



Erasmus+

# **ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΜΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**

## **ΈΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ**

Developing Flipped Methods for Teaching (DFM) –  
Erasmus+ Strategic Partnership for Higher Education Project



**Funded by  
the European Union**

**2020-1-HU01-KA203-078844 Erasmus+ Programme**

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



# Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή	5
Ενότητα 1: Στρες και Αντιμετώπισή του	7
Θέμα 2: Επίλυση προβλημάτων	11
Ενότητα 3: 'Θεωρία του Νου'	15
Ενότητα 4: Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων	21
Ενότητα 5: Διαπροσωπική Επικοινωνία	27
Ενότητα 6: Αιτιακές Αποδόσεις και Έλεγχος των Προσδοκώμενων Αποτελεσμάτων	33
Ενότητα 7: Γενική Διανοητική Ικανότητα: Νοημοσύνη	39
Ενότητα 8: Πολλαπλές Μορφές Νοημοσύνης	45
Ενότητα 9: Οικογένεια: Σχέσεις, Επικοινωνία και Λειτουργικότητα	49
Ενότητα 10: Συναισθήματα	53
Ενότητα 11: Επιθετικότητα: Φύση, Αίτια και Έλεγχος	57
Ενότητα 12: Κίνητρα	61
Ενότητα 13: Θεωρία Προσκόλλησης	65
Ενότητα 14: Ενθάρρυνση στην Εκπαίδευση	69
Ενότητα 15: Μη - Λεκτική Επικοινωνία	73
Ενότητα 16: Προκαταλήψεις και Διακρίσεις	77
Ενότητα 17: Θεωρία Γνωστικής Ασυμφωνίας	81
Ενότητα 18: Γλώσσα και Νόηση	85
Ενότητα 19: Μνήμη και Φαντασία	89
Ενότητα 20: Ανάπτυξη στην Πρώτη Παιδική Ηλικία	93
Ενότητα 21: Κοινωνική Επιρροή	97
Ενότητα 22: Στιλ Μάθησης	101
Ενότητα 23: Ψυχοκοινωνική Ανάπτυξη στην Εφηβεία	107
Ενότητα 24: Ψυχική Υγεία και Ευεξία	113
Ενότητα 25 Κοινωνικοσυναισθηματική Ανάπτυξη στην Παιδική Ηλικία	117
Ενότητα 26: Ομάδες στην Κοινωνική Ψυχολογία	123
Ενότητα 27: Συνεργατική Μάθηση	127
Ενότητα 28: Ταυτότητα	131
Ενότητα 29: Προσδοκίες και Επίδρασή τους στην Τάξη – Το φαινόμενο 'Πυγμαλίων'	137
Ενότητα 30: Μεταγνώση	141



## Εισαγωγή

Η αντεστραμμένη μέθοδος διδασκαλίας είναι μια εκπαιδευτική προσέγγιση που αντιστρέφει το παραδοσιακό μοντέλο διδασκαλίας. Σε μια τυπική τάξη, οι φοιτητές ακούνε διαλέξεις και λαμβάνουν άμεση διδασκαλία από τον καθηγητή κατά τη διάρκεια του μαθήματος και στη συνέχεια εργάζονται ανεξάρτητα σε εργασίες στο σπίτι. Σε μια αντεστραμμένη τάξη, το διδακτικό περιεχόμενο παρέχεται στους μαθητές εκτός της τάξης, συχνά μέσω βιντεοσκοπημένων διαλέξεων ή διαδικτυακού υλικού, και ο χρόνος κατά τη διάρκεια του μαθήματος αφιερώνεται σε διαδραστικές, συνεργατικές δραστηριότητες και συζητήσεις.

Παρόλο που η χρήση της μεθόδου της αντεστραμμένης τάξης έχει πολλαπλά οφέλη και γίνεται όλο και πιο δημοφιλής, οι ερευνητές και οι επαγγελματίες αναφέρουν ότι μεταξύ των εμποδίων της ευρείας χρήσης αυτής της μεθόδου είναι ο πρόσθετος χρόνος και η τεχνολογική υποστήριξη σε σχέση με την ανάπτυξη δραστηριοτήτων αντεστραμμένης μάθησης. Η προσέγγιση της αντεστραμμένης διδασκαλίας συνεπάγεται συχνά την επένδυση σημαντικού χρόνου και ενέργειας εκ μέρους των εκπαιδευτών (π.χ. καταγραφή διαλέξεων σε βίντεο, σχεδιασμός πρόσθετων δραστηριοτήτων εντός της τάξης).

Συνιστάται, επομένως, όπως οι ακαδημαϊκοί να ομαδοποιούν τα μαθήματα τους. Δουλεύοντας σε ομάδα, οι ακαδημαϊκοί μπορούν να μοιραστούν τις εμπειρίες τους από την εφαρμογή της αντεστραμμένης τάξης καθώς και τους διδακτικούς τους πόρους. Κατά τη διάρκεια του έργου "Ανάπτυξη αντεστραμμένων μεθόδων διδασκαλίας" δημιουργήθηκε παιδαγωγικό υλικό αντεστραμμένης μάθησης (εργασίες εκτός τάξης, εργαλεία αξιολόγησης πριν την τάξη, δραστηριότητες εντός τάξης) για τη διδασκαλία εισαγωγικών μαθημάτων ψυχολογίας κατά τη διάρκεια ενός ακαδημαϊκού έτους. Με τη συνεργασία έξι εκπαιδευτικών ιδρυμάτων το υλικό που αναπτύχθηκε είναι διαθέσιμο σε επτά γλώσσες (Αγγλικά, Ρουμάνικα, Ουγγρικά, Πορτογαλικά, Βουλγάρικα, Σλοβάκικα και Ελληνικά), μειώνοντας το κενό μεταξύ εκπαιδευτικής έρευνας και πρακτικής. Το κύριο πνευματικό αποτέλεσμα του έργου είναι το παιδαγωγικό υλικό για τη διδασκαλία 30 εισαγωγικών μαθημάτων ψυχολογίας με μεθόδους αντεστραμμένης διδασκαλίας.

Το εκπαιδευτικό υλικό που δημιουργήθηκε συμβάλλει στην αντιμετώπιση των δυσκολιών στην εκπόνηση πολλαπλών υλικών για τη διδασκαλία με το σχεδιασμό της αντεστραμμένης τάξης. Κάθε παιδαγωγικό υλικό αποτελείται από ένα εκπαιδευτικό βίντεο που σχετίζεται με αξιολογήσεις χαμηλών απαιτήσεων, καθώς και από μια πρόταση δραστηριοτήτων μέσα στην τάξη (που περιγράφονται στον παρόντα οδηγό) και εργαλεία αξιολόγησης, για την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων της μάθησης.

Τα εκπαιδευτικά βίντεο διάρκειας 10-15 λεπτών είναι διαθέσιμα στο κανάλι *Flipped Methods in Psychology* στο YouTube. Η αφήγησή τους γίνεται σε μία από τις ακόλουθες γλώσσες: Ουγγρικά, Πορτογαλικά, Βουλγάρικα, Σλοβάκικα και Ελληνικά και μεταφράστηκαν στα Αγγλικά και τα Ρουμάνικα, εκτός από τις προαναφερθείσες γλώσσες.

Ο παρών οδηγός περιέχει προτεινόμενες δραστηριότητες στην τάξη για τη διδασκαλία ορισμένων βασικών εννοιών της ψυχολογίας. Το παράρτημα περιέχει τεστ πριν και μετά την τάξη που σχετίζονται με κάθε θέμα. Το τεστ πριν από την τάξη περιλαμβάνει οκτώ ερωτήσεις κλειστού τύπου, με απαντήσεις μονής ή πολλαπλής επιλογής. Συνιστάται να συμπληρώνονται από τους μαθητές μετά την παρακολούθηση του εκπαιδευτικού βίντεο (συνήθως στο σπίτι, πριν αρχίσουν οι διαδραστικές δραστηριότητες διδασκαλίας στην τάξη). Το τεστ μετά την τάξη αποτελείται από τουλάχιστον τέσσερις ερωτήσεις ανοικτού τύπου, οι οποίες πρέπει να χρησιμοποιούνται μετά το τέλος των διδακτικών δραστηριοτήτων που σχετίζονται με τα συγκεκριμένα θέματα. Τα τεστ μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως αφετηρία για τους ενδιαφερόμενους ακαδημαϊκούς, τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την επεξεργασία των δικών τους τεστ.

Στους εκπαιδευτικούς από ιδρύματα τριτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης παρέχεται το απαραίτητο υλικό για τη διδασκαλία του μαθήματος της ψυχολογίας με τη μεθοδολογία της αντεστραμμένης τάξης. Μελέτες δείχνουν ότι όταν αλλάζουν οι παραδοσιακές μέθοδοι σε αντεστραμμένες μεθόδους, οι επιδόσεις και οι δεξιότητες των φοιτητών βελτιώνονται. Οι αντεστραμμένες μέθοδοι διδασκαλίας αυξάνουν τα κίνητρα των φοιτητών και την αυτοπεποίθησή τους, τη δέσμευσή τους για μάθηση. Παρακαλούμε χρησιμοποιήστε αυτόν τον οδηγό ως σημείο εκκίνησης για την αντιστροφή του μαθήματος της ψυχολογίας.

Μπορεί να γίνει λήψη αυτού του οδηγού από την αρχική σελίδα του έργου: <http://www.kre.hu/dfm>

Ιδρύματα-εταίροι που συνέβαλαν στην εκπόνηση του οδηγού:

- Károli Gáspár Πανεπιστήμιο της Μεταρρυθμισμένης Εκκλησίας της Ουγγαρίας (Ουγγαρία)
- Παιδαγωγικό Γυμνάσιο Mihai Eminescu (Ρουμανία)
- Ελεύθερο Πανεπιστήμιο του Μπουργκάς (Βουλγαρία)
- Πανεπιστήμιο της Κοϊμπρα (Πορτογαλία)
- J. Πανεπιστήμιο Selye (Σλοβακία)
- Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου (Κύπρος)

## Ενότητα 1: Στρες και Αντιμετώπισή του

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; Assoc. Prof. Krasimira Mineva, PhD;  
Assoc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova,  
Burgas Free University, Βουλγαρία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Αναφέροντας τη λέξη άγχος στο μυαλό των περισσότερων ανθρώπων έρχεται στο μυαλό η ιδέα του ρυθμού της καθημερινής ρουτίνας του σύγχρονου ανθρώπου - κυκλοφοριακή συμφόρηση, φόρτος εργασίας, σχολείο, συγκρούσεις, οικογενειακές εντάσεις και πολλές άλλες καταστάσεις που δημιουργούν ένα αίσθημα αδυναμίας, αρνητικότητας, απάθειας, κατάθλιψης.

Στη βιβλιογραφία, η έννοια του "στρες" εμφανίστηκε πριν από ενάμιση αιώνα. Το 1936, στην ενότητα "Επιστολές προς τον συντάκτη" του περιοδικού "Nature", δημοσιεύτηκε ένα μήνυμα του Καναδού φυσιολόγου Hans Selye με τίτλο "Σύνδρομο που προκαλείται από διάφορους βλαπτικούς παράγοντες". Η έννοια του "στρες" έχει υποστεί σημαντικές αλλαγές και χρησιμοποιείται πολύ ευρέως σήμερα. Σημαίνει όχι μόνο αντιδράσεις σε σωματικές βλαπτικές επιδράσεις, αλλά και σε οποιαδήποτε γεγονότα προκαλούν αρνητικά συναισθήματα. Σε ορισμένες ποσότητες, το στρες είναι χρήσιμο, διότι διεγείρει τα κίνητρα, τη γρήγορη προσαρμοστικότητα και τις αντιδράσεις σε κρίσιμες στιγμές, τη σωματική αντοχή.

Το "στρες", ως έννοια, δηλώνει τη συσσώρευση μιας ποσότητας αρνητικών συναισθημάτων που βιώνει ο καθένας μας σε ορισμένες καταστάσεις. Γενικά, πρόκειται για μια φυσιολογική και ψυχολογική διαδικασία με την οποία δείχνουμε κάποια αντίδραση σε διάφορα γεγονότα ή καταστάσεις στις οποίες δεσμευόμαστε από αυξημένες απαιτήσεις και μας ασκούν πίεση.

Κάθε αλλαγή στη ζωή μας στην οποία προσαρμοζόμαστε, με τον ένα ή τον άλλο τρόπο, συνοδεύεται από άγχος. Ακόμη και οι θετικές αλλαγές μπορεί μερικές φορές να είναι αγχωτικές. Σύμφωνα με τον Hans Selye (τον πατέρα της επιστημονικής θεωρίας του στρες), το θετικό στρες πρέπει να ονομάζεται άγχος και το αρνητικό στρες πρέπει να ονομάζεται αγωνία. Επομένως, μπορούμε με ασφάλεια να πούμε ότι το στρες είναι ταυτόχρονα "δολοφόνος" και "δύναμη ζωής". Είναι κάτι φυσιολογικό όταν δεν είναι πολύ ισχυρό, δεν διαρκεί πολύ και δεν διαταράσσει τη ρουτίνα της ζωής μας και δεν επηρεάζει την υγεία μας. Αν καταφέρουμε να διοχετεύσουμε σωστά τα συναισθήματά μας, να τα αποδεχτούμε, να τα επεξεργαστούμε, να τα εκφράσουμε και όχι να τα καταπιούμε, να καταφέρουμε να τα ελέγξουμε και να μην τα αφήσουμε να μας ελέγξουν, τότε τα πράγματα συμβαίνουν με έναν πραγματικά διαφορετικό και πιο υγιή τρόπο.

### Λέξεις Κλειδιά

- Έννοια του στρες
- Θεωρίες
- Περιβαλλοντικοί στρεσογόνοι παράγοντες
- Μεταβλητές πλαισίου (καταστατικοί παράγοντες)
- Ατομικές διαφορές
- Γνωστική αξιολόγηση
- Τύποι στρες
- Συμπτώματα διαταραχής μετατραυματικού στρες
- Αντιμετώπιση του στρες
- Στρεσογόνοι παράγοντες που δεν μπορούν να ελεγχθούν
- Στρεσογόνοι παράγοντες που μπορούν να ελεγχθούν

## Μαθησιακοί Στόχοι

Ο γενικός στόχος του μαθήματος είναι να εξοικειωθούν οι φοιτητές με τα πρότυπα άγχους, την επίδραση των περιβαλλοντικών παραγόντων, των βιολογικών και γενετικών παραγόντων, καθώς και με εξηγήσεις για το άγχος, τα είδη των αγχωδών διαταραχών και τις τεχνικές και μεθόδους αντιμετώπισης του γενικευμένου άγχους και των κρίσεων πανικού.

Η εξειδίκευση του στόχου προσανατολίζεται στην εξοικείωση με τις τεχνικές για την αντιμετώπιση του άγχους και του στρες, την αποτελεσματικότητά τους και τα αναμενόμενα αποτελέσματα.

Ο στόχος επιτυγχάνεται μέσω συγκεκριμένων εργασιών, άμεσα προσανατολισμένων στις κύριες παραμέτρους στις οποίες παρουσιάζεται το μάθημα.

### Αναμενόμενα Αποτελέσματα

Γνώσεις και δεξιότητες που πρέπει να αποκτήσουν οι φοιτητές στο τέλος αυτής της ενότητας:

- Σε επίπεδο ΓΝΩΣΕΩΝ: οι φοιτητές εξοικειώνονται με την έννοια του στρες, με τους στρεσογόνους παράγοντες του περιβάλλοντος, με τα είδη του στρες και τους τρόπους με τους οποίους εκδηλώνεται, γνωρίζουν τεχνικές για την αντιμετώπιση του στρες.
- Σε επίπεδο ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ: οι φοιτητές είναι σε θέση να διακρίνουν τα είδη του στρες, να διακρίνουν μεταξύ ελεγχόμενων και μη ελεγχόμενων στρεσογόνων παραγόντων, είναι σε θέση να εφαρμόζουν τεχνικές για την αντιμετώπιση του στρες.
- Σε επίπεδο ΣΧΕΣΕΩΝ: οι φοιτητές είναι σε θέση να επιλύουν περιπτώσεις που σχετίζονται με πραγματικές καταστάσεις από το περιβάλλον και να προτείνουν τεχνικές για την αντιμετώπιση στρεσογόνων καταστάσεων.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

#### Δραστηριότητα Πριν το Μάθημα – Στο σπίτι

- οι φοιτητές καλούνται να δουν ένα βίντεο με τίτλο «Στρες και Αντιμετώπιση», το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι του YouTube με την ονομασία *Flipped Methods in Psychology*.
- ένα προ-δοκιμίου τεστ με κλειστές ερωτήσεις έχει σχεδιαστεί για τους φοιτητές (δείτε το παράρτημα). Οι ερωτήσεις στοχεύουν στις βασικές παραμέτρους της ενότητας αυτής. Δραστηριότητα Κατά τη διάρκεια του Μαθήματος

#### Δραστηριότητα 1. «Μελέτη Περίπτωσης» Κατά τη διάρκεια του Μαθήματος

The teams are given 3 to 5 minutes to familiarize themselves with the case studies, comment on them and decide on the answers to the questions to them. Each team is presented by a speaker who introduces the others to the content of the case study and the team's decision.

Ο εκπαιδευτικός προετοιμάζει μια εισαγωγική δραστηριότητα με τη μέθοδο της μελέτης περίπτωσης. Για το σκοπό αυτό, οι φοιτητές χωρίζονται σε ομάδες των 3-4 ατόμων. Κάθε ομάδα λαμβάνει μία μελέτη περίπτωσης, στόχος της οποίας είναι η ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων κατά την παροχή ανατροφοδότησης σε αγχωτικές καταστάσεις.

- 1. Περιπατάτε στο πεζοδρόμιο και ένα διερχόμενο αυτοκίνητο πιτσιλάει τα ρούχα σας με λάσπη. Πώς αισθάνεστε; Τι θα κάνατε;
- 2. Ο εκπαιδευτικός της τάξης θέλει επειγόντως να δώσετε εξηγήσεις σχετικά με ένα παράπονο που έκανε ένας συμφοιτητής σας. Πώς αισθάνεστε; Τι θα έκανες;
- 3. Πηγαίνετε κατά τη διάρκεια του διαλείμματός σας να πάρετε ένα σάντουιτς από το περίπτερο. Ο πωλητής που σας εξυπηρετεί σας εξηγεί ότι πρέπει να περιμένετε 15 λεπτά. Τι θα κάνετε;
- 4. Το κινητό σας τηλέφωνο συνεχίζει να χτυπάει αργά το βράδυ. Σηκώνετε το τηλέφωνο αλλά από την άλλη πλευρά επικρατεί σιωπή. Πώς αισθάνεστε; Τι θα κάνατε;

- 5. Κάποιος πατάει τα παπούτσια σας στο λεωφορείο, αλλά δεν ζητάει συγγνώμη. Πώς αισθάνεστε; Τι θα κάνατε;
- 6. Κατά τη διάρκεια της τρέχουσας εβδομάδας, ένας συμφοιτητής σας σας λέει ότι ο εκπαιδευτικός μαθηματικών απείλησε να δώσει ένα τεστ χωρίς να ενημερώσει την τάξη εκ των προτέρων. Αρχίζεις να ανησυχείς. Ποιοι είναι οι λόγοι της ανησυχίας σας; Τι θα κάνετε για να ξεπεράσετε αυτή την κατάσταση;

Οι ομάδες έχουν στη διάθεσή τους 3 έως 5 λεπτά για να διαβάσουν τις μελέτες περίπτωσης, να τις σχολιάσουν και να αποφασίσουν για τις απαντήσεις στις ερωτήσεις που τους υποβάλλονται. Κάθε ομάδα παρουσιάζει στους υπόλοιπους το περιεχόμενο της μελέτης περίπτωσης και την απόφαση της ομάδας.

## Δραστηριότητα 2. Πρόγραμμα «Anti-stress»

Μετά τη συζήτηση, τίθεται το θέμα του άγχους και της αντιμετώπισης αυτής της κατάστασης.

Ακολουθεί νέος διαχωρισμός της τάξης σε ομάδες των 5-6 ατόμων.

Ο στόχος είναι όπως κάθε ομάδας πρέπει να αναπτύξει το δικό της πρόγραμμα κατά του στρες.

Ο διδάσκοντας εισάγει τους συμμετέχοντες στα βασικά βήματα για την ανάπτυξη του δικού τους προγράμματος κατά του στρες:

- 1. Αυταξιολόγηση των αντιδράσεων του στρες.
- 2. Ανάλυση των δικών του παραπόνων σε σχέση με την κατάσταση της υγείας του.
- 3. Καθορισμός ενός στόχου - για παράδειγμα, δημιουργία μιας αγωγής που σχετίζεται με τη διατήρηση μιας φυσιολογικής υγιούς συναισθηματικής κατάστασης.
- 4. Λήψη απόφασης για τη συμμόρφωση με τους κανόνες άνεσης και το πρόγραμμα άνεσης.
- 5. Κάνοντας μια συμφωνία με τον εαυτό σας και τοποθετώντας την σε εμφανές σημείο.
- 6. Σημειώνοντας ασκήσεις χαλάρωσης: κινήσεις, περίπατοι, χαλάρωση, αυτογενής προπόνηση, αθλήματα, δίαιτα.
- 7. Καθορισμός του χρόνου /όριο-λεπτά, ώρες/, του τόπου και της συχνότητας /ημερησίως, κάθε δεύτερη ημέρα, εβδομαδιαίως/.

Ο χρόνος για την ολοκλήρωση του προγράμματος είναι 30 λεπτά. Μετά τη λήξη του, ο ομιλητής κάθε ομάδας παρουσιάζει το πρόγραμμα της ομάδας σε όλο το τμήμα. Θα ακολουθήσει συζήτηση, ερωτήσεις και απαντήσεις.

Ως σύνοψη της δραστηριότητας, ο διδάσκοντας θα πρέπει να εξηγήσει ότι στην πράξη δεν είναι απαραίτητο να ξεκινήσουμε με όλα όσα μπορούν να γίνουν προς την κατεύθυνση της απομάκρυνσης της έντασης και του στρες. 1-2 ασκήσεις είναι αρκετές μέχρι να δημιουργηθεί μια μόνιμη συνήθεια και στη συνέχεια μπορούν να συμπληρωθούν με ακόμη άλλες τεχνικές και κινήσεις. Το ψυχολογικό εμπόδιο εδώ είναι η υπέρβαση της αίσθησης ότι δεν υπάρχει χρόνος.

Η συμβουλή σε αυτή την περίπτωση είναι να ξεκινήσετε με 5-10 λεπτά την ημέρα. Τέλος, θα πρέπει να γνωρίζετε ότι το πρόγραμμα θα έχει πιο διαρκή επίδραση, όσο περισσότερο εφαρμόζεται σε βάθος χρόνου - μήνες, ένα χρόνο.

Τεστ μετά το μάθημα

Υπάρχει ένα μετα-δοκίμιο τεστ που ονομάζεται «Στρες και Αντιμετώπιση» (θα το βρείτε στο Παράρτημα) και περιλαμβάνει αξιολόγηση της γνώσης των φοιτητών. Σε αντίθεση με το τεστ πριν το μάθημα, αυτό περιλαμβάνει ανοικτές ερωτήσεις.

Διαδραστικό Μοντέλο

- Εκπαίδευση πρόσωπο με πρόσωπο κατά τη διάρκεια των εισαγωγικών δραστηριοτήτων - επίλυση περιπτώσεων, διαχωρισμός σε ομάδες- ανάπτυξη προγράμματος κατά του στρες,
- Εργασία σε ομάδες με την επίλυση περιπτώσεων και την ανάπτυξη ενός ομαδικού προγράμματος κατά του στρες.
- Ατομική εργασία - για τη συμπλήρωση των τεστ και την παρακολούθηση του υλικού βίντεο στο σπίτι.

#### Αξιολόγηση και Συστάσεις

Κάθε φοιτητής λαμβάνει ατομικό βαθμό με βάση τα αποτελέσματα των τεστ πριν από το μάθημα.

Κάθε ομάδα, με βάση την εκτέλεση της εργασίας στην τάξη, λαμβάνει μια ποιοτική αξιολόγηση της εργασίας της με βάση τις παρουσιάσεις που παρουσίασαν οι επιμέρους ομάδες. Αυτό δημιουργεί έναν ανταγωνισμό μεταξύ των ομάδων όσον αφορά την κριτική σκέψη και τη δημιουργικότητα στη δημιουργία ομαδικών προγραμμάτων κατά του στρες.

Ο διδάσκοντας πρέπει να αναπτύξει τα δικά του κριτήρια, προσαρμοσμένα στην ηλικία και τα ατομικά χαρακτηριστικά των φοιτητών και σχετικά με τα αναμενόμενα αποτελέσματα των απαντήσεων στο τεστ μετά την παρακολούθηση του βιντεομαθήματος από τους μαθητές / φοιτητές.

#### Σημειώσεις προς Διδάσκοντα

Είναι σημαντικό ο διδάσκοντας να δώσει προσοχή:

- Στην προκαταρκτική προετοιμασία για την εργασία πάνω στο θέμα.
  - Στην επιλογή των μελετών περίπτωσης, προσανατολισμένη στα ατομικά και εκπαιδευτικά χαρακτηριστικά των μαθητών / φοιτητών (οι προτεινόμενες μελέτες περίπτωσης είναι υποδειγματικές).
  - Στην ομαδική εργασία - να σκεφτεί τον τρόπο με τον οποίο οι φοιτητές θα χωριστούν σε ομάδες.
  - Να ληφθεί υπόψη ο χρόνος που απαιτείται για την εργασία και για την παρουσίαση των λύσεων από το τεστ και τα ομαδικά προγράμματα κατά του στρες.
- Ο διδάσκοντας πρέπει να προετοιμάσει σύντομες και σαφείς οδηγίες σχετικά με την εφαρμογή του τεστ πριν από το μάθημα και του τεστ μετά το μάθημα με βίντεο- οδηγίες σχετικά με το μάθημα με βίντεο (τι πρέπει να προσέξουν οι μαθητές / φοιτητές).

#### Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

Peel, Norman, The Power of Positive Thinking, Kibea, 2022

Petermann, Ulrike, The Captain Nemo Stories: Tales for Coping with Fear and Stress, East-West, 2018

Wilkinson Gregg, Stress. What We Should Know About It, SoftPress, 2007

McGonigle, Kelly, Stress - Friend or Foe, The Nest, 2023

Carnegie, Dale, How to Overcome Anxiety and Stress, Hummingbird, 2013

Crichton, Emily, Depression and Stress Free! Technique for emotional liberation (TEO), Parity, 2017

## Ενότητα 2: Επίλυση προβλημάτων

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD- Prof. Milen Baltov, PhD- Assoc. Prof. Krasimira Mineva, PhD, Assoc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Καθηγήτρια Gergana Kirova  
Ελεύθερο Πανεπιστήμιο του Μπουργκάς, Βουλγαρία*

### Ιστορικό και αιτιολογία

Η εις βάθος απόκτηση γνώσεων σχετικά με την επίλυση προβλημάτων και η διαμόρφωση δεξιοτήτων λήψης αποφάσεων έχουν μεγάλη σημασία για την κοινωνική προσαρμογή και τη διαπροσωπική επικοινωνία. Οι γνώσεις και οι δεξιότητες σ' αυτό το θέμα σχετίζονται με την ανάπτυξη κοινωνικής επάρκειας και συναισθηματικής νοημοσύνης, με την αύξηση αυτοαποτελεσματικότητας σε διάφορες καταστάσεις της ζωής, καθώς και με την ανάπτυξη θετικών πτυχών της αυτοεικόνας και της ρεαλιστικής αυτοεκτίμησης. Το θέμα σχετίζεται και με άλλες πτυχές της προσαρμοστικής ψυχοκοινωνικής λειτουργίας, όπως τα ψηλά κίνητρα επίτευξης στόχων, η ευτυχία και η ικανοποίηση από τη ζωή.

### Βασικά θέματα

Κύκλος επίλυσης προβλημάτων, τύποι προβλημάτων, μέθοδοι εύρεσης λύσης, ο ρόλος της διαίσθησης στην επίλυση προβλημάτων και τύποι διαίσθησης, εμπόδια στην επίλυση προβλημάτων, ο ρόλος της εμπειρογνομοσύνης και της δημιουργικότητας στην επίλυση προβλημάτων και νευροψυχολογικές διεργασίες στην επίλυση προβλημάτων.

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι μαθητές/τριες και οι φοιτητές /τριες θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- χρησιμοποιούν ορισμούς και να εντοπίζουν σωστά καταστάσεις επίλυσης προβλημάτων.
- διακρίνουν τα είδη των προβλημάτων (σαφώς ή ανεπαρκώς καθορισμένα).
- χρησιμοποιούν στην πράξη τον κύκλο επίλυσης προβληματικών καταστάσεων.
- χρησιμοποιεί επαρκώς τα είδη των νοητικών συντομεύσεων για την επίλυση προβλημάτων (ευρετικές μέθοδοι).
- αυξάνουν τα επίπεδα αυτοαναστοχασμού όσον αφορά το ρόλο και τα είδη της διορατικότητας στον κύκλο επίλυσης προβληματικών καταστάσεων, καθώς και τα εμπόδια στην επίτευξη λύσεων κατά τη διαδικασία αυτή.
- κατανοούν το ρόλο της εξειδικευμένης γνώσης, των νευροψυχολογικών διεργασιών και της δημιουργικότητας στην επιτυχή αντιμετώπιση πραγματικών προβλημάτων.

### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

#### *Δραστηριότητα πριν το μάθημα - στο σπίτι*

- οι μαθητές/τριες και οι φοιτητές /τριες καλούνται να παρακολουθήσουν ένα μάθημα βίντεο *επίλυσης προβλημάτων* που είναι διαθέσιμο στο κανάλι του YouTube *Flipped Methods in Psychology*.
- Καλούνται, επίσης, να συμπληρώσουν ένα τεστ με ερωτήσεις κλειστού τύπου πριν από την τάξη (βλ. παράρτημα), που προετοιμάστηκε ειδικά για το θέμα αυτό.

Η ανατροφοδότηση από τις απαντήσεις στα θέματα του τεστ θα βοηθήσει τους μαθητές / φοιτητές και εκπαιδευτικούς να σχεδιάσουν δραστηριότητες και να εργαστούν με επιτυχία στην τάξη για να αποσαφηνίσουν τυχόν ασάφειες σχετικά με τις έννοιες, τις θεωρίες και τα πρότυπα που σχετίζονται με τη διαδικασία επίλυσης προβλημάτων.

### **Μοτίβο αλληλεπίδρασης**

Κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας, ο εκπαιδευτικός παρέχει στους μαθητές την ευκαιρία να διευρύνουν τις γνώσεις τους για το θέμα, να επιτύχουν βαθύτερη κατανόηση των πληροφοριών που παρουσιάζονται στο βίντεο, μελετώντας πρόσθετες βιβλιογραφικές πηγές για το θέμα, όπως π.χ. πηγές από το διαδίκτυο, παρουσιάζον επεξεργασμένα κείμενα με τη χρήση πολυμέσων και διεξάγοντας μια ομαδική συζήτηση σχετικά με τις δυσκολίες κατά τη διαδικασία της ομαδικής εργασίας (Δραστηριότητα I).

Οι μαθητές/ φοιτητές θα έχουν την ευκαιρία να εξασκηθούν στην επίλυση μιας συγκεκριμένης κατάστασης που απαιτεί επίλυση προβλήματος εφαρμόζοντας τις θεωρητικές γνώσεις που απέκτησαν σχετικά με τον κύκλο επίλυσης προβλημάτων (Δραστηριότητα II).

Τέλος, μέσω μιας ομαδικής δραστηριότητας που χρησιμοποιεί τη μέθοδο προώθησης της δημιουργικής σκέψης, τον καταϊγισμό ιδεών, οι μαθητές θα είναι σε θέση να διερευνήσουν το ρόλο της δημιουργικότητας και των τύπων διορατικότητας στην επίλυση προβλημάτων (Δραστηριότητα III).

#### ***Δραστηριότητα 1. Δημιουργία σύντομων παρουσιάσεων***

Συμμετέχοντες: Ομάδα 15 μαθητών

Διάρκεια: 90 λεπτά

Περιγραφή των δραστηριοτήτων:

Ο Η εκπαιδευτικός χωρίζει την ομάδα σε μικρές ομάδες των 5 ατόμων η καθεμία. Κάθε ομάδα πρέπει να δημιουργήσει μια σύντομη παρουσίαση διάρκειας 10 λεπτών, χρησιμοποιώντας πολυμέσα, πρόσθετη βιβλιογραφία και πηγές ανοικτής πρόσβασης στο Διαδίκτυο για διάφορα θέματα στο πλαίσιο του θέματος που παρουσιάζεται στο βίντεο, όπως ο κύκλος επίλυσης προβλημάτων, οι τύποι ευρετικών μεθόδων, ο ρόλος τους στην επίλυση προβληματικών καταστάσεων και ο ρόλος της δημιουργικής σκέψης στην αναζήτηση καινοτόμων λύσεων.

Μετά την ολοκλήρωση της ομαδικής εργασίας, οι μαθητές / φοιτητές κάθε ομάδας μοιράζονται τις τελικές παρουσιάσεις πολυμέσων με τους υπόλοιπους. Ακολουθεί μια σύντομη συζήτηση σχετικά με τις δυσκολίες που συνάντησαν αλλά και την υπέρβασή τους κατά τη συνεργασία στη δραστηριότητα.

#### ***Δραστηριότητα 2. Επίλυση μιας προβληματικής κατάστασης***

Συμμετέχοντες: Ομάδα 15 μαθητών

Διάρκεια: 60 λεπτά

Υλικά: ένα flip chart με λευκές σελίδες και μαρκαδόροι

Περιγραφή των δραστηριοτήτων:

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει τους μαθητές / φοιτητές σε τρεις μικρές ομάδες των 5 ατόμων και παρέχει σε κάθε ομάδα μια κατάσταση επίλυσης προβλήματος (βλ. Pfeiffer, 1991- Pfeiffer & Jones, 1974) που χρειάζεται την εφαρμογή του κύκλου επίλυσης προβλημάτων. Κάθε ομάδα περιγράφει την εργασία της στα επιμέρους βήματα επίλυσης της προβληματικής κατάστασης

σε ένα φύλλο flipchart και στο τέλος της άσκησης παρουσιάζει τη λύση της και τη διαδικασία επίτευξής της.

### **Δραστηριότητα 3. Δημιουργική επίλυση προβλημάτων**

Συμμετέχοντες: Ομάδα 15 μαθητών

Διάρκεια: 60 λεπτά

Περιγραφή της δραστηριότητας:

Ο / Η εκπαιδευτικός επιλέγει μια κατάσταση επίλυσης προβλήματος (βλ. Pfeiffer, 1991- Pfeiffer & Jones, 1974) και την παρουσιάζει σε μια ομάδα μαθητών - για να διερευνήσει το ρόλο της δημιουργικότητας και τα είδη διορατικότητας στην επίλυση προβλημάτων. Πραγματοποιεί μια σύντομη παρουσίαση της μεθόδου για την τόνωση της δημιουργικής σκέψης μέσω της ιδεοθύελλας ( brainstorming) και ενθαρρύνει την ομάδα να αρχίσει να εργάζεται πάνω στο συγκεκριμένο έργο εφαρμόζοντας αυτή τη μέθοδο. Στο τέλος της άσκησης, διεξάγεται συζήτηση για την ανταλλαγή των προσωπικών εμπειριών των συμμετεχόντων και των αποτελεσμάτων στη διερεύνηση του ρόλου της δημιουργικότητας και της διορατικότητας στην επίλυση προβλημάτων.

### **Μετά το μάθημα – Εξεταστικό Δοκίμιο**

Μετά την ολοκλήρωση της εργασίας στην τάξη, ο/ η εκπαιδευτικός προσφέρει στους μαθητές / φοιτητές να συμπληρώσουν ένα μετα-τεστ (βλ. παράρτημα), επεξεργάζεται τα αποτελέσματα και παρέχει σε όσους ολοκλήρωσαν το τεστ ανατροφοδότηση σχετικά με το επίπεδο γνώσεων που απέκτησαν στο θέμα της επίλυσης προβλημάτων.

### **Σημειώσεις προς τον διδάσκοντα**

Ο / Η εκπαιδευτικός προετοιμάζει εκ των προτέρων καταστάσεις επίλυσης προβλήματος καθώς και υλικά (flip charts, λευκά φύλλα χαρτιού και μαρκαδόρους) για την εργασία στην τάξη. Οι μαθητές/ φοιτητές πρέπει να φέρουν τον απαραίτητο εξοπλισμό υπολογιστών και παρουσιάσεων για να προετοιμάσουν και να μοιραστούν παρουσιάσεις με τη χρήση πολυμέσων. Ο / Η εκπαιδευτικός πρέπει να είναι πρόθυμος να παραπέμψει τους μαθητές / φοιτητές στις κατάλληλες βιβλιογραφικές και άλλες διαδικτυακές πηγές που είναι διαθέσιμες σχετικά με το υπό μελέτη θέμα.

### **Περαιτέρω αναγνώσματα**

Eysenck, M. W., & Keane, M. T. (2005). *Cognitive psychology: A student's handbook*. Taylor & Francis.

Davidson, J. E., & Sternberg, R. J. (Eds.). (2003). *The psychology of problem solving*. Cambridge university press.

Pfeiffer, J. (1991). *A Handbook of Structured Experiences for Human Relations Training*, Volume IX, 1st Edition, Pfeiffer.

Pfeiffer, J., Jones, J. (Eds.). (1974). *A Handbook of Structured Experiences for Human Relations Training*. Vol. 1-4, 2. ed., La Jolla, Ca : Univ. Associates.

Sternberg, R. (2011). *Cognitive Psychology*. 6th Edition. Cengage Learning



### Ενότητα 3: 'Θεωρία του Νου'

*Ελεονώρα Παπαλεοντίου-Λουκά, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου*

#### Ιστορικό και Σκεπτικό

Προκειμένου να συμμετέχουμε στην ανθρώπινη αλληλεπίδραση, να προβλέπουμε τις συμπεριφορές των άλλων, να κατανοούμε τις προθέσεις, τις πεποιθήσεις και τις επιθυμίες τους, να ερμηνεύουμε τις πράξεις τους, ο καθένας από εμάς βασίζεται σε μια ψυχολογία "κοινής λογικής" που μας επιτρέπει να αποδίδουμε καταστάσεις στον εαυτό μας και στους άλλους (Κυριακοπούλου, 2012). Η "Θεωρία του Νου" είναι η ικανότητα που επιτρέπει στο άτομο να αποδίδει νοητικές καταστάσεις (π.χ. πεποιθήσεις, επιθυμίες, συναισθήματα, σχέδια, αντιλήψεις, προθέσεις, προσδοκίες, επιθυμίες κτλ.) στον εαυτό του και στους άλλους, προκειμένου να ερμηνεύει τη συμπεριφορά (Premack & Woodruff, 1978). Η 'Θεωρία του Νου' είναι επίσης, η κατανόηση που έχει κάποιος για τις νοητικές καταστάσεις του εαυτού του και των άλλων. Η 'Θεωρία του Νου' είναι, επίσης, η κατανόηση που έχει κανείς για τις νοητικές καταστάσεις του εαυτού του και των άλλων.

Η ψυχοκοινωνική ανάπτυξη και βελτίωση εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την ανάπτυξη της "Θεωρίας του Νου" στα παιδιά, η οποία τα καθιστά λιγότερο πεισματάρικα και εγωκεντρικά και πιο συνεργάσιμα, καθώς μπορούν ευκολότερα να δουν και να κατανοήσουν την άποψη του άλλου.

Τι θα συνέβαινε αν δεν υπήρχε η 'Θεωρία του Νου'; "Φανταστείτε ένα υποθετικό ον που δεν γνωρίζει τίποτα για το νου... Ο κοινωνικός κόσμος, ο κόσμος του εαυτού μας και των άλλων θα ήταν ένας κενός χώρος για αυτό το ον..... Θα μπορούσε να βλέπει και να ακούει τους άλλους ανθρώπους, αλλά δεν θα γνώριζε τίποτα για τις νοητικές καταστάσεις που κατευθύνουν τη συμπεριφορά των ανθρώπων" (Wellman, 1985, σσ. 169-170).

Τα ερευνητικά ευρήματα δείχνουν ότι η χρήση γλώσσας για νοητικές καταστάσεις από τη μητέρα προέβλεπε επίσης τη μετέπειτα κατανόηση της 'Θεωρίας του Νου' από τα παιδιά (Ruffman et al; 2002). Η αλληλεπίδραση μητέρας-παιδιού που χαρακτηριζόταν από τη χρήση της γλώσσας της νοητικής κατάστασης συνδέθηκε θετικά με τη 'Θεωρία του Νου' του παιδιού (Youngblade & Dunn, 1995- Hughes & Dunn, 1998). Άλλωστε, οι σχέσεις μεταξύ της μητρικής χρήσης επεξεργαστικού λόγου για τις νοητικές καταστάσεις και της κατανόησης των νοητικών καταστάσεων από τα παιδιά υποστηρίζονται και από άλλες μελέτες (Ontai & Thompson, 2002- Peterson & Slaughter, 2003).

Επιπλέον, η χρήση από τα παιδιά λεξιλογίου για νοητικές καταστάσεις σε συζητήσεις με αδέρφια και φίλους σε ηλικία 47 μηνών συσχετίστηκε με την επίδοση σε δοκιμασίες ψευδούς πεποίθησης (Brown, et al; 1996). Τα παιδιά που είχαν καλύτερες επιδόσεις στην ηλικία των 47 μηνών στα τεστ λανθασμένης πεποίθησης, εξαπάτησης και κατανόησης συναισθημάτων, έδωσαν πιο ικανοποιητικές και διαφοροποιημένες αναφορές για τα συναισθήματα της μητέρας και των αδελφών 7 μήνες αργότερα (Dunn & Hughes, 1998). Ατομικές διαφορές στη συχνότητα του λεξιλογίου για νοητικές καταστάσεις σε αδελφικές δυάδες παιχνιδιών, που παρατηρήθηκαν σε παιδιά ηλικίας 3:11 ετών, συσχετίστηκαν με τις επιδόσεις που αξιολογήθηκαν 13 μήνες αργότερα σε καθήκοντα ψευδούς πεποίθησης και σε καθήκοντα που αφορούσαν στην κατανόηση των συναισθημάτων (Hughes & Dunn, 1998). Η έρευνα της Dunn σχετικά με τις ατομικές διαφορές στην κοινωνική επάρκεια των παιδιών αποκάλυψε ότι σε ηλικία 40 μηνών οι ατομικές διαφορές στην κοινωνική κατανόηση σχετίζονταν με οικογενειακές μεταβλητές, όπως η συμμετοχή σε συζητήσεις για συναισθήματα και αιτιώδη συμπεριφορά και τα συνεργατικά παιχνίδια με τα αδέρφια, όπως είχαν μετρηθεί 7 μήνες νωρίτερα (Dunn et al; 1991).

Η έρευνα της Dunn σχετικά με τις ατομικές διαφορές στην κοινωνική επάρκεια των παιδιών αποκάλυψε ότι σε ηλικία 40 μηνών οι ατομικές διαφορές στην κοινωνική κατανόηση σχετίζονταν με οικογενειακές μεταβλητές, όπως η συμμετοχή σε συζητήσεις για τα συναισθήματα και την αιτιώδη συνάφεια της συμπεριφοράς και τα συνεργατικά παιχνίδια με τα αδέρφια, όπως είχαν μετρηθεί 7 μήνες νωρίτερα (Dunn et al., 1991).

Άλλες έρευνες σχετικά με το παιχνίδι προσποίησης μεταξύ αδελφών (Youngblade & Dunn, 1995; Hove et al, 1998) έδωσαν αξία στην υπόθεση - που υποστηρίζεται από μελέτες σχετικά με τις σχέσεις μεταξύ του μεγέθους της οικογένειας και της ανάπτυξης της 'Θεωρίας του Νου' (Perner et al, 1994; Jenkins & Astington, 1996; Lewis et al, 1996; Ruffman et al, 1998) - ότι τα παιδιά κατανοούν το νου μέσω της εντατικής αλληλεπίδρασης με τους φροντιστές και τα αδέρφια τους. Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν έμμεσα τη σημασία της γλωσσικής αλληλεπίδρασης μεταξύ παιδιού και οικογένειας για την ανάπτυξη της 'Θεωρίας του Νου' ή, σε κάθε περίπτωση, μας ωθούν προς την κατεύθυνση της λεπτομερούς εξέτασης της σχέσης μεταξύ της ομιλίας για νοητικές καταστάσεις στην οικογένεια και της ανάπτυξης της κατανόησης του νου.

#### Λέξεις - Κλειδιά

'Θεωρία του Νου', νοητικές καταστάσεις του εαυτού μας και των άλλων, κατανόηση του νου των ανθρώπων, ερμηνεία της συμπεριφοράς, κοινωνική κατανόηση

#### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος της ενότητας, οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- ορίζουν τον όρο "'Θεωρία του Νου'".
- εξηγούν πώς μπορούμε να αξιολογήσουμε τη 'Θεωρία του Νου' των μικρών παιδιών, κατονομάζοντας 3 τεστ αξιολόγησης και περιγράφοντας ένα από αυτά.
- δίνουν δύο πιθανές ερμηνείες για ικανότητες που μπορεί να διαθέτουν τα παιδιά όταν πετυχαίνουν σε τεστ λανθασμένης πεποίθησης.
- αναφέρουν δύο πιθανές εξηγήσεις για την αποτυχία στα τεστ 'Λανθασμένης Πεποίθησης'.

#### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

Πριν από το μάθημα, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να παρακολουθήσουν ένα βίντεο με τίτλο Theory of Mind που είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube για να προετοιμαστούν για το μάθημα.

Είναι πολύ σημαντικό να αναγνωρίσουν τις κύριες πτυχές του όρου 'Θεωρία του Νου' και να είναι σε θέση να δώσουν μερικά παραδείγματα αυτού του φαινομένου στην καθημερινή ζωή των παιδιών.

Επιπλέον, οι μαθητές / φοιτητές θα ενθαρρυνθούν να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού) προκειμένου να ελέγξουν την κατανόησή τους σχετικά με το βίντεο που είδαν.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός θα αναλύσει τα αποτελέσματα των απαντήσεων σε αυτό το ερωτηματολόγιο και θα τα παρουσιάσει στην τάξη για περαιτέρω συζήτηση.

Κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας, ο εκπαιδευτικός κατανέμει τους μαθητές / φοιτητές σε ομάδες των 5 ατόμων και τους ζητά να επιλέξουν μεταξύ πέντε ορισμών τον ορισμό που εφαρμόζεται καλύτερα στον όρο 'Θεωρία του Νου' και στη συνέχεια να αιτιολογήσουν την απόφασή τους σε συζήτηση με όλη την τάξη (Δραστηριότητα 1).

Στη συνέχεια, οι μαθητές / φοιτητές ενθαρρύνονται να επινοήσουν το δικό τους σενάριο Ψευδούς - Πίστης για παιδιά προσχολικής ηλικίας, να το παρουσιάσουν σε όλη την τάξη και να εξηγήσουν πώς αναμένεται να λειτουργήσει (Δραστηριότητα 2).

Τέλος, οι μαθητές / φοιτητές που εργάζονται και πάλι σε ομάδες ενθαρρύνονται να εντοπίσουν 2 λόγους για τους οποίους τα μικρά παιδιά πετυχαίνουν σε τεστ Ψευδούς Πεποίθησης και 2 λόγους για τους οποίους αποτυγχάνουν σε τέτοια τεστ. Τα ευρήματα παρουσιάζονται και συζητούνται με όλη την τάξη (Δραστηριότητα 3).

Μετά το τέλος του μαθήματος, ο εκπαιδευτικός θα ζητήσει από τους μαθητές / φοιτητές, αν το επιθυμούν, να συμπληρώσουν ένα post-test (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού). Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

Διαδραστικές δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1: Ομαδική συζήτηση σχετικά με τον ορισμό του ToM

Στόχος: Να διερευνήσει την κατανόηση των μαθητών / φοιτητών σχετικά με τον ορισμό της "Θεωρίας του Νου" και των βασικών συστατικών της.

Συμμετέχοντες: Ομάδα 5 μαθητών / φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Κάρτες με ορισμούς της "ToM", προφορικές συζητήσεις και ενδεχομένως στυλό και χαρτί.

Περιγραφή της δραστηριότητας: Ο εκπαιδευτικός κατανέμει τους μαθητές / φοιτητές σε ομάδες των 5 ατόμων και τους ζητά να επιλέξουν ανάμεσα σε πέντε ορισμούς που δίνονται) ποιος εφαρμόζεται καλύτερα στον όρο "Θεωρία του Νου" και στη συνέχεια να αιτιολογήσουν την απόφασή τους σε συζήτηση με όλη την τάξη.

Δραστηριότητα 2: Ανάπτυξη σεναρίων "ψευδούς πεποίθησης

Στόχοι:

- Να διασφαλιστεί η κατανόηση από τους μαθητές / φοιτητές της έννοιας και της δομής ενός τεστ "ψευδούς πεποίθησης" ζητώντας τους να επινοήσουν τα δικά τους σενάρια "ψευδούς πεποίθησης".
- Να ενθαρρύνει την ενεργό συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών και να προωθήσει τις δημιουργικές τους δεξιότητες.

Συμμετέχοντες: Ομάδα 5 μαθητών / φοιτητών

Χρονική διάρκεια: Διάρκεια: 40 λεπτά

Εργαλεία: Κουκλάκια, κύπελλα, κουτιά και άλλα μικρά αντικείμενα/ παιχνίδια

Περιγραφή της δραστηριότητας: Οι μαθητές / φοιτητές ενθαρρύνονται να εργαστούν σε ομάδες και να αναπτύξουν / επινοήσουν το δικό τους σενάριο "Ψευδούς - Πίστης" για παιδιά προσχολικής ηλικίας, να το παρουσιάσουν σε όλη την τάξη και να εξηγήσουν πώς αναμένεται να λειτουργήσει.

Δραστηριότητα 3: Παρουσίαση αφίσας

Σκοπός: Οι μαθητές / φοιτητές να διευκρινίσουν τους λόγους για τους οποίους τα μικρά παιδιά μπορεί να επιτύχουν ή να αποτύχουν σε καθήκοντα Λανθασμένης πεποίθησης

Συμμετέχοντες: Ομάδα των 5 μαθητών / φοιτητών

Χρονική διάρκεια: 2 ώρες: Κατηγορία: 30 λεπτά

Εργαλεία: χαρτιά (σε μέγεθος αφίσας), αυτοκόλλητο με μπλε κόλλα.

Περιγραφή της δραστηριότητας: Οι μαθητές / φοιτητές εργάζονται και πάλι σε ομάδες των 5 ατόμων και ενθαρρύνονται να εντοπίσουν 2 λόγους για τους οποίους τα μικρά παιδιά πετυχαίνουν στα τεστ Λανθασμένης πεποίθησης και 2 λόγους για τους οποίους αποτυγχάνουν σε τέτοια τεστ και να τους γράψουν με μαρκαδόρους σε μια αφίσα. Οι αφίσες κολλιούνται στους τοίχους και τα ευρήματα παρουσιάζονται και συζητούνται με όλη την τάξη.

## Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

- Astington, J. W. (2003). Sometimes necessary, never sufficient: False-belief understanding and social competence. *Individual Differences in Theory of Mind: Implications for Typical and Atypical Development*, 13–38.
- Astington, J. W., Harris, P. L., & Olson, D. R. (Eds.). (1988). *Developing theories of mind*. Cambridge University Press.
- Baron-Cohen, S., Leslie, A. M., & Frith, U. (1985). Does the autistic child have a "theory of mind"? *Cognition*, 21(1), 37–46. [https://doi.org/10.1016/0010-0277\(85\)90022-8](https://doi.org/10.1016/0010-0277(85)90022-8)
- Baron-Cohen, Simon (1991). Precursors to a theory of mind: Understanding attention in others. In Whiten, Andrew (ed.). *Natural theories of mind: evolution, development, and simulation of everyday mindreading*. Blackwell. (pp. 233–251). ISBN 9780631171942.
- Bartsch & Wellman, (1995). *Children Talk About the Mind*. Oxford University Press.
- Brown, J.R., Donelan-McCall, N. & Dunn J. (1996). Why Talk about Mental States? The Significance of Children's Conversations with Friends, Siblings, and Mothers. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1996.tb01767.x>
- Carruthers, P. (1996). Simulation and self-knowledge: a defence of the theory-theory. In P. Carruthers & P.K. Smith, Eds. *Theories of theories of mind*. Cambridge University Press.
- Dunn J. & Hughes C. (1998). Young children's understanding of emotions within close relationship. *Cognition and Emotion*, 12, 171-190.
- Dunn J., Brown J., Beardsall L. (1991). Family talk about emotions, and children's later understanding of other's emotions. *Developmental Psychology*, 27, 448-455.
- Duval, C., Piolino, P., Benjanin, A., Eustache, F., & Desgranges, B. (2011). Age Effects on Different Components of Theory of Mind. *Consciousness and Cognition*. 20 (3), 627–642. doi:10.1016/j.concog.2010.10.025. PMID 21111637. S2CID 7877493.
- Flavell, J. H. (1988). The development of children's knowledge about the mind: From cognitive connections to mental representations. In J. W. Astington, P. L. Harris, & D. R. Olson (Eds.), *Developing theories of mind* (pp. 244–267). Cambridge University Press.
- Flavell, J. H., Flavell, E. R., & Green, F. L. (1983). Development of the appearance–reality distinction. *Cognitive Psychology*, 15(1), 95–120. [https://doi.org/10.1016/0010-0285\(83\)90005-1](https://doi.org/10.1016/0010-0285(83)90005-1)
- Gopnik, A. (1993). How we know our minds: The illusion of first-person knowledge of intentionality. *Behavioral and Brain Sciences*, 16(1), 1–14, 29–113. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00028636>.
- Henry, J. D.; Phillips, L. H.; Ruffman, T. & Bailey, P. E. (2013). A meta-analytic review of age differences in theory of mind. *Psychology and Aging*. 28 (3), 826–839. doi:10.1037/a0030677. PMID 23276217.

- Hughes, C., & Dunn, J. (1998). Understanding mind and emotion: Longitudinal associations with mental-state talk between young friends. *Developmental Psychology*, 34(5), 1026–1037. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.34.5.1026>
- Ian., A. (2011). *Mindreaders : the cognitive basis of "theory of mind"*. Psychology Press. ISBN 9780203833926. OCLC 705929873.
- Jenkins, J.M., & Astington, J.W. (1996). Cognitive factors and family structure associated with theory of mind development in young children . *Developmental Psychology*, 32, 70–78 .
- Kalbe, E. (2010). Dissociating Cognitive from Affective Theory of Mind: A TMS Study. *Cortex*, 46 (6), 769–780. doi:10.1016/j.cortex.2009.07.010. PMID 19709653. S2CID 16815856.
- Lewis, C., Freeman, N., Kyriakidou, C., Maridaki-Kassotaki, K., & Berridge, D. (1996). Social influences on false- belief access: Sibling influences or general apprenticeship? *Child Development*, 67, 2930–2947.
- Miller, C. A. (2006). Developmental relationships between language and theory of mind. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 15 (2), 142–154. doi:10.1044/1058-0360(2006/014). PMID 16782686. S2CID 28828189.
- Milligan, K., Astington, J. W., Dack, L. A. (2007). Language and theory of mind: meta-analysis of the relation between language ability and false-belief understanding. *Child Development*, 78 (2), 622–646. doi:10.1111/j.1467-8624.2007.01018.x. PMID 17381794.
- Mitchell, P. (2011). Acquiring a Theory of Mind. In Alan Slater, & Gavin Bremner (eds.) *An Introduction to Developmental Psychology*. Second Edition, BPS Blackwell. page 371
- Mitchell, P. (2011). Acquiring a theory of mind. In Slater, Alan; Bremner, J. Gavin (eds.). *An introduction to developmental psychology* (3rd ed.). John Wiley & Sons Inc. pp. 381–406. ISBN 9781118767207.
- O'Brien, K., Slaughter, V., Peterson, C.C. (2011). Sibling influences on theory of mind development for children with ASD. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 52 (6), 713–719. doi:10.1111/j.1469-7610.2011.02389.x. PMID 21418062. Retrieved 18 May 2021.
- Ontai L.L. & Thompson, R.A. ( 2008). Attachment, Parent–Child Discourse and Theory-of-Mind Development. *Social Development*, 17(1), 1-210. University of California, Davis.
- Papaleontiou - Louca, E. & Thoma, N. (2014). A Review of Young Children’s Metacognitive Ability of Introspection in Contemporary Perspectives in Theory of Mind in Early Childhood Education, (ed. Saharo, O.) 225-242. Information Age Publishing.
- Papaleontiou - Louca, E. (2008). *Metacognition and Young Children's Theory of Mind*. Cambridge Scholars Press.
- Papaleontiou- Louca, E (2019). Do children know what they know? Metacognitive awareness in preschool children, *New Ideas in Psychology*, 54, 56-62, ISSN 0732-118X, <https://doi.org/10.1016-j.newideapsych.2019.01.005>
- Perner, J., Ruffman, T., & Leekam, S.R. (1994). Theory of mind is contagious: You catch it from your sibs . *Child Development*, 65, 1228–1238.
- Peterson, C. et al. (2016). Peer Social Skills and Theory of Mind in Children with Autism, Deafness, or Typical Development. *Developmental Psychology*, 52 (1), 46–57. doi:10.1037/a0039833. PMID 26524383.[permanent dead link]
- Peterson, C., & Slaughter, V. (2003). Opening windows into the mind: Mothers' preferences for mental state explanations and children's theory of mind. *Cognitive Development*, 18(3), 399–429. [https://doi.org/10.1016/S0885-2014\(03\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0885-2014(03)00041-8)

- Premack & Woodruff (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and Brain Sciences, 1*, 515–526.
- Reiter, A. M. F.; Kanske, P., Eppinger, B, & Li, S. (2017). The Aging of the Social Mind - Differential Effects on Components of Social Understanding. *Scientific Reports, 7* (1), 11046. Bibcode:2017NatSR...711046R. doi:10.1038/s41598-017-10669-4. ISSN 2045-2322. PMC 5591220. PMID 28887491.
- Ruffman, T., Perner, J., Naito, M., Parkin, L., & Clements, W.(1998). Older (but not younger) siblings facilitate falsebelief understanding. *Developmental Psychology, 34*, 161–174.
- Ruffman, T., Slade, L. & Crowe E. ( 2002). The Relation between Children’s and Mothers’ Mental State Language and Theory-of-Mind Understanding. *Child Development, 73*, 3, 734–751.
- Sabbagh, M.A.; Moses, L.J.; Shiverick, S (2006). Executive functioning and preschoolers' understanding of false beliefs, false photographs, and false signs. *Child Development, 77* (4), 1034–1049. doi:10.1111/j.1467-8624.2006.00917.x. PMID 16942504.
- Shahaeian, A., Peterson, C. C.; Slaughter, V. & Wellman, H. M. (2011). Culture and the sequence of steps in theory of mind development. *Developmental Psychology, 47* (5), 1239–1247. doi:10.1037/a0023899. PMID 21639620.
- Wellman, H. M. & Liu, D. (2004). Scaling of Theory-of-Mind Tasks. *Child Development, 75* (2), 523–541. doi:10.1111/j.1467-8624.2004.00691.x. ISSN 1467-8624. PMID 15056204. S2CID 5562001.
- Wellman, H. M. (1985). The child's theory of mind: The development of conceptions of cognition. In S. R. Yussen (Ed.), *The growth of reflection* (pp.169-206). Academic Press.
- Wimmer, H., & Perner, J. (1983). Beliefs about beliefs: Representation and constraining function of wrong beliefs in young children's understanding of deception. *Cognition, 13*(1), 103–128. [https://doi.org/10.1016/0010-0277\(83\)90004-5](https://doi.org/10.1016/0010-0277(83)90004-5)
- Youngblade, L. M., & Dunn, J. (1995). Individual differences in young children’s pretend play with mother and sibling: Links to relationships and understanding of other people’s feelings and beliefs. *Child Development, 66*, 1472–1492.

