



ΑΥΤΟΒΙΟΓΡΑΦΙΑ ΚΑΙ ΑΥΤΟΑΦΗΓΗΣΗ

Πρακτικές για συναισθηματική αυτοεπίγνωση

Οδηγός για εκπαιδευτικούς



Ο παρών οδηγός αποτελεί μια προσαρμογή του διαδικτυακού κύκλου επιμόρφωσης «Αυτοβιογραφία και αυτοαφήγηση: Πρακτικές για συναισθηματική αυτοεπίγνωση», ο οποίος υλοποιήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος «BET! - Πέρα από τον COVID-19- Η νέα εποχή της διδασκαλίας. Ψηφιακή μάθηση για κοινωνική συμπερίληψη» (BET! - Beyond COVID-19- The new era of Teaching. Digital learning for social inclusion), μέσω της πλατφόρμας Moodle (<http://www.oxfamedu.it/moodle/login/index.php>).

Το «BET! - Πέρα από τον COVID-19- Η νέα εποχή της διδασκαλίας. Ψηφιακή μάθηση για κοινωνική συμπερίληψη» συγχρηματοδοτήθηκε από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης και υλοποιήθηκε σε 4 χώρες, την Ελλάδα, την Ιταλία, τη Ρουμανία και την Πορτογαλία από την ActionAid Hellas, την Oxfam Italia και την Lama Development and Cooperation Agency, την Agenda21 και την AIDGLOBAL, από τον Απρίλιο του 2021 έως και τον Μάρτιο του 2023.

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της συγκεκριμένης έκδοσης δε συνιστά αποδοχή του περιεχομένου αυτής, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών του. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν αναλαμβάνει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται στην παρούσα έκδοση.

Μάρτιος 2023

Περιεχόμενα

Καλώς ορίσατε	4
Κοινό στόχος	5
Στόχοι του κύκλου επιμόρφωσης	5
Δομή/ θέματα του κύκλου επιμόρφωσης	5
Εσείς και το «BET!»	5
Ενότητα 1.....	7
Αυτοβιογραφία - Γιατί να πούμε την ιστορία μας.....	7
Τι είναι και πως γράφουμε μια αυτοβιογραφία	9
Αυτοβιογραφικές μεθοδολογίες	9
Εκπαιδευτική αυτοβιογραφία	9
Υλικό για περεταίρω μελέτη	9
Άσκηση – Ξαναζώ χωρίς σταματημό	10
Ενότητα 2.....	12
Στρατηγικές αυτοαφήγησης – Η αυτοβιογραφία στο σχολείο	12
Άσκηση - Λέω το όνομά μου	13
Οφέλη της αυτοβιογραφίας στο σχολείο	14
Υλικό για περεταίρω μελέτη της αυτοβιογραφίας στο σχολείο	14
Παραδείγματα αυτοβιογραφικών δραστηριοτήτων στην τάξη	14
Αυτοβιογραφική γραφή - 8 ασκήσεις για αρχή	22
Ενότητα 3.....	25
Γλωσσική αυτοβιογραφία – Μιλάμε για τον εαυτό μας για να γνωρίσουμε τον άλλον	25
Γλωσσική αυτοβιογραφία	26
Γλώσσες στην τάξη	27
Ενότητα 4.....	28
Η σειρά σας τώρα.....	28
Αναμνήσεις μετά μουσικής	29
Το αυτοβιογραφικό σας «ταξίδι» στην τάξη	29
Κλείσιμο	30
Μοίρασμα εμπειριών και αξιολόγηση	30
Μοίρασμα εμπειριών	31
Τελική αξιολόγηση	31



Καλώς ορίσατε



Το πρόγραμμα περιλαμβάνει 5 ενότητες κατάρτισης κατά τις οποίες οι συμμετέχοντες εμπλουτίζουν τις γνώσεις τους σχετικά με τον τρόπο προσέγγισης της αυτοβιογραφικής μεθόδου και τη χρήση της μέσα στην τάξη. Επίσης, διερευνώνται κάποιες ασκήσεις αυτοαφήγησης που αποσκοπούν στην ανάπτυξη μεγαλύτερης συναισθηματικής αυτοεπίγνωσης.

Κοινό στόχος

Εκπαιδευτικοί που εργάζονται με μαθητές και μαθήτριες από 11-18 ετών. Παρακαλούμε σημειώστε ότι είναι απαραίτητο να προσαρμόσετε το περιεχόμενο του μαθήματος και το υλικό που θα σας δοθεί προκειμένου να είναι κατάλληλο για την ηλικία και τις ανάγκες των δικών σας μαθητών/μαθητριών.

Στόχοι του κύκλου επιμόρφωσης

- Να αφηγηθούμε την ιστορία μας για να κάνουμε καλό στον εαυτό μας.
- Να μιλήσουμε για τον εαυτό μας ώστε να ανακαλύψουμε ή να ξανα-ανακαλύψουμε το παρελθόν μας και να κατανοήσουμε καλύτερα τις επιλογές μας.
- Να μιλήσουμε για τον εαυτό μας ώστε να συναντήσουμε τον άλλο.

Δομή/ θέματα του κύκλου επιμόρφωσης

Ενότητα 1: Αυτοβιογραφία. Γιατί να πούμε την ιστορία μας.

Ενότητα 2: Στρατηγικές αυτοαφήγησης. Η αυτοβιογραφία στο σχολείο.

Ενότητα 3: Γλωσσική αυτοβιογραφία. Μιλάμε για τον εαυτό μας για να γνωρίσουμε τον άλλον.

Ενότητα 4: Σχεδιασμός και πειραματική εφαρμογή στο σχολείο.

Κλείσιμο: Μοίρασμα εμπειριών και αξιολόγηση

Εσείς και το «BET!»

Ο κύκλος επιμόρφωσης είναι μέρος του προγράμματος «BET! Πέρα από τον COVID-19- Η νέα εποχή της διδασκαλίας. Ψηφιακή μάθηση για κοινωνική συμπερίληψη», το οποίο

χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Βούλησή μας είναι να συνεργαστούμε μαζί σας στενά και να σας βοηθήσουμε να αναπτύξετε καινοτόμες επαγγελματικές πρακτικές, δεξιότητες και γνώσεις, προκειμένου αφενός να ανταποκρίνεστε με επάρκεια στις προκλήσεις που επιφυλάσσει μια μελλοντική παγκόσμια και ψηφιακή κοινωνία και αφετέρου να συμβάλλετε στην ενδυνάμωση των μαθητών σας.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε τον σύνδεσμο: <https://www.actionaid.gr/i-drasi-mas/stin-ekpaideysi/bet-pera-apo-ton-covid-19-i-nea-epohi-tis-didaskalias>

Ενότητα 1

Αυτοβιογραφία - Γιατί να πούμε την ιστορία μας



Υπάρχουν πολλοί λόγοι για τους οποίους αξίζει να αρχίσουμε να γράφουμε για μας και για τα συναισθήματά μας. Ας προσπαθήσουμε να συνοψίσουμε τους λόγους σε τουλάχιστον πέντε βασικά σημεία.

1. Για να κάνουμε απολογισμό

Η αποτίμηση των εμπειριών μας επιτρέπει να εξετάζουμε προσεκτικά τις διαφορετικές φάσεις και στιγμές της ζωής μας και να αφήνουμε πίσω μας πράγματα που έχουν πάψει να μας ανήκουν ή έχουν τελειώσει και θα πρέπει να μείνουν οριστικά στο παρελθόν.

2. Για να βάλουμε τα γεγονότα, τα πράγματα και τους ανθρώπους μέσα σε συγκεκριμένο πλαίσιο

Κάθε ιστορία αποτελείται από τρία βασικά στοιχεία: χαρακτήρες, πλαίσιο και ρητή ή υποκείμενη σύγκρουση. Η προσπάθεια αφήγησης των εμπειριών, η αναδρομή στο παρελθόν και μια πιο διεξοδική διερεύνηση των καταστάσεων και των ανθρώπων που ήταν μέρος των εμπειριών είναι ένας τρόπος να βάζουμε τα πράγματα στη σειρά και να ξαναπιάνουμε το νήμα των γεγονότων. Επιπλέον, ίσως αυτή η διαδικασία μας βοηθά να νοηματοδοτούμε στιγμές της ζωής μας που πρωτύτερα έμοιαζαν να μην έχουν νόημα.

