

AN INNOVATIVE  
OUTREACH  
PROGRAMME TO  
EQUIP ADULTS WITH  
DISSABILITIES WITH  
KEY COMPETENCES  
(SOCIAL  
ENTREPRENEURIAL  
AND DIGITAL)



## ENTRE4ALL COMMUNITY SUPPORT CENTRES

Project number: 2019-1-SI01-KA204-060426

### 02. ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ 2 – ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ: Τεχνικές και Φυλλάδια Εκπαίδευσης

#### 02.1. Διδακτικό και εκπαιδευτικό υλικό βασισμένο στην προσέγγιση κοινωνικής ενεργοποίησης

ΠΡΟΤΥΠΟ Α1: Τεχνικές και Φυλλάδια Εκπαίδευσης για ενήλικες εκπαιδευτές/καθηγητές που θα χρησιμοποιήσουν το ENTRE4ALL ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

Εταίρος: Emphasys Centre

Ημερομηνία:



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This communication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Ενότητα	1. Κοινωνικές Δεξιότητες
Αριθμός Δραστηριότητας	M4-T4-A10
Θέμα	Προσωπική Ανάπτυξη
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p><b>Βασικό (Α): Αναφερόμενο στο επίπεδο EQF 3-4</b></p> <p><b>Γνώσεις</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Κατανόηση της προσωπικής ενδυνάμωσης και της αυτοπεποίθησης</li> </ul> <p><b>Δεξιότητες</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Καθορισμός της ικανότητας κάποιου να αναγνωρίζει δυνατά και αδύνατα σημεία και να έχει αυτοπεποίθηση (Δημιουργική ικανότητα και δημιουργική δύναμη)</li> </ul> <p><b>Ικανότητες</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Υποστήριξη χρήση της αυτο-ενδυνάμωσης και της εμπιστοσύνης στην απασχόληση</li> </ul>
Μαθησιακή Προσέγγιση	<input type="checkbox"/> Μικτές ευκαιρίες μάθησης <input type="checkbox"/> Ατομική ηλεκτρονική μάθηση <input type="checkbox"/> Εκμάθηση βάσει εργασίας <input type="checkbox"/> Άλλο (διευκρινίστε) <input checked="" type="checkbox"/> Φυσική Εκπαίδευση (Face-to-Face) <input checked="" type="checkbox"/> Ανοιχτής και εξ αποστάσεως <input type="checkbox"/> Κοινωνική εργασία
Τεχνικές κατάρτισης	Ενδυνάμωση και εμπιστοσύνη
Διάρκεια	40 λεπτά
Εγκαταστάσεις / εξοπλισμός	Αίθουσα διδασκαλίας, πρόσβαση στο Διαδίκτυο, καρέκλες, τραπέζια, αίθουσα εκπαίδευσης
Οι συμμετέχοντες θα χρειαστούν:	Σημειωματάριο, στυλό ή μολύβι
Συνημμένα φύλλα εργασίας	<b>B1-1: Δημιουργική δύναμη (B1-1: Creative Power)</b>
Κύρια καθήκοντα/ Διαδικασία	<p><b>Εργασία 1</b></p> <p>Βεβαιωθείτε ότι έχουν πραγματοποιηθεί ρυθμίσεις για άτομα με προβλήματα ακοής. Ρίξτε μια ματιά στο παρακάτω βίντεο <a href="http://ilovestyle.com">ilovestyle.com</a> - <a href="#">Η Καρολίνα Πελενδρίτου για την αναπηρία της</a> (3 λεπτά)</p>

Συζητήστε με τους μαθητές σχετικά με την εμπιστοσύνη και την ενδυνάμωση. Εξηγήστε το ρόλο της εμπιστοσύνης και της ενδυνάμωσης για τις μελλοντικές τους προσπάθειες.

(10 λεπτά)

### Εργασία 2

Παρέχετε το φύλλο εργασίας 1: Δημιουργική δύναμη. Διαβάστε το έγγραφο δυνατά. Στη συνέχεια, διαβάστε το παρακάτω παράδειγμα:

- Όταν το ραδιόφωνο ανακοινώνει ότι υπάρχει κίνηση στη διαδρομή μας για το σπίτι και σκεφτόμαστε μια διαφορετική διαδρομή που επιστρέφει στο σπίτι.
- Όταν έχει διακοπή ρεύματος και ανάβουμε κεριά μέχρι να επανέλθει το ρεύμα.
- Όταν ένας ζωγράφος χρωματίζει και κάνει λάθος και βρίσκει έναν τρόπο να το καλύψει με χρώμα.
- 

Διαβάστε τους συχνότερους λόγους που επηρεάζουν τα άτομα με αναπηρίες ώστε να αισθάνονται αυτοπεποίθηση. Ρωτήστε τους μαθητές εάν δεν έχουν βιώσει ποτέ κανένα από αυτά τα εμπόδια.