## Ενότητα 4: Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων

Κωνσταντίνα Δημητρίου, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η ψυχική υγεία είναι σημαντικός παράγοντας για την ανάπτυξη και την υγεία των παιδιών. Είναι σημαντικό χαρακτηριστικό στην ψυχολογία των παιδιών γιατί ένα παιδί με καλά επίπεδα ψυχικής υγείας μπορεί να έχει ένα υγιές αναπτυξιακό, κοινωνικό, συναισθηματικό, νοητικό και σωματικό επίπεδο. Η ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων συνδέεται με τον τρόπο που σκέφτονται, που αισθάνονται για τον εαυτό τους και τους άλλους γύρω τους. Όταν ένα παιδί έχει καλή ψυχική υγεία νιώθει χαρούμενο και μπορεί να αναπτύξει την αίσθηση της ικανοποίησης, μαθαίνει πιο εύκολα, αναπτύσσει υγιείς σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους του, και χειρίζεται καλύτερα τα συναισθήματά του. Όταν ένα παιδί ή ένας έφηβος αντιμετωπίζει προβλήματα με την ψυχική του υγεία γίνεται πιο ευάλωτος στο να αναπτύξει συμπεριφορικά προβλήματα και αρνητικά συναισθήματα όπως στεναχώρια, άγχος, λύπη και θυμό. Η κατανόηση των φυσιολογικών και μη φυσιολογικών συμπεριφορών σε παιδιά και έφηβους συνδέεται άμεσα με την κατανόηση της ψυχικής τους υγείας.

### Λέξεις Κλειδιά

ψυχική υγεία, ψυχοπαθολογία, αποκλίνουσες συμπεριφορές, δυσφορία, ψυχική ανθεκτικότητα, άγχος, αξιολόγηση, δυσλειτουργικότητα, παράγοντες κινδύνου, προστατευτικοί παράγοντες

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος της ενότητας, οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- ορίζουν την ψυχική υγεία και να την ερμηνεύουν με βάση το περιεχόμενο της ποιότητας ζωής των παιδιών και των εφήβων.
- προσδιορίζουν τα βασικά χαρακτηριστικά της ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων.
- κατανοούν την ύπαρξη της καλής ψυχικής υγείας.
- αποκτήσουν καλή εικόνα για τα προβλήματα ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζουν τα παιδιά και οι έφηβοι.
- αναγνωρίζουν τα βασικά κριτήρια μιας αποκλίνουσας συμπεριφοράς.
- συζητούν τις αιτίες ανάπτυξης ψυχοπαθολογικών συμπεριφορών.
- διερευνούν τους προστατευτικούς παράγοντες της ψυχοπαθολογίας των παιδιών και των εφήβων.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

Πριν τη διάλεξη, οι φοιτητές θα παροτρυνθούν για να παρακολουθήσουν ένα βίντεο με τίτλο «Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων» το οποίο θα είναι διαθέσιμο στο κανάλι του YouTube με την ονομασία *Flipped Methods in Psychology*. Αυτό το βίντεο θα τους βοηθήσει να προετοιμαστούν για τη διάλεξη που θα ακολουθήσει. Είναι σημαντικό για αυτούς να αναγνωρίσουν τους βασικούς άξονες αυτού του θέματος και να δώσουν έμφαση στον τρόπο με τον οποίο παρακολουθούμε, αναγνωρίζουν και διαχωρίζουμε τις αποκλίνουσες από τις φυσιολογικές συμπεριφορές. Ακόμη, μετά την παρακολούθηση του βίντεο, θα πρέπει να είναι σε θέση να συζητήσουν τους παράγοντες κινδύνου και τους προστατευτικούς παράγοντες της ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων.

Επιπλέον, οι φοιτητές θα ενθαρρυνθούν να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο, με ποσοτικές ερωτήσεις, (δες το Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου) ούτως ώστε να αξιολογήσουν την κατανόηση τους πάνω στο περιεχόμενο του βίντεο που θα δουν.

Ο εκπαιδευτικός θα αναλύσει τις απαντήσεις των φοιτητών και θα τις παρουσιάσει στην τάξη για περαιτέρω συζήτηση.

Κατά τη διάρκεια της συζήτησης, ο εκπαιδευτικός θα αρχίσει κάνοντας γενικές ερωτήσεις για τους ορισμούς γύρω από αυτό το θέμα και κατά πόσο οι φοιτητές τους κατανοούν. Αμέσως μετά θα τους παρουσιάσει τα αποτελέσματα του σύντομου ερωτηματολογίου που έπρεπε να συμπληρωθεί πριν τη διάλεξη (Δραστηριότητα 1). Ακολούθως, ο εκπαιδευτικός θα δώσει μια σύντομη διάλεξη πάνω στα κριτήρια της αποκλίνουσας συμπεριφοράς. Παράλληλα, θα εξηγήσει τη διαδικασία αξιολόγησης μιας αποκλίνουσας συμπεριφοράς, ούτως ώστε να κατανοήσουν μια κλινική συνέντευξη και τις διαδικασίες παρακολούθησης μη φυσιολογικών συμπεριφορών και αντιδράσεων. Βάσει αυτής της διάλεξης, θα κάνει τη Δραστηριότητα 2. Τέλος, θα δώσει ακόμα μια διάλεξη όπου θα εξηγήει τους παράγοντες κινδύνου και τους προστατευτικούς παράγοντες και πως όλοι αυτοί μπορεί να βοηθήσουν ή να αποτρέψουν την ανάπτυξη ψυχοπαθολογικών προβλημάτων στα παιδιά και τους έφηβους. Κατά τη διάρκεια αυτής της διάλεξης, θα πρέπει ο εκπαιδευτικός να χρησιμοποιήσει πίνακες και διαγράμματα για να παρουσιάσει ερευνητικά ευρήματα και βιβλιογραφία. Μετά οι φοιτητές θα πρέπει να ολοκληρώσουν τη Δραστηριότητα 3.

Μετά το τέλος της διάλεξης, ο εκπαιδευτικός θα ρωτήσει τους φοιτητές, εάν θέλουν, να συμπληρώσουν ένα νέο ερωτηματολόγιο (δες το Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου), με ποιοτικές ερωτήσεις, για να αξιολογηθεί η όλη κατανόηση μετά την ολοκλήρωση των δραστηριοτήτων και του μαθήματος. Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να αξιολογήσει και να ερμηνεύσει τα αποτελέσματα και των δυο ερωτηματολογίων, και να κάνει την δική του αξιολόγηση, να προβληματιστεί, ως προς το περιεχόμενο και τις μεθόδους μάθησης που χρησιμοποίησε.

## **Διαδραστικές Δραστηριότητες:**

### ***Δραστηριότητα 1: Ομαδική Συζήτηση Ορισμών***

Στόχος: Να διερευνήσει εάν οι φοιτητές έχουν κατανοήσει τους ορισμούς της ψυχικής υγείας των παιδιών και των εφήβων, καθώς και την ύπαρξη της.

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 4 φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Πένα και χαρτί

Περιγραφή δραστηριότητας: Κατά τη διάρκεια αυτής της συζήτησης, οι φοιτητές θα χωριστούν σε ομάδες των τεσσάρων και θα πρέπει να συζητήσουν τα λάθη που έκαναν ως προς τις απαντήσεις που έδωσαν στο πρώτο ερωτηματολόγιο με τις ερωτήσεις που συμπλήρωσαν πριν το μάθημα. Παράλληλα θα πρέπει να εισηγηθούν και νέες απαντήσεις που θεωρούν ότι είναι οι σωστές. Μ' αυτό τον τρόπο θα έχουν την ευκαιρία να συνεργαστούν μεταξύ τους για την επίτευξη ενός κοινού στόχου που είναι να βρουν τις σωστές απαντήσεις. Ακολούθως, ο εκπαιδευτικός θα παρουσιάσει τα αποτελέσματα που δόθηκαν πριν το μάθημα και θα τα συγκρίνει με τις νέες απαντήσεις που θα δοθούν μετά τη συζήτηση αυτή. Τέλος, όλοι μαζί θα κάνουν μια περίληψη ως προς τον εντοπισμό και την αποσαφήνιση των κύριων σημείων.

## ***Δραστηριότητα 2: Αναγνώριση ενός προβλήματος ψυχικής υγείας σ' ένα έφηβο – Παιχνίδι ρόλων.***

Στόχος: να εξετάσουν τη συμπεριφορά ενός εφήβου με βάση τα χαρακτηριστικά της αποκλίνουσας συμπεριφοράς, τα κριτήρια της, και να εντοπίσουν τη δυσλειτουργικότητα. Η δραστηριότητα αυτή αποσκοπεί στην ανάπτυξη και αξιολόγηση μιας προσομοίωσης κλινικού ρόλου σε πραγματικό χρόνο. Οι φοιτητές θα έχουν την ευκαιρία να βιώσουν μια αλληλεπίδραση με έναν έφηβο με άγχος, από τη θέση του ψυχολόγου ή/και του παρατηρητή και να μιμηθούν μια κλινική συνεδρία κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 4 φοιτητών

Διάρκεια: 50 λεπτά

Εργαλεία: Ηλεκτρονικός υπολογιστής, χρήση εικονικού ψυχοθεραπευτικού εργαστηρίου

Περιγραφή δραστηριότητας: Σε ένα εικονικό ψυχοθεραπευτικό εργαστήριο, οι φοιτητές θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν εικονικούς χαρακτήρες (άβαταρ) για να αξιολογήσουν κλινικά ένα έφηβο που παρουσιάζει προβλήματα άγχους. Αυτό θα γίνει μέσα από ένα παιχνίδι ρόλων. Ο εκπαιδευτικός θα παριστάνει τον έφηβο, κι ένας μαθητής / φοιτητής<sup>1</sup> θα κάνει τον ψυχολόγο, και ακόμα τρεις φοιτητές θα παριστάνουν τους παρατηρητές. Ο «ψυχολόγος» είναι υπεύθυνος για να κάνει ερωτήσεις στον έφηβο (βασισμένες στα κριτήρια αξιολόγησης μιας αποκλίνουσας συμπεριφοράς) και ο «έφηβος»<sup>2</sup> θα απαντάει αναλόγως. Οι «παρατηρητές» θα παρακολουθούν ολόκληρη τη συνεδρία, θα πρέπει να σημειώνουν τις συμπεριφορές που αναγνωρίζουν πάνω στον έφηβο (λεκτικές και μη λεκτικές), θα γράψουν κάτω τις παρατηρήσεις τους και στο τέλος θα αποφασίσουν εάν ο έφηβος παρουσιάζει κάποια μορφή αποκλίνουσας συμπεριφοράς. Εάν αποφασίσουν ότι υπάρχει πρόβλημα, θα πρέπει να αιτιολογήσουν την άποψη τους, να επισημάνουν ποια στοιχεία στη συμπεριφορά του εφήβου τους έκαναν να πάρουν αυτή την απόφαση, να περιγράψουν το πρόβλημα, και να περιγράψουν τη δυσλειτουργία και την απόκλιση από μια φυσιολογική συμπεριφορά.

Οι χρήστες του πειράματος θα αλληλεπιδρούν μέσα από τους εικονικούς ανθρώπους. Ο κάθε ένας θα έχει το δικό του άβαταρ και θα επικοινωνούν μέσα από ακουστικά και μικρόφωνο. Όλοι θα πρέπει να έχουν από ένα ηλεκτρονικό υπολογιστή για να συνδεθούν με το εικονικό εργαστήριο όπου θα διεξαχθεί η συνεδρία. Η διάρκεια της συνεδρίας θα είναι 30 λεπτά. Ο εικονικός ψυχολόγος θα ξεκινήσει τη συνεδρία με στόχο να αξιολογήσει τη δυσφορία, τη δυσλειτουργία, τη ψυχική υγεία, τη ψυχική κατάσταση, το ψυχοκοινωνικό και γενικά το ιστορικό του εφήβου. Ο εκπαιδευτικός θα ενεργεί με ευελιξία, ακολουθώντας ένα αφηγηματικό φύλλο, ενώ το είδωλο του ψυχολόγου θα καθοδηγεί την ανάπτυξη της συνεδρίας με βάση την αξιολόγηση και τη συμπτωματολογία του άγχους. Οι παρατηρητές πρέπει να γράψουν αναστοχαστικές σημειώσεις σε ένα ηλεκτρονικό φόρουμ. Στο τέλος, θα υπάρξει μια συζήτηση απολογισμού με όλους τους φοιτητές, σχετικά με τα αποτελέσματα αυτής της δραστηριότητας. Όλοι οι φοιτητές θα έχουν την δυνατότητα να παρακολουθούν ηλεκτρονικά αυτή την δραστηριότητα.

Αυτή η δραστηριότητα θα δώσει την ευκαιρία στους φοιτητές να επικοινωνήσουν και να χρησιμοποιήσουν κάποιες επαγγελματικές δεξιότητες προκειμένου να αξιολογήσουν ένα πρόβλημα ψυχικής υγείας σε έφηβο. Επιπλέον, οι φοιτητές θα λαμβάνουν εσωτερική ανατροφοδότηση σε πραγματικό χρόνο μέσω των αντιδράσεων του άβαταρ εφήβου, επιτρέποντάς τους να πειραματιστούν με διαφορετικές στρατηγικές και προσεγγίσεις.

---

<sup>1</sup> Με τους όρους 'μαθητής' ή 'φοιτητής' εννοούμε πρόσωπα και των δύο φύλων

<sup>2</sup> Λέγοντας ο έφηβος, ο εκπαιδευτικός, ο ψυχολόγος, εννοούμε πρόσωπα και των δύο φύλων

### ***Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι με χαρτιά – Παράγοντες κινδύνου και προστατευτικοί***

Στόχος: να αναγνωρίσουν τους παράγοντες κινδύνου και προστατευτικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη ψυχοπαθολογία παιδιών και εφήβων.

Συμμετέχοντες: Όλοι οι φοιτητές

Διάρκεια: 30 λεπτά

Εργαλεία: Κάρτες, πένα και χαρτί.

Περιγραφή Δραστηριότητα: Θα δοθούν στους φοιτητές μικρές κάρτες και θα τους ζητηθεί να γράψουν σε μια-δύο λέξεις Λέξεις Κλειδιά που σχετίζονται με διάφορους παράγοντες που επηρεάζουν τη ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων. Οι αναφορές τους θα πρέπει να βασίζονται στους παράγοντες που θα αναλυθούν από το εκπαιδευτικό κατά τη διάρκεια της διάλεξης.

Οι μισοί φοιτητές θα πρέπει να γράψουν μια λέξη που να βασίζεται σε ένα από τα τέσσερα στα αίτια (τους παράγοντες κινδύνου) της παρουσίας προβλημάτων ψυχικής υγείας. Παραδείγματα από αναφορές που μπορούν να δώσουν είναι: μητέρα με κατάθλιψη, χαμηλή αυτοπεποίθηση, κακή επικοινωνία με την οικογένεια, εκφοβισμός, κτλ.

Οι άλλοι μισοί φοιτητές θα πρέπει να γράψουν κάτι που να σχετίζεται με τους τέσσερις προστατευτικούς παράγοντες που προωθούν την καλή ψυχική υγεία. Παραδείγματα αυτών μπορεί να είναι: παίζει χαρούμενο στη παιδική χαρά, έχει μια εξισορροπημένη διατροφή, εμπιστοσύνη μεταξύ φίλων, κτλ.

Πέρα από αυτές τις κάρτες, θα πρέπει από πριν ο εκπαιδευτικός να ετοιμάσει κάρτες που να αναγράφουν τις ονομασίες των τεσσάρων παραγόντων που σχετίζονται με τον κίνδυνο και τους τέσσερις παράγοντες που σχετίζονται με την προστασία.

Όταν γραφτούν όλες οι κάρτες, οι φοιτητές θα παίξουν το παιχνίδι “Hide and Seek”. Θα πρέπει να γυρίσουν ανάποδα όλες τις κάρτες (που έχουν ετοιμαστεί τόσο από τον καθηγητή όσο και από τον μαθητή) για να μην βλέπουν τις ετικέτες. Ένας προς έναν ο κάθε μαθητής / φοιτητής θα γυρίζει δύο κάρτες. Αν οι δύο κάρτες ταιριάζουν (δηλαδή η βασική έννοια και το θέμα ταιριάζουν μαζί (π.χ. εμπιστοσύνη μεταξύ συνομηθικών - κοινωνικός παράγοντας) τότε ο μαθητής / φοιτητής παίρνει έναν πόντο. Αν οι δύο κάρτες δεν ταιριάζουν, τότε ο μαθητής / φοιτητής τις γυρίζει ξανά ανάποδα και παίζει ο επόμενος. Το παιχνίδι τελειώνει όταν έχουν γυρίσει όλες οι κάρτες. Ο μαθητής / φοιτητής που κερδίζει περισσότερους πόντους κερδίζει το παιχνίδι.

Η δραστηριότητα αυτή βασίζεται στην ενεργό συμμετοχή των φοιτητών και αναδεικνύει γνώσεις σχετικά με τα παραδείγματα τόσο των παραγόντων κινδύνου όσο και των προστατευτικών παραγόντων.

### **Αξιολόγηση και Συστάσεις**

Προτεινόμενοι τύποι αξιολόγησης:

- Δοκίμιο
- Οπτικοακουστική παρουσίαση
- Γραπτή εξέταση
- Συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες

## Σημειώσεις προς Εκπαιδευτικό

Όσο αφορά τη 2<sup>η</sup> δραστηριότητα, το άγχος δόθηκε ως παράδειγμα. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει όποια ψυχική διαταραχή ή πρόβλημα ψυχικής υγείας θέλει, φτάνει να βασίζεται στα παιδιά και τους έφηβους και να προσαρμόσει το αφηγηματικό δοκίμιο και την δραστηριότητα αναλόγως. Είναι πολύ σημαντικό όπως ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να καθοδηγεί τη δραστηριότητα μέσα από τις απαντήσεις του (ως έφηβος) για να μπορούν να φανούν ξεκάθαρα η δυσλειτουργία και η απόκλιση από την αναμενόμενη «φυσιολογική» συμπεριφορά των εφήβων.

Όσο αφορά τη 3<sup>η</sup> δραστηριότητα, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να ετοιμάσει τις κάρτες που θα αναγράφουν ονομασίες των παραγόντων προστασίας και κινδύνου. Οι ονομασίες αυτές θα πρέπει να βασίζονται στους παράγοντες που αναλύονται και στο βίντεο (που θα δουν πριν τη διάλεξη) και κατά τη διάρκεια της διάλεξης.

## Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

- Drabick, D. A. G., & Kendall, P. C. (2011). Developmental psychopathology and the diagnosis of mental health problems among youth. *Clinical Psychology, 17*(4), 272-280. DOI: 10.1111/j.1468-2850.2010.01219.x.
- Bor, W., Dean, A. J., Najman, J., & Hayatbakhsh, R. (2014). A child and adolescent mental problems increasing in the 21<sup>st</sup> century? A systematic review. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 48*(7), 606 – 616. DOI: 10.1177/0004867414533834
- Kieling, C., Baker-Henningham, H., Belfer, M., Conti, G., Ertem, I., Omigbodun, O., Rohde, L. A., Srinath, S., Ulkuer, N., & Rahman, A. (2011). Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action. *The Lancet, 378*(9801), 1515-1525. DOI: 10.1016/S0140-6736(11)60827-1
- Gallarin, M., & Alonson-Arbiol, I. (2012). Parenting practices, parental attachment and aggressiveness in adolescence: a predictive model. *Journal of Adolescence, 35*(6), 1601-1610. DOI: 10.1016/j.adolescence.2012/07.002
- Essau, C. A., Lewisohn, P. M., Lim, J. X., Ho, M. R., & Rohde, P. (2018). Incidence, recurrence and comorbidity of anxiety disorders in four major developmental stages. *Journal of Affective Disorders, 228*, 248-253. DOI: 10.1016/j.jad.2017.12.014
- Ren, P., Qin, X., Zhang, Y., & Zhang, R. (2018). Is social support a cause or consequence of depression? A longitudinal study of adolescents. *Frontiers in Psychology, 9*, 1634. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01634



## Ενότητα 5: Διαπροσωπική Επικοινωνία

*Piedade Vaz-Rebelo, Graça Bidarra, Πανεπιστήμιο της Κοϊμπρα, Πορτογαλία  
Melinda Sajgó, Παιδαγωγικό Λύκειο Mihai Eminescu, Ρουμανία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η διαπροσωπική επικοινωνία αποτελεί ουσιαστική πτυχή της ανθρώπινης αλληλεπίδρασης και διαδραματίζει ζωτικό ρόλο στη διαμόρφωση των σχέσεων και των εμπειριών μας. Περιλαμβάνει όχι μόνο την ανταλλαγή πληροφοριών, αλλά και την ερμηνεία αυτών των πληροφοριών τόσο από τον αποστολέα όσο και από τον παραλήπτη. Η αποτελεσματική επικοινωνία προϋποθέτει ότι το μήνυμα που αποστέλλεται αποκωδικοποιείται με ακρίβεια από τον παραλήπτη και ότι παρέχεται ανατροφοδότηση για να εξασφαλιστεί η αμοιβαία κατανόηση.

Η επικοινωνία λαμβάνει χώρα σε ποικίλα πλαίσια, όπως η οικογένεια, το σχολείο, η εργασία ή η πολιτική, και μπορεί να γίνεται πρόσωπο με πρόσωπο ή με τη χρήση διαφόρων πόρων και εργαλείων, όπως τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο ή το τηλέφωνο. Ωστόσο, παρά τη διαθεσιμότητα αυτών των διαφορετικών διαύλων επικοινωνίας, η διαπροσωπική επικοινωνία παραμένει μια από τις πιο κρίσιμες μορφές επικοινωνίας.

Η διαπροσωπική επικοινωνία είναι πολύ πιο πολύπλοκη από τη διαδικασία που περιγράφεται από το μοντέλο επικοινωνίας των Shannon και Weaver, το οποίο υποθέτει ότι ο αποστολέας κωδικοποιεί και στέλνει ένα μήνυμα μέσω ενός καναλιού σε έναν ή περισσότερους δέκτες οι οποίοι το αποκωδικοποιούν και το ερμηνεύουν και μπορεί να δώσουν ανατροφοδότηση. Στην πραγματικότητα, υπάρχουν διαδοχικές αλλαγές μεταξύ του "τι θέλω να πω" και του "τι καταλαβαίνει ο άλλος", με πολυάριθμους παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν τη διαδικασία της επικοινωνίας, όπως το πλαίσιο, τα χαρακτηριστικά του αποστολέα και του δέκτη, τα πλαίσια αναφοράς και οι εμπειρίες.

Η λεκτική επικοινωνία μπορεί να είναι προφορική ή γραπτή, ενώ η μη λεκτική επικοινωνία περιλαμβάνει την εγγύς, την κιναισθητική και την παραγλωσσική επικοινωνία. Η εγγύς επικοινωνία εξετάζει τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι τοποθετούνται ο ένας σε σχέση με τον άλλον και πώς αυτό μπορεί να έχει επικοινωνιακή λειτουργία. Η κιναισθητική επικοινωνία περιλαμβάνει κινήσεις του σώματος, όπως το κούνημα, τις χειρονομίες και τα άλματα, ενώ η παραγλωσσική επικοινωνία περιλαμβάνει τον τονισμό, τον τόνο της φωνής, το ρυθμό, το ηχώχρωμα, μεταξύ άλλων. Η μη λεκτική επικοινωνία είναι ένας προνομιακός τρόπος μετάδοσης συναισθημάτων και συναισθημάτων και συνοδεύει τη λεκτική επικοινωνία, ενώ ρυθμίζει σιωπηρά την αλληλεπίδραση. Μπορεί να έχει μη συνειδητό ή ακούσιο χαρακτήρα και είναι απαραίτητο να την διαβάζουμε και να την ερμηνεύουμε με ακρίβεια για να κατανοήσουμε τα υποκείμενα συναισθήματα του μηνύματος. Για παράδειγμα, οι εκφράσεις του προσώπου, η στάση του σώματος και ο τόνος της φωνής μπορούν να επικοινωνήσουν συναισθήματα όπως χαρά, θλίψη, ανησυχία, ενθουσιασμό, αυτοπεποίθηση και αποθάρρυνση.

Οι Watzlawick, Bavelas και Jackson (2011) στο *Pragmatics of Human Communication* πρότειναν πέντε αξιώματα για να χαρακτηρίσουν τη διαπροσωπική επικοινωνία. Το αξίωμα 1 υποστηρίζει ότι "Δεν μπορεί κανείς να μην επικοινωνήσει", πράγμα που σημαίνει ότι ό,τι κάνουμε και λέμε είναι κατά κάποιον τρόπο επικοινωνία. Ακόμα και η σιωπή είναι μια μορφή επικοινωνίας. Το αξίωμα 2 αξιώνει ότι η επικοινωνία περιλαμβάνει περιεχόμενο και μορφή και ότι το ίδιο περιεχόμενο μπορεί να ειπωθεί διαφορετικά, γεγονός που μπορεί επίσης να του προσδώσει διαφορετικό νόημα. Το αξίωμα 3 υποστηρίζει ότι ο καθένας από εμάς κατασκευάζει πάντα τη δική του εκδοχή γι' αυτά που παρατηρεί και βιώνει και, με αυτόν τον τρόπο, καθορίζει τη σχέση του με τους άλλους ανθρώπους. Το αξίωμα 4 δηλώνει ότι όταν επικοινωνούμε, χρησιμοποιούμε δύο τύπους κωδίκων. Ο ψηφιακός κώδικας χρησιμοποιεί αυθαίρετα σήματα και υποτάσσεται

στους νόμους του συντακτικού και της σημασιολογίας, ενώ ο αναλογικός κώδικας χρησιμοποιεί σήματα που σχετίζονται με αυτό που σκοπεύουμε να εννοήσουμε, με όλη τη μη λεκτική συμπεριφορά να αποτελεί παράδειγμα αυτού του τύπου κώδικα. Το αξίωμα 5 αξιώνει ότι η επικοινωνία μπορεί να είναι είτε συμμετρική είτε συμπληρωματική, ανάλογα με την ισορροπία δυνάμεων μεταξύ των συμμετεχόντων.

Συμπερασματικά, η διαπροσωπική επικοινωνία είναι μια σύνθετη διαδικασία που περιλαμβάνει τόσο λεκτικά όσο και μη λεκτικά στοιχεία και επηρεάζεται από πολυάριθμους παράγοντες, όπως το πλαίσιο, τα χαρακτηριστικά του πομπού και του δέκτη και η φύση του μεταφερόμενου μηνύματος. Η κατανόηση και η ακριβής ερμηνεία των μη λεκτικών ενδείξεων είναι απαραίτητη για την αποτελεσματική επικοινωνία και την οικοδόμηση θετικών σχέσεων.

### Βασικά θέματα

Η ενότητα επικεντρώνεται στον ορισμό της έννοιας της διαπροσωπικής επικοινωνίας, τονίζοντας την πολυπλοκότητα, τις συνιστώσες και τους τύπους της. Χαρακτηρίζονται η λεκτική και η μη λεκτική επικοινωνία καθώς και τα αξιώματα της ανθρώπινης επικοινωνίας που προτάθηκαν από τους Watzlawick, Bavelas και Jackson (2011).

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να

- Να χαρακτηρίζουν την έννοια της διαπροσωπικής επικοινωνίας, τα διάφορα πλαίσια στα οποία λαμβάνει χώρα και ορισμένους από τους πόρους και τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται.
- Να προσδιορίζουν ορισμένες από τις προκλήσεις και τους παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν την αποτελεσματική διαπροσωπική επικοινωνία.
- Να δίνουν παραδείγματα λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας
- Να περιγράφουν την έννοια της εγγύτητας, κινητικής και παραγωγιστικής επικοινωνίας και τη σημασία τους στη μη λεκτική επικοινωνία.
- Να εξηγούν τα πέντε αξιώματα που πρότειναν οι Watzlawick, Bavelas και Jackson για να χαρακτηρίσουν τη διαπροσωπική επικοινωνία και τη σημασία της.
- Να αξιολογούν το ρόλο της επικοινωνίας στην ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων.
- Να προσδιορίζουν στρατηγικές για τη βελτίωση των δεξιοτήτων διαπροσωπικής επικοινωνίας και να τις εφαρμόζουν σε διάφορα πλαίσια

### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

#### Δραστηριότητα πριν από το μάθημα - στο σπίτι

- Στους μαθητές / φοιτητές θα παρασχεθεί ένα βιντεοσκοπημένο μάθημα με τίτλο Διαπροσωπική επικοινωνία, το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.
- Οι μαθητές / φοιτητές θα συμπληρώσουν ένα προ-τεστ (βλ. παράρτημα)
- Η εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει ποσοτικά τα συμπληρωμένα τεστ, τα οποία θα της επιτρέψουν να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

### Μοτίβο αλληλεπίδρασης

Ο εκπαιδευτικός υλοποιεί και διαχειρίζεται προετοιμασμένες δραστηριότητες που επικεντρώνονται στο θέμα του μαθήματος. Προτείνονται διάφορες δραστηριότητες, με στόχο: να εξοικειωθούν οι μαθητές / φοιτητές με τις έννοιες, τις μορφές και τα αξιώματα της επικοινωνίας και να αναπτύξουν την ικανότητά τους να τις χρησιμοποιούν συνειδητά σε διάφορα πλαίσια.

### Δραστηριότητα 1. Κάρτα εννοιών

Στόχοι: Να εξοικειωθούν οι μαθητές / φοιτητές με τις έννοιες που παρουσιάζονται στο βίντεο.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Ατομική εργασία και ομαδική συζήτηση

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 5

Υλικά και εργαλεία: Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι σε θέση να παρακολουθήσουν το πρόγραμμα: Κάρτες με λέξεις, χαρτί, μολύβι.

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Οι έννοιες που παρουσιάζονται στο βίντεο (με τη μορφή καρτών λέξεων στην τάξη) τοποθετούνται σε ένα νέο πλαίσιο, οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συζητήσουν εν συντομία την έννοια παρουσιάζοντας τη δική τους εμπειρία, παρατήρηση, προσωπικό παράδειγμα στους συμμαθητές / φοιτητές τους. Οι συνδέσεις μεταξύ των εννοιών απεικονίζονται με έναν χάρτη του νου, δημιουργείται ένας κοινός χάρτης του νου στον οποίο κάθε μαθητής / φοιτητής επισυνάπτει την έννοια που παρουσίασε.

### Δραστηριότητα 2. Προφορική περιγραφή και σχεδιασμός

Στόχοι: Να βιώσουν την πολυπλοκότητα της διαπροσωπικής πολυπλοκότητας και την σπουδαιότητα της ανατροφοδότησης.

Σχέδιο αλληλεπίδρασης: Αλληλεπίδραση μεταξύ των ατόμων που συμμετέχουν σε μια συνδιάσκεψη: Εργασία σε ζεύγη

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: χαρτί, μολύβι.

Διάρκεια της δραστηριότητας: 20 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Διαδικασία: Διαδικασία: Διαδικασία: Διαδικασία: Διαδικασία: Η σχεδίαση με διαγράμματα θα πρέπει να "περιγραφεί" προφορικά από έναν μαθητή και να σχεδιαστεί από έναν σύντροφο με βάση αυτά που έχουν ακούσει - οι μαθητές / φοιτητές μπορούν να το δοκιμάσουν και στη συνέχεια να συζητήσουν τις εμπειρίες και τις παρατηρήσεις τους.

### Δραστηριότητα 3. Νικήστε τον δάσκαλο

Στόχοι: Ανάπτυξη της κριτικής σκέψης, αξιολόγηση και βελτίωση της ακρίβειας της γραπτής επικοινωνίας.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Εργασία σε ομάδα

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: χαρτί, μολύβι.

Διάρκεια της δραστηριότητας: 20 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Σε ένα σύντομο ενημερωτικό κείμενο, οι μαθητές / φοιτητές πρέπει να βρουν και να διορθώσουν λανθασμένες πληροφορίες, δουλεύοντας σε μικρές ομάδες.

### Δραστηριότητα 4. Δημιουργία ενός μοναδικού και πρωτότυπου προϊόντος

Στόχοι: Αναγνώριση και ερμηνεία της μη λεκτικής επικοινωνίας και ανάπτυξη δεξιοτήτων συναισθηματικής νοημοσύνης και ενσυναίσθησης.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Εργασία σε ομάδα και συζήτηση, προσομοίωση,

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: ανάλογα με τη σκηνή που αναπτύσσεται.

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

**Διαδικασία:** Οι μαθητές / φοιτητές προετοιμάζουν τη σκηνή σε μικρές ομάδες και στη συνέχεια την παρουσιάζουν. Οι συμμαθητές / φοιτητές πρέπει να βρουν ποιο συναίσθημα παρουσιάστηκε και ποια μορφή επικοινωνίας χρησιμοποιήθηκε στη σκηνή. Δραστηριότητα 5. Περιήγηση

**Στόχοι:** Ανάλυση και σύνθεση εννοιών που αφορούν τα αξιώματα της ανθρώπινης επικοινωνίας και συνεργασία με συναδέλφους.

**Μοτίβο αλληλεπίδρασης:** Εργασία σε ομάδα και συζήτηση

**Αριθμός συμμετεχόντων:** τουλάχιστον 10, στην περίπτωση αυτή οι μαθητές / φοιτητές εργάζονται σε ζευγάρια.

**Υλικά και εργαλεία:** χαρτί και μολύβι.

**Διάρκεια της δραστηριότητας:** 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

**Διαδικασία:** Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι σε θέση να επιλέξουν την κατάλληλη διαδικασία: Πέντε στάσεις, πέντε αξιώματα για τους μαθητές / φοιτητές. Σε κάθε στάση, μια ομάδα 5-6 μαθητών / φοιτητών θα πρέπει να προβληματιστούν από κοινού σχετικά με ένα από τα αξιώματα της διαπροσωπικής επικοινωνίας και στη συνέχεια να καταγράψουν τις σκέψεις τους σε ένα συνεκτικό κείμενο. Η επόμενη ομάδα συνεχίζει το νήμα των σκέψεων που έγραψε η προηγούμενη ομάδα. Τυχόν λάθη μπορούν να διορθωθούν. Στο τέλος της περιήγησης, σε κάθε στάση διαβάζεται ένα από κοινού συνταγμένο κείμενο. Αυτά παρουσιάζονται και εκτίθενται στην τάξη στο τέλος του μαθήματος.

**Δραστηριότητα μετά το μάθημα**

- Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) (βλ. παράρτημα)
- Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

**Αξιολόγηση και συστάσεις**

Η αξιολόγηση περιλαμβάνει διάφορους δείκτες, συμπεριλαμβανομένων των τεστ πριν και μετά το μάθημα, των αποτελεσμάτων στο τελικό διαγώνισμα και των σημειώσεων του εκπαιδευτικού. Επιπλέον, οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο που επικεντρώνεται στην αξιολόγηση του βίντεο.

Η αξιολόγηση πρέπει να είναι μια ολιστική διαδικασία που λαμβάνει υπόψη διάφορους δείκτες για την αξιολόγηση της μάθησης και της προόδου των μαθητών / φοιτητών.

Επιπλέον, η χρήση της αξιολόγησης βίντεο και των ερωτηματολογίων επιτρέπει στους μαθητές / φοιτητές να παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η ανατροφοδότηση μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν τι λειτουργεί καλά στην τάξη και να εντοπίσουν τομείς προς βελτίωση. Με τη συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών στη διαδικασία αξιολόγησης, τους δίνεται φωνή και μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της μαθησιακής εμπειρίας.

### **Σημειώσεις προς τον εκπαιδευτικό**

Ο εκπαιδευτικός μπορεί να επιλέξει τις δραστηριότητες που ταιριάζουν καλύτερα στην τάξη, λαμβάνοντας υπόψη τον διαθέσιμο χρόνο. Ο εκπαιδευτικός μπορεί επίσης να χρησιμοποιήσει τον διαθέσιμο χρόνο με σύνεση, ώστε να διασφαλίσει ότι οι μαθητές / φοιτητές είναι σε θέση να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα εντός του προβλεπόμενου χρονικού πλαισίου.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

- DeVito, J. (2016). *The Interpersonal Communication Book* (14 edition) Pearson Education Limited
- Griffin, E., Ledbetter, A., Sparks. G. ( 2023). *A First Look at Communication Theory* (11e edition) McGraw-Hill.
- Watzlawick, P., Bavelas, J. B., Jackson, D. J. (2011). *Pragmatics of Human Communication: A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. W.W. Norton & Company, Inc.
- West, R. & Turner, L. (2017). *Introducing Communication Theory: Analysis and Application* (6th edition). McGraw-Hill Education



## Ενότητα 6: Αιτιακές Αποδόσεις και Έλεγχος των Προσδοκώμενων Αποτελεσμάτων

*Graça Bidarra, Melinda Saigu, Piedade Vaz-Rebello, Universidade de Coimbra  
Melinda Sajgó, Παιδαγωγικό Λύκειο Mihai Eminescu, Ρουμανία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Οι αιτιώδεις αποδόσεις και η προσδοκία ελέγχου των αποτελεσμάτων είναι κοινωνικο-γνωστικές μεταβλητές κινήτρων που αφορούν την επεξεργασία πληροφοριών στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Οι αιτιώδεις αποδόσεις σχετίζονται με τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα εξηγούν την εμφάνιση ορισμένων γεγονότων και εμπλέκονται σε διαφορετικά πλαίσια επίτευξης, επηρεάζοντας την επιλογή, την επιμονή και την ένταση της επίτευξης. Ο Weiner ανέπτυξε τη θεωρία των αποδόσεων σε πλαίσια επίδοσης, προτείνοντας ένα τρισδιάστατο μοντέλο των αιτιών της επιτυχίας και της αποτυχίας στο σχολείο. Οι τρεις διαστάσεις είναι ο τόπος αιτιότητας, η σταθερότητα και η δυνατότητα ελέγχου.

Η έρευνα έχει δείξει ότι η απόδοση της επιτυχίας και της αποτυχίας σε διαφορετικές αιτίες μπορεί να έχει σημαντικό αντίκτυπο στα κίνητρα και την απόδοση ενός ατόμου. Σε γενικές γραμμές, οι πιο ευεργετικές αποδόσεις είναι αυτές που σχετίζονται με την προσπάθεια και τον προσωπικό έλεγχο. Για παράδειγμα, αν κάποιος αποδίδει την επιτυχία του σε μια εργασία στη δική του προσπάθεια και σκληρή δουλειά, είναι πιο πιθανό να αισθάνεται αυτοπεποίθηση και να έχει κίνητρο να συνεχίσει να καταβάλλει προσπάθεια στο μέλλον. Από την άλλη πλευρά, αν κάποιος αποδίδει την επιτυχία του στην τύχη ή σε εξωτερικούς παράγοντες, μπορεί να αισθάνεται ότι έχει ελάχιστο έλεγχο πάνω στην επιτυχία του και μπορεί να έχει λιγότερα κίνητρα να συνεχίσει να προσπαθεί στο μέλλον. Ομοίως, αν κάποιος αποδίδει την αποτυχία του στην έλλειψη προσπάθειας, είναι πιθανότερο να αισθάνεται παρακινημένος να προσπαθήσει ξανά και να καταβάλει μεγαλύτερη προσπάθεια στο μέλλον. Ωστόσο, αν αποδίδει την αποτυχία του στην έλλειψη ικανοτήτων ή σε εξωτερικούς παράγοντες που δεν ελέγχονται από τον ίδιο, μπορεί να νιώσει αποθαρρυσμένος και να είναι λιγότερο πιθανό να προσπαθήσει ξανά στο μέλλον. Ως εκ τούτου, η προώθηση αποδόσεων που εστιάζουν στην προσπάθεια και τον προσωπικό έλεγχο μπορεί να είναι μια αποτελεσματική στρατηγική για την ενίσχυση των κινήτρων και των επιτευγμάτων. Αυτό μπορεί να γίνει μέσω της παροχής ανατροφοδότησης που δίνει έμφαση στην προσπάθεια και την πρόοδο και όχι μόνο στα αποτελέσματα και με την ενθάρρυνση των ατόμων να αναλάβουν την ευθύνη για τη δική τους επιτυχία και αποτυχία.

Η προσδοκία ελέγχου του αποτελέσματος αναφέρεται στην πεποίθηση ότι κάποιος είναι σε θέση να εκτελέσει με επιτυχία τη συμπεριφορά που απαιτείται για την παραγωγή ενός συγκεκριμένου αποτελέσματος. Οι Rotter, Seligman και Bandura έχουν συμβάλει σημαντικά στην κατανόηση της επίδρασης της προσδοκίας ελέγχου των αποτελεσμάτων στα πρότυπα παρακίνησης. Ο Rotter εισήγαγε την έννοια του τόπου ελέγχου, η οποία αναφέρεται στις πεποιθήσεις που έχουν τα άτομα σχετικά με το βαθμό στον οποίο οι πράξεις τους μπορούν να επηρεάσουν τα αποτελέσματα στη ζωή τους. Όσοι έχουν εσωτερική θέση ελέγχου πιστεύουν ότι έχουν τον έλεγχο των αποτελεσμάτων στη ζωή τους, ενώ όσοι έχουν εξωτερική θέση ελέγχου πιστεύουν ότι εξωτερικοί παράγοντες καθορίζουν τα αποτελέσματα. Η εστίαση ελέγχου σχετίζεται με την παρακίνηση, καθώς τα άτομα με εσωτερική εστίαση ελέγχου τείνουν να έχουν υψηλότερα επίπεδα παρακίνησης από εκείνα με εξωτερική εστίαση ελέγχου.

Ο Seligman ανέπτυξε την έννοια της μαθημένης αδυναμίας, η οποία εμφανίζεται όταν τα άτομα αισθάνονται ότι δεν έχουν κανέναν έλεγχο στο περιβάλλον τους και ότι οι ενέργειές τους δεν οδηγούν σε θετικά αποτελέσματα. Αυτό το αίσθημα αδυναμίας μπορεί να οδηγήσει σε μειωμένα κίνητρα και σε έλλειψη προσπάθειας για αλλαγή της κατάστασης.

Η έννοια της αυτοαποτελεσματικότητας του Bandura αναφέρεται στην πεποίθηση του ατόμου ότι μπορεί να επιτύχει σε μια συγκεκριμένη κατάσταση. Τα άτομα με υψηλά επίπεδα αυτοαποτελεσματικότητας τείνουν να έχουν υψηλότερα επίπεδα κινήτρων και είναι πιο πιθανό να επιμείνουν μπροστά στα εμπόδια από ό,τι εκείνα με χαμηλή αυτοαποτελεσματικότητα. Ο Bandura προσδιόρισε τέσσερις πηγές αυτοαποτελεσματικότητας: προσωπικές εμπειρίες επιτυχίας, παρατήρηση άλλων που έχουν επιτύχει σε παρόμοιες καταστάσεις, λεκτική πειθώ και συναισθηματική ενεργοποίηση.

Συνολικά, οι έννοιες αυτές αναδεικνύουν τη σημασία των πεποιθήσεων ενός ατόμου σχετικά με την ικανότητά του να ελέγχει τα αποτελέσματα στη ζωή του και πώς αυτές οι πεποιθήσεις επηρεάζουν τα επίπεδα παρακίνησής του. Με την κατανόηση αυτών των εννοιών, τα άτομα μπορούν να εργαστούν για την ανάπτυξη πιο θετικών και παραγωγικών προτύπων παρακίνησης, όπως η εστίαση στην προσπάθεια αντί της φυσικής ικανότητας και η οικοδόμηση της αυτοαποτελεσματικότητας μέσω εμπειριών επιτυχίας, παρατήρησης, πειθούς και συναισθηματικής ρύθμισης.

## **Βασικά θέματα**

Η ενότητα επικεντρώνεται στον ορισμό των εννοιών της κοινωνικής γνώσης όπως οι αιτιώδεις αποδόσεις, η προσδοκία ελέγχου των αποτελεσμάτων και πώς σχετίζονται με τα πρότυπα παρακίνησης σε πλαίσια επίτευξης.

Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοούν τη διαδικασία της μάθησης ως κοινωνική αλληλεπίδραση,
- εξηγούν την έννοια των αιτιωδών αποδόσεων και τον ρόλο της στις γνωστικές θεωρίες των κινήτρων.
- περιγράφουν το τρισδιάστατο μοντέλο του Weiner για τα αίτια της επιτυχίας και της αποτυχίας στο σχολείο και τα μοτίβα απόδοσης που ευνοούν περισσότερο τη μάθηση και την επίδοση.
- κατανοήσουν την έννοια της προσδοκίας ελέγχου του αποτελέσματος και τη σημασία της στα κίνητρα και την επίδοση.
- συγκρίνουν και να αντιπαραβάλλουν την εστίαση ελέγχου του Rotter, τη μαθημένη αδυναμία του Seligman και την αντιλαμβανόμενη αυτοαποτελεσματικότητα του Bandura ως θεωρίες προσδοκίας ελέγχου του αποτελέσματος.
- κατανοήσουν και να υποστηρίξουν με τις υπάρχουσες εμπειρίες ότι η επεξεργασία πληροφοριών είναι μια υποκειμενική αντίληψη των ικανοτήτων ελέγχου και της λειτουργίας του εαυτού σε καταστάσεις απόδοσης, που καθορίζεται από ένα σύστημα προσωπικών πεποιθήσεων.

## **Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες**

*Πριν από το μάθημα:* Causal attributions and outcomes expectancy control (Αιτιώδεις αποδόσεις και έλεγχος των προσδοκώμενων των αποτελεσμάτων) που είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.

Οι μαθητές / φοιτητές θα συμπληρώσουν ένα pre-test με τίτλο "Causal attributions and outcomes expectancy control" (αιτιώδεις αποδόσεις και αποτελεσματικότητα στον έλεγχο των προσδοκιών έλεγχος αποτελεσμάτων) (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού). Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει ποσοτικά τα συμπληρωμένα τεστ, γεγονός που θα του/της επιτρέψει να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

*Κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας:* Ο εκπαιδευτικός υλοποιεί και διαχειρίζεται προετοιμασμένες δραστηριότητες που επικεντρώνονται στο θέμα του μαθήματος. Προτείνονται διάφορες δραστηριότητες, που αφορούν φαινόμενα τα οποία οι μαθητές / φοιτητές μπορούν να κατανοήσουν και να βιώσουν, προκειμένου να βιώσουν πώς οι αιτιώδεις αποδόσεις και οι προσδοκίες ελέγχου των αποτελεσμάτων επηρεάζουν τα πρότυπα παρακίνησης και την επίδοση.

### ***Δραστηριότητα 1. Βιβλιογραφία και προσωπικές αφηγήσεις σχετικά με τις αιτιώδεις αποδόσεις και τα κίνητρα***

**Στόχοι:** Ξεκινώντας από μια απλή αλληγορία, μια ιστορία για ένα ζώο, το μάθημα συνεχίζει με τη διερεύνηση των αιτιών για τις δικές μας ιστορίες επιτυχίας και αποτυχίας.

**Μοτίβο αλληλεπίδρασης:** Το μάθημα θα περιλαμβάνει μια σειρά από ιστορίες και ιστορίες που σχετίζονται με την ιστορία και τις ιστορίες που σχετίζονται με το παρελθόν: Ατομική εργασία και ομαδική συζήτηση

**Αριθμός συμμετεχόντων:** τουλάχιστον 4

**Υλικά και εργαλεία:** Απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών είναι η συμμετοχή τους σε ένα από τα μαθήματα: La Fontaine Η χελώνα και ο λαγός μύθος χαρτί ή post-it, μολύβια

**Διάρκεια της δραστηριότητας:** 20m αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

**Διαδικασία:** Η διάρκεια της δραστηριότητας εξαρτάται από την έκταση του παιχνιδιού και από την έκταση της δραστηριότητας: Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει το μύθο του La Fontaine Η χελώνα και ο λαγός, με στόχο να αναλύσει πώς οι αιτιώδεις αποδόσεις μπορούν να επηρεάσουν τα κίνητρα. Οι μαθητές / φοιτητές αναλαμβάνουν το ρόλο της χελώνας ή του λαγού, δίνοντας έναν σύντομο μονόλογο στον οποίο, αναλογίζονται τους λόγους της επιτυχίας ή της αποτυχίας τους στον αγώνα. Οι λόγοι που αναφέρθηκαν στη συνέχεια συζητούνται, κάνοντας διάκριση μεταξύ εξωτερικών και εσωτερικών αιτιών.

Με αφετηρία την ιδέα του Heider (Πρέπει να κατανοήσουμε και να γνωρίσουμε το περιβάλλον μας αναζητώντας τις αιτίες των όσων μας συμβαίνουν), οι μαθητές / φοιτητές θυμούνται ένα γεγονός που βίωσαν ως αποτυχία και επιτυχία, γράφοντάς το σε μικρά χαρτάκια με διαφορετικά χρώματα. Στο πίσω μέρος του χαρτιού σημειώνουν τους παράγοντες που μπορούν να συνδέσουν με το γεγονός ως αιτίες. Παρουσιάζουν τις ιστορίες αποτυχίας και επιτυχίας τους ομαδοποιώντας εκείνες που αποδίδουν σε εξωτερική αιτία και εκείνες που πιστεύουν ότι προκλήθηκαν από εσωτερικούς παράγοντες.

Οι αιτίες που εντοπίστηκαν εξετάζονται με βάση τις τρεις διαστάσεις της θεωρίας απόδοσης του Weiner. Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να εξετάσουν τα αίτια της ιστορίας επιτυχίας τους σύμφωνα με τη θέση της αιτιότητας, τη σταθερότητα στο χρόνο και την ελεγχόμενη φύση και να σημειώσουν τη θέση της αιτιότητας στο κατάλληλο πλαίσιο του πίνακα που περιγράφεται. Από τον πίνακα προκύπτουν τα τέσσερα μοτίβα απόδοσης. Χρησιμοποιώντας ως βάση τα διδάγματα από την ομαδοποίηση και τη συνοδευτική συζήτηση, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να συσχετίσουν τις ακόλουθες τέσσερις δηλώσεις για να περιγράψουν τα μοτίβα χαμηλής και υψηλής παρακίνησης: Η επιτυχία εξαρτάται από τις ικανότητές μας. Η επιτυχία εξαρτάται από την τύχη. Η αποτυχία είναι η έλλειψη προσπάθειας. Η αποτυχία είναι έλλειψη ικανοτήτων.

## ***Δραστηριότητα 2. Παιχνίδι Γραμμή γνώμης***

Στόχοι: Η δραστηριότητα αποσκοπεί στον εντοπισμό του δικού μας μοτίβου κινήτρων και στον προβληματισμό και την αξιολόγηση των λόγων και των εμπειριών που κρύβονται πίσω από το μοτίβο αυτών.

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 4

Υλικά και εργαλεία: Απαραίτητη προϋπόθεση για την εφαρμογή του προγράμματος είναι η ύπαρξη ενός συστήματος που να επιτρέπει την εφαρμογή του:

Διάρκεια της δραστηριότητας: 20΄

Διαδικασία: Ζητείται από τους μαθητές / φοιτητές να πάρουν θέση σε δύο δηλώσεις (Η επιτυχία εξαρτάται από την ικανότητα. Η αποτυχία είναι η έλλειψη προσπάθειας.), τοποθετώντας τους εαυτούς τους μεταξύ των πόλων Ναι και Όχι ανάλογα με το αν συμφωνούν ή διαφωνούν με τη δήλωση. Πρέπει να αιτιολογήσουν τη θέση τους, επιχειρηματολογώντας υπέρ ή κατά της δήλωσης.

Οι μαθητές / φοιτητές γράφουν έναν αυτοχαρακτηρισμό 5-8 προτάσεων στον οποίο συζητούν τα δικά τους πρότυπα παρακίνησης, με βάση τις ιστορίες επιτυχίας και αποτυχίας και την απόδοση.

## ***Δραστηριότητα 3. Η μέθοδος Café***

Στόχοι: Η μέθοδος Café χρησιμοποιείται για την επεξεργασία τριών θεωριών (Rotter - θεωρία του τύπου ελέγχου, Seligman - μαθημένη αδυναμία, Bandura - αντιλαμβανόμενη αυτοαποτελεσματικότητα).

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 12

Διάρκεια της δραστηριότητας: 20΄

Διαδικασία: Σε τρία τραπέζια σε μεγάλα φύλλα χαρτιού, γίνεται μια σύντομη παρουσίαση των θεωριών. Σε κάθε τραπέζι, ένας μαθητής / φοιτητής περιμένει τους "καλεσμένους", τους συμμαθητές / φοιτητές του. Η βασική ιδέα κάθε θεωρίας και οι ερωτήσεις που θα καθοδηγήσουν τη συζήτηση συζητούνται εκ των προτέρων από τον εκπαιδευτικό με τους τρεις μαθητές / φοιτητές. Η τάξη χωρίζεται σε τρεις ομάδες και επισκέπτεται διαδοχικά καθένα από τα τρία τραπέζια. Σε κάθε τραπέζι, ο οικοδεσπότης παρουσιάζει εν συντομία τη θεωρία και στη συνέχεια καθοδηγεί μια συζήτηση με βάση τις προετοιμασμένες ερωτήσεις. Οι λέξεις-κλειδιά που χρησιμοποιούνται στη συζήτηση γράφονται στο χαρτί σημειώσεων. Φεύγοντας, κάθε μαθητής / φοιτητής παίρνει ένα χαρτί με μια σύντομη περιγραφή της θεωρίας. Όταν και οι τρεις ομάδες έχουν περάσει από τα τραπέζια, οι μαθητές / φοιτητές που ηγούνται της συζήτησης συνοψίζουν τα όσα ειπώθηκαν σε κάθε τραπέζι.

## ***Δραστηριότητα 4. Επίδραση της μαθημένης αδυναμίας***

Στόχοι: Η εμπειρία του τρόπου με τον οποίο οι προσδοκίες μπορούν να επηρεάσουν τα αποτελέσματα / επιτεύγματα

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 4

Διάρκεια της δραστηριότητας: 15΄

Διαδικασία: Ο εκπαιδευτικός προτείνει μια δραστηριότητα για να βοηθήσει τους μαθητές / φοιτητές να κατανοήσουν πώς οι προσδοκίες μπορούν να επηρεάσουν την επίδοση. Σε κάθε μαθητή δίνεται ένα φύλλο χαρτί με τρεις αναγραμματισμούς. Ωστόσο, οι μαθητές / φοιτητές

δεν ενημερώνονται ότι πρόκειται για δύο διαφορετικές ασκήσεις. Η μία ομάδα μαθητών / φοιτητών λαμβάνει τρεις αναγραμματισμούς που είναι δυνατόν να λυθούν, ενώ η άλλη ομάδα λαμβάνει τρεις αναγραμματισμούς, αλλά τα δύο πρώτα είναι αδύνατον να λυθούν. Οι μαθητές / φοιτητές έχουν οδηγίες να αρχίσουν κάθε εργασία μόνο όταν το πει ο εκπαιδευτικός, ξεκινώντας με την πρώτη εργασία, ακολουθούμενη από τη δεύτερη και τέλος την τρίτη. Τι συμβαίνει; Η ομάδα των μαθητών / φοιτητών που λαμβάνει αναγραμματισμούς που είναι δυνατόν να λυθούν είναι πιθανό να έχει καλύτερες επιδόσεις από την ομάδα που λαμβάνει αναγραμματισμούς που είναι αδύνατον να λυθούν. Η τελευταία ομάδα μπορεί να απογοητευτεί και να αποθαρρυνθεί, με αποτέλεσμα να μειωθεί η συνολική απόδοσή της. Η σειρά των εργασιών μπορεί επίσης να επηρεάσει την απόδοση των μαθητών / φοιτητών. Οι μαθητές / φοιτητές που λαμβάνουν πρώτα τους αδύνατους αναγραμματισμούς μπορεί να είναι πιο πιθανό να εγκαταλείψουν την προσπάθεια ή να αποσυντονιστούν κατά τη διάρκεια των επόμενων δραστηριοτήτων.

### **Δραστηριότητα 5. Συνέντευξη**

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: χαρτάκια ή post-it, μολύβια

Διάρκεια της δραστηριότητας: 2 λεπτά

Ως καταληκτική δραστηριότητα, οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να διατυπώσουν 5 ερωτήσεις που βοηθούν στη σκιαγράφηση του προτύπου κινήτρων ενός συνομηλίκου. Παίρνουν συνέντευξη από τους συνομηλίκους τους και στη συνέχεια γράφουν μια σύντομη περιγραφή με βάση το υλικό της συνέντευξης, χρησιμοποιώντας τις έννοιες που διδάχθηκαν στην τάξη. Παρουσιάζουν τους χαρακτηρισμούς ο ένας στον άλλον και στη συνέχεια συζητούν σε ζευγάρια τις παρατηρήσεις και τις απόψεις που εκφράζουν.

Ως αποτέλεσμα της δραστηριότητας στην τάξη, οι μαθητές / φοιτητές λαμβάνουν υποστήριξη για να αξιολογήσουν τις δικές τους μαθησιακές δραστηριότητες, να κινητοποιήσουν την αυτοαποτελεσματικότητά τους, να γίνουν πιο ανοιχτοί στον αυτοαναστοχασμό και να μετακινηθούν από ένα πρότυπο χαμηλής παρακίνησης σε ένα πρότυπο υψηλής παρακίνησης.

