεθνών νομοθεσιών, συμφωνιών και πολιτικών για την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας των ατόμων
 - Ενδεικτικά παραδείγματα (ηλικία συναίνεσης, ισότητα φύλων, άμβλωση, εμπορία προσώπων, σεξουαλική κακοποίηση, διαδικτυακός εκφοβισμός, πρόσβαση σε ιατρικές υπηρεσίες)
- Δεκτικότητα για τη σημασία καθολικής εφαρμογής του κανονιστικού πλαισίου

Οδηγίες Παιχνιδιού

1. Δημιουργία Ομάδων

Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τυχαία τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε τέσσερις (4) ομάδες των έξι (6) ατόμων.

Κάθε εξάδα χωρίζεται σε δύο (2) υποομάδες των τριών (3) ατόμων που θα παίξουν αντίπαλες.

Σημείωση

Η οδηγία για τη δημιουργία των ομάδων αφορά τμήμα 24 ατόμων. Σε περίπτωση, μικρότερων τμημάτων ο/η εκπαιδευτικός προβαίνει στις σχετικές τροποποιήσεις. Σε κάθε περίπτωση, ο 1^{ος} γύρος θα πρέπει να ξεκινά με τέσσερις (4) ομάδες.

2. Ερωτήσεις παιχνιδιού και Επισημάνσεις

Οι ερωτήσεις του παιχνιδιού είναι σαράντα έξι (46) (Εποπτικό Υλικό 1). Αυτές ταξινομούνται σε τέσσερις κατηγορίες με συγκεκριμένο χρώμα και αριθμό, όπως φαίνονται παρακάτω:

- i. ΜΜΕ/ΜΚΔ και Σεξουαλική Συμπεριφορά (κίτρινο χρώμα), με αριθμό ερώτησης 1 - 7.
- ii. Αυτοσεβασμός/Αλληλοσεβασμός και Σεξουαλική Συμπεριφορά (μπλε χρώμα), με αριθμό ερώτησης 8 - 19.
- iii. Νομοθεσίες περί σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας (πορτοκαλί χρώμα), με αριθμό ερώτησης 20 - 35.
- iv. Παραδείγματα νομοθεσιών και καταπολέμηση διακρίσεων (πράσινο χρώμα), με αριθμό ερώτησης 36 - 46.

Επισημάνσεις

Στον 1^ο γύρο χρησιμοποιούνται 24 κάρτες, έξι (6) ερωτήσεις για κάθε εξάδα οι οποίες μοιράζονται από τρεις (3) σε κάθε υποομάδα.

Στον 2^ο γύρο χρησιμοποιούνται 12 κάρτες, έξι (6) ερωτήσεις για κάθε εξάδα οι οποίες μοιράζονται από τρεις (3) σε κάθε υποομάδα.

Στον 3^ο γύρο χρησιμοποιούνται 10 κάρτες, από πέντε (5) για κάθε υποομάδα.

Στους δύο πρώτους γύρους μπορούν να δοθούν τυχαία οι κάρτες, εκτός από αυτές οι οποίες θα χρησιμοποιηθούν στον 3^ο γύρο.

Οι κάρτες του 3^{ου} γύρου έχουν αριθμό: **1, 2, 8, 11, 22, 30, 33, 42, 43, 46.**

Οι κάρτες της κατηγορίας αυτής χρησιμοποιούνται και ως ερωτήσεις μπόνους (ξαφνικός θάνατος). Όσες από τις κάρτες αυτές χρησιμοποιηθούν ως ερωτήσεις μπόνους, τότε δεν θα χρησιμοποιηθούν στον 3^ο γύρο. Έτσι, ο 3^ο γύρος θα διεξαχθεί με λιγότερες από πέντε (5) ερωτήσεις.

Εποπτικό Υλικό 1



Εποπτικό Υλικό 1

1. Μπορούν κάποιες δραστηριότητες στο διαδίκτυο να θεωρηθούν και ως σεξουαλική κακοποίηση;

- A. Ναι
- B. Όχι
- Γ. Δεν ξέρω
- Δ. Μόνο αν πρόκειται για ανήλικο άτομο.

2. «Η έκθεση σε «ιδανικές» εικόνες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μπορεί να οδηγήσουν σε χαμηλή αυτοεκτίμηση. Αυτό μπορεί να οδηγήσει το έφηβο άτομο σε επικίνδυνες σεξουαλικές συμπεριφορές».

- A. Ναι
- B. Όχι

3. Ποια από τις παρακάτω καταστάσεις αποτελεί μορφή εμπορευματοποίησης του ανθρώπινου σώματος στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης;

- A. Η συμμετοχή σε αθλητικές διαφημίσεις.
- B. Η χρήση του σώματος με προκλητικό τρόπο (σεξουαλικό υπονοούμενο) για την αύξηση πωλήσεων προϊόντων.
- Γ. Η προβολή δημόσιων προσώπων με στυλιστικές επιλογές.

4. Με ποιον τρόπο τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης προωθούν την εμπορευματοποίηση του σώματος;

- A. Ενισχύουν τις προκαταλήψεις φύλου.
- B. Προβάλλουν πρότυπα σώματος συνδεδεμένα με αριθμούς "likes", followers" και εμπορική αξία.
- Γ. Όλα τα παραπάνω.

5. Ποια είναι μία πιθανή συνέπεια της συνεχούς έκθεσης σε σεξουαλικό περιεχόμενο στα ΜΜΕ;

- A. Βελτιώνει τη γνώση για τη σεξουαλική αγωγή.
- B. Δημιουργεί υγιείς και ρεαλιστικές προσδοκίες για τις σχέσεις.
- Γ. Μπορεί να οδηγήσει σε εσφαλμένες αντιλήψεις για τη σεξουαλική συμπεριφορά.**
- Δ. Ενισχύει πάντα την ισότητα φύλων στις σχέσεις.

6. Ποιο από τα παρακάτω αποτελεί πιο πιθανή συνέπεια της έκθεσης σε πορνογραφικό υλικό κατά την εφηβεία και όχι μόνο;

- A. Μειώνεται η διάθεση για μάθηση.
- B. Δημιουργούνται εσφαλμένες προσδοκίες για το πώς "πρέπει" να είναι οι σεξουαλικές σχέσεις.**
- Γ. Αυξάνεται η κοινωνικότητα.
- Δ. Μειώνεται η κριτική σκέψη.

7. Ποιο από τα παρακάτω είναι ένα συχνό πρόβλημα που προκαλεί η έκθεση σε πορνογραφικό περιεχόμενο σε νεαρές ηλικίες;

- A. Η ενίσχυση της σωστής σεξουαλικής επικοινωνίας.
- B. Η διαμόρφωση ρεαλιστικών εικόνων για τις σχέσεις.
- Γ. Η υιοθέτηση μη ρεαλιστικών αντιλήψεων για το σώμα.**
- Δ. Η βελτίωση της συναισθηματικής ωριμότητας.

8. «Σεξουαλική κακοποίηση μπορεί να υπάρξει και μέσα στο γάμο».

- A. Σωστό**
- B. Λάθος**

9. Εάν ένα άτομο συμφώνησε σε κάποια σεξουαλική δραστηριότητα, σημαίνει αυτόματα ότι συμφώνησε και για άλλες σεξουαλικές πράξεις;

- A. Ναι
- B. Όχι**
- Γ. Δεν ξέρω

10. Πώς μπορείς να βοηθήσεις έναν/μία φίλο/φίλη σου που γνωρίζεις ότι κακοποιήθηκε;

- A. Να του/της δείξεις συμπόνοια.
- B. Να μη δώσεις σημασία.
- Γ. Να τον/την ακούσεις και να ζητήσεις βοήθεια από κάποιο έμπιστο άτομο.**
- Δ. Να τον/τη ρωτήσεις τι έκανε και προκάλεσε την κακοποίησή του/της.

11. Σε μια σεξουαλική δραστηριότητα, αν κάποιος/κάποια λέει αρχικά ναι και μετά λέει ότι θέλει να σταματήσει, αυτό σημαίνει ότι:

- A. θέλει να έχει σεξουαλική επαφή.
- B. δεν θέλει να προχωρήσει στη συγκεκριμένη σεξουαλική δραστηριότητα.**
- Γ. θέλει χρόνο να το σκεφτεί.
- Δ. «παίζει» με το άλλο άτομο

12. Ποιος είναι ο ασφαλέστερος τρόπος για να βεβαιωθεί ένα άτομο ότι έχει δοθεί σεξουαλική συναίνεση;

- A. Να «διαβάσει» τη γλώσσα του σώματος.
- B. Να υποθέσει ότι έχει δώσει συναίνεση καθώς δεν έδειξε οποιαδήποτε άρνηση ή αντίσταση.
- Γ. Η ανταπόκριση στο φιλί.
- Δ. Να ρωτήσει το άτομο ξεκάθαρα.**

13. Σε έναν γάμο ή σε μία μακροχρόνια σχέση, οι δύο σύντροφοι είναι σημαντικό:

- A. να κάνουν αυτό που τους αρέσει χωρίς να υπολογίζουν το άλλο άτομο.
- B. να κάνουν αμοιβαίες υποχωρήσεις με αυτοσεβασμό και αλληλοσεβασμό.**
- Γ. να ζηλεύουν ο/η ένας/μια τον/την άλλον/άλλη για να αποδεικνύουν το ενδιαφέρον τους.
- Δ. να μην διαφωνούν ποτέ.

14. Η υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά περιλαμβάνει:

- A. τη λήψη απαραίτητων μέτρων προστασίας (π.χ. χρήση προφυλακτικού).**
- B. τη λεπτομερή ενημέρωση του/της συντρόφου για το ερωτικό παρελθόν.
- Γ. υποταγή στις επιθυμίες του/της συντρόφου.
- Δ. όλα τα παραπάνω.

15. Σε περιπτώσεις ενδοοικογενειακής βίας, τα άτομα στα οποία ασκείται η βία άμεσα ή έμμεσα ... :

- A. θα πρέπει να σιωπούν.
- B. θα πρέπει να υποστούν την κατάσταση.
- Γ. είναι σημαντικό να καταγγείλουν το περιστατικό.**
- Δ. είναι σημαντικό να μην προκαλούν.

16. «Είναι αποδεκτό να εκδηλώνεται σεξουαλικά ένα άτομο προς το άλλο άτομο όποτε νιώθει την ανάγκη να το κάνει, χωρίς να σκέφτεται τον τρόπο ή τον τόπο ή τις επιθυμίες του άλλου ατόμου».

