Co-funded by the European Union

Project nr: 2024-1-IT02-KA220-ADU-00025456

Edu4Impact LTTA – Μελέτη περίπτωσης 6

Γενικές πληροφορίες

- **Όνομα δραστηριότητας: Η ανθεκτικότητα στην πράξη**
- **Πεδίο εκπαίδευσης SEL: Υπεύθυνη λήψη αποφάσεων**

1. Στόχος της δραστηριότητας

Ποιος είναι ο κύριος στόχος της δραστηριότητάς σας; Τι θέλετε να μάθουν ή να αναπτύξουν οι συμμετέχοντες;

Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν δεξιότητες λήψης αποφάσεων και ομαδικής εργασίας μέσα από μια συνεργατική σωματική πρόκληση. Οι συμμετέχοντες πρέπει να επικοινωνήσουν, να λύσουν προβλήματα μαζί και να προσαρμοστούν σε νέες προκλήσεις, ενώ αναστοχάζονται τις επιλογές και τις συμπεριφορές τους.

Οι συμμετέχοντες αναμένεται να αναπτύξουν:

- Δεξιότητες υπεύθυνης λήψης αποφάσεων.
- Βελτίωση της ομαδικής εργασίας και της συνεργασίας.
- Ενίσχυση της επικοινωνίας και της ενεργητικής ακρόασης.
- Ενθάρρυνση της επίλυσης προβλημάτων υπό μεταβαλλόμενες συνθήκες.
- Οικοδόμηση αυτογνωσίας και εμπιστοσύνης μέσα στην ομάδα.
- Βοήθεια στους συμμετέχοντες να αναστοχαστούν τον τρόπο με τον οποίο λαμβάνουν αποφάσεις.

2. Ομάδα-στόχος

Για ποιον έχει σχεδιαστεί αυτή η δραστηριότητα; Να είστε όσο το δυνατόν πιο συγκεκριμένοι.

- Τύπος συμμετεχόντων: Ενήλικες / νέοι / μειονεκτούσες ομάδες / άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας / μειονότητες
- Ηλικιακό εύρος: 15 ετών και άνω
- Ειδικές ανάγκες (εάν υπάρχουν): για άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας, εισάγετε δραστηριότητες αναστοχασμού με εικονογράμματα, με καθοδήγηση ή σε πιο απλοποιημένη μορφή.

3. Περιγραφή της δραστηριότητας

Περιγράψτε τη δραστηριότητα βήμα προς βήμα, ώστε να μπορούν άλλοι να την αναπαράγουν (π.χ. εισαγωγή, ανάπτυξη, κλείσιμο – αναστοχασμός)

Εισαγωγή

1. Ο/η εμψυχωτής/τρια προετοιμάζει έναν ανοιχτό χώρο και τον χωρίζει σε δύο τμήματα.
2. Διαφορετικά αντικείμενα (όπως μαλακές μπάλες ή άλλα αντικείμενα) τοποθετούνται σε ένα τμήμα του χώρου.
3. Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε μικρές ομάδες.
4. Ο/η εμψυχωτής/τρια εξηγεί τον στόχο της δραστηριότητας: οι συμμετέχοντες πρέπει να μετακινήσουν τα αντικείμενα από τη μία πλευρά στην άλλη, ακολουθώντας συγκεκριμένους κανόνες και συνεργαζόμενοι.
5. Οι οδηγίες πρέπει να είναι σαφείς και προσαρμοσμένες στην ομάδα-στόχο. Εάν χρειάζεται, μπορούν να χρησιμοποιηθούν οπτικά βοηθήματα, απλοποιημένη γλώσσα ή υποστήριξη μετάφρασης.

Ανάπτυξη της δραστηριότητας

1. Οι συμμετέχοντες αρχίζουν να μετακινούν τα αντικείμενα από τη μία περιοχή στην άλλη.
2. Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, ο/η εμψυχωτής/τρια εισάγει σταδιακά νέες προκλήσεις ή κανόνες, ώστε η αποστολή να γίνει πιο σύνθετη. Για παράδειγμα:
   - περιορισμός της επικοινωνίας,
   - προσθήκη πίεσης χρόνου,
   - ανάθεση συγκεκριμένων ρόλων,
   - αλλαγή του τρόπου με τον οποίο μπορούν να μετακινηθούν τα αντικείμενα,
   - ή δημιουργία πρόσθετων στιγμών λήψης αποφάσεων.
3. Οι συμμετέχοντες πρέπει να συζητήσουν στρατηγικές, να συνεργαστούν και να λάβουν αποφάσεις μαζί, ώστε να ολοκληρώσουν με επιτυχία την αποστολή.
4. Ο/η εμψυχωτής/τρια παρατηρεί τη δυναμική της ομάδας, την επικοινωνία, την ομαδική εργασία και τις διαδικασίες λήψης αποφάσεων.
5. Μπορούν να προστεθούν παύσεις αναστοχασμού κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, ώστε να βοηθηθούν οι συμμετέχοντες να σκεφτούν:
   - πώς λαμβάνονται οι αποφάσεις,
   - πώς λειτουργεί η επικοινωνία,
   - ποιες δυσκολίες αντιμετωπίζουν,
   - και πώς μπορούν να βελτιώσουν τη συνεργασία.
6. Η δραστηριότητα μπορεί να προσαρμόζεται καθ' όλη τη διαδικασία σύμφωνα με τις ανάγκες, τις ικανότητες, τα υπόβαθρα και τη συναισθηματική κατάσταση των συμμετεχόντων.
7. Μπορούν να εισαχθούν σύντομα διαλείμματα ηρεμίας ή χαλάρωσης όταν είναι απαραίτητο.