### **Δραστηριότητες μετά την τάξη**

Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) με τίτλο Causal attributions and control expectancy (αιτιώδεις αποδόσεις και προσδοκίες ελέγχου) (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού).

Οι μαθητές / φοιτητές συντάσσουν επίσης μια περίληψη του μαθήματος, που περιλαμβάνει τον χαρακτηρισμό των βασικών θεμάτων, την περιγραφή του τι έμαθαν και τις προτάσεις βελτίωσης.

Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα ολοκληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

### **Αξιολόγηση και συστάσεις**

Η αξιολόγηση περιλαμβάνει διάφορους δείκτες, συμπεριλαμβανομένων των τεστ πριν και μετά το μάθημα, της περίληψης του μαθήματος, των αποτελεσμάτων στο τελικό διαγώνισμα και των σημειώσεων του εκπαιδευτικού. Επιπλέον, οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο που επικεντρώνεται στην αξιολόγηση του βίντεο.

Η αξιολόγηση πρέπει να είναι μια ολιστική διαδικασία που λαμβάνει υπόψη διάφορους δείκτες για την αξιολόγηση της μάθησης και της προόδου των μαθητών / φοιτητών. Με τη συμμετοχή

των μαθητών / φοιτητών στη διαδικασία, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να αποκτήσουν πολύτιμη ανατροφοδότηση και πληροφορίες σχετικά με την αποτελεσματικότητα των μεθόδων διδασκαλίας και του υλικού που χρησιμοποιούν. Με την ενσωμάτωση διαφορετικών δεικτών, ο εκπαιδευτικός μπορεί να αποκτήσει μια πιο ολοκληρωμένη κατανόηση της μαθησιακής προόδου και των επιτευγμάτων κάθε μαθητή. Το post-test μπορεί να βοηθήσει στην αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του μαθήματος και στον εντοπισμό τομέων όπου οι μαθητές / φοιτητές μπορεί να χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη. Η περίληψη του μαθήματος και οι σημειώσεις του εκπαιδευτικού μπορούν να παρέχουν πολύτιμες πληροφορίες για το πώς τα πήγε η τάξη και πού μπορούν να γίνουν βελτιώσεις.

Επιπλέον, η χρήση βίντεο αξιολόγησης και ερωτηματολογίων επιτρέπει στους μαθητές / φοιτητές να παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η ανατροφοδότηση μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν τι λειτουργεί καλά στην τάξη και να εντοπίσουν τομείς προς βελτίωση. Με τη συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών στη διαδικασία αξιολόγησης, τους δίνεται φωνή και μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της μαθησιακής εμπειρίας.

### **Σημειώσεις προς τον διδάσκοντα**

Ο εκπαιδευτικός μπορεί να επιλέξει τις δραστηριότητες που ταιριάζουν καλύτερα στην τάξη, λαμβάνοντας υπόψη τον διαθέσιμο χρόνο. Ο εκπαιδευτικός μπορεί επίσης να χρησιμοποιήσει τον διαθέσιμο χρόνο με σύνεση, ώστε να διασφαλίσει ότι οι μαθητές / φοιτητές είναι σε θέση να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα εντός του προβλεπόμενου χρονικού πλαισίου.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Cordeiro, P. M., Lens, W., & Bidarra, M. G. (2009). O lugar das variáveis motivacionais no processo de instrução e aprendizagem: A teoria dos objetivos de realização. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 43 (2), 305-328.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. Nova York: John Wiley & Sons.
- Kaplan, A., Middleton, M. J., Urdan, T., & Midgley, C. (2002). Achievement goals and goal structures. In C. Midgley (Ed.), *Goals, goal structures, and patterns of adaptive learning* (pp. 21-53). New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Lemos, M. S. (2005). Motivação e aprendizagem. In G. L. Miranda, & S. Bahia (Org.) *Psicologia da Educação: Temas de desenvolvimento, aprendizagem e educação* (pp. 193-231). Lisboa: Relógio d'Água.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, v. 80, n. 1, p. 1-28. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0092976>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2016). Self-efficacy theory in education. In K. R Wentzel & D. B. Miele (Eds). *Handbook of motivation at school* (2.ed., pp. 34-52). Routledge.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: on depression, development, and death*. San Francisco: New York: W.H. Freeman.
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. Nova York: Springer-Verlag

## Ενότητα 7: Γενική Διανοητική Ικανότητα: Νοημοσύνη

Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros  
Πανεπιστήμιο J. Selye, Slovakia

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η έννοια της νοημοσύνης είναι ένας βασικός όρος στους ψυχολογικούς κλάδους, ο οποίος αναφέρεται στο νοητικό επίπεδο, τη λογική ικανότητα, την εξυπνάδα, την οξυδέρκεια. Από αυτή την άποψη, η σωστή κατανόηση του όρου, η κατανόηση του τι σημαίνει να "είσαι ευφυής" είναι εξαιρετικά σημαντική για την κατανόηση άλλων εννοιών, λειτουργιών και διαδικασιών της νόησης. Η έννοια συνδέεται στενά με άλλες βασικές έννοιες της γενικής ψυχολογίας, αλλά και με άλλους εφαρμοσμένους ψυχολογικούς κλάδους, όπως η έννοια της μάθησης, της σκέψης, του συλλογισμού, της επίλυσης προβλημάτων, της δημιουργικότητας ή η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης.

### Λέξεις - Κλειδιά

Η ενότητα επικεντρώνεται στον ορισμό των εννοιών της νοημοσύνης, του συντελεστή νοημοσύνης, περιγράφει μοντέλα νοημοσύνης και πιθανούς τρόπους μέτρησης της νοημοσύνης.

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι μαθητές / φοιτητές θα είναι σε θέση να:

- - ορίζουν και να κατανοούν σωστά την έννοια της νοημοσύνης και του συντελεστή νοημοσύνης.
- - προσδιορίζουν τους βαθμούς νοητικής ικανότητας.
- -αναφέρονται στα διάφορα μοντέλα νοημοσύνης και στους διάφορους τύπους νοημοσύνης σύμφωνα με διάφορους συγγραφείς (όπως Binet, Spearman, Cattell, Gardner).
- - αναφέρονται με άνεση στα διάφορα ειδικά τεστ νοημοσύνης.

### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

#### *Δραστηριότητα πριν από την τάξη - στο σπίτι:*

Στους μαθητές / φοιτητές θα προταθεί ένα βίντεο με τίτλο 'Γενική διανοητική ικανότητα – νοημοσύνη', διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.

Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα pre-test με τίτλο ' Γενική διανοητική ικανότητα – νοημοσύνη', βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού.

Ο/Η εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ ποσοτικά και ποιοτικά, γεγονός που θα του/της επιτρέψει να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

#### **Δραστηριότητες μέσα στην τάξη, δραστηριότητα κατά τη διάρκεια του μαθήματος**

Ο Εκπαιδευτικός υλοποιεί και διαχειρίζεται προετοιμασμένες δραστηριότητες εστιασμένες στο θέμα του μαθήματος.

## ***Δραστηριότητα 1: Συζήτηση για τη νοημοσύνη***

Η συζήτηση επικεντρώνεται στο βασικό ερώτημα της κατανόησης της νοημοσύνης, αν υπάρχει μία νοημοσύνη ή αν υπάρχουν διάφοροι διαφορετικοί ανεξάρτητοι τύποι νοημοσύνης.

**Εστίαση:** Η συζήτηση θα επικεντρωθεί σε μια σειρά από ζητήματα που αφορούν τη νοημοσύνη: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στη συζήτηση, την επιχειρηματολογία και την αμοιβαία πειθώ. Μια σωστή, λεπτομερής και πολύπλευρη επισκόπηση του θέματος της νοημοσύνης και των διαφορετικών αντιλήψεων, μοντέλων της νοημοσύνης είναι εξαιρετικά σημαντική για τη διατύπωση επιχειρημάτων και την καθοδήγηση μιας συζήτησης. Επιπλέον, ο τρόπος με τον οποίο τα μέλη της ομάδας συνεργάζονται, επικοινωνούν, αλληλοϋποστηρίζονται, επιλύουν συγκρούσεις, αντιδρούν σε διαφορετικές ή αντίθετες απόψεις είναι καθοριστικής σημασίας.

**Στόχοι:** Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι οι συμμετέχοντες να αποκτήσουν βαθύτερη γνώση του θέματος μέσω της επιχειρηματολογίας και της διατύπωσης απόψεων, περαιτέρω να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν διαφορετικές πληροφορίες και απόψεις με βάση τη σωστή γνώση. Ένας άλλος στόχος της δραστηριότητας είναι οι συμμετέχοντες να κατανοήσουν και να εξοικειωθούν με τις βασικές αρχές και τη διαδικασία του διαλόγου και της συζήτησης.

**Αλληλεπίδραση:** ομαδική εργασία

**Αριθμός συμμετεχόντων:** τουλάχιστον 4

**Υλικά, εργαλεία:** κανένα, ενδεχομένως χαρτί και στυλό για την καταγραφή σημειώσεων, μπορεί να βοηθήσει την εργασία αν δημιουργήσουμε χώρο για τις ομάδες στην αίθουσα διδασκαλίας

**Διάρκεια της δραστηριότητας:** 30 λεπτά (η διάρκεια κάθε φάσης είναι 5 λεπτά, ο υπόλοιπος χρόνος για τις αρχικές οδηγίες και την ολοκλήρωση της δραστηριότητας).

**Διαδικασία:** Η διαίρεση μπορεί να είναι τυχαία ή συστηματική βάσει ενός συγκεκριμένου κανόνα, είναι σημαντικό οι ομάδες να έχουν τον ίδιο αριθμό μελών. Οι ομάδες θα ορίσουν έναν ομιλητή ο οποίος θα επικοινωνήσει εκ μέρους της ομάδας. Στις ομάδες θα δοθεί ή θα κληρωθεί ένα θέμα ή μια θέση στη συζήτηση, δηλαδή αν θα επικεντρωθούν στη δυνατότητα ύπαρξης μίας ή πολλαπλών μορφών νοημοσύνης, δηλαδή ότι υπάρχει μόνο μία νοημοσύνη ή ότι υπάρχουν διάφοροι ανεξάρτητοι τύποι νοημοσύνης. Η ομάδα συζητά τη θέση που της έχει ανατεθεί, διατυπώνει επιχειρήματα, πιθανή επιχειρηματολογία για τη δική της θέση. Στην επόμενη φάση της δραστηριότητας, οι ομιλητές των δύο ομάδων, εκ μέρους της γνώμης και των επιχειρημάτων ολόκληρης της ομάδας, προσπαθούν να πείσουν και να επηρεάσουν ο ένας τον άλλον, προσπαθούν να διεκδικήσουν τη δική τους άποψη. Τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας δεν μπορούν να συμμετάσχουν δυνατά στην επικοινωνία σε αυτή τη φάση, μπορούν όμως να διατυπώσουν και να σημειώσουν άλλα, νέα επιχειρήματα. Η επόμενη φάση της δραστηριότητας επιτρέπει στις ομάδες να συζητήσουν περαιτέρω το θέμα, υποστηρίζοντας τον ομιλητή με νέα επιχειρήματα. Στην προτελευταία φάση, οι ομιλητές έχουν μια ακόμη ευκαιρία να πείσουν τον άλλον. Η τελευταία φάση της δραστηριότητας επικεντρώνεται στον κοινό τερματισμό της συζήτησης, προκειμένου να εκτονωθεί η όποια ένταση και να διαμορφωθεί μια κοινή άποψη για το κύριο θέμα της συζήτησης που να ταιριάζει και στις δύο ομάδες.

Σε αυτή τη δραστηριότητα ο εκπαιδευτικός παίζει το ρόλο του συντονιστή, διευκολυντή. Διαχειρίζεται την πορεία της δραστηριότητας, υποστηρίζει την εργασία των ομάδων, διαχειρίζεται τη χρονική διάρκεια κάθε φάσης της δραστηριότητας με βάση ένα προκαθορισμένο χρονικό όριο. Στις φάσεις της ομαδικής εργασίας, υποστηρίζει την ομάδα ή προτείνει σημεία υποστήριξης και δυνατότητες επιχειρηματολογίας, στις φάσεις της πειθούς, διαχειρίζεται την επικοινωνία των ομιλητών, αν χρειαστεί, υπενθυμίζοντας στα υπόλοιπα μέλη των ομάδων τη δυνατότητα καταγραφής των προστιθέμενων ιδεών, επιχειρημάτων, προτάσεων. Η καίρια στιγμή της δραστηριότητας είναι η τελευταία, η φάση της απελευθέρωσης, όπου ο εκπαιδευτικός οφείλει να μετριάσει την επικοινωνία όλων των

συμμετεχόντων προκειμένου να ισορροπήσει και να εδραιώσει μια κοινή άποψη για το θέμα της συζήτησης.

Η δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα ευέλικτης διαφοροποίησης και αλλαγής των συνθηκών και των κανόνων - π.χ. διαμόρφωση του ερωτήματος συζήτησης, αλλαγή της χρονικής διάρκειας, ορισμός πολλαπλών ομάδων, δυνατότητα αλλαγής του προσώπου του ομιλητή κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας ή ορισμός πολλαπλών ομιλητών στην ομάδα.

## ***Δραστηριότητα 2: Γνωστές προσωπικότητες με υψηλό IQ***

Όπως αναφέρθηκε στην εισαγωγή του βίντεο, γνωρίζουμε αρκετές προσωπικότητες στην ανθρώπινη ιστορία με εξαιρετικές ικανότητες, με σημαντικά υψηλό βαθμό νοημοσύνης ή ιδιοφυΐες.

Επικεντρωθείτε: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στην αναζήτηση και συλλογή προσωπικοτήτων, διάσημων ανθρώπων του παρελθόντος ή του παρόντος, οι οποίοι αποτελούν παράδειγμα εξαιρετικού δείκτη νοημοσύνης με τις επιδόσεις, τα επιτεύγματα ή τη σημαντική δραστηριότητά τους. Στόχοι: Στόχος της δραστηριότητας είναι να τονίσει τη σημασία του IQ και να εστιάσει την προσοχή στις δυνατότητες εφαρμογής ενός εξαιρετικού, άνω του μέσου όρου IQ. Η δραστηριότητα απαιτεί την ικανότητα αναζήτησης σχετικών πηγών πληροφόρησης και, στη συνέχεια, τη σωστή αξιολόγηση των επιτευγμάτων και των δραστηριοτήτων του ατόμου από την άποψη της νοητικής ικανότητας.

Πρότυπο αλληλεπίδρασης: ατομική εργασία και ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 1

Υλικά, εργαλεία: χαρτί, στυλό, ως πηγή αναζήτησης πληροφοριών μπορούμε να προτείνουμε βοηθήματα ανάλογα με τις δυνατότητες (κινητές συσκευές, ταμπλέτες, φορητοί υπολογιστές, υπολογιστές)

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 10-15 λεπτά (αν ορίσουμε 10 λεπτά για ατομική εργασία, η διάρκεια ολόκληρης της δραστηριότητας, συμπεριλαμβανομένων των παρουσιάσεων και της ολοκλήρωσης, εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων)

Διαδικασία: Η διαδικασία θα είναι η εξής: Η δραστηριότητα θα είναι μια από τις πιο σύντομες και πιο σύντομες: Ο εισηγητής θα προκαλέσει τους συμμετέχοντες να κάνουν τη δική τους έρευνα για να βρουν τουλάχιστον τρεις γνωστές προσωπικότητες με IQ πάνω από το μέσο όρο. Κριτήρια επιλογής: το πρόσωπο αποτελεί παράδειγμα εξαιρετικής διανοητικής ικανότητας, IQ άνω του μέσου όρου, θεωρείται εξαιρετικά ευφυής ή ιδιοφυΐα από το έργο, τα επιτεύγματα ή τις δραστηριότητές του/της- ο τόπος και ο χρόνος της δραστηριότητας δεν προσδιορίζεται (στο εσωτερικό ή στο εξωτερικό, στο παρελθόν ή στο παρόν). Οι συμμετέχοντες μπορούν να χρησιμοποιούν προσβάσιμες εγκαταστάσεις ΤΠΕ κατά τη διάρκεια των ερευνητικών εργασιών. Στο τέλος της ατομικής εργασίας, οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν μεταξύ τους τα αποτελέσματα, τα ονόματα και τα σημαντικά επιτεύγματα της προσωπικότητάς τους. Στο τέλος, οι συμμετέχοντες μπορούν να αξιολογήσουν τα αποτελέσματά τους, να επιστημάνουν επαναλαμβανόμενα ονόματα, προσωπικότητες ή να καθορίσουν έναν κοινό κατάλογο.

Για τη δραστηριότητα αυτή, ο εκπαιδευτικός είναι ο συντονιστής της δραστηριότητας, δίνοντας ένα αρχικό παράδειγμα για να εμπνεύσει τα μέλη. Διαχειρίζεται τη δραστηριότητα, παρακολουθεί τη χρονική διάρκεια της δικής του δραστηριότητας και συντονίζει την παρουσίαση των αποτελεσμάτων. Στο τέλος της δραστηριότητας, καθορίζει τους όρους, τα κριτήρια για τον κοινό κατάλογο των συμμετεχόντων ή θέτει ένα όριο στον αριθμό των ατόμων του καταλόγου.

Η δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα ευέλικτης μεταβολής και αλλαγής των όρων και των κανόνων - π.χ. πεδίο δραστηριότητας, εθνικότητα, ιστορική περίοδος, αριθμός των ατόμων που

πρέπει να βρεθούν. Επιπλέον, μπορεί να μεταβληθεί η μέθοδος παρουσίασης ή η κατάρτιση ενός κοινού καταλόγου - στην περίπτωση αυτή μπορεί να μεταβληθεί η έκταση του καταλόγου ή ο καθορισμός των κανόνων διάταξης.

### ***Δραστηριότητα μετά το μάθημα***

Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) με τίτλο Γενική διανοητική ικανότητα – Νοημοσύνη (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού). Ο / η Εκπαιδευτικός αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα. Για την ολοκλήρωση και την περίληψη του θέματος με στόχο τον προβληματισμό και την παροχή ανατροφοδότησης, είναι χρήσιμο να προταθεί μια εργασία, μια λιγότερο τυπική δραστηριότητα στο πνεύμα της δημιουργικής εργασίας.

### **Δραστηριότητα: Πίνακας ανακοινώσεων για το θέμα του IQ**

Στο τέλος του μαθήματος, συνιστάται στους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν έναν πίνακα ανακοινώσεων σχετικά με το θέμα του IQ. Οι συνθήκες και οι κανόνες δημιουργίας μπορούν να ποικίλουν ευέλικτα με βάση τις δυνατότητες. Το κύριο κριτήριο είναι, πρώτα απ' όλα, η ορθότητα και η συνάφεια των πληροφοριών που παρέχονται στον πίνακα ανακοινώσεων, και επιπλέον, ο πίνακας ανακοινώσεων να παρέχει μια ολοκληρωμένη επισκόπηση του θέματος και να περιέχει όλες τις βασικές και απαραίτητες πληροφορίες για το θέμα που αναφέρονται στο πρόγραμμα σπουδών και στο βίντεο. Επιπλέον, είναι σημαντικό να συνεργάζονται όλοι οι συμμετέχοντες στο μάθημα ή στο μάθημα για τη δημιουργία του πίνακα ανακοινώσεων, ώστε το τελικό προϊόν να είναι αποτέλεσμα της αμοιβαίας συνεργασίας της ομάδας. Τα κριτήρια για την τυπική διαμόρφωση του πίνακα ανακοινώσεων μπορούν επίσης να προσαρμοστούν ευέλικτα στις δυνατότητες - ο πίνακας ανακοινώσεων μπορεί να είναι μια κλασική μορφή τοίχου ή να δημιουργηθεί μέσω μιας διαδικτυακής εφαρμογής (για παράδειγμα, δωρεάν διαδικτυακές εφαρμογές Padlet, Spiderscribe, CorkBoard, Lino, Popplet).

Σε αυτή τη δραστηριότητα, ο / η Εκπαιδευτικός έχει διαχειριστικό ρόλο, στο πλαίσιο του οποίου καθορίζει τα κριτήρια για τη δημιουργία του πίνακα ανακοινώσεων προσαρμοσμένου στις τρέχουσες συνθήκες και περιστάσεις (χρονική διάρκεια της δραστηριότητας, μορφή, βάση του πίνακα ανακοινώσεων - ένας άδειος πίνακας ανακοινώσεων ή η επιφάνεια μιας διαδικτυακής εφαρμογής, θέτει στη διάθεση του τα υλικά για τη δημιουργία περιεχομένου, κτλ.)

### **Σημειώσεις προς τον εκπαιδευτικό**

Με στόχο τη συμπλήρωση των γνώσεων με άλλες σχετικές πληροφορίες ή σημεία ενδιαφέροντος, είναι δυνατόν να προτείνονται τα ακόλουθα βίντεο:

Σύγκριση: You At Different IQ Levels (διαθέσιμο στο κανάλι Infinite Comparison YouTube Channel) και Is IQ Important or Insignificant? Υπάρχει κάποιος σκοπός στο να γνωρίζετε το σκορ του IQ σας; (διαθέσιμο στο κανάλι του Dr. Todd Grande στο YouTube).

Ενδεχομένως σε σχέση με τη Δραστηριότητα 2 που αναφέρθηκε παραπάνω για έμπνευση, μπορούμε να προτείνουμε ή να εφαρμόσουμε στο τέλος της δραστηριότητας το ακόλουθο βιντεοσκοπημένο υλικό:

Ιστορία Σύγκρισης: Οι πιο έξυπνοι άνθρωποι της ιστορίας (διαθέσιμο στο κανάλι WatchData στο YouTube).

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Boring, E. G. (1923). Intelligence as the Tests Test It. New Republic 36

Spearman C. "General intelligence," objectively determined and measured. *The American Journal of Psychology*. 1904;15(2):201. doi:10.2307/1412107

<https://www.britannica.com/science/human-intelligence-psychology/Psychometric-theories>

<https://www.sciencedirect.com/topics/psychology/human-intelligence>

<https://www.verywellmind.com/theories-of-intelligence-2795035>



## Ενότητα 8: Πολλαπλές Μορφές Νοημοσύνης

*Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, Πανεπιστήμιο J. Selye, Σλοβακία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Ένα από τα βασικά ερωτήματα της γενικής νοημοσύνης είναι αν υπάρχει μία νοημοσύνη, όπως το γενικό νοητικό επίπεδο ενός ατόμου, ή αν υπάρχουν πολλά διαφορετικά είδη νοημοσύνης. Σύμφωνα με την πρώτη αντίληψη, ένα άτομο έχει μία και μόνη νοημοσύνη- το επίπεδό της συνεπάγεται σε μεγάλο βαθμό ομοιόμορφες επιδόσεις σε όλους τους τομείς. Σύμφωνα με το μοντέλο της πολλαπλής νοημοσύνης, υπάρχουν πολλαπλοί τύποι νοημοσύνης, και αυτοί οι τύποι νοημοσύνης υπάρχουν ανεξάρτητα και μπορούν να λειτουργούν αλληλεξαρτώμενα ή μεμονωμένα. Σύμφωνα με τον H. Gardner και το μοντέλο του, υπάρχουν έως και οκτώ διαφορετικές αυτόνομες γνωστικές ικανότητες. Με βάση το μοντέλο του Gardner, μπορούμε να θεωρήσουμε την ανθρώπινη νοημοσύνη ως ένα ατομικό προφίλ νοημοσύνης που επηρεάζει, μεταξύ άλλων, την απόδοση, τη σκέψη, τη μάθηση και την επίλυση προβλημάτων ενός ατόμου. Συνεπώς, το μοντέλο του Gardner μπορεί να εφαρμοστεί εκτενώς στην εκπαιδευτική πρακτική, στην εκπαιδευτική ψυχολογία, στον τομέα της μάθησης και των γνωστικών στυλ ή ακόμη και στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας- επιπλέον, μπορεί να είναι ιδιαίτερα χρήσιμο στην ανακάλυψη της χαρισματικότητας και του ταλέντου.

### Λέξεις Κλειδιά

Η ενότητα επικεντρώνεται στο μοντέλο πολλαπλών μορφών νοημοσύνης του Howard Gardner, ιδίως στα χαρακτηριστικά των οκτώ τύπων νοημοσύνης του μοντέλου, δηλαδή: γλωσσική-λεκτική νοημοσύνη, σωματική-κινητική νοημοσύνη, λογικομαθηματική νοημοσύνη, χωρική νοημοσύνη, μουσική νοημοσύνη, διαπροσωπική νοημοσύνη, ενδοπροσωπική νοημοσύνη και φυσιοκρατική νοημοσύνη.

### Μαθησιακοί στόχοι

Οι μαθητές / φοιτητές θα είναι σε θέση να:

- ορίζουν σωστά και να κατανοήσουν την έννοια του μοντέλου πολλαπλής νοημοσύνης.
- περιγράφουν διάφορες μορφές πολλαπλής νοημοσύνης
- ονομάζουν και περιγράφουν διάφορες μορφές πολλαπλής νοημοσύνης του H. Gardner.
- κατανοούν τη σημασία του προφίλ νοημοσύνης σε σχέση με την εκπαιδευτική πρακτική.

### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

#### *Δραστηριότητες πριν από την τάξη - στο σπίτι*

Στους μαθητές / φοιτητές θα παρασχεθεί ένα μάθημα βίντεο με τίτλο Πολλαπλές μορφές νοημοσύνης, διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.

Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ-τεστ με τίτλο Multiply intelligence (Πολλαπλασιάστε τις μορφές νοημοσύνης), βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού.

Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποσοτικά όσο και ποιοτικά, γεγονός που θα του επιτρέψει να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

## **Δραστηριότητα εντός της τάξης - κατά τη διάρκεια του μαθήματος**

Ο εκπαιδευτικός υλοποιεί και διαχειρίζεται προετοιμασμένες δραστηριότητες που επικεντρώνονται στο θέμα του μαθήματος.

### ***Δραστηριότητα 1: Επαγγέλματα με βάση τους τύπους νοημοσύνης***

Η επιλογή επαγγέλματος και ο επαγγελματικός προσανατολισμός συνδέονται στενά με το προφίλ νοημοσύνης ενός ατόμου.

Εστίαση: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στη συλλογή όσο το δυνατόν περισσότερων επαγγελμάτων για κάθε τύπο νοημοσύνης του μοντέλου πολλαπλής νοημοσύνης του Gardner.

Στόχοι: Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι να συνειδητοποιήσουν οι συμμετέχοντες την ποικιλομορφία της νοημοσύνης και τους διαφορετικούς τύπους νοημοσύνης του μοντέλου πολλαπλής κατανόησης της νοημοσύνης του Gardner. Για την επιλογή του σωστού επαγγέλματος, είναι απαραίτητο να κατανοήσουν και να κατακτήσουν τη φύση των διαφορετικών τύπων νοημοσύνης. Επιπλέον, είναι σημαντικό να γνωρίζουν όσο το δυνατόν περισσότερα, τον ευρύτερο κατάλογο επαγγελμάτων για μια πλούσια επιλογή.

Αλληλεπίδραση: ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: ελάχιστο. 4

Υλικά, εργαλεία: χρονόμετρο για τη μέτρηση του χρόνου

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 10 λεπτά, αν για κάθε είδος νοημοσύνης, καθορίσουμε 1 λεπτό.

Διαδικασία: Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στους συμμετέχοντες τη δραστηριότητα: ζητείται από την ομάδα να απαριθμήσει δυνατά όσο το δυνατόν περισσότερα σωστά επαγγέλματα για κάθε τύπο νοημοσύνης που αναφέρθηκε και χαρακτηρίστηκε στο μάθημα. Κατά τη διάρκεια του καθορισμένου χρονικού διαστήματος δεν πρέπει να υπάρχει σιωπή στην τάξη, η κατονομασία πρέπει να είναι συνεχής για ένα λεπτό. Έτσι, τουλάχιστον ένας από τους συμμετέχοντες πρέπει να μιλάει κάθε φορά και πρέπει να δίνουν προσοχή στη συνέχεια. Πρώτα απ' όλα, οι συμμετέχοντες πρέπει να γνωρίζουν όσο το δυνατόν περισσότερα επαγγέλματα και να είναι σε θέση να κάνουν τις σωστές αναθέσεις στους διάφορους τύπους νοημοσύνης. Στη συνέχεια, απαιτείται συνεργασία και διατήρηση της προσοχής, ώστε κάποιος να είναι πάντα σε θέση να συνεχίσει τη σειρά των ραντεβού. Είναι σημαντικό να δημιουργηθεί η σωστή δυναμική του παιχνιδιού, ώστε οι συμμετέχοντες να μην φωνάζουν με τη μία, αλλά να προσέχουν για την ευκαιρία που θα είναι κατάλληλη για να μιλήσουν. Πρέπει επίσης να ληφθεί μέριμνα ώστε να μην επαναλαμβάνονται τα επαγγέλματα.

Σε αυτή τη δραστηριότητα ο εκπαιδευτικός παίζει το ρόλο του συντονιστή, του διευκολυντή. Διαχειρίζεται την πρόοδο της δραστηριότητας, φροντίζει να μην παραλείπεται κανένας τύπος IQ, παρακολουθεί τον χρόνο σε κάθε γύρο και προσαρμόζει τον κατάλογο εάν τα επαγγέλματα επαναλαμβάνονται ή δεν ταιριάζουν στον τύπο IQ. Κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας θα υπάρχουν φυσικά περιστασιακές σιωπές όταν οι συμμετέχοντες δεν έχουν κάποια ιδέα, κάποια πρόταση, σε αυτές τις στιγμές μπορεί να βοηθήσει, να εμπνεύσει τους συμμετέχοντες. Φυσικά μπορεί να συμβεί και το αντίθετο, όταν μιλούν περισσότεροι συμμετέχοντες ταυτόχρονα, σε αυτές τις περιπτώσεις μπορεί να διαχειριστεί ότι ο συμμετέχων μιλάει σταδιακά.

Η δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα για ευέλικτη παραλλαγή και αλλαγή των συνθηκών και των κανόνων - π.χ. αλλαγή της χρονικής διάρκειας για κάθε τύπο, ή μπορεί επίσης να καθορίσει ένα σύνολο πολλαπλών τύπων νοημοσύνης ταυτόχρονα.

## ***Δραστηριότητα 2: Αναστοχασμός σε τεστ νοημοσύνης - αποτελέσματα για το προφίλ νοημοσύνης***

Αξιολόγηση και αντιπαράθεση του δικού μας προφίλ νοημοσύνης με τα αποτελέσματα ενός διαθέσιμου ολοκληρωμένου τεστ νοημοσύνης.

Εστίαση: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στη γνωριμία με το δικό σας προφίλ νοημοσύνης. Η αυτοαξιολόγησή μας μπορεί να βρίσκεται ή να μην βρίσκεται σε αρμονία με τα αποτελέσματα ενός επίσημου τεστ IQ. Υπό αυτή την έννοια, αυτές οι εμπειρίες μπορούν να βοηθήσουν κατά την επιλογή σχολείου, προφίλ ή επαγγέλματος.

Στόχοι: Στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στη σημασία του δικού μας προφίλ νοημοσύνης, στα δυνατά και αδύνατα σημεία των ικανοτήτων που είναι καθοριστικά για τη διαμόρφωση του μέλλοντός μας.

Αλληλεπιδραστικό μοτίβο: ατομική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 1

Υλικά, εργαλεία: χαρτί, στίλο, σύνθετο τεστ νοημοσύνης για κάθε συμμετέχοντα

Διάρκεια της δραστηριότητας: περίπου 3 ώρες - η δραστηριότητα μπορεί επίσης να χωριστεί σε διάφορα μέρη, σε ένα μέρος μπορούμε να επικεντρωθούμε στη διαδικασία αυτοαξιολόγησης και σε άλλα μέρη στη συμπλήρωση του τεστ νοημοσύνης (δεδομένου ότι χρειάζεται τουλάχιστον 1,5 ώρα για τη συμπλήρωση του σύνθετου τεστ νοημοσύνης, μπορούμε να συμπληρώσουμε τα επιμέρους τεστ σε διάφορες φάσεις)

Διαδικασία: Ο εκπαιδευτικός θα ζητήσει από τους συμμετέχοντες να καταγράψουν σε ένα χαρτί και τους 8 τύπους IQ σύμφωνα με το μοντέλο του Gardner. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες καλούνται να σχολιάσουν κάθε τύπο ξεχωριστά, με βάση την αυτοαξιολόγησή τους για το ποια είναι τα δυνατά τους σημεία, ποιες οι αδυναμίες τους, ποιους τύπους αξιολογούν ως τύπους προφίλ τους και ποιους προτιμούν λιγότερο ή καθόλου. Είναι επίσης σημαντικό να επιστήσουμε την προσοχή των συμμετεχόντων στο να αιτιολογήσουν γιατί ή σε ποια βάση αξιολογούν το δικό τους προφίλ, την απόδοσή τους ως δύναμη ή αδυναμία. Στην επόμενη φάση της δραστηριότητας, ο εκπαιδευτικός μοιράζει στους συμμετέχοντες τεστ IQ και κάθε συμμετέχων συμπληρώνει το τεστ. Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα τεστ (ή ζητά τη βοήθεια ενός αρμόδιου εμπειρογνώμονα) και μοιράζεται τα αποτελέσματα με τους συμμετέχοντες ατομικά. Στην τελική φάση της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες συγκρίνουν τα αποτελέσματα της δικής τους αυτοαξιολόγησης με τα αποτελέσματα των τεστ και σημειώνουν τις αντιστοιχίες και τις διαφορές των δύο αξιολογήσεων.

Σε αυτή τη δραστηριότητα ο εκπαιδευτικός παίζει το ρόλο του συντονιστή, του διευκολυντή. Αρχικά, συντονίζει τη διαδικασία αυτοαξιολόγησης και τη συμπλήρωση των τεστ IQ. Στη συνέχεια, διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στη διαδικασία σύγκρισης, όπου έχει το καθήκον να εστιάσει την προσοχή των συμμετεχόντων στη δημιουργία ενός σωστού, ρεαλιστικού προφίλ νοημοσύνης που αντιστοιχεί στα πραγματικά αποτελέσματα και δεν είναι αποτέλεσμα μιας διαστρεβλωμένης αυτοεικόνας των συμμετεχόντων.

### **Δραστηριότητα μετά το μάθημα**

Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) με τίτλο Multiply intelligences, βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού. Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

Για την ολοκλήρωση και την περίληψη του θέματος με στόχο τον προβληματισμό και την παροχή ανατροφοδότησης, είναι χρήσιμο να προταθεί μια λιγότερο τυπική δραστηριότητα στο πνεύμα της δημιουργικής εργασίας.

### ***Δραστηριότητα 3: Τηλεοπτικές ειδήσεις, ανακοινώσεις, διαφημίσεις με θέμα το μοντέλο πολλαπλής νοημοσύνης του Gardner***

Ως επιστέγασμα του μαθήματος, συνιστάται στους συμμετέχοντες συλλογικά ή ατομικά να προετοιμάσουν διάφορα ρεπορτάζ, πληροφορίες, ειδήσεις, τρέιλερ, διαφημιστικά σποτ με θέμα το προφίλ νοημοσύνης, τους τύπους νοημοσύνης, το μοντέλο πολλαπλής νοημοσύνης, τη σημασία του προφίλ νοημοσύνης στην επιλογή του σωστού επαγγέλματος ή της κατεύθυνσης σπουδών.

Σε αυτή τη δραστηριότητα, ο εκπαιδευτικός έχει ελεγκτικό ρόλο στον οποίο καθορίζει τα κριτήρια ή τις συνθήκες της δραστηριότητας - τηλεοπτικές ή ραδιοφωνικές ειδήσεις ή διαφημίσεις ή κείμενα για ένα περιοδικό, τη μορφή ή τη μέθοδο καταγραφής με βάση τον δεδομένο τεχνικό εξοπλισμό (βιντεοσκοπήσεις, ηχογραφήσεις, επεξεργασμένα αρχεία κειμένου κτλ.). Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός μπορεί επίσης να καθορίσει τον τρόπο διανομής των παραγόμενων ειδήσεων και διαφημίσεων με βάση τις συνθήκες και τις δυνατότητες - οι συμμετέχοντες μπορούν να δημιουργήσουν και να μοιραστούν τις δικές τους τηλεοπτικές ή ραδιοφωνικές εκπομπές ή ένα τεύχος του δικού τους περιοδικού.

#### **Σημειώσεις για τον εκπαιδευτικό**

Με στόχο τη συμπλήρωση των γνώσεων με άλλες σχετικές πληροφορίες ή σημεία ενδιαφέροντος, είναι δυνατόν να προταθεί το ακόλουθο βιντεοσκοπημένο υλικό:

- - Gardner's Theory of Multiple Intelligences, διαθέσιμο στο κανάλι PHILO-notes στο YouTube
- - Στιλ μάθησης & πολλαπλές μορφές Νοημοσύνης: Ενσωμάτωση της θεωρίας, διαθέσιμο στο κανάλι Teachings in Education YouTube
- - Η θεωρία των πολλαπλών μορφών νοημοσύνης του Gardner, διαθέσιμο στο κανάλι Josie Bormann στο YouTube

Εναλλακτικά, στο πλαίσιο της παραπάνω Δραστηριότητας 2, μπορούμε να προτείνουμε για έμπνευση τις ακόλουθες πηγές:

- - <https://www.idrlabs.com/multiple-intelligences/test.php>
- - <https://alis.alberta.ca/careerinsite/know-yourself/multiple-intelligences-quiz/>
- - <https://www.literacynet.org/mi/assessment/findyourstrengths.html>,
- - <https://personalitymax.com/multiple-intelligences-test>

#### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Gardner, H. E. (2000). *Intelligence reframed: Multiple intelligences for the 21st century*. Hachette UK.

Gardner, H. (2011a). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Hachette.

Gardner, H. (2011b). [The theory of multiple intelligences: As psychology, as education, as social science](#). Address delivered at José Cela University on October, 29, 2011.

<https://www.verywellmind.com/gardners-theory-of-multiple-intelligences-2795161>

<https://www.simplypsychology.org/multiple-intelligences.html>

<https://www.niu.edu/citl/resources/guides/instructional-guide/gardners-theory-of-multiple-intelligences.shtml>

## Ενότητα 9: Οικογένεια: Σχέσεις, Επικοινωνία και Λειτουργικότητα

Κωνσταντίνα Δημητρίου, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η οικογένεια είναι μια θεμελιώδης κοινωνική ομάδα που ενισχύει την αυτοπεποίθηση και κάνει τους ανθρώπους να αναπτύσσουν το αίσθημα της αγάπης. Είναι μια ομάδα δύο ή περισσότερων ανθρώπων που συνδέονται με, το γάμο τη γέννηση ή την υιοθεσία ενός παιδιού και ζουν όλοι μαζί. Όλα τα μέλη της οικογένειας μοιράζονται έναν συναισθηματικό δεσμό και παρόμοιες αξίες. Η οικογένεια παίζει καθοριστικό ρόλο στην παροχή σταθερότητας και υποστήριξης στα μέλη της. αποτελεί πηγή φροντίδας, συναισθηματικής σύνδεσης και κοινωνικοποίησης. Με βάση αυτές τις πτυχές, η ύπαρξη ισχυρών οικογενειακών σχέσεων καθίσταται αναγκαία. Οι καλές οικογενειακές σχέσεις σχετίζονται θετικά με το αίσθημα ασφάλειας και εμπιστοσύνης. Από την άλλη πλευρά, οι προβληματικές οικογενειακές σχέσεις σχετίζονται με υψηλά επίπεδα άγχους, με συγκρούσεις και με προβλήματα στην ψυχική υγεία. Επιπλέον, η οικογενειακή επικοινωνία πρέπει να βασίζεται στον αμοιβαίο σεβασμό. Η ενεργή επικοινωνία επηρεάζει θετικά την ευημερία των παιδιών και των γονέων, ενώ οι συγκρούσεις έχουν ως αποτέλεσμα μια δυσλειτουργική οικογένεια. Τέλος, η οικογενειακή λειτουργία επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο τα μέλη της οικογένειας, τόσο οι γονείς όσο και τα παιδιά, αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους, τους άλλους και τον κόσμο, επηρεάζει τις σχέσεις και τις συμπεριφορές τους και έχει αντίκτυπο στην ψυχική υγεία και την ευημερία τους.

### Λέξεις Κλειδιά

Πυρηνική οικογένεια, εκτεταμένη οικογένεια, οικογενειακό περιβάλλον, οικογενειακές σχέσεις, οικογενειακή επικοινωνία, συγκρούσεις, οικογενειακή λειτουργία, ψυχική υγεία των παιδιών, ευημερία των παιδιών, ευημερία των γονέων.

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος της ενότητας, οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοούν το τι είναι η οικογένεια και η σημαντικότητα της ως κοινωνική ομάδα.
- περιγράφουν τα είδη της οικογένειας και να εξηγούν τον κύκλο της οικογένειας.
- αποκτήσουν καλή εικόνα της σημαντικότητας ισχυρών οικογενειακών σχέσεων και η σύνδεση τους με το αίσθημα της εμπιστοσύνης και της ασφάλειας.
- εξηγούν πως οι κακές οικογενειακές σχέσεις επιδρούν στην ευημερία των παιδιών και των γονέων.
- αναγνωρίζουν το ρόλο της οικογενειακής επικοινωνίας στη ζωή των μελών της.
- αναλύουν το ρόλο των συγκρούσεων στο οικογενειακό περιβάλλον.
- αναγνωρίζουν τα χαρακτηριστικά της λειτουργικής και δυσλειτουργικής οικογένειας.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

Πριν τη διάλεξη, οι φοιτητές θα παροτρυνθούν για να παρακολουθήσουν ένα βίντεο με τίτλο «Οικογένεια: Σχέσεις, Επικοινωνία και Λειτουργικότητα» το οποίο θα είναι διαθέσιμο στο κανάλι του YouTube με την ονομασία *Flipped Methods in Psychology*, για να προετοιμαστούν για τη διάλεξη. Είναι πολύ σημαντικό για αυτούς να αναγνωρίσουν τις Λέξεις Κλειδιά του θέματος και να δώσουν έμφαση στην κατανόηση του θέματος, στα είδη και τις δυναμικές της οικογένειας, και στις αναφορές των οικογενειακών σχέσεων, της οικογενειακής επικοινωνίας και της οικογενειακής λειτουργικότητας.

Επιπλέον, οι φοιτητές θα ενθαρρυνθούν να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο, με ποσοτικές ερωτήσεις, (δες το Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου) ούτως ώστε να αξιολογήσουν την κατανόηση τους πάνω στο περιεχόμενο του βίντεο που θα δουν.

Ο εκπαιδευτικός θα αναλύσει τις απαντήσεις των φοιτητών και θα τις παρουσιάσει στην τάξη για περαιτέρω συζήτηση.

Κατά τη διάρκεια της συζήτησης, ο εκπαιδευτικός θα αρχίσει κάνοντας γενικές ερωτήσεις για τους ορισμούς γύρω από αυτό το θέμα και κατά πόσο οι φοιτητές τους κατανοούν. Αμέσως μετά θα τους παρουσιάσει τα αποτελέσματα του σύντομου ερωτηματολογίου που έπρεπε να συμπληρωθεί πριν τη διάλεξη (Δραστηριότητα 1). Ακολούθως, ο εκπαιδευτικός θα δώσει μια σύντομη διάλεξη πάνω στις οικογενειακές σχέσεις. Θα βασιστεί στο πως οι σχέσεις αυτές επιδρούν στο οικογενειακό περιβάλλον και επηρεάζουν την ανάπτυξη της συμπεριφοράς του παιδιού. Βάσει της παρουσίασης του/της, οι φοιτητές θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν τη φαντασία τους και να δώσουν παραδείγματα πάνω στο πως οι σχέσεις αυτές συνδέονται με τη δομή της οικογένειας (Δραστηριότητα 2). Τέλος, θα συζητήσει με τους φοιτητές τις έννοιες της επικοινωνίας και της λειτουργικότητας. Θα αναλύσει παραδείγματα λειτουργικών και δυσλειτουργικών οικογενειών. Στη συνέχεια, οι μαθητές / φοιτητές θα κληθούν να εφαρμόσουν μια ενεργή συμμετοχή και συνεργασία προκειμένου να κατανοήσουν τα κύρια χαρακτηριστικά μιας λειτουργικής οικογένειας (Δραστηριότητα 3).

Μετά το τέλος της διάλεξης, ο εκπαιδευτικός θα ρωτήσει τους φοιτητές, εάν θέλουν, να συμπληρώσουν ένα νέο ερωτηματολόγιο (δες το Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου), με ποιοτικές ερωτήσεις, για να αξιολογηθεί η όλη κατανόηση μετά την ολοκλήρωση των δραστηριοτήτων και του μαθήματος. Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να αξιολογήσει και να ερμηνεύσει τα αποτελέσματα και των δυο ερωτηματολογίων, και να κάνει την δική του αξιολόγηση, να προβληματιστεί, ως προς το περιεχόμενο και τις μεθόδους μάθησης που χρησιμοποίησε.

## **Διαδραστικές δραστηριότητες:**

### ***Δραστηριότητα 1: Ομαδική Συζήτηση Ορισμών***

Στόχος: Να διερευνήσει εάν οι φοιτητές έχουν κατανοήσει τους τρεις βασικούς άξονες αυτού του θέματος (σχέσεις, επικοινωνία, λειτουργικότητα).

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 3-4 φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Πένα και χαρτί

Περιγραφή δραστηριότητας: Σ' αυτή την δραστηριότητα, οι φοιτητές θα πρέπει να χωριστούν σε ομάδες των 3 ή 4 ατόμων. Θα πρέπει να συζητήσουν μεταξύ τους τις απαντήσεις που έδωσαν στο ερωτηματολόγιο που τους δόθηκε πριν το μάθημα, να δουν αν έχουν κάνει λάθη (μέσα από τη συζήτηση με άλλους συμφοιτητές τους). Έτσι, θα έχουν την ευκαιρία να συνεργαστούν για την επίτευξη του κοινού στόχου που είναι να απαντήσουν σωστά στις ερωτήσεις του προ δοκιμίου τεστ. Στο τέλος, κάθε ομάδα θα πρέπει να καταλήξει σε μια τελική απόφαση για τη σωστή απάντηση. Στη συνέχεια, όλοι μαζί θα εντοπίσουμε και θα αποσαφηνίσουμε τα κύρια σημεία των ορισμών γύρω από το θέμα της οικογένειας.

### ***Δραστηριότητα 2: Παιχνίδι Καρτών***

Στόχος: να κατανοήσουν τα είδη της οικογένειας και πως αυτά επιδρούν πάνω στο κάθε μέλος ξεχωριστά.

Συμμετέχοντες: Ο κάθε φοιτητής λειτουργεί ατομικά.

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Κάρτες, χρώματα, πένα και χαρτί.

Περιγραφή δραστηριότητας: Ο εκπαιδευτικός δείχνει στους φοιτητές διάφορες κάρτες με σπίτια και διαμερίσματα. Ο φοιτητής θα επιλέξει στη συνέχεια μια κάρτα που για εκείνον/αυτήν προκαλεί την ατμόσφαιρα ενός σπιτιού. Στη συνέχεια θα πρέπει να σχεδιάσουν μια τροποποιημένη εκδοχή του σπιτιού της κάρτας και να προσθέσουν όλα τα μέλη της οικογένειας που θα βρίσκονται εκεί μέσα. Τους ζητείται να σκεφτούν έξω από το κουτί και να φανταστούν όχι μόνο παραδοσιακές αλλά και σύγχρονες οικογένειες. Επιπλέον, θα πρέπει να βρουν τρία χαρακτηριστικά για κάθε μέλος της οικογένειας και να τα γράψουν δίπλα σε κάθε φιγούρα.

Το τελευταίο μέρος αυτής της δραστηριότητας είναι να γράψουν σε μια παράγραφο πώς τα χαρακτηριστικά του κάθε μέλους επηρεάζουν, είτε θετικά είτε αρνητικά, τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας.

Όταν όλοι ολοκληρώσουν την εργασία, οι φοιτητές θα πρέπει να ομαδοποιήσουν τις οικογένειες που δημιούργησαν με βάση το είδος της οικογένειας που θεωρούν ότι δημιούργησαν. Για κάθε προσθήκη σε μια ομάδα, ο μαθητής / φοιτητής θα πρέπει να αιτιολογήσει την επιλογή του να εντάξει το δημιούργημά του στη συγκεκριμένη ομάδα.

Με βάση τους τύπους των οικογενειών που δημιουργήθηκαν και με βάση τη δυναμική που περιέγραψαν σχετικά με τα χαρακτηριστικά των μελών της οικογένειας, οι φοιτητές θα έχουν την ευκαιρία να συζητήσουν τυχόν απορίες σχετικά με τους τύπους των οικογενειών και να διευκρινίσουν τυχόν αβεβαιότητες. Οι φοιτητές θα εκφέρουν τη γνώμη τους για τις δημιουργίες/προτάσεις των άλλων, θα κάνουν ερωτήσεις για να προσπαθήσουν να κατανοήσουν την επιλογή των συναδέλφων τους και θα εκφέρουν την άποψη τους για την ομαδοποίηση.

### ***Δραστηριότητα 3: Συνεργατικό Παιχνίδι***

Στόχος: να καταλάβουν τη δυναμική μιας οικογένειας, τους ρόλους, τις σχέσεις, την ιεραρχία και την επικοινωνία.

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 6 φοιτητών

Διάρκεια: 30 λεπτά

Εργαλεία: Παζλ

Περιγραφή δραστηριότητας: Η ιδέα αυτής της δραστηριότητας είναι να φτιάξουν ένα παζλ που απεικονίζει σπίτι χωρίς να χρησιμοποιήσουν λέξεις για να επικοινωνήσουν. Σε κάθε μέλος της ομάδας δίνονται τυχαία τρία κομμάτια του παζλ. Θα υπάρχουν συνολικά 18 κομμάτια και κάθε ομάδα θα πρέπει να δημιουργήσει τρία παζλ. Για να ολοκληρώσουν ολόκληρο το σπίτι, θα πρέπει να δανειστούν κομμάτια από τα άλλα μέλη της ομάδας. Η ομάδα που θα ολοκληρώσει πρώτη τα τρία σπίτια κερδίζει το παιχνίδι.

Χωρίς να συζητηθεί εκ των προτέρων μια στρατηγική, η εργασία αρχίζει. Ένα μέλος κάθε ομάδας πρέπει να είναι ο παρατηρητής. Ο ρόλος του είναι να παρατηρεί τους συμφοιτητές του: πώς επικοινωνούν, ποιος αναλαμβάνει ποιον ρόλο, ποιος παίρνει τον έλεγχο, πώς λαμβάνουν τα μηνύματα, τις ενέργειες του αρχηγού (εάν υπάρχει) κτλ. Μόλις μια ομάδα τελειώσει, το παιχνίδι διακόπτεται. Κάθε ομάδα αναφέρει την εμπειρία της: τι συναισθήματα και σκέψεις είχε κατά τη διάρκεια της εργασίας που απαιτούσε συνεργασία. Οι παρατηρητές αναφέρουν τις παρατηρήσεις τους χρησιμοποιώντας τις ακόλουθες λέξεις-κλειδιά: ρόλοι, σχέσεις, ιεραρχία, επικοινωνία κατά τη διάρκεια της εργασίας.

Μετά από αυτές τις συζητήσεις, οι φοιτητές εργάζονται ξανά στις ομάδες τους και πρέπει να καταγράψουν 2 δυσκολίες και 2 θετικές στρατηγικές που βίωσαν σχετικά με τους κανόνες, την επικοινωνία και την ιεραρχία. Οι λέξεις-κλειδιά συνοψίζονται και παρατίθενται αντιπαραδείγματα για να σκιαγραφηθούν τα χαρακτηριστικά μιας λειτουργικής και μιας δυσλειτουργικής οικογένειας.

## **Αξιολόγηση και Συστάσεις**

### **Συνιστώμενοι τύποι αξιολόγησης:**

- **Δοκίμιο**
- **Οπτικοακουστική παρουσίαση**
- **Γραπτή εξέταση**
- **Συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες**

### **Σημειώσεις προς Εκπαιδευτικό**

Είναι σημαντικό όπως ο εκπαιδευτικός βρει ή δημιουργήσει τις κάρτες που θα χρησιμοποιήσει στη Δραστηριότητα 1 πριν το μάθημα. Και το ίδιο πρέπει να κάνει για τα παζλ στη Δραστηριότητα 2. Μπορεί εύκολα να δημιουργήσει και μόνος του εκτυπώνοντας εικόνες με σπίτια και κόβοντας τα σε κομμάτια.

Προσοχή πρέπει να δοθεί και στη ροή που θα πάρει η συζήτηση στη 3<sup>η</sup> δραστηριότητα. Είναι σημαντικό όπως ο εκπαιδευτικός πάρει ένα προεδρεύων ρόλο για να καθοδηγήσει τη συζήτηση έτσι ώστε βγουν προς τα έξω οι στρατηγικές που χρησιμοποίησαν οι ομάδες, οι δυσκολίες τους και όλο αυτό να συσχετιστεί με τη λειτουργικότητα και την επικοινωνία.

## **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

- Roostin, E. (2018). Family influence on the development of children. *PrimaryEdu, Journal of Elementary Education*, 2(1).
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward a theory of family communication. *Communication Theory*, 12(1), 70-91. DOI:10.1111/j.1468-2885.2002.tb00260.x
- Barber, B. K., & Buehler, C. (1996). Family cohesion and enmeshment: Different constructs, different effects. *Journal of Marriage and Family*, 58(2), 433-441. DOI:10.2307/353507
- Kiser, L. J., Bennett, L., Heston, J., & Paavola, M. (2005). Family ritual and routine: Comparison of clinical and non-clinical families. *Journal of Child and Family Studies*, 14(3), 357-372. DOI: 10.1007/s10826-005-6848-0
- Olson, D. H., & Gorall D, M, (2003). Circumplex model of marital and family systems. In F Walsh (Ed.) *Normal Family Processes* (3<sup>rd</sup> Ed.) New York: Guilford (pp. 514-547).
- Schrodt, P., Ledbetter, A. M., & Ohrt, J. K. (2007). Parental confirmation and affection as mediators of family communication patterns and children's mental well-being. *The Journal of Family Communication*, 7(1), 23-46. DOI:10.1080/15267430709336667

## Ενότητα 10: Συναισθήματα

*István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Ουγγαρία  
Melinda Sajgó, Mihai Eminescu Pedagogical High School, Ρουμανία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Τα συναισθήματα είναι σύνθετες ψυχολογικές και φυσιολογικές καταστάσεις που χαρακτηρίζονται από υποκειμενικά συναισθήματα, φυσιολογικές αλλαγές και συμπεριφορικές αντιδράσεις. Συχνά πυροδοτούνται από εξωτερικά ή εσωτερικά ερεθίσματα και διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη ρύθμιση της συμπεριφοράς μας και στην ανταπόκριση στο περιβάλλον.

Το θέμα των συναισθημάτων είναι σημαντικό για διάφορους λόγους:

- Ανθρώπινη εμπειρία: Τα συναισθήματα αποτελούν θεμελιώδη πτυχή της ανθρώπινης εμπειρίας και διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο στη διαμόρφωση των σκέψεων, της συμπεριφοράς και των αλληλεπιδράσεών μας με τους άλλους.
- Ψυχική υγεία: Τα συναισθήματα συνδέονται στενά με την ψυχική υγεία και η κατανόηση και η διαχείριση τους μπορεί να μας βοηθήσει να βελτιώσουμε τη συνολική μας ευημερία και να μειώσουμε τον κίνδυνο εμφάνισης προβλημάτων ψυχικής υγείας, όπως το άγχος και η κατάθλιψη.
- Σχέσεις: Τα συναισθήματα διαδραματίζουν βασικό ρόλο στις σχέσεις μας με τους άλλους. Η ικανότητα κατανόησης και έκφρασης των συναισθημάτων μπορεί να μας βοηθήσει να επικοινωνήσουμε αποτελεσματικά, να οικοδομήσουμε ισχυρότερους δεσμούς και να επιλύσουμε συγκρούσεις.
- Λήψη αποφάσεων: Τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τις αποφάσεις που λαμβάνουμε, τόσο θετικά όσο και αρνητικά. Κατανοώντας τα συναισθήματά μας, μπορούμε να λαμβάνουμε πιο ορθολογικές αποφάσεις και να αποφεύγουμε παρορμητικές ή επιβλαβείς επιλογές.
- Επαγγελματική επιτυχία: Τα συναισθήματα μπορούν επίσης να επηρεάσουν την επαγγελματική μας επιτυχία. Οι άνθρωποι που είναι συναισθηματικά ευφείς είναι συχνά πιο ικανοί να περιηγηθούν στη δυναμική του εργασιακού χώρου, να δημιουργήσουν ισχυρές ομάδες και να επικοινωνήσουν αποτελεσματικά με συναδέλφους και πελάτες.

Συνολικά, το θέμα των συναισθημάτων είναι σημαντικό επειδή επηρεάζει πολλές πτυχές της ζωής μας, από την προσωπική μας ευημερία μέχρι τις σχέσεις μας και την επαγγελματική μας επιτυχία. Μαθαίνοντας περισσότερα για τα συναισθήματα, μπορούμε να αναπτύξουμε τις δεξιότητες που χρειαζόμαστε για να τα κατανοήσουμε και να τα διαχειριστούμε καλύτερα, οδηγώντας σε πιο ευτυχισμένες, υγιείς και ικανοποιητικές ζωές.

### Λέξεις Κλειδιά

*τα χαρακτηριστικά των συναισθημάτων, θεωρίες συναισθημάτων, πηγές και ρόλος των συναισθημάτων, έκφραση συναισθημάτων, τα βασικά συναισθήματα, συναισθηματική νοημοσύνη.*

### Μαθησιακοί Στόχοι

- Κατανόηση της φύσης των συναισθημάτων: Αυτό περιλαμβάνει την εκμάθηση διαφορετικών τύπων συναισθημάτων, το πως λειτουργούν, πως βιώνονται και πως εκφράζονται.