- A. Σωστό
- B. Λάθος**

17. Ο αυτοσεβασμός στην εκδήλωση της σεξουαλικής συμπεριφοράς προϋποθέτει ότι το άτομο:

- A. επιδεικνύει τη σεξουαλική του συμπεριφορά χωρίς περιορισμούς.
- B. επιδιώκει την ικανοποίηση της σεξουαλικής του επιθυμίας με οποιονδήποτε τρόπο.
- Γ. δεν ρωτά για τη συναίνεση του/της συντρόφου.
- Δ. κατανοεί και θέτει τα όριά του με βάση τις προσωπικές του αξίες και ανάγκες.**

18. Ποιο από τα παρακάτω θεωρείται πιο σημαντικό για την εκδήλωση σεξουαλικής συμπεριφοράς σε υγιείς και ασφαλείς συνθήκες;

- A. Η παρουσία φίλων για υποστήριξη.
- B. Η συμφωνία και συναίνεση των συντρόφων για τον χώρο και τις συνθήκες της πράξης.**
- Γ. Η χρήση της τεχνολογίας για καταγραφή.
- Δ. κανένα από τα παραπάνω.

19. Σε ποιες περιπτώσεις είναι η σεξουαλική συμπεριφορά πιο πιθανό να είναι αυθαίρετη και χωρίς σεβασμό;

- A. Όταν υπάρχει συμφωνία ανάμεσα στους συντρόφους.
- B. Όταν εκδηλώνεται σε δημόσιους χώρους.
- Γ. Όταν εκδηλώνεται χωρίς συναίνεση και κατά παράβαση της ελευθερίας του άλλου ατόμου.**
- Δ. Όταν δεν υπάρχει συναισθηματική σύνδεση μεταξύ των δύο συντρόφων.

20. Ποια είναι σύμφωνα με την Κυπριακή Νομοθεσία η «ηλικία συναίνεσης»;

- A. τα 18 έτη
- B. τα 17 έτη**
- Γ. τα 16 έτη
- Δ. τα 15 έτη

21. Γιατί υπάρχει νομοθεσία για την ηλικία συναίνεσης στην Κύπρο;

- A. Για την προστασία των νέων και την αποτροπή της εκμετάλλευσης τους.**
- B. Για να μπορεί μετά από αυτή την ηλικία το άτομο να κάνει ό,τι θέλει.
- Γ. Για να τελειώσει το άτομο το σχολείο.
- Δ. Όλα τα παραπάνω

22. Οποιοσδήποτε παραλείψει να καταγγείλει περίπτωση που περιέρχεται σε γνώση του όπου εμπλέκεται παιδί σε αδικήματα κακοποίησης ή/και σεξουαλικού περιεχομένου κρίνεται με βάση την Κυπριακή Νομοθεσία:

- A. αθώς εάν τον/την καλύπτει το επαγγελματικό απόρρητο.
- B. αθώς εάν έχουν περάσει πέντε χρόνια.
- Γ. αθώς εάν δεν έγινε η αναφορά για λόγους ασθενείας.
- Δ. τίποτα από τα παραπάνω. Κρίνεται ένοχος σε κάθε περίπτωση.**

23. Ο/Η ασθενής έχει δικαίωμα πρόσβασης σε ιατρικές υπηρεσίες και σε αξιοπρεπή μεταχείριση κατά την παροχή φροντίδας υγείας:

- A. ανεξαρτήτως πολιτισμικής-θρησκευτικής-γλωσσικής ταυτότητας, φύλου και σεξουαλικού προσανατολισμού.**
- B. μόνο αν μιλάει την ελληνική και αγγλική γλώσσα.
- Γ. μόνο αν είναι ελληνοκύπριος/ελληνοκύπρια ή πολίτης κράτους - μέλους της Ε.Ε.
- Δ. μόνο αν γεννήθηκε και ζει νόμιμα στην χώρα.

24. «Πρόσωπο, το οποίο εκβιάζει ή απειλεί γυναίκα ότι χωρίς τη συγκατάθεσή της θα δημοσιεύσει, ... με οποιαδήποτε ηλεκτρονικά, ... ή άλλα μέσα οποιασδήποτε φύσεως, υλικό με πορνογραφικό ή σεξουαλικό περιεχόμενο που απεικονίζει την ίδια, είναι ένοχο». Το παραπάνω είναι απόσπασμα από:

- A. τη Σύμβαση Λανζαρότε.
- B. δημοσίευμα σε προπαγανδιστικό άρθρο για την ισότητα των φύλων.
- Γ. τον νόμο περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας και περί Συναφών Θεμάτων Νόμος του 2021.**
- Δ. τον νόμο περί Της Προστασίας Των Φυσικών Προσώπων.

25. «Πρόσωπο, το οποίο με τη συμπεριφορά του, η οποία εκφράζεται με εξαναγκασμό – πίεση – υποτιμητικά σχόλια – εξύβριση – απειλές, πλήττει σοβαρά την ψυχολογική ακεραιότητα γυναίκας ή της προκαλεί πραγματικό φόβο, είναι ένοχο αδικήματος και, σε περίπτωση καταδίκης του, υπόκειται σε ποινή». Το παραπάνω είναι απόσπασμα από:

- A. τη Σύμβαση Λανζαρότε, Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την Προστασία των Παιδιών ενάντια στη Σεξουαλική Εκμετάλλευση και Σεξουαλική Κακοποίηση.
- B. δημοσίευμα σε προπαγανδιστικό άρθρο για την ισότητα των φύλων.
- Γ. τον νόμο περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας και περί Συναφών Θεμάτων Νόμος του 2021.
- Δ. τον νόμο περί Της Προστασίας Των Φυσικών Προσώπων.

26. «Η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία αποτελεί ανθρώπινο δικαίωμα κάθε ατόμου και προστατεύεται από εθνικές, ευρωπαϊκές και διεθνείς νομοθεσίες».

- A. Σωστό
- B. Λάθος

27. Το «Δικαίωμα Απόφασης Εάν ή Πότε να Αποκτήσει κάποιο άτομο Παιδιά» αποτελεί:

- A. σεξουαλικό και αναπαραγωγικό δικαίωμα
- B. καταναλωτικό δικαίωμα.
- Γ. ξεπερασμένο δικαίωμα.
- Δ. δικαίωμα κάθε παιδιού

28. Το «Δικαίωμα στην Ελευθερία και Ασφάλεια του Ατόμου» αφορά στο ότι καμία γυναίκα δεν πρέπει να υποστεί:

- A. ακρωτηριασμό των γυναικείων αναπαραγωγικών οργάνων.
- B. αναγκαστική εγκυμοσύνη.
- Γ. αναγκαστική στείρωση ή έκτρωση.
- Δ. όλα τα παραπάνω.

29. Το «Δικαίωμα όλων των γυναικών, ανδρών και νέων να προστατεύονται από τη βία, τη σεξουαλική εκμετάλλευση, και την κακοποίηση», συμπεριλαμβάνεται:

- A. στον ποινικό κώδικα όλων των χωρών του κόσμου.
- B. στο Δικαίωμα να είσαι απαλλαγμένος/απαλλαγμένη από Βασανιστήρια και Κακομεταχείριση.**
- Γ. στο Δικαίωμα στη Φροντίδα και Προστασία της Υγείας.
- Δ. στο Δικαίωμα στην Ελευθερία και Ασφάλεια του Ατόμου.

30. Τι είναι το «Συμβούλιο Φωνή»;

- A. Το εθνικό συμβούλιο για να ακούγονται όλες οι απόψεις στη Βουλή.
- B. Το αρμόδιο όργανο για την εφαρμογή της Εθνικής Στρατηγικής για την καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης και εκμετάλλευσης παιδιών.**
- Γ. Ένα παράρτημα εκπαιδευτικών οργανώσεων.
- Δ. Ένας φορέας υπεράσπισης των αλλοδαπών.

31. «Στην Κύπρο, η άμβλωση απαγορεύεται μετά τη 12^η εβδομάδα κύησης».

- A. Σωστό**
- B. Λάθος

32. Ο Ευρωπαϊκός Χάρτης των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της Ε.Ε. προβλέπει ότι:

- A. όλα τα άτομα έχουν δικαίωμα στην ελευθερία έκφρασης εκτός της σεξουαλικής έκφρασης.
- B. κάθε άτομο έχει δικαίωμα στην ακεραιότητα του προσώπου του, περιλαμβανομένων των σεξουαλικών και αναπαραγωγικών του δικαιωμάτων.**
- Γ. το δικαίωμα στην υγεία παρέχεται μόνο σε ενήλικες πολίτες της Ε.Ε.
- Δ. η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση δεν αποτελεί μέρος των θεμελιωδών δικαιωμάτων.

33. Η Κυπριακή Δημοκρατία κύρωσε τη Σύμβαση Lanzarote, η οποία αφορά:

- A. την προστασία των δικαιωμάτων των αλλοδαπών.
- B. τη ρύθμιση της εργασιακής απασχόλησης ανηλίκων.
- Γ. την καταπολέμηση του οργανωμένου εγκλήματος.
- Δ. την προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση και εκμετάλλευση, τόσο εντός όσο και εκτός διαδικτύου.**

34. Η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης (2011) που κυρώθηκε από την Κυπριακή Δημοκρατία αφορά:

- A. την καταπολέμηση της εμπορίας προσώπων μόνο εντός της Ε.Ε.
- B. τη ρύθμιση της εμπορίας ναρκωτικών.
- Γ. την πρόληψη και καταπολέμηση όλων των μορφών βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας.**
- Δ. την οικονομική ενίσχυση γυναικών που ζουν σε αγροτικές περιοχές.

35. Ο Νόμος Περί Πορνείας (2018) στην Κύπρο προβλέπει ότι η εκμετάλλευση και η εξαναγκαστική πορνεία απαγορεύονται αυστηρά.

- A. Σωστό**
- B. Λάθος

36. Σύμφωνα με την Κυπριακή Δημοκρατία το sexting ΔΕΝ διώκεται ποινικά όταν πρόκειται για ανταλλαγή μηνυμάτων μεταξύ ανηλίκων ηλικίας:

- A. μικρότερης των 18 ετών και υπάρχει συναίνεση για αυτό.
- B. μεγαλύτερης των 15 ετών και υπάρχει συναίνεση για αυτό.
- Γ. μεταξύ 13 και 18 ετών και υπάρχει συναίνεση για αυτό.**
- Δ. μεγαλύτερης των 10 ετών και υπάρχει συναίνεση για αυτό.

37. Σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία (2023), στην Κύπρο, για τα άτομα που έχουν υποστεί σεξουαλική κακοποίηση μέσω διαδικτύου, το 67,9% των παιδιών αφορά σε παιδιά:

- A. με υπηκοότητα χώρας κράτους – μέλους της Ε.Ε.
- B. κυπριακής υπηκοότητας.**
- Γ. με υπηκοότητα χωρών Αφρικής και Ασίας.

38. Σύμφωνα με την Κυπριακή Νομοθεσία, θεωρείται ένοχος κακουργήματος, όποιος/όποια:

- A. εν γνώσει του/της αποκτά πρόσβαση σε υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιού μέσω της τεχνολογίας της πληροφορικής και των επικοινωνιών.
- B. διανέμει, διαδίδει ή μεταδίδει υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιού
- Γ. προσφέρει ή παρέχει ή διαθέτει υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιού ή παρέχει πληροφορίες ως προς τον τρόπο απόκτησης υλικού σεξουαλικής κακοποίησης παιδιού
- Δ. όλα τα παραπάνω.**

39. Σύμφωνα με την Κυπριακή Δημοκρατία, η διακοπή της κύησης σε ανήλικη μπορεί να γίνει με τη συναίνεση της ίδιας και

...

- A. του συντρόφου της.
- B. των γονέων/κηδεμόνων αυτής.**
- Γ. των γονέων/ κηδεμόνων του συντρόφου της.
- Δ. του ιατρού που θα αναλάβει την διακοπή της κύησης.

40. Ποια από τις παρακάτω πρακτικές είναι ενδεικτική της εμπορίας ανθρώπων με σκοπό τη σεξουαλική εκμετάλλευση;

- A. Η μετανάστευση για εργασία με συμβόλαιο.
- B. Η άσκηση πίεσης ή απειλών για παροχή σεξουαλικών υπηρεσιών.**
- Γ. Η αναζήτηση συντρόφου στο διαδίκτυο.
- Δ. Η εργασία μερικής απασχόλησης.

41. Η εμπορία ανθρώπων μπορεί να περιλαμβάνει την εκμετάλλευση ακόμη και αν το θύμα έχει δώσει φαινομενικά τη συγκατάθεσή του.

- A. Σωστό
- B. Λάθος

42. Ποια από τις παρακάτω περιγραφές αντιστοιχεί στον όρο “γυναικοκτονία”;

- A. Ο θάνατος γυναίκας σε τροχαίο ατύχημα.
- B. Η δολοφονία γυναίκας από πρώην ή νυν σύντροφο.**
- Γ. Η δολοφονία γυναίκας σε πόλεμο.

43. Ποιος φορέας στην Κύπρο παρέχει υποστήριξη και δέχεται καταγγελίες, εκτός από την αστυνομία, για περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας μέσω τηλεφωνικής γραμμής;

- A. Υπουργείο Παιδείας
- B. Σύνδεσμος για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση της Βίας στην Οικογένεια (ΣΠΑΒΟ)**
- Γ. Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου

44. Στην Κύπρο, την περίοδο 2014–2022, καταγράφηκαν 43 ανθρωποκτονίες γυναικών, με την πλειονότητα των θυμάτων να έχουν υποστεί προηγουμένως μορφές έμφυλης βίας.

- A. Σωστό**
- B. Λάθος

45. Ο Κώδικας Συμπεριφοράς κατά του Ρατσισμού αφορά ρατσιστική συμπεριφορά εξαιτίας:

- A. της θρησκείας ή της πολιτικής πεποίθησης ενός ατόμου.
- B. της φυλής, του χρώματος, της εθνικότητας ή της καταγωγής ενός ατόμου.
- Γ. του φύλου και του σεξουαλικού προσανατολισμού.
- Δ. όλων των παραπάνω.**

46. Ποιο από τα παρακάτω αποτελεί ένδειξη εμπορευματοποίησης του ανθρώπινου σώματος μέσα από τη βιομηχανία της πορνογραφίας;

- A. Η αναπαράσταση σχέσεων ισότητας και σεβασμού.
- B. Η προώθηση εκπαιδευτικού υλικού για τη σεξουαλική υγεία.
- Γ. Η προβολή του σώματος ως αντικείμενο κέρδους.**
- Δ. Η προώθηση στερεοτύπων φύλου.

3. Εφαρμογή παιχνιδιού

Το παιχνίδι διεξάγεται σε τρεις (3) γύρους. Κάθε γύρος διαρκεί το πολύ 7'.

1^{ος} γύρος

- ▶ Σε κάθε εξάδα δίνονται έξι (6) κάρτες ερωτήσεων, τρεις (3) για κάθε υποομάδα.
- ▶ Οι ομάδες απαντούν διαδοχικά στις ερωτήσεις τους.
- ▶ Για κάθε σωστή απάντηση, η υποομάδα κερδίζει έναν (1) πόντο.
- ▶ Στον επόμενο γύρο προκρίνεται η τριάδα με τους περισσότερους πόντους. Σε περίπτωση ισοπαλίας τίθεται από τον/την εκπαιδευτικό μπόνους ερώτηση (ξαφνικός θάνατος), ώστε να αναδειχθεί η τριάδα που προκρίνεται.
- ▶ Οι ηττημένες ομάδες αποχωρούν από τη δράση και παρακολουθούν το παιχνίδι, επιστρέφοντας στον αρχικό κύκλο.

2^{ος} γύρος

- ▶ Οι τριάδες που νίκησαν στον 1^ο γύρο σχηματίζουν δύο (2) νέες εξάδες και αναμετρώνται μεταξύ τους, με τον ίδιο τρόπο.
- ▶ Οι δύο νικήτριες τριάδες προκρίνονται στον τελικό.

3^{ος} γύρος

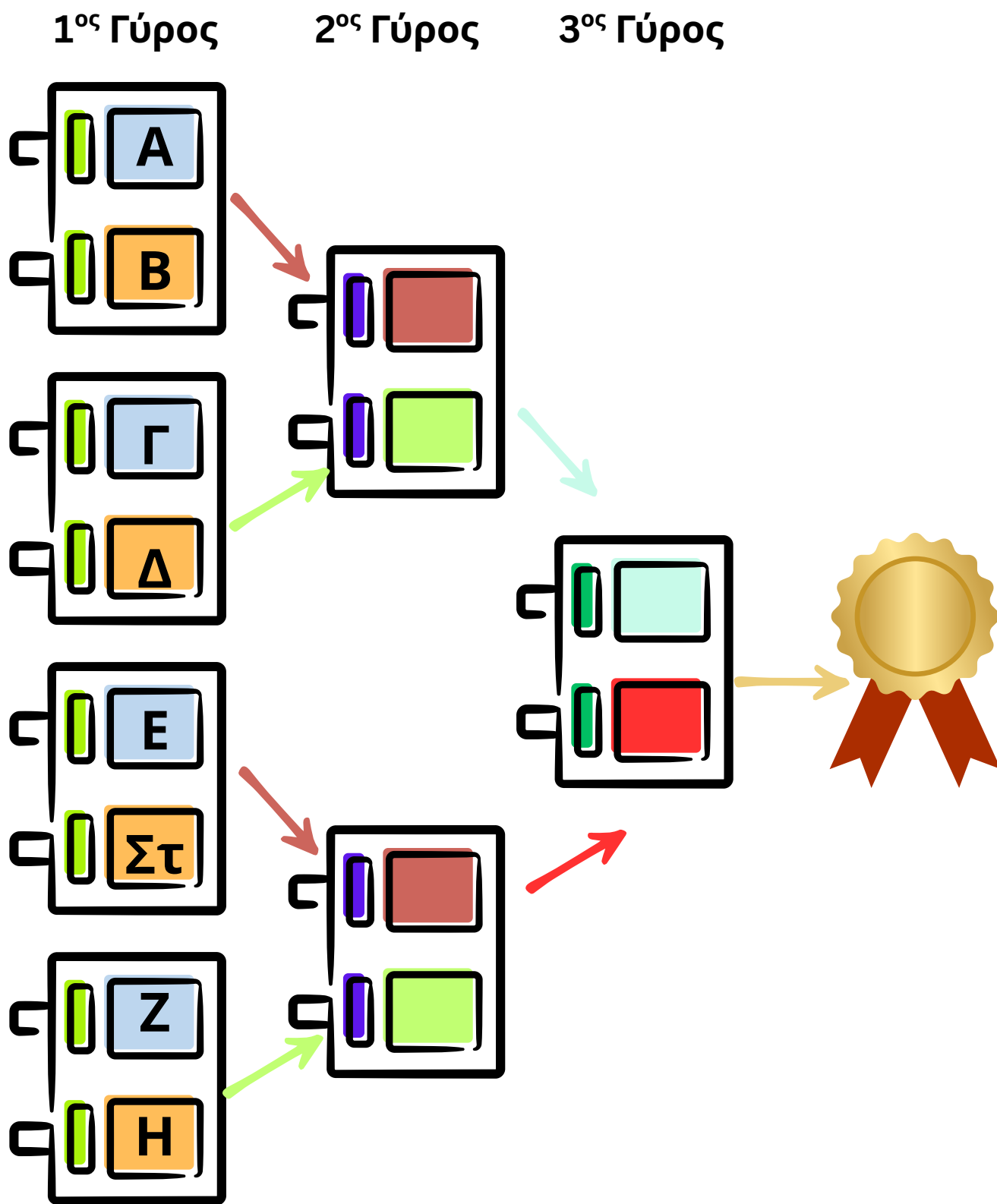
- ▶ Οι δύο τελευταίες τριάδες διαγωνίζονται για τη νίκη.
- ▶ Κάθε τριάδα δέχεται μέχρι πέντε (5) συγκεκριμένες ερωτήσεις, ανάλογα με το πόσες από αυτές έχουν χρησιμοποιηθεί ως ερωτήσεις bonus.
- ▶ Νικητής του παιχνιδιού αναδεικνύεται η τριάδα που θα κερδίσει στον τελικό γύρο ερωτήσεων.
- ▶ Σε περίπτωση ισοπαλίας τίθεται από τον/την εκπαιδευτικό μπόνους ερώτηση (ξαφνικός θάνατος), ώστε να αναδειχθεί η τριάδα που κερδίζει.