3. Για να εκπαιδύσουμε τη μνήμη μας

Η άσκηση της μνήμης είναι πολύ χρήσιμη διαδικασία. Αφού φέρουμε στο φως ανθρώπους, καταστάσεις και συγκρούσεις που είναι ή υπήρξαν κάποτε μέρος της ζωής μας, μπορεί να επιλέξουμε να συγχωρήσουμε τους άλλους ή τον εαυτό μας.

4. Για να κατανοήσουμε τις επιλογές μας, σχεδιάσουμε το μέλλον μας

Η συγγραφή μιας αυτοβιογραφίας μας βοηθά να κοιτάμε προς τα πίσω, να κατανοούμε γιατί συμπεριφερθήκαμε με συγκεκριμένο τρόπο σε συγκεκριμένες περιστάσεις και να αποφασίσουμε να αναγνωρίσουμε το γεγονός ότι έχουμε αλλάξει από τότε. Η συγγραφή είναι χρήσιμη επειδή μας επιτρέπει να κατανοούμε τι συνέβη χθες, να αποστασιοποιούμαστε από τα γεγονότα, να αντλαμβανόμαστε καλύτερα την αξία ορισμένων επιλογών και επομένως να προβαίνουμε σε νέες επιλογές.

5. Για να εξερευνήσουμε τα συναισθήματά μας

Εξερευνώντας τις εμπειρίες μας μέσω της γραφής, μπορούμε να βρούμε το νήμα που συνδέει όλα όσα συμβαίνουν στη ζωή μας και να κατανοήσουμε ποια είναι η συναισθηματική ορμή που μας ωθεί προς τα εμπρός, παρά τους φόβους και τις αμφιβολίες,

εγγενείς στην καθημερινή μας ζωή. Η ανάλυση μιας εμπειρίας δεν είναι πάντοτε εύκολη, Ωστόσο είναι απαραίτητη εάν θέλουμε να προχωρήσουμε.

Έχοντας κατά νου τους λόγους για τους οποίους θα πρέπει να δοκιμάσουμε την αυτοβιογραφία, στην ενότητα αυτή θα εξετάσουμε αναλυτικότερα τι σημαίνει αυτοβιογραφία και θα πειραματιστούμε μαζί μέσα από κάποιες αυτοβιογραφικές ασκήσεις.

Τι είναι και πως γράφουμε μια αυτοβιογραφία

Αυτό το σύντομο βίντεο μας μυεί στο αντικείμενο της αυτοβιογραφίας και μας εξηγεί τι είναι η αυτοβιογραφία.

https://youtu.be/_FKr_fcPJY8

Αυτοβιογραφικές μεθοδολογίες

Στον ακόλουθο σύνδεσμο μπορείτε να βρείτε ένα έγγραφο από τον ιστότοπο <https://www.storyar.eu> που πραγματεύεται την αυτοβιογραφία ως εκπαιδευτική μεθοδολογία.

<https://shorturl.at/agnxR>

Εκπαιδευτική αυτοβιογραφία

Η εκπαιδευτική αυτοβιογραφία είναι ένα παράδειγμα αυτοβιογραφίας που εστιάζει στην εκπαιδευτική εμπειρία ενός ατόμου. Στο ακόλουθο βίντεο (στα αγγλικά) ένας εκπαιδευτικός περιγράφει την εμπειρία του μέσα από το εκπαιδευτικό σύστημα ξεκινώντας από το νηπιαγωγείο και φτάνοντας μέχρι το Λύκειο, οπτικοποιώντας την παράλληλα μέσω των εικόνων που ζωγραφίζει.

<https://youtu.be/qDuQGnn3l00>

Μπορείτε να ζητήσετε και από τους μαθητές και τις μαθήτριές σας να εξασκηθούν και να δοκιμάσουν να φτιάξουν ένα βίντεο με τη δική τους εκπαιδευτική αυτοβιογραφία.

Υλικό για περεταίρω μελέτη

Ακολούθως θα βρείτε δύο πόρους για το θέμα της αυτοβιογραφίας ως μεθοδολογίας εκπαίδευσης και αυτογνωσίας.

Ο πρώτος πόρος είναι μια ερευνητική μελέτη (στα αγγλικά) που αντλήσαμε από το πρόγραμμα «EUROIDENTITIES - The Evolution of European Identity: Using biographical method to study the development of European identity» (ΕΥΡΩΤΑΥΤΟΤΗΤΕΣ - Η εξέλιξη της ευρωπαϊκής ταυτότητας: Χρήση βιογραφικών μεθόδων για τη μελέτη της ανάπτυξης της ευρωπαϊκής ταυτότητας». Η μελέτη φέρει τον τίτλο "Method in Practice:

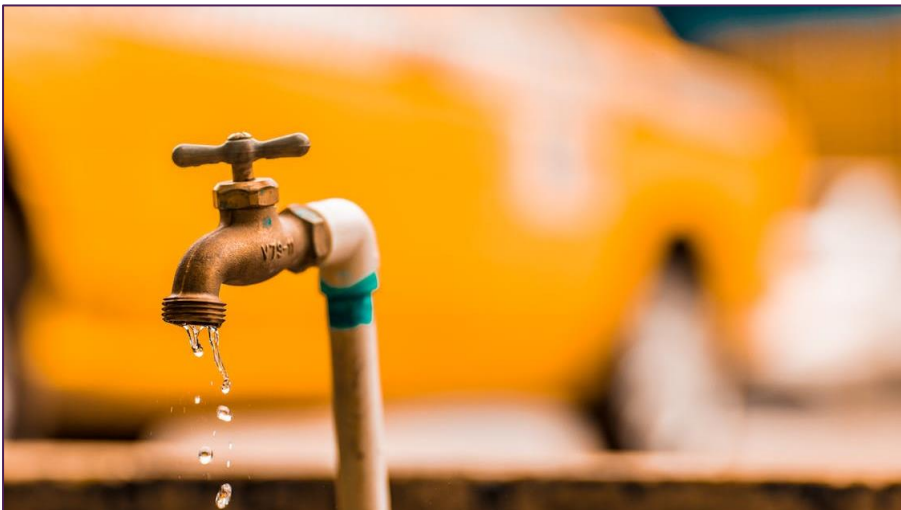
Autobiographical Narrative Interviews in Search of European Phenomena” (Μέθοδος στην πράξη: Αυτοβιογραφικές αφηγηματικές συνεντεύξεις προς αναζήτηση ευρωπαϊκών φαινομένων) και καταδεικνύει ότι η αυτοβιογραφία δεν είναι μόνο έκφραση του εαυτού αλλά και γνώση των κοινωνιολογικών φαινομένων και επίγνωση της κοινωνικής πραγματικότητας. Είναι διαθέσιμη στον ακόλουθο σύνδεσμο: <https://shorturl.at/clFXZ>

Ο δεύτερος πόρος είναι μια παρουσίαση (στα αγγλικά) της Andrea Ciantar με τίτλο «Autobiographical Methodologies – The autobiography as self-care” (Αυτοβιογραφικές Μεθοδολογίες – Η αυτοβιογραφία ως αυτοφροντίδα). Είναι διαθέσιμη στον ακόλουθο σύνδεσμο: <https://shorturl.at/aknuU>

Άσκηση – Ξαναζώ χωρίς σταματημό

Ακολούθως θα βρείτε φωτογραφίες αρκετών αντικειμένων. Διαλέξτε δύο και προσπαθήστε να γράψετε τι σας θυμίζουν. Ακολουθήστε το νήμα των σκέψεών σας, ανακαλέστε χωρίς σταματημό και καταγράψτε τις σκέψεις σας στο σημειωματάριό σας.





Ενότητα 2

Στρατηγικές αυτοαφήγησης – Η
αυτοβιογραφία στο σχολείο



«Η μνήμη πράττει, ενεργεί, αποφασίζει: όλα λαμβάνουν χώρα μέσα μας, με έναν αέναο συνδυασμό αναδρομικής και ενδοσκοπικής σκέψης. Η πρώτη μας φέρνει πίσω εκεί που ήμασταν. Η δεύτερη μας καθοδηγεί για να αναλογιστούμε το νόημα ορισμένων εμπειριών τις οποίες είτε δικαιολογεί είτε απορρίπτει, στέλνοντάς τις πίσω στα αθέατα υπόγεια της λήθης... Ο νους μας μετασχηματίζει γεγονότα: καμία ανάμνηση δεν είναι δυνατόν να φωτογραφηθεί. Ωστόσο, μπορούμε να την αφηγούμαστε σαν να είναι φωτογραφία»¹

Άσκηση - Λέω το όνομά μου

Το όνομα που φέρουμε είναι μέρος της ταυτότητάς μας, ως άτομα και ως μέρος μιας κοινωνικής και οικογενειακής ιστορίας. Στη συνέχεια, προσπαθήστε να πείτε την ιστορία του ονόματός σας, ακολουθώντας τις εισαγωγές που προτείνουμε ή ακόμα και αφήνοντας την ιστορία να προχωρήσει αυθόρμητα ως έχει...