- Κατανόηση του ρόλου των συναισθημάτων στη νόηση και τη συμπεριφορά: Τα συναισθήματα μπορούν να επηρεάσουν τον τρόπο με τον οποίο σκεφτόμαστε και αντιδρούμε, για αυτό είναι σημαντικό να καταλάβουμε πως αλληλεπιδρούν με τη νόηση και τις συμπεριφορικές λειτουργίες.
- Ανάπτυξη συναισθηματικής νοημοσύνης: Η συναισθηματική νοημοσύνη είναι η ικανότητα να κατανοεί και να διαχειρίζεται κανείς τα συναισθήματά του, καθώς και να αναγνωρίζει και να ανταποκρίνεται στα συναισθήματα των άλλων. Η ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης αποτελεί βασικό μαθησιακό στόχο κατά τη μελέτη των συναισθημάτων.
- Προσδιορισμός στρατηγικών για τη διαχείριση των συναισθημάτων: Τα συναισθήματα μπορεί μερικές φορές να είναι δύσκολα διαχειρίσιμα, γι' αυτό είναι σημαντικό να μάθετε στρατηγικές για τη ρύθμισή τους. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τεχνικές όπως η ενσυνειδητότητα, η γνωστική αναδόμηση και οι ασκήσεις χαλάρωσης.
- Κατανόηση του αντίκτυπου των συναισθημάτων στην ψυχική υγεία: Τα συναισθήματα συνδέονται στενά με την ψυχική υγεία, οπότε είναι σημαντικό να μάθετε για τους πιθανούς κινδύνους που σχετίζονται με τη συναισθηματική δυσλειτουργία, καθώς και για τις στρατηγικές προώθησης της συναισθηματικής ευεξίας.
- Εφαρμογή της γνώσης των συναισθημάτων σε πραγματικές συνθήκες: Τέλος, είναι σημαντικό να εφαρμόζετε τη γνώση των συναισθημάτων σε πραγματικές συνθήκες, όπως στις προσωπικές σχέσεις, στο χώρο εργασίας και σε άλλες κοινωνικές καταστάσεις. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την εξάσκηση σε δεξιότητες όπως η ενεργητική ακρόαση, η ενσυναίσθηση και η επίλυση συγκρούσεων.

## **Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες**

Πριν από το μάθημα: Για να βοηθήσετε τους φοιτητές να προετοιμαστούν για τις δραστηριότητες μέσα στην τάξη και να μεγιστοποιήσουν το χρόνο που αφιερώνεται στην τάξη ζητήστε τους να παρακολουθήσουν το εκπαιδευτικό βίντεο «Συναισθήματα» στο κανάλι «Flipped Methods in Psychology» στο YouTube. Οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ δοκιμίου τεστ - χρησιμοποιήστε το τεστ από το παράρτημα ως σημείο αναφοράς. Τα αποτελέσματα του τεστ θα δώσουν κατά προσέγγιση μια ιδέα για το ποιες δυσκολίες έχει αντιμετωπίσει ο φοιτητής στην κατανόηση του θέματος, οπότε οι δραστηριότητες της τάξης θα πρέπει να επικεντρωθούν στις δύσκολες έννοιες.

Στην τάξη, για την καλύτερη κατανόηση του θέματος, προτείνουμε ορισμένες διαδραστικές δραστηριότητες.

### ***Ερμηνεία Φωτογραφιών***

Ετοιμάστε μερικές φωτογραφίες από αθλητικές εκδηλώσεις, όταν για παράδειγμα οι διαγωνιζόμενοι κερδίζουν, αποτυγχάνουν ή βρίσκονται σε κάποια άλλη συναισθηματικά φορτισμένη κατάσταση. Δημιουργήστε ομάδες των 3-4 φοιτητών. Κάθε ομάδα καλείται να συζητήσει για 5 λεπτά πάνω σε ερωτήσεις όπως ποιο συναίσθημα αντανακλάται στην έκφραση του προσώπου του ατόμου που αποτυπώνεται στη φωτογραφία; Κάθε ομάδα μπορεί να παρουσιάσει κάποιες εναλλακτικές ονομασίες των συναισθηματικών εκφράσεων και να εξηγήσει τη διαφορά μεταξύ συναισθηματικών εκφράσεων.

## ***Πως νιώθεις; Δραστηριότητα με Κάρτες Συναισθημάτων***

Ετοιμάστε αρκετές (50-80) κάρτες με συναισθηματικές εκφράσεις. Ζητήστε από κάθε φοιτητή να επιλέξει μία κάρτα με την οποία μπορεί να συσχετίσει, όσο το περισσότερο γίνεται, τον εαυτό του/της ως εκείνη που εκφράζει την τρέχουσα ή μια πρόσφατη συναισθηματική του/της κατάσταση. Η επιλεγμένη κάρτα τοποθετείται σε έναν τοίχο που περιέχει τα έξι βασικά συναισθήματα. Η τοποθέτηση πρέπει να είναι τέτοια ώστε η κάρτα του φοιτητή να τοποθετείται δίπλα στην κάρτα που εκφράζει το ίδιο συναίσθημα. Ο φοιτητής θα πρέπει να περιγράψει το πλαίσιο στο οποίο βίωσε το επιλεγμένο συναίσθημα και την κατάσταση στην οποία εμφανίστηκε το συναίσθημα αυτό.

### ***Σύντομες Διαλέξεις***

Ετοιμάστε έξι κάρτες με τους ακόλουθους τίτλους: 1. Το συναίσθημα και τα χαρακτηριστικά του, 2. Θεωρίες Συναισθημάτων των William James και Carl Lange, 3. Θεωρίες Συναισθημάτων των Walter Cannon και Philip Bard, 4. Η θεωρία συναισθημάτων του Stanley Schachter, 5. Βασικά συναισθήματα και απόθεμα συναισθημάτων.

Οι φοιτητές θα χωριστούν σε ομάδες των 4-5 ατόμων, θα διαλέξουν μια κάρτα και μετά θα συλλέξουν πληροφορίες για το θέμα που τους έτυχε. Θα πρέπει να συγκεντρώσουν τις πληροφορίες και να τις παρουσιάσουν στους άλλους φοιτητές της τάξης. Η παρουσίαση τους θα είναι 2-3 λεπτά και θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν και πληροφορίες που είδαν από το βίντεο που τους δόθηκε πριν το μάθημα. Μπορούν παράλληλα όταν παρουσιάζει μια ομάδα, οι υπόλοιποι να κάνουν εισηγήσεις και ερωτήσεις.

Παίρνοντας τον "μανδύα του ειδικού", οι ομάδα παρουσιάζει το θέμα της στην τάξη. Οι φοιτητές της τάξης μπορούν να κάνουν ερωτήσεις. Εάν μια ομάδα δεν μπορεί να απαντήσει μια ερώτηση, τότε μπορεί μια άλλη ομάδα που είχε το ίδιο θέμα να προσθέσει πληροφορίες και να απαντήσει.

### ***Καρουζέλ που Μιλάει***

Κάθε μαθητής / φοιτητής λαμβάνει μια μικρή κάρτα με τα βασικά συναισθήματα στη μία πλευρά και τα χαρακτηριστικά του συναισθήματος στην άλλη. Χωρίζονται σε ζευγάρια και στη συνέχεια πρέπει να μιλήσουν για τρία λεπτά για ένα βασικό συναίσθημα της επιλογής τους αναλύοντας το βασικό συναίσθημα με βάση τα χαρακτηριστικά του. Εάν είναι απαραίτητο, προετοιμαστείτε με ερωτήσεις υποστήριξης κατά μήκος κάθε συστατικού.

Όταν τελειώσει ο χρόνος σχηματίζονται νέα ζευγάρια. Οι φοιτητές στέκονται σε κύκλο όπως το καρουζέλ.

### ***Αξιολόγηση και Συστάσεις***

Μετά το μάθημα, ο εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει μια γραπτή εξέταση με ανοικτές ερωτήσεις για να εξετάσει τις γνώσεις των φοιτητών. Συνιστάται όπως χρησιμοποιήσετε το τεστ που υπάρχει στο Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου ως βοήθημα.

### ***Σημειώσεις προς Εκπαιδευτικό***

Υπάρχουν πολλές ιστοσελίδες στο διαδίκτυο που σου δίνουν τη δυνατότητα να τυπώσεις κάρτες με συναισθήματα πάνω.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

McLaren, K. (2010). *The language of emotions: What your feelings are trying to tell you: Sounds True.*

Oatley, K. (1992). *Best laid schemes: The psychology of the emotions: Cambridge University Press.*

Oatley, K., Keltner, D., & Jenkins, J. M. (2006). *Understanding emotions: Blackwell publishing.*

Smith, T. W. (2015). *The book of human emotions: An encyclopaedia of feeling from anger to wanderlust: Profile books.*

## Ενότητα 11: Επιθετικότητα: Φύση, Αίτια και Έλεγχος

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; Assoc. Prof. Krasimira Mineva, PhD;  
Assoc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova Burgas Free University,  
Βουλγαρία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η διαμόρφωση σωστών αντιλήψεων σχετικά με την επιθετικότητα και το ρόλο της στην καθημερινή ζωή είναι σημαντική για την αύξηση του αυτοαναστοχασμού και της αυτογνωσίας- για την ανάπτυξη του αυτοελέγχου σε συναισθηματικό, γνωστικό και συμπεριφορικό επίπεδο, για την επαρκή εκτόνωση του θυμού και την αντικατάστασή της, το διαχωρισμό της από τη διεκδικητική συμπεριφορά, για την επιτυχή αντιμετώπιση των καθημερινών απογοητεύσεων και σε καταστάσεις όπου γινόμαστε αντικείμενο επιθετικών πράξεων, για τη στοχευμένη και αποτελεσματική πρόληψη του ελέγχου του θυμού και της επιθετικότητας.

### Λέξεις Κλειδιά

Ορισμοί και θεωρίες επιθετικότητας, σχέση απογοήτευσης-επιθετικότητας, λόγοι εμφάνισης επιθετικών συμπεριφορών, επιρροή των μέσων ενημέρωσης στα άτομα, απελευθέρωση του θυμού και μείωση της επιθετικότητας.

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοούν τη φύση και τα είδη της επιθετικότητας (εχθρική και εργαλειακή ή συντελεστική).
- διακρίνουν μεταξύ επιθετικών και μη επιθετικών προτύπων συμπεριφοράς.
- προσανατολίζονται στα αίτια και τους παράγοντες που οδηγούν σε επιθετικές εκδηλώσεις - νευρολογικά και χημικά αίτια, περιβαλλοντικοί παράγοντες, άμεση πρόκληση κτλ.
- προσανατολίζονται στις κύριες θεωρίες της επιθετικότητας: επιθετικότητα και απογοήτευση, θεωρία της κοινωνικής μάθησης, θεωρία της εκτόνωσης των επιθετικών παρορμήσεων και της επίτευξης κάθαρσης κτλ.
- γνωρίζουν πώς να εφαρμόζουν μεθόδους για τη μείωση της επιθετικότητας - αύξηση της ενσυναίσθησης, εκτόνωση του θυμού και των αρνητικών συναισθημάτων, αύξηση της ανοχής στη ματαίωση κτλ.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

Δραστηριότητα πριν το μάθημα – Στο σπίτι

- Οι φοιτητές καλούνται να παρακολουθήσουν, εάν θέλουν, ένα εκπαιδευτικό βίντεο με τίτλο «Επιθετικότητα» στο κανάλι του YouTube με την ονομασία «Flipped Methods in Psychology».
- Για τους φοιτητές ετοιμάστηκε ένα τεστ που αποτελείται από ερωτήσεις κλειστού τύπου (βλ. παράρτημα).

Τα αποτελέσματα του συμπληρωμένου τεστ πριν από το μάθημα θα καθοδηγήσουν τους μαθητές / φοιτητές και τους διδάσκοντες ως προς τον βαθμό αφομοίωσης του εκπαιδευτικού περιεχομένου που παρουσιάζεται στο βίντεο, τις ελλείψεις και τις δυσκολίες στην κατανόηση των εννοιών και των θεωριών που σχετίζονται με το θέμα, οι οποίες θα πρέπει να τεθούν στο επίκεντρο της εργασίας στην τάξη.

«Ομαδική Συζήτηση» κατά τη διάρκεια του μαθήματος

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, οι φοιτητές θα μάθουν να αναγνωρίζουν τα δικά τους πρώιμα προειδοποιητικά σημάδια αυξανόμενης έντασης, θυμού και ετοιμότητας για επιθετική αντίδραση (Δραστηριότητα 1).

Στη συνέχεια θα έχουν την ευκαιρία να συμμετάσχουν σε μια ομαδική συζήτηση και να μοιραστούν τις εμπειρίες τους από ένα προσυμπληρωμένο "Ημερολόγιο Θυμού" που περιέχει μια λεπτομερή περιγραφή καταστάσεων και σκέψεων που σχετίζονται με την ένταση και την επιθετική συμπεριφορά (Δραστηριότητα 2) και πώς αντιμετώπισαν οι ίδιοι τις απογοητεύσεις τους σε μια περίοδο μιας εβδομάδας πριν από τη συζήτηση μέσω της τροποποίησης των αρνητικών σκέψεων και των δυσπροσαρμοστικών μοτίβων σκέψης (Δραστηριότητα 3).

Τέλος, οι φοιτητές θα κληθούν να συμμετάσχουν σε ομαδική εργασία για την ανάπτυξη ενός σύντομου προγράμματος για την πρόληψη του θυμού και της επιθετικότητας χρησιμοποιώντας πηγές ανοικτής πρόσβασης από το Διαδίκτυο και τη μέθοδο του καταγισμού ιδεών (Δραστηριότητα 4).

Δραστηριότητα 1. Αναγνώριση πρώιμων σημάδιων που προκαλούν ένταση

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 15 φοιτητών

Διάρκεια: 30 λεπτά

Περιγραφή δραστηριότητας:

Οι φοιτητές ανακαλούν τα δικά τους πρώιμα προειδοποιητικά σημάδια αυξανόμενης έντασης και θυμού. Για το σκοπό αυτό, ο διδάσκοντας παρέχει τις ακόλουθες οδηγίες:

"Κάντε έναν κατάλογο με τα δικά σας πρώιμα προειδοποιητικά σημάδια και συμπληρώστε τον προσωπικό σας κατάλογο με τυχόν άλλα συμπτώματα που μπορεί να υπάρχουν. Στη συνέχεια, βάλτε τα στη σειρά - ξεκινώντας με τα πιο ήπια σημάδια θυμού και φτάνοντας μέχρι τα σχεδόν αφόρητα/σοβαρά συμπτώματα.

Γράψτε στο πλάι τι πρέπει να κάνετε, πώς θα αντιδράσετε και ποιες σκέψεις θα σας βοηθούσαν να αντιμετωπίσετε αυτά τα σημάδια και να σταματήσετε την ένταση να συσσωρεύεται, να είστε δημιουργικοί. Αφού δουλέψετε τη λίστα, μοιραστείτε την εμπειρία σας με τους άλλους στην ομάδα".

Δραστηριότητα 2. "Ημερολόγιο Θυμού"

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 15 φοιτητών

Διάρκεια: 40 λεπτά

Περιγραφή δραστηριότητας:

Η πιο κάτω άσκηση μπορεί να γίνει στο σπίτι. Σε μια ομαδική συζήτηση θα δείξουμε ένα τρόπο όπου ο κάθε συμμετέχοντας θα μπορεί μοιραστεί με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας το τι έγραψε στο ημερολόγιο του. Ακολούθως, θα συζητήσουν όλοι μαζί την εμπειρία τους από την καταγραφή αυτή και τι εμπειρίες θυμού που αναβίωσαν.

Μέρα (ώρα)

Περιγραφή κατάστασης

Προβληματικές Σκέψεις      Συναισθηματική Διέγερση      Επιθετική Συμπεριφορά

Κλίμακα: 1-10

Κλίμακα: 1-10

### Δραστηριότητα 3. Μείωση της αναστάτωσης με τροποποίηση των σκέψεων

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 15 φοιτητών

Διάρκεια: 40 λεπτά

Περιγραφή δραστηριότητας:

Ο διδάσκοντας προσφέρει τις ακόλουθες ασκήσεις ως εργασία για το σπίτι. Παρέχει στους συμμετέχοντες τις ακόλουθες οδηγίες:

"Σκοπός αυτής της άσκησης είναι να προσφέρει την ευκαιρία να εξασκηθούν σε μια πιο προσαρμοστική διαδικασία σκέψης με τη χρήση της "τεχνικής των τριών στηλών". Απαιτείται όταν αισθάνεστε απογοητευμένοι, να κάνετε ένα διάλειμμα, να πάρετε ένα χαρτί και ένα στυλό, να χωρίσετε τη σελίδα σε τρεις στήλες και να αρχίσετε να γράφετε τις αρνητικές σας σκέψεις στην πρώτη στήλη. Στη δεύτερη στήλη, προσπαθήστε να αναγνωρίσετε τα επιβλαβή μοτίβα σκέψης χρησιμοποιώντας τα δείγματα μοτίβων που δίνονται στον πίνακα. Στην τρίτη στήλη, προσπαθήστε να τροποποιήσετε τις αρνητικές σας σκέψεις, βλέποντάς τες από μια πιο θετική οπτική γωνία. Ρίξτε μια ματιά στο παράδειγμα και προσπαθήστε να φτιάξετε το δικό σας πίνακα, εισάγοντας τις συνήθεις αρνητικές σκέψεις σας, τα μοτίβα σκέψης και προσπαθήστε να τα αναδιαμορφώσετε πλήρως προς μια προσαρμοστική και θετική κατεύθυνση".

Μετά την ολοκλήρωση της άσκησης αυτής στο σπίτι, γίνεται ομαδική συζήτηση στην τάξη σχετικά με τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν οι φοιτητές, πώς τις ξεπέρασαν και τι θεωρούν αδιαμφισβήτητη επιτυχία τους.

Αρνητικές Σκέψεις    Νοητικά Πρότυπα    Προσαρμοστικές Σκέψεις

"Δεν κάνω τίποτα αρκετά καλά και σωστά." Υπερβολική Γενίκευση      "Δεν είμαι τέλειος αλλά κανένας δεν είναι."

"Είμαι τσαπατσούλης και εγωιστής." Ταμπέλα;

Εξατομίκευση «Δεν είμαι εγωιστής και άχρηστος. Φροντίζω τους άλλους αλλά πρέπει να φροντίζω και τον εαυτό μου».

"Ήξερα ότι δεν έπρεπε να τους εμπιστευτώ. Την επόμενη φορά θα πρέπει να τα κάνω όλα μόνη μου."      Βγάζω συμπεράσματα, συνεχώς «πρέπει»

"Δεν ξέρω γιατί δεν ήρθαν, αλλά χρειάζομαι τη βοήθειά τους, οπότε θα πρέπει να βρούμε έναν τρόπο να μην τα κάνω όλα μόνη μου."

### Δραστηριότητα 4. Δημιουργία σύντομου προγράμματος για πρόληψη της επιθετικότητας

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 5 φοιτητών

Διάρκεια: 90 λεπτά

Περιγραφή δραστηριότητας:

Ομαδική εργασία για τη δημιουργία μιας σύντομης εκπαιδευτικής ενότητας για την πρόληψη της επιθετικότητας στο σχολείο με βάση τις γνώσεις που παρουσιάζονται στο εκπαιδευτικό βίντεο για τη μείωση της επιθετικότητας. Οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να χρησιμοποιήσουν διάφορες πηγές από το Διαδίκτυο με έτοιμες ασκήσεις για τον έλεγχο του θυμού, την αύξηση της ενσυναίσθησης, την ανάπτυξη της επικοινωνίας και των κοινωνικών δεξιοτήτων κτλ. Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει μια σύντομη παρουσίαση της μεθόδου καταγιγισμού ιδεών μέσα σε 5 λεπτά και προσφέρει στην ομάδα να τη δοκιμάσει στην πράξη για να αυξήσει τη δημιουργικότητα των συμμετεχόντων και την αποτελεσματικότητα της ομαδικής εργασίας.

Αξιολόγηση και Συστάσεις

Μετά την ολοκλήρωση της εργασίας στην τάξη, ο διδάσκοντας προσφέρει στους φοιτητές να ολοκληρώσουν ένα τεστ μετά την τάξη με τίτλο «Επιθετικότητα»: (βλ. Παράρτημα),

επεξεργάζεται τα αποτελέσματα και παρέχει σε όσους ολοκλήρωσαν το τεστ ανατροφοδότηση σχετικά με το επίπεδο γνώσεων που απέκτησαν στο θέμα της επιθετικότητας στις ανθρώπινες σχέσεις.

Σημειώσεις προς Διδάσκοντα

Ο διδάσκοντας θα πρέπει να εκτυπώσει τα φύλλα εργασίας για τις ασκήσεις 2 και 3, να τα διανείμει στους φοιτητές της κάθε ομάδας και να τους καθοδηγήσει σχετικά με τον τρόπο συμπλήρωσης των εργασιών που προβλέπονται σε αυτές τις ασκήσεις τουλάχιστον μία εβδομάδα πριν από την εργασία της τάξης αυτής της ενότητας.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2017). General Aggression Model. In P. Roessler, C. A. Hoffner, & L. van Zoonen (Eds.) *International Encyclopedia of Media Effects*. Wiley-Blackwell. DOI: 10.1002/9781118783764.wbieme0078.

Aronson, E. (2011). *The Social Animal* (11th edition). Worth Publishers.

Aronson, E., Wilson, T., Akert, R., Sommers, S. (2015). *Social Psychology* (9th Edition). Pearson.

Krahé, B. (2021). *The Social Psychology of Aggression* (3rd Edition). Routledge

## Ενότητα 12: Κίνητρα

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; Assoc. Prof. Krasimira Mineva, PhD; Assoc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova, Burgas Free University, Bulgaria*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Ποια είναι τα πράγματα, τα οποία μας παρακινούν πραγματικά να δράσουμε; Κατά τη διάρκεια της ιστορίας, οι ψυχολόγοι έχουν προτείνει διάφορες θεωρίες για να εξηγήσουν τι παρακινεί την ανθρώπινη συμπεριφορά. Κίνητρο είναι η δύναμη που κάνει τους ανθρώπους να ενεργούν, να αντιδρούν, να σχετίζονται με κάποιον ή κάτι σε διάφορες καταστάσεις ή περιστάσεις, με τρόπο που οι ίδιοι επιλέγουν. Το κίνητρο έχει να κάνει σε μεγάλο βαθμό με την επιθυμία και τη φιλοδοξία, και αν αυτά απουσιάζουν, δεν υπάρχει κίνητρο. Κίνητρο είναι η επιθυμία για την επίτευξη ενός στόχου σε συνδυασμό με την ενέργεια να εργαστεί κανείς για την επίτευξη αυτού του στόχου. Τα κίνητρα είναι σχετικά σταθερά για ένα δεδομένο άτομο. Ταυτόχρονα, η παρώθηση δεν οικοδομείται μόνο από τα κίνητρα, αλλά βασίζεται επίσης και σε διάφορους εξωτερικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες που σχετίζονται με την κατάσταση ή πλαίσιο, π.χ. την επιρροή άλλων ανθρώπων, την επιρροή του περιβάλλοντος, την πολυπλοκότητα του εκτελούμενου έργου κτλ.

### Λέξεις Κλειδιά

- - Τι είναι τα κίνητρα;
- - Θεωρίες παρώθησης
- - Κριτήρια για τον προσδιορισμό των κινήτρων
- - Παρώθηση - Τύποι παρώθησης
- - Λειτουργίες της παρώθησης
- - Μοντέλα παρώθησης
- -Οικοδόμηση ενός συστήματος κινήτρων και δραστηριότητα της προσωπικότητας
- - Κίνητρα για την επαγγελματική πραγμάτωση
- - Πρακτικές για την εσωτερική παρώθηση

### Μαθησιακοί στόχοι

Ο γενικός στόχος του μαθήματος είναι να γνωρίσουν οι μαθητές / φοιτητές τη βασική έννοια και ορισμένες από τις θεωρίες της παρώθησης, τα είδη παρώθησης και τις λειτουργίες τους, με τρόπους οικοδόμησης ενός συστήματος παρώθησης στο πλαίσιο της αναζήτησης μιας απάντησης στο ερώτημα "Τι ακριβώς κρύβεται πίσω από την παρώθηση και γιατί μας κάνει να ενεργοποιούμαστε;". Οι ιδιαιτερότητες του στόχου καθορίζονται από την απάντηση στο ερώτημα: Πού ακριβώς βρίσκεται η διαχωριστική γραμμή μεταξύ του να εξαναγκάζουμε τον εαυτό μας να κάνει κάτι και του να έχουμε την ειλικρινή επιθυμία να το πετύχουμε; Ο στόχος επιτυγχάνεται μέσω συγκεκριμένων εργασιών, άμεσα προσανατολισμένων στις κύριες παραμέτρους με τις οποίες παρουσιάζεται το μάθημα.

### Αναμενόμενα αποτελέσματα

Γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις που θα αποκτήσουν/διαμορφώσουν οι μαθητές / φοιτητές στο τέλος αυτής της ενότητας:

- - Σε επίπεδο ΓΝΩΣΕΩΝ: οι μαθητές / φοιτητές εξοικειώνονται με τη σημασία των κινήτρων για τη μελλοντική ανάπτυξη της προσωπικότητας- γνωρίζουν και είναι σε

θέση να διακρίνουν τα είδη κινήτρων- γνωρίζουν και εφαρμόζουν πρακτικές εσωτερικής παρώθησης και συνειδητοποιούν τη σημασία των παραγόντων που σχετίζονται με την επαγγελματική πραγμάτωση.

- - Σε επίπεδο ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ: οι εκπαιδευόμενοι είναι σε θέση να διακρίνουν τον τρόπο λειτουργίας των κινήτρων όσον αφορά τις τρεις κύριες συνιστώσες: ενεργοποίηση, επιμονή και ένταση- είναι σε θέση να αναπτύσσουν σχήματα που σχετίζονται με τις κύριες συνιστώσες και τους τύπους κινήτρων- μπορούν να διατυπώνουν συμβουλές για την παρώθηση και να εντοπίζουν πιθανά εμπόδια στην παρώθηση.
- - Σε επίπεδο ΣΧΕΣΕΩΝ: οι εκπαιδευόμενοι είναι σε θέση να δώσουν παραδείγματα των τύπων κινήτρων: εσωτερικά κίνητρα, θετικά κίνητρα, αρνητικά κίνητρα, κοινωνικά κίνητρα.

## **Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες**

### ***Δραστηριότητα πριν από το μάθημα – Προδοκιμή (Pre-Test)***

- - οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να παρακολουθήσουν ένα βίντεο- με θέμα τα κίνητρα που είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.
- - οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα τεστ με ερωτήσεις κλειστού τύπου - Pretest (βλ. παράρτημα). Οι ερωτήσεις στοχεύουν στις πιο γενικές παραμέτρους του θέματος, όπως: το πώς ορίζεται η παρώθηση, οι βασικές θεωρίες των κινήτρων, τα χαρακτηριστικά τους, και η διαφοροποίηση αναγκών κτλ.

### ***Δραστηριότητα 1. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος: Δραστηριότητα με τη χρήση της εφαρμογής mentimeter.com***

Ο/Η εκπαιδευτικός προετοιμάζει μια εισαγωγική δραστηριότητα χρησιμοποιώντας την εφαρμογή mentimeter.com. Το ερώτημα είναι: "Τι συνειρμούς προκαλεί η λέξη ΚΙΝΗΤΡΟΠΟΙΗΣΗ;". Κάθε μαθητής / φοιτητής πρέπει να προτείνει τρεις συνειρμούς. Η ιδέα είναι να γίνει μια μετάβαση από τις απαντήσεις των μαθητών / φοιτητών στο θέμα του μαθήματος που σχετίζεται με τα κίνητρα.

### ***Δραστηριότητα 2. Εξάσκηση στα εξάγωνα***

Στο τμήμα περιεχομένου του μαθήματος εφαρμόζεται η πρακτική των εξαγώνων (βλ. διάγραμμα). Για το σκοπό αυτό, ο εκπαιδευτικός πρέπει να προετοιμάσει έναν πίνακα με 15 λέξεις-κλειδιά που σχετίζονται με το θέμα των κινήτρων.

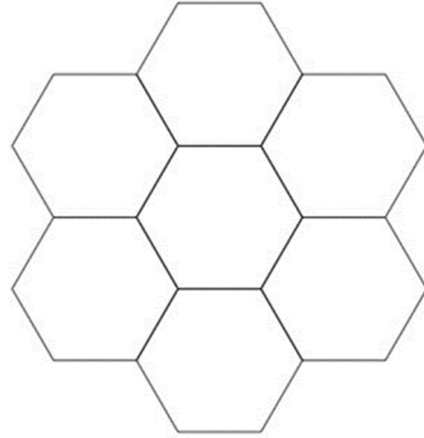
Τα εξάγωνα κόβονται και στη μέση του καθενός γράφεται ένας όρος.

Στην τάξη οι μαθητές / φοιτητές χωρίζονται σε ομάδες των 4-5 ατόμων και σε κάθε ομάδα διανέμεται ένα σετ εξαγώνων με όρους.

Ο στόχος είναι να ακουμπήσουν δύο εξάγωνα μεταξύ τους, εφόσον πιστεύουν ότι οι δύο όροι έχουν κάτι κοινό.

Ο /Η εκπαιδευτικός πρέπει να εξηγήσει ότι δεν είναι απαραίτητο κάθε μία από τις έξι πλευρές να έχει έναν "γείτονα", αλλά ότι ένα εξάγωνο μπορεί να έχει το πολύ έξι συνδέσεις με άλλους όρους.

Ο χρόνος εργασίας είναι 15-20 λεπτά. Κάθε μία από τις ομάδες σχολιάζει και συζητά την υλοποίηση της εργασίας, ώστε να δημιουργήσει τη δική της μοναδική "κηρήθρα" συνδέσεων. Δεδομένου ότι οι δυνατότητες είναι χιλιάδες, κάθε ομάδα θα έχει μια διαφορετική "πίτα" (μοτίβο).



Στη συνέχεια, κάθε ομάδα παρουσιάζει την εργασία της εξηγώντας τις αποφάσεις που ελήφθησαν.

Παράδειγμα: Όροι που μπορούν να χρησιμοποιηθούν:

- Κίνητρα, συναισθήματα, επιρροή, δράση, ανάγκες,
- Συμπεριφορά, επιτεύγματα, παράγοντες, επιθυμία, βιωσιμότητα,
- Φιλοδοξία, άμεση επιτυχία, κίνητρο, κατάσταση

### **Μετά το μάθημα – (Post-test)**

Η δραστηριότητα μετά το μάθημα που ονομάζεται Κίνητρα – Post-test και περιλαμβάνει την αξιολόγηση των γνώσεων των μαθητών / φοιτητών με τη συμπλήρωση ενός κουίζ (βλ. Παράρτημα). Σε αντίθεση με το τεστ πριν από το μάθημα, σε αυτό το τεστ όλες οι ερωτήσεις είναι ανοικτού τύπου και οι παράμετροι του περιεχομένου τους είναι προσανατολισμένες προς το περιεχόμενο του βιντεομαθήματος. Οι μαθητές / φοιτητές παρακολούθησαν το βιντεομάθημα ατομικά και το θέμα διερευνήθηκε επίσης στην τάξη.

### **Μοντέλο αλληλεπίδρασης**

Η οργάνωση της εργασίας είναι η εξής:

- - Μετωπική εκπαίδευση κατά τη διάρκεια των εισαγωγικών δραστηριοτήτων - εφαρμογή mentimeter.com, καθορισμός του θέματος, χωρισμός σε ομάδες,
- - ομαδική εργασία με εφαρμογή της πρακτικής των εξαγώνων (κατασκευή μιας "κηρήθρας" με βάση λέξεις-κλειδιά από το περιεχόμενο του θέματος παρώθησης),
- - Ατομική εργασία - οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν τα τεστ και παρακολουθούν το βιντεοϋλικό στο σπίτι.

### **Αξιολόγηση και συστάσεις**

Κάθε μαθητής / φοιτητής λαμβάνει ατομικό βαθμό με βάση τα αποτελέσματα του τεστ πριν από το μάθημα.

Κάθε ομάδα, με βάση την εκτέλεση της εργασίας στην τάξη, λαμβάνει μια ποιοτική αξιολόγηση της εργασίας της με βάση τις παρουσιάσεις των επιμέρους ομάδων. Αυτό δημιουργεί έναν ανταγωνισμό μεταξύ των ομάδων όσον αφορά την κριτική σκέψη και τη δημιουργικότητα στο σχεδιασμό μοναδικών "κηρήθρων".

Ο /Η εκπαιδευτικός πρέπει να αναπτύξει τα δικά του/της κριτήρια, προσαρμοσμένα στην ηλικία και τα ατομικά χαρακτηριστικά των μαθητών / φοιτητών και σε σχέση με τα αναμενόμενα αποτελέσματα των απαντήσεων στο τεστ μετά την παρακολούθηση του βιντεομαθήματος από τους μαθητές / φοιτητές.

### **Σημειώσεις για τον διδάσκοντα**

Είναι σημαντικό για τον διδάσκοντα:

- - να δώσει προσοχή στην προκαταρκτική προετοιμασία για την εργασία πάνω στο θέμα.
- - να αναπτύξει δραστηριότητες για την εφαρμογή Mentimeter.com.
- - να φτιάξει έναν πίνακα με χαρακτηριστικούς όρους για την ομαδική εργασία και για την αποσαφήνιση της φύσης και του ρόλου των κινήτρων.
- - να προετοιμάσει τον απαραίτητο αριθμό σετ για την ολοκλήρωση της εξάσκησης των εξαγώνων.
- - να σχεδιάσει τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές / φοιτητές θα χωριστούν σε ομάδες.
- - να αξιολογήσει τον χρόνο που απαιτείται για την εργασία και για την παρουσίαση των "κηρήθρων" στους μαθητές / φοιτητές.

Ο/ Η εκπαιδευτικός πρέπει να προετοιμάσει σύντομες και σαφείς οδηγίες σχετικά με την εφαρμογή του τεστ πριν από το μάθημα και του τεστ μετά το μάθημα, με σχετικό βίντεο και οδηγίες σχετικά με το μάθημα με βίντεο (π.χ. τι πρέπει να προσέξουν οι μαθητές / φοιτητές).

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Palichev, I., Motivation and well-being of the individual, Abagar, 2021

Pink, D., Motivation, ed. East-West, 2012

Silverstein, S., The Success Model, Anhira, 2021

Covey, St., The Seven Habits of Highly Effective People, Kibea, 2010

## Ενότητα 13: Θεωρία Προσκόλλησης

Κωνσταντίνα Δημητρίου, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η θεωρία της προσκόλλησης υπογραμμίζει τη σημασία του συναισθηματικού δεσμού ενός παιδιού με τον φροντιστή του. Αυτός ο δεσμός επηρεάζει την ανάπτυξη του παιδιού καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του. Ειδικότερα, το ασφαλές συναίσθημα που αναπτύσσεται, βοηθά το παιδί να εξερευνήσει αποτελεσματικά τον κόσμο και να αναπτύξει την αίσθηση του εαυτού του. Αντίθετα, η διατάραξη ή η απώλεια αυτού του δεσμού, με τη διαμόρφωση ενός ανασφαλούς συναίσθηματος, μπορεί να επηρεάσει συναισθηματικά και ψυχολογικά το παιδί. Όλοι οι τύποι δεσμού έχουν αντίκτυπο στις μελλοντικές σχέσεις του παιδιού, στην κοινωνική, συναισθηματική και γνωστική του ανάπτυξη.

### Λέξεις Κλειδιά

*Θεωρία Προσκόλλησης, Bowlby, Ainsworth, Εσωτερικό Μοντέλο Εργασίας, Πείραμα του Ξένου, Ασφαλής Προσκόλλησης, Ανασφαλής Αποφευκτική Προσκόλληση, Ανασφαλής Αμφιθυμική Προσκόλληση, Αποδιοργανωμένη Προσκόλληση, Διαθεσιμότητα Γονέα, Ποιότητα Φροντίδας, Ταμπεραμέντο.*

### Μαθησιακοί Στόχοι

- Στο τέλος της ενότητας, οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:
- καταλάβουν τα βασικά χαρακτηριστικά της προσκόλλησης.
- περιγράψουν την ανάπτυξη του συναισθηματικού δεσμού μεταξύ του παιδιού και του φροντιστή του.
- αναλύσουν το εσωτερικό μοντέλο εργασίας.
- περιγράψουν το Πείραμα του Ξένου και το στόχο του.
- αποκτήσουν καλή εικόνα για τη σημασία και τους διαφορετικούς τύπους προσκόλλησης και τη σημασία του στην ανάπτυξη του παιδιού.
- συζητήσουν τις διαφορές στη συμπεριφορά του παιδιού και του γονέα μεταξύ των τεσσάρων τύπων..
- συζητήσουν τους παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη τόσο της ασφαλούς όσο και της ανασφαλούς προσκόλλησης.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

Πριν τη διάλεξη, οι φοιτητές θα παροτρυνθούν για να παρακολουθήσουν ένα βίντεο με τίτλο «Θεωρία Προσκόλλησης» το οποίο θα είναι διαθέσιμο στο κανάλι του YouTube με την ονομασία *Flipped Methods in Psychology*, για να προετοιμαστούν για τη διάλεξη. Είναι πολύ σημαντικό για αυτούς να αναγνωρίσουν τις Λέξεις Κλειδιά του θέματος και να δώσουν έμφαση στο τι είναι προσκόλληση, πως αναπτύσσεται και πως επιδρά στη ζωή του παιδιού και στη σχέση του με τους γονείς τους.

Επιπλέον, οι φοιτητές θα ενθαρρυνθούν να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο, με ποσοτικές ερωτήσεις, (δες το Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου) ούτως ώστε να αξιολογήσουν την κατανόηση τους πάνω στο περιεχόμενο του βίντεο που θα δουν.

Ο διδάσκοντας θα αναλύσει τις απαντήσεις των φοιτητών και θα τις παρουσιάσει στην τάξη για περαιτέρω συζήτηση.

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, ο διδάσκοντας θα ξεκινήσει με μια γενική ερώτηση σχετικά με την κατανόηση των κύριων ορισμών. Στη συνέχεια, θα παρουσιάσει τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου που δόθηκε πριν το μάθημα και θα τα συζητήσει με τους φοιτητές (Δραστηριότητα 1). Επιπλέον, ο/η εκπαιδευτικός/ουσα θα πραγματοποιήσει μια παρουσίαση σχετικά με τη θεωρία της προσκόλλησης και τα στάδιά της, χρησιμοποιώντας πίνακες, ερευνητικά ευρήματα και βίντεο. Συγκεκριμένα, ο/η εκπαιδευτικός/ουσα θα δώσει έμφαση στους τύπους προσκόλλησης και θα αναλύσει κάποια στοιχεία σχετικά με τη σχέση προσκόλλησης μεταξύ του παιδιού και του φροντιστή, θα διευκρινίσει τις αρχές του κάθε τύπου και θα ερμηνεύσει τις διαφορές στη συμπεριφορά του παιδιού και του γονέα μεταξύ των τύπων προσκόλλησης. Με βάση αυτή την παρουσίαση, θα ζητήσει από τους φοιτητές να διαβάσουν μια μελέτη περίπτωσης (Δραστηριότητα 2). Τέλος, θα συζητήσει μαζί τους παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη κάθε τύπου προσκόλλησης, δείχνοντας κάποιες φωτογραφίες και δίνοντας παραδείγματα (Δραστηριότητα 3).

Μετά το τέλος της διάλεξης, ο διδάσκοντας θα ρωτήσει τους φοιτητές, εάν θέλουν, να συμπληρώσουν ένα νέο ερωτηματολόγιο (δες το Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου), με ποιοτικές ερωτήσεις, για να αξιολογηθεί η όλη κατανόηση μετά την ολοκλήρωση των δραστηριοτήτων και του μαθήματος. Ο διδάσκοντας θα πρέπει να αξιολογήσει και να ερμηνεύσει τα αποτελέσματα και των δυο ερωτηματολογίων, και να κάνει την δική του αξιολόγηση, να προβληματιστεί, ως προς το περιεχόμενο και τις μεθόδους μάθησης που χρησιμοποιήσε.

## **Διαδραστικές Δραστηριότητες**

### ***Δραστηριότητα 1: Ομαδική Συζήτηση Ορισμών***

Στόχος: Να διερευνήσει εάν οι φοιτητές έχουν κατανοήσει τον ορισμό της προσκόλλησης.

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 3-4 φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Πένα και χαρτί

Περιγραφή δραστηριότητας: Σ' αυτή την δραστηριότητα, οι φοιτητές θα πρέπει να χωριστούν σε ομάδες των 3 ή 4 ατόμων. Θα πρέπει να συζητήσουν μεταξύ τους τις απαντήσεις που έδωσαν στο ερωτηματολόγιο που τους δόθηκε πριν το μάθημα, να δουν αν έχουν κάνει λάθη (μέσα από τη συζήτηση με άλλους συμμαθητές τους). Έτσι, θα έχουν την ευκαιρία να συνεργαστούν για την επίτευξη του κοινού στόχου που είναι να απαντήσουν σωστά στις ερωτήσεις του προ δοκιμίου τεστ. Στο τέλος, κάθε ομάδα θα πρέπει να καταλήξει σε μια τελική απόφαση για τη σωστή απάντηση. Στη συνέχεια, όλοι μαζί θα εντοπίσουμε και θα αποσαφηνίσουμε τα κύρια σημεία των ορισμών γύρω από το θέμα της προσκόλλησης.

### ***Δραστηριότητα 2: Ομαδική Παρατήρηση και Συζήτηση***

Στόχος: να παρατηρήσετε και να προσδιορίσετε το στυλ προσκόλλησης μεταξύ ενός παιδιού και της μητέρας του και να κατανοήσετε τις συμπεριφορές του παιδιού και του γονέα που προωθούν το συγκεκριμένο στυλ.

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 3-4 φοιτητών.

Διάρκεια:: 45 λεπτά

Εργαλεία: Πένα και χαρτί

**Περιγραφή δραστηριότητας:** Οι φοιτητές θα παρακολουθήσουν ένα σύντομο βίντεο με μια μελέτη περίπτωσης μιας αλληλεπίδρασης μεταξύ του παιδιού και του γονέα του. Το βίντεο δείχνει ένα παιδί που παίζει μόνο του και κάποια στιγμή η μητέρα του του ζητάει να παίξει μαζί του. Δείχνει πώς αλληλεπιδρούν μαζί, πώς συμπεριφέρεται το παιδί όταν η μητέρα του του ζητάει να πειθαρχήσει, πώς αντιδρά η μητέρα όταν το παιδί συμπεριφέρεται λίγο επιθετικά προς αυτήν και τα παιχνίδια του και τι συμβαίνει όταν η μητέρα πηγαίνει στην κουζίνα για να μαγειρέψει, όταν το παιδί φεύγει μόνο του και τι συμβαίνει στην επανασύνδεσή τους.

Στη συνέχεια οι φοιτητές θα χωριστούν και πάλι σε ομάδες των 4 ατόμων. Θα πρέπει να συζητήσουν μεταξύ τους για όσα είδαν στο βίντεο και θα πρέπει να συμπληρώσουν έναν πίνακα που τους παρέχεται, ζητώντας τους να παρατηρήσουν και να αναγνωρίσουν τον τύπο προσκόλλησης μεταξύ αυτού και της μητέρας του, τα χαρακτηριστικά συμπεριφοράς του παιδιού και τη συμπεριφορά της μητέρας. Προκειμένου να καταλήξουν στα τελικά σημεία, θα πρέπει πρώτα να επιχειρηματολογήσουν μεταξύ τους σχετικά με την κατανόησή τους και να σκεφτούν κριτικά για το πώς θα θέσουν τις θεωρητικές πληροφορίες που λαμβάνουν σε πρακτική εφαρμογή. Δεύτερον, θα πρέπει να επιλύσουν το κύριο πρόβλημα της δραστηριότητας αυτής που είναι ο εντοπισμός του τύπου προσκόλλησης. και τέλος, θα πρέπει να βρουν ποια συμπεριφορικά χαρακτηριστικά τόσο του παιδιού όσο και της μητέρας του παίζουν ρόλο στην απόφασή τους.

Μετά από αυτό το μέρος της δραστηριότητας, κάθε ομάδα θα πρέπει να παρουσιάσει το πόρισμα της μπροστά στους υπολοίπους. Αν υπάρχουν διαφορές μεταξύ των απαντήσεων των ομάδων, θα πρέπει να αντικρούσουν η μια ομάδα τους ισχυρισμούς της άλλης για να πείσουν τους υπόλοιπους ως προς το ποια ομάδα έχει τη σωστή απάντηση. Αυτό πρέπει να βασίζεται σε στοιχεία από τις παρατηρήσεις τους.

Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός θα δώσει στους φοιτητές τη σωστή απάντηση και θα διευκρινίσει μαζί τους όλα τα κύρια σημεία των τύπων προσκόλλησης. Το κύριο σημείο σε αυτό το μέρος είναι να κατανοήσουν οι φοιτητές πώς αναπτύσσεται ένας τύπος προσκόλλησης και ποιοι παράγοντες παίζουν καθοριστικό ρόλο στη μορφή του.

### ***Δραστηριότητα 3: Ατομική Μελέτη και Εύρεση Επιστημονικών Άρθρων.***

**Στόχος:** να βρείτε ένα δημοσιευμένο άρθρο σχετικά με τουλάχιστον έναν από τους τρεις παράγοντες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη πρώτα της ασφαλούς και έπειτα της ανασφαλούς προσκόλλησης.

**Συμμετέχοντες:** Όλοι οι φοιτητές

**Διάρκεια:** 20 λεπτά

**Εργαλεία:** Πρόσβαση στο διαδίκτυο, ηλεκτρονική συσκευή (είτε υπολογιστής, είτε κινητό τηλέφωνο ή τάμπλετ)

**Περιγραφή δραστηριότητας:** Οι φοιτητές θα πρέπει να αναζητήσουν σε διάφορες διαδικτυακές βάσεις δεδομένων (κατά προτίμηση σε αυτές που αναφέρονται σε περιοδικά ψυχολογίας) και να βρουν συνολικά δύο άρθρα που αναφέρονται για κάθε έναν παράγοντα που επηρεάζει την ανάπτυξη ασφαλούς και ανασφαλούς προσκόλλησης. Ο/η εκπαιδευτικός/ουσα θα τους δώσει κάποιες οδηγίες για το πώς να διαβάσουν εν συντομία το άρθρο (για παράδειγμα θα τους πει να διαβάσουν πρώτα την περίληψη και στη συνέχεια το τμήμα με τα αποτελέσματα και να προσπαθήσουν να εντοπίσουν συσχετίσεις μεταξύ της προσκόλλησης και μιας αιτίας).

Στο τέλος της αναζήτησής τους, κάθε φοιτητής θα πρέπει να δηλώσει ποιοι είναι οι παράγοντες και να τους ονομάσει μπροστά στην τάξη.

Τέλος, ο εκπαιδευτικός θα δώσει ένα αρχείο excel σε όλους τους φοιτητές και ο καθένας από αυτούς θα πρέπει να συμπληρώσει έναν πίνακα με τα στοιχεία κάθε άρθρου (τίτλος,

συγγραφέας/ες, έτος δημοσίευσης, όνομα του παράγοντα και μικρή περιγραφή του τρόπου με τον οποίο συμβάλλει ο παράγοντας). Αφού εισαχθούν όλα τα άρθρα, το συμπληρωμένο αρχείο excel θα κοινοποιηθεί σε όλο το τμήμα ώστε να χρησιμοποιηθεί ως βάση δεδομένων για περαιτέρω ανάγνωση και βιβλιογραφία.

### Αξιολόγηση και Συστάσεις

Συνιστώμενοι τύποι αξιολόγησης:

- Δοκίμιο
- Οπτικοακουστική παρουσίαση
- Γραπτή εξέταση
- Συμμετοχή σε ομαδικές δραστηριότητες

### Σημειώσεις προς Διδάσκοντα

Είναι σημαντικό όπως ο διδάσκοντας βρει από πριν τα βίντεο που θα χρησιμοποιήσει ως υλικό. Χρειάζονται διάφορα βίντεο για αυτή την ενότητα: (1) ένα βίντεο που να δείχνει το Πείραμα του Ξένου ή παράδειγμα του, (2) μελέτη περίπτωσης ενός παιδιού που αλληλεπιδρά με τη μητέρα του. Η ιστοσελίδα YouTube μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την εύρεση αυτών των βίντεο.

Επιπρόσθετα, είναι σημαντικό να δημιουργηθεί από πριν ο πίνακας που θα πρέπει να χρησιμοποιήσουν οι φοιτητές στη Δραστηριότητα 2. Ο πίνακας αυτός θα πρέπει να περιλαμβάνει 3 στήλες: το τύπο προσκόλλησης, τη συμπεριφορά του παιδιού και τη συμπεριφορά του γονέα. Ο διδάσκοντας θα πρέπει να δημιουργήσει και ένα αρχείο Excel για τη 3<sup>η</sup> Δραστηριότητα. Οι στήλες αυτού του αρχείου πρέπει να περιλαμβάνουν: το τίτλο του άρθρου, τους συγγραφείς, το όνομα του περιοδικού και στήλη περιγραφής της σχέσης μεταξύ του παράγοντα και της προσκόλλησης.

### Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

- Keenan T., Evans, S. & Crowley K. (2016) *An Introduction to Child Development* Topic 10: Emotional Development, Section: The development of attachment, pp 259-265.
- McKenna, E. (2009). *Cultural Influences on Attachment Behaviours*. Master's Thesis, University of British Columbia, Alberta
- Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., and Bernecker S. L. (2010). Attachment style. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 193 – 203. doi:10.1002/jclp20756

## Ενότητα 14: Ενθάρρυνση στην Εκπαίδευση

*István Zsigmond, Judit Neszt, Πανεπιστήμιο της Μεταρρυθμισμένης Εκκλησίας Károli Gáspár, Ουγγαρία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Τα τελευταία χρόνια έχει αυξηθεί η συνειδητοποίηση της σημασίας της κατανόησης της σχέσης μεταξύ των μεθόδων πειθαρχίας και της ψυχικής υγείας. Έχει καταστεί σαφές ότι οι πρακτικές πειθαρχίας έχουν σημαντικό αντίκτυπο στη συναισθηματική και ψυχολογική ευημερία των μαθητών / φοιτητών και ότι πειθαρχικά προβλήματα μπορεί να προκύψουν όταν οι πρακτικές αυτές δεν ευθυγραμμίζονται με τις ανάγκες των μαθητών / φοιτητών. Ως εκ τούτου, είναι ζωτικής σημασίας για τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς να προσέχουν τις μεθόδους που χρησιμοποιούν για να πειθαρχούν τα παιδιά τους.

Ένας παράγοντας που μπορεί να συμβάλει σε πειθαρχικά προβλήματα στο σχολείο είναι οι συγκρούσεις συμφερόντων. Όταν οι μαθητές / φοιτητές αισθάνονται ότι τα ενδιαφέροντα και οι ανάγκες τους δεν λαμβάνονται υπόψη, μπορεί να γίνουν προκλητικοί ή αντιδραστικοί. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε κατάρρευση της πειθαρχίας και να προκαλέσει περαιτέρω προβλήματα στη συνέχεια. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό για τους εκπαιδευτικούς να γνωρίζουν τις ατομικές ανάγκες των μαθητών / φοιτητών και να εργάζονται για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος που να ευνοεί την επιτυχία τους.

Η ενθάρρυνση στην εκπαίδευση είναι ιδιαίτερα σημαντική στα σχολεία, επειδή είναι ο πρωταρχικός θεσμός που είναι υπεύθυνος για την παροχή επίσημης εκπαίδευσης στους νέους. Ακολουθούν ορισμένοι λόγοι για τους οποίους η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης είναι σημαντική στα σχολεία:

- - Ακαδημαϊκά επιτεύγματα: Η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης βοηθά τους μαθητές / φοιτητές να επιτύχουν ακαδημαϊκή επιτυχία. Όταν οι μαθητές / φοιτητές παρακινούνται να μάθουν και ενθαρρύνονται να ακολουθήσουν τα ενδιαφέροντά τους, είναι πιο πιθανό να έχουν καλές επιδόσεις στις σπουδές τους.
- - Επαγγελματική ετοιμότητα: Η εκπαίδευση είναι ζωτικής σημασίας για την προετοιμασία των μαθητών / φοιτητών για το εργατικό δυναμικό. Η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης βοηθά τους μαθητές / φοιτητές να αναπτύξουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις που χρειάζονται για να επιτύχουν στη μελλοντική τους σταδιοδρομία.
- - Δια βίου μάθηση: Η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης συμβάλλει στην καλλιέργεια της αγάπης για τη μάθηση και της επιθυμίας να συνεχίσουν να μαθαίνουν καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους. Αυτό είναι σημαντικό επειδή ο κόσμος αλλάζει συνεχώς και τα άτομα πρέπει να είναι προσαρμοστικά και να μαθαίνουν συνεχώς για να επιτύχουν στη σημερινή κοινωνία.
- - Κοινωνικοποίηση: Η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης βοηθά τους μαθητές / φοιτητές να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες και να δημιουργήσουν δεσμούς με τους συνομηλίκους τους. Αυτό είναι σημαντικό για τη συνολική τους ευημερία και τη μελλοντική τους επιτυχία.
- - Ισότητα: Η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης είναι απαραίτητη για την προώθηση της ισότητας στην εκπαίδευση. Όλοι οι μαθητές / φοιτητές αξίζουν πρόσβαση σε εκπαίδευση υψηλής ποιότητας, ανεξάρτητα από το υπόβαθρο ή την κοινωνικοοικονομική τους κατάσταση.

Συνοψίζοντας, η ενθάρρυνση της εκπαίδευσης στα σχολεία είναι κρίσιμη για την ακαδημαϊκή επίδοση, την ετοιμότητα σταδιοδρομίας, τη δια βίου μάθηση, την κοινωνικοποίηση και την προώθηση της ισότητας στην εκπαίδευση.

## **Βασικά θέματα**

Πειθαρχία και ψυχική υγεία, οι στόχοι της κακής συμπεριφοράς στο σχολείο, αντανακλαστικό αναγνώρισης, αρχές ενθάρρυνσης της εκπαίδευσης

## **Μαθησιακοί στόχοι**

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- - κατανοούν τη σχέση μεταξύ των μεθόδων πειθαρχίας και της ψυχικής υγείας
- - κατανοούν τη σχέση μεταξύ των συγκρούσεων συμφερόντων και των πειθαρχικών προβλημάτων στο σχολείο
- - κατανοούν τις αιτίες του φόβου και της ανασφάλειας των μαθητών / φοιτητών
- - κατανοούν καλύτερα τα κίνητρα συμπεριφοράς των μαθητών / φοιτητών στο σχολείο
- - κατανοούν την έννοια των στόχων για αντιμετώπιση της κακής συμπεριφοράς στο σχολείο - προσέγγιση του Dreikurs
- - κατανοούν την έννοια του αντανακλαστικού της αναγνώρισης
- - κατανοούν την έννοια και των αρχών της ενθάρρυνσης στην εκπαίδευση
- - δοκιμάσουν την πρακτική εφαρμογή των τεχνικών της αγωγής της ενθάρρυνσης

## **Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες**

### ***Δραστηριότητα 1: Ερμηνεία φωτογραφιών***

Ετοιμάστε μερικές φωτογραφίες που δείχνουν παραδείγματα κακής συμπεριφοράς σε σχολικό περιβάλλον (όπως καταστροφή πράγματος, ρίψη απορριμμάτων ή καυγάδες). Φτιάξτε ομάδες των 3-4 μαθητών / φοιτητών. Κάθε ομάδα καλείται να επιλέξει μια φωτογραφία και να κάνει μια 5λεπτη συζήτηση πάνω σε ερωτήσεις όπως ποιοι είναι οι πιθανοί λόγοι της κακής συμπεριφοράς; Κάθε ομάδα μπορεί να παρουσιάσει κάποιους εναλλακτικούς λόγους για τη συμπεριφορά και να εξηγήσει τη διαφορά μεταξύ των διαφορετικών λόγων.

### ***Δραστηριότητα 2: Στρογγυλό τραπέζι***

Τοποθετήστε τους μαθητές / φοιτητές σε μικρές ομάδες. Κάθε μέλος της ομάδας μοιράζεται με τη σειρά του τις ιδέες ή τις σκέψεις του σχετικά με τις βασικές ιδέες που αφορούν την ενθάρρυνση της εκπαίδευσης (όπως παρουσιάστηκαν στο βίντεο της προ-διάλεξης), ενώ η υπόλοιπη ομάδα ακούει και απαντά.

### ***Δραστηριότητα 3: Σύντομες διαλέξεις***

Προετοιμάστε έξι ομάδες και δώστε σε κάθε ομάδα μια περιγραφή μιας από τις έξι αρχές που μπορούν να βοηθήσουν στο να αποκτήσει το παιδί μια αίσθηση ασφάλειας, όπως συνοψίζονται από την Edith Nassier. Κάθε ομάδα θα πρέπει να επεξεργαστεί διάφορες πρακτικές καταστάσεις στις οποίες μπορεί να εφαρμοστεί η αρχή, κάνουν μια παρουσίαση των ιδεών τους διάρκειας 2-3 λεπτών.

Αναλαμβάνοντας τον "μανδύα του ειδικού", ένας μαθητής / φοιτητής από κάθε ομάδα παρουσιάζει το θέμα του στην τάξη. Οι μαθητές / φοιτητές της τάξης μπορούν να κάνουν ερωτήσεις. Εάν ο μαθητής / φοιτητής δεν μπορεί να απαντήσει, μπορεί να περάσει. Άλλοι

μαθητές / φοιτητές καλούνται να μοιραστούν τις ιδέες τους σχετικά με το θέμα που παρουσιάστηκε.

#### ***Δραστηριότητα 4: Όλα τα παιδιά χρειάζονται ενθάρρυνση***

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε 5 ομάδες. Κάθε ομάδα λαμβάνει ένα αντίγραφο μιας ζωγραφιάς που έχει γίνει από ένα παιδί. Κάθε σχέδιο έχει λάθος, άσχημα, στοιχεία. Τα μέλη της ομάδας γράφουν τι θα έλεγε το παιδί για τη ζωγραφιά. Εάν η γλώσσα των επικεφαλής των ομάδων περιέχει κριτική, ο εκπαιδευτικός προτείνει την αλλαγή τους σε ενθάρρυνση.

#### ***Δραστηριότητα 5: Ερωτήσεις και απαντήσεις***

Οι μαθητές / φοιτητές σχηματίζουν ζεύγη. Το ένα μέλος του ζευγαριού θέτει μια ερώτηση, η απάντηση της οποίας υπήρχε στο βίντεο της διδασκαλίας. Το άλλο μέλος του ζεύγους απαντά. Εάν δεν γνωρίζουν την απάντηση, ο ερωτών τη διορθώνει. Στη συνέχεια αλλάζουν ρόλους.

#### **Αξιολόγηση και συστάσεις**

Μετά το μάθημα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα γραπτό τεστ με ανοιχτές ερωτήσεις για να αξιολογήσετε τις γνώσεις των μαθητών / φοιτητών. Συνιστάται να χρησιμοποιήσετε το τεστ από το παράρτημα του παρόντος οδηγού ως σημείο εκκίνησης.