Σημείωση:

*Το **παραδοτέο** της συγκεκριμένης διδακτικής περιόδου είναι το φύλλο εργασίας με τον πίνακα βαθμολογιών (Εποπτικό Υλικό 2).*

Εποπτικό Υλικό 2

Πίνακας Βαθμολογιών: Παιχνίδι “Η Μάχη της Γνώσης”



Ανακεφαλαίωση

5'



Ο/Η εκπαιδευτικός θυμίζει στην ολομέλεια τα εξής σημεία (διαφάνεια 7):

- Τα δικαιώματα του κάθε ατόμου σε ένα ευνομούμενο κράτος προστατεύονται από τη νομοθεσία.
- Οι νόμοι της Κυπριακής Δημοκρατίας απορρέουν από συγκεκριμένες συμβάσεις - συμφωνίες (διεθνείς και ευρωπαϊκές) που υπέγραψε το κράτος.
- Στην Κύπρο εφαρμόζεται η Εθνική Στρατηγική για τη σεξουαλική κακοποίηση και η Εθνική Στρατηγική για τον αντιρατσιστικό κώδικα.

Στη συνέχεια, καλεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες σε έναν σύντομο αναστοχασμό - αυτοαξιολόγηση χρησιμοποιώντας τις παρακάτω ερωτήσεις:

- **Ποια ερώτηση του παιχνιδιού σας έκανε εντύπωση;**
- **Τι μάθατε σήμερα από το παιχνίδι ερωτήσεων;**
- **Θα ήθελε κάποιος/κάποια να μοιραστεί πώς αισθάνεται τώρα που τελείωσε το παιχνίδι;**



Ο/Η εκπαιδευτικός ευχαριστεί τους/τις μαθήτριες και ανανεώνει το ραντεβού τους για την επόμενη συνάντηση ή προχωρά στην τελευταία διδακτική, σε περίπτωση που είναι δίωρο (διαφάνεια 8).

4.β Αυτοαξιολόγηση

Άξονες Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας	1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΕΑΥΤΟΥ 3. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΚΑΙ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΕΑΥΤΟΥ 4. ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΕΝΕΡΓΟΥ ΠΟΛΙΤΗ
Θεματική Ενότητα	Γ. Αυτογνωσία – Σεξουαλική Συμπεριφορά
Διδακτικές Περίοδοι	1

ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ	ΔΕΙΚΤΕΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ
3.1 Να αιτιολογούν την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ως βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας	<ul style="list-style-type: none"> - Ανάκληση του φάσματος της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης <ul style="list-style-type: none"> • Διαπροσωπικές σχέσεις • Δεξιότητες ζωής • Σεξουαλική συμπεριφορά • Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία • Κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο - Επαγωγικός συλλογισμός για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας <ul style="list-style-type: none"> • Σύνδεση δεξιοτήτων ζωής και δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων • Τρόποι προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας • Αλληλοδύσδεση και αλληλεξάρτηση των αξόνων της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης - Δεκτικότητα της σημασίας της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας για την πρόοδο και την ευημερία των ατόμων και της κοινωνίας

**Προαπαιτούμενες Γνώσεις**

Υγιείς σχέσεις
Αξίες
Διαχείριση συναισθημάτων
Σεξουαλική & αναπαραγωγική υγεία
Πρόληψη βίας
Δεξιότητες ζωής
Υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά
Κοινωνικά πρότυπα

**Μέσα
Διαδασκαλίας**

Χαρτόνια,
μαρκαδόροι,
προβολικό μηχάνημα,
πίνακας
εποπτικό υλικό

Μεθοδολογία

Ιδεοθύελλα,
κατευθυνόμενη
συζήτηση,
ενοιολογικός χάρτης,

**Αξιολόγηση**

Συντρέχουσα -
διαμόρφωτική
φύλλο εργασίας,
τελική

Στόχος της 2^{ης} διδακτικής περιόδου είναι οι μαθητές/μαθήτριες να αναστοχαστούν πάνω στις βασικές έννοιες και αξίες που διδάχθηκαν κατά τη διάρκεια του Προγράμματος Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης (Α΄ έως Γ΄ Λυκείου), να εντοπίσουν τις γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις που επιχειρήθηκε να αναπτυχθούν και να αναγνωρίσουν τη σημασία τους για τη διαμόρφωση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων και την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά στη ζωή τους.

Δραστηριότητες	Χρόνος
Αφόρμηση	5΄
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: Αναστοχασμός στη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση	30΄
ΚΛΕΙΣΙΜΟ: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση	5΄

Αφόρμηση



Ο/Η εκπαιδευτικός υποδέχεται τους/τις μαθητές/μαθήτριες και τους/τις καλεί να πάρουν τη θέση τους στον κύκλο.

Ενημερώνει ότι πρόκειται για την τελευταία συνάντηση του Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ και ότι θα κάνουν μια σύντομη ανακεφαλαίωση όλων των εργαστηρίων του Προγράμματος από την Α΄ έως τη Γ΄ Λυκείου)

«Παιδιά, ξεκινήσατε την πορεία σας στο περιεχόμενο της ΣΔ από την Α΄ Λυκείου, συνεχίσατε στη Β΄ Λυκείου και σήμερα στη Γ΄ Λυκείου ολοκληρώνεται αυτή η πορεία. Κατά τη διάρκεια των συναντήσεών μας αυτά τα τρία χρόνια προβληματιστήκατε, ενημερωθήκατε, δουλέψατε...

Σιωπήσατε για να ακούσετε.

Μιλήσατε, αναρωτηθήκατε, μπήκατε στη θέση άλλων ατόμων.

Παίξατε και εμπλακήκατε με πολύ ενεργό τρόπο στη διαδικασία της μάθησης.

Τι είναι, όμως, αυτό που τελικά κάναμε κατά τη διάρκεια των συναντήσεών μας...;»

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:



Αναστοχασμός στη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση

3.1 Να αιτιολογούν την υπεύθυνη σεξουαλική συμπεριφορά ως βασικό παράγοντα προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και της ευεξίας

- Ανάκληση του φάσματος της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης

- Διαπροσωπικές σχέσεις
- Δεξιότητες ζωής
- Σεξουαλική συμπεριφορά
- Σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία
- Κοινωνικό και πολιτισμικό πλαίσιο

- Επαγωγικός συλλογισμός για την προαγωγή της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας

- Σύνδεση δεξιοτήτων ζωής και δημιουργίας και διατήρησης υγιών σχέσεων
- Τρόποι προαγωγής της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας
- Αλληλοδύσδεση και αλληλεξάρτηση των αξόνων της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης

- Δεκτικότητα της σημασίας της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας για την πρόοδο και την ευημερία των ατόμων και της κοινωνίας

Η δραστηριότητα υλοποιείται με τη χρήση 25 καρτών (Εποπτικό Υλικό 3). Στην κάθε κάρτα είναι γραμμένη μια λέξη – κλειδί από τα εργαστήρια του Προγράμματος Αγωγής Υγείας – Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης. Οι έννοιες ταξινομούνται σε πέντε άξονες, όπως φαίνονται στον παρακάτω πίνακα.

Σημείωση:

Οι άξονες περιεχομένου της ΣΔ σύμφωνα με τη σχετική βιβλιογραφία, από την οποία απορρέουν οι δείκτες επιτυχίας και επάρκειας του ΑΠ Προγράμματος ΑΥ – ΣΔ, είναι έξι (6). Στο παρόν υλικό δεν περιλαμβάνεται ο άξονας που αφορά στην ανθρώπινη ανάπτυξη (π.χ. αναπαραγωγική και σεξουαλική ανατομία και φυσιολογία, εφηβεία, αναπαραγωγή κ.λπ.).

Εποπτικό Υλικό 3

Λέξεις – Κλειδιά

Οικογένεια

**Μη υγιείς/
κακοποιητικές
συμπεριφορές
στις σχέσεις**

**Υγιείς
Σχέσεις**

**Μακροχρόνιες
Σχέσεις**

**Γονεϊκός
ρόλος**

Αγάπη

**Αποτελεσματική
Επικοινωνία**

Συναίνεση

Ενσυναίσθηση

Οριοθέτηση

Αυτοσεβασμός

Αλληλοσεβασμός

Αποδοχή

**Διεκδικητική
Συμπεριφορά**

**Διαδικασία
Λήψης Απόφασης**

**Αναζήτηση
βοήθειας**

Υπεύθυνη
Σεξουαλική
Συμπεριφορά

Αποχή

Πρόληψη ΣΜΝ

Πρόληψη
ακούσιας
εγκυμοσύνης

Δικαιώματα
&
Υποχρεώσεις

Μηδενική
ανοχή στη
βία

Έμφυλες
στερεοτυπικές
αναπαραστάσεις

Σεξουαλικότητα
&
ΜΜΕ - ΜΚΔ

Συμπερίληψη

Πίνακας 1: Λέξεις - Κλειδιά ανά άξονα της ΣΔ

Σχέσεις	Δεξιότητες Ζωής	Σεξουαλική Συμπεριφορά	Σεξουαλική Υγεία	Κοινωνία & πολιτισμός
Οικογένεια	Αποτελεσματική Επικοινωνία	Υπεύθυνη Σεξουαλική Συμπεριφορά	Πρόληψη ΣΜΝ	Έμφυλες στερεοτυπικές αναπαραστάσεις
Μη υγιείς/κακοποιητικές συμπεριφορές στις σχέσεις	Συναίνεση	Αποχή	Πρόληψη ακούσιας εγκυμοσύνης	Σεξουαλικότητα και ΜΜΕ – ΜΚΔ
Υγιείς Σχέσεις	Ενσυναίσθηση		Δικαιώματα και Υποχρεώσεις	Συμπερίληψη
Μακροχρόνιες σχέσεις	Οριοθέτηση		Μηδενική Ανοχή στη Βία	
Γονεϊκός ρόλος	Αυτοσεβασμός			
Αγάπη	Αλληλοσεβασμός			
	Αποδοχή			
	Διεκδικητική Συμπεριφορά			
	Διαδικασία Λήψης Απόφασης			
	Αναζήτηση βοήθειας			

Ο/Η εκπαιδευτικός μοιράζει στους/στις μαθητές/μαθήτριες κάρτες με λέξεις – κλειδιά. Προβάλλεται διαφάνεια με το κυκλικό φάσμα του περιεχομένου της ΣΔ. Οι μαθητές/μαθήτριες καλούνται να σκεφτούν πώς θα απαντήσουν στα δύο παρακάτω ερωτήματα:

- (α) Σε ποιον άξονα της ΣΔ τοποθετείς τη λέξη – κλειδί που αναγράφεται στην κάρτα σου;**
(β) Τι κρατάς από τη συγκεκριμένη λέξη – κλειδί;

Συγκεκριμένα:

- Ζητείται από κάθε μαθητή/μαθήτρια να κατατάξει τη λέξη – κλειδί σε έναν από τους πέντε (5) άξονες του περιεχομένου της Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης (ΣΔ), ώστε σταδιακά να αποτυπωθεί το φάσμα περιεχομένου της ΣΔ (Εποπτικό Υλικό 4) **(παραδοτέο)**.
- Ο/Η εκπαιδευτικός ζητά από τον/την μαθητή/μαθήτρια να αναφέρει «τι κρατάει» για τη συγκεκριμένη έννοια από τα εργαστήρια της ΣΔ.
- Παράλληλα, ο/η εκπαιδευτικός, αποκωδικοποιεί την εκάστοτε απάντηση και σημειώνει επιγραμματικά τον σχολιασμό στον πίνακα.