- Συχνά ο τρόπος με τον οποίο μας αποκαλούν συνδέεται με πολιτιστικές παραδόσεις (όταν για παράδειγμα φέρουμε το όνομα ενός από τους παππούδες), ένα οικογενειακό ιστορικό ή άλλα ειδικά γεγονότα...
- Στη συνέχεια μπορείτε να πείτε πώς έχει αλλάξει το όνομά σας με την πάροδο του χρόνου και, στη συνέχεια, τα χαϊδευτικά ή ψευδώνυμα με τα οποία σας φώναζε η οικογένειά σας, οι φίλοι σας κ.λπ.
- Ή μπορείτε να μιλήσετε - γενικά - για τη σχέση σας με το όνομά σας, αν έχετε σκεφτεί κάτι σχετικά με αυτό, αναγνωρίσει κάτι σε αυτό κ.λπ.

Σημειώστε τα παραπάνω στο σημειωματάριό σας.

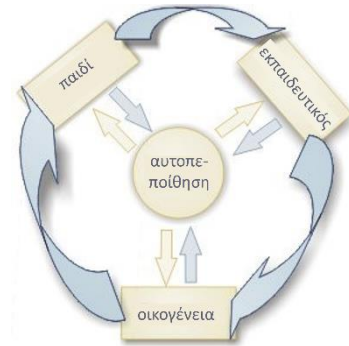
¹ Il gioco della vita - Kit autobiografico, Duccio Demetrio, Guerini e Associati, 1997

Οφέλη της αυτοβιογραφίας στο σχολείο

«Η αφήγηση του εαυτού και των συναισθημάτων μάς εμπνέει εμπιστοσύνη στους άλλους και ενισχύει την κυκλική επικοινωνία».

Η αφήγηση είναι επίσης, κυρίως, ο τρόπος με τον οποίο διαμορφώνουμε την ταυτότητά μας. Κτίζουμε και οργανώνουμε την ταυτότητά μας αφηγούμενοι τον εαυτό μας σε άλλους μέσα σε μια διεργασία διαπραγμάτευσης νοημάτων.

Η **αφηγηματική αυτοβιογραφία** μπορεί να συμβάλλει στη **γεφύρωση του χάσματος ανάμεσα σε εκπαιδευτικούς και μαθητές**.



Η ενασχόληση με την αφηγηματική αυτοβιογραφία είναι εξαιρετικά σημαντική για την **προσωπική εξέλιξη** καθώς επιτρέπει την αποδοχή **νέων ιδεών και εμπειριών** συμβάλλοντας στην ανάπτυξη της **αυτεπίγνωσης** και στην οικοδόμηση της **αυτοεκτίμησης**. Με σχεσιακούς όρους, η πρακτική της αφηγηματικής αυτοβιογραφίας ενισχύει τις δεξιότητες της ενεργού ακρόασης και τις δεξιότητες **επικοινωνίας**.

Η εισαγωγή της αφηγηματικής αυτοβιογραφίας σε μια ομάδα μπορεί ακόμη να βοηθήσει τα μέλη της να εμπλακούν σε **ουσιαστικό διάλογο** σχετικά με τις αξίες, τις πεποιθήσεις και τις προοπτικές και να διευκολύνει την **εξέλιξη της σχολικής τάξης** προς μια αλληλεπιδραστική κοινότητα όπου ενθαρρύνεται ο αναστοχασμός, οι κοινές εμπειρίες, η ηθική της φροντίδας και η κατανόηση μεταξύ των συμμαθητών.

Υλικό για περαιτέρω μελέτη της αυτοβιογραφίας στο σχολείο

Ακολούθως θα βρείτε δύο επιστημονικά άρθρα που θα σας βοηθήσουν να κατανοήσετε καλύτερα πώς η αφηγηματική αυτοβιογραφία μπορεί να γίνει πηγή γεφύρωσης του χάσματος μεταξύ εκπαιδευτικών και μαθητών.

<https://shorturl.at/asuY9>

<https://shorturl.at/tuIZ8>

Παραδείγματα αυτοβιογραφικών δραστηριοτήτων στην τάξη

Ακολούθως θα βρείτε παραδείγματα 3 δραστηριοτήτων για να προτείνετε στους μαθητές σας. Παρουσιάζονται με διαφορετικούς τρόπους ώστε να μπορούν να χωριστούν ανά ηλικία, δεξιότητες και πολλαπλές ευφυΐες (Gardner). Η 1η δραστηριότητα χρησιμοποιεί

εικονογραφημένα βιβλία. Η 2η δραστηριότητα χρησιμοποιεί ασκήσεις γραφής και μνήμης. Η 3η δραστηριότητα περιλαμβάνει φωτογραφία και σχέδιο.

1. Εικονογραφημένα βιβλία για αυτοδιερεύνηση

Προσαρμοσμένο από το: www.occhivolante.it/author/erica-angelini/



«Ποιος είμαι»

Όλοι προσπαθούμε να απαντήσουμε σε αυτό το ερώτημα ώστε να βρούμε τη θέση μας στον κόσμο, αλλά και τα κίνητρα για να ξεπερνούμε τις δύσκολες καταστάσεις.

Η περίοδος του γυμνασίου είναι το στάδιο όπου ξεκινά η ηλικία της μεταμόρφωσης. Τα αγόρια ξεκινούν λίγο αργότερα, τα κορίτσια λίγο νωρίτερα, για όλα τα παιδιά όμως οι μεγάλες αλλαγές, τόσο νοητικές όσο και σωματικές, ξεκινούν κατά τη διάρκεια αυτής της τριετίας.

Αυτή η περίοδος της ζωής δεν είναι φυσικά ίδια για όλους. Κάποιοι την προσεγγίζουν σαν μια πολυαναμενόμενη στιγμή όπου επιτέλους μεγαλώνουν και το σχήμα του σώματός τους αλλάζει: ψηλώνουν, αποκτούν καμπύλες, τρίχες στο πρόσωπο, πλησιάζουν στην ενηλικίωση....

Ωστόσο, για άλλους, η μεταμόρφωση μοιάζει με αγώνα: κάπου ανάμεσα στην παιδική και την ενήλικη ζωή, αυτή η στιγμή της μετάβασης είναι μια ανεπιθύμητη αλλαγή που μπορεί να περιπλέξει άλλες καταστάσεις.

Είτε μας αρέσει είτε όχι, ωστόσο, στην τριετία αυτή λαμβάνουν χώρα σημαντικές αλλαγές, στον νου και στο σώμα των γυμνασιόπαιδων. Αντιμέτωπα με την εικόνα τους στον καθρέφτη, πολλά παιδιά δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν τον εαυτό τους.

Πώς μπορούμε να τα βοηθήσουμε να αναγνωρίσουν αυτόν τον παντελώς άγνωστο που τους κοιτάζει μέσα από τον καθρέφτη;

Πρώτα απ' όλα, πρέπει να τονίσουμε ότι στην πραγματικότητα δεν πρόκειται για άγνωστο! Στην ουσία, το πρόσωπο στον καθρέφτη είναι ακόμη ο εαυτός μας, έχει τα δικά μας γνωρίσματα, απλώς λίγο παραλλαγμένα. Το πρώτο βήμα είναι να αναγνωρίσουμε το κομμάτι του εαυτού μας που είναι ακόμη εδώ και μάλλον θα είναι για πάντα.

Έτσι, ο άγνωστος παύει να είναι άγνωστος και η δουλειά μας γίνεται ευκολότερη: είναι απλώς θέμα συνύπαρξης με το πρόσωπο στον καθρέφτη μέχρι αυτό να γίνει οικείο.