#### **Σημειώσεις για τον διδάσκοντα**

Στο Διαδίκτυο υπάρχουν ένα σωρό πηγές με έτοιμες προς εκτύπωση παιδικές ζωγραφιές.

#### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

C. Holley, Lynn – Steiner, Sue (2005) SAFE SPACE: STUDENT PERSPECTIVES ON CLASSROOM ENVIRONMENT, *Journal of Social Work Education*, 41(1). pp. 49-64.

Stefanou, Candice R.- Perencevich, Kathleen C.- DiCintio, Matthew- Turner, Julianne C. (2004): Supporting Autonomy in the Classroom . *Ways Teachers Encourage Student Decision Making and Ownership. Educational Psychologist*, 39 (2) pp. 97-110.

Wilens, William W. : Encouraging Reticent Students' Participation in Classroom Discussions .*Social Education* 68(1), pp. 51-56



## Ενότητα 15: Μη - Λεκτική Επικοινωνία

*Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, Πανεπιστήμιο J. Selye, Σλοβακία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η επικοινωνία είναι μια κοινωνική αλληλεπίδραση κατά την οποία οι πληροφορίες μεταδίδονται συνειδητά ή ασυνείδητα. Οι άνθρωποι επικοινωνούμε συνεχώς, ακόμη και όταν δεν το συνειδητοποιούμε, οπότε είναι σαφές ότι η επικοινωνία δεν είναι μόνο προφορική ή γραπτή. Ως εκ τούτου, η επικοινωνία μπορεί να πραγματοποιηθεί με διαφορετικούς τρόπους μέσω των διαύλων επικοινωνίας, βάσει των οποίων διακρίνουμε μεταξύ λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας. Η λεκτική επικοινωνία ονομάζεται προφορική επικοινωνία με τη χρήση του λόγου. Η μη λεκτική επικοινωνία περιλαμβάνει όλες τις εκδηλώσεις της επικοινωνίας που δεν μπορούν να ειπωθούν (μη λεκτικές). Σύμφωνα με τον καθηγητή Ψυχολογίας Mehrabian, η σημασία της μη λεκτικής επικοινωνίας αντιπροσωπεύει έως και το 55% της επικοινωνίας. Ένα άλλο 38% είναι ο τόνος και η φωνή. Παραδόξως, οι λέξεις είναι μόνο ήπια, 7% σημαντική. Με άλλα λόγια, το 93% της επικοινωνίας μεταδίδεται με διαφορετικό τρόπο από τον προφορικό. "Ολόκληρη η συμπεριφορά μας είναι επικοινωνία" (Gregory Bateson). Συνολικά, μπορούμε να πούμε ότι αυτό που εκφράζουμε και αισθανόμαστε συνδέεται περισσότερο με τον τρόπο που επικοινωνούμε μη λεκτικά παρά με αυτό που λέμε με λόγια.

### Βασικά θέματα

Η ενότητα επικεντρώνεται στον ορισμό της έννοιας της μη λεκτικής επικοινωνίας, στη συνέχεια στα χαρακτηριστικά των συστατικών της και στις πιθανές μορφές της.

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας:

Οι φοιτητές να είναι σε θέση να:

- ορίζουν και να κατανοούν σωστά τον όρο 'Μη - λεκτική επικοινωνία' .
- προσανατολίζονται στα ενυπάρχοντα συστατικά της μη λεκτικής επικοινωνίας.
- προσανατολίζονται στις διάφορες μορφές μη λεκτικής επικοινωνίας.
- κατανοήσουν τη σημασία και τη σπουδαιότητα της μη λεκτικής επικοινωνίας

### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

Δραστηριότητα πριν από την τάξη - στο σπίτι

Στους μαθητές / φοιτητές θα παρασχεθεί ένα μάθημα βίντεο με τίτλο Μη λεκτική επικοινωνία, το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.

Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ-τεστ με τίτλο Μη λεκτική επικοινωνία, βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού.

Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποσοτικά όσο και ποιοτικά, γεγονός που θα του επιτρέψει να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

### Δραστηριότητα στην τάξη

Ο εκπαιδευτικός υλοποιεί και διαχειρίζεται προετοιμασμένες δραστηριότητες που επικεντρώνονται στο θέμα του μαθήματος.

Δραστηριότητα 1: Χάρτης της μη λεκτικής επικοινωνίας

Χάρτης της μη λεκτικής επικοινωνίας, μια εικόνα ενός ατόμου, ανθρώπων με τη σήμανση των μη λεκτικών καναλιών, των μορφών και των συστατικών της μη λεκτικής επικοινωνίας.

Εστίαση: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στη δημιουργία ενός χάρτη που αποσκοπεί στην απεικόνιση όλων των δυνατοτήτων της μη λεκτικής επικοινωνίας. Πρώτα απ' όλα, είναι σημαντικό οι συμμετέχοντες να γνωρίζουν τις συνιστώσες, τις μορφές της μη λεκτικής επικοινωνίας και επιπλέον να μπορούν να την εκφράσουν οπτικά, να την επισημάνουν.

Στόχοι: Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι οι συμμετέχοντες να συνειδητοποιήσουν, μέσω της δικής τους ζωγραφικής, τα πολλά μη λεκτικά κανάλια και τις δυνατότητες του τρόπου με τον οποίο ένα άτομο μπορεί να επικοινωνήσει εκτός από τη λεκτική επικοινωνία. Μια πολύχρωμη, οπτική αναπαράσταση των καναλιών, των συστατικών και των μορφών της μη λεκτικής επικοινωνίας μπορεί να βοηθήσει στην έκφραση του εαυτού τους και στην κατανόηση της επικοινωνίας των άλλων.

Αλληλεπιδραστικό μοτίβο: ατομική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά, εργαλεία: χαρτί και χρωματιστά στυλό, μολύβια.

Διάρκεια της δραστηριότητας: Τουλάχιστον 5 λεπτά για την προετοιμασία και τουλάχιστον 5 λεπτά για την παρουσίαση κάθε συμμετέχοντα

Διαδικασία: Ο εκπαιδευτικός μοιράζει στους συμμετέχοντες χαρτιά, χρωματιστά στυλό και μολύβια. Οι συμμετέχοντες ζωγραφίζουν μια απλή ανθρώπινη φιγούρα στο κέντρο του χαρτιού. Στη συνέχεια χρησιμοποιούν διαφορετικά χρώματα για να απεικονίσουν, να αναπαραστήσουν μη λεκτικά κανάλια, δυνατότητες μη λεκτικής επικοινωνίας σύμφωνα με τις δικές τους ιδέες. Είναι σημαντικό οι συμμετέχοντες να προσπαθήσουν να αναπαραστήσουν όσο το δυνατόν περισσότερες δυνατότητες και μορφές, στις οποίες μπορούν επίσης να ενσωματώσουν, να απεικονίσουν το περιβάλλον, άλλους ανθρώπους ή αντικείμενα. Μετά από 5 λεπτά, οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν τους χάρτες που δημιούργησαν με τη μορφή έκθεσης στην οποία δείχνουν και σχολιάζουν ο ένας τους χάρτες του άλλου. Σε αυτή τη δραστηριότητα ο εκπαιδευτικός παίζει το ρόλο του συντονιστή, του διευκολυντή. Διαχειρίζεται την πορεία της δραστηριότητας, υποστηρίζει την εργασία των συμμετεχόντων, διαχειρίζεται τη χρονική διάρκεια της δραστηριότητας. Για έμπνευση, μπορεί να σχεδιάσει μια ανθρώπινη φιγούρα στον πίνακα και να απεικονίσει μία από τις δυνατότητες της μη λεκτικής επικοινωνίας. Επιπλέον, μπορεί να αναδείξει λιγότερο οικείες, ρητές επιλογές.

Δραστηριότητα 2: Μη λεκτική επικοινωνία των συναισθημάτων

Έκφραση βασικών συναισθημάτων - χαρά, λύπη, θυμός, έκπληξη, φόβος, αηδία μέσω της μη λεκτικής επικοινωνίας.

Εστίαση: Η δραστηριότητα εστιάζει σε πιθανούς τρόπους έκφρασης συναισθημάτων χωρίς τη χρήση λεκτικής έκφρασης. Επιπλέον, η δραστηριότητα εστιάζει στη σωστή αναγνώριση και κατανόηση των εκφραζόμενων συναισθημάτων.

Στόχοι: Στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στη σημασία της μη λεκτικής επικοινωνίας στην έκφραση και κατανόηση των συναισθημάτων.

Μοντέλο αλληλεπίδρασης: ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 10

Υλικά, εργαλεία: χαρτί, στυλό για κάθε ομάδα και προκατασκευασμένες λίστες συναισθημάτων για κάθε ομάδα (είναι καλύτερο η σειρά της λίστας των συναισθημάτων να είναι διαφορετική για κάθε ομάδα)

Διάρκεια της δραστηριότητας: 20-25 λεπτά.

Διαδικασία: Οι ομάδες θα πρέπει να έχουν τον ίδιο αριθμό συμμετεχόντων και κατά προτίμηση τουλάχιστον 3 συμμετέχοντες σε κάθε ομάδα. Κάθε ομάδα θα καθορίσει τη σειρά των συμμετεχόντων και θα τοποθετηθεί σε σειρές. Στο τελευταίο μέλος κάθε ομάδας δίνεται ένα λευκό χαρτί και ένα στυλό, στο πρώτο μέλος της ομάδας δίνεται ένας κατάλογος συναισθημάτων. Το πρώτο μέλος κάθε ομάδας γυρίζει προς τον εκπαιδευτικό, οι υπόλοιποι γυρίζουν προς την άλλη κατεύθυνση, με την πλάτη τους στον εκπαιδευτικό. Ο εκπαιδευτικός κάνει σήμα όταν αρχίζει η δραστηριότητα. Η δραστηριότητα εξελίσσεται ως εξής: το πρώτο μέλος της ομάδας που έχει τον κατάλογο των συναισθημάτων τον δείχνει με μη λεκτικό τρόπο στο επόμενο στη σειρά μέλος, το οποίο τον επικοινωνεί περαιτέρω με βάση τη δική του κατανόηση. Τα μέλη συνεχίζουν με αυτόν τον τρόπο μέχρι το τελευταίο μέλος να γράψει το αναγνωρισμένο συναίσθημα σε χαρτί. Στη συνέχεια, ακολουθούν περισσότεροι γύροι με τα άλλα συναισθήματα του καταλόγου. Όταν τελειώσει όλος ο κατάλογος, κάθε ομάδα συγκρίνει τη λίστα του πρώτου και του τελευταίου μέλους μαζί. Οι ομάδες έχουν την ευκαιρία να συζητήσουν και να ανταλλάξουν εμπειρίες μεταξύ τους.

Για τη δραστηριότητα αυτή, ο εκπαιδευτικός είναι ο συντονιστής της δραστηριότητας, δίνοντας το σήμα για την έναρξη κάθε γύρου και φροντίζοντας ώστε κάθε ομάδα να έχει χρόνο να συμπληρώσει και να γράψει το συναίσθημα. Ο εκπαιδευτικός διασφαλίζει επιπλέον ότι οι συμμετέχοντες επικοινωνούν μόνο μη λεκτικά και μόνο τα συναισθήματα που προτείνονται στις λίστες.

Η δραστηριότητα επιτρέπει την ευέλικτη παραλλαγή και αλλαγή των συνθηκών και των κανόνων - π.χ. ο εκπαιδευτικός μπορεί να καθορίσει μη λεκτικά κανάλια - π.χ. επικοινωνία μόνο με τα χέρια, μόνο με το πρόσωπο, μόνο με τα μάτια, μόνο με κινήσεις του στόματος κτλ.

### **Δραστηριότητα μετά το μάθημα**

Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) με τίτλο Μη λεκτική επικοινωνία, βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού. Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

Για την ολοκλήρωση και την περίληψη του θέματος με στόχο τον αναστοχασμό και την παροχή ανατροφοδότησης, είναι χρήσιμο να προταθεί μια εργασία, μια λιγότερο τυπική δραστηριότητα στο πνεύμα της δημιουργικής εργασίας.

Δραστηριότητα: Γράψτε ένα ποίημα ή συνθέστε ένα τραγούδι για τη μη λεκτική επικοινωνία.

Ως επιστέγασμα του μαθήματος, συνιστάται στους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν τα δικά τους έργα με θέμα τη μη λεκτική επικοινωνία. Μπορούν να το κάνουν αυτό με τη μορφή ποιήματος ή τραγουδιού- στην περίπτωση του τραγουδιού, είναι επίσης απαραίτητο να συνθέσουν μια μελωδία στους γραπτούς στίχους του τραγουδιού. Οι συμμετέχοντες μπορούν να προετοιμάσουν τα έργα τους ατομικά, σε ζευγάρια, μικρές ή μεγαλύτερες ομάδες, ανάλογα με τον αριθμό των μελών και τη δομή της ομάδας. Οι κανόνες, τα κριτήρια για τη δημιουργία ενός καλλιτεχνικού έργου μπορούν να διαφοροποιηθούν ευέλικτα από τον εκπαιδευτικό ανάλογα με τις δυνατότητες ή τις ατομικές ανάγκες των συμμετεχόντων - μπορεί να καθοριστεί το εύρος (ελάχιστος και μέγιστος αριθμός στίχων) του έργου, το θέμα (ο εκπαιδευτικός μπορεί να επιλέξει ένα σύνολο εννοιών ή μέρος του θέματος, π.χ. συστατικά ή μορφές μη λεκτικής επικοινωνίας, που πρέπει υποχρεωτικά να περιέχει το δημιουργημένο έργο), ή το ύφος (χαρακτήρας ή είδος) του έργου. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν τα έργα που δημιούργησαν ο ένας στον άλλο.

### **Σημειώσεις για τον διδάσκοντα**

Με στόχο τη συμπλήρωση των γνώσεων με άλλες σχετικές πληροφορίες ή σημεία ενδιαφέροντος, είναι δυνατόν να προταθεί το ακόλουθο βίντεοσκοπημένο υλικό:

- Γλώσσα του σώματος, διαθέσιμο στο κανάλι GCFLearnFreeYouTube
- Μη λεκτική επικοινωνία - χειρονομίες, διαθέσιμο στο κανάλι Gagan Sindal στο YouTube
- Big Bang Theory για τη γλώσσα του σώματος, διαθέσιμο στο κανάλι Daniel O'CallahanYouTube
- Η επική εναρκτήρια σκηνή του Lie To Me, διαθέσιμη στο κανάλι Matthijs Mol, YouTube

## Ενότητα 16: Προκαταλήψεις και Διακρίσεις

Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, J. Selye University, Σλοβακία

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Γίνεται πολύς λόγος για τα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις, αλλά συχνά οι άνθρωποι συγχύζουν τη μία έννοια με την άλλη, παρόλο που αποτελούν μέρος της καθημερινής ζωής. Γι' αυτό είναι εξαιρετικά σημαντικό να ξεκαθαριστούν αυτές οι έννοιες, ώστε να γίνει σωστά κατανοητή και να οριστεί η συνοχή άλλων εννοιών, όπως οι διακρίσεις. Οι όροι στερεότυπο και προκατάληψη συνδέονται με την ταυτότητα κάθε ατόμου, με την ταύτισή του με μια συγκεκριμένη ομάδα, είτε πρόκειται για εθνότητα, θρησκευτική, ηλικιακή ή συμφερόντων. Αποτελούν μέρος του βασικού εξοπλισμού της ταυτότητας, συμμετέχουν στη διαμόρφωση και τη διατήρησή της. Η διερεύνηση των διακρίσεων καθιστά δυνατή την καλύτερη κατανόηση του τρόπου με τον οποίο επηρεάζουν τη ζωή των ανθρώπων. Η εκπαίδευση και η επιρροή θεωρούνται τα πιο αποτελεσματικά εργαλεία για την καταπολέμηση των προκαταλήψεων. Για παράδειγμα, η κατάλληλη εκπαίδευση μπορεί να δείξει από πού πηγάζει η προκατάληψη, να μας επιτρέψει να εξετάσουμε πιο αντικειμενικά τις δικές μας στάσεις και να μας βοηθήσει να συμπεριφερθούμε με σύνεση όταν γινόμαστε θύματα προκατάληψης.

### Λέξεις Κλειδιά

Σκοπός του θέματος είναι κυρίως ο καθορισμός της ορθής κατανόησης των εννοιών των στερεοτύπων, των προκαταλήψεων, των διακρίσεων και των επιπτώσεών τους στην ανθρώπινη συμπεριφορά και τη λήψη αποφάσεων. Ένας άλλος στόχος είναι να αναδειχθούν οι κοινές και διαφορετικές ιδιαιτερότητες των επιμέρους φαινομένων και να επισημανθεί η διασύνδεση μεταξύ των εννοιών αυτών.

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος αυτού του μαθήματος:

- Οι φοιτητές θα είναι σε θέση να ορίσουν και να κατανοήσουν σωστά τους όρους στερεότυπο, προκατάληψη, διάκριση, συμπεριλαμβανομένων των κοινών και διαφορετικών ιδιαιτεροτήτων των επιμέρους φαινομένων.
- Οι φοιτητές θα είναι σε θέση να αναλύουν τους διάφορους τύπους στερεοτύπων και προκαταλήψεων.
- Οι φοιτητές θα κατανοήσουν τη διασύνδεση μεταξύ των φαινομένων και τη συνέχεια των αναφερόμενων εννοιών.
- Οι φοιτητές θα κατανοήσουν τη σημασία των αναφερόμενων φαινομένων και τη θέση της εκπαίδευσης και της κατάλληλης επιρροής στην καταπολέμηση των προκαταλήψεων και των διακρίσεων.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

#### *Δραστηριότητα Πριν το Μάθημα – στο σπίτι*

Θα δοθεί στους φοιτητές ένα βίντεο με τίτλο «Προκαταλήψεις και Διακρίσεις», το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι YouTube το οποίο ονομάζεται *Flipped Methods in Psychology*.

Θα παροτρυνθούν να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο προ του μαθήματος με τίτλο *Προκαταλήψεις και Διακρίσεις*, μπορείτε να το βρείτε στο Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου.

Ο εκπαιδευτικός θα αναλύσει τις απαντήσεις των φοιτητών και ποσοτικά και ποιοτικά, δεδομένα που θα τον/την βοηθήσουν να ετοιμάσει και να οργανώσει το μάθημα.

### ***Δραστηριότητα Μαθήματος, κατά την διάρκεια της διάλεξης.***

Ο εκπαιδευτικός θα εφαρμόσει δραστηριότητες που επικεντρώνονται στην ενότητα αυτή και θα τις έχει προετοιμάσει από πριν.

### ***Δραστηριότητα 1: Κουίζ***

Το κουίζ επικεντρώνεται σε ευρέως γνωστά στερεότυπα και πεποιθήσεις για ορισμένες ομάδες.

Επίκεντρο Δραστηριότητας: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στην επισήμανση πεποιθήσεων και στερεοτύπων απέναντι σε ομάδες ανθρώπων, και παράλληλα στο πόσο εύκολα κατηγοριοποιούμε τους ανθρώπους βάσει στερεοτύπων και γενικεύουμε τα μέλη μιας συγκεκριμένης ομάδας.

Στόχοι: Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στη δύναμη της κοινής γνώμης και της κατηγοριοποίησης με βάση τα στερεότυπα. Πρώτα απ' όλα, είναι σημαντικό η περιγραφή ενός χαρακτηριστικού μιας συγκεκριμένης ομάδας, ένα στερεότυπο, να είναι σύμφωνη με την κοινή γνώμη μιας συγκεκριμένης κοινωνίας. Επιπλέον, είναι σημαντικό τα θετικά και τα αρνητικά χαρακτηριστικά να είναι λίγο πολύ σε ισορροπία στις επιμέρους περιγραφές, οι κατηγοριοποιήσεις να μην είναι αποκλειστικά θετικές ή αρνητικές.

Αλληλεπίδραση: ατομική ή ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 1

Εργαλεία: προαιρετικά χαρτί και στυλό για την καταγραφή των τύπων και των απαντήσεων των συμμετεχόντων. Απαιτείται ένας κατάλογος με προκατασκευασμένες ερωτήσεις κουίζ, περιγραφές στερεοτύπων για τον εκπαιδευτικό

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 10 -15 λεπτά (η διάρκεια εξαρτάται επίσης από τον αριθμό των προπαρασκευασμένων χαρακτηριστικών και τη διάρκεια της τελικής συζήτησης)

Διαδικασία: Ο / η Εκπαιδευτικός θα καλέσει τους φοιτητές να συμμετάσχουν σε ένα παιχνίδι που ονομάζεται κουίζ με θέμα τα στερεότυπα. Ο / η Εκπαιδευτικός διαβάζει δυνατά τα προπαρασκευασμένα χαρακτηριστικά κάθε στερεοτύπου και ένας προς έναν οι συμμετέχοντες κάνουν γραπτή ή προφορική εικασία για το ποια ομάδα ανθρώπων και σε ποιο στερεότυπο αναφέρεται η περιγραφή.

Ο / η Εκπαιδευτικός παίζει το ρόλο του συντονιστή σε αυτή τη δραστηριότητα. Διαχειρίζεται τη διαδικασία της δραστηριότητας, ώστε οι συμμετέχοντες να μπορούν να εκφράσουν τις απαντήσεις τους. Παίζει εξαιρετικά σημαντικό ρόλο στο τέλος της δραστηριότητας γιατί πρέπει να αφήσει αρκετό χώρο και να ενθαρρύνει τη συζήτηση σχετικά με τα διάφορα στερεότυπα. Στο τέλος της δραστηριότητας, είναι πολύ σημαντικό να εστιάσει την προσοχή στο γεγονός ότι τα στερεότυπα και οι προκαταλήψεις μπορούν να διαστρεβλωθούν από λανθασμένες πληροφορίες και ότι η κατηγοριοποίηση σε ομάδες μπορεί επίσης να έχει αρνητικά αποτελέσματα.

Η δραστηριότητα επιτρέπει την ευέλικτη μεταβολή και αλλαγή των συνθηκών και των κανόνων - π.χ. η διατύπωση των στερεοτύπων σύμφωνα με προκαθορισμένα κριτήρια (π.χ. στερεότυπα στο θέμα των επαγγελματιών ή των εθνοτικών ομάδων), ή ο τρόπος εργασίας μπορεί να είναι ατομικός ή ομαδικός, οι απαντήσεις μπορούν να εκφραστούν προφορικά φωναχτά ή γραπτά, ή οι συμμετέχοντες μπορούν να συμπληρώσουν το χαρακτηριστικό με πρόσθετες, δικές τους ιδέες, προτάσεις.

## ***Δραστηριότητα 2: Παιχνίδι Καταστάσεων***

Παιχνίδια καταστάσεων που αποσκοπούν στην απεικόνιση κοινώς γνωστών στερεοτύπων, προκαταλήψεων που μπορούν να οδηγήσουν σε διακρίσεις.

**Επίκεντρο Δραστηριότητας:** Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στην ανταλλαγή και την διατύπωση δικών τους εμπειριών σχετικά με τα στερεότυπα, τις διακρίσεις. Άλλο πράγμα είναι να γνωρίζεις για κάποια στερεότυπα και άλλο πράγμα να είσαι αντικείμενο προκατάληψης ή άνισης μεταχείρισης. Η δραστηριότητα έχει ως στόχο να εστιάσει την προσοχή στις αρνητικές συνέπειες των στερεοτύπων, των προκαταλήψεων και των διακρίσεων και να ξεκαθαρίσει μεταξύ της κοινής κατηγοριοποίησης και των διακρίσεων που βασίζονται σε προκαταλήψεις.

**Στόχοι:** Στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στα πολυάριθμα υπάρχοντα στερεότυπα και προκαταλήψεις στην κοινή γνώμη της κοινωνίας. Ένας άλλος στόχος της δραστηριότητας είναι η διαμόρφωση στάσεων, η ευαισθητοποίηση των συμμετεχόντων σε αυτό το θέμα, ώστε να κατανοήσουν το νόημα και τη σημασία αυτών των κοινωνικών φαινομένων.

**Αλληλεπίδραση:** ομαδική εργασία

**Αριθμός συμμετεχόντων:** τουλάχιστον. 3

**Υλικά, εργαλεία:** ανοιχτός χώρος κατάλληλος για δραματοποίηση, επίσης προκαθορισμένες καταστάσεις στις οποίες μπορεί να εμφανιστούν στερεότυπα

**Διάρκεια της δραστηριότητας:** το λιγότερο 45 λεπτά (εξαρτάται από τον αριθμό των προπαρασκευασμένων προτάσεων, σεναρίων και, εάν οι συμμετέχοντες έχουν επιπλέον προτάσεις για δικές τους καταστάσεις, ο χρόνος μπορεί να παραταθεί)

**Διαδικασία:** Ο / η Εκπαιδευτικός θα προτείνει μια κατάσταση στην οποία εμφανίζεται η κατηγοριοποίηση, η δημιουργία στερεοτύπων και θα καλέσει τους συμμετέχοντες να εκτελέσουν την κατάσταση διαδραστικά. Ο αριθμός των συμμετεχόντων, ο χαρακτήρας της κατάστασης και οι προτάσεις των συμμετεχόντων επηρεάζουν τους συγκεκριμένους χαρακτήρες, την ιστορία και το σενάριο της δραματοποίησης.

Σε αυτή τη δραστηριότητα, ο / η Εκπαιδευτικός είναι ο συντονιστής της δραστηριότητας, διαχειρίζεται τη ροή της δραστηριότητας και, αν χρειαστεί, ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες και μπορεί να δώσει συγκεκριμένες προτάσεις για δραματοποίηση. Είναι σημαντικό ο / η Εκπαιδευτικός να παρακολουθεί τη χρονική διάρκεια και την πρόοδο των συγκεκριμένων σεναρίων και να ανταποκρίνεται με υποστηρικτικό τρόπο σε περίπτωση που υπάρχουν ασάφειες ή προβλήματα. Είναι πολύ σημαντικό να ληφθεί μέριμνα για τη δημιουργία και τη διατήρηση ενός ασφαλούς και αποδεκτού περιβάλλοντος.

Η δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα ευέλικτης διαφοροποίησης και αλλαγής των συνθηκών και των κανόνων - ο / η Εκπαιδευτικός μπορεί να προτείνει στους συμμετέχοντες να δραματοποιήσουν την ίδια κατάσταση σε διαφορετικές εκδοχές, να εστιάσουν στις θετικές ή αρνητικές επιπτώσεις της κατάστασης, να δραματοποιήσουν τον τρόπο με τον οποίο θα πρέπει να συμπεριφέρονται οι άνθρωποι σε αυτές τις περιπτώσεις ή να εστιάσουν στην ίδια κατάσταση από την οπτική γωνία των διαφορετικών χαρακτήρων της ιστορίας. Ο / η Εκπαιδευτικός μπορεί να προετοιμάσει ή όχι εκ των προτέρων τις καταστάσεις- μπορεί οι συμμετέχοντες να προτιμούν να σχεδιάσουν τις δικές τους ιστορίες με βάση τις δικές τους εμπειρίες.

## ***Δραστηριότητα μετά το μάθημα***

Οι φοιτητές θα συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο (μετά δοκιμίου) με τίτλο *Προκαταλήψεις και Διακρίσεις*, το οποίο μπορείτε να βρείτε στο Παράρτημα αυτού του εγχειριδίου. Ο

εκπαιδευτικός θα αναλύσει τις απαντήσεις και ποιοτικά και ποσοτικά για να ερμηνεύσει το μάθημα.

Για την ολοκλήρωση και την περίληψη του θέματος με στόχο τον αναστοχασμό και την παροχή ανατροφοδότησης, είναι χρήσιμο να προταθεί μια εργασία, μια λιγότερο τυπική δραστηριότητα στο πνεύμα της δημιουργικής εργασίας.

### ***Δραστηριότητα: Ελεύθερη, ανεπίσημη συζήτηση***

Οι δραστηριότητες δραματοποίησης απαιτούν μετέπειτα απελευθέρωση, επεξεργασία εντυπώσεων και εμπειριών. Σε μια ανεπίσημη συζήτηση, οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να συζητήσουν ελεύθερα πώς βίωσαν τις σκηνοθετημένες καταστάσεις, ποια συναισθήματα και σκέψεις τους διακατείχαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας. Επιπλέον, οι συμμετέχοντες μπορούν να συζητήσουν για άλλες καταστάσεις ή για τις δικές τους εμπειρίες όταν έχουν πέσει θύματα διακρίσεων, προκαταλήψεων ή αν οι συμμετέχοντες έχουν αποδώσει λανθασμένα σε ορισμένες καταστάσεις λόγω λανθασμένων αντιλήψεων. Μπορούν να συνεχίσουν να αναφέρουν συγκεκριμένες καταστάσεις όπου οι δικές τους εμπειρίες άλλαξαν τη γνώμη τους απέναντι σε ορισμένα άτομα, ομάδες.

### **Σημειώσεις προς Εκπαιδευτικό**

Με στόχο τη συμπλήρωση των γνώσεων με άλλες σχετικές πληροφορίες ή σημεία ενδιαφέροντος, είναι δυνατόν να σας προτείνουμε τα ακόλουθα βίντεο:

- *Don't Put People in Boxes, NewHope Church* YouTube
- *Stereotypes for kids - What are stereotypes?*, διαθέσιμο στο κανάλι *Muse Wellbeing* YouTube
- *WHAT IS PREJUDICE - Intro for young children*, διαθέσιμο στο κανάλι *Winter bloomers* YouTube

Ενδεχομένως σε σχέση με τη Δραστηριότητα 2 που αναφέρθηκε παραπάνω για έμπνευση, μπορούμε να προτείνουμε ή να εφαρμόσουμε τα ακόλουθα υλικά στο τέλος της δραστηριότητας:

- *The Devil Wears Prada (2/5) Movie CLIP - Andy's Interview (2006)*, διαθέσιμο στο κανάλι *Movieclips* YouTube
- *Prejudice (ταινία μικρού μήκους)*, διαθέσιμο στο κανάλι *MelHaywardActor* YouTube
- *Inspirational Video- Be a Mr. Jensen- ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΤΟ ΔΕΙΤΕ!!*, διαθέσιμο στο κανάλι *Clint Pulver* YouTube

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

<https://open.lib.umn.edu/sociology/chapter/10-3-prejudice/>

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1545-5300.1987.00015.x>

<https://www.theatlantic.com/health/archive/2015/10/emergency-room-wait-times-sexism/410515/>

[https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=383803](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=383803)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3704191/>

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/j.1556-6676.1991.tb01586.x>

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1002/ejsp.2189>

## Ενότητα 17: Θεωρία Γνωστικής Ασυμφωνίας

*István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Ουγγαρία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Το θέμα της γνωστικής ασυμφωνίας είναι σημαντικό επειδή παρέχει πληροφορίες για την ανθρώπινη συμπεριφορά, τις διαδικασίες λήψης αποφάσεων και τους τρόπους με τους οποίους τα άτομα αντιμετωπίζουν αντικρουόμενες πεποιθήσεις, στάσεις ή αξίες. Ακολουθούν ορισμένοι βασικοί λόγοι για τους οποίους η γνωστική ασυμφωνία είναι σημαντική:

- Κατανόηση της συμπεριφοράς: Η γνωστική ασυμφωνία συμβάλλει στην εξήγηση του γιατί οι άνθρωποι συχνά εμπλέκονται σε συμπεριφορές που έρχονται σε αντίθεση με τις πεποιθήσεις ή τις αξίες τους. Όταν τα άτομα βιώνουν μια κατάσταση γνωστικής ασυμφωνίας, παρακινούνται να μειώσουν τη δυσφορία μεταβάλλοντας τις στάσεις, τις πεποιθήσεις ή τις συμπεριφορές τους. Με την κατανόηση αυτού του φαινομένου, μπορούμε να κατανοήσουμε γιατί οι άνθρωποι μπορεί να ενεργούν με φαινομενικά αντιφατικούς τρόπους.
- Λήψη αποφάσεων: Η γνωστική ασυμφωνία επηρεάζει τις διαδικασίες λήψης αποφάσεων. Όταν τα άτομα έρχονται αντιμέτωπα με επιλογές που έχουν τόσο θετικές όσο και αρνητικές πτυχές, μπορεί να βιώσουν γνωστική ασυμφωνία. Αυτή η εσωτερική σύγκρουση μπορεί να επηρεάσει τη διαδικασία λήψης αποφάσεων, καθώς τα άτομα ζυγίζουν τα υπέρ και τα κατά, εκλογικεύουν τις επιλογές τους ή αναζητούν πληροφορίες που υποστηρίζουν τις αποφάσεις τους.
- Πειθώ και επιρροή: Η θεωρία της γνωστικής ασυμφωνίας έχει επιπτώσεις στις τεχνικές πειθούς και επιρροής. Όταν τα άτομα βιώνουν ασυμφωνία μεταξύ των τρεχουσών πεποιθήσεων ή συμπεριφορών τους και των νέων πληροφοριών ή απόψεων που συναντούν, μπορεί να παρακινηθούν να επιλύσουν την ασυμφωνία αλλάζοντας τις στάσεις ή τις συμπεριφορές τους. Η κατανόηση της γνωστικής ασυμφωνίας μπορεί να βοηθήσει τους εμπόρους, τους διαφημιστές και τους επικοινωνιολόγους να σχεδιάσουν πειστικά μηνύματα που απευθύνονται σε αυτή τη γνωστική διαδικασία.
- Αλλαγή στάσεων: Η γνωστική ασυμφωνία παίζει ρόλο στην αλλαγή στάσης. Όταν τα άτομα έχουν ασυνεπείς πεποιθήσεις ή στάσεις, βιώνουν δυσφορία, γεγονός που τα ωθεί είτε να αλλάξουν τις στάσεις τους είτε να αναζητήσουν πληροφορίες που υποστηρίζουν τις τρέχουσες πεποιθήσεις τους. Η αναγνώριση του αντίκτυπου της γνωστικής ασυμφωνίας μπορεί να βοηθήσει στο σχεδιασμό παρεμβάσεων ή στρατηγικών επικοινωνίας για την προώθηση της θετικής αλλαγής στάσης.
- Αυτοσυνέπεια: Οι άνθρωποι έχουν μια θεμελιώδη τάση για αυτοσυνέπεια. Η γνωστική ασυμφωνία προκύπτει όταν υπάρχει αντιληπτή ασυμφωνία μεταξύ της αυτοεικόνας και της συμπεριφοράς κάποιου. Αυτή η δυσφορία παρακινεί τα άτομα να μειώσουν την ασυνέπεια και να ευθυγραμμίσουν τις πράξεις τους με την αυτοαντίληψή τους, οδηγώντας σε αλλαγές στη συμπεριφορά ή σε εκλογικεύσεις για τη διατήρηση της συνέπειας.
- Μάθηση και ανάπτυξη: Η γνωστική ασυμφωνία μπορεί να θεωρηθεί ως ευκαιρία για προσωπική ανάπτυξη και μάθηση. Αναγνωρίζοντας και επιλύοντας τη γνωστική ασυμφωνία, τα άτομα μπορούν να επανεκτιμήσουν τις πεποιθήσεις τους, να αξιολογήσουν κριτικά τις στάσεις τους και να λάβουν τεκμηριωμένες αποφάσεις.
- 
- 
- Μπορεί να οδηγήσει σε βαθύτερη κατανόηση του εαυτού τους και του κόσμου και να προωθήσει την προσωπική ανάπτυξη.

- **Κοινωνική ψυχολογία:** Η γνωστική ασυμφωνία αποτελεί βασική έννοια της κοινωνικής ψυχολογίας, συμβάλλοντας στην κατανόηση των στάσεων, της πειθούς, της συμμόρφωσης και της δυναμικής των ομάδων. Παρέχει ένα πλαίσιο για την εξέταση του τρόπου με τον οποίο τα άτομα διαχειρίζονται τις συγκρούσεις μεταξύ των εσωτερικών τους γνώσεων και των εξωτερικών επιρροών, ρίχνοντας φως σε διάφορα κοινωνικά φαινόμενα.

Συνολικά, η γνωστική ασυμφωνία είναι ένα σημαντικό θέμα, καθώς μας βοηθά να κατανοήσουμε την πολυπλοκότητα της ανθρώπινης νόησης, συμπεριφοράς και λήψης αποφάσεων. Έχει πρακτικές εφαρμογές σε διάφορους τομείς, όπως η ψυχολογία, το μάρκετινγκ, η επικοινωνία και οι κοινωνικές επιστήμες, και προσφέρει ιδέες για το πώς μπορούμε να κατανοήσουμε καλύτερα τον εαυτό μας και τους άλλους.

### **Λέξεις Κλειδιά**

Ο άνθρωπος ως έλλογο ον - παραδείγματα- η έννοια της γνωστικής ασυμφωνίας- συμπεριφορές μείωσης της ασυμφωνίας- εσωτερική στάση και ασυμφωνία.

### **Μαθησιακοί Στόχοι**

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να απαντήσουν τις πιο κάτω ερωτήσεις:

- Ποιες σκέψεις και ενέργειες μπορεί να προκαλέσουν τη γνωστική ασυμφωνία;
- Ποια είναι η έννοια της μείωσης της ασυμφωνίας, οι μέθοδοι μείωσης της ασυμφωνίας;
- Πώς σχετίζεται ο βαθμός της ασυμφωνίας με τα κίνητρα μείωσης;
- Γιατί εμφανίζεται ασυμφωνία μετά από αποφάσεις;
- Ποια είναι η σχέση μεταξύ των εσωτερικών στάσεων και της αντιφατικής συμπεριφοράς;
- Τι είναι το φαινόμενο της ανεπαρκούς αιτιολόγησης;
- 

### **Μαθησιακές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες**

Πριν από το μάθημα: για να βοηθήσετε τους φοιτητές, να προετοιμαστούν για τις δραστηριότητες μέσα στην τάξη και να μεγιστοποιήσετε το χρόνο που αφιερώνεται στην τάξη, ζητήστε τους να παρακολουθήσουν το εκπαιδευτικό βίντεο "Γνωστική ασυμφωνία" στο κανάλι "Flipped Methods in Psychology" στο YouTube (με αφήγηση στα ουγγρικά, υπότιτλους στα αγγλικά, ρουμανικά, βουλγαρικά, πορτογαλικά, ελληνικά και σλοβακικά). Οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ-δοκιμίου τεστ - χρησιμοποιήστε αυτό στο Παράρτημα ως σημείο εκκίνησης. Τα αποτελέσματα του τεστ θα δώσουν κατά προσέγγιση μια ιδέα για το ποιες δυσκολίες αντιμετώπισαν οι φοιτητές στην κατανόηση του θέματος, οπότε οι δραστηριότητες της τάξης θα πρέπει να επικεντρωθούν στις δύσκολες έννοιες.

## Διαδραστικές προτεινόμενες ασκήσεις κατά τη διάρκεια του μαθήματος

### *Ερωτήσεις και Απαντήσεις*

Οι φοιτητές χωρίζονται σε ζευγάρια. Το ένα μέλος του ζεύγους θέτει μια ερώτηση, η απάντηση της οποίας υπήρχε στο βίντεο που αναφέρεται πιο πάνω. Το άλλο μέλος του ζεύγους απαντά. Εάν δεν γνωρίζουν την απάντηση, ο ερωτών τη διορθώνει. Στη συνέχεια αλλάζουν ρόλους.

### *Ομαδικές Συζητήσεις – Θεματικές*

- Ζητήστε από τους φοιτητές να σχηματίσουν μικρές ομάδες και να ανταλλάξουν ιδέες και να συζητήσουν τα ακόλουθα θέματα:
- Δώστε στους φοιτητές το ακόλουθο σενάριο: Φανταστείτε ότι προσπαθείτε να διεκδικήσετε κάτι που πραγματικά θέλετε, όπως να μπείτε σε μια ομάδα ή να βρείτε μια δουλειά. Την ημέρα που το όνειρό σας υποτίθεται ότι θα γίνει πραγματικότητα, θα στείλετε έναν φίλο σας να βρει το αποτέλεσμα, επειδή είστε νευρικοί. Εκείνος σας λέει ότι δεν τα καταφέρατε / δεν το πήρατε. Ποια θα είναι η απάντησή σας; Θα αναστατωθείτε ή θα προσπαθήσετε να διατυπώσετε μια αποφεύγουσα φράση, όπως "έτσι κι αλλιώς δεν το ήθελα"; Ζητήστε επίσης από τους φοιτητές να περιγράψουν μια κατάσταση της πραγματικής ζωής όπου κάποιος μπορεί να βιώσει γνωστική ασυμφωνία. Εναλλακτικά, μπορείτε να χωρίσετε την τάξη σε μικρές ομάδες και να αναθέσετε σε κάθε ομάδα ένα από τα σενάρια για να διαβάσουν και να συζητήσουν μαζί. Θα μπορούσαν επίσης να εργαστούν για να μετατρέψουν το σενάριο και να υποδυθούν τις απαντήσεις. Η δραστηριότητα μπορεί επίσης να ξεκινήσει ζητώντας από τους φοιτητές να συμπληρώσουν τα σενάρια στο φύλλο εργασίας πριν εργαστούν σε ομάδες.
- Ποιος πιστεύετε ότι είναι ο καλύτερος τρόπος για την επίλυση ή τη μείωση της γνωστικής ασυμφωνίας; Αιτιολογείστε την απάντησή σας.
- Ποιες είναι ορισμένες αρνητικές συνέπειες που μπορεί να προκύψουν από την κακή αντιμετώπιση της γνωστικής ασυμφωνίας;

### *Προσωπικές εμπειρίες*

Ζητήστε από τους φοιτητές να σκεφτούν προσωπικές εμπειρίες, όταν οι αποφάσεις ή η συμπεριφορά τους μπορούν να ερμηνευτούν ως δραστηριότητα μείωσης της ασυμφωνίας. Ζητήστε τους να μοιραστούν αυτές τις εμπειρίες σε ομάδες των τεσσάρων ατόμων. Κάθε ομάδα θα κληθεί να παρουσιάσει ένα από τα καλύτερα παραδείγματα μπροστά στην τάξη.

### *Αυτό-εικόνα*

Πείτε στους φοιτητές ότι πρόκειται να διατυπώσετε μια σειρά από απόψεις. Εάν συμφωνούν με τη δήλωση καλούνται να σηκώσουν το χέρι τους. Προετοιμάστε μη αμφιλεγόμενες δηλώσεις, οι οποίες είναι ευαίσθητες στην αυτοεικόνα τους.

Παραδείγματα δηλώσεων που θα χρησιμοποιηθούν:

- Πιστεύω ότι δεν πρέπει να σπαταλούμε το νερό
- Πιστεύω ότι τα σκουπίδια συμβάλλουν στη μόλυνση του πλανήτη μας.
- Πιστεύω ότι το διάβασμα είναι βασικό καθήκον κάθε φοιτητή.

Μετρήστε τον αριθμό των μαθητών / φοιτητών που σήκωσαν το χέρι τους. Τώρα εξηγήστε στους φοιτητές ότι θα αναφέρετε άλλες τρεις δηλώσεις και θα πρέπει να σηκωθούν όρθιοι αν συμφωνούν με τη δήλωση. Οι δηλώσεις αυτές προσθέτουν το στοιχείο της προσωπικής ευθύνης και της δράσης στην πρώτη σειρά δηλώσεων.

- Κατά τη διάρκεια του ντους, κλείνω τη βρύση ενώ σαπουνίζομαι.

- Μαζεύω τα σκουπίδια που βρίσκω καθώς περπατώ κάθε φορά που τα βλέπω.

- Μελετώ πάντα όσο πιο διεξοδικά μπορώ για τις εξετάσεις.

Μετά είναι μια καλή στιγμή για να συζητήσετε τη γνωστική ασυμφωνία και γιατί οι πράξεις τους δεν ταιριάζουν με τις πεποιθήσεις τους. Όταν οι φοιτητές πουν τις απαντήσεις τους, είναι μια καλή στιγμή να σημειωθεί ότι δεν είναι όλοι οι λόγοι για τους οποίους οι πράξεις μας δεν ταιριάζουν με τις πεποιθήσεις μας (ψέματα). Οι δικαιολογίες μπορεί να είναι και αλήθειες.

### **Διπλός Κύκλος**

Κάθε φοιτητής προετοιμάζει δύο ερωτήσεις σχετικά με το θέμα στις οποίες γνωρίζει τις απαντήσεις. Οι φοιτητές σχηματίζουν δύο ομόκεντρους κύκλους. Τα μέλη του εσωτερικού κύκλου κοιτούν προς τα έξω και θέτουν στον απέναντι φοιτητή μία από τις ερωτήσεις. Αυτός που βρίσκεται απέναντι απαντά. Αν η απάντηση είναι λανθασμένη, ο ερωτών τη διορθώνει. Αν η απάντηση είναι σωστή, ο ερωτών την επαινεί. Με ένα σήμα από το διδάσκοντα, κάθε μαθητής / φοιτητής στον εξωτερικό κύκλο μετακινείται προς τα δεξιά, σε έναν άλλο ερωτώντα, ο οποίος κάνει την άλλη ερώτηση.

Αφού ο εξωτερικός κύκλος έχει κάνει το γύρο του, οι φοιτητές στους δύο κύκλους αλλάζουν θέσεις.

### **Αξιολόγηση και Συστάσεις**

Μετά το μάθημα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα γραπτό τεστ με ανοιχτές ερωτήσεις για να αξιολογήσετε τις γνώσεις των μαθητών / φοιτητών. Συνιστάται να χρησιμοποιήσετε το τεστ από το παράρτημα του παρόντος βιβλίου ως σημείο εκκίνησης.

### **Σημειώσεις προς Διδάσκοντα**

Συνιστάται να ξεκινήσετε τις δραστηριότητες στην τάξη με μια σύντομη διάλεξη σχετικά με τις έννοιες/ερωτήσεις που παρέχουν τις περισσότερες δυσκολίες - όπως προκύπτει από τα αποτελέσματα του τεστ μετά-δοκιμίου.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Aronson, E. (1999). *The social animal*. New York: Worth. vol, 70, 416.

Covey, M. A. (2009). Cognitive Dissonance: Fifty Years of a Classic Theory. *Journal of Family Theory & Review*, 1(2), 111-113.

Festinger, L. (1962). *A theory of cognitive dissonance* (Vol. 2). Stanford university press.

Tavris, C., & Aronson, E. (2007). *Mistakes were made (but not by me): Why we justify foolish beliefs, bad decisions, and hurtful acts*. Harcourt.

## Ενότητα 18: Γλώσσα και Νόηση

*István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Hungary*

### Ιστορικό και σκεπτικό

Το θέμα της γλώσσας και της νόησης είναι σημαντικό επειδή διερευνά τη θεμελιώδη σχέση μεταξύ της γλώσσας και του ανθρώπινου νου. Η γλώσσα είναι μια μοναδικά ανθρώπινη ικανότητα που μας επιτρέπει να επικοινωνούμε, να εκφράζουμε τις σκέψεις και τα συναισθήματά μας και να μεταφέρουμε πληροφορίες από γενιά σε γενιά. Είναι ένα ισχυρό εργαλείο που διαμορφώνει την αντίληψη, την κατανόηση και την αλληλεπίδρασή μας με τον κόσμο.

Η μελέτη της γλώσσας και της νόησης μας βοηθά να κατανοήσουμε πώς η γλώσσα αποκτάται, επεξεργάζεται και αναπαρίσταται στον εγκέφαλο. Ρίχνει φως στον τρόπο με τον οποίο η γλώσσα επηρεάζει τη σκέψη μας, τις ικανότητες επίλυσης προβλημάτων και τις διαδικασίες λήψης αποφάσεων. Η γλώσσα δεν είναι απλώς ένα μέσο επικοινωνίας- παίζει καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση των σκέψεων, των πεποιθήσεων και των πολιτισμικών μας πρακτικών.

Η έρευνα σε αυτόν τον τομέα έχει επίσης πρακτικές επιπτώσεις. Η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η γλώσσα και η νόηση συνδέονται μεταξύ τους μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση των εκπαιδευτικών πρακτικών, των μεθόδων γλωσσικής διδασκαλίας και των παρεμβάσεων για διαταραχές που σχετίζονται με τη γλώσσα. Μπορεί επίσης να ενημερώσει την ανάπτυξη συστημάτων τεχνητής νοημοσύνης και επεξεργασίας φυσικής γλώσσας, οδηγώντας σε εξελίξεις στη μηχανική μάθηση, στην αλληλεπίδραση ανθρώπου-υπολογιστή και στην αυτοματοποιημένη κατανόηση της γλώσσας.

Επιπλέον, η μελέτη της γλώσσας και της νόησης ενισχύει την κατανόηση της ανθρώπινης φύσης και της ποικιλομορφίας των ανθρώπινων γλωσσών. Μας επιτρέπει να διερευνήσουμε τις ομοιότητες και τις διαφορές στις γλωσσικές και γνωστικές διαδικασίες σε διάφορους πολιτισμούς και κοινωνίες. Η γνώση αυτή προάγει την πολιτισμική κατανόηση, την ενσυναίσθηση και τη συμμετοχικότητα, αναδεικνύοντας τον ρόλο της γλώσσας στη διαμόρφωση της ατομικής και συλλογικής μας ταυτότητας.

Συνοψίζοντας, το θέμα της γλώσσας και της νόησης είναι σημαντικό επειδή παρέχει πληροφορίες για τη φύση της ανθρώπινης γλώσσας, της νόησης και της αλληλεπίδρασής τους. Έχει θεωρητική, πρακτική και κοινωνικοπολιτισμική σημασία, επηρεάζοντας διάφορους τομείς και εμπλουτίζοντας την κατανόησή μας για το τι σημαίνει να είσαι άνθρωπος.

### Βασικά θέματα

σχέση μεταξύ γλώσσας και σκέψης- η προσέγγιση της σχετικής αιτιότητας - η αλληλεπιδραστική θεωρία του Piaget- η γνωστική αναπαράσταση- η ντετερμινιστική θεωρία- η εγγενής προσέγγιση- η πολιτισμική- ιστορική θεωρία- η θεωρία της διπλής κωδικοποίησης

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να κατανοούν:

- - Την ποικιλομορφία της σχέσης μεταξύ γλώσσας και σκέψης
- - Τις οικουμενικές προσεγγίσεις
- - Την αλληλεπιδραστική θεωρία του Jean Piaget
- - Ο ρόλος των γνωστικών αναπαραστάσεων στη σκέψη

- - Τη γλωσσική ντετερμινιστική θεωρία
- - Τη θεωρία του Chomsky
- - Την πολιτισμική-ιστορική θεωρία του Vygotsky
- - Τη θεωρία της διπλής κωδικοποίησης του Paivio

### **Δραστηριότητες μάθησης**

Πριν από το μάθημα: Προκειμένου να βοηθήσετε τους μαθητές / φοιτητές, να προετοιμαστούν για τις δραστηριότητες μέσα στην τάξη και να μεγιστοποιήσουν το χρόνο που αφιερώνεται στην τάξη, ζητήστε τους να παρακολουθήσουν το εκπαιδευτικό βίντεο "Γλώσσα και νόηση" στο κανάλι "Flipped Methods in Psychology" στο YouTube. Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ-τεστ - χρησιμοποιήστε το προ-τεστ από το Παράρτημα: Τεστ ως σημείο εκκίνησης. Τα αποτελέσματα του τεστ θα δώσουν κατά προσέγγιση μια ιδέα για το ποιες δυσκολίες έχει αντιμετωπίσει ο μαθητής / φοιτητής στην κατανόηση του θέματος, οπότε οι δραστηριότητες της τάξης θα πρέπει να επικεντρωθούν στις δύσκολες έννοιες.

### **Διαδραστικές δραστηριότητες που συνιστώνται για την εργασία στην τάξη**

#### ***Ερωτήσεις και απαντήσεις***

Οι μαθητές / φοιτητές σχηματίζουν ζεύγη. Το ένα μέλος του ζεύγους θέτει μια ερώτηση, η απάντηση στην οποία υπήρχε στο βίντεο με το σεμινάριο. Το άλλο μέλος του ζεύγους απαντά. Εάν δεν γνωρίζουν την απάντηση, ο ερωτών τη διορθώνει. Στη συνέχεια αλλάζουν ρόλους.

#### ***Σύντομες διαλέξεις***

Ετοιμάστε έξι καρτέλες με τους ακόλουθους τίτλους θεμάτων: 1. Η οικουμενική άποψη 2. Η αλληλεπιδραστική θεωρία του Jean Piaget 3. Η γλωσσολογική αιτιοκρατική θεωρία 4. Η νατιβιστική θεωρία του Chomsky, 5. Η πολιτισμική-ιστορική θεωρία του Vygotsky, 6. Η θεωρία της διπλής κωδικοποίησης του Paivio.

Οι μαθητές / φοιτητές σχηματίζουν ομάδες των 4-5 ατόμων, επιλέγουν μια κάρτα και στη συνέχεια συλλέγουν πληροφορίες για το επιλεγμένο θέμα. Συγκροτούνται σε ζευγάρια και παρουσιάζουν τις ιδέες τους ο ένας στον άλλον. Μπορούν να κάνουν προτάσεις και να κάνουν ερωτήσεις ο ένας στον άλλον. Με βάση τις πληροφορίες που συγκέντρωσαν, κάνουν μια παρουσίαση διάρκειας 2-3 λεπτών χρησιμοποιώντας το βίντεο-διδασκαλία που παρακολούθησαν πριν από το μάθημα.

Αναλαμβάνοντας τον "μανδύα του ειδικού", ένας μαθητής / φοιτητής παρουσιάζει το θέμα του στην τάξη. Οι μαθητές / φοιτητές της τάξης μπορούν να κάνουν ερωτήσεις. Εάν ο μαθητής / φοιτητής δεν μπορεί να απαντήσει, μπορεί να περάσει. Σε αυτή την περίπτωση, ένας συμμαθητής/φοιτητής του που έχει συλλέξει πληροφορίες για το ίδιο θέμα θα προσπαθήσει να απαντήσει.

## Ομαδικές συζητήσεις - Θέματα

Ζητήστε από τους μαθητές / φοιτητές να σχηματίσουν μικρές ομάδες και να συζητήσουν τις ιδέες τους σχετικά με τα παρακάτω θέματα:

- - Ποια θεωρία για τη σχέση μεταξύ νόησης και γλώσσας είναι πιο ελκυστική για εσάς; Γιατί;
- - Πώς θα διδάσκατε τις διαφορετικές θεωρίες για τη σχέση γλώσσας και σκέψης στην τάξη;

## Διπλός κύκλος

Κάθε μαθητής / φοιτητής προετοιμάζει δύο ερωτήσεις σχετικές με το θέμα της γλώσσας και της νόησης στις οποίες γνωρίζει τις απαντήσεις. Οι μαθητές / φοιτητές σχηματίζουν δύο ομόκεντρους κύκλους. Τα μέλη του εσωτερικού κύκλου κοιτούν προς τα έξω και θέτουν στον απέναντι μαθητή μία από τις ερωτήσεις. Αυτός που βρίσκεται απέναντι απαντά. Αν η απάντηση είναι λανθασμένη, ο ερωτών τη διορθώνει. Αν η απάντηση είναι σωστή, ο ερωτών την επαινεί. Με ένα δεδομένο σήμα, κάθε μαθητής / φοιτητής στον εξωτερικό κύκλο μετακινείται προς τα δεξιά, σε έναν άλλο ερωτώντα, ο οποίος κάνει την άλλη ερώτηση.

Αφού ο εξωτερικός κύκλος έχει κάνει το γύρο του, οι μαθητές / φοιτητές στους δύο κύκλους αλλάζουν θέσεις.

## Αξιολόγηση & Συστάσεις

Μετά το μάθημα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα γραπτό τεστ με ανοιχτές ερωτήσεις για να αξιολογήσετε τις γνώσεις των μαθητών / φοιτητών. Συνιστάται να χρησιμοποιήσετε το τεστ από το παράρτημα αυτού του οδηγού ως σημείο εκκίνησης.

## Σημειώσεις για τον διδάσκοντα

Συνιστάται να ξεκινήσετε τις δραστηριότητες στην τάξη με μια σύντομη διάλεξη σχετικά με τις έννοιες/ερωτήσεις που φαίνονται να είναι πιο δύσκολες - όπως προκύπτουν από τα αποτελέσματα του pre-test.

Ένα εναλλακτικό βίντεο στο θέμα Γλώσσα και νόηση μπορείτε να βρείτε στον ιστότοπο της Khan Academy - μόνο στα αγγλικά ([www.khanacademy.org](http://www.khanacademy.org))

## Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

Carruthers, P. (2002). The cognitive functions of language. *Behavioral and Brain Sciences*, 25(6), 657-674.

Meier, R. P. (1995). The Language Instinct: How the Mind Creates Language. In: JSTOR.

Pinker, S. (2015). *Words and rules: The ingredients of language*. Basic Books.

Sedivy, J. (2014). *Language in mind: An introduction to psycholinguistics*. Oxford University Press.



## Ενότητα 19: Μνήμη και Φαντασία

*István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Ουγγαρία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Το θέμα της μνήμης και της φαντασίας είναι σημαντικό για διάφορους λόγους.

- - Η κατανόηση του τρόπου λειτουργίας της μνήμης μπορεί να μας βοηθήσει να βελτιώσουμε την ικανότητά μας να μαθαίνουμε και να διατηρούμε πληροφορίες. Κατανοώντας πώς σχηματίζονται και ανακτώνται οι μνήμες, μπορούμε να αναπτύξουμε στρατηγικές για τη μελέτη και την απομνημόνευση που είναι πιο αποτελεσματικές.
- - Η μνήμη και η φαντασία είναι και τα δύο κρίσιμα συστατικά της δημιουργικότητας. Κατανοώντας πώς λειτουργούν αυτές οι γνωστικές διεργασίες, μπορούμε να μάθουμε πώς να ενισχύσουμε τις ικανότητες δημιουργικής σκέψης και να καταλήξουμε σε πιο καινοτόμες ιδέες.
- - Η μνήμη και η φαντασία παίζουν σημαντικό ρόλο σε πολλές πτυχές της ζωής μας, από την ικανότητά μας να πλοηγούμαστε στον κόσμο γύρω μας μέχρι τις κοινωνικές μας αλληλεπιδράσεις με τους άλλους. Μελετώντας αυτές τις διαδικασίες, μπορούμε να αποκτήσουμε μια βαθύτερη κατανόηση του πώς λειτουργεί το μυαλό και πώς μπορούμε να βελτιώσουμε τη γνωστική μας λειτουργία.
- - Τέλος, η μνήμη και η φαντασία είναι και τα δύο θέματα που έχουν προσελκύσει την προσοχή επιστημόνων, καλλιτεχνών και στοχαστών σε όλη την ιστορία. Η εξερεύνηση αυτών των θεμάτων μπορεί να μας βοηθήσει να εκτιμήσουμε την πολυπλοκότητα και τον πλούτο της ανθρώπινης εμπειρίας και τις απίστευτες δυνατότητες του ανθρώπινου νου.