Κλείσιμο και αναστοχασμός

1. Στο τέλος της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες συγκεντρώνονται σε κύκλο για ομαδικό αναστοχασμό.
2. Ο/η εμψυχωτής/τρια καθοδηγεί τη συζήτηση με ερωτήσεις όπως:
   - Πώς έλαβε αποφάσεις η ομάδα σας;
   - Τι βοήθησε ή εμπόδισε την επικοινωνία;

- Πώς αντιδράσατε στις προκλήσεις ή στις αλλαγές;
- Ποιο ρόλο έπαιξε η ομαδική εργασία;
- Πώς μπορούν αυτές οι εμπειρίες να συνδεθούν με πραγματικές καταστάσεις ζωής;

3. Οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να αναστοχαστούν τα συναισθήματα, τις συμπεριφορές τους και τη σημασία της συνεργασίας και της εμπιστοσύνης.
4. Ο/η εμψυχωτής/τρια ολοκληρώνει συνοψίζοντας τα κύρια μαθησιακά αποτελέσματα που σχετίζονται με την υπεύθυνη λήψη αποφάσεων, την επικοινωνία, την ομαδική εργασία και την αυτογνωσία.

4. Αναπτυσσόμενη κοινωνικο-συναισθηματική δεξιότητα / ικανότητα

Σε ποια/ποιες κοινωνικο-συναισθηματικές ικανότητες στοχεύει η δραστηριότητά σας; (Αυτογνωσία, κοινωνική επίγνωση, υπεύθυνη λήψη αποφάσεων, αυτοδιαχείριση, δεξιότητες σχέσεων)

Εξηγήστε πώς αναπτύσσεται αυτή η ικανότητα μέσω της δραστηριότητας:

Η υπεύθυνη λήψη αποφάσεων είναι η κύρια κοινωνικο-συναισθηματική ικανότητα που στοχεύουμε να καλλιεργήσουμε σε αυτή τη δραστηριότητα.
Κατά συνέπεια, θα καλλιεργήσουμε επίσης:

- Δεξιότητες σχέσεων: γενική επικοινωνία και επικοινωνία στην ομάδα
- Ενεργητική ακρόαση
- Συνεργασία
- Ομαδική εργασία και δόμηση ομάδας
- Αυτογνωσία

5. Υλικά και απαιτούμενος χώρος

Τι χρειάζεστε για να υλοποιήσετε αυτή τη δραστηριότητα;

- Οποιοδήποτε είδος μπάλας (μπάλα τένις, μαλακή μπάλα κ.λπ.). Το μέγεθος της μπάλας μπορεί να διαφέρει ανάλογα με την ομάδα-στόχο (χρησιμοποιήστε το ίδιο μέγεθος για όλους τους συμμετέχοντες).
- 1 ανοιχτός υπαίθριος χώρος
- Χρονόμετρο

6. Προσαρμογή σε διαφορετικά πλαίσια

Πώς ταιριάζει αυτή η δραστηριότητα στο επαγγελματικό σας πλαίσιο;

1. Λάβετε υπόψη τις νοητικές και μη νοητικές ικανότητες.
2. Λάβετε υπόψη τις ηλικιακές ομάδες και τα υπόβαθρα.
3. Λάβετε υπόψη τους ενήλικες και το πλαίσιο στο οποίο νοσηλεύονται / διαμένουν σε ίδρυμα.
4. Λάβετε υπόψη τις προσδοκίες της ομάδας-στόχου.

5. Λάβετε υπόψη την παρουσία ιατρικών ζητημάτων και πώς αυτά μπορεί να επηρεάσουν την ομάδα (σημαντικό για τη συγκρότηση των ομάδων).
6. Λήψη αποφάσεων με βάση σενάρια και παραδείγματα αποφάσεων ζωής. Προσαρμόστε τη δραστηριότητα αναστοχασμού. Δημιουργήστε ομάδες συζήτησης.

7. Αναμενόμενα αποτελέσματα

Ποιες αλλαγές αναμένετε στους συμμετέχοντες μετά από αυτή τη δραστηριότητα;

1. Να μάθουν περισσότερα για τον εαυτό τους.
2. Να συνδέσουν τη δραστηριότητα με πραγματικές εμπειρίες ζωής και να προβληματιστούν.
3. Να σκέφτονται πριν δράσουν.
4. Να δουλέψουν ζητήματα εμπιστοσύνης – να χτίσουν εμπιστοσύνη.