Πώς μπορούμε να καθοδηγήσουμε τα παιδιά για να αναγνωρίσουν και να γνωρίσουν τον εαυτό τους;

Προκειμένου να αναγνωρίσω και κατόπιν να γνωρίσω τον εαυτό μου, πρέπει να ξέρω ποιος είμαι: αυτό είναι το ερώτημα που ανοίγει το πρώτο εργαστήριο. Για να τα πηγαίνουμε καλά με τους άλλους, πρέπει πρώτα να τα πηγαίνουμε καλά με τον εαυτό μας, γι' αυτό ο κύκλος επιμόρφωσης ξεκινά με προσωπική δουλειά.

Οι τρεις κανόνες

Η πρώτη από τις τρεις συναντήσεις ξεκινά με μια σύντομη περιγραφή του προγράμματος γενικά και των στόχων, του χρονοδιαγράμματος και των κανόνων ειδικότερα. Για να δημιουργήσουμε μια ευχάριστη ατμόσφαιρα όπου όλοι θα αισθάνονται ελεύθεροι να εκφραστούν, θα πρέπει να θέσουμε ως βάση τρεις θεμελιώδεις συμπεριφορές: αμοιβαία ακρόαση, σεβασμό και μοίρασμα. Ο καθορισμός των αρχών δεν συνεπάγεται αυτομάτως ότι οι μαθητές συμμορφώνονται με αυτές, ωστόσο η δυνατότητα σεβασμού αποτελεί μακροπρόθεσμο στόχο τον οποίο πρέπει να υπενθυμίζουμε ακούραστα από καιρό σε καιρό. Για να πραγματοποιήσουμε τη δραστηριότητα, θα σταθούμε σε κύκλο, το πιο δημοκρατικό ανάμεσα στα γεωμετρικά σχήματα!

Γιατί χρησιμοποιούμε εικονογραφημένα βιβλία

Μετά την παρουσίαση του προγράμματος, μπαίνουμε στην ουσία της εμπειρίας: αφιερώνουμε περίπου 20 έως 25 λεπτά διαβάζοντας μεγαλόφωνα τα βιβλία που έχει επιλέξει ο εκπαιδευτικός. Στη διατριβή μου αφιέρωσα ένα ολόκληρο κεφάλαιο εξηγώντας γιατί είναι σημαντικό να διαβάζουμε εικονογραφημένα βιβλία στην έναρξη ενός προγράμματος. Για πρακτικούς λόγους, εδώ θα αναφέρω μόνο τους κυριότερους λόγους και θα σας αφήσω να διαβάσετε ολοκληρωμένα κείμενα για το θέμα γραμμένα από εκπαιδευτικούς που τα χρησιμοποιούν εδώ και χρόνια.

Από την προσωπική μου εμπειρία, έχω συνειδητοποιήσει ότι ένα καλά σχεδιασμένο εικονογραφημένο βιβλίο μπορεί πραγματικά να λειτουργήσει ως πύλη εισόδου σε άλλους κόσμους. Πρόκειται λοιπόν για ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο που μας εισαγάγει στο θέμα κατά την έναρξη μιας δραστηριότητας στο πλαίσιο εργαστηρίων. Η «αφήγηση» γενικά, εάν γίνει σωστά, μεταφέρει τον ακροατή σε άλλη διάσταση στην οποία βουτά σχεδόν ασυνείδητα.

Η επιλογή των εικονογραφημένων βιβλίων κατά την έναρξη της δραστηριότητας έχει σχέση με τις πολυσιχιδείς δυνατότητες αυτού του λογοτεχνικού είδους: τα εικονογραφημένα βιβλία μιλούν με μια βαθιά και πολυσήμαντη γλώσσα που συνδυάζει λέξεις και εικόνες. Εκφράζουν διαφορετικές απόψεις. Το νόημα τους είναι διαφορετικό για κάθε άνθρωπο ανάλογα με τις εμπειρίες του. Απευθύνονται εξίσου σε παιδιά και ενήλικες, κ.λπ.

Μια ακόμη σημαντική πτυχή των εικονογραφημένων βιβλίων είναι η ικανότητά τους να εμπνέουν θαυμασμό και περιέργεια, δύο συναισθήματα που βοηθούν τους νέους στη

μαθησιακή διαδικασία. Τέλος, αλλά εξίσου σημαντικό, με συνεπαίρνει η γενναιοδωρία που εμπεριέχει η μεγαλόφωνη ανάγνωση επειδή, εκτός της σημασίας της ως δώρο, θέτει τις βάσεις για μια στενή και ευεργετική σχέση. Με βάση την προσωπική μου εμπειρία, όποιος έχει ευεργετηθεί από τη μεγαλόφωνη ανάγνωση γίνεται με τη σειρά του αναγνώστης, με αποτέλεσμα τη δημιουργία ενός αέναου κύκλου δώρου και σχέσης. Μετά την ανάγνωση, τοποθετούμε έναν λευκό πίνακα στο πάτωμα, στο κέντρο του κύκλου. Ζητούμε από τους μαθητές να επαναλάβουν προφορικά και στη συνέχεια να γράψουν μερικές φράσεις, λέξεις ή εικόνες που η ανάγνωση τους έφερε στον νου.

Αφού αφιερώσουμε μερικά λεπτά σε αυτή τη διαδικασία «ανάκλησης», απομακρύνουμε τον πίνακα και δίνουμε σε κάθε μαθητή ένα φύλλο χαρτί Α4. Στο κέντρο του χαρτιού υπάρχει το σκίτσο ενός μικροσκοπικού ανθρώπου. Αυτός θα είναι ο «καταλύτης» μας που βοηθά τους μαθητές με τον αναστοχασμό. Από το σώμα του ανθρώπου φεύγουν κάποια βέλη που καταλήγουν σε συννεφάκια και μέσα σε αυτά υπάρχουν ερωτήσεις: Τι σκέφτομαι; Τι είμαι ικανός να κάνω; Ποια είναι τα πράγματα που με βοηθούν να νιώθω ισορροπημένος; κ.λπ.

Αφού εξηγήσουμε τη δραστηριότητα, καλούμε κάθε μαθητή να βρει μια «γωνιά» της τάξης όπου θα εργαστεί μόνος/-η.

Μόλις ολοκληρωθεί ο χρόνος της προσωπικής εργασίας, ξεκινά ο αναστοχασμός στο πλαίσιο της ομάδας. Ο αναστοχασμός για τον εαυτό μας είναι ούτως ή άλλως πολύ χρήσιμη άσκηση και γίνεται ακόμη πιο χρήσιμη όταν μοιραζόμαστε τέτοιες σκέψεις με άλλους, επειδή:

- όταν ακούμε τους άλλους, πάντα μαθαίνουμε κάτι για τον εαυτό μας·
- όταν ακούμε τους άλλους, μαθαίνουμε άλλες απόψεις·
- όταν περνάμε τρία χρόνια με τους συμμαθητές μας, είναι χρήσιμο και καλό να τους γνωρίσουμε καλύτερα αντί να διατηρούμε μόνο επιφανειακές σχέσεις μαζί τους.
- Μετά τη διευκρίνιση αυτών των σημείων και την εκ νέου επισήμανση των τριών κανόνων που έχουμε θέσει στην αρχή του εργαστηρίου, ξεκινούμε τον γύρο της παρουσίασης.

Στο τέλος της συνάντησης, καταγράφουμε τους «εαυτούς» μας στον πίνακα και τον αναρτούμε στην τάξη».

2. Προγράμματα αυτοβιογραφίας εξ αποστάσεως

Ένα πρόγραμμα από την πλατφόρμα www.storyap.eu

Εκπαιδευτικά εξ αποστάσεως προγράμματα για την αυτοβιογραφική εξιστόρηση και τη συλλογή ιστοριών

Αυτές οι ασκήσεις έχουν δημιουργηθεί για:

- Ηλεκτρονική μάθηση σε τάξη
- Ομάδες μαθητών από 10 ετών

Φάσεις ενός εξ αποστάσεως εργαστηρίου αυτοβιογραφίας

- Προετοιμασία – Συγγραφή ή συλλογή ιστοριών και μοίρασμα με την ομάδα
- Δημιουργία συλλογής ιστοριών
- Ανατροφοδότηση και αναστοχασμός
- Ανέβασμα στην πλατφόρμα StoryAr

Φάση 1

Καθορισμός στόχων με τους μαθητές: Γιατί κάποιος να πει την ιστορία του; Ποιος ο λόγος να αφηγηθείς μια ιστορία;

Επισημαίνουμε τη σημασία της αφήγησης μιας ιστορίας, δηλαδή να κάνουμε καλό στον εαυτό μας και να ανακαλύψουμε ξανά το παρελθόν.