Ενώ η μνήμη βασίζεται στην ικανότητά μας να ανακαλούμε παρελθούσες εμπειρίες, η φαντασία μας επιτρέπει να συνδυάζουμε και να χειριζόμαστε αυτές τις εμπειρίες με νέους και δημιουργικούς τρόπους. Υπό αυτή την έννοια, η φαντασία μπορεί να θεωρηθεί ως προέκταση της μνήμης, καθώς μας επιτρέπει να αντλούμε από τις προηγούμενες εμπειρίες μας για να δημιουργήσουμε νέες νοητικές αναπαραστάσεις του κόσμου γύρω μας.

Συνολικά, η φαντασία και η μνήμη είναι στενά συνυφασμένες έννοιες, με τη μνήμη να παρέχει την πρώτη ύλη για να εργαστεί η φαντασία και τη φαντασία να μας επιτρέπει να χρησιμοποιούμε αυτό το υλικό με δημιουργικούς και καινοτόμους τρόπους.

### Λέξεις Κλειδιά

φαινόμενο σειριακής θέσης, βραχυπρόθεσμη και μακροπρόθεσμη μνήμη, διπλό μοντέλο μνήμης, στάδια βραχυπρόθεσμης μνήμης, διαδικασίες μνήμης, στρατηγικές ανάπτυξης της μνήμης, σχέση μεταξύ φαντασίας και μνήμης,

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας, οι φοιτητές πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοούν το φαινόμενο της σειριακής θέσης
- κατανοούν και να εφαρμόζουν στρατηγικές μνήμης
- ερμηνεύουν πληροφορίες που περιγράφουν διαδικασίες μνήμης

- κατανοούν και να εφαρμόζουν βασικές στρατηγικές βελτίωσης της μνήμης

## **Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες**

Πριν από το μάθημα: Για να βοηθήσετε τους φοιτητές, να προετοιμαστούν για τις δραστηριότητες μέσα στην τάξη και να μεγιστοποιήσουν το χρόνο που αφιερώνουν στην τάξη, ζητήστε τους να παρακολουθήσουν το εκπαιδευτικό βίντεο "Μνήμη και φαντασία" στο κανάλι "Flipped Methods in Psychology" στο YouTube. Οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προδοκιμίου τεστ - δεξ Παράρτημα: Το τεστ χρησιμοποιείται ως σημείο εκκίνησης. Τα αποτελέσματα του τεστ θα δώσουν κατά προσέγγιση μια ιδέα για το ποιες δυσκολίες έχει αντιμετωπίσει ο φοιτητής στην κατανόηση του θέματος, οπότε οι δραστηριότητες της τάξης θα πρέπει να επικεντρωθούν στις δύσκολες έννοιες.

## **Διαδραστικές Δραστηριότητες**

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, για καλύτερη κατανόηση του θέματος, προτείνονται διάφορες διαδραστικές ασκήσεις.

### ***Τμηματοποίηση αριθμών***

Η απομνημόνευση ενός εννιαψήφιου αριθμού μπορεί να αποτελέσει πρόκληση: 135748965. Στο πλαίσιο ενός μεγαλύτερου αριθμού τηλεφώνου, προσωπικού αριθμού ταυτότητας κτλ. (ανάλογα με τη χώρα), ο αριθμός μπορεί να χωριστεί σε τμήματα, για ευκολότερη απομνημόνευση: 135-748-965. Τεμαχίζουμε τους τηλεφωνικούς αριθμούς με τον ίδιο τρόπο και, μερικές φορές, θα ακούσετε κάποιον να τους τεμαχίζει ακόμη περισσότερο συνδυάζοντας αριθμούς: 3-96-12-74. Αυτή είναι η ομαδοποίηση ανά αριθμό. Κάθε φορά που έχετε να θυμηθείτε έναν μεγάλο αριθμό, μπορείτε να τον σπάσετε σε κομμάτια. Ζητήστε από τους φοιτητές να σχηματίσουν ζευγάρια, να τεμαχίσουν έναν μεγαλύτερο αριθμό και να τον μοιραστούν με τους συμφοιτητές τους.

### ***Οργάνωση στην ανάγνωση ενός κειμένου***

Οι φοιτητές μπορούν να εφαρμόσουν τεχνικές ομαδοποίησης στην ανάγνωση κειμένων (π.χ. από το σχολικό βιβλίο). Αυτή η τεχνική μπορεί να τους βοηθήσει να διαβάσουν το κείμενο πιο γρήγορα χωρίς να διακυβεύεται η κατανόηση. Ζητήστε από τους φοιτητές να διαβάσουν μια πρόταση από ένα εγχειρίδιο/μία πηγή του διαδικτύου και προσπαθήστε να τη σπάσετε σε φράσεις-κλειδιά, είτε προφορικά είτε σημειώνοντας το κείμενο. Ζητήστε τους να τραβήξουν κάθετες γραμμές μετά από κάθε φράση-κλειδί για να τις ξεχωρίσουν. Με την εξάλειψη της ανάγνωσης λέξη προς λέξη και την ομαδοποίηση των σημαντικών πληροφοριών, η ταχύτητα ανάγνωσης αυξάνεται. Για ορισμένους φοιτητές με ελλείψεις στον γραμματισμό, η άσκηση αυτή μπορεί επίσης να βελτιώσει την κατανόηση.

### ***Ομαδική συζήτηση***

Σε ομάδες, οι φοιτητές θα πρέπει να συζητήσουν:

- Μπορούν οι άνθρωποι να βελτιώσουν τις μνημονικές τους ικανότητες;
- Ποιες στρατηγικές μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να βελτιώσουν τις μνημονικές τους διαδικασίες;
- Γιατί πιστεύετε ότι οι άνθρωποι βρίσκουν ευκολότερο να σκεφτούν τρόπους για να γίνουν σωματικά γυμνασμένοι παρά διανοητικά γυμνασμένοι; (π.χ. είναι πιο κατανοητό και εξηγείται πιο εύκολα, συζητιέται πολύ)

### **Διπλός Κύκλος**

Κάθε φοιτητής προετοιμάζει δύο ερωτήσεις για το θέμα "Μνήμη και φαντασία" στις οποίες γνωρίζει τις απαντήσεις. Οι φοιτητές σχηματίζουν δύο ομόκεντρους κύκλους. Τα μέλη του εσωτερικού κύκλου κοιτούν προς τα έξω και θέτουν στον απέναντι φοιτητή μία από τις ερωτήσεις. Αυτός που βρίσκεται απέναντι απαντά. Αν η απάντηση είναι λανθασμένη, ο ερωτών τη διορθώνει. Αν η απάντηση είναι σωστή, ο ερωτών την επαινεί. Με ένα δεδομένο σήμα, κάθε φοιτητής στον εξωτερικό κύκλο μετακινείται προς τα δεξιά, σε έναν άλλο ερωτώντα, ο οποίος κάνει την άλλη ερώτηση.

Αφού ο εξωτερικός κύκλος έχει κάνει το γύρο του, οι μαθητές / φοιτητές στους δύο κύκλους αλλάζουν θέσεις.

### **Αξιολόγηση και Συστάσεις**

Μετά το μάθημα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα γραπτό τεστ (μετά-δοκιμίου) με ανοιχτές ερωτήσεις για να αξιολογήσετε τις γνώσεις των φοιτητών. Συνιστάται να χρησιμοποιήσετε το τεστ από το παράρτημα του παρόντος βιβλίου ως σημείο εκκίνησης.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Bartlett, F. C., & Bartlett, F. C. (1995). *Remembering: A study in experimental and social psychology*. Cambridge university press.

Brown, P. C., Roediger III, H. L., & McDaniel, M. A. (2014). *Make it stick: The science of successful learning*. Harvard University Press.

Modell, A. H. (2003). *Imagination and the meaningful brain*. mit Press.

Schacter, D. L. (2002). *The seven sins of memory: How the mind forgets and remembers*. HMH.



## Ενότητα 20: Ανάπτυξη στην Πρώτη Παιδική Ηλικία

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; Assoc. Prof. Krasimira Mineva, PhD;  
Assoc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova, Burgas Free University,  
Bulgaria*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η πρώιμη παιδική ηλικία - από τη γέννηση έως τη μετάβαση στο σχολείο - είναι ένα μοναδικό στάδιο της ανθρώπινης ζωής κατά το οποίο τίθενται τα θεμέλια της υγείας, της μάθησης, της συμπεριφοράς και της προσωπικής ανάπτυξης. Αυτό που βιώνουν τα παιδιά σε αυτά τα πρώτα χρόνια έχει μακροχρόνιες επιπτώσεις όχι μόνο στην ατομική τους ευημερία κατά τη διάρκεια της ζωής τους, αλλά και στο μέλλον των κοινοτήτων και των κοινωνιών τους.

### Βασικά θέματα

- - Η πρώιμη παιδική ηλικία ως παράγοντας δημιουργίας υγείας και ευημερίας μακροπρόθεσμα - γενικές πτυχές.
- - Ορισμένα γεγονότα που σχετίζονται με την περίοδο της πρώιμης παιδικής ηλικίας
- - Η περιδιάβαση της παιδικής ηλικίας.
- - Η ανάπτυξη του παιδιού κατά την περίοδο της πρώιμης παιδικής ηλικίας και ο ρόλος των ενηλίκων.
- - Ανάπτυξη και αύξηση - πρότυπα και παράγοντες.
- - Σχέσεις: το θεμέλιο της ανάπτυξης του παιδιού.
- - Παιχνίδι: Πώς αναπτύσσονται και μαθαίνουν τα παιδιά.
- - Άλλοι παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη του παιδιού.

### Μαθησιακοί στόχοι

Ο γενικός στόχος του μαθήματος είναι να εισαγάγει τους μαθητές / φοιτητές στη συνολική διαμόρφωση και ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού σε διάφορες κύριες πτυχές - σωματική, διανοητική, κοινωνική και ηθική, αισθητική και καλλιτεχνική ανάπτυξη.

Οι ιδιαιτερότητες του στόχου καθορίζονται από τη στενή σχέση μεταξύ της σωματικής και της ψυχικής ανάπτυξης. Υπό αυτή την έννοια, ορίζεται ο τρόπος με τον οποίο εξασφαλίζεται η αρμονική και ταυτόχρονη σωματική και πνευματική ανάπτυξη.

Ο στόχος επιτυγχάνεται μέσω συγκεκριμένων εργασιών, άμεσα προσανατολισμένων στις κύριες παραμέτρους στις οποίες παρουσιάζεται το μάθημα.

#### Αναμενόμενα αποτελέσματα

Γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις που θα αποκτήσουν/διαμορφώσουν οι μαθητές / φοιτητές στο τέλος αυτής της ενότητας.

- Σε επίπεδο ΓΝΩΣΕΩΝ: οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να εξοικειωθούν με τη σημασία της πρώιμης παιδικής ηλικίας για τη μελλοντική ανάπτυξη της προσωπικότητας- να γνωρίζουν και να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τις διάφορες περιόδους της παιδικής ανάπτυξης- να εξοικειωθούν με το ρόλο των ενηλίκων στη διαδικασία της πρώιμης παιδικής ανάπτυξης.
- Σε επίπεδο δεξιοτήτων: να είναι σε θέση να διακρίνουν τις ταξινομήσεις που γίνονται από διάφορους συγγραφείς- να είναι σε θέση να αναπτύσσουν σχήματα που σχετίζονται με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των διαφόρων περιόδων της πρώιμης παιδικής ηλικίας- να είναι σε θέση να δίνουν παραδείγματα συμπεριφοράς του παιδιού και να διατυπώνουν συμβουλές για

την επικοινωνία ενήλικου-παιδιού, με βάση τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που σχετίζονται με μια συγκεκριμένη περίοδο.

- Σε επίπεδο ΣΧΕΣΕΩΝ: να προτείνει σενάρια για αλληλεπιδράσεις ρόλων "παιδιού-ενήλικου".

Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

Δραστηριότητα πριν από το μάθημα - στο σπίτι

- οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να παρακολουθήσουν ένα βιντεοσκοπημένο μάθημα με τίτλο Early Childhood Development που είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.
- προετοιμάστηκε για τους μαθητές / φοιτητές ένα τεστ με τίτλο Early Childhood Development-pre-class test (βλ. παράρτημα). Οι ερωτήσεις στοχεύουν στις πιο γενικές παραμέτρους του θέματος, όπως: κατευθυντήριες γραμμές στην ανάπτυξη του παιδιού κατά την περίοδο της πρώιμης παιδικής ηλικίας- οι πρώτες περιόδους στην ανάπτυξη του παιδιού- ποια ηλικιακή περίοδος έχει την πιο λεπτομερή διαφοροποίηση.

Δραστηριότητα 1. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος "Σταυρόλεξο"

Ο εκπαιδευτικός προετοιμάζει μια εισαγωγική δραστηριότητα με τη μορφή σταυρόλεξου. Η ιδέα είναι να λάβετε την έκφραση "Πρώιμη παιδική ηλικία" μέσω των απαντήσεων στις κάθετες ερωτήσεις.

Ερωτήσεις σταυρόλεξου:

- Ποιος φροντίζει το παιδί κατά την περίοδο 0-3 μηνών (οι γονείς).
- Ένας από τους κύριους τομείς πολιτικής για την ανάπτυξη της πρώιμης παιδικής ηλικίας (υγειονομική περίθαλψη)
- Ποιος εκπαιδεύει τα παιδιά στο νηπιαγωγείο (οι εκπαιδευτικοί)
- Ποιος είναι ο δημιουργός της θεωρίας της προσκόλλησης (John Bowlby)
- Τι κάνει ένα μωρό όταν πεινάει; (κλαίει)
- Τι μαθαίνει το μωρό από τους 6 έως τους 9 μήνες (να μπουσουλάει)
- Η θεωρία του Piaget για την ανάπτυξη του παιδιού βασίζεται στην ... (σκέψη)
- Ποιος δημιούργησε την ψυχανάλυση; (Sigmund Freud)
- Πώς προσδιορίζεται το δεύτερο στάδιο της θεωρίας του E. Έρικσον; (θέληση)
- Πώς ονομάζεται η περίοδος από 0-19 ετών; (παιδική ηλικία)
- Πώς ονομάζεται η θεωρία του E. Maslow για την ανάπτυξη της πρώιμης παιδικής ηλικίας; (ανθρωπιστική)
- Πώς ονομάζεται το πρώτο από τα οκτώ στάδια ανάπτυξης της θεωρίας του E. Erikson; (ελπίδα)
- Σύμφωνα με τον Vygotsky, ποια είναι η κύρια πηγή της ανάπτυξης; (το κοινωνικό περιβάλλον)
- Το τελευταίο από τα στάδια στη θεωρία του Erikson ορίζεται από το όνομα ...; (σοφία)

Δραστηριότητα 2. Η μέθοδος του παζλ

Αυτό επιτρέπει τον καθορισμό του θέματος και την παρακίνηση των μαθητών / φοιτητών να εργαστούν. Στο τμήμα περιεχομένου του μαθήματος, οι μαθητές / φοιτητές χωρίζονται σε ομάδες των 4 έως 6 ατόμων και εφαρμόζεται η μέθοδος του παζλ. Με αυτήν, κάθε μαθητής / φοιτητής είναι υπεύθυνος για συγκεκριμένες πληροφορίες και πρέπει να τις μεταβιβάσει στα μέλη της ομάδας. Τα κομμάτια των πληροφοριών είναι τοποθετημένα σαν παζλ. Καλό είναι να υπάρχει ο ίδιος αριθμός μαθητών / φοιτητών σε κάθε ομάδα. Το περιεχόμενο του θέματος

χωρίζεται σε 4 έως 6 μέρη ανάλογα με τον αριθμό των μαθητών / φοιτητών στις ομάδες. Κατά τη διάρκεια του πρώτου σταδίου, οι μαθητές / φοιτητές δεν αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και ο καθένας από αυτούς μαθαίνει τις πληροφορίες που του παρέχονται ανεξάρτητα. Στη συνέχεια, οι μαθητές / φοιτητές συγκεντρώνονται σε "ομάδες εμπειρογνομόνων". Κάθε ομάδα εμπειρογνομόνων περιλαμβάνει μαθητές / φοιτητές που μελετούν το ίδιο κομμάτι του περιεχομένου. Σε αυτή τη φάση της μεθόδου, οι "ειδικοί" συγκρίνουν τις ιδέες και τις εντυπώσεις τους και προετοιμάζουν μια παρουσίαση που θα παραδώσουν στην ομάδα τους. Στο επόμενο στάδιο, κάθε μαθητής / φοιτητής επιστρέφει στην αρχική του ομάδα και παρουσιάζει στους άλλους αυτά που έμαθε. Εν τω μεταξύ, οι συμμαθητές / φοιτητές του ακούνε ενεργά, κρατούν σημειώσεις και κάνουν ερωτήσεις. Έτσι, κάθε μέλος της ομάδας διδάσκει ένα μικρό κομμάτι της ύλης στους συμμαθητές / φοιτητές του. Στο τελευταίο βήμα, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να βεβαιωθεί ότι κάθε μαθητής / φοιτητής έχει μια γενική κατανόηση των ιδεών και των εννοιών που συζητήθηκαν στις ομάδες. Αυτό μπορεί να γίνει με ένα σύντομο κουίζ για όλο την ύλη που συζητήθηκε στις ομάδες.

Δραστηριότητα 3. Δραστηριότητα μετά το μάθημα - Κουίζ "Ανάπτυξη της πρώιμης παιδικής ηλικίας"

Η δραστηριότητα μετά το μάθημα με τίτλο Early Childhood Development - post-test (βλ. παράρτημα) περιλαμβάνει την αξιολόγηση των γνώσεων των μαθητών / φοιτητών με τη συμπλήρωση ενός κουίζ. Σε αντίθεση με το κουίζ πριν από το μάθημα, σε αυτό το κουίζ όλες οι ερωτήσεις είναι ανοικτού τύπου και οι παράμετροι του περιεχομένου τους στοχεύουν συγκεκριμένα στο περιεχόμενο του βιντεομαθήματος που οι μαθητές / φοιτητές έχουν ήδη παρακολουθήσει και επίσης επεξεργαστεί στην τάξη σχετικά με το περιεχόμενο που σχετίζεται με το θέμα ανάπτυξη στην πρώιμη παιδική ηλικία.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης

Η οργάνωση της εργασίας είναι:

- Σταυρόλεξο, καθορισμός του θέματος, χωρισμός σε ομάδες,
- ομαδική εργασία με τη μέθοδο του γρίφου (κάνοντας ένα σχήμα καταγραφής των περιόδων ανάπτυξης / ανά θεωρία)
- ατομική εργασία - για τη συμπλήρωση των τεστ και την παρακολούθηση του βίντεο στο σπίτι.

Αξιολόγηση και συστάσεις

Κάθε μαθητής / φοιτητής λαμβάνει ατομική βαθμολογία με βάση τα αποτελέσματα των τεστ πριν από το μάθημα. Κάθε ομάδα, με βάση τις επιδόσεις της στις δραστηριότητες της τάξης, λαμβάνει μια ποιοτική αξιολόγηση της εργασίας της με βάση τις παρουσιάσεις που έκαναν οι μαθητές / φοιτητές. Αυτό δημιουργεί ανταγωνισμό μεταξύ των ομάδων και οι μαθητές / φοιτητές θα έχουν μεγαλύτερο κίνητρο να μεταφέρουν τις πληροφορίες στους συμπαίκτες τους με τον πιο σαφή και αποτελεσματικό τρόπο. Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να αναπτύξει τα δικά του κριτήρια που σχετίζονται με τα αναμενόμενα αποτελέσματα των απαντήσεων στο τεστ μετά την παρακολούθηση του βιντεομαθήματος.

Σημειώσεις για τον διδάσκοντα

Είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός να δώσει προσοχή στα εξής:

- την προκαταρκτική προετοιμασία για την εργασία πάνω στο θέμα.
- Το σταυρόλεξο - οι ερωτήσεις πρέπει να αντιστοιχούν στο μαθησιακό περιεχόμενο που έχουν μελετήσει οι μαθητές / φοιτητές, η απάντηση είναι η φράση "πρώιμη παιδική ηλικία", κάθετα.

- Η ομαδική εργασία - να κατανέμεται το κείμενο ομοιόμορφα, ώστε ο χρόνος ανάγνωσης να είναι περίπου ο ίδιος. Αφήστε 5-6 λεπτά για συζήτηση κατά τη διάρκεια του δεύτερου σταδίου εφαρμογής του μοντέλου του παζλ για να κατανοήσετε το περιεχόμενο.

Ο εκπαιδευτικός πρέπει να προετοιμάσει σύντομες και σαφείς οδηγίες σχετικά με την εκτέλεση του τεστ πριν από το μάθημα και του τεστ μετά το μάθημα με βίντεο- οδηγίες σχετικά με το μάθημα με βίντεο (τι πρέπει να προσέξουν οι μαθητές / φοιτητές).

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Montessori, M., The secret of childhood, Asenevtsi, S., 2017

Piryova, B., Neurobiological foundations of child development, NBU, 2008

Grudeva, M., Prenatal and early childhood (pedagogical and psychological aspects). 1 hour. Varna, MU-Varna, 2019

Boncheva, I., Psychology of child development, Slavena, 2013

## Ενότητα 21: Κοινωνική Επιρροή

*Prof. Mariya Aleksieva, PhD; Prof. Milen Baltov, PhD; Assoc. Prof. Krasimira Mineva, PhD;  
Assoc. Prof. Veselina Zhecheva, PhD; Assist. Prof. Gergana Kirova, Burgas Free University,  
Βουλγαρία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Πώς μας επηρεάζει το περιβάλλον γενικά; Γιατί συμπεριφερόμαστε διαφορετικά όταν είμαστε μόνοι μας και όταν βρισκόμαστε ανάμεσα σε άλλους ανθρώπους; Καθώς ζούμε σε ένα κοινωνικό περιβάλλον, οι ψυχολόγοι ενδιαφέρονται εδώ και πολλά χρόνια να εξετάσουν τα χαρακτηριστικά και τους τύπους του. Στην ουσία, το κοινωνικό περιβάλλον είναι μια διαπροσωπική διαδικασία που έχει ως αποτέλεσμα την αλλαγή της συμπεριφοράς, της στάσης, του τρόπου ομιλίας και των συναισθημάτων παρουσία των άλλων. Με αυτόν τον τρόπο το κοινωνικό περιβάλλον τροποποιεί τη συμπεριφορά ενός ατόμου, προσαρμόζοντάς την τις περισσότερες φορές στις προσδοκίες της επικρατούσας κοινωνίας. Οι άνθρωποι, που συμπεριφέρονται ως αρχηγοί ομάδων, είναι οι λεγόμενοι παράγοντες κοινωνικής επιρροής. Υπάρχουν έξι τύποι κοινωνικής επιρροής: η δύναμη ανταμοιβής, η εξαναγκαστική δύναμη, η δύναμη του εμπειρογνώμονα, η δύναμη πληροφόρησης, η δύναμη αναφοράς και η νόμιμη δύναμη.

### Λέξεις Κλειδιά

- Ορισμοί της κοινωνικής επιρροής
- Κοινωνική δύναμη και κοινωνική επιρροή
- Μηχανισμοί κοινωνικής επιρροής
- Τύποι κοινωνικής επιρροής
- Πώς να αντισταθείτε στην κοινωνική επιρροή;
- Παράγοντες που επηρεάζουν την πειθώ
- Οι αρχές της πειθούς του Robert Cialdini
- Αρχή της συμπάθειας
- Αρχή της σπανιότητας

### Μαθησιακοί Στόχοι

Ο κύριος στόχος του μαθήματος είναι να εισαγάγει τους φοιτητές στο υπόβαθρο της κοινωνικής εξουσίας και της κοινωνικής επιρροής, στην ουσία, τις ιδιαιτερότητες και τους μηχανισμούς της κοινωνικής επιρροής, καθώς και στους τύπους της κοινωνικής επιρροής. Περιγράφονται οι παράγοντες, που επηρεάζουν την πειθώ και οι βασικές αρχές της πειθούς. Καλύπτονται επίσης οι αρχές της συμπάθειας και της έλλειψης.

### Αναμενόμενα Αποτελέσματα

Γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις που πρέπει να αποκτήσουν οι φοιτητές στο τέλος αυτής της ενότητας.

- Σε επίπεδο ΓΝΩΣΗΣ: οι φοιτητές εξοικειώνονται με τη σημασία της κοινωνικής επιρροής- εξοικειώνονται με τους έξι τύπους κοινωνικής επιρροής- γνωρίζουν πώς να την αναγνωρίζουν και πώς να της αντιστέκονται.
- Σε επίπεδο ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ: οι φοιτητές είναι σε θέση να διακρίνουν πώς λειτουργεί η κοινωνική επιρροή στις ομάδες, ποιοι είναι οι φορείς της κοινωνικής επιρροής,

μπορούν να αναγνωρίζουν τους μηχανισμούς κοινωνικής επιρροής- είναι σε θέση να αντιστέκονται στην επιρροή και ταυτόχρονα να διατηρούν τον αυτοσεβασμό τους.

- Σε επίπεδο ΣΧΕΣΕΩΝ: οι φοιτητές είναι σε θέση να δώσουν παραδείγματα των τύπων κοινωνικής επιρροής: δύναμη ανταμοιβής, εξαναγκαστική δύναμη, δύναμη εμπειρογνομόνων, δύναμη πληροφόρησης, δύναμη αναφοράς και νόμιμη δύναμη.

## Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

### *Δραστηριότητα πριν το μάθημα – Στο σπίτι*

- Οι φοιτητές καλούνται να παρακολουθήσουν ένα βίντεο κοινωνική επιρροή και αρχές της πειθούς που είναι διαθέσιμο στο κανάλι «Flipped Methods in Psychology» στο YouTube.
- Ετοιμάστηκε για τους φοιτητές ένα τεστ αποτελούμενο από ερωτήσεις κλειστού τύπου με τίτλο «Κοινωνική επιρροή και αρχές της πειθούς» - προ δοκίμιου (βλ. παράρτημα). Οι ερωτήσεις στοχεύουν στις πιο γενικές παραμέτρους του θέματος, όπως: πώς ορίζεται η κοινωνική επιρροή, κύριες θεωρίες, τύποι, διαφοροποίηση αναγκών κτλ.

### *Δραστηριότητα 1. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος: Δραστηριότητα χρησιμοποιώντας την εφαρμογή mentimeter.com*

Ο διδάσκοντας προετοιμάζει μια εισαγωγική δραστηριότητα χρησιμοποιώντας την εφαρμογή mentimeter.com. Η ερώτηση είναι "Τι συνειρμούς προκαλεί η φράση κοινωνική επιρροή;". Κάθε φοιτητής πρέπει να προτείνει τρεις συνειρμούς. Η ιδέα είναι να γίνει μια μετάβαση από τις απαντήσεις των φοιτητών στο θέμα του μαθήματος που σχετίζεται με την κοινωνική επιρροή.

### *Δραστηριότητα 2. Η πρακτική των εξαγώνων*

Στο μέρος του μαθήματος που αφορά το περιεχόμενο, εφαρμόζεται η πρακτική των εξαγώνων (βλ. διάγραμμα). Για το σκοπό αυτό, ο διδάσκοντας πρέπει να προετοιμάσει έναν πίνακα με 15 λέξεις-κλειδιά που σχετίζονται με το θέμα της κοινωνικής επιρροής.

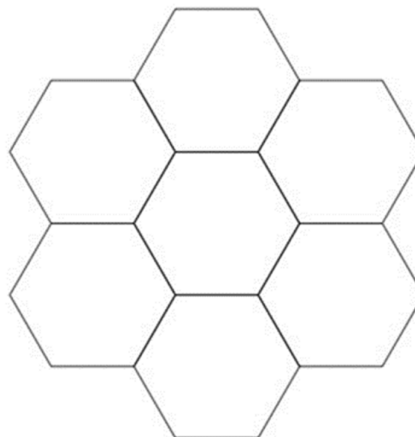
Τα εξάγωνα κόβονται και στη μέση του καθενός γράφεται ένας όρος.

Στην τάξη οι φοιτητές χωρίζονται σε ομάδες των 4-5 ατόμων και σε κάθε ομάδα διανέμεται ένα σετ εξαγώνων με όρους.

Ο στόχος είναι να ακουμπήσουν δύο εξάγωνα μεταξύ τους αν τα μέλη της ομάδας πιστεύουν ότι οι δύο όροι έχουν κάτι κοινό.

Ο διδάσκοντας πρέπει να εξηγήσει ότι δεν είναι απαραίτητο κάθε μία από τις έξι πλευρές να έχει έναν "γείτονα", αλλά ότι ένα εξάγωνο μπορεί να έχει το πολύ έξι συνδέσεις με άλλες.

Ο χρόνος εργασίας είναι 15-20 λεπτά. Κάθε μία από τις ομάδες σχολιάζει και συζητά την υλοποίηση της εργασίας, ώστε να δημιουργήσει τη δική της



μοναδική "κηρήθρα" συνδέσεων. Δεδομένου ότι οι δυνατότητες είναι χιλιάδες, κάθε ομάδα θα έχει μια διαφορετική "πίτα".

Στη συνέχεια, κάθε ομάδα παρουσιάζει την εργασία της εξηγώντας τις αποφάσεις που ελήφθησαν.

Παραδείγματα: Ορισμοί που μπορούν να χρησιμοποιηθούν

δύναμη	συναισθήματα	επιρροή	δράση	ανάγκες
συμπεριφορά	Αποδοχή	παράγοντες	πράκτορας	Μη εξαναγκασμός
εξήγηση	αυτοκαθοδήγηση	επιτυχία	κίνητρο	κατάσταση

### **Μετά το μάθημα – Τεστ**

Η δραστηριότητα μετά το μάθημα με τίτλο «Κοινωνική επιρροή και αρχές της πειθούς» τεστ προ δοκιμίου περιλαμβάνει την αξιολόγηση των γνώσεων των φοιτητών με τη συμπλήρωση ενός τεστ (βλ. παράρτημα). Σε αντίθεση με το τεστ πριν από το μάθημα, σε αυτό το τεστ όλες οι ερωτήσεις είναι ανοικτού τύπου και οι παράμετροι του περιεχομένου τους είναι προσανατολισμένες προς το περιεχόμενο του βιντεομαθήματος. Οι φοιτητές παρακολούθησαν το βίντεο ανεξάρτητα και το θέμα διερευνήθηκε επίσης στην τάξη.

### **Διαδραστικό μοντέλο**

Η οργάνωση του μαθήματος βασίζεται:

- Εξάσκηση πρόσωπο με πρόσωπο κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων - εφαρμογή [mentimeter.com](https://www.mentimeter.com), χωρίζοντας τις ομάδες;
- Ομαδική εργασία με εφαρμογή της πρακτικής των εξαγώνων (κατασκευή μιας "κηρήθρας" με βάση λέξεις-κλειδιά από το περιεχόμενο της ενότητας αυτής),
- Ατομική εργασία - οι φοιτητές συμπληρώνουν τα τεστ και παρακολουθούν το υλικό βίντεο στο σπίτι.

### **Αξιολόγηση και Συστάσεις**

Κάθε φοιτητής λαμβάνει ατομικό βαθμό με βάση τα αποτελέσματα του τεστ πριν από το μάθημα.

Κάθε ομάδα, με βάση την εκτέλεση της εργασίας στην τάξη, λαμβάνει μια ποιοτική αξιολόγηση της εργασίας της με βάση τις παρουσιάσεις που πραγματοποίησαν οι επιμέρους ομάδες. Αυτό δημιουργεί έναν ανταγωνισμό μεταξύ των ομάδων όσον αφορά την κριτική σκέψη και τη δημιουργικότητα στο σχεδιασμό μοναδικών "κηρήθρων".

Ο διδάσκοντας πρέπει να αναπτύξει τα δικά του κριτήρια, προσαρμοσμένα στην ηλικία και τα ατομικά χαρακτηριστικά των μαθητών / φοιτητών και σε σχέση με τα αναμενόμενα αποτελέσματα των απαντήσεων στο τεστ μετά την παρακολούθηση του βίντεο από τους μαθητές / φοιτητές.

### **Σημειώσεις προς Διδάσκοντα**

Είναι σημαντικό για τον διδάσκοντα να:

- - Δώσει προσοχή στην προκαταρκτική προετοιμασία για την εργασία πάνω στο θέμα.
- - Ανάπτυξη δραστηριοτήτων της εφαρμογής [Mentimeter.com](https://www.mentimeter.com).
- - Για την ομαδική εργασία - να φτιάξει έναν πίνακα με χαρακτηριστικούς όρους για την αποσαφήνιση της φύσης και του ρόλου των κινήτρων.

- - Προετοιμάσει τον απαιτούμενο αριθμό σελ για την ολοκλήρωση της εξάσκησης των εξαγώνων.
- - Σχεδιάσει τον τρόπο με τον οποίο οι φοιτητές θα χωριστούν σε ομάδες.
- - Εξετάσετε τον χρόνο που απαιτείται για την εργασία και για την παρουσίαση των "κηρήθρων" στους φοιτητές.

Οι οδηγίες - ο διδάσκοντας πρέπει να προετοιμάσει συνοπτικές και σαφείς οδηγίες σχετικά με τη συμπλήρωση του προ-δοκιμίου τεστ και του τεστ μετά το μάθημα με βίντεο. Οδηγίες σχετικά με το μάθημα με βίντεο (τι πρέπει να προσέξουν οι μαθητές / φοιτητές).

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Turner, J. C. (1991). *Social influence*. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.

Sammut G., M. W. Bauer (2020), *The Psychology of Social Influence*, Cambridge University Press.

Cialdini, R. B., & Griskevicius, V. (2010). *Social influence*. In R. F. Baumeister & E. J. Finkel (Eds.), *Advanced social psychology: The state of the science* (pp. 385–417). Oxford University Press.

Barret D.W. (2017), *Social Influence*, Wiley and sons.

## Ενότητα 22: Στιλ Μάθησης

*Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, J. Selye University, Slovakia*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η διαδικασία μάθησης είναι ένα βασικό ψυχολογικό φαινόμενο στον τομέα της νόησης και των γνωστικών ικανοτήτων. Υπάρχουν διάφοροι ορισμοί για την έννοια της μάθησης: με την ευρύτερη έννοια της λέξης σημαίνει την απόκτηση ατομικής εμπειρίας, με τη στενότερη έννοια είναι η σκόπιμη συστηματική απόκτηση γνώσεων, δεξιοτήτων και συνηθειών / στάσεων ή μορφών συμπεριφοράς, και με την ψυχολογική έννοια, η μάθηση είναι μια σχετικά μόνιμη αλλαγή στη συμπεριφορά που προκύπτει από την εμπειρία. Με βάση τις παραπάνω απόψεις, η διαδικασία της μάθησης αποτελεί βασικό θέμα στον τομέα της γενικής ψυχολογίας, της παιδαγωγικής, της διδακτικής και της παιδαγωγικής ψυχολογίας. Με την ανάπτυξη των παιδαγωγικών και ψυχολογικών γνώσεων, αλλά και με τις αυξανόμενες απαιτήσεις για την εκπαίδευση και τα αποτελέσματά της, τα μαθησιακά στυλ άρχισαν να δίδονται μεγαλύτερη προσοχή, άρχισαν να εκτιμώνται περισσότερο στην εκπαιδευτική πρακτική. Ένα μαθησιακό στυλ είναι μια συλλογή διαδικασιών που ένα άτομο προτιμά σε μια συγκεκριμένη χρονική περίοδο για τη μάθηση. Το μαθησιακό στυλ είναι ένας ατομικός τρόπος μάθησης, επομένως μπορούμε να δηλώσουμε ότι υπάρχουν τόσα μαθησιακά στυλ όσα και οι μαθητές / φοιτητές ή τα άτομα που μαθαίνουν. Το ζήτημα των μαθησιακών στυλ των μαθητών / φοιτητών είναι πολύ σημαντικό για τη διαχείριση της διδακτικής διαδικασίας, έχει σημαντικό αντίκτυπο στην αποτελεσματικότητα της εκπαιδευτικής διαδικασίας και στα μαθησιακά αποτελέσματα των μαθητών / φοιτητών. Τα μαθησιακά στυλ είναι καλό να τα γνωρίζουμε όχι μόνο όταν πρόκειται να μάθουμε εμείς οι ίδιοι, αλλά και όταν πρέπει να διδάξουμε κάτι σε κάποιον άλλο. Η γνώση του τρόπου που μαθαίνει κάποιος μάς επιτρέπει να του/ της διδάξουμε ένα θέμα αποτελεσματικά και με τέτοιο τρόπο ώστε το άτομο να το θυμάται όσο το δυνατόν καλύτερα. Η σωστή και έγκαιρη διάγνωση του κυρίαρχου τρόπου μάθησης ενός ατόμου, αλλά και η αναστοχαστική εργασία με το δικό μας τρόπο διδασκαλίας μπορεί να είναι ένας από τους πολλούς αποτελεσματικούς τρόπους που θα οδηγήσουν σε καλύτερη αμοιβαία κατανόηση μεταξύ εκπαιδευτικών, μαθητών / φοιτητών και γονέων.

### Βασικά θέματα

Σκοπός της ενότητας αυτής είναι κυρίως να οριστούν οι έννοιες του γνωστικού στυλ, του μαθησιακού στυλ και να συνοψιστούν οι γνωστές ταξινομήσεις των μαθησιακών στυλ (σύμφωνα με την κυριαρχία των εγκεφαλικών ημισφαιρίων, σύμφωνα με τα κίνητρα και την πρόθεση, σύμφωνα με τις αισθητηριακές προτιμήσεις, σύμφωνα με τον τρόπο επεξεργασίας των πληροφοριών και σύμφωνα με τη θεωρία της πολλαπλής νοημοσύνης).

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

- - ορίζουν και να κατανοούν σωστά τους όρους μάθηση, γνωστικό στυλ και μαθησιακό στυλ.
- - προσανατολίζονται στις διάφορες ταξινομήσεις των μαθησιακών στυλ.
- - γνωρίζουν τους πιθανούς τρόπους διάγνωσης και αναγνώρισης των μαθησιακών στυλ.

- - κατανοούν τη σημασία των μαθησιακών στιλ στην εκπαιδευτική πρακτική, όσον αφορά την αποτελεσματικότητα της εκπαιδευτικής διαδικασίας και την παράθεση (μέσω κινήτρων).

## **Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες**

### ***Δραστηριότητα πριν από την τάξη - στο σπίτι***

Στους μαθητές / φοιτητές θα παρασχεθεί ένα μάθημα βίντεο με τίτλο Learning styles, το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube.

Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ-τεστ με τίτλο Μαθησιακά στιλ, βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού.

Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποσοτικά όσο και ποιοτικά, γεγονός που θα του/της επιτρέψει να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

### **Δραστηριότητες μέσα στην τάξη, δραστηριότητα κατά τη διάρκεια του μαθήματος**

Ο εκπαιδευτικός υλοποιεί και διαχειρίζεται προετοιμασμένες δραστηριότητες που επικεντρώνονται στο θέμα του μαθήματος.

### ***Δραστηριότητα 1: Πώς μαθαίνω πιο αποτελεσματικά***

Προσδιορισμός των παραγόντων και των συνθηκών που επηρεάζουν θετικά ή αρνητικά τη δική του μαθησιακή διαδικασία.

Εστίαση: Η δραστηριότητα αποσκοπεί στην ανάδειξη της ποικιλίας των παραγόντων που μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά ή θετικά την αποτελεσματικότητα της μαθησιακής διαδικασίας.

Στόχοι: Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στη σημασία της αυτογνωσίας και της χαρτογράφησης των παραγόντων που επηρεάζουν τη μάθηση. Για να μπορέσει ένας συγκεκριμένος μαθητής / φοιτητής, ένα άτομο, να μάθει όσο το δυνατόν πιο αποτελεσματικά, πρέπει να γνωρίζει τις συνθήκες και τους παράγοντες που τον βοηθούν, πρέπει να γνωρίζει το δικό του μαθησιακό στιλ. Επιπλέον, είναι πολύ σημαντικό να κατανοήσουμε ότι κάθε άτομο έχει ένα ατομικό μαθησιακό στιλ και οι ίδιες συνθήκες μπορεί να έχουν το αντίθετο αποτέλεσμα για άτομα με διαφορετικό μαθησιακό στιλ.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: ατομική και ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: 5-10

Υλικά, εργαλεία: χαρτί και στυλό για τους συμμετέχοντες για την καταγραφή των απαντήσεων, χρονόμετρο για τον εκπαιδευτικό για τη μέτρηση του χρόνου

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 20 λεπτά (η διάρκεια εξαρτάται επίσης από τον αριθμό των συμμετεχόντων)

Διαδικασία: Η δραστηριότητα πραγματοποιείται σε διάφορους γύρους, ο ρόλος των συμμετεχόντων είναι ο ίδιος, αλλάζει μόνο η μορφή της εργασίας και το μέγεθος των ομάδων των συμμετεχόντων. Ο εκπαιδευτικός ζητά από τους συμμετέχοντες να σκεφτούν τις δικές τους μαθησιακές συνθήκες και να καταγράψουν 5-5 περιστάσεις που επηρεάζουν θετικά και αρνητικά τη μαθησιακή τους διαδικασία σε συγκεκριμένο χρονικό διάστημα (π.χ. 3 λεπτά).

Στους επόμενους γύρους, επαναλάβετε τη δραστηριότητα πρώτα σε ζευγάρια, στη συνέχεια σε μεγαλύτερες ομάδες και τέλος με όλη την ομάδα μαζί. Σε αυτούς τους γύρους, εκτός από τη συζήτηση για τα στυλ μάθησης, οι συμμετέχοντες καλούνται να βρουν 5-5 περιστάσεις που επηρεάζουν ομοίως θετικά ή αρνητικά όλα τα μέλη της ομάδας. Σταδιακά, καθώς οι ομάδες μεγαλώνουν, το παιχνίδι γίνεται πιο δύσκολο, οπότε μπορούμε να δώσουμε περισσότερο χρόνο ή να μειώσουμε τον αριθμό των περιστάσεων.

Ο εκπαιδευτικός παίζει το ρόλο του διευκολυντή σε αυτή τη δραστηριότητα. Διαχειρίζεται τη ροή της δραστηριότητας, χρονομετρώντας κάθε γύρο και παρακολουθώντας αν οι συνθήκες πρέπει να τροποποιηθούν με βάση τη δυναμική της δραστηριότητας. Σταδιακά, μπορεί να εστιάσει την προσοχή σε διαφορετικές, ίσως λιγότερο προτιμώμενες, συνθήκες και επιρροές που οι ομάδες μπορούν να συμπεριλάβουν στον κοινό τους κατάλογο. Για τον τελικό γύρο της δραστηριότητας, μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στον καθορισμό των κοινών παραγόντων που ισχύουν για κάθε μέλος της ομάδας.

Η δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα ευέλικτης μεταβολής και αλλαγής των συνθηκών και των κανόνων - π.χ. ανάδειξη ορισμένων κατευθύνσεων για την ταξινόμηση των μαθησιακών στυλ (εξωτερικοί ή εσωτερικοί παράγοντες, παράγοντες κοινωνικοποίησης ή παράγοντες που σχετίζονται με το αναλυτικό πρόγραμμα, τον εκπαιδευτικό), επιπλέον, μπορεί να μεταβάλλει ευέλικτα τη χρονική διάρκεια της δραστηριότητας ή μπορεί να προτείνει μετά από κάθε γύρο να μοιραστούν οι συμμετέχοντες και να συγκρίνουν μεταξύ τους τους καταλόγους που δημιούργησαν.

### ***Δραστηριότητα 2: Σχεδιασμός βέλτιστων προσωπικών περιβαλλόντων μάθησης - online***

Ένα μαθησιακό περιβάλλον είναι ο χώρος και οι συνθήκες όπου κάποιος μαθαίνει. Περιλαμβάνει τα πάντα γύρω από ένα άτομο που μπορούν να επηρεάσουν τη μάθησή του, όπως το φυσικό περιβάλλον, το κοινωνικό περιβάλλον και τους διαθέσιμους εκπαιδευτικούς πόρους. Το μαθησιακό στυλ και το μαθησιακό περιβάλλον συνδέονται στενά, επειδή το μαθησιακό περιβάλλον μπορεί να επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα μαθαίνουν, με βάση το προτιμώμενο μαθησιακό τους στυλ. Το μαθησιακό στυλ αναφέρεται στον προτιμώμενο τρόπο επεξεργασίας πληροφοριών ενός ατόμου. Για παράδειγμα, ένας οπτικός μαθητής / φοιτητής μπορεί να προτιμά να μαθαίνει μέσω διαγραμμάτων, εικόνων και βίντεο, ενώ ένας ακουστικός μαθητής / φοιτητής μπορεί να προτιμά να μαθαίνει μέσω διαλέξεων, συζητήσεων και ηχογραφήσεων.

Εστίαση: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στο σχεδιασμό και τη συλλογή οπτικών στοιχείων ενός βέλτιστου προσωπικού μαθησιακού περιβάλλοντος σύμφωνα με το προσωπικό μαθησιακό στυλ.

Στόχοι: Στόχος της δραστηριότητας είναι να αναδείξει τη σημασία της γνώσης του προσωπικού μαθησιακού στυλ. Το μαθησιακό περιβάλλον μπορεί να επηρεάσει την αποτελεσματικότητα ενός συγκεκριμένου μαθησιακού στυλ. Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να λαμβάνονται υπόψη τα διαφορετικά μαθησιακά στυλ κατά το σχεδιασμό ενός μαθησιακού περιβάλλοντος, ώστε να διασφαλίζεται ότι όλοι οι μαθητές / φοιτητές μπορούν να μάθουν αποτελεσματικά. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την παροχή ποικίλων πόρων και δραστηριοτήτων που ανταποκρίνονται σε διαφορετικά μαθησιακά στυλ, τη δημιουργία ενός ευέλικτου και προσαρμόσιμου χώρου μάθησης και τη δυνατότητα στους μαθητές / φοιτητές να επιλέγουν τις προτιμώμενες μεθόδους μάθησης, όποτε αυτό είναι δυνατόν. Με τη δημιουργία ενός μαθησιακού περιβάλλοντος που ανταποκρίνεται στα διάφορα μαθησιακά στυλ, οι μαθητές / φοιτητές μπορούν να συμμετέχουν πιο αποτελεσματικά στη μαθησιακή διαδικασία και να επιτυγχάνουν καλύτερα αποτελέσματα.

Αλληλεπιδραστικό πρότυπο: ατομική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 1

Υλικά, εργαλεία: ηλεκτρονικές συσκευές, τάμπλετ, φορητοί υπολογιστές, σταθεροί υπολογιστές

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 15-20 λεπτά (αν ορίσουμε 10 λεπτά για την ατομική εργασία, η διάρκεια ολόκληρης της δραστηριότητας, συμπεριλαμβανομένων των παρουσιάσεων και της ολοκλήρωσης, εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων)

Διαδικασία: Ο εισηγητής θα προκαλέσει τους συμμετέχοντες να κάνουν τη δική τους έρευνα για να συλλέξουν στοιχεία ενός βέλτιστου προσωπικού μαθησιακού περιβάλλοντος και να φτιάξουν ένα κολάζ από τις εικόνες που θα συλλέξουν (online). Κριτήρια επιλογής: Τα μέλη μπορούν να συλλέξουν οποιαδήποτε εικόνα από το διαδίκτυο και να σχεδιάσουν το δικό τους βέλτιστο μαθησιακό περιβάλλον. Είναι ένα μέρος όπου αισθάνονται άνετα, δεσμευμένα και με κίνητρα για μάθηση, όπου μπορούν να εξερευνήσουν και να ανακαλύψουν νέα πράγματα, να κάνουν ερωτήσεις και να πειραματιστούν χωρίς το φόβο της κρίσης. Μια ποικιλία διαφορετικών στοιχείων μπορεί να συνθέσει ένα μαθησιακό περιβάλλον. Εκτός από τις φυσικές ιδιότητες, όπως ο τόπος μάθησης, ο τρόπος διακόσμησης του χώρου και οι συσκευές ή τα υλικά που χρησιμοποιούνται για τη μάθηση, στοιχεία όπως οι δραστηριότητες και τα καθήκοντα που ανατίθενται, οι μέθοδοι που χρησιμοποιούνται για την αξιολόγηση της προόδου και της απόδοσης και το είδος της εργασιακής κουλτούρας η οποία επηρεάζει τη μάθηση αποτελούν επίσης στοιχεία του περιβάλλοντος.

Ανάλογα με την ηλικία των μαθητών / φοιτητών, την εμπειρία και το πλαίσιο στο οποίο εργαζόμαστε, τα μαθησιακά περιβάλλοντα μπορεί να μοιάζουν πολύ διαφορετικά. Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε πώς ένα περιβάλλον μπορεί να επηρεάσει την ικανότητα συγκέντρωσης, απόδοσης και ανταλλαγής ή απορρόφησης νέων ιδεών και πληροφοριών.

Στο τέλος της ατομικής εργασίας, οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν τα οπτικά τους σχέδια, χώρους, στοιχεία ο ένας στον άλλο. Στη συνέχεια, τα μέλη μπορούν να αξιολογήσουν τα αποτελέσματά τους, να επισημάνουν επαναλαμβανόμενα στοιχεία, αντικείμενα, χώρους, συνθήκες ή να ορίσουν έναν κοινό κατάλογο.

Για αυτή τη δραστηριότητα, ο εισηγητής είναι ο διευκολυντής της δραστηριότητας, παρουσιάζοντας ένα προσωπικό οπτικό παράδειγμα για να εμπνεύσει τα μέλη. Διαχειρίζεται τη δραστηριότητα, παρακολουθεί τη χρονική διάρκεια της δραστηριότητας των φοιτητών και συντονίζει την παρουσίαση των αποτελεσμάτων.

Η δραστηριότητα δίνει τη δυνατότητα για τη σύνταξη των προϋποθέσεων και των στοιχείων ενός ιδανικού προσωπικού μαθησιακού περιβάλλοντος σύμφωνα με τα προσωπικά στιλ μάθησης.

### ***Δραστηριότητα μετά την τάξη / μετά το μάθημα***

Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) με τίτλο Στυλ μάθησης, βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού. Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

Για την ολοκλήρωση και σύνοψη του θέματος με στόχο τον αναστοχασμό και την παροχή ανατροφοδότησης, είναι χρήσιμο να προταθεί μια λιγότερο τυπική δραστηριότητα στο πνεύμα της δημιουργικής εργασίας.

### ***Δραστηριότητα: Εννοιολογικός χάρτης***

Οι συμμετέχοντες καλούνται να προετοιμάσουν έναν εννοιολογικό χάρτη σχετικά με το θέμα του μαθησιακού στυλ. Η δραστηριότητα μπορεί να γίνει με τη μορφή ατομικής, ομαδικής ή συνεργατικής εργασίας. Οι συμμετέχοντες γράφουν τον όρο "μαθησιακό στυλ" στη μέση του χαρτιού και πρέπει να τοποθετήσουν στο χαρτί όσο το δυνατόν περισσότερες λέξεις, έννοιες,

εκφράσεις που σχετίζονται με το θέμα στο συγκεκριμένο χρόνο. Η οπτική ικανότητα παίζει σημαντικό ρόλο στη δημιουργία του εννοιολογικού χάρτη, έτσι οι συμμετέχοντες είναι ελεύθεροι να τροποποιήσουν τον χάρτη από οπτική άποψη, μπορούν να διαφοροποιήσουν την τοποθέτηση των επιμέρους όρων, το μέγεθος και τον τύπο της γραμματοσειράς, τα χρώματα, ή μπορούν να συνδέσουν όρους ή να υποδείξουν τη διασύνδεση ορισμένων όρων ή τη σημασία μιας έννοιας με ελεύθερο τρόπο. Κατά τη δημιουργία εννοιολογικών χαρτών, η σωστή γνώση του θέματος παίζει σημαντικό ρόλο, ώστε οι όροι να είναι ακριβείς, καθώς και η δημιουργικότητα στον τρόπο με τον οποίο οι συμμετέχοντες σχεδιάζουν τους δικούς τους χάρτες.

### **Σημειώσεις για τον εισηγητή**

Με στόχο τη συμπλήρωση των γνώσεων με άλλες σχετικές πληροφορίες ή σημεία ενδιαφέροντος, είναι δυνατόν να προταθεί το ακόλουθο βίντεοσκοπημένο υλικό:

- Discover Your Learning Style, διαθέσιμο στο κανάλι GCFLearnFree στο YouTube
- Στιλ μάθησης, διαθέσιμο στο κανάλι free2care στο YouTube
- Τι είδους μαθητής / φοιτητής είστε; QUIZ, διαθέσιμο στο κανάλι Psych2Go στο YouTube
- Learning Styles & Multiple Intelligences (Στυλ μάθησης και πολλαπλές μορφές νοημοσύνης): Theory Integration, διαθέσιμο στο κανάλι Teachings in Education στο YouTube

Ενδεχομένως σε σχέση με τη Δραστηριότητα 2 που αναφέρθηκε παραπάνω ως αφόρμηση και ερέθισμα για έμπνευση, μπορούμε να προτείνουμε και το ακόλουθο υλικό βίντεο στο τέλος της δραστηριότητας:

- What Makes A Great Learning Environment? (Τι κάνει ένα σπουδαίο μαθησιακό περιβάλλον;), διαθέσιμο στο κανάλι PSW Education & Leadership YouTube channel
- Positive Learning Classroom Environment, διαθέσιμο στο κανάλι Teachings in Education στο YouTube

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Butler, K. A. (1988). *It's All In Your Mind*. Learner's Dimension.

Carnell, E. and Lodge, C. (2002). *Supporting Effective Learning*. Paul Chapman Publishing.

Coffield, F., Moseley, D., Hall, E., & Ecclestone, K. (2004). *Learning Styles and Pedagogy in Post-16 Learning: a Systematic and Critical Review*. LSRC Reference, Learning & Skills Research Center.

Education Endowment Foundation (2018). *Metacognition and Self-Regulation* [online]. Available here

Henry, J. (2007). Professor Pans "Learning Style" Teaching Method [online].

Honey, P., & Mumford, A. (1982). *The Manual of Learning Styles*. Peter Honey.

Kolb, David A. (2015). *Experiential Learning* (2nd ed.). Pearson Education.

Lilienfeld, S. O., Lynn, S. J., Ruscio, J., & Beyerstein, B. L. (2010). *50 Great Myths of Popular Psychology*. Wiley-Blackwell.

Pashler, H. et al. (2008). 'Learning Styles: Concepts and Evidence. *Psychological Science in the Public Interest*, 9(3), 105-19.

<https://www.mindtools.com/addwv9h/learning-styles>



## Ενότητα 23: Ψυχοκοινωνική Ανάπτυξη στην Εφηβεία

*Ελεονώρα Παπαλεοντίου-Λουκά, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Ας δούμε, αρχικά, μερικά από τα πιο κοινά χαρακτηριστικά της ζωής των εφήβων.

Πρώτα απ' όλα, κατά τη διάρκεια της εφηβείας έχουμε τις λεγόμενες εναλλαγές της διάθεσης, δηλαδή τις ξαφνικές αλλαγές στη διάθεση των εφήβων, όπου τη μια στιγμή μπορεί να είναι πολύ χαρούμενοι και την επόμενη πολύ απελπισμένοι.

Υπάρχει επίσης μια έντονη αποστροφή προς την εργασία, ένα αίσθημα κόπωσης, πλήξης, μια αδεξιότητα στις κινήσεις του εφήβου, που οφείλεται και στο γεγονός ότι το σώμα αλλάζει απότομα και οι έφηβοι δεν έχουν μάθει ακόμη να ελέγχουν τις κινήσεις τους- έντονη ονειροπόληση, απομόνωση, υπερβολική ενασχόληση με τον εαυτό τους τόσο εσωτερικά όσο και εξωτερικά- μια αβεβαιότητα για το μέλλον, ένα αίσθημα κενού - το οποίο συχνά προσπαθεί κανείς να καλύψει με διαφόρων ειδών εξαρτήσεις και υποκατάστατα, απομυθοποίηση των γονέων (ενώ στην παιδική ηλικία τα παιδιά, τους έβλεπαν πιθανώς ως ιδανικούς και τέλειους, επειδή είχαν ανάγκη να νιώθουν ασφάλεια), τώρα τους βλέπουν πιο ρεαλιστικά, με τα θετικά και τα αρνητικά τους- την επιθυμία να είναι μόνοι, αλλά και να κοινωνικοποιούνται- άλλοτε οι έφηβοι θέλουν να απομονωθούν στο δωμάτιό τους, στον προσωπικό τους χώρο, να μην τους ενοχλεί κανείς, άλλοτε θέλουν έντονα να επικοινωνούν με άλλους, να βγαίνουν με φίλους, να διασκεδάζουν, να κοινωνικοποιούνται.

Σε αυτή την ηλικία, η αυτοπεποίθηση και η αυτοεκτίμηση συχνά μειώνονται, έχοντας ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη συναισθημάτων ζήλιας- σε αυτή την ηλικιακή περίοδο παρατηρείται επίσης έντονο άγχος, νευρικότητα, αντιδραστικότητα, με τα αντίστοιχα "ξεσπάσματα"- Ένα άλλο φαινόμενο είναι ο "εφηβικός εγωκεντρισμός", ο οποίος παίρνει δύο μορφές: α) το φανταστικό κοινό, όπου οι έφηβοι αισθάνονται σαν να βρίσκονται σε μια σκηνή και όλα τα βλέμματα ως προβολείς είναι στραμμένα πάνω τους, δηλ. ότι όλοι τους παρακολουθούν - και β) η δεύτερη μορφή είναι ο "προσωπικός μύθος", δηλ. η αίσθηση του αίτητου - ότι όλοι μπορεί να πάθουν κάτι κακό, αλλά όχι οι ίδιοι: Έτσι, αν κάποιος πει σε έναν έφηβο "αν πρόκειται να οδηγήσεις, μην καταναλώσεις αλκοόλ", εκείνος μπορεί να απαντήσει "μην ανησυχείς, έχω τον έλεγχο". Ή αν κάποιος πει σε μια έφηβη, η οποία μπορεί να έχει σεξουαλικές σχέσεις, "πρόσεχε, μπορεί να μείνεις έγκυος", και πάλι, μπορεί εύκολα να απαντήσει "ξέρω τι κάνω, δεν πρόκειται να μείνω έγκυος (μπορεί να συμβεί σε άλλα κορίτσια, αλλά όχι σε μένα)".