Εποπτικό Υλικό 4

Φάσμα Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης



Η σειρά με την οποία παρουσιάζονται οι αναστοχασμοί για την κάθε λέξη – κλειδί είναι τυχαία. Ο/Η εκπαιδευτικός καλείται να κάνει τις απαραίτητες συνδέσεις μεταξύ των εννοιών. Δίνεται παράδειγμα στην επιμόρφωση.

Στο τέλος, ο/η εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει το περιεχόμενο των εργαστηρίων αναφέροντας ότι όλοι οι άξονες συνδέονται μεταξύ τους και συμβάλλουν στη δημιουργία και διατήρηση υγιών και ασφαλών σχέσεων, στην εκδήλωση υγιούς και υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς και τελικά στην προαγωγή της υγείας και ευεξίας.

Κλείσιμο: Ανακεφαλαίωση - Αξιολόγηση



Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στους/στις μαθητές/μαθήτριες την Αξιολόγηση. (Εποπτικό Υλικό 5) Ταυτόχρονα, παίζει ένα από τα τραγούδια που έχουν χρησιμοποιηθεί κατά τη διάρκεια του προγράμματος.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός ευχαριστεί τους/τις μαθητές/μαθήτριες για τη συνεργασία και κλείνει τη συνάντηση με **ευχές για δημιουργία και διατήρηση υγιών διαπροσωπικών σχέσεων**

Εποπτικό Υλικό 5

Αξιολόγηση 4^{ου} Εργαστηρίου ΣΔ



Το 4^ο Εργαστήριο για τη Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση μόλις ολοκληρώθηκε. Για να προχωρήσουμε και στα επόμενα είναι πολύ σημαντικό να συμπληρώσεις το συγκεκριμένο έντυπο.

A) Παρακαλώ απάντησε στις ερωτήσεις που ακολουθούν:

ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΕΜΑΘΑ	ΕΝΑ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΠΟΥ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΣΕ
<hr/>	<hr/>

B) Κύκλωσε ποιο συναίσθημα κυριαρχεί μέσα σου αυτή τη στιγμή, με τη λήξη του εργαστηρίου:



Γ) Βάλε ένα βαθμό από το 1 – 5, βαθμολογώντας το περιεχόμενο του 4^{ου} Εργαστηρίου:

Καθόλου Ενδιαφέρον	Λίγο Ενδιαφέρον	Ικανοποιητικά Ενδιαφέρον	Πολύ Ενδιαφέρον	Εξαιρετικά Ενδιαφέρον
1	2	3	4	5



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Φωτογραφικό Υλικό από την εφαρμογή του Προγράμματος ΑΥ - ΣΔ

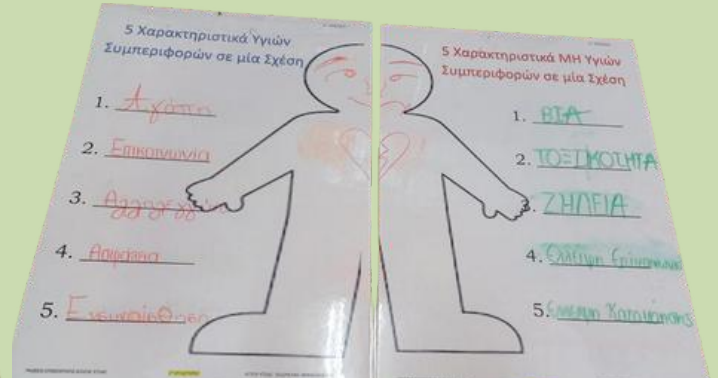


Φωτογραφικό Υλικό Α' Λυκείου

1^ο Εργαστήριο: Υγιείς Σχέσεις -
Πρόληψη Βίας

Λύκειο Εθνομάρτυρα Κυπριανού,
Λευκωσία

Λύκειο Φρέναρου



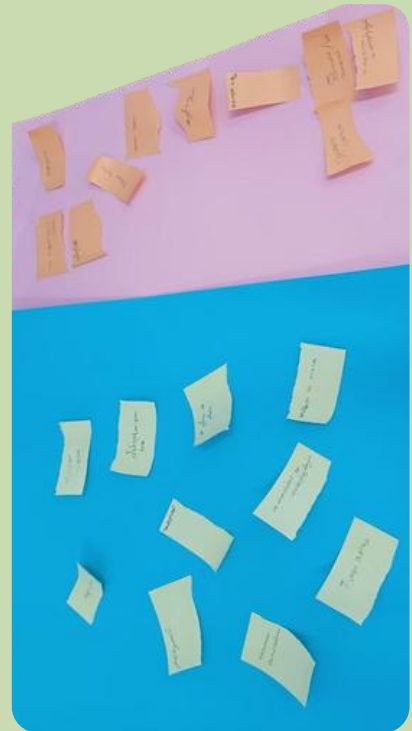
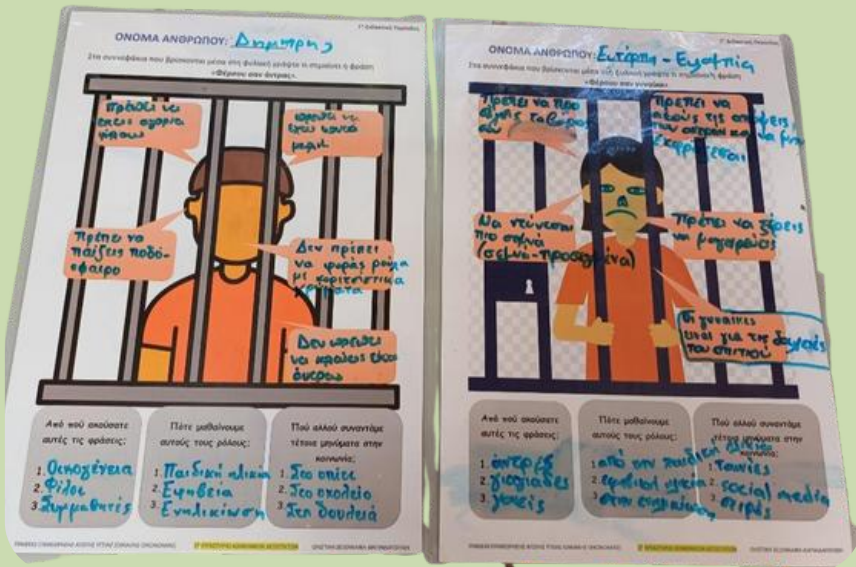
Λύκειο Ιδαίου



Λύκειο Αραδίππου

2^ο Εργαστήριο: Συμπερίληψη

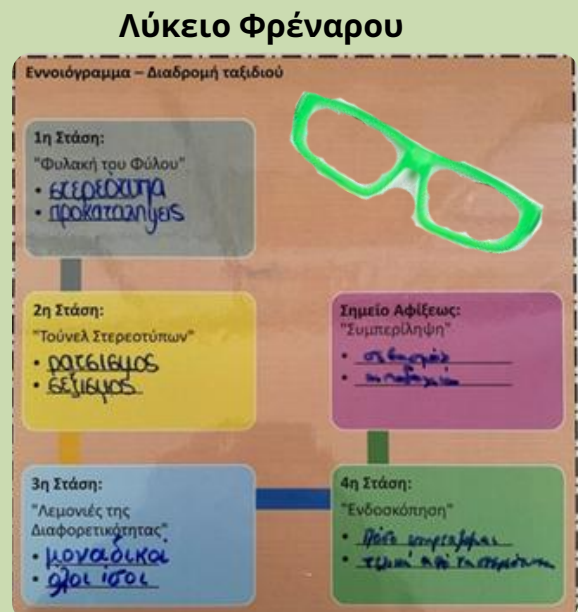
Λύκειο Κύκκου Α



Λύκειο Παλουριώτισσας



Λύκειο Αγίου Σπυρίδωνα



3^ο Εργαστήριο: Διεκδικητικότητα – Συναίνεση – Αποτελεσματική Επικοινωνία

Β΄ ΤΕΣΕΚ Λεμεσού



Λύκειο Φρέναρου

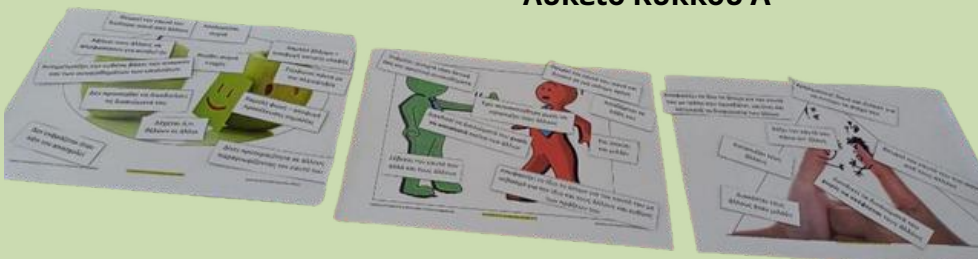


ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΣΥΝΑΙΝΕΣΗ

- Εικόνα σώματος
- Αυτοεκτίμηση - αυτοαγάπη
- Αλκοόλ και άλλες ουσίες
- Αξίες
- Μ.Μ.Ε.
- Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης
- Στερεότυπα για τους ρόλους του φύλου

Συνέπειες στον/στην: Συνέπειες στον/στην σύντροφό του/της:

Λύκειο Κύκκου Α



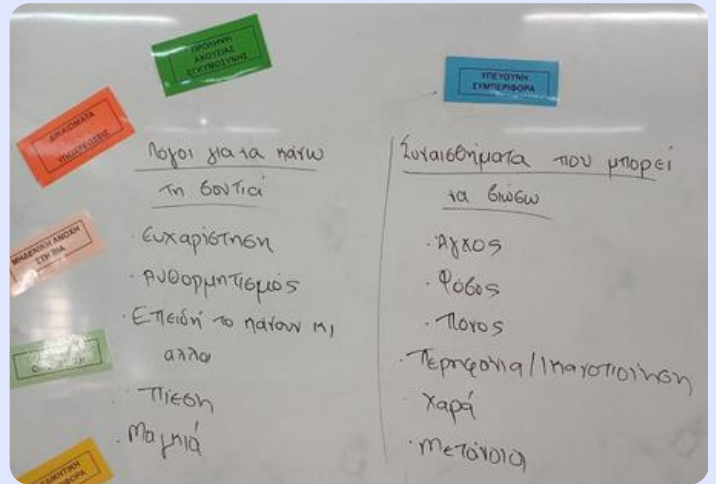
Φωτογραφικό Υλικό Β' Λυκείου

1^ο Εργαστήριο: Λήψη απόφασης

Γ' ΤΕΣΕΚ Λευκωσίας



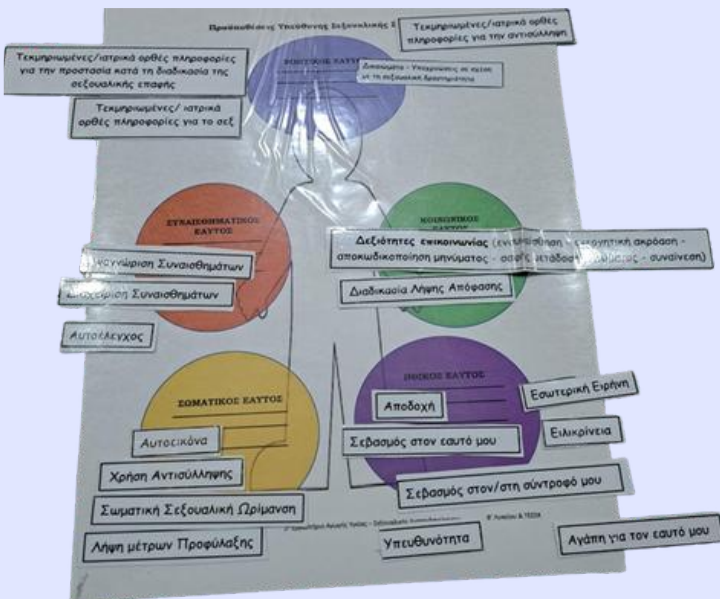
Λύκειο Ακρόπολης



Λύκειο Φρέναρου



Λύκειο Ιδαίου

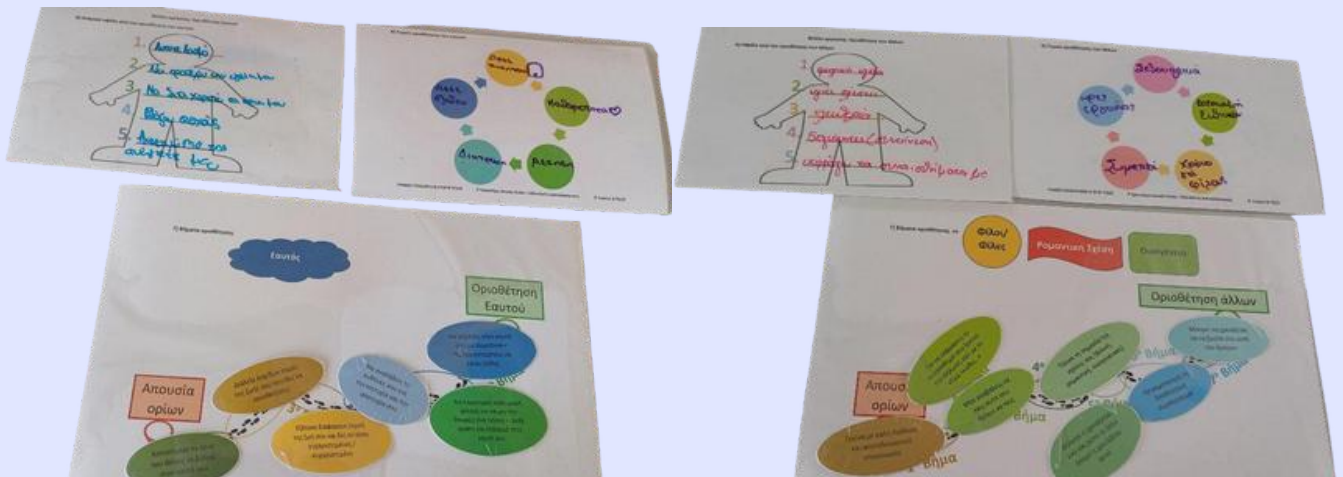


Λύκειο Λατσίών

3^ο Εργαστήριο: Οριοθέτηση



Λύκειο Κύκκου Α



Φωτογραφικό Υλικό Γ' Λυκείου

1^ο Εργαστήριο: Οικογένεια
και γονεϊκός ρόλος

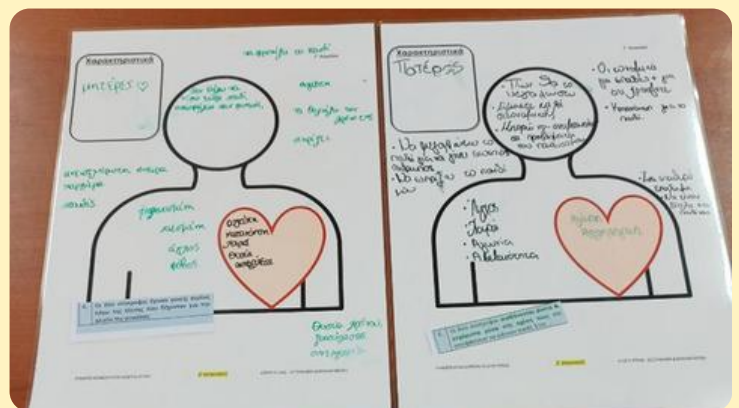
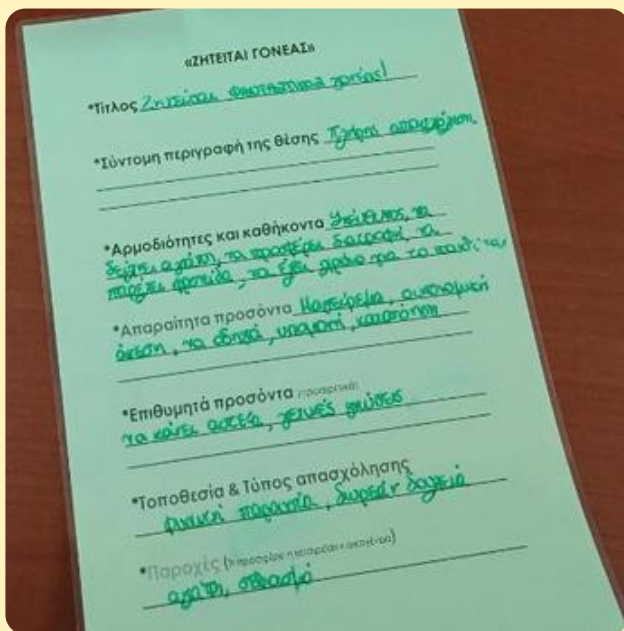
Λύκειο Εθνάρχη Μακαρίου Γ', Πάφος



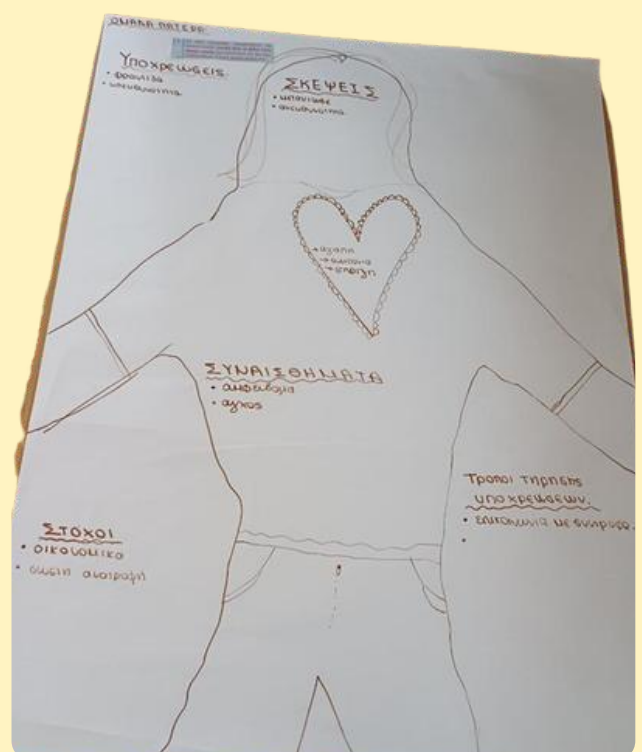
Διευκρίνιση σχετικά με τον ρόλο των Γονέων - Χαρακτηριστικά που χρειάζονται για ένα καλό γονέα

Εντυπωσιακός τίτλος: Ζητείται υπερηφάνεια	Πρέπει να είναι περιεκτικός και ελαστικός:	Απαραίτητα προσόντα: Υπευθυνότητα, μαγειρεία, υπομονή, καθαριότητα, οικονομία, σεμνότητα	Προσόντα που απαιτούνται για την θέση αυτή (π.χ. εκπαίδευση, εμπειρία, δεξιότητες):
Σύντομη περιγραφή θέσης: Καινούρια εμπειρία	Τι αφορά η θέση αυτή και γιατί είναι ενδιαφέρουσα:	Επιθυμητά προσόντα: ιατρικές γνώσεις, κομμοί, καθαριότητα, γνώση	(προαιρετικά) πρόσθετα στοιχεία που θα βοηθήσουν, αλλά δεν είναι υποχρεωτικά:
Αρμοδιότητες και καθήκοντα: παρέχει σεμνή φαγητά, καθαριότητα, ψυχική ευεξία, ηρεμία	Αναφέρετε τα βασικά καθήκοντα αυτής της θέσης:	Τοποθεσία & Τύπος απασχόλησης: Πλήρης ή μερική απασχόληση/ εξ αποστάσεως ή με φυσική παρουσία.	
		Παροχές της εταιρείας-Τι προσφέρει: αμοιβή, ασφάλιση, άδεια	