Συνδέουμε την αφήγηση ενός ατόμου με το συναπάντημα με άλλους ανθρώπους: Μπορεί η ιστορία μας να έχει αντίκτυπο στους ακροατές; Εάν ναι, τι είδους;

Αφού εξετάσετε μαζί με τους μαθητές τους στόχους, προσπαθήστε να τους συνοψίσετε με μια φράση όπως: «Αφηγούμαστε την ιστορία μας επειδή η ιστορία μας είναι σημαντική· αφήγηση της ιστορίας μου σημαίνει κάνω καλό στον εαυτό μου· λέμε την ιστορία μας για να τη μοιραστούμε με άλλους».

Θεσπίζουμε τους «κανόνες πλοήγησης» Είναι σημαντικό να ορίσουμε ορισμένους κοινούς κανόνες για το εργαστήριο όπως: μην χρησιμοποιείτε το κινητό κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων· μην κρίνετε και μην σχολιάζετε τις ιστορίες των άλλων συμμετεχόντων· κάντε σιωπή όταν γράφετε τις δικές σας ιστορίες, απαραίτητη προϋπόθεση για να βυθιστείτε στις αναμνήσεις σας· ακούτε τις ιστορίες των άλλων μαθητών χωρίς σχόλια. Επίσης, οι συμμετέχοντες μπορούν να προτείνουν άμεσα άλλους κανόνες. Αφού καθορίσουμε τους στόχους και τους κανόνες, είτε θα τους καταγράψουμε σε σλαιντς είτε θα χρησιμοποιήσουμε έναν εικονικό πίνακα (π.χ. Padlet).

Φάση 2: Αυτοβιογραφική γραφή - συλλογή ιστοριών - ασκήσεις συγγραφής

Στη δεύτερη φάση, ο εκπαιδευτικός προτείνει μία ή περισσότερες ασκήσεις αυτοβιογραφικής γραφής. Αυτές οι ασκήσεις μπορεί να έχουν ποικίλους σκοπούς: αρχίζουμε να γράφουμε για τον εαυτό μας· ενισχύουμε τη συνοχή της ομάδας· συζητούμε για τη μάθηση και την αλλαγή. Ορισμένες ασκήσεις είναι διαθέσιμες στον ιστότοπο, για παράδειγμα:

- Είμαι...
- Λέω το όνομά μου...
- Τότε που έμαθα...
- Μιλώ για τον εαυτό μου μέσα από ένα αντικείμενο...
- Παιδικές αναμνήσεις
- Ιστορίες για αλλαγές
- Η ουτοπία μου

Γράφω και μοιράζομαι την ιστορία μου

Προβλέψτε χρόνο για να γράφουν όλοι παράλληλα, εφόσον το εργαστήριο πραγματοποιείται μέσω τηλεδιάσκεψης. Κατόπιν δώστε χρόνο για την ανάγνωση και το μοίρασμα των ιστοριών. Μην ξεχνάτε τους «κανόνες πλοήγησης», και κυρίως ότι όλοι πρέπει να ακούνε χωρίς σχόλια. Ακόμη και οι ίδιοι οι αναγνώστες πρέπει να αποφεύγουν τον περαιτέρω σχολιασμό. Σε μια εναλλακτική άσκηση, μπορείτε να ζητήσετε από τους μαθητές να γράψουν, ο καθένας με τον δικό του ρυθμό, τις ιστορίες και να τις στείλουν εντός συγκεκριμένης προθεσμίας. Ο εκπαιδευτικός συγκεντρώνει τα κείμενα και τα μοιράζει στην ομάδα.

Ανατροφοδότηση και αναμνήσεις

Μετά τη φάση της συγγραφής και του μοιράσματος, είναι σημαντικό να δημιουργήσετε χώρο στην ομάδα για τη ανατροφοδότηση και τις αναμνήσεις είτε άμεσα είτε σε μεταγενέστερο χρόνο, με ερωτήσεις όπως: Πώς νιώσατε όταν γράφατε την ιστορία; Πώς νιώσατε όταν ακούγατε τις ιστορίες των συμμαθητών σας; Εναλλακτικά, ζητήστε από τους μαθητές να απαντήσουν στις ερωτήσεις μεμονωμένα και γραπτώς, καθένας με τον δικό του ρυθμό, και στη συνέχεια μοιραστείτε τις απαντήσεις με την ομάδα εξ αποστάσεως.

II – Συλλογή ιστοριών

Μια ακόμη εκπαιδευτική προσέγγιση στις ιστορίες, η οποία μπορεί να ενσωματωθεί στη συγγραφή ή να υιοθετηθεί ως εναλλακτική άσκηση, είναι η συλλογή ιστοριών. Μπορείτε να υποστηρίξετε τους μαθητές σας να πάρουν αυτοβιογραφικές συνεντεύξεις για να συλλέξουν και να συγγράψουν στη συνέχεια ιστορίες για τις ζωές των ανθρώπων. Δίνουμε χρόνο στους μαθητές για να συλλέξουν τις ιστορίες τους, να παρακολουθήσουμε την πρόοδο της άσκησης και να στηρίξουμε όσους έχουν ανάγκη.

Μοιραζόμαστε τις ιστορίες: για παράδειγμα, ο εκπαιδευτικός συλλέγει τις ιστορίες σε ένα ενιαίο αρχείο και το στέλνει σε όλους τους συμμετέχοντες ή ανεβάζει τις ιστορίες στο StoryAr ή άλλες διαθέσιμες πλατφόρμες. Δημιουργούμε έναν χώρο στην ομάδα για την ανατροφοδότηση και τις αναμνήσεις. Αυτός ο χώρος μπορεί να είναι κοινός εάν πραγματοποιείται τηλεδιάσκεψη ή ατομικός οπότε κάθε μαθητής ακολουθεί τον δικό του ρυθμό.

Φάση 3: Δημιουργία συλλογής ιστοριών

Η τρίτη φάση περιλαμβάνει τη συλλογή ιστοριών που μπορούν να έχουν διαφορετικές μορφές ανάλογα με τις προτιμήσεις σας (γραπτές, βίντεο).

Εάν οι ιστορίες είναι γραπτές, μπορείτε να βοηθήσετε τους μαθητές να δημιουργήσουν ένα «βιβλίο ιστοριών»: είτε με αυτοβιογραφίες είτε με ιστορίες άλλων. Μαζί με την τάξη, θα συζητήσετε τον σκοπό του βιβλίου (δηλαδή, Τι θέλουμε να επικοινωνήσουμε σε όσους το διαβάσουν;), θα επιλέξετε τον τίτλο, το εξώφυλλο, τη σειρά των ιστοριών και όλα τα στοιχεία που αφορούν ένα βιβλίο.

Στην περίπτωση των ιστοριών σε βίντεο, μπορείτε να βοηθήσετε τους μαθητές να δημιουργήσουν ένα βίντεο το οποίο θα περιλαμβάνει τις συνεντεύξεις ή τα βίντεο που έχουν παραχθεί (ή αποσπάσματα αυτών). Και πάλι, θα πρέπει να αποφασίσουν τι θέλουν να

επικοινωνήσουν στον θεατή, καθώς και τι συνδέει τα επιμέρους βίντεο και τα καθιστά μέρος μιας ενιαίας ιστορίας.

Φάση 4: Ανατροφοδότηση

Όταν το βιβλίο ή το βίντεο είναι έτοιμα, μοιραστείτε το αποτέλεσμα με όλη την τάξη. Κατόπιν, μπορείτε να προτείνετε την κοινοποίησή του σε ευρύτερο κοινό. Για τον σκοπό αυτό μπορείτε να οργανώσετε μια ειδική εκδήλωση.

Εφόσον το επιθυμείτε, μπορείτε να μοιραστείτε τη δουλειά σας στην πλατφόρμα StoryAr: www.storyap.eu

3. Φωτογραφικό πορτρέτο



Το **φωτογραφικό πορτρέτο** δεν είναι απλώς ένα είδος τέχνης. Είναι το αποτέλεσμα ενός συγκεκριμένου τρόπου να κοιτάμε έναν άλλο άνθρωπο, να αναζητούμε εκφράσεις και ιδιαιτερότητες που καθιστούν αυτό το πρόσωπο ενδιαφέρον. Κοιτάζοντας το φωτογραφικό πορτρέτο ενός αγνώστου, αναρωτιόμαστε ποιο είναι αυτό το πρόσωπο, πώς είναι στην πραγματικότητα, τι ένιωθε όταν τράβηξαν τη φωτογραφία του. Αρχίζουμε να συνηθίζουμε σε μια **φανταστική οικειότητα**, όπως με τον χαρακτήρα μιας ιστορίας.