Επιπλέον, σε αυτή την ηλικιακή περίοδο, υπάρχει ένα αίσθημα ευθιξίας, μια ευαισθησία, μια ντροπαλότητα, και λόγω του "φανταστικού κοινού" που αναφέρθηκε παραπάνω, ένα αίσθημα ότι παρακολουθούνται- υπάρχει επίσης, μια τάση για ανεξαρτησία, αλλά και εξάρτηση: ενώ αυτά τα δύο φαίνονται να είναι αντίθετα μεταξύ τους, πολλές φορές συνυπάρχουν: από τη μια πλευρά, οι έφηβοι μπορεί να σας πουν "είμαι αρκετά μεγάλη, δεν θα δώσω λογαριασμό σε κανέναν για το πού πηγαίνω, τι ώρα επιστρέφω στο σπίτι, τι κάνω κτλ. ", άλλες φορές (όταν είναι κάπως "βολικό"), οι έφηβοι μπορεί να εκφράζουν μια στάση εξάρτησης: θέλουν να τους φροντίζουν, π.χ. να τους μαγειρεύουν, να τους πλένουν τα ρούχα, να τους σιδερώνουν, κτλ. και δεν αναλαμβάνουν την ευθύνη για τον εαυτό τους.

Επίσης, σε αυτή την περίοδο της ζωής αναπτύσσεται η κριτική σκέψη, με αποτέλεσμα οι έφηβοι να κρίνουν τους πάντες και τα πάντα- ξεκινώντας από τους ίδιους τους γονείς τους, τους δασκάλους τους, την εκκλησία, το κράτος - γενικά, δεν αφήνουν κανέναν έξω από αυτή την κριτική. Το πρόβλημα, ωστόσο, είναι ότι ενώ το μυαλό αναπτύσσεται, πράγμα που είναι θετικό, οι έφηβοι δεν ξέρουν πώς να διεκδικούν τα δικαιώματά τους και συχνά χρησιμοποιούν αυτή

την κριτική σκέψη, απότομα ή με απόλυτο τρόπο, με αποτέλεσμα να χάνουν τα δικαιώματά τους.

Άλλωστε, κατά την εφηβεία υπάρχει ενδιαφέρον για το σεξ, καθώς και η ανάπτυξη της σεξουαλικότητας, λόγω των ορμονών που αναπτύσσονται.

Λέξεις Κλειδιά

Έφηβοι, ψυχοκοινωνική ανάπτυξη, διακυμάνσεις της διάθεσης, κούραση, πλήξη, αδεξιότητα, ονειροπόληση, απομόνωση, υπερβολική ενασχόληση με τον εαυτό μας, αβεβαιότητα για το μέλλον, αίσθημα κενού, απομυθοποίηση των γονέων, επιθυμία για μοναξιά, ανάγκη για φίλιες, κοινωνικοποίηση, αυτοεκτίμηση, "εφηβικός εγωκεντρισμός", φανταστικό κοινό, "προσωπικός μύθος", κριτική σκέψη, ανάπτυξη της σεξουαλικότητας, ορμόνες

Μαθησιακοί στόχοι:

Στο τέλος της ενότητας, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- περιγράφουν πολύ σύντομα πέντε από τα πιο κοινά χαρακτηριστικά της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των εφήβων.
- περιγράφουν τις δύο μορφές Εφηβικού Εγωκεντρισμού και να δίνουν ένα παράδειγμα για κάθε μία από αυτές τις δύο μορφές.
- αναφέρουν δύο μορφές συμπεριφοράς των εφήβων που θα πρέπει να θορυβούν τους ενήλικες ώστε να ζητήσουν συμβουλές από επαγγελματίες ψυχικής υγείας.
- αναφέρουν δύο παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση των εφήβων και δύο παράγοντες που επηρεάζουν τη διαμόρφωση της ταυτότητας των εφήβων.
- περιγράφουν συνοπτικά 3 παράγοντες συμπεριφοράς των γονέων που μπορούν να είναι ευεργετικοί για την υγιή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των εφήβων.

Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες:

Πριν από το μάθημα, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να παρακολουθήσουν ένα βίντεο με τίτλο Psychosocial Development in Adolescents (Ψυχοκοινωνική ανάπτυξη στους εφήβους) που είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube, για να προετοιμαστούν για το μάθημα. Είναι πολύ σημαντικό για αυτούς να αναγνωρίσουν τα κύρια χαρακτηριστικά των εφήβων και να κατανοήσουν τι θεωρείται φυσιολογικό ή όχι κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου της ζωής.

Επιπρόσθετα, οι μαθητές / φοιτητές θα ενθαρρυνθούν να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού) προκειμένου να ελέγξουν την κατανόησή τους σχετικά με το βίντεο που είδαν.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός θα αναλύσει τα αποτελέσματα των απαντήσεων στο εν λόγω ερωτηματολόγιο και θα τα παρουσιάσει στην τάξη για περαιτέρω συζήτηση.

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, Ο εκπαιδευτικός θα καταναίμει τους μαθητές / φοιτητές/τριες σε ομάδες των πέντε ατόμων και θα τους ζητήσει να εντοπίσουν τουλάχιστον πέντε κοινά χαρακτηριστικά της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των εφήβων και στη συνέχεια ένας εκπρόσωπος από κάθε ομάδα θα τα γράψει στον πίνακα (Δραστηριότητα 1).

Στη συνέχεια, η ομάδα ενθαρρύνεται να περιγράψει γραπτώς τους δύο τύπους του "Εφηβικού Εγωκεντρισμού" και να δώσει ένα παράδειγμα για κάθε τύπο. Στη συνέχεια, τα παραδείγματα μοιράζονται σε όλη την τάξη (Δραστηριότητα 2).

Τέλος, ο εκπαιδευτικός τους ενθαρρύνει να εντοπίσουν 3 είδη συμπεριφορών που θεωρούν ότι μπορεί να είναι ωφέλιμες για τη σχέση εφήβων - γονέων και 3 συμπεριφορές που μπορεί να βλάψουν αυτή τη σχέση. Στη συνέχεια, επιλέγουν μία θετική και μία (αντίστοιχη) αρνητική

συμπεριφορά, παρουσιάζουν ότι σε όλη την τάξη μέσω παιχνιδιού ρόλων και συζητούν τα συμπεράσματά τους με όλη την τάξη (Δραστηριότητα 3).

Μετά το τέλος της διδασκαλίας, ο εκπαιδευτικός θα ζητήσει από τους μαθητές / φοιτητές, αν το επιθυμούν, να συμπληρώσουν ένα post-test (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού). Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να προβληματιστεί σχετικά με το μάθημα.

Διαδραστικές δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1: Ομαδική συζήτηση για τα ψυχοκοινωνικά χαρακτηριστικά των εφήβων.

Στόχος: Να διερευνήσει την κατανόηση των μαθητών / φοιτητών σχετικά με τα πιο κοινά χαρακτηριστικά της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των εφήβων.

Συμμετέχοντες: Ομάδα 5 μαθητών / φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: χαρτί και στυλό, πίνακας

Περιγραφή της δραστηριότητας: Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας ο εκπαιδευτικός θα κατανείμει τους μαθητές / φοιτητές σε ομάδες των πέντε ατόμων και θα τους ζητήσει να εντοπίσουν τουλάχιστον πέντε κοινά χαρακτηριστικά της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των εφήβων και στη συνέχεια ένας εκπρόσωπος από κάθε ομάδα θα τα γράψει στον πίνακα (Δραστηριότητα 1).

Δραστηριότητα 2: Παραδείγματα Εφηβικού Εγωκεντρισμού

Στόχος: να διερευνήσετε τον εγωκεντρισμό των εφήβων, να κατανοήσετε τη διαφορά των δύο τύπων του και να είστε σε θέση να τους εντοπίσετε στην καθημερινή συμπεριφορά των εφήβων.

Συμμετέχοντες: Ομάδα 5 μαθητών / φοιτητών

Χρονική διάρκεια: 1: 30 λεπτά

Εργαλεία: Στυλό και χαρτί για την καταγραφή των συμπερασμάτων τους.

Περιγραφή της δραστηριότητας: Στη συνέχεια, η ομάδα ενθαρρύνεται να περιγράψει γραπτώς τους δύο τύπους "Εφηβικού Εγωκεντρισμού" και να δώσει ένα παράδειγμα για κάθε τύπο. Στη συνέχεια, τα παραδείγματα μοιράζονται σε όλη την τάξη.

Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι ρόλων (αναφορικά με τις σχέσεις με τους γονείς)

Στόχος: να διερευνήσουν τις σχέσεις τους με τους γονείς και να αναπτύξουν την ευαισθητοποίησή τους σχετικά με τις συμπεριφορές που μπορούν να ωφελήσουν ή να βλάψουν αυτές τις σχέσεις.

Συμμετέχοντες: Οι συμμετέχοντες είναι οι εξής: 1: Ομάδες των 5 ατόμων

Χρονική διάρκεια: 5 λεπτά: 50 λεπτά

Εργαλεία: Παιχνίδι ρόλων

Περιγραφή της δραστηριότητας: Ο εκπαιδευτικός τους ενθαρρύνει να εντοπίσουν 3 είδη συμπεριφορών που θεωρούν ότι μπορεί να είναι ωφέλιμες για τη σχέση εφήβων - γονέων και 3 συμπεριφορές που μπορεί να βλάψουν αυτή τη σχέση. Στη συνέχεια, επιλέγουν 1 θετική και μια (αντίστοιχη) αρνητική συμπεριφορά, παρουσιάζουν σε όλη την τάξη μέσω παιχνιδιού ρόλων και συζητούν τα συμπεράσματά τους με όλη την τάξη.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Birkeland, M. S., Melkivik, O., Holsen, I., & Wold, B. (2012). Trajectories of global self-esteem during adolescence. *Journal of Adolescence*, 35, 43-54.

- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 74–103). Wiley.
- Carlson, C., Uppal, S., & Prosser, E. C. (2000). Ethnic differences in processes contributing to the self-esteem of early adolescent girls. *Journal of Early Adolescence, 20*, 44–68.
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A., & Pepler, D. (2004). Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence. *Journal of Research on Adolescence, 14*, 185–207.
- Furman, W., & Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (pp. 3–22). Erlbaum.
- Ge, X., Conger, R. D., & Elder, G. H. (2001). Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental Psychology, 37*, 404–417.
- Goleman, D. (1994). Emotional intelligence. Bantam.
- Harter, S. (2006). The self. In N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3 Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 505–570). Wiley.
- Harter, S. (2012). Emerging self-processes during childhood and adolescence. In M. R. Leary & J. P. Tangney, (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd ed., pp. 680–715). Guilford.
- Hihara, S., Umemura, T., & Sigimura, K. (2019). Considering the negatively formed identity: Relationships between negative identity and problematic psychosocial beliefs. *Journal of Adolescence, 70*, 24–32.
- Holder, D. W., Durant, R. H., Harris, T. L., Daniel, J. H., Obeidallah, D., & Goodman, E. (2000). The association between adolescent spirituality and voluntary sexual activity. *Journal of Adolescent Health, 26*, 295–302.
- Kim-Spoon, J., Longo, G.S., & McCullough, M.E. (2012). Parent-adolescent relationship quality as moderator for the influences of parents' religiousness on adolescents' religiousness and adjustment. *Journal of Youth & Adolescence, 41* (12), 1576–1578.
- Marcia, J. (2010). Life transitions and stress in the context of psychosocial development. In T.W. Miller (Ed.), *Handbook of stressful transitions across the lifespan* (Part 1, pp. 19–34). Springer Science & Business Media.
- Masten, A. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist, 56*(3), 227–238.
- McAdams, D. P. (2013). Self and Identity. In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds), *Noba textbook series: Psychology*. Champaign, IL: DEF publishers.
- Mendle, J., Harden, K. P., Brooks-Gunn, J., & Graber, J. A. (2012). Peer relationships and depressive symptomatology in boys at puberty. *Developmental Psychology, 48*(2), 429–435. doi: 10.1037/a0026425
- Papaleontiou- Louca, E. Saed, E. & Thoma, N. (2023). Spirituality of the Developing Person according to Maslow. *New Ideas in Psychology, 69*, 100994, ISSN 0732-118X, <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2022.100994>.
- Schwartz, P. D., Maynard, A. M., & Uzelac, S. M. (2008). Adolescent egocentrism: A contemporary view. *Adolescence, 43*, 441–447.
- Shin, H., & Ryan, A. M. (2014). Early adolescent friendships and academic adjustment: Examining selection and influence processes with longitudinal social network analysis. *Developmental Psychology, 50*(11), 2462–2472.

- Shomaker, L. B., & Furman, W. (2009). Parent-adolescent relationship qualities, internal working models, and attachment styles as predictors of adolescents' interactions with friends. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2, 579-603.
- Smetana, J. G. (2011). Adolescents, families, and social development. Chichester, UK: Wiley-Blackwell.
- Soller, B. (2014). Caught in a bad romance: Adolescent romantic relationships and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 55(1), 56-72.
- Syed, M., & Azmitia, M. (2009). Longitudinal trajectories of ethnic identity during the college years. *Journal of Research on Adolescence*, 19, 601-624. doi:10.1111/j.1532-7795.2009.00609.x
- Ward, J. V. (2000). *The skin we're in. Teaching our children to be: Emotionally strong, socially smart, spiritually connected.* Free Press.



## Ενότητα 24: Ψυχική Υγεία και Ευεξία

*István Zsigmond, Károli Gáspár University of the Reformed Church, Hungary*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Το θέμα της ψυχικής υγείας και της ευεξίας (ευημερία) είναι ζωτικής σημασίας, διότι αποτελεί θεμελιώδη πτυχή της συνολικής υγείας και της ποιότητας ζωής ενός ατόμου. Η ψυχική υγεία αναφέρεται στη συναισθηματική, ψυχολογική και κοινωνική ευημερία ενός ατόμου, η οποία επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο αισθάνεται, σκέφτεται και συμπεριφέρεται. Είναι σημαντικό για τα άτομα να διατηρούν καλή ψυχική υγεία για να αντιμετωπίζουν το καθημερινό άγχος και τις προκλήσεις της ζωής, να αναπτύσσουν υγιείς σχέσεις και να αξιοποιούν τις δυνατότητές τους.

Το θέμα της ψυχικής υγείας και της ευημερίας είναι σημαντικό για διάφορους λόγους:

- Προσωπική ευημερία: Η ψυχική υγεία και ευημερία είναι θεμελιώδους σημασίας για την προσωπική ευημερία του ατόμου. Η καλή ψυχική υγεία επιτρέπει στους ανθρώπους να ζουν τη ζωή τους στο έπακρο και να απολαμβάνουν θετικές εμπειρίες. Βοηθά τα άτομα να αντιμετωπίζουν το άγχος, να οικοδομούν υγιείς σχέσεις και να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις.
- Σωματική υγεία: Η ψυχική υγεία και ευεξία είναι επίσης ζωτικής σημασίας για τη σωματική υγεία. Η κακή ψυχική υγεία μπορεί να οδηγήσει σε σωματικά προβλήματα, όπως πονοκεφάλους, αϋπνία και κόπωση. Μπορεί επίσης να επηρεάσει το ανοσοποιητικό σύστημα, καθιστώντας τα άτομα πιο ευάλωτα σε ασθένειες.
- Κοινωνικές σχέσεις: Η καλή ψυχική υγεία βοηθά τα άτομα να αναπτύσσουν και να διατηρήσουν κοινωνικές σχέσεις, οι οποίες είναι ζωτικής σημασίας για μια υγιή και γεμάτη ζωή. Οι θετικές κοινωνικές σχέσεις μπορούν να παρέχουν συναισθηματική υποστήριξη, να βοηθήσουν τα άτομα να αισθάνονται λιγότερο μόνα τους και να βελτιώσουν τη συνολική ψυχική υγεία.
- Οικονομικός αντίκτυπος: Η κακή ψυχική υγεία μπορεί επίσης να έχει σημαντικό οικονομικό αντίκτυπο. Μπορεί να οδηγήσει σε μειωμένη παραγωγικότητα, απουσίες και αυξημένες δαπάνες υγειονομικής περίθαλψης. Με την προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας, τα άτομα και η κοινωνία μπορούν να επωφεληθούν και οικονομικά.
- Μείωση του στιγματισμού: Η ψυχική υγεία και ευεξία έχουν στιγματιστεί για πολλά χρόνια, οδηγώντας σε διακρίσεις και έλλειψη πρόσβασης σε θεραπεία. Με την ευαισθητοποίηση σχετικά με την ψυχική υγεία και την ευημερία, μπορούμε να μειώσουμε το στιγματισμό και να δημιουργήσουμε μια κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς.

Συνολικά, η ψυχική υγεία και η ευημερία είναι σημαντικές για τα άτομα και την κοινωνία στο σύνολό της. Προάγοντας την καλή ψυχική υγεία και ευεξία, μπορούμε να βελτιώσουμε την προσωπική και κοινωνική μας ζωή, τη σωματική μας υγεία και τα οικονομικά μας αποτελέσματα.

### Λέξεις Κλειδιά

Η έννοια της ψυχικής υγείας, η σημασία της ψυχικής υγείας, στοιχεία των εννοιών της ευεξίας, προγράμματα αξιολόγησης της ψυχικής υγείας, σημεία αναφοράς για την αξιολόγηση της ψυχικής υγείας, τα σημαντικότερα ερευνητικά ευρήματα σχετικά με την ψυχική υγεία, τρόποι βελτίωσης της ψυχικής υγείας

## Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- ορίζουν την ψυχική υγεία και την ευεξία,
- περιγράφουν τις μεθόδους αξιολόγησης της ψυχικής υγείας,
- κατανοούν τα θεωρητικά και εμπειρικά θεμέλια της ψυχικής υγείας και ευεξίας,
- κατανοούν τον επιπολασμό και τον αντίκτυπο των καταστάσεων ψυχικής υγείας,
- παρέχουν ερευνητικά στοιχεία σχετικά με τους παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχική υγεία.

## Μαθησιακές Δραστηριότητες

Πριν από το μάθημα: για να βοηθήσετε τους φοιτητές, να προετοιμαστούν για τις δραστηριότητες μέσα στην τάξη και να μεγιστοποιήσουν τον χρόνο που αφιερώνεται στην τάξη, ζητήστε τους να παρακολουθήσουν το εκπαιδευτικό βίντεο "Ψυχική υγεία και ευεξία" στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube (με αφήγηση στα ουγγρικά και υπότιτλους στα αγγλικά, ρουμανικά, βουλγαρικά, πορτογαλικά και σλοβακικά). Οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ δοκιμίου τεστ - χρησιμοποιήστε το από το παράρτημα ως σημείο εκκίνησης. Τα αποτελέσματα του τεστ θα δώσουν κατά προσέγγιση μια ιδέα για το ποιες δυσκολίες αντιμετώπισαν οι φοιτητές στην κατανόηση του θέματος, οπότε οι δραστηριότητες της τάξης θα πρέπει να επικεντρωθούν στις δύσκολες έννοιες.

## Διαδραστικές δραστηριότητες που προτείνονται για την τάξη

### *Ερωτήσεις και Απαντήσεις*

Οι φοιτητές χωρίζονται σε ζευγάρια. Το ένα μέλος του ζευγαριού θέτει μια ερώτηση, η απάντηση στην οποία υπήρχε στο βίντεο που τους δόθηκε πριν το μάθημα. Το άλλο μέλος του ζευγαριού απαντά. Εάν δεν γνωρίζουν την απάντηση, ο ερωτών τη διορθώνει. Στη συνέχεια αλλάζουν ρόλους.

### *Προσωπικές Εμπειρίες*

Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει 30 Λέξεις Κλειδιά που σχετίζονται με την ψυχική υγεία (π.χ. υποκειμενική ευημερία, κοινωνική ευημερία, ικανοποίηση από τη ζωή). Σε ομάδες των 4, οι μαθητές / φοιτητές αναφέρουν τις δικές τους εμπειρίες για μια επιλεγμένη έννοια.

### *Διπλός Κύκλος*

Κάθε φοιτητής προετοιμάζει δύο ερωτήσεις σχετικά με το θέμα στις οποίες γνωρίζει τις απαντήσεις. Οι φοιτητές σχηματίζουν δύο ομόκεντρους κύκλους. Τα μέλη του εσωτερικού κύκλου κοιτούν προς τα έξω και θέτουν στον απέναντι φοιτητή μία από τις ερωτήσεις. Αυτός που βρίσκεται απέναντι απαντά. Αν η απάντηση είναι λανθασμένη, ο ερωτών τη διορθώνει. Αν η απάντηση είναι σωστή, ο ερωτών την επαινεί. Με το που θα δώσει σήμα ο εκπαιδευτικός, κάθε φοιτητής στον εξωτερικό κύκλο μετακινείται προς τα δεξιά, σε έναν άλλο ερωτώντα, ο οποίος κάνει την άλλη ερώτηση.

Αφού ο εξωτερικός κύκλος έχει κάνει το γύρο του, οι φοιτητές στους δύο κύκλους αλλάζουν θέσεις.

## **Ομαδική Συζήτηση**

Σε ομάδες, οι φοιτητές συζητούν:

- Μπορούν οι άνθρωποι να βελτιώσουν τη νοητική τους κατάσταση;
- Ποιες δραστηριότητες μπορούν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να βελτιώσουν τη νοητική τους κατάσταση; (π.χ. δραστηριότητες ανθεκτικότητας, ενσυνειδητότητα, αυτ-οαναστοχασμός)
- Γιατί πιστεύετε ότι οι άνθρωποι βρίσκουν πιο εύκολο να σκεφτούν τρόπους για να γίνουν σωματικά γυμνασμένοι, παρά πνευματικά γυμνασμένοι; (π.χ. είναι πιο κατανοητό και εξηγείται πιο εύκολα, συζητιέται πολύ)

## **Αξιολόγηση και Συστάσεις**

Μετά το μάθημα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα γραπτό τεστ (μετά δοκιμίου τεστ) με ανοιχτές ερωτήσεις για να αξιολογήσετε τις γνώσεις των φοιτητών. Συνιστάται να χρησιμοποιήσετε το τεστ από το παράρτημα του παρόντος εγχειριδίου ως σημείο εκκίνησης.

## **Σημειώσεις προς Εκπαιδευτικό**

Συνιστάται να ξεκινήσετε τις δραστηριότητες στην τάξη με μια σύντομη διάλεξη σχετικά με τις έννοιες/ερωτήσεις που παρέχουν τις περισσότερες δυσκολίες - όπως προκύπτει από τα αποτελέσματα του προ δοκιμίου τεστ.

## **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

- World Health Organization. (2018). Mental health: Strengthening our response. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Keyes, C. L. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(3), 539. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2862333/>
- National Institute of Mental Health. (2021). Understanding mental health. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/mental-health-disorders/index.shtml>
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.



## Ενότητα 25 Κοινωνικοσυναισθηματική Ανάπτυξη στην Παιδική Ηλικία

*Ελεονώρα Παπαλεοντίου- Λουκά, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών αναφέρεται στην κοινωνική, συναισθηματική, ηθική και πνευματική ανάπτυξη των παιδιών. Η αντίληψη του παιδιού για τον εαυτό του σε αυτή την ηλικιακή περίοδο επικεντρώνεται στη μετατόπιση από τα εξωτερικά σωματικά χαρακτηριστικά στα εσωτερικά ψυχολογικά. Η έννοια του εαυτού αρχίζει να οικοδομείται από την εποχή που το παιδί είναι βρέφος και συνήθως διαμορφώνεται από την ερμηνεία που δίνουμε σε αυτά που πιστεύουν οι "σημαντικοί άλλοι" για εμάς. Μπορεί να διακριθεί σε τρεις πτυχές: α. "Αυτοαντίληψη" ή "Αυτοεικόνα" είναι αυτό που πιστεύουμε για τον εαυτό μας, δηλαδή το γνωστικό μέρος του εαυτού μας. β. "Αυτοεκτίμηση" είναι αυτή η εκτίμηση και η αξιολόγηση του εαυτού μας, δηλαδή το συναισθηματικό μέρος και γ. "Αυτοπαρουσίαση" είναι ο τρόπος με τον οποίο παρουσιάζουμε τον εαυτό μας, δηλαδή το συμπεριφορικό μέρος του εαυτού.

Όσον αφορά τις φίλιες και τις κοινωνικές ικανότητες των παιδιών, αυτές αντικατοπτρίζονται στην ικανότητά τους να συνδέονται με άλλα άτομα στο πλαίσιο κοινωνικών ομάδων και να αναπτύσσουν βασικές κοινωνικές δεξιότητες που είναι σημαντικές για την αποδοχή τους από τους συνομηλίκους. Ο Gottman είχε διακρίνει πέντε κατηγορίες κοινωνικής θέσης ανάλογα με τη δημοτικότητα των παιδιών: Πρώτα είναι η κατηγορία των "κοινωνιομετρικών αστέρων", δηλαδή των ιδιαίτερα δημοφιλών παιδιών, έπειτα είναι η κατηγορία των δημοφιλών παιδιών, τα οποία έχουν συχνές αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους, έπειτα, είναι τα στιγματισμένα παιδιά, τα οποία έχουν συχνές συγκρούσεις με τους δασκάλους (ορισμένα από αυτά είναι αρχηγοί της ομάδας αλλά όχι όλα), μια άλλη ομάδα είναι τα παιδιά που αγνοούνται (και όχι απορρίπτονται) και τέλος είναι η ομάδα των απορριμμένων παιδιών, τα οποία είναι είτε πολύ επιθετικά είτε πολύ αποσυρμένα. Η αξία της δημιουργίας δεσμών φιλίας φαίνεται να βασίζεται στην προσφορά συναισθηματικής υποστήριξης, βοηθούν τα παιδιά στην αντιμετώπιση του στρες.

Όσον αφορά τα κοινωνικά και συναισθηματικά προβλήματα που εμφανίζονται στην παιδική ηλικία, μπορεί να παρατηρηθεί ένα είδος συμπεριφοράς και παραβίασης των δικαιωμάτων των άλλων ή μια αποκλίνουσα συμπεριφορά, όπως η σοβαρή και επίμονη δυσκολία συμμόρφωσης με τους κανόνες- μια διαταραχή ελλειμματικής προσοχής (ΔΕΠΥ) με ή χωρίς υπερκινητικότητα. Ο εκφοβισμός είναι ένα άλλο συχνό πρόβλημα στα παιδιά σχολικής ηλικίας και εμφανίζεται σε περίπου 85% των κοριτσιών και 80% των αγοριών. Όσον αφορά το διαζύγιο των γονέων, τα παιδιά σε αυτή την ηλικία, συχνά κατηγορούν τον εαυτό τους ως υπεύθυνο γι' αυτό και μπορεί να παρουσιάσουν διάφορα προβλήματα ψυχολογικής προσαρμογής, όπως άγχος, κατάθλιψη, διαταραχές ύπνου, φοβίες και άλλες δυσκολίες. Η παιδική κακοποίηση και παραμέληση είναι ένα άλλο κρίσιμο πρόβλημα που διακρίνεται σε σωματική, συναισθηματική/ψυχολογική, λεκτική ή σεξουαλική. Όσον αφορά την ηθική ανάπτυξη των παιδιών, συζητείται η θεωρία του Kohlberg και της Gilligan και όσον αφορά στην πνευματική / θρησκευτική ανάπτυξη, γνωστή είναι η αναπτυξιακή θεωρία της πίστης του Fowler. Στο στάδιο αυτό, τα παιδιά έχουν μια στενή και περιορισμένη κατανόηση του Θεού, συχνά φαντάζονται τον Θεό με ανθρωπομορφική μορφή. Η πίστη των παιδιών σε αυτό το στάδιο βασίζεται στη δικαιοσύνη και την αμοιβαιότητα του Θεού: Για παράδειγμα, ένα παιδί /άτομο σε αυτό το στάδιο μπορεί να πιστεύει ότι εφόσον προσφέρω κάτι που θέλει ο Θεός, τότε κι Αυτός είναι επίσης υποχρεωμένος να ανταποδώσει αυτό που θέλω.

## Λέξεις Κλειδιά

Κοινωνικοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών, αυτοαντίληψη, αυτοεκτίμηση, φιλίες, κοινωνικά και συναισθηματικά προβλήματα, εκφοβισμός, κακοποίηση/παραμέληση παιδιών, διαζύγιο, γονεϊκά στιλ

## Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος της ενότητας, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- - ορίζουν πολύ σύντομα 5 τρόπους που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί για να αυξήσουν την αυτοεκτίμηση των παιδιών.
- - περιγράφουν εν συντομία τη διαφορά μεταξύ των όρων α) αυτοαντίληψη, β) αυτοεκτίμηση και γ) αυτοπαρουσίαση.
- - αναφέρουν δύο χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των θυτών και δύο χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των θυμάτων στο φαινόμενο του εκφοβισμού.
- - περιγράφουν συνοπτικά 2 διαφορές μεταξύ των φιλικών σχέσεων των κοριτσιών και των αγοριών.
- - εξηγούν τι εννοούμε με τον όρο "σημαντικοί άλλοι"- ποιοι είναι αυτοί για ένα παιδί προσχολικής ηλικίας και πώς επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση των παιδιών;

## Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

Πριν από το μάθημα, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να παρακολουθήσουν ένα βίντεο με τίτλο Children's Socioemotional Development που είναι διαθέσιμο στο κανάλι του YouTube Flipped Methods in Psychology, για να προετοιμαστούν για το μάθημα. Προτρέπονται να εντοπίσουν τουλάχιστον δύο χαρακτηριστικά της (μέσης) παιδικής ηλικίας και δύο κοινωνικοσυναισθηματικά προβλήματα αυτής της ηλικίας.

Επιπλέον, οι μαθητές / φοιτητές θα ενθαρρυνθούν να συμπληρώσουν ένα σύντομο ερωτηματολόγιο (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού) προκειμένου να ελέγξουν την κατανόησή τους σχετικά με το βίντεο που είδαν.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός/ουσα θα αναλύσει τα αποτελέσματα των απαντήσεων σε αυτό το ερωτηματολόγιο και θα τα παρουσιάσει στην τάξη για περαιτέρω συζήτηση.

## Κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας, ο εκπαιδευτικός κατανέμει τους μαθητές / φοιτητές σε ομάδες, ζητώντας τους να:

- - προτείνουν τρόπους για την προώθηση της αυτοεκτίμησης και στη συνέχεια να παρουσιάσουν τις προτάσεις αυτές σε όλη την τάξη. (Δραστηριότητα 1)
- - διακρίνουν την έννοια του εαυτού από την "αυτοεκτίμηση" και να δώσουν ένα παράδειγμα για καθέναν από αυτούς τους όρους - παρουσιάζοντάς τους σε όλη την τάξη (Δραστηριότητα 2).
- - δημιουργήσουν ένα "σενάριο εκφοβισμού" και να το παρουσιάσουν μέσω υπόδυσης ρόλων στην τάξη, και στη συνέχεια να συζητήσουν σχετικά με τα συναισθήματα τόσο του θύτη όσο και του θύματος προτείνοντας τρόπους πρόληψης τέτοιων γεγονότων (Δραστηριότητα 3).
- - εργαστούν σε ζευγάρια εξηγώντας στο ζευγάρι τους γιατί η φίλια είναι σημαντική γι' αυτούς. Μπορεί να ακολουθήσει συζήτηση και εξαγωγή συμπερασμάτων με όλη την τάξη (Δραστηριότητα 4).

Μετά το τέλος της διδασκαλίας, ο εκπαιδευτικός θα ζητήσει από τους μαθητές / φοιτητές, αν το επιθυμούν, να συμπληρώσουν ένα post-test (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού). Ο

εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά ως μέσο αναστοχασμού πάνω στο μάθημα.

## **Διαδραστικές δραστηριότητες**

### ***Δραστηριότητα 1: Ομαδική συζήτηση για την αύξηση της αυτοεκτίμησης***

Στόχος: Να βοηθηθεί η ευαισθητοποίηση των μαθητών / φοιτητών σχετικά με την αυτοεκτίμηση και να ενθαρρυνθούν να προτείνουν τρόπους για την αύξησή της τόσο στον εαυτό τους όσο και στους άλλους.

Συμμετέχοντες: Ομάδα των 5 μαθητών / φοιτητών

Δραστηριότητα 1: Ομαδική συζήτηση για την αύξηση της αυτοεκτίμησης

Στόχος: Να βοηθήσουν την ευαισθητοποίηση των μαθητών / φοιτητών σχετικά με την αυτοεκτίμηση και να τους ενθαρρύνουν να προτείνουν τρόπους για την αύξησή της τόσο στον εαυτό τους όσο και στους άλλους.

Συμμετέχοντες: Ομάδα 5 μαθητών / φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Προφορική συζήτηση ή/και γραπτή δραστηριότητα με στυλό και χαρτί

Περιγραφή της δραστηριότητας: Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας ο εκπαιδευτικός κατανέμει τους μαθητές / φοιτητές σε ομάδες, ζητώντας τους να προτείνουν τρόπους για την προώθηση της αυτοεκτίμησης και στη συνέχεια να παρουσιάσουν αυτές τις προτάσεις σε όλη την τάξη.

### ***Δραστηριότητα 2: Ομαδικές συζητήσεις***

Στόχος: Να διακρίνουν τους όρους "αυτοαντίληψη" και "αυτοεκτίμηση" και να είναι σε θέση να τους εφαρμόσουν στην πράξη.

Συμμετέχοντες: Ομάδα των 5 μαθητών / φοιτητών

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: Προφορική συζήτηση και γραπτό μέρος με στυλό και χαρτί.

Περιγραφή της δραστηριότητας: Διακρίνετε την έννοια του εαυτού από την "αυτοεκτίμηση" και δώστε ένα παράδειγμα για κάθε έναν από αυτούς τους όρους - παρουσιάζοντάς τους σε όλη την τάξη.

### ***Δραστηριότητα 3: Παιχνίδι ρόλων σε ένα σενάριο "εκφοβισμού"***

Στόχος: Τα παιδιά να μπουν σε ένα φανταστικό σενάριο "εκφοβισμού", κατανοώντας τα συναισθήματα των πρωταγωνιστών και προτείνοντας τρόπους αποφυγής τέτοιων συμπεριφορών.

Συμμετέχοντες: Ομάδες των 5 μαθητών / φοιτητών.

Χρονική διάρκεια: 5 λεπτά: 30 λεπτά.

Εργαλεία: Παιχνίδι ρόλων

Περιγραφή της δραστηριότητας: Οι μαθητές / φοιτητές ενθαρρύνονται να αναπτύξουν ένα "σενάριο εκφοβισμού" και να το παρουσιάσουν μέσω παιχνιδιού ρόλων στην τάξη, ενώ

ακολουθεί συζήτηση σχετικά με τα συναισθήματα τόσο του θύτη όσο και του θύματος και πρόταση τρόπων πρόληψης τέτοιων γεγονότων.

#### **Δραστηριότητα 4: Εκφραστικός διάλογος σε ζευγάρια**

Στόχος: Να ενθαρρύνει τη συναισθηματική έκφραση των παιδιών, την ενσυναίσθηση και να προωθήσει τις φιλίες.

Συμμετέχοντες: Μαθητές / φοιτητές σε ζεύγη / ολόκληρη η τάξη

Διάρκεια: 20 λεπτά

Εργαλεία: εκφραστικοί διάλογοι.

Περιγραφή της δραστηριότητας: Οι μαθητές / φοιτητές ενθαρρύνονται να εργαστούν σε ζευγάρια εξηγώντας στο σύντροφό τους γιατί η φιλία είναι σημαντική γι' αυτούς. Μπορεί να ακολουθήσει συζήτηση και εξαγωγή συμπερασμάτων με όλη την τάξη.

#### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

- Alakortes, J., Fyrstén, J., Bloigu, R., Carter, A. R., Moilanen, I. K., & Ebeling, H. E. (2017). Parental reports of early socioemotional and behavioural problems: Does the father's view make a difference? *Infant Mental Health Journal, 38*, 363–377.
- Assor, A., Roth, G., & Deci, E. L. (2004). The emotional costs of parents' conditional regard: A self-determination theory analysis. *Journal of Personality, 72*, 47–88.
- Aunola, K., & Nurmi, J.-E. (2004). Maternal affection moderates the impact of psychological control on a child's mathematical performance. *Developmental Psychology, 40*, 965–978.
- Aunola, K., & Nurmi, J.-E. (2005). The role of parenting styles in children's problem behaviour. *Child Development, 76*, 1144–1159.
- Aunola, K., Tolvanen, A., Viljaranta, J., & Nurmi, J. E. (2013). Psychological control in daily parent-child interactions increases children's negative emotions. *Family Psychology, 27*, 453–462.
- Hammond, S. I., Waugh, W., Satlof-Bedrick, E., & Brownell, C. A. (2015). Prosocial behaviour during childhood and cultural variations. *International Encyclopedia of the Social & Behavioural Sciences, 19*, 228–232.
- Hipson, W. E., & Coplan, R. J. (2018). Social withdrawal in childhood. In T. K. Shackelford & V. A. Weekes-Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of evolutionary psychological science* (pp. 1–10). Springer.
- Lansford, J. E., Criss, M. M., Laird, R. D., Shaw, D. S., Pettit, G. S., Bates, J. E., & Dodge, K. A. (2011). Reciprocal relations between parents' physical discipline and children's externalizing behaviour during middle childhood and adolescence. *Development and Psychopathology, 23*, 225–238.
- Lansford, J. E., Rothenberg, W. A., Jensen, T. M., Lippold, M. A., Bacchini, D., Bornstein, M. H., ... Al-Hassan, S. M. (2018). Bidirectional relations between parenting and behaviour problems from age 8 to 13 in nine countries. *Research on Adolescence, 28*, 571–590.
- Newton, E. K., Liable, D., Carlo, G., Steele, J. S., & McGinley, M. (2014). Do sensitive parents foster kind children, or vice versa? Bidirectional influences between children's prosocial behaviour and parental sensitivity. *Developmental Psychology, 50*, 1808–1816.
- Paquette, D. (2004). Theorizing the father-child relationship: Mechanisms and developmental outcomes. *Human Development, 47*, 193–219.

- Pastorelli, C., Lansford, J. E., Luengo Kanacri, B. P., Malone, P. S., Di Giunta, L., Bacchini, D., ... Tapanya, S. (2016). Positive parenting and children's prosocial behaviour in eight countries. *Child Psychology and Psychiatry*, *57*, 824–834.
- Pettit, G. S., Laird, R. D., Dodge, K. A., Bates, J. E., & Criss, M. M. (2001). Antecedents and behaviour-problem outcomes of parental monitoring and psychological control in early adolescence. *Child Development*, *72*, 583–598.
- Quinn, P. D., & Harden, K. P. (2013). Differential changes in impulsivity and sensation seeking and the escalation of substance use from adolescence to early adulthood. *Development and Psychopathology*, *25*, 223–239.
- Richardson, R. R. (2005). Developmental contextual considerations of parent-child attachment in later middle childhood years. In K. A. Kerns & R. A. Richardson (Eds.), *Attachment in middle childhood* (pp. 24–45). Guilford Press.
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. *Handbook of child psychology: Vol. 3, social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 99–166). New York, NY: Wiley.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., & Bowker, J. C. (2009). Social withdrawal in childhood. *Annual Review of Psychology*, *60*, 141–171.
- Rubin, K. H., Root, A. K., & Bowker, J. (2010). Parents, peers, and social withdrawal in childhood: A relationship perspective. *New Directions for Child and Adolescent Development*, *2010*, 79–94.
- Serbin, L. A., Kingdon, D., Ruttle, P. L., & Stack, D. M. (2015). The impact of children's internalizing and externalizing problems on parenting: Transactional processes and reciprocal change over time. *Development and Psychopathology*, *27*(4pt1), 969–986.
- Slagt, M., Dubas, J. S., Deković, M., & van Aken, M. A. G. (2016). Differences in sensitivity to parenting depending on child temperament: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *142*, 1068–1110.
- Stone, L. L., Otten, R., Janssens, J. M., Soenens, B., Kuntsche, E., & Engels, R. C. (2013). Does parental psychological control relate to internalizing and externalizing problems in early childhood? An examination using the Berkeley puppet interview. *International Journal of Behavioural Development*, *37*, 309–318.
- Zahn-Waxler, C., Klimes-Dougan, B., & Slattery, M. J. (2000). Internalizing problems of childhood and adolescence: Prospects, pitfalls, and progress in understanding the development of anxiety and depression. *Development and Psychopathology*, *12*, 443–466.
- Zarra-Nezhad, M., Kiuru, N., Aunola, K., Zarra-Nezhad, M., Ahonen, T., Poikkeus, A.-M., ... Nurmi, J. (2014). Social withdrawal in children moderates the association between parenting styles and the children's own socioemotional development. *Child Psychology and Psychiatry*, *55*, 1260–1269.



## Ενότητα 26: Ομάδες στην Κοινωνική Ψυχολογία

Anita Tóth-Bakos, Tímea Mészáros, Attila Mészáros, J. Selye University, Σλοβακία

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η έννοια της κοινωνικής ομάδας συνδέεται κυρίως με τους κλάδους της κοινωνιολογίας και της κοινωνικής ψυχολογίας. Αν και όροι όπως ομάδα ή κοινωνική ομάδα χρησιμοποιούνται συχνά, η συμμετοχή σε ομάδες είναι ένα συνηθισμένο φαινόμενο της καθημερινής ζωής, υπάρχουν διάφοροι ορισμοί και διαφορετικές αντιλήψεις για τους όρους αυτούς. Μπορούμε περαιτέρω να δηλώσουμε ότι υπάρχουν πολλοί τύποι ομάδων που βασίζονται σε διαφορετικές διαστάσεις και οι επαγγελματικές αντιλήψεις των όρων υποδεικνύουν επίσης διαφορετικούς τύπους συμμετοχής σε ορισμένες ομάδες. Ωστόσο, μπορούμε κοινά να πούμε ότι κάθε άτομο είναι ή γίνεται μέλος πολλών ομάδων κατά τη διάρκεια της ζωής του και ότι οι ιδιότητές του σε κάθε ομάδα αλλάζουν δυναμικά με την αλλαγή των συνθηκών και άλλων περιστάσεων της ζωής. Μπορούμε να συμπεράνουμε ότι το προαναφερθέν θέμα περιβάλλει την καθημερινή μας ζωή με πολύ πιο πολύχρωμο και ποικιλόμορφο τρόπο απ' ό,τι φαίνεται εκ πρώτης όψεως. Είναι εξαιρετικά χρήσιμο να συνειδητοποιήσουμε και να κατατάξουμε τις ομάδες στις οποίες είμαστε μέλη, να συνειδητοποιήσουμε τη θέση μας σε αυτές και να αναδείξουμε τον τρόπο με τον οποίο αυτές οι κοινωνικές ομάδες καθορίζουν τη ζωή μας. Είναι πολύ πολύτιμο να παρατηρήσουμε πώς αυτές οι ομάδες αλλάζουν κατά τη διάρκεια της ζωής μας ή πώς αλλάζει η θέση μας σε ορισμένες από αυτές.

### Λέξεις Κλειδιά

Η ενότητα αυτή επικεντρώνεται στον ορισμό του όρου κοινωνική ομάδα. Μια ομάδα είναι μια ομαδοποίηση πολλών ατόμων, εντός της ομάδας υπάρχει χαρακτηριστική κοινωνική αλληλεπίδραση και μια ορισμένη εσωτερική δομή. Το μάθημα εστιάζει περαιτέρω στην πλούσια και ποικίλη κατηγοριοποίηση των κοινωνικών ομάδων και στα χαρακτηριστικά της δομής των κοινωνικών ομάδων και στις υπάρχουσες θέσεις, ρόλους και στάτους εντός αυτής της δομής.

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας:

- Οι φοιτητές θα είναι σε θέση να ορίσουν και να κατανοήσουν σωστά τον όρο κοινωνική ομάδα.
- Οι φοιτητές θα είναι σε θέση να προσδιορίσουν και να ταξινομήσουν τις κοινωνικές ομάδες σύμφωνα με διαφορετικές οπτικές γωνίες.
- Οι μαθητές / φοιτητές θα κατανοήσουν τη δυναμική και την εσωτερική δομή των κοινωνικών ομάδων.
- Οι φοιτητές θα είναι σε θέση να προσδιορίσουν τις διάφορες θέσεις, καταστάσεις εντός της δομής της ομάδας, να κατανοήσουν σωστά τις έννοιες της κοινωνικής θέσης, του ρόλου.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

#### *Δραστηριότητα πριν το μάθημα – στο σπίτι*

Οι φοιτητές θα λάβουν ένα βίντεο με τίτλο «Ομάδες στην Κοινωνική Ψυχολογία», το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι «Flipped Methods in Psychology» στο YouTube.

Οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα προ δοκιμίου τεστ με τίτλο «Ομάδες στην Κοινωνική Ψυχολογία», δείτε παράρτημα του παρόντος εγχειριδίου.

Ο διδάσκοντας θα αξιολογήσει τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποσοτικά όσο και ποιοτικά, γεγονός που θα του/της επιτρέψει να προετοιμάσει και να διαμορφώσει το μάθημα.

### ***Δραστηριότητες Μαθήματος – συνίσταται εντός της τάξης***

Ο διδάσκοντας διαχειρίζεται δραστηριότητες που έχει προετοιμάσει και είναι εστιασμένες στο θέμα του μαθήματος

### ***Δραστηριότητα 1: Ομάδες που είμαι μέλος***

Λίστα με τις ομάδες που είναι μέλη.

Εστίαση Δραστηριότητας: Στόχος της δραστηριότητας είναι να αναδείξει την ποικιλομορφία των κοινωνικών ομάδων στις οποίες ένα άτομο είναι σήμερα μέλος. Εκ πρώτης όψεως, δεν έχουμε καν επίγνωση σε πόσες πολλές ομάδες είμαστε ενεργά μέλη.

Στόχοι: Ο κύριος στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στη σημασία της ένταξης σε ορισμένες ομάδες, να τονίσει το γεγονός ότι είμαστε μέλη σε πολύ περισσότερες ομάδες απ' ό,τι αρχικά νομίζουμε, ότι ορισμένες συμμετοχές δεν είναι δική μας επιλογή, ότι ορισμένες συμμετοχές επηρεάζονται από εμάς και άλλες όχι. Στόχος της δραστηριότητας είναι επίσης να επισημανθεί πώς αυτές οι ιδιότητές μας επηρεάζουν και διαμορφώνουν την καθημερινή μας ζωή, την προσωπικότητά μας, τη συμπεριφορά μας.

Σχέδιο αλληλεπίδρασης: ατομική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 1

Υλικά, εργαλεία: χαρτί και στυλό για να καταγράψουν οι συμμετέχοντες τις απαντήσεις τους.

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 10 λεπτά - 15 λεπτά για την προετοιμασία του καταλόγου και άλλα 5 λεπτά για τη συζήτηση (η διάρκεια της συζήτησης εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων)

Διαδικασία: Ο διδάσκοντας θα ζητήσει από τους φοιτητές να δημιουργήσουν έναν κατάλογο με τουλάχιστον 30 κοινωνικές ομάδες στις οποίες είναι σήμερα μέλη. Είναι σημαντικό να εστιάσει την προσοχή στις διαφορετικές ταξινομήσεις και τύπους κοινωνικών ομάδων, ώστε οι συμμετέχοντες να επιλέξουν από ένα, όσο το δυνατόν, ευρύτερο φάσμα πιθανών ομάδων.

Ο διδάσκοντας πρέπει να είναι ο συντονιστής. Διαχειρίζεται τη ροή της δραστηριότητας και δίνει συνεχώς ιδέες για την επιλογή των μελών με βάση τις ταξινομήσεις, ώστε οι συμμετέχοντες να μπορούν να συμπληρώσουν τον κατάλογο των 30 θέσεων. Εκ πρώτης όψεως, η δημιουργία μιας λίστας μπορεί να αποτελεί πρόκληση, αλλά με προσεκτική και πολύπλευρη σκέψη, το έργο ολοκληρώνεται εύκολα. Ο διδάσκοντας θα εφιστά επίσης συνεχώς την προσοχή σε εκείνες τις επιλογές όπου κάποιος γίνεται μέλος μιας συγκεκριμένης ομάδας αυτόματα ή ασυνείδητα ή όχι από επιλογή.

Η δραστηριότητα επιτρέπει την ευέλικτη παραλλαγή και αλλαγή των συνθηκών και των κανόνων - π.χ. ο διδάσκοντας μπορεί να μειώσει το μέγεθος του καταλόγου ή να διατυπώσει συγκεκριμένα κριτήρια για την επιλογή των ομάδων (π.χ. ομάδες που σχετίζονται με μια δραστηριότητα ελεύθερου χρόνου, εξωτερικά ή εσωτερικά χαρακτηριστικά, δημογραφικά

χαρακτηριστικά κτλ.) ή μπορεί να προτείνει μια ομαδική μορφή εργασίας αντί για ατομική, όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να κάνουν ο ένας στον άλλο προτάσεις για τις θέσεις μελών.

### ***Δραστηριότητα 2 2: Άνθρωποι σε κουτιά***

Ένα παιχνίδι βασισμένο σε ένα βίντεο του YouTube με τίτλο "Don't Put People in Boxes".

Επίκεντρο Δραστηριότητας: Η δραστηριότητα επικεντρώνεται στο να συνειδητοποιήσουμε σε πόσες ομάδες ανήκουμε και πόσοι άνθρωποι γύρω μας επηρεάζονται από την ίδια ιδιότητα ως μέλους. Η δραστηριότητα στοχεύει στο να δείξει το γνωστό ρητό "Μην κρίνεις ένα βιβλίο από το εξώφυλλό του!".

Στόχοι: Στόχος της δραστηριότητας είναι να εστιάσει την προσοχή στο γεγονός ότι κρίνουμε και κατηγοριοποιούμε τους ανθρώπους ακόμη και όταν δεν τους γνωρίζουμε, και οι κρίσεις αυτές μπορεί να είναι μη ρεαλιστικές. Από την άλλη πλευρά, καθώς κρίνουμε, κρινόμαστε και εμείς από τους άλλους, ίσως και μη ρεαλιστικά.

Αλληλεπιδραστικό μοτίβο: ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: ελάχιστος αριθμός 3

Υλικά, εργαλεία: ελεύθερος χώρος κατάλληλος για κίνηση, επιπλέον για τον διδάσκοντα προσχεδιασμένες δηλώσεις, χαρακτηριστικά.

Διάρκεια της δραστηριότητας: τουλάχιστον 20 λεπτά (εξαρτάται από τον αριθμό των προπρωτοιμασμένων προτάσεων)

Διαδικασία: Οι συμμετέχοντες στέκονται στη μία πλευρά της αίθουσας, στον χώρο παιχνιδιού. Ο διδάσκοντας διαβάσει διάφορες δηλώσεις, χαρακτηριστικά. Εάν η δεδομένη πρόταση ισχύει για τον συμμετέχοντα, αυτός/αυτή πηγαίνει στην άλλη πλευρά της τάξης, στο χώρο παιχνιδιού. Οι συμμετέχοντες μετακινούνται με αυτόν τον τρόπο καθ' όλη τη διάρκεια της δραστηριότητας, ανάλογα με το αν η τρέχουσα δήλωση είναι αληθής ή ψευδής γι' αυτούς ή όχι.

Στην περίπτωση αυτής της δραστηριότητας, ο διδάσκοντας είναι ο συντονιστής της δραστηριότητας, ο οποίος διαχειρίζεται την εξέλιξη της. Είναι απαραίτητο να παρατηρεί προσεκτικά την κατάσταση και, αν χρειαστεί, να αντιμετωπίζει βοηθητικά τις αντιδράσεις των συμμετεχόντων. Είναι πολύ σημαντικό να φροντίσετε να δημιουργήσετε και να διατηρήσετε ένα ασφαλές και αποδεκτό περιβάλλον, καθώς ευαίσθητα θέματα ή δηλώσεις μπορεί να κάνουν τους συμμετέχοντες να αισθανθούν άβολα.

Η δραστηριότητα δίνει την ευκαιρία για ευέλικτη μεταβολή και αλλαγή των συνθηκών και των κανόνων - ο διδάσκοντας μπορεί να καθορίσει το θέμα ή την πρόθεση των προτάσεων για ένα συγκεκριμένο θέμα ή μπορεί να καλέσει τους συμμετέχοντες να προτείνουν διαφορετικές δηλώσεις, χαρακτηριστικά.

### **Δραστηριότητα μετά το μάθημα:**

Οι φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (προ δοκιμίου) με τίτλο «Ομάδες στην Κοινωνική Ψυχολογία», δείτε το παράρτημα του παρόντος εγχειριδίου. Ο διδάσκοντας αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί για το μάθημα.

Για την ολοκλήρωση και σύνοψη του θέματος με στόχο τον αναστοχασμό και την παροχή ανατροφοδότησης, είναι χρήσιμο να δοθεί μια εργασία, μια λιγότερο τυπική δραστηριότητα στο πνεύμα της δημιουργικής εργασίας.

### ***Δραστηριότητα 3: Mentimeter Σε Κοινωνικές Ομάδες***

Το Mentimeter (ένα διαδικτυακό εργαλείο) μπορεί να χρησιμοποιηθεί με πολλούς τρόπους για να αξιολογήσει το μαθησιακό επίπεδο των φοιτητών. Εδώ θα δείτε κάποιες ιδέες ως προς το πώς μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε στο θέμα της ενότητας μας Κοινωνικές Ομάδες:

- **Κουίζ:** Δημιουργήστε ένα κουίζ στο Mentimeter με ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής ή σωστού/λάθους για να ελέγξετε την κατανόηση του θέματος από τους φοιτητές.
- **Διαμορφωτική αξιολόγηση:** Χρησιμοποιήστε το Mentimeter για να αξιολογήσετε τη μάθηση των φοιτητών κατά τη διάρκεια ενός μαθήματος ή μιας δραστηριότητας. Δημιουργήστε μια έρευνα ή δημοσκόπηση για να θέσετε ερωτήσεις σχετικές με το περιεχόμενο που καλύπτεται.
- **Εισιτήρια εξόδου:** Χρησιμοποιήστε το Mentimeter για να συγκεντρώσετε ανατροφοδότηση από τους φοιτητές στο τέλος ενός μαθήματος ή μιας δραστηριότητας. Ζητήστε τους να μοιραστούν τι έμαθαν ή τι απορίες έχουν.
- **Αναστοχασμός:** Χρησιμοποιήστε το Mentimeter για αναστοχασμό. Ζητήστε τους να μοιραστούν τι βρήκαν πιο δύσκολο ή ενδιαφέρον κατά τη διάρκεια του μαθήματος ή μιας δραστηριότητας.

Το Mentimeter παρέχει ανατροφοδότηση σε πραγματικό χρόνο που μπορεί να σας βοηθήσει να προσαρμόσετε τη διδασκαλία σας ώστε να ανταποκρίνεται καλύτερα στις ανάγκες των φοιτητών σας. Η εφαρμογή είναι επίσης εύχρηστη και μπορεί να χρησιμοποιηθεί από οποιαδήποτε συσκευή με σύνδεση στο διαδίκτυο, καθιστώντας την ένα βολικό εργαλείο για την αξιολόγηση στην τάξη.

### **Σημειώσεις προς Διδάσκοντα**

Με στόχο τη συμπλήρωση των γνώσεων με άλλες σχετικές πληροφορίες ή σημεία ενδιαφέροντος, σας προτείνουμε τα ακόλουθα βίντεο:

- • What is Social group? Explain Social group, Define Social group, Meaning of Social group, διαθέσιμο στο κανάλι Audioversity YouTube
- • Communities for Kids - Types of Communities | Social Studies for Kids | Kids Academy, διαθέσιμο στο κανάλι Kids Academy YouTube
- • Social Groups: Crash Course Sociology #16, διαθέσιμο στο κανάλι CrashCourse YouTube

Ενδεχομένως σε σχέση με τη Δραστηριότητα 2 που αναφέρθηκε παραπάνω, για έμπνευση, προτείνουμε να δείξετε στο τέλος της δραστηριότητας το παρακάτω βιντεοσκοπημένο υλικό:

- • Don't Put People in Boxes, διαθέσιμο στο κανάλι NewHope Church YouTube
- • All That We Are, διαθέσιμο στο κανάλι Penn State Student Affairs YouTube
- • You Can't Put People in Boxes | King David, διαθέσιμο στο κανάλι Zetigon YouTube

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

<https://projects.sjf.edu/media-and-diversity-fall-2020/2020/11/06/dont-put-people-in-boxes/>

<https://open.lib.umn.edu/sociology/chapter/6-1-social-groups/>

<https://www.studysmarter.co.uk/explanations/social-studies/social-relationships/social-groups/>

<https://www.coursesidekick.com/sociology/study-guides/boundless-sociology/types-of-social-groups>

Schaefer, R. T. (2010). Sociology: A brief introduction 12th edition. MCGRAW-HILL US HIGHER ED.

## Ενότητα 27: Συνεργατική Μάθηση

*Graça Bidarra, Piedade Vaz-Rebello  
University of Coimbra, Πορτογαλία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η συνεργατική μάθηση είναι μια μεθοδολογία διδασκαλίας και μάθησης που περιλαμβάνει φοιτητές που εργάζονται σε μικρές ομάδες για να βοηθήσουν ο ένας τον άλλον να μάθουν το ακαδημαϊκό περιεχόμενο. Αποτελείται από δύο αλληλένδετες συνιστώσες: την εργασία σε καθήκοντα και την ομαδική εργασία. Η εργασία καθήκοντος αναφέρεται στην εκτέλεση ακαδημαϊκών εργασιών, ενώ η ομαδική εργασία περιλαμβάνει την εκτέλεσή τους σε ομάδα. Η συνεργασία αναδεικνύεται ως ένας τρόπος επίτευξης ενός στόχου που τα άτομα δεν θα μπορούσαν να επιτύχουν μόνα τους. Η θετική αλληλεξάρτηση αποτελεί βασικό χαρακτηριστικό της συνεργατικής μάθησης, η οποία περιλαμβάνει την αλληλεξάρτηση των σκοπών, των καθηκόντων, των πόρων και του περιβάλλοντος/χώρου. Η συνεργατική μάθηση λαμβάνει χώρα όχι μόνο όταν τα μέλη της ομάδας εργάζονται για έναν κοινό σκοπό, αλλά και όταν κάθε μέλος είναι υπεύθυνο για την επιτυχία ή την αποτυχία της ομάδας.