### Εργασία 3

Ρωτήστε τους μαθητές «Τι σας αρέσει να κάνετε;».

Σχολιάστε την έννοια των δυνατοτήτων, της ηγεσίας, της διαφορετικότητας και της ένταξης. Εξηγήστε στους μαθητές ότι δεν μπορούμε να είμαστε καλοί σε όλα και πρέπει να το αποδεχτούμε.

Ζητήστε από τους μαθητές να γράψουν σε ένα κομμάτι χαρτί τις απαντήσεις τους στις ακόλουθες ερωτήσεις (μπορούν να τις πουν εάν το προτιμούν):

Σκεφτείτε όταν ήσασταν παιδί, τι σας άρεσε να κάνετε;

Τι θα θέλατε να μάθεις όταν ήσουν παιδί;

Πώς σας φαίνονται αυτά τα πράγματα σήμερα;

Ποια είναι τα δύο πράγματα που θεωρείτε τον εαυτό σας καλό; (μπορείτε να ζητήσετε από κάθε μαθητή όπως μαγείρεμα, τρέξιμο, σχέδιο, οργάνωση κ.λπ.)

Ποια νομίζετε ότι είναι η καλύτερη ικανότητά σας; (Μπορείτε να ζητήσετε από τον μαθητή να απαντήσει εάν είναι απαραίτητο).

(20 λεπτά)

### Εργασία 4

#### Ανακεφαλαιώστε και ολοκληρώστε το μάθημα (10 λεπτά)

Συζητήστε το ρόλο της δημιουργικής ικανότητας, να είστε σίγουροι και να προσδιορίσετε τα δυνατά σας σημεία.

<p><b>Χρήσιμες πηγές που αναφέρονται στο DATABANK (IO2-A2)</b></p>	<p><a href="#">Lesson Plan: Know your strengths. Own your strengths</a>  <a href="#">Confidence</a>  <a href="#">Empowerment</a>  <a href="#">18 Self-Esteem Worksheets and Activities for Teens and Adults</a></p>
<p><b>Συμβουλές</b></p>	<p><u>Επίπεδα EQF 5 &amp; 6</u>  <u>Μαθησιακά αποτελέσματα</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Αναγνώριση της δημιουργικής ικανότητας και δύναμης</li> <li>• Ορισμός της ενδυνάμωσης και της εμπιστοσύνης</li> <li>• Εφαρμογή αυτο-ενδυνάμωσης και αυτοπεποίθησης στη λήψη αποφάσεων</li> </ul> <p>Στη Δραστηριότητα Εργασίας 3, ο δάσκαλος χωρίζει την τάξη σε δύο ομάδες. Κάθε ομάδα πρέπει να συζητήσει για 10 λεπτά και να απαντήσει:      Τι είναι η εμπιστοσύνη;      Τι είναι η ενδυνάμωση;      Τι είναι η δημιουργική ικανότητα;</p> <p>Ένα μέλος κάθε ομάδας λέει την απάντησή τους μπροστά από τους άλλους και ολοκληρώνει τη συζητή.</p> <p>Μετά από αυτήν τη δραστηριότητα, ο εκπαιδευτικός παρέχει το ακόλουθο σενάριο στους μαθητές.      Παράδειγμα έλλειψης εμπιστοσύνης:      Η Claudia είναι 23 ετών και πηγαίνει στο κολέγιο κάθε μέρα. Θέλει να γίνει βοηθός γραφείου. Η Claudia περνά τον περισσότερο χρόνο της μόνη της και ντρέπεται πολύ όταν μιλάει με νέους ανθρώπους. Όταν είναι στο σπίτι, της αρέσει να οργανώνει τα πράγματα τις και να διαβάζει περιοδικά. Η καθηγήτρια στο κολέγιο της λέει πάντα ότι είναι πραγματικά καλή στα μαθήματα στα οποία παρακολουθεί, αλλά πρέπει να μιλάει περισσότερο. Την ημέρα αξιολόγησης έπρεπε να προετοιμάσει μια παρουσίαση. Η Claudia κοιτούσε προς τα κάτω και δυσκολεύτηκε να διατυπώσει αυτά που ήθελε να πει και δεν ήταν καλή στην παρουσίαση. Ως αποτέλεσμα, ο βαθμός της ήταν χαμηλός και έλαβε αρνητικά σχόλια από τον καθηγητή της. Η Claudia σκέφτεται να εγκαταλείψει την ευκαιρία, καθώς πιστεύει ότι δεν θα είναι ποτέ τόσο καλή σαν παρουσιάστρια όσο οι άλλοι.</p> <p>Ρωτήστε τους μαθητές, τι πρέπει να κάνει η Claudia αντί να τα παρατήσει; Σκεφτείτε τη δημιουργική ικανότητα.      Ποια είναι η δύναμη της Claudia; Ποια είναι η αδυναμία της;</p> <p><u>Επίπεδα EQF 7 &amp; 8:</u>  <u>Μαθησιακά αποτελέσματα:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Να ενθαρρύνει τους άλλους να έχουν αυτοπεποίθηση και αυτοδύναμοι</li> <li>• Να αντιδράνε σε δύσκολες καταστάσεις με δημιουργική ικανότητα</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να αναπτύξουν ένα όραμα για το μέλλον με αυτοπεποίθηση και αυτο-ενδυνάμωση</li> <li>• Να εξηγήσει το ρόλο της αυτο-ενδυνάμωσης και της εμπιστοσύνης</li> </ul> <p>Στη δραστηριότητα της εργασίας 3, ο δάσκαλος ζητά από τους μαθητές να συμπληρώσουν τις ακόλουθες γραμμές:          Οι φίλοι μου πιστεύουν ότι είμαι φοβερός γιατί...          Οι συμμαθητές μου λένε ότι είμαι υπέροχος στο...          Νιώθω πολύ χαρούμενος όταν...          Κάτι για το οποίο είμαι πραγματικά περήφανος είναι...          Κάνω την οικογένειά μου ευτυχισμένη όταν...          Ένα μοναδικό πράγμα για μένα είναι...</p> <p>Κάντε τις ερωτήσεις για να πουν οι μαθητές στον εαυτό τους γιατί είναι σημαντικό να είστε εξουσιοδοτημένοι και σίγουροι. Συζητήστε πώς αυτά μπορούν να επηρεάσουν τους προσωπικούς και επαγγελματικούς σας στόχους.</p> <p>Χωρίστε τους μαθητές σε μια ομάδα των 2 ατόμων , ένα άτομο πρέπει να εκφράσει σε τι δεν έχει αυτοπεποίθηση, π.χ. να μιλήσει και να γνωρίσει νέους ανθρώπους, ζωγραφική, γραφή, μαγείρεμα, χορό κλπ. Το άλλο άτομο προσπαθεί να τον ενδυναμώσει.</p>
--	---