Λύκειο Ακρόπολης



Γυναίκα (μητέρα)	Άντρας (πατέρας)	Παιδί
Άλλοι ρόλοι που επιτελεί το άτομο θέσης: Παιδιά, αδελφάκια, φίλοι	Άλλοι ρόλοι που επιτελεί το άτομο θέσης: Εκπαιδευτής, φίλος, αδελφάκια	Άλλοι ρόλοι που επιτελεί το άτομο θέσης: Πατέρας, αδελφάκια
Υποχρεώσεις: Ζητάει από τα παιδιά μαγειρεία	Υποχρεώσεις: Πορνεία στη ζωή, ανάσχεση, επίβλεψη	Υποχρεώσεις: Να διαβάζει, μαθησιακό, να είναι υπεύθυνος
Δικαιώματα: Χρόνη, χρόνος με φίλους	Δικαιώματα: Χρόνη, χρόνος κητός	Δικαιώματα: Να παίζει, να εκπαιδευθεί

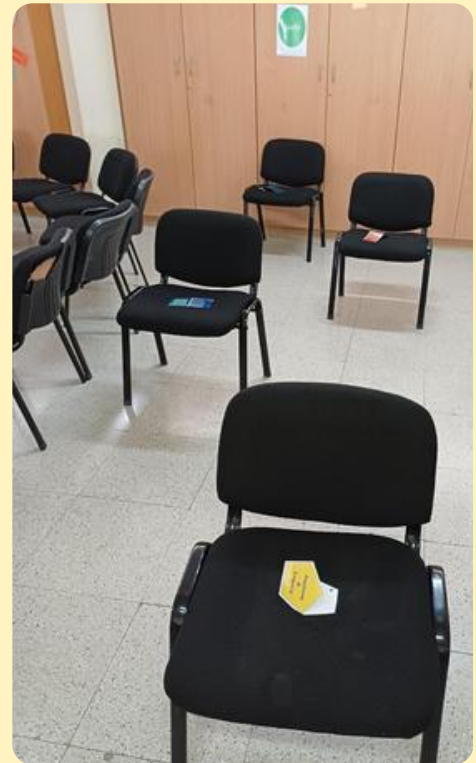


2^ο Εργαστήριο: Λαβύρινθος - Πρόληψη βίας

Διαρρύθμιση αίθουσας για τη 2^η εκδοχή

Γ' ΤΕΣΕΚ Λευκωσίας

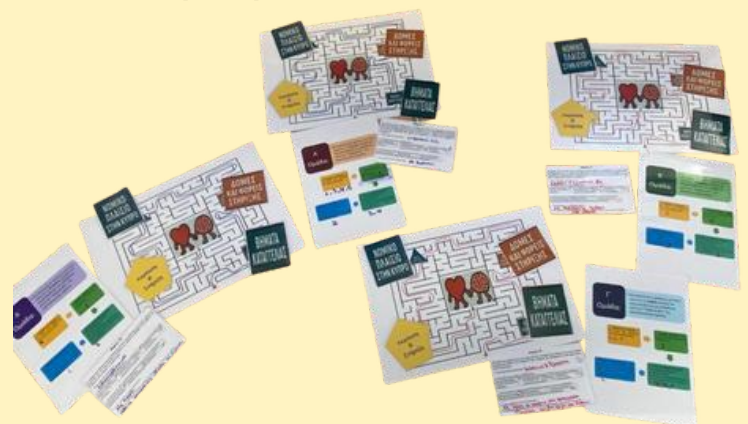
Διαρρύθμιση αίθουσας για την 1^η εκδοχή



Λύκειο Πολεμιδιών

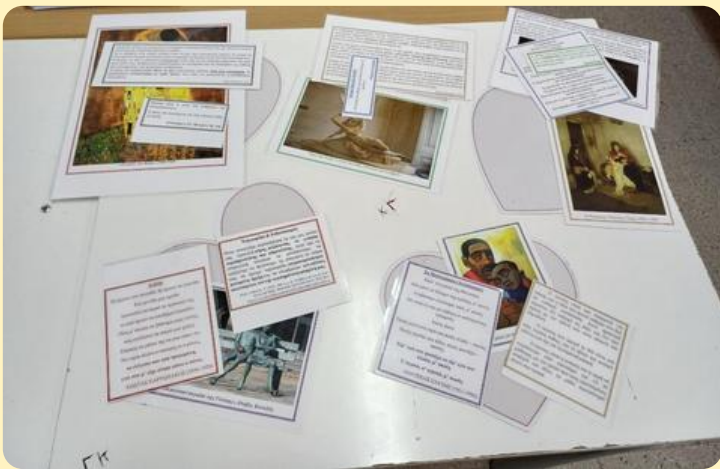


Λύκειο Φρέναρου





Λύκειο Ακρόπολης



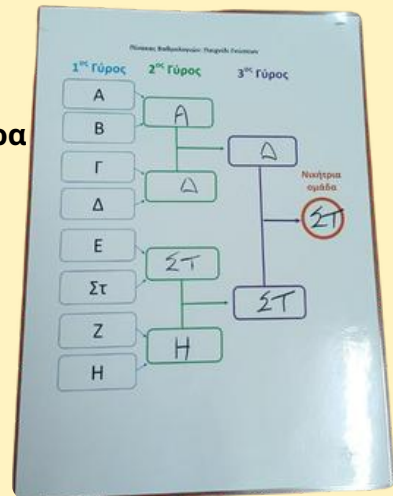
Λύκειο Παραλιμνίου



3^ο Εργαστήριο: Ανακεφαλαίωση



Λύκειο Εθνομάρτυρα Κυπριανού



Λύκειο Φρέναρου



Β' ΤΕΣΕΚ Λεμεσού



Βιβλιογραφία

- Advocates for Youth (n.d.) *Resources and Toolkits*. Available at: <https://www.advocatesforyouth.org/resources/> (Accessed: 20 May 2023).
- Break the Cycle (n.d.) *Love Is Not Abuse*. Available at: <https://www.breakthecycle.org/> (Accessed: 7 April 2025).
- Center for Prevention of Abuse (2020) *TDV Toolkit*. Available at: <https://centerforpreventionofabuse.org/wp-content/uploads/2020/01/TDV-2020-Toolkit.pdf> (Accessed: 20 February 2024).
- Council of Europe (2007) *Council of Europe Convention on the Protection of Children against Sexual Exploitation and Sexual Abuse (Lanzarote Convention)*. Strasbourg: Council of Europe.
- Council of Europe (2011) *Council of Europe Convention on Preventing and Combating Violence against Women and Domestic Violence (Istanbul Convention)*. Strasbourg: Council of Europe.
- Future of Sex Education Initiative (2020) *National Sex Education Standards: Core Content and Skills, K-12. 2nd edn. United States: Future of Sex Education Initiative*. Available at: <https://www.futureofsexed.org/> (Accessed: 20 February 2023)
- Pandea, A.-R., Grzemny, D. and Keen, E. (2019) *Gender Matters: A Manual on Addressing Gender-Based Violence Affecting Young People. 2nd edn. Strasbourg: Council of Europe*. Edited by R. Gomes. Available at: https://rm.coe.int/gender-matters-a-manual-on-addressing-gender-based-violence-affecting-/16809e1c34?utm_source (Accessed: 15 February 2023).
- RMC Health (n.d.) *Stage 2: Refusal Skills & Boundary Setting*. [Online resource]. Available at: <https://rmc.org/what-we-do/training-expertise-to-create-healthy-schools/health-education/interpersonal-communication/refusal-skills/> (Accessed: 7 May 2026)
- SIECUS: Sex Ed for Social Change (n.d.) *Sexuality Information and Education Resources*. Available at: <https://siecus.org/> (Accessed: 20 May 2023).
- Teaching Sexual Health (n.d.) *Grade 9 Teaching Resources*. Available at: <https://teachingsexualhealth.ca/teachers/grade/grade-9/> (Accessed: 10 May 2024).
- UNESCO (2018) *International Technical Guidance on Sexuality Education: An Evidence-Informed Approach. Revised edn. Paris: UNESCO*. Available at: [DOI: 10.54675/UQRM6395](https://doi.org/10.54675/UQRM6395) (Accessed: 10 June 2023).
- Utah Education Network (n.d.) *Health Education Core*. Available at: <https://www.uen.org/core/health/> (Accessed: 11 May 2025).
- WHO Regional Office for Europe and BZgA (2010) *Standards for Sexuality Education in Europe: A Framework for Policy Makers, Educational and Health Authorities and Specialists*. Cologne: Federal Centre for Health Education.
- Βάρβογλη, Λ. (2023) *Η τέχνη του να βάζεις όρια και να λες «Όχι»*. Αθήνα: Εκδόσεις Mamaya. ISBN 9786185224806.
- Γεωργίου, Δ., Κοφού, Ε., Μιχαήλ, Κ., Ανδρέου, Α., Επαμεινώνδα, Μ. και Πόποβιτς, Μ. (2014) *Εφαρμογή της Υποχρεωτικής Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης στους Έφηβους: Εκπαιδευτικό εγχειρίδιο για τη Μέση Εκπαίδευση με ενδεικτικές δραστηριότητες για τους Δείκτες Επιτυχίας Θεματικής Ενότητας 3.1: Οικογενειακός Προγραμματισμός, Σεξουαλική και Αναπαραγωγική Υγεία (Τάξεις Β' και Γ')*. Λευκωσία: Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού Προγραμματισμού. Διαθέσιμο στο: [https://www.childcom.org.cy/ccr/ccr.nsf/All/1512D195DEDD7B2BC2258610003EC5DD/\\$file/IMSET_Manual.pdf](https://www.childcom.org.cy/ccr/ccr.nsf/All/1512D195DEDD7B2BC2258610003EC5DD/$file/IMSET_Manual.pdf) (Πρόσβαση: 12 June 2024).
- Gliori, D. (2013) *Θα σε αγαπώ ό,τι και αν γίνει*. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη. ISBN 9789603781622.
- Καζέλα, Α., Κρητικού, Χ., Λοϊζου, Δ., Λουκαΐδου, Β. και Χριστοφόρου, Ε. (2021) *Οικιακή Οικονομία Β' Λυκείου*. Λευκωσία: Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου, Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων.
- Ντιναπόγιας, Α., Πετρουλάκη, Κ. και Τσιριγώτη, Α. (2011) *Ελληνική Έκδοση "GEAR against IPV". Τεύχος I: Το Πρόγραμμα "GEAR against IPV" – Ευαισθητοποίηση για την Ισότητα των Φύλων ενάντια στη Βία μεταξύ Έρωτικών Συντρόφων*. Αθήνα: Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας.
- Όμιλος Ιστορικού Διαλόγου και Έρευνας (2020) *Αντιρατσιστικό Εκπαιδευτικό Υλικό: Οι λευκοί δεν μπορούν να ραπάρουν*. Κύπρος.
- Παπαμιχαήλ, Ε. και Ζεμπύλας, Μ. (2025) *Κώδικας Συμπεριφοράς κατά του Ρατσισμού και των Διακρίσεων και Οδηγός Διαχείρισης και Καταγραφής Ρατσιστικών Περιστατικών. Β' έκδ.* Λευκωσία: Υπουργείο Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου, Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων. Διαθέσιμο στο: Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου (Πρόσβαση: 7 Μαΐου 2026).
- Πετρουλάκη, Κ., Τσιριγώτη, Α. και Ντιναπόγιας, Α. (2011) *Ελληνική Έκδοση GEAR against IPV. Τεύχος II: Οδηγός υλοποίησης ενός "GEAR against IPV" Σεμιναρίου εκπαιδευτικών*. Αθήνα: Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας.
- Τσιριγώτη, Α., Πετρουλάκη, Κ. και Ντιναπόγιας, Α. (2011) *Ελληνική Έκδοση GEAR against IPV. Τεύχος III: Εγχειρίδιο Εκπαιδευτικού*. Αθήνα: Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας.
- Τσιριγώτη, Α., Πετρουλάκη, Κ. και Ντιναπόγιας, Α. (2011) *Ελληνική Έκδοση GEAR against IPV. Τεύχος IV: Βιβλίο Δραστηριοτήτων για Μαθητές και Μαθήτριες*. Αθήνα: Ευρωπαϊκό Δίκτυο κατά της Βίας.