Εφαρμόζοντας τη συνήθη πρακτική μας να συνδυάζουμε τη ζωγραφική με τη φωτογραφία, αυτή τη φορά προσπαθούμε να παίξουμε με πορτρέτα σκηνοθετώντας τον εαυτό μας σαν πραγματικό χαρακτήρα και να επιτρέψουμε στη ζωγραφική να μας βοηθήσει να ξεπεράσουμε τις αναστολές μας και να προτείνουμε καινούργιες ιστορίες.

Ας ξεχάσουμε τις τυποποιημένες και αμήχανες εκφράσεις, ας αφήσουμε κατά μέρος την αυτοκυριαρχία (ιδίως την επιφυλακτική στάση που έχουμε υποχρεωθεί να υιοθετούμε σήμερα, με την κοινωνική αποστασιοποίηση και τις αποστάσεις ασφαλείας), ας δοκιμάσουμε τις δυνάμεις μας με **«αποδομημένα» πορτρέτα!** Δημιουργούμε εντελώς νέα πρόσωπα, μπερδεύουμε τα χαρακτηριστικά μας και κυριολεκτικά τα σχεδιάζουμε εκ νέου

ώστε να μπορούμε να **παίξουμε έναν νέο ρόλο** και να στεκόμαστε άφοβα μπροστά από τις κάμερες ή τα κινητά τηλέφωνα των συμμαθητών μας.

Φανταστείτε απλώς ότι... φοράτε προσωπεία όπως στο **αρχαίο θέατρο**.

Από το αρχαιοελληνικό θέατρο μέχρι το ιαπωνικό θέατρο Noh, τα προσωπεία, δηλαδή οι θεατρικές μάσκες, χρησιμοποιούνται για να αναπαραστήσουν τα συναισθήματα των χαρακτήρων και να τα καταστήσουν αναγνωρίσιμα και αναγνώσιμα από απόσταση. Είτε κρύβονται άντρες είτε γυναίκες πίσω από τις μάσκες, δεν έχει σημασία: η απόλυτη προσοχή του θεατή είναι στραμμένη στον χαρακτήρα, τραγικό ή κωμικό. Στο ιαπωνικό θέατρο, ακόμη και ο τρόπος με τον οποίο πέφτει το φως στα σκαλιστά προφίλ των μασκών εξασφαλίζει διαφορετικές αποχρώσεις στην ερμηνεία.

Πώς φτιάχνουμε τις μάσκες

Όπως στο θέατρο, χρειάζεται να υπερβάλλουμε στο πρώτο βήμα: **ζωγραφίζουμε** τα γνωρίσματα των χαρακτήρων μας σε ένα ή περισσότερα φύλλα χαρτί, με μαύρο μαρκαδόρο. Δεν σχεδιάζουμε ολοκληρωμένες μάσκες, μόνο διαφορετικά μάτια, διαφορετικά χείλια, διαφορετικές μύτες. Για κάθε χαρακτηριστικό, χρησιμοποιήστε ένα φύλλο A4: ένα για τα μάτια, ένα για τα χείλια, ένα για τις μύτες.

Καλό είναι να μην τα σχεδιάσετε πολύ μικρά, επειδή προτιμούμε να αλληλεπικαλύπτονται (αν υπερβάλλετε με τα μεγέθη, το αποτέλεσμα θα είναι πολύ αστείο!).

Μπορείτε επίσης να ζωγραφίσετε κι έπειτα να φωτοτυπήσετε, να ανακατέψετε και τελικά να μοιράσετε τυχαία τα χαρτιά. Κόψτε **τα επιμέρους χαρακτηριστικά** (δεν είναι υποχρεωτικό να τα κόψετε τέλεια, το αποτέλεσμα θα έχει ελαφρώς «κυβιστικό» ύφος, αλλά θα είναι εντυπωσιακό) και τελικά καθένας επιλέγει ποια θα φορέσει!

Το μόνο που χρειάζεστε είναι χάρτινη κολλητική ταινία που δεν θα ταλαιπωρήσει την επιδερμίδα σας και θα παραμείνει κολλημένη για μερικά δευτερόλεπτα. Τοποθετήστε ένα κομμάτι ταινίας πίσω από κάθε χαρακτηριστικό και στη συνέχεια κολλήστε τα στο πρόσωπό σας. Δεν είναι ανάγκη να βλέπετε!... Δεν χρειάζεστε τρύπες για τα μάτια, ο κίνδυνος να αποκτήσετε στραβά μάτια ή στραβή μύτη είναι κομμάτι της διασκέδασης. Μονάχα οι φωτογραφίες θα αποκαλύψουν το πρόσωπο που υποδυθήκαμε μετά το **ευφάνταστο κολάζ** μας.

Και τώρα... ας βγάλουμε φωτογραφίες!

Οι συμμετέχοντες βγάζουν φωτογραφίες ο ένας τον άλλον ή με τη βοήθεια των ενηλίκων. Θα πρότεινα οι φωτογραφίες να γίνουν ασπρόμαυρες, καθώς το λευκό και το μαύρο εξαφανίζουν ό,τι απομένει από τα πραγματικά χαρακτηριστικά και μας βοηθά να επικεντρωθούμε στα σχήματα και στα νέα χαρακτηριστικά των προσώπων. Το αποτέλεσμα θα είναι μια πινακοθήκη από «αποδομημένα» πορτρέτα στα οποία φυσικά θα δώσουμε ονόματα, τίτλους και λεζάντες. Θα γίνουν οι βασικοί χαρακτήρες των ιστοριών που θα γραφτούν ή το αντικείμενο μιας έκθεσης μέσα στην τάξη.

Αυτοβιογραφική γραφή - 8 ασκήσεις για αρχή

Η συγγραφή προϋποθέτει πάντοτε την ανάλυση του εαυτού και των άλλων. Ωστόσο υπάρχει ένα είδος γραφής που περισσότερο από τα άλλα αφορά τη σχέση με τον εαυτό μας, με το «εγώ»: η αυτοβιογραφική γραφή.

Παρακάτω θα βρείτε μερικές ασκήσεις αυτοβιογραφικής γραφής, τις οποίες μπορείτε να κάνετε οι ίδιοι ή και να χρησιμοποιήσετε με τους μαθητές και τις μαθήτριάς σας.

1. Η οικογενειακή φωτογραφία

Περιγράψω μια οικογενειακή φωτογραφία ή ένα οικογενειακό αντικείμενο. Το σπίτι μας είναι γεμάτο ενθύμια, άλμπουμ φωτογραφιών και παλιές αναμνήσεις. Από μια άποψη, είναι πιθανό να αφηγηθούμε την ιστορία των μελών μιας οικογένειας ξεκινώντας από την περιγραφή των αντικειμένων που υπάρχουν μέσα στον χώρο όπου ζούμε. Κι αυτό ακριβώς προτείνουμε. Η επιλογή ενός αντικειμένου που ανήκε σε κάποια γιαγιά ή σε κάποιον θείο, για παράδειγμα, και η περιγραφή του μέσα από τις 5 αισθήσεις σας, είναι ένας υπέροχος τρόπος να δώσετε ζωή στο αντικείμενο.

Και όχι μόνο στο αντικείμενο αλλά και στις αναμνήσεις που εξακολουθούν να κρατούν ζωντανό το αντικείμενο μέσα μας. Ακόμη περισσότερο: μόλις ολοκληρώσουμε την περιγραφή, μπορούμε να διευρύνουμε το φάσμα της παρατήρησης και να αγκαλιάσουμε γεγονότα, αναμνήσεις και συναισθήματα που γεννιούνται αυθόρμητα μέσα μας. Εάν μετά αποφασίσουμε να εμπλέξουμε και άλλα μέλη της οικογένειας σε αυτό το παιχνίδι αναμνήσεων και αναφορών, όλα μπορούν να μετατραπούν σε ένα γιγαντιαίο εγχείρημα εκ νέου ανακάλυψης. Και, πολλές φορές, η εκ νέου ανακάλυψη είναι συνώνυμη της συμφιλίωσης.