## Φύλλο Εργασίας 1

### Worksheet B1-1: Δημιουργική Δύναμη (Worksheet B1-1: Creative Power)



Η **εμπιστοσύνη** είναι η ποιότητα του να είστε σίγουροι για τις ικανότητές σας ή να εμπιστεύεστε άτομα, σχέδια ή το μέλλον:

Η **ενδυνάμωση** είναι η διαδικασία απόκτησης ελευθερίας και εξουσίας για να κάνετε ό, τι θέλετε ή να διαχειρίζεστε οτιδήποτε συμβαίνει σε εσάς.

Η **δημιουργική δύναμη** είναι μια διαδικασία στην οποία ένα άτομο έχει την ενέργεια και το πάθος να δράσει.

Η **δημιουργική ικανότητα** είναι η ικανότητα κάποιου να αναγνωρίζει τα συναισθήματά του, να αντιμετωπίζει μια πρόκληση ή ευκαιρία μέσω ενός δημιουργικού τρόπου. Η δημιουργική ικανότητα προέρχεται από τη «δομή των πεποιθήσεων» (αυτό που πιστεύουμε για τον εαυτό μας και τον κόσμο).

Γιατί οι άνθρωποι δεν έχουν αυτοπεποίθηση;

- Έλλειψη αυτο-ενδυνάμωσης και αυτοπεποίθησης.
- Έλλειψη κατεύθυνσης από τον εαυτό τους ή από άλλους.
- Φοβάται την αποτυχία και την απόρριψη.
- «Ομοιόσταση»: Η υποσυνείδητη επιθυμία να παραμείνει συνεπής με αυτό που έχει κάνει στο παρελθόν οδηγώντας σε παραμονή στο «comfort zone».
- Έλλειψη προληπτικής σκέψης: παραμένοντας παθητικός σε νέες πληροφορίες και ιδέες και ακολουθώντας μια ρουτίνα χωρίς να βάζουμε σε προκλήσεις το μυαλό μας.
- Έλλειψη εύρεσης δημιουργικών τρόπων για την επίλυση ενός προβλήματος, αλλά βασισμένοι πάντα στην εκλογίκευση και στον εξορθολογισμό.

### Ερωτήσεις:



Έχετε νοιώσει ποτέ κάποια από αυτά τα συναισθήματα;

Τι κάνατε όταν τα νιώσατε;

Τι θα μπορούσατε να κάνετε για αυτό;