Νομοθεσία και συμβάσεις

Κυπριακή Δημοκρατία (2014) *Ο περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Σεξουαλικής Κακοποίησης, της Σεξουαλικής Εκμετάλλευσης Παιδιών και της Παιδικής Πορνογραφίας Νόμος του 2014 (91(I)/2014)*. Λευκωσία: Κυπριακή Δημοκρατία.

Κυπριακή Δημοκρατία (2018) *Ο περί της Προστασίας των Φυσικών Προσώπων Έναντι της Επεξεργασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα και της Ελεύθερης Κυκλοφορίας των Δεδομένων αυτών Νόμος του 2018 (125(I)/2018)*. Λευκωσία: Κυπριακή Δημοκρατία.

Κυπριακή Δημοκρατία (2021) *Ο περί της Πρόληψης και της Καταπολέμησης της Βίας κατά των Γυναικών και της Ενδοοικογενειακής Βίας και περί Συναφών Θεμάτων Νόμος του 2021 (115(I)/2021)*. Λευκωσία: Κυπριακή Δημοκρατία.

Βιντεογραφία / Οπτικοακουστικό Υλικό

Αλευράς, Θ. *Σ' αγαπώ θα πει*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=0C2b4cvmip4> (Πρόσβαση: 14 Μαρτίου 2025).

Αντωνοπούλου, Ρ. *Μικρόκοσμος*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: https://www.youtube.com/watch?v=0iQTYR6wsQs&list=RDOiQTYR6wsQs&start_radio=1 (Πρόσβαση: 7 Μαΐου 2026).

Bareilles, S. *Brave*. [Video online]. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=4Ny_LX3byp8 (Accessed: 14 Μαρτίου 2025).

ΔΙΑΛΕΞΕ ΣΤΑΣΗ (n.d.) *FUNNY ELEMENTS*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=KXJ3145ceSs> (Πρόσβαση: 12 Φεβρουαρίου 2024).

DIXAN (n.d.) *Διαφήμιση του DIXAN για τα στερεότυπα*. [Video online]. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=uY_GU-iGvEQ (Πρόσβαση: 7 Ιουνίου 2024).

Γιώρκας, Λ. *Σπάσε τη σιωπή*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: https://www.youtube.com/watch?v=NJXLxeh7Eo&list=RDNJXLxeh7Eo&start_radio=1 (Πρόσβαση: 20 Ιουνίου 2023).

Δεληβοριάς, Φ. *Γιατί είμαστε οικογένεια*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: https://www.youtube.com/watch?v=c0nJKtl8iKs&list=RDc0nJKtl8iKs&start_radio=1 (Πρόσβαση: 7 Μαΐου 2025).

Just Send It (n.d.) *Online Safety & Sexting*. [Video online]. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=C7z6lMbl3mw> (Accessed: 8 Ιουνίου 2023).

Ματούλα Ζαμάνη. *Αγάπη*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=2BnY5Cmecug> (Πρόσβαση: 8 Ιουνίου 2023).

Mothers Day Job Interview. *Mothers Day Job Interview*. [Video online]. Available at: https://www.youtube.com/watch?v=jyMZ_LOVcvo (Accessed: 7 May 2025).

Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Καταδύσεων (2021) *Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Καταδύσεων 2021*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=D8lVgB-5l8k> (Πρόσβαση: 19 Φεβρουαρίου 2024).

Ρίζου, Μ. *Μαζί σου στο φως*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: https://www.youtube.com/watch?v=Sk7l68dv7wg&list=RDSk7l68dv7wg&start_radio=1 (Πρόσβαση: 7 Μαΐου 2026).

Stand Up Speak Up (n.d.) *Stand up, speak up*. [Video online]. Available at: <https://www.youtube.com/watch?v=KCRtZsP1QIU> (Accessed: 10 Μαΐου 2024).

Τα γυαλιά της διαφορετικότητας [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=laW8e9uNDsM> (Πρόσβαση: 30 Ιουνίου 2024).

Το video-γρίφος που καταδεικνύει κοινωνικά στερεότυπα [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=XhxJgyjMrw> (Πρόσβαση: 17 Ιουνίου 2024).

Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων Ελλάδας (n.d.) *Ο Σεξισμός πληγώνει την κοινωνία. Αντιμετώπισέ τον στα ίσια | Εργασιακό Περιβάλλον*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=WByMtsSgbs> (Πρόσβαση: 30 Ιουνίου 2024).

Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων Ελλάδας (n.d.) *Ο Σεξισμός πληγώνει την κοινωνία. Αντιμετώπισέ τον στα ίσια | Σποτ 2*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=dh2dhl8AsGk> (Πρόσβαση: 30 Ιουνίου 20242026).

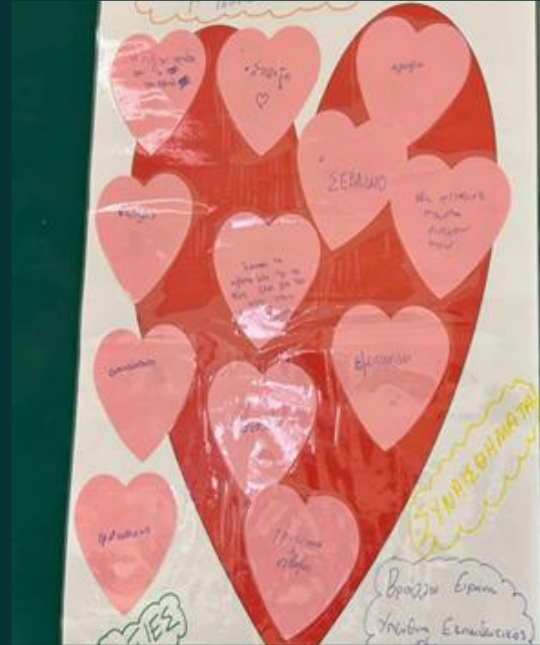
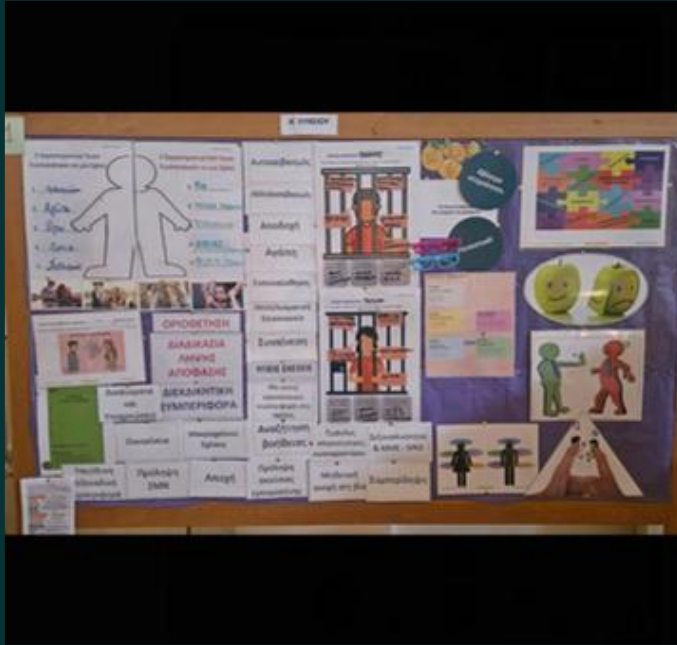
Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων Ελλάδας (n.d.) *Ο Σεξισμός πληγώνει την κοινωνία. Αντιμετώπισέ τον στα ίσια | Σχολικό Περιβάλλον*. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=-E8xbKmOBJM> (Πρόσβαση: 30 Ιουνίου 20242026).

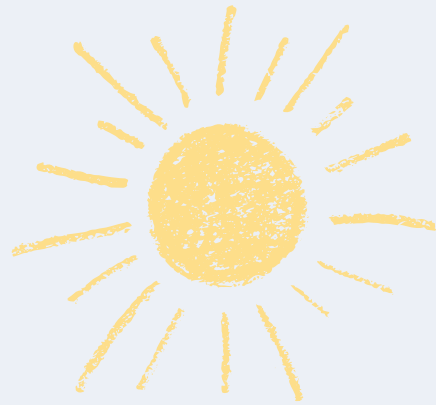
Πες μου το φύλο σου να σου πω τι θα γίνεις. [Video online]. Διαθεσιμο στο: <https://www.youtube.com/watch?v=vA2eLnSsVSA> (Πρόσβαση: 17 Ιουνίου 2024).



Β ' ΤΕΣΕΚ Λεμεσού

Το αποτέλεσμα των εργασιών όλων των μαθητών και μαθητριών της Γ ' τάξης που παρακαλούθησαν το Πρόγραμμα ΑΥ - ΣΔ, 2025 - 2026, κοσμεί την είσοδο της Β ' ΤΕΣΕΚ Λεμεσού.





ISBN: 978-9963-0-7170-8