2. Το σημειωματάριο των υπέροχων πραγμάτων και γνώσεων.

Σκεφτείτε να αφιερώνετε ένα λεπτό στον εαυτό σας και να καταγράψετε, ακόμη και με σχηματικό τρόπο, τα καλά πράγματα που σας συνέβησαν μέσα σε μια μέρα αλλά και τα μικρά μεγάλα μαθήματα που πήρατε. Πρόκειται για ένα πολύ ισχυρό εργαλείο που μας βοηθά να ρίχνουμε φως στην καθημερινή ζωή μας και που μπορούμε να αξιοποιήσουμε στην αυτοβιογραφική γραφή ως μέθοδο συλλογής στοιχείων.

3. Μεταμορφώνουμε ένα συναίσθημα σε χαρακτήρα.

Αυτή είναι μια πολύ δυναμική άσκηση με την οποία μαθαίνουμε να παρατηρούμε τα συναισθήματά μας, να μην τα κρίνουμε, να μην τα αφήνουμε να μας κατακλύζουν και, αν είναι δυνατόν, να τα μετατρέπουμε σε βάθος χρόνου σε κάτι θετικό. Εάν κάποια συγκεκριμένη περίοδο της ζωής μας ή υπό συγκεκριμένες περιστάσεις τείνουμε να βιώνουμε το ίδιο συναίσθημα ή να αντιδρούμε με χαστικό ή, σε κάθε περίπτωση, μη εποικοδομητικό τρόπο, είναι καιρός να ανακατέψουμε την τράπουλα. Ας μετατρέψουμε το συναίσθημα σε συγκεκριμένο χαρακτήρα, σε ένα είδος μακρινού φίλου που θα έχει μια συγκεκριμένη εμφάνιση, δική του ζωή, συνήθειες και συμπεριφορές. Κάνουμε την περιγραφή αυτού του χαρακτήρα και, αν χρειάζεται, ανά τακτά διαστήματα εμπλουτίζουμε

τον χαρακτήρα με καινούργια στοιχεία. Θα έρθει κάποια στιγμή που θα αντιληφθούμε ξεκάθαρα γιατί μας επισκέπτεται κάπου-κάπου. Πάνω από όλα όμως, θα μάθουμε να αντιλαμβανόμαστε τις θετικές πτυχές αυτής της φανταστικής συνάντησης, αγνοώντας προοδευτικά την ενόχληση που προκαλούσε μέσα μας στην αρχή.

4. Γράφουμε ένα γράμμα στον εαυτό μας.

Έχουμε κάτι να πούμε στο παιδί που ήμασταν κάποτε; Ίσως μια ενθαρρυντική κουβέντα να είναι χρήσιμη ή μπορούμε απλώς να του δείξουμε την ευγνωμοσύνη μας που υπήρξε και έθεσε τις βάσεις για αυτό που είμαστε σήμερα, καλώς ή κακώς. Γράψτε λοιπόν ένα γράμμα στον εαυτό σας - εγώ θα το γράψω, θα πάω στο ταχυδρομείο και θα το στείλω στο σπίτι μου! Είναι μια εξαιρετική στρατηγική αφύπνισης των καταστάσεων συνείδησης που έχουν παραμεριστεί από την καθημερινή ζωή, τις ευθύνες του ενήλικου κόσμου αλλά και πληθώρα υπέροχων περισπασμών.

5. Γράφουμε την αυτοβιογραφία μας σε 10 προτάσεις.

Δεν πρόκειται για άσκηση εκφραστικής δεινότητας. Η διαδικασία αυτή μας επιτρέπει να δίνουμε χώρο, να βάζουμε τάξη και να ιεραρχούμε τα πιο σημαντικά γεγονότα στη ζωή μας μέχρι την παρούσα στιγμή. Εδώ, η αυτοβιογραφική γραφή αναδεικνύεται σε ένα πολύ ισχυρό εργαλείο που μας βοηθά να κατανοούμε τα θεμελιώδη βήματα της προσωπικής ανάπτυξης και, μαζί τους, το νόημα που έχουν τα περασμένα γεγονότα τα οποία δεν θα μπαίναμε καν στον πειρασμό να εξετάσουμε, επειδή βρίσκονται θαμμένα ανάμεσα σε πολλές ακόμη αναμνήσεις.

6. Ξαναγράφουμε ένα γεγονός της ζωής μας.

Μερικές φορές είναι καλό να παίρνουμε ένα στυλό κι ένα χαρτί και να ξαναγράφουμε από την αρχή κάτι που μας έχει συμβεί στο παρελθόν. Φυσικά έτσι δεν αλλάζει το γεγονός, ωστόσο η διαδικασία γραφής μας δίνει πιθανώς τη δυνατότητα να εξετάσουμε την εμπειρία μας υπό νέο πρίσμα, χωρίς τις παγίδες της ταυτότητας και των συνηθειών. Επιπλέον, ίσως μπορούσαμε να ιεραρχήσουμε σωστά τις ιδέες μας ώστε στο μέλλον, εάν συμβεί κάτι που δεν μας αρέσει, να γράψουμε πλέον την ιστορία ως πρωταγωνιστές.

7. Ακούμε μια ανάμνηση και την περιγράφουμε μέσα από τις 5 αισθήσεις μας.

Εδώ, το στυλό και το χαρτί έρχονται αργότερα. Πρώτα, ένας φίλος ή ένα μέλος της οικογένειας πρέπει να μας αφηγηθεί μια ιστορία. Προσπαθούμε να ακούμε με απόλυτη προσοχή, χωρίς να κρίνουμε και χωρίς να ενεργοποιούμε το σύννηθες καρουζέλ με τις νοητικές ετικέτες με τις οποίες αποτυπώνουμε τον κόσμο. Σε έναν δεύτερο χρόνο, όταν είμαστε ήρεμοι, μπορούμε να ξαναγράφουμε την ανάμνηση και να προσπαθήσουμε να την αναδείξουμε στο κείμενο με τις 5 αισθήσεις μας, ακόμη και με εκείνες που δεν αναδύονται άμεσα. Για παράδειγμα, αν κάποιος μας μιλήσει για ένα «ανοιξιάτικο λιβάδι», ως προσπαθήσουμε πρώτα να νιώσουμε την ευωδιά του και έπειτα να το περιγράψουμε. Αυτή η διαδικασία μας βοηθάει να σκεφτούμε τα πράγματα σε βάθος, και πάνω από όλα να συνδεθούμε με όσα μας αφηγήθηκαν. Στην πραγματικότητα, από μια μεριά, αυτή η άσκηση έχει μεγαλύτερη σχέση με την ακρόαση παρά με τη γραφή.

8. Φτιάχνουμε τον δικό μας οικογενειακό χάρτη.

Δεν θεωρούμε ότι πρέπει να γράφουμε μόνο σύντομες ιστορίες ή ποιήματα! Ένας καλός τρόπος να εξασκούμαστε στην αυτοβιογραφική γραφή είναι να πάρουμε ένα φύλλο A3 και να καταγράψουμε τα ονόματα των μελών της οικογένειάς μας. Ανάμεσα στο οικογενειακό δέντρο και στο κοινωνικό δίκτυο δημιουργείται ένα μεγάλο σχεδιάγραμμα. Με το πέρασμα του χρόνου αυτό το σχεδιάγραμμα εμπλουτίζεται με σημειώσεις, προτάσεις, διαισθήσεις. Τι είδους δεσμοί υπάρχουν ανάμεσα σε δύο πρόσωπα; Άραγε, είναι αλήθεια ότι ο πατέρας μου, δύο από τους θείους μου που δεν έχω γνωρίσει ποτέ κι ένας μακρινός ξάδελφος χρειάστηκε, για διαφορετικούς λόγους, να φύγουν από το σπίτι τους όταν ήταν νέοι και να δουλέψουν μακριά; Κάποιες από τις ερωτήσεις θα σας βοηθήσουν να εμπλουτίσετε αυτό που, από κάθε άποψη, έστω και σχηματικά, αποτελεί ένα οικογενειακό έπος. Η δημιουργία του οικογενειακού χάρτη μας βοηθά να κατανοήσουμε τουλάχιστον γιατί ορισμένα μοτίβα τείνουν να επαναλαμβάνονται από γενιά σε γενιά.

Ενότητα 3

Γλωσσική αυτοβιογραφία – Μιλάμε για τον εαυτό μας για να γνωρίσουμε τον άλλον



Η αυτοβιογραφική αφήγηση για διδακτικούς σκοπούς χρησιμοποιείται κυρίως ως εργαλείο για τη διευκόλυνση της διαδικασίας της διδασκαλίας/εκμάθησης ιταλικών από/προς ξένους φοιτητές. Η αυτοβιογραφία μπορεί να συμβάλλει στην ιχνηλάτηση του γλωσσικού ιστορικού της μητρικής γλώσσας των φοιτητών, να εξακριβώσει τις ομοιότητες ή τις σημαντικές διαφορές σε σχέση με την ιταλική γλώσσα, να κατανοήσει ποιες μέθοδοι διδασκαλίας χρησιμοποιούνται στα σχολεία για να μάθουν τη δική τους ή ξένες γλώσσες, να γίνουν αντιληπτά τα εμπόδια που χρειάστηκαν να υπερβούν για να αντιμετωπίσουν τις διαφορετικές πτυχές της ιταλικής γλώσσας και, ταυτόχρονα, να ενισχύσουν τη σχεσιακή δυναμική που συνδέεται με την ανταλλαγή εμπειριών μάθησης και επικοινωνίας, γλωσσικής και διαπολιτισμικής αντίληψης και επίγνωσης που μπορούν να παρακινούν τους μαθητές να μαθαίνουν και να εμπλέκονται πιο συνειδητά στη μαθησιακή διαδικασία.

Γλωσσική αυτοβιογραφία

Στο βίντεο θα βρείτε πληροφορίες σχετικά με τη γλωσσική αυτοβιογραφία. Η δημιουργός εξετάζει τον τρόπο με τον οποίο οι προηγούμενες εμπειρίες της έχουν διαμορφώσει την πεποίθησή της για τα σημεία τομής της εμπάπτισης στη γαλλική γλώσσα και της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης. Βρείτε το βίντεο στο link: <https://youtu.be/s7xIZWBMGr4>

Στο ακόλουθο αρχείο θα βρείτε μια εις βάθος μελέτη στην οποία η συγγραφέας αναλύει την εμπειρία της στην εκμάθηση της γλώσσας μέσω της χρήσης αφηγηματικής αυτοβιογραφίας. Μέσα από αυτή τη μεθοδολογία, μάλιστα, αναδεικνύει τη διαδικασία αλλαγής που έχει επίσης γίνει χάρη στις εμπειρίες που είχε. Βρείτε το αρχείο στο link: <https://shorturl.at/dfDV2>

Τέλος, στο παρακάτω βίντεο μπορείτε να βρείτε ένα παράδειγμα γλωσσικής αυτοβιογραφίας
<https://youtu.be/HcLzDFJniMw>

Γλώσσες στην τάξη

Ας μιλήσουμε για πολυπολιτισμικές και πολυγλωσσικές τάξεις. Αν λοιπόν έχετε κι εσείς μια τέτοια τάξη αναλογιστείτε τα ακόλουθα:

- Πόσες γλώσσες μιλιούνται στην τάξη σας; Προσπαθήστε να συμπεριλάβετε και τις διαλέκτους
- Έχετε χρησιμοποιήσει ποτέ τη γλωσσική αυτοβιογραφία στην τάξη σας;
- Έχετε εντοπίσει κάποια άλλη καλή πρακτική η οποία θα μπορούσε να αξιοποιηθεί στην τάξη προκειμένου να αναδειχθεί ο γλωσσικός αυτός πλούτος και να βοηθηθούν οι μαθητές να γνωριστούν μεταξύ τους και να προάγουν την αμοιβαία κατανόηση;

Ενότητα 4

Η σειρά σας τώρα



Στην παρούσα ενότητα, καλείστε πρώτα να ανακαλέσετε μερικές από τις αναμνήσεις σας προκειμένου να βιώσετε σε πρώτο πρόσωπο τη δυσκολία και την απόλαυση μιας ανάλογης εμπειρίας. Κατόπιν, πρέπει προσπαθήσετε να οργανώσετε ένα σύντομο μάθημα ή μια αυτοβιογραφική δραστηριότητα στην τάξη σας.

Αναμνήσεις μετά μουσικής

Επιλέξτε τρία μουσικά κομμάτια ή τραγούδια που χαρακτηρίζουν τρεις στιγμές της ζωής σας και σημειώστε τα. Αναλογιστείτε σχετικά με την επιλογή σας.

Η άσκηση, εάν υλοποιηθεί στο πλαίσιο μιας ομάδας, επιτρέπει τον πειραματισμό με μια μορφή συλλογικής αυτοβιογραφίας με βάση τις μουσικές μνήμες. Όλα τα μέλη της ομάδας μοιράζονται με τους υπόλοιπους τις επιλογές τους και στο τέλος αναλύουν το αποτέλεσμα αυτής της δημιουργικής δραστηριότητας.

Το αυτοβιογραφικό σας «ταξίδι» στην τάξη

Σε αυτή την τελευταία άσκηση, καλείστε να αναπτύξετε μια δραστηριότητα ή ακόμη και ένα πλάνο μαθήματος, μια λίγο ή πολύ διαρθρωμένη διαδρομή, που θα θέλατε να προτείνετε στην τάξη σας. Τι θα θέλατε να φέρετε στο φως ή ποιες δεξιότητες θα θέλατε να αποκτήσουν οι μαθητές σας;

Προσπαθήστε να δημιουργήσετε τη δική σας διαδρομή, λαμβάνοντας υπόψη όλα τα διαθέσιμα εργαλεία και τις μεθοδολογίες που γνωρίσατε στον διαδικτυακό αυτό μάθημα.

Κλείσιμο

Μοίρασμα εμπειριών και αξιολόγηση

Μοίρασμα εμπειριών

Δημιουργήσατε το δικό σας σχέδιο μαθήματος ή εφαρμόσατε κάποια δραστηριότητα στην τάξη σας; Στείλτε μας ένα email στο education.hellas@actionaid.org και μοιραστείτε **μαζί μας** την εμπειρία σας.

Μπορείτε επίσης να μοιραστείτε **με εκπαιδευτικούς από διαφορετικές χώρες της Ευρώπης** στρατηγικές, πόρους και άλλες ευκαιρίες μάθησης σχετικά με αυτό το θέμα, κάνοντας κλικ στην πλατφόρμα Padlet (δείτε τον παρακάτω σύνδεσμο) και γράψτε στα αγγλικά (κατά προτίμηση) ή στη γλώσσα μας:

https://padlet.com/gab_projectos/bet-academy-sharing-of-ideas-and-resources-iukwj074roj42hhf

Για να συμμετάσχετε, κάντε κλικ στο "+" ακριβώς κάτω από το θέμα. Στη συνέχεια, απλώς εισάγετε ένα μήνυμα, ένα βίντεο, ένα αρχείο ή έναν άλλο πόρο. Καλή απόλαυση!

Τελική αξιολόγηση

Συγχαρητήρια, ολοκληρώσατε τον κύκλο επιμόρφωσης!

Ανυπομονούμε να μάθουμε πώς βρήκατε τον κύκλο επιμόρφωσης. Τον βρήκατε ενδιαφέροντα; Τι ήταν ιδιαίτερα χρήσιμο; Νιώθετε ότι ήταν ένα ταξίδι μάθησης για εσάς; Αισθάνεστε πιο έτοιμοι/ έτοιμες να εξερευνήσετε το θέμα της αυτοβιογραφίας στην τάξη σας;

Μοιραστείτε τις εντυπώσεις σας κάνοντας κλικ στον παρακάτω σύνδεσμο που θα ανοίξει μια φόρμα αξιολόγησης. Απλώς ακολουθήστε τις οδηγίες. Εκτιμούμε ιδιαίτερα την αξιολόγησή σας και θα μας βοηθήσει να βελτιώσουμε τα μαθήματά μας στο μέλλον.

<https://forms.office.com/e/WR6QcU1mhQ>



BET **DIGITAL
LEARNING
FOR SOCIAL
INCLUSION**

act:onaid

**aidglobal** | AGIR
INCLUIR
DESENVOLVER

**LAMA**
Live the change. Design your impact.

**agenda 21**
Asociația de Asistență
al Programo pentru
Dezvoltare Durabilă

**OXFAM**
Italia

 Cofinanziato dal
programma Erasmus+
dell'Unione europea