Το μαθησιακό περιβάλλον για τη συνεργατική μάθηση χαρακτηρίζεται από δημοκρατικές διαδικασίες και ενεργούς ρόλους των μαθητών / φοιτητών στη λήψη αποφάσεων για το τι πρέπει να μελετηθεί και πώς. Ο διδάσκοντας μπορεί να παρέχει υψηλό βαθμό δομής στη συγκρότηση ομάδων και στον καθορισμό των γενικών διαδικασιών, αλλά οι μαθητές / φοιτητές αφήνονται να ελέγχουν τις αλληλεπιδράσεις από λεπτό σε λεπτό μέσα στις ομάδες τους. Είναι απαραίτητο να διδαχθούν κοινωνικές δεξιότητες απαραίτητες για την ομαδική εργασία, όπως ο έπαινος, η ενθάρρυνση, το να ζητούν βοήθεια, η σαφής επικοινωνία, η αποδοχή των διαφορών, η ακρόαση, η βοήθεια προς τους άλλους και η παρακίνηση των μαθητών / φοιτητών να τις χρησιμοποιούν.

Η συνεργατική μάθηση είναι μια δομημένη δραστηριότητα όπου οι φοιτητές αναπτύσσουν ακαδημαϊκές δεξιότητες και σχέσεις αλληλεγγύης και αλληλοβοήθειας. Ο Arends (2012) περιέγραψε έξι φάσεις που εμπλέκονται σε ένα μάθημα συνεργατικής μάθησης, μεταξύ των οποίων ο εκπαιδευτικός θέτει τους στόχους του μαθήματος, παρουσιάζει πληροφορίες, οργανώνει τους φοιτητές σε ομάδες μελέτης, βοηθά τους φοιτητές στην εκτέλεση αλληλεξαρτώμενων εργασιών, παρουσιάζει το τελικό προϊόν της ομάδας ή ελέγχει τι έχουν μάθει οι φοιτητές και αναγνωρίζει τις ομαδικές και ατομικές προσπάθειες.

Υπάρχουν διαφορετικές δομές για τη συνεργατική μάθηση, όπως παζλ, συνεργατικό σενάριο, σκέφτομαι (εργασία σε ζευγάρια-μοιράζομαι), ομαδική διερεύνηση.

- Η Jigsaw μέθοδος περιλαμβάνει την ανάθεση των φοιτητών σε ετερογενείς ομάδες μελέτης πέντε ή έξι ατόμων, τη διαίρεση του περιεχομένου σε υποθέματα και την ανάθεση σε κάθε μέλος της ομάδας της ευθύνης για την εκμάθηση ενός υποθέματος. Δημιουργούνται νέες ομάδες που συγκεντρώνουν τους φοιτητές που είναι υπεύθυνοι για την ανάλυση ενός συγκεκριμένου θέματος και κάθε "ειδικός συμμετέχων" επιστρέφει στην αρχική ομάδα για να μοιραστεί τις γνώσεις του. Χρησιμοποιείται ένα κουίζ για να ελεγχθεί τι έχουν μάθει.
- Η συνεργατική συγγραφή σεναρίων περιλαμβάνει τους φοιτητές που εργάζονται σε μικρές ομάδες ή αμοιβαία ζεύγη, διαβάζουν ένα μέρος του κειμένου και προσπαθούν να επαναλάβουν τις πληροφορίες χωρίς να κοιτάζουν το κείμενο. Το άλλο μέλος σχολιάζει τη δραστηριότητα του προηγούμενου μέλους χωρίς να κοιτάζει το κείμενο και τα δύο μέλη επεξεργάζονται τις πληροφορίες από κοινού. Αλλάζουν ρόλους και επαναλαμβάνουν όσα τμήματα του κειμένου υπάρχουν.

- Το Think-Pair-Share περιλαμβάνει τη σύζευξη κάθε φοιτητή με έναν άλλο ή μια μικρή ομάδα, την ολοκλήρωση μιας σύντομης παρουσίασης ή την ανάγνωση μιας εργασίας ή μιας αιγισματικής κατάστασης, την ανταλλαγή και τη συζήτηση του θέματος με έναν σύντροφο και την επέκταση σε μια συζήτηση σε ολόκληρη την τάξη.
- Στην ομαδική διερεύνηση, οι φοιτητές μπορούν να συμμετέχουν στο σχεδιασμό τόσο των θεμάτων προς μελέτη όσο και των τρόπων με τους οποίους θα προχωρήσουν στις έρευνές τους. Σχηματίζονται ετερογενείς ομάδες πέντε ή έξι ατόμων, είτε από τον εκπαιδευτικό είτε από τους φοιτητές, και αυτοί επιλέγουν θέματα προς μελέτη, συνεχίζουν σε βάθος έρευνες σε επιλεγμένα υποθέματα και προετοιμάζουν και παρουσιάζουν μια έκθεση σε όλη την τάξη.

Η συνεργατική μάθηση έχει πολλά πλεονεκτήματα και υπήρχε ήδη σε παιδαγωγικές προσεγγίσεις από τον 19ο αιώνα. Τα πλεονεκτήματα αυτά περιλαμβάνουν αυξημένα κίνητρα και δέσμευση, βελτιωμένες δεξιότητες κριτικής σκέψης, υψηλότερη επίδοση και συγκράτηση της ύλης, αυξημένη αυτοεκτίμηση και κοινωνικές δεξιότητες και καλύτερες σχέσεις με τους συμμαθητές / φοιτητές και τους εκπαιδευτικούς. Προωθεί επίσης την αίσθηση της κοινότητας και της συνεργασίας μεταξύ των φοιτητών.

#### Λέξεις Κλειδιά

Η ενότητα επικεντρώνεται στη συνεργατική μάθηση και τα βασικά συστατικά της, καθορίζοντας τους ρόλους τόσο των εκπαιδευτικών όσο και των φοιτητών. Καλύπτει επίσης τις διάφορες φάσεις που εμπλέκονται σε ένα μάθημα συνεργατικής μάθησης και διερευνά διάφορες στρατηγικές συνεργατικής μάθησης.

#### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας, οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

- Περιγράψουν τα βασικά χαρακτηριστικά της συνεργατικής μάθησης
- Προσδιορίσουν τους εκπροσώπους της συνεργατικής μάθησης
- Εργάζονται αποτελεσματικά σε μικρές ομάδες για την επίτευξη ενός κοινού ακαδημαϊκού στόχου, επιδεικνύοντας θετική αλληλεξάρτηση και ευθύνη τόσο για την ατομική όσο και για την ομαδική επιτυχία.
- Προσδιορίσουν κοινωνικές δεξιότητες απαραίτητες για την ομαδική εργασία, όπως ο έπαινος, η ενθάρρυνση, η αίτηση βοήθειας, η σαφής επικοινωνία, η αποδοχή των διαφορών, η ακρόαση, η βοήθεια προς τους άλλους και η παρακίνηση των συμμαθητών / φοιτητών.
- Περιγράψουν τις κύριες φάσεις ενός συνεργατικού μαθήματος.
- Χαρακτηρίσουν διάφορες στρατηγικές συνεργατικής μάθησης, όπως το παζλ, η συνεργατική σεναριοποίηση, η συνεργατική σκέψη σε ζευγάρια-μοίρασμα και η ομαδική διερεύνηση, για να διευκολύνουν τη δική τους μάθηση και τη μάθηση των συμμαθητών τους.
- Αναλύσουν τα οφέλη της συνεργατικής μάθησης όσον αφορά την ακαδημαϊκή επίδοση, τις κοινωνικές σχέσεις και την προσωπική ανάπτυξη.

#### Δραστηριότητα πριν το μάθημα – Στο σπίτι

- Οι μαθητές / φοιτητές θα λάβουν ένα βίντεο με τίτλο "Συνεργατική μάθηση", το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube
- Οι φοιτητές θα συμπληρώσουν ένα προ-δοκιμίου τεστ (βλ. παράρτημα)
- Ο διδάσκοντας θα αξιολογήσει ποσοτικά τα συμπληρωμένα τεστ, τα οποία θα του επιτρέψουν να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

#### Διαδραστικό Μοντέλο

##### Δραστηριότητα 1. Jigsaw

Στόχοι: Να βιώσουν την εμπειρία του Jigsaw και να γνωρίσουν τις διάφορες στρατηγικές συνεργατικής μάθησης.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Εργασία σε ομάδα

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 15

Υλικά και εργαλεία: Χαρτί, μολύβι.

Διάρκεια της δραστηριότητας: 45 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Το παζλ εφαρμόζεται προκειμένου να αναλυθούν διαφορετικές στρατηγικές συνεργατικής μάθησης. Στο πλαίσιο αυτό οι φοιτητές κατανέμονται σε ετερογενείς ομάδες μελέτης πέντε ή έξι ατόμων. Σε κάθε ομάδα παρουσιάζονται πέντε στρατηγικές συνεργατικής μάθησης που χωρίζουν το περιεχόμενο σε υποθέματα. Κάθε στοιχείο της ομάδας καθίσταται υπεύθυνο για την εκμάθηση ενός υποθέματος, στη συνέχεια αναμειγνύεται με φοιτητές από άλλες ομάδες που έχουν μελετήσει το ίδιο επιμέρους θέμα για να σχηματίσουν μια νέα ομάδα όπου κάθε μέλος είναι ειδικός σε διαφορετικό τομέα. Αυτή η ομάδα ονομάζεται "ομάδα εμπειρογνομόνων", καθώς έχει ως στόχο να αναλύσει σε βάθος το συγκεκριμένο επιμέρους θέμα. Στη συνέχεια, κάθε "ειδικός συμμετέχων" επιστρέφει στην αρχική ομάδα και μοιράζεται τις γνώσεις που έχει δημιουργήσει.

Ένα κουίζ χρησιμοποιείται για να ελεγχθεί τι έχουν μάθει οι μαθητές / φοιτητές.

Δραστηριότητα 2. Think-Pair-Share

Στόχοι: Να βιώσουν την εμπειρία Think-Pair-Share και να εντοπίσουν τα πλεονεκτήματα και τις προκλήσεις της συνεργατικής μάθησης.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Ατομική εργασία, εργασία σε ζεύγη, όλη η τάξη.

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: Συγκέντρωση σε δύο ομάδες, με τη συμμετοχή όλων των φοιτητών: Χαρτί, μολύβι.

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Ζητήστε από τους φοιτητές να σκεφτούν ένα πλεονέκτημα της συνεργατικής μάθησης και στη συνέχεια να σχηματίσουν ζευγάρια με έναν συνεργάτη για να μοιραστούν τις ιδέες τους. Μετά την ανταλλαγή, τα ζευγάρια μπορούν να συζητήσουν τις ιδέες τους και να καταλήξουν σε μια συνδυασμένη απάντηση που θα μοιραστούν με την τάξη. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται, αυτή τη φορά λαμβάνοντας υπόψη τις προκλήσεις που σχετίζονται με τη συνεργατική μάθηση.

Δραστηριότητα μετά το μάθημα

- Οι φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ μετά-δοκιμίου (βλ. παράρτημα)
- Ο διδάσκοντα αναλύει ποσοτικά και ποιοτικά τα αποτελέσματα του τεστ αυτού και βλέπει εάν ανταποκρίνονται στις ανάγκες του μαθήματος.

Αξιολόγηση και Συστάσεις

Η αξιολόγηση περιλαμβάνει διάφορους δείκτες, συμπεριλαμβανομένων των τεστ πριν και μετά το μάθημα, των αποτελεσμάτων στο κουίζ και των σημειώσεων του διδάσκοντα. Επιπλέον, οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο που επικεντρώνεται στην αξιολόγηση του βίντεο.

Η αξιολόγηση πρέπει να είναι μια ολιστική διαδικασία που λαμβάνει υπόψη διάφορους δείκτες για την αξιολόγηση της μάθησης και της προόδου των φοιτητών.

Επιπλέον, η χρήση της αξιολόγησης βίντεο και των ερωτηματολογίων επιτρέπει στους φοιτητές να παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η

ανατροφοδότηση μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν τι λειτουργεί καλά στην τάξη και να εντοπίσουν τομείς προς βελτίωση. Με τη συμμετοχή των φοιτητών στη διαδικασία αξιολόγησης, τους δίνεται φωνή και μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της μαθησιακής εμπειρίας.

Σημειώσεις προς Διδάσκοντα

Ο διδάσκοντας μπορεί να επιλέξει τις δραστηριότητες που ταιριάζουν καλύτερα στην τάξη, λαμβάνοντας υπόψη τον διαθέσιμο χρόνο. Ο εκπαιδευτικός μπορεί επίσης να χρησιμοποιήσει τον διαθέσιμο χρόνο με σύνεση, ώστε να διασφαλίσει ότι οι φοιτητές είναι σε θέση να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα εντός του προβλεπόμενου χρονικού πλαισίου.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Anderson, B. (2018). Young children playing together: A choice of engagement. *European Early Childhood Education Research Journal*. 26, 142–155.

Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th edition). Boston, MA: McGraw-Hill.

Aronson, E., & Patnoe, S. (1997). *The jigsaw classroom: Building cooperation in the classroom*. New York: Longman.

Bidarra G, Santos A, Vaz-Rebelo P, Thiel O, Barreira C, Alferes V, Almeida J, Machado I, Bartoletti C, Ferrini F, Hanssen S, Lundheim R, Moe J, Josephson J, Velkova V, Kostova N. Mapping spontaneous cooperation between children in automata construction workshops. *Education Sciences*. 2021; 11(3):137. <https://doi.org/10.3390/educsci11030137>

Gillies, R. M., & Ashman, A. F. (2003). An historical review of the use of groups to promote socialization and learning. In *Cooperative learning* (pp. 11-28). Routledge.

Herreid, C. F. (1998). Why isn't cooperative learning used to teach science?. *BioScience*, 48(7), 553-559.

Knight, J. (2013). *High impact instruction: A framework for great teaching*. Sage Publications: Thousand Oaks, LA, USA, 2013.19.

Hargreaves, A. (1994). *Changing teachers changing times*. Cassell PLC: London, UK, 1994.

Joyce, B. & Weil, mM. (2003). *Models of teaching*. Prentice.Hall of India New DeIMi-110001

Lyman, L.; Foyle, H. C. (1990). *Cooperative grouping for Interactive learning: Students, teachers, and administrators*. NEA School Restructuring Series. National Education Association of the United States ISBN 0-8106-1842-7

Deutsch, M., Khattr, N., Mitchell, V., Tepavac, L., Zhang, Q., Weitzman, E. A., Lynch, R. (1992). *The Effects of training in cooperative learning and conflict resolution in an alternative High School*. International Center for Cooperation and Conflict Resolution, Box 53, Teachers College, Columbia University, New York, NY <https://eric.ed.gov/?id=ED359272>

Slavin, R.E. (1995). *Cooperative learning: Theory, research, and practice* (2nd edition). Boston: Allyn & Bacon

## Ενότητα 28: Ταυτότητα

*Piedade Vaz-Rebelo, Graça Bidarra  
University of Coimbra, Πορτογαλία*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η οικοδόμηση της ταυτότητας είναι μια σύνθετη διαδικασία που ξεκινά από τη γέννηση και συνεχίζεται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής. Η ταυτότητα έχει μελετηθεί σε διάφορους τομείς, όπως η ψυχολογία, η φιλοσοφία, η τέχνη, η εκπαίδευση και η υγεία. Ο Erik Erikson είναι ένας από τους συγγραφείς με τη μεγαλύτερη επιρροή στο θέμα της ταυτότητας, γνωστός για την ανάπτυξη της έννοιας της "κρίσης ταυτότητας". Πρότεινε μια θεωρία της ανθρώπινης ανάπτυξης που περιγράφει την εξέλιξη του εγώ μέσα από μια σειρά σταδίων και την επιγένεση της ταυτότητας. Η θεωρία του Erikson είναι μοναδική, καθώς συνδυάζει βιολογικές και κοινωνικές πτυχές και λαμβάνει υπόψη της πολιτιστικούς, κοινωνικούς και ιστορικούς παράγοντες.

Η θεωρία του κύκλου ζωής που πρότεινε ο Erikson αποτελείται από οκτώ στάδια ανάπτυξης, καθένα από τα οποία χαρακτηρίζεται από μια κρίση που πρέπει να επιλυθεί για να επέλθει η ανάπτυξη. Τα στάδια περιλαμβάνουν την εμπιστοσύνη έναντι της δυσπιστίας, την αυτονομία έναντι της ντροπής και της αμφιβολίας, την πρωτοβουλία έναντι της ενοχής, την ικανότητα έναντι της κατωτερότητας, την ταυτότητα έναντι της σύγχυσης ταυτότητας, την οικειότητα έναντι της απομόνωσης, τη γεννητικότητα έναντι της στασιμότητας και την ακεραιότητα του εγώ έναντι της απελπισίας. Η επίλυση κάθε κρίσης βασίζεται στην επίλυση της προηγούμενης και η αποτυχία επίλυσης μιας κρίσης μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις στην ανάπτυξη του ατόμου.

Η οικοδόμηση της ταυτότητας αρχίζει με την ανάπτυξη της εμπιστοσύνης έναντι της δυσπιστίας στη βρεφική ηλικία, η οποία σχετίζεται με την ποιότητα της σχέσης με τη φιγούρα του φροντιστή. Η αυτονομία έναντι της ντροπής και της αμφιβολίας είναι η επόμενη κρίση και επικεντρώνεται στην εξερεύνηση του κόσμου από το παιδί και στην ανάπτυξη της αίσθησης του εαυτού. Η ψυχοκοινωνική κρίση κατά το στάδιο της πρωτοβουλίας έναντι της ενοχής αφορά την ανάπτυξη της αίσθησης της πρωτοβουλίας και της ολοκλήρωσης έναντι των συναισθημάτων ενοχής και κατωτερότητας. Το στάδιο αυτό σχετίζεται με το σχολείο και το στοιχείο της ταυτότητας που αναπτύσσεται κατά τη διάρκεια αυτού του σταδίου είναι η αίσθηση της ικανότητας.

Η εφηβεία είναι μια περίοδος σημαντικής ανάπτυξης της ταυτότητας και η κρίση ταυτότητας είναι μια κανονιστική κρίση που συμβαίνει κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Η κρίση περιλαμβάνει την αναζήτηση μιας συνεκτικής αίσθησης του εαυτού και μιας θέσης στην κοινωνία. Οι έφηβοι πρέπει να εξισορροπήσουν τις δικές τους ανάγκες και επιθυμίες με τις προσδοκίες και τις απαιτήσεις της κοινωνίας. Η αποτυχία επίλυσης της κρίσης μπορεί να οδηγήσει σε σύγχυση ταυτότητας, αρνητική αυτοεικόνα και έλλειψη κατεύθυνσης στη ζωή.

Η ανάπτυξη της ταυτότητας συνεχίζεται στην ενηλικίωση, με την ψυχοκοινωνική κρίση κατά το στάδιο της οικειότητας έναντι της απομόνωσης να περιλαμβάνει την ανάπτυξη στενών σχέσεων και την ικανότητα δέσμευσης απέναντι σε άλλους. Το στάδιο της γεννητικότητας έναντι της στασιμότητας περιλαμβάνει την ανησυχία για τις μελλοντικές γενιές και την ικανότητα συνεισφοράς στην κοινωνία. Τέλος, το στάδιο της ακεραιότητας του εγώ έναντι της απελπισίας περιλαμβάνει τον προβληματισμό για τη ζωή και την αίσθηση ικανοποίησης ή λύπης.

Συνολικά, η οικοδόμηση της ταυτότητας είναι μια δια βίου διαδικασία που περιλαμβάνει την αλληλεπίδραση μεταξύ ατομικών και κοινωνικών παραγόντων. Η θεωρία του κύκλου ζωής του

Erikson παρέχει ένα πλαίσιο για την κατανόηση των διαφορετικών σταδίων ανάπτυξης και των κρίσεων που πρέπει να επιλυθούν για την ανάπτυξη της ταυτότητας. Η θεωρία τονίζει τη σημασία των πολιτισμικών, κοινωνικών και ιστορικών παραγόντων, καθώς και το ρόλο των σχέσεων στην οικοδόμηση της ταυτότητας. Ακολουθώντας τη θεωρία του Erikson, άλλοι συγγραφείς διερεύνησαν περαιτέρω την έννοια της ταυτότητας και τη λειτουργικότητά της προκειμένου να εντοπίσουν διάφορα στιλ ή καταστάσεις στην ανάπτυξή της. Ειδικότερα, οι J. Marcia και Waterman έχουν συμβάλει σημαντικά σε αυτόν τον τομέα.

### Λέξεις Κλειδιά

Η ενότητα αυτή επικεντρώνεται στην έννοια της ταυτότητας και διερευνά τη θεωρία της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης που ανέπτυξε ο E. Erikson. Εξετάζει συναφείς έννοιες όπως η επιγενετική αρχή, οι ψυχοκοινωνικές κρίσεις, η επίτευξη της ταυτότητας, το μορατόριουμ, ο αποκλεισμός της ταυτότητας και η σύγχυση της ταυτότητας. Μέσω αυτής της ανάλυσης, η ενότητα στοχεύει στην παροχή μιας ολοκληρωμένης κατανόησης της διαδικασίας κατασκευής της ταυτότητας.

### Μαθησιακοί Στόχοι

Στο τέλος της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να:

- εξηγήσουν την έννοια της ταυτότητας όπως περιγράφεται από τον Erik Erikson και τη σημασία της στην ψυχολογική ανάπτυξη.
- εξηγήσουν την επιγενετική αρχή του Erikson και πώς σχετίζεται με την ανάπτυξη της ταυτότητας.
- αναλύσουν το ρόλο των κοινωνικών και πολιτισμικών παραγόντων στην ανάπτυξη της ταυτότητας.
- περιγράψουν τα κύρια χαρακτηριστικά των οκτώ σταδίων της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης και τις ψυχοκοινωνικές κρίσεις που συνδέονται με κάθε στάδιο.
- αναλύσουν πώς οι πρώιμες εμπειρίες εμπιστοσύνης έναντι δυσπιστίας, αυτονομίας έναντι ντροπής και αμφιβολίας και πρωτοβουλίας έναντι ενοχής διαμορφώνουν την αίσθηση του εαυτού και της ταυτότητας του ατόμου.
- συγκρίνουν και να αντιπαραβάλουν διαφορετικές καταστάσεις ταυτότητας, συμπεριλαμβανομένων της επίτευξης της ταυτότητας, του αποκλεισμού, του μορατόριουμ και της διάχυσης.
- προσδιορίσουν τις διαφορές μεταξύ της σύγχυσης ταυτότητας και της διάχυσης ταυτότητας και πώς σχετίζονται με την ψυχολογική ευημερία.
- εφαρμόσουν τη θεωρία του Erikson για την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη σε σενάρια της πραγματικής ζωής, όπως η κατανόηση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι στην ανάπτυξη της αίσθησης της ταυτότητας.

### Παιδαγωγικές Προσεγγίσεις και Δραστηριότητες

#### Δραστηριότητες πριν το μάθημα – Στο σπίτι

- Οι μαθητές / φοιτητές θα λάβουν ένα βίντεο με τίτλο "Ταυτότητα", το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube
- Οι φοιτητές θα συμπληρώσουν ένα προ-δοκιμίου τεστ (βλ. παράρτημα)
- Ο διδάσκοντας θα αξιολογήσει ποσοτικά τα συμπληρωμένα τεστ, τα οποία θα του επιτρέψουν να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

#### Δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του μαθήματος

#### Δραστηριότητα 1. Χαρτοποίηση Εννοιών

Στόχοι: Κατανόηση της θεωρίας της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης που πρότεινε ο Erikson.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Συζήτηση στην ομάδα

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 4

Υλικά και εργαλεία: Συγκέντρωση σε ομάδες εργασίας: χαρτί και μολύβι

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Αφού παρακολουθήσουν το βίντεο, οι μαθητές / φοιτητές αναπτύσσουν ατομικά έναν εννοιολογικό χάρτη, τον οποίο θα αναλύσουν και θα συζητήσουν αργότερα ως ομάδα, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να συγκρίνουν και να εξετάσουν τον αριθμό των εννοιών και των συνδέσεών τους σε κάθε χάρτη.

Δραστηριότητα 2. Αναστοχαστική γραφή

Στόχοι: Ταυτοποίηση της κατάστασης ταυτότητας

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Ατομική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 1

Υλικά και εργαλεία: χαρτί και μολύβι

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Με βάση τις ερωτήσεις της ημιδομημένης συνέντευξης που προτείνει η J. Marcia σχετικά με την επιλογή του μαθήματος, οι φοιτητές αναπτύσσουν μια αφήγηση την οποία θα συγκρίνουν αργότερα με τις πρωτότυπες απαντήσεις. Αυτό τους επιτρέπει να προσδιορίσουν την κατάσταση της ταυτότητάς τους.

Δραστηριότητα 3. Παιχνίδι ρόλων

Στόχοι: Η δραστηριότητα αυτή ενθαρρύνει τη δημιουργικότητα και μπορεί να βοηθήσει τους φοιτητές να εφαρμόσουν τη θεωρία σε πραγματικές καταστάσεις.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Αλληλεπίδραση: ομαδική εργασία

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 4

Υλικά και εργαλεία: Χαρτί, μολύβι και υλικά που απαιτούνται για το σενάριο

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Οι φοιτητές δημιουργούν και υποδύονται σενάρια που απεικονίζουν τη διαφορετική κατάσταση της θεωρίας της ταυτότητας της Marcia.

Δραστηριότητα 4. Μελέτες Περίπτωσης

Στόχοι: Η δραστηριότητα αυτή ενθαρρύνει τη δημιουργικότητα και μπορεί να βοηθήσει τους φοιτητές να εφαρμόσουν τη θεωρία σε πραγματικές καταστάσεις.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Αλληλεπίδραση: ομαδική εργασία και συζήτηση

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 4

Υλικά και εργαλεία: Χαρτί, μολύβι, θήκες

Διάρκεια της δραστηριότητας: 30 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων και των υποθέσεων.

Διαδικασία: Δώστε στους φοιτητές μελέτες περιπτώσεων που απεικονίζουν τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα άτομα κατά την ανάπτυξη της αίσθησης της ταυτότητας. Σε ομάδες των 4 ατόμων, οι φοιτητές αναλύουν τις μελέτες περιπτώσεων και συζητούν πώς η θεωρία της ταυτότητας του Erikson εφαρμόζεται σε κάθε περίπτωση.

Δραστηριότητα μετά το μάθημα

- Οι φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ μετά-δοκιμίου (βλ. παράρτημα)
- Οι φοιτητές δίνουν μια περίληψη του μαθήματος, συμπεριλαμβανομένου χαρακτηριστικών λέξεων κλειδιών, περιγραφή του τι έμαθαν και δικές τους εισηγήσεις για βελτίωση του μαθήματος.
- Ο διδάσκοντα αναλύει ποσοτικά και ποιοτικά τα αποτελέσματα του τεστ αυτού και βλέπει εάν ανταποκρίνονται στις ανάγκες του μαθήματος.

Αξιολόγηση και Συστάσεις

Η αξιολόγηση περιλαμβάνει διάφορους δείκτες, συμπεριλαμβανομένων των τεστ πριν και μετά το μάθημα, των αποτελεσμάτων στο κουίζ και των σημειώσεων του διδάσκοντα. Επιπλέον, οι φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο που επικεντρώνεται στην αξιολόγηση του βίντεο.

Η αξιολόγηση πρέπει να είναι μια ολιστική διαδικασία που λαμβάνει υπόψη διάφορους δείκτες για την αξιολόγηση της μάθησης και της προόδου των φοιτητών.

Επιπλέον, η χρήση της αξιολόγησης βίντεο και των ερωτηματολογίων επιτρέπει στους φοιτητές να παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η ανατροφοδότηση μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν τι λειτουργεί καλά στην τάξη και να εντοπίσουν τομείς προς βελτίωση. Με τη συμμετοχή των φοιτητών στη διαδικασία αξιολόγησης, τους δίνεται φωνή και μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της μαθησιακής εμπειρίας.

Σημειώσεις προς Διδάσκοντα

Ο διδάσκοντας μπορεί να επιλέξει τις δραστηριότητες που ταιριάζουν καλύτερα στην τάξη, λαμβάνοντας υπόψη τον διαθέσιμο χρόνο. Ο εκπαιδευτικός μπορεί επίσης να χρησιμοποιήσει τον διαθέσιμο χρόνο με σύνεση, ώστε να διασφαλίσει ότι οι φοιτητές είναι σε θέση να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα εντός του προβλεπόμενου χρονικού πλαισίου.

## **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

Anderson, B. (2018). Young children playing together: A choice of engagement. *European Early Childhood Education Research Journal*. 26, 142–155.

Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th edition). Boston, MA: McGraw-Hill.

Aronson, E., & Patnoe, S. (1997). *The jigsaw classroom: Building cooperation in the classroom*. New York: Longman.

Bidarra G, Santos A, Vaz-Rebelo P, Thiel O, Barreira C, Alferes V, Almeida J, Machado I, Bartoletti C, Ferrini F, Hanssen S, Lundheim R, Moe J, Josephson J, Velkova V, Kostova N. Mapping spontaneous cooperation between children in automata construction workshops. *Education Sciences*. 2021; 11(3):137. <https://doi.org/10.3390/educsci11030137>

Gillies, R. M., & Ashman, A. F. (2003). An historical review of the use of groups to promote socialization and learning. In *Cooperative learning* (pp. 11-28). Routledge.

- Herreid, C. F. (1998). Why isn't cooperative learning used to teach science?. *BioScience*, 48(7), 553-559.
- Knight, J. (2013). *High impact instruction: A framework for great teaching*. Sage Publications: Thousand Oaks, LA, USA, 2013.19.
- Hargreaves, A. (1994). *Changing teachers changing times*. Cassell PLC: London, UK, 1994.
- Joyce, B. & Weil, mM. (2003). *Models of teaching*. Prentice.Hall of India New DeIMi-110001
- Lyman, L.; Foyle, H. C. (1990). *Cooperative grouping for Interactive learning: Students, teachers, and administrators*. NEA School Restructuring Series. National Education Association of the United States ISBN 0-8106-1842-7
- Deutsch, M., Khattr, N., Mitchell, V., Tepavac, L., Zhang, Q., Weitzman, E. A., Lynch, R. (1992). *The Effects of training in cooperative learning and conflict resolution in an alternative High School*. International Center for Cooperation and Conflict Resolution, Box 53, Teachers College, Columbia University, New York, NY <https://eric.ed.gov/?id=ED359272>
- Slavin, R.E. (1995). *Cooperative learning: Theory, research, and practice* (2nd edition). Boston: Allyn & Bacon



## Ενότητα 29: Προσδοκίες και Επίδρασή τους στην Τάξη – Το φαινόμενο ‘Πυγμαλίωνα’

*Graça Bidarra, Piedade Vaz- Rebelo, University of Coimbra*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Οι προσδοκίες στο σχολικό πλαίσιο αποτελούν κεντρικό θέμα στους τομείς της ψυχολογίας και της εκπαίδευσης. Ένας ιδιαίτερος τομέας ενδιαφέροντος είναι το "φαινόμενο του Πυγμαλίωνα", το οποίο εξετάζει πώς οι προσδοκίες των εκπαιδευτικών από τους μαθητές / φοιτητές τους μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά τις ακαδημαϊκές επιδόσεις. Αυτό θεωρείται αυτοεκπληρούμενη προφητεία, μια έννοια που προτάθηκε για πρώτη φορά από τον κοινωνιολόγο Robert Merton και αργότερα μελετήθηκε από τον ψυχολόγο Robert Rosenthal και τη διευθύντρια σχολείων Lenore Jacobson στο σχολικό πλαίσιο, τη δεκαετία του 1960. Η μελέτη του Rosenthal, γνωστή ως "Πυγμαλίωνας στην τάξη", έδειξε ότι οι μαθητές / φοιτητές που αναμενόταν να παρουσιάσουν περισσότερα γνωστικά οφέλη από τους δασκάλους τους, παρουσίασαν, πράγματι, περισσότερα από εκείνους που δεν αναμενόταν.

Αναλύονται διάφορα ερωτήματα σχετικά με το φαινόμενο του Πυγμαλίωνα, όπως το κατά πόσον οι προσδοκίες των εκπαιδευτικών μπορούν να επηρεάσουν τις επιδόσεις των μαθητών / φοιτητών, ποιοι παράγοντες αναστέλλουν ή διευκολύνουν αυτό το φαινόμενο και πώς οι προσδοκίες επεξεργάζονται και μεταδίδονται στους μαθητές / φοιτητές. Θεωρείται ότι πρόκειται για ένα αλυσιδωτό φαινόμενο, κατά το οποίο η διαφοροποιημένη συμπεριφορά του εκπαιδευτικού επηρεάζει την αυτοαντίληψη, τα κίνητρα και το επίπεδο φιλοδοξίας του μαθητή, οδηγώντας τον τελικά, να συμμορφωθεί με τις προσδοκίες που του έχουν αποδοθεί. Μεταγενέστερες μελέτες διερεύνησαν παράγοντες που μπορεί να επηρεάσουν το μέγεθος της επίδρασης και την επεξεργασία των προσδοκιών, δηλαδή τα ατομικά χαρακτηριστικά του μαθητή και του παράγοντα των προσδοκιών, τους στόχους της σχέσης και τις μεταβλητές της κατάστασης, όπως οι μεταβάσεις ή οι νέες καταστάσεις. Ο Rosenthal εντόπισε τέσσερις παράγοντες που οι εκπαιδευτικοί τείνουν να κάνουν διαφορετικά για τους μαθητές / φοιτητές για τους οποίους έχουν πιο ευνοϊκές προσδοκίες, συμπεριλαμβανομένης της δημιουργίας θερμότερου κλίματος, δηλαδή όταν χρησιμοποιούν μη-λεκτικά κανάλια επικοινωνίας προσφέροντας περισσότερες πληροφορίες, δίνοντας περισσότερες ευκαιρίες για απαντήσεις και παρέχοντας περισσότερη ανατροφοδότηση. Το φαινόμενο του Πυγμαλίωνα υποδηλώνει ότι οι άνθρωποι μπορούν να επιτύχουν περισσότερα όταν αναμένεται απ' αυτούς κάτι τέτοιο και υπογραμμίζει τη σημασία των θετικών προσδοκιών σε εκπαιδευτικά, εργασιακά και κοινωνικά περιβάλλοντα.

### Βασικά θέματα

Η ενότητα επικεντρώνεται στην εξήγηση εννοιών όπως το φαινόμενο των προσδοκιών ή το φαινόμενο Pygmalion ή αυτοεκπληρούμενη προφητεία και στην περιγραφή της έρευνας που διεξήγαγαν οι Rosenthal και Jacobson. Επιπλέον, η ενότητα διερευνά τους παράγοντες που συμβάλλουν στην εξήγηση της επίδρασης των προσδοκιών στην ακαδημαϊκή επίδοση.

### Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοούν την έννοια της αυτοεκπληρούμενης προφητείας, την προέλευσή της και τις επιπτώσεις της στην εκπαίδευση και την ψυχολογία.

- αναλύουν τα βασικά ευρήματα της έρευνας "Ο Πυγμαλίων στην τάξη" και τον αντίκτυπό της στη μετέπειτα έρευνα στον τομέα αυτό.
- αξιολογούν το ρόλο των προσδοκιών των εκπαιδευτικών στην επίδοση των μαθητών / φοιτητών και να συνειδητοποιούν πως οι προσδοκίες αυτές μπορεί να είναι είτε θετικές είτε αρνητικές.
- προσδιορίζουν τους καθοριστικούς παράγοντες που οδηγούν στο φαινόμενο του Πυγμαλίωνα.
- περιγράφουν τους τέσσερις παράγοντες που πρότεινε ο Rosenthal για να εξηγήσει πώς οι προσδοκίες των εκπαιδευτικών μπορούν να επηρεάσουν τις ακαδημαϊκές επιδόσεις των μαθητών / φοιτητών.

#### Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

Πριν από το μάθημα: Οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να παρακολουθήσουν το βίντεο με τις προσδοκίες, το οποίο είναι διαθέσιμο στο κανάλι YouTube Flipped Methods in Psychology (Ανεστραμμένη μέθοδος διδασκαλίας στην ψυχολογία)

Οι μαθητές / φοιτητές καλούνται επίσης να συμπληρώσουν ένα προκαταρκτικό τεστ με τίτλο Exprectations (βλέπε παράρτημα του παρόντος οδηγού). Ο εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει ποσοτικά τα συμπληρωμένα τεστ, γεγονός που θα του/της επιτρέψει να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

#### Δραστηριότητες που συνιστώνται κατά τη διάρκεια του μαθήματος

##### Δραστηριότητα 1. Παζλ για την ανάλυση των προσδοκιών

Στόχοι: Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει τέσσερις ανοιχτές ερωτήσεις σχετικά με το θέμα προσδοκίες στην τάξη και την έρευνα για το φαινόμενο Pygmalion που πρέπει να αναλυθούν από τους μαθητές / φοιτητές σε ομάδες. Ο εκπαιδευτικός προτείνει να εργαστούν ακολουθώντας τη στρατηγική Jigsaw. Πρόκειται για μια στρατηγική συνεργατικής μάθησης που προτάθηκε αρχικά από τον Aronson και τους συναδέλφους του το 1971. Στόχος της είναι να προωθήσει τη συνεργασία των μαθητών / φοιτητών, την ανάληψη της ευθύνης για τη μάθησή τους και την ανάπτυξη βαθιάς κατανόησης ενός συγκεκριμένου θέματος. Στοχεύει επίσης στην προώθηση της επικοινωνίας και των δεξιοτήτων ομαδικής εργασίας, επιτρέποντας στους μαθητές / φοιτητές να μαθαίνουν ο ένας από τον άλλο

Χρόνος: 30 λεπτά

Υλικά και εργαλεία: φύλλο χαρτιού, μολύβια

Διαδικασία: Οι μαθητές / φοιτητές τοποθετούνται σε ετερογενείς ομάδες μελέτης των τεσσάρων μελών. Στη συνέχεια παρουσιάζονται οι ερωτήσεις και σε κάθε μέλος της ομάδας ανατίθεται ένα επιμέρους θέμα για να γίνει 'ειδικός', με στόχο την απόκτηση εις βάθος γνώσεων στον συγκεκριμένο τομέα. Αφού αποκτηθεί η εξειδικευμένη γνώση, σχηματίζονται νέες ομάδες που συγκεντρώνουν μαθητές / φοιτητές που έχουν γίνει εμπειρογνώμονες στο ίδιο επιμέρους θέμα. Αυτή η ομάδα ονομάζεται "ομάδα εμπειρογνώμωνων" και οι μαθητές / φοιτητές συνεργάζονται για να αναλύσουν και να συζητήσουν λεπτομερώς το επιμέρους θέμα. Μετά την ανάλυση αυτή, κάθε "ειδικός συμμετέχων" επιστρέφει στην αρχική του ομάδα και μοιράζεται τις γνώσεις που έχει αποκτήσει με την υπόλοιπη ομάδα. Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ατομικά ένα κουίζ όπου το αποτέλεσμα συμβάλλει στο αποτέλεσμα της ομάδας.

##### Δραστηριότητα 2. Προσομοίωση σχετικά με το φαινόμενο της προσδοκίας

Στόχοι: Αυτή η δραστηριότητα προσομοίωσης αποσκοπεί στο να βιώσουν οι συμμετέχοντες από πρώτο χέρι το φαινόμενο της προσδοκίας και να προβληματιστούν σχετικά με τον αντίκτυπο

του στην απόδοσή τους. Μπορεί να αποτελέσει έναν ισχυρό τρόπο για να επεξηγηθεί η σημασία της διαχείρισης των προσδοκιών στην τάξη και σε άλλα πλαίσια.

Χρόνος: 45 λεπτά

Υλικά και εργαλεία: εξαρτώνται από τα καθήκοντα

**Διαδικασία:** Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την τάξη σε δύο ομάδες, την ομάδα Α και την ομάδα Β. Κάθε ομάδα θα έχει ίσο αριθμό συμμετεχόντων. Ανατίθεται ένα κοινό έργο και στις δύο ομάδες. Η εργασία μπορεί να είναι οτιδήποτε, από την επίλυση ενός μαθηματικού προβλήματος, τη συγγραφή μιας σύντομης ιστορίας ή την κατασκευή ενός πύργου χρησιμοποιώντας ένα σύνολο υλικών. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να πει πως η εργασία είναι αρκετά απαιτητική ώστε να απαιτεί προσπάθεια και συγκέντρωση. Πριν οι μαθητές / φοιτητές ξεκινήσουν την εργασία, οι εκπαιδευτικοί καλούνται να πουν στην ομάδα Α ότι έχουν επιλεγεί για τις εξαιρετικές δεξιότητες και ικανότητές τους και ότι αναμένεται να αποδώσουν εξαιρετικά καλά στην εργασία. Από την άλλη, θα μπορούν να πουν στην ομάδα Β ότι έχουν επιλεγεί τυχαία και ότι υπάρχουν και ότι δεν υπάρχουν προσδοκίες σχετικά με την απόδοσή τους. Αφήστε και τις δύο ομάδες να εργαστούν στην εργασία για ένα καθορισμένο χρονικό διάστημα, π.χ. 20-30 λεπτά. Στο τέλος του χρόνου, συγκεντρώστε τα αποτελέσματα και των δύο ομάδων. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αντικειμενικά μέτρα για την αξιολόγηση της απόδοσης, όπως το ύψος του πύργου, τον αριθμό των σωστών απαντήσεων ή την ποιότητα της ιστορίας.

Ανακεφαλαιώστε τη δραστηριότητα ζητώντας από τους συμμετέχοντες να προβληματιστούν σχετικά με την εμπειρία τους. Πώς επηρέασαν οι προσδοκίες τις επιδόσεις τους; Ένωσε η ομάδα Α πίεση για καλή απόδοση; Αισθάνθηκε η ομάδα Β λιγότερα κίνητρα; Επηρέασαν οι προσδοκίες την ποιότητα της εργασίας τους;

Αξιολόγηση και συστάσεις

Μετά το μάθημα οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ (post-test) που ονομάζεται The Expectation effect (βλ. παράρτημα του παρόντος οδηγού)

Οι μαθητές / φοιτητές γράφουν επίσης μια περίληψη του μαθήματος, που περιλαμβάνει τον χαρακτηρισμό των βασικών θεμάτων, την περιγραφή του τι έμαθαν και τις προτάσεις για βελτίωση.

Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα συμπληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί πάνω στο μάθημα.

Η αξιολόγηση περιλαμβάνει διάφορους δείκτες, συμπεριλαμβανομένων των τεστ πριν και μετά το μάθημα, της περίληψης του μαθήματος, της ανάλυσης περίπτωσης, των αποτελεσμάτων στο τελικό τεστ και των σημειώσεων του εκπαιδευτικού. Επιπλέον, οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο που επικεντρώνεται στην αξιολόγηση του βίντεο.

Η αξιολόγηση πρέπει να είναι μια ολιστική διαδικασία που να λαμβάνει υπόψη διάφορους δείκτες για την αξιολόγηση της μάθησης και της προόδου των μαθητών / φοιτητών. Με τη συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών στη διαδικασία, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να αποκτήσουν πολύτιμη ανατροφοδότηση και πληροφορίες σχετικά με την αποτελεσματικότητα των μεθόδων διδασκαλίας και του υλικού που χρησιμοποιούν. Με την ενσωμάτωση διαφορετικών δεικτών, ο εκπαιδευτικός μπορεί να αποκτήσει μια πιο ολοκληρωμένη κατανόηση της μαθησιακής προόδου και των επιτευγμάτων κάθε μαθητή. Το post-test μπορεί να βοηθήσει στην αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του μαθήματος και στον εντοπισμό των τομέων όπου οι μαθητές / φοιτητές μπορεί να χρειάζονται πρόσθετη υποστήριξη. Η περίληψη του μαθήματος και οι σημειώσεις του εκπαιδευτικού μπορούν να παράσχουν πολύτιμες πληροφορίες για το πώς τα πήγε η τάξη και πού μπορούν να γίνουν βελτιώσεις.

Επιπλέον, η χρήση βίντεο αξιολόγησης και ερωτηματολογίων επιτρέπει στους μαθητές / φοιτητές να παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η ανατροφοδότηση μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν τι λειτουργεί και τι δεν λειτουργεί καλά στην τάξη και να εντοπίσουν τομείς προς βελτίωση. Με τη συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών στη διαδικασία αξιολόγησης, τους δίνεται φωνή και μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη της μαθησιακής εμπειρίας.

Σημειώσεις προς τον διδάσκοντα

Συνιστάται να ξεκινήσετε τις δραστηριότητες στην τάξη με τις έννοιες/ερωτήσεις που έλαβαν τις περισσότερες λανθασμένες απαντήσεις.

Μπορείτε να συμπεριλάβετε πίνακες, ή άλλο υλικό για να εξηγήσετε πιο διεξοδικά το περιεχόμενο της βιντεοπαρουσίασης.

Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

Arends, R. I. (2012). *Learning to teach* (9th edition). McGraw-Hill.

Aronson, E., & Patnoe, S. (1997). *The jigsaw classroom: Building cooperation in the classroom*. Longman.

Babad, E. (2009). *The social psychology of the classroom*. Routledge

Harris, M. J., & Rosenthal, R. (1986). Four factors in the mediation of teacher expectancy effects. In R. S. Feldman (Ed.), *The social psychology of education* (pp. 91-114). Cambridge University Press.

Jussim, L. (1995). Self-fulfilling prophecies. In A. S. Manstead & M. Hewstone (Eds.), *The Blackwell encyclopedia of social psychology* (pp 509-515). Blackwell.

Rosnow, R. L., & Rosenthal, R. (1997). *People studying people: Artifacts and ethics in behavioral research*. W. H. Freeman and Company (Cap. 3, pp.47-61).

## Ενότητα 30: Μεταγνώση

*Piedade Vaz-Rebelo, Graça Bidarra, Πανεπιστήμιο της Κοϊμπρα  
Ελεονώρα Παπαλεοντίου-Λουκά, Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου*

### Ιστορικό και Σκεπτικό

Η μεταγνώση είναι μια σύνθετη και πολύπλευρη έννοια που έχει μελετηθεί από διάφορες οπτικές γωνίες και κλάδους. Μπορεί να αναχθεί στην αρχαία Ελλάδα και έχει κερδίσει σημαντική προσοχή τις τελευταίες τέσσερις δεκαετίες. Ο όρος μεταγνώση εισήχθη από τον ψυχολόγο John H. Flavell, ο οποίος θεωρείται ο "πατέρας του πεδίου". Η μεταγνώση έχει γίνει εξέχον επίκεντρο της έρευνας στην ψυχολογία και μελετάται στην αναπτυξιακή ψυχολογία, την πειραματική και γνωστική ψυχολογία, την εκπαιδευτική ψυχολογία, την κοινωνική νόηση, την κλινική ψυχολογία, τη νευροψυχολογία και τη μεταγνώση των ζώων.

Ο ορισμός της μεταγνώσης αποτελεί πρόκληση και δεν υπάρχει καθολικά αποδεκτός ορισμός. Ωστόσο, περιγράφεται γενικά ως η σκέψη για τη σκέψη και η παρακολούθηση και ρύθμιση της σκέψης. Η μεταγνωστική γνώση περιλαμβάνει την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο λειτουργεί το μυαλό κάποιου και τα συνειδητά συναισθήματα που μπορεί να εμφανιστούν κατά τη διάρκεια των γνωστικών δραστηριοτήτων. Οι μεταγνωστικές διαδικασίες αναφέρονται στην ικανότητα να σχεδιάζει, να παρακολουθεί και να αξιολογεί κανείς τη δική του γνωστική δραστηριότητα. Η μεταγνώση έχει επεκταθεί πέρα από τις γνωστικές πτυχές και περιλαμβάνει πλέον συναισθηματικές καταστάσεις, κίνητρα, προθέσεις και τη συνειδητή παρακολούθηση και ρύθμιση αυτών των ψυχολογικών φαινομένων.

Στο πλαίσιο της μεταγνώσης, γίνεται διάκριση μεταξύ της μεταγνωστικής γνώσης (γνωρίζοντας τι γνωρίζει κανείς) και των μεταγνωστικών διαδικασιών (γνωρίζοντας πώς να ρυθμίζει αυτό που γνωρίζει). Η μεταγνωστική γνώση περιλαμβάνει την κατανόηση της λειτουργίας των γνωστικών διεργασιών, ενώ οι μεταγνωστικές διεργασίες περιλαμβάνουν τη σκόπιμη ενορχήστρωση και ρύθμιση των γνωστικών λειτουργιών. Οι διαδικασίες αυτορρυθμισμού στο πλαίσιο της μεταγνώσης περιλαμβάνουν τον προγραμματισμό, την παρακολούθηση και την αξιολόγηση των γνωστικών δραστηριοτήτων, καθώς και τις εκτελεστικές διαδικασίες και στρατηγικές.

Ένας από τους κύριους στόχους της εκπαίδευσης είναι η προώθηση της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης στους μαθητές / φοιτητές, δίνοντάς τους τη δυνατότητα να αναπτύξουν δεξιότητες και στρατηγικές σκέψης που μπορούν να εφαρμόζουν σε όλη τους τη ζωή. Οι αυτορρυθμιζόμενες διαδικασίες περιλαμβάνουν βήματα όπως ο σχεδιασμός, η παρακολούθηση και η αξιολόγηση. Ο σχεδιασμός περιλαμβάνει τον εντοπισμό προβλημάτων, τον προγραμματισμό στρατηγικών και τη χρήση προσεγγίσεων δοκιμής και λάθους. Η παρακολούθηση περιλαμβάνει τον έλεγχο των γνώσεων του ατόμου, την υποβολή ερωτήσεων, τη δοκιμή, την αναθεώρηση και τον επαναπρογραμματισμό των στρατηγικών μάθησης. Η αξιολόγηση πραγματοποιείται στο τέλος της διαδικασίας, συγκρίνοντας το αποτέλεσμα με κριτήρια αποδοτικότητας και αποτελεσματικότητας. Οι αποτελεσματικοί μαθητές / φοιτητές είναι συχνά εκείνοι που αυτορρυθμίζονται, δηλαδή έχουν την ικανότητα να αξιολογούν με ακρίβεια τις γνώσεις τους και να κατευθύνουν τη μάθησή τους προς άγνωστες περιοχές. Η μεταγνώση διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στα κίνητρα, τη μάθηση, την ακαδημαϊκή επιτυχία, την επίλυση προβλημάτων, την κριτική σκέψη, τη δημιουργικότητα και άλλες γνωστικές ικανότητες.

Συνοψίζοντας, η μεταγνώση είναι μια ευρεία και ουσιαστική έννοια σε διάφορα πεδία σπουδών. Περιλαμβάνει τη σκέψη για τη σκέψη, την παρακολούθηση και τη ρύθμιση των γνωστικών διαδικασιών, καθώς και τις συναισθηματικές και κινητήριες καταστάσεις. Οι μεταγνωστικές

γνώσεις και διαδικασίες αποτελούν το κλειδί για την αυτορρυθμιζόμενη μάθηση και διαδραματίζουν ζωτικό ρόλο στην ακαδημαϊκή επιτυχία και την ανάπτυξη των γνωστικών δεξιοτήτων.

Βασικά θέματα

Η ενότητα εστιάζει στην έννοια της μεταγνώσης, αναλύοντας τα συστατικά της, όπως μεταγνωστικές γνώσεις και διαδικασίες, καθώς και δεξιότητες και στρατηγικές για την προώθηση της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης.

Μαθησιακοί στόχοι

Στο τέλος αυτής της ενότητας οι φοιτητές θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- κατανοούν την έννοια της μεταγνώσης
- προσδιορίζουν τις συνιστώσες της μεταγνώσης, συμπεριλαμβανομένων των μεταγνωστικών γνώσεων και διαδικασιών.
- περιγράφουν τα οφέλη της ανάπτυξης μεταγνωστικών δεξιοτήτων για τη βελτίωση της μάθησης.
- αναγνωρίζουν τις δικές τους μεταγνωστικές ικανότητες και τους τομείς που χρήζουν βελτίωσης.
- αναπτύσσει και να εφαρμόζει μεταγνωστικές δεξιότητες, όπως ο σχεδιασμός, η παρακολούθηση και η αξιολόγηση των δικών του γνωστικών δραστηριοτήτων.

Παιδαγωγικές προσεγγίσεις και δραστηριότητες

Δραστηριότητα πριν από το μάθημα - στο σπίτι

- Στους μαθητές / φοιτητές θα παρασχεθεί ένα μάθημα βίντεο με τίτλο Metacognition που είναι διαθέσιμο στο κανάλι Flipped Methods in Psychology στο YouTube
- Οι μαθητές / φοιτητές θα συμπληρώσουν ένα προκαταρκτικό τεστ (βλ. παράρτημα)
- Η εκπαιδευτικός θα αξιολογήσει ποσοτικά τα συμπληρωμένα τεστ, τα οποία θα της επιτρέψουν να προετοιμάσει και να προγραμματίσει το μάθημα.

Δραστηριότητα στην τάξη, δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του μαθήματος

Δραστηριότητα 1. Διερεύνηση των γνώσεων και των διαδικασιών της μεταγνώσης

**Στόχοι:** Να προσδιορίσετε και να κατανοήσετε τις γνώσεις και τις διαδικασίες που εμπλέκονται στη μεταγνώση.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Σε ζεύγη, εργασία σε ομάδες, συζήτηση στην τάξη

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: Μέθοδοι και μέθοδοι που θα χρησιμοποιηθούν για την επίτευξη των στόχων: χαρτί, μολύβι, πρότυπα διαγράμματος ή πίνακα

Διάρκεια της δραστηριότητας: 50 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Η δραστηριότητα ξεκινά με μια συζήτηση στην τάξη σχετικά με την έννοια του μεταγνώσης και τις γνώσεις και τις διαδικασίες που εμπλέκονται. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει

ερωτήσεις, όπως: "Ο εκπαιδευτικός μπορεί να θέσει ερωτήσεις για το πώς θα γίνει η συζήτηση με τους μαθητές / φοιτητές και τις μαθήτριες; Τι σημαίνει να σκέφτεστε για τη δική σας σκέψη; Πώς η επίγνωση των γνωστικών σας διαδικασιών επηρεάζει τη μάθησή σας; Μπορείτε να σκεφτείτε κάποια παραδείγματα μεταγνωστικών γνώσεων ή διαδικασιών;

Μετά τη συζήτηση στην τάξη, οι μαθητές / φοιτητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες ή ζευγάρια για την ομαδική δραστηριότητα. Ο εκπαιδευτικός παρέχει σε κάθε ομάδα ένα πρότυπο διαγράμματος ή πίνακα ή τους καθοδηγεί να δημιουργήσουν το δικό τους με δύο στήλες:

Κατανόηση της μεταγνώσης

Διαδικασίες μεταγνώσης: Οι μαθητές / φοιτητές κάνουν καταγισμό ιδεών και απαριθμούν παραδείγματα μεταγνωστική γνώση στην πρώτη στήλη. Ο εκπαιδευτικός πρέπει να τους ενθαρρύνει να σκεφτούν τις δικές τους εμπειρίες ως μαθητές / φοιτητές και να εξετάσουν παραδείγματα όπως η κατανόηση των διαφορετικών μαθησιακών στυλ, η αναγνώριση της σημασίας της αυτοαξιολόγησης, ή η γνώση αποτελεσματικών τεχνικών μελέτης. Στη δεύτερη στήλη, οι μαθητές / φοιτητές θα πρέπει να απαριθμήσουν τις διάφορες διαδικασίες μεταγνώσης που αναφέρθηκαν προηγουμένως: σχεδιασμός, παρακολούθηση, αξιολόγηση, αναστοχασμός και ρύθμιση. Ζητήστε τους να αναπτύξουν σύντομες περιγραφές ή εξηγήσεις για κάθε διαδικασία.

Μόλις οι ομάδες ολοκληρώσουν, κάθε ομάδα μοιράζεται τα παραδείγματα και τις εξηγήσεις της για τόσο τις μεταγνωστικές γνώσεις όσο και τις διεργασίες το σύνολο και η τάξη συγκρίνουν και αντιπαραβάλλουν τα παραδείγματα που μοιράστηκαν οι διάφορες ομάδες.

Δραστηριότητα 2. Αναστοχασμός σε ζευγάρια: Πώς μαθαίνω καλύτερα;

Στόχοι: Να προβληματιστούν σχετικά με τις διαδικασίες σκέψης και μάθησης και να εντοπίσουν τομείς για βελτίωσης.

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Αλληλεπίδραση μεταξύ των ατόμων που συμμετέχουν σε μια ομάδα:  
Σε ζεύγη

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: χαρτί και μολύβι

Διάρκεια της δραστηριότητας: 20 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Οι μαθητές / φοιτητές αναστοχάζονται ατομικά σχετικά με τη σκέψη τους και τις μαθησιακές τους διαδικασίες.

Κάθε μαθητής / φοιτητής εντοπίζει τα δυνατά και αδύνατα σημεία των τομέων. Μοιράζονται τον προβληματισμό τους με έναν συνάδελφο και αναλύουν τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να βελτιώσουν τη δική τους μάθηση. Συγκεκριμένα στρατηγικές για τον καθένα καθορίζονται.

Δραστηριότητα 3. Ενεργοποίηση προηγούμενων γνώσεων

Στόχοι: Να προβληματιστούν σχετικά με το ρόλο της προηγούμενης γνώσης στη διαδικασία της γνώσης κατασκευής. Στρατηγικές για τον εντοπισμό της προηγούμενης γνώσης

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Ατομικά, σε ζεύγη, συζήτηση

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: χαρτί και μολύβι

Διάρκεια της δραστηριότητας: 45 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Ο εκπαιδευτικός θα δώσει έναν κατάλογο λέξεων και θα αναθέσει στους μαθητές / φοιτητές να διατυπώσουν ερωτήσεις σχετικά με κάθε λέξη για να διερευνήσουν τα κενά των γνώσεών τους. Ορισμένες από τις λέξεις μπορεί να είναι σκόπιμα επινοημένες. Κάθε μαθητής / φοιτητής θα παρουσιάσει την αρχική του ερώτηση και οι διαφορές μεταξύ των ερωτήσεων για γνωστές λέξεις και των επινοημένων λέξεων θα αναλυθούν. Αυτή η ανάλυση θα βοηθήσει τους μαθητές / φοιτητές να αναγνωρίσουν τις μοναδικές προκλήσεις και διαδικασίες σκέψης που εμπλέκονται στην υποβολή ερωτήσεων για άγνωστους ή επινοημένους όρους. Μέσω της

δραστηριότητας αυτής οι μαθητές / φοιτητές θα αναπτύξουν αυξημένη ευαισθητοποίηση για τον κρίσιμο ρόλο της προηγούμενης γνώσης στη διαδικασία μάθησης. Θα συνειδητοποιήσουν ότι οι υπάρχουσες γνώσεις τους αποτελούν το θεμέλιο για την απόκτηση νέων πληροφοριών, και θα κατανοήσουν τη σημασία της ενεργοποίησης των προηγούμενων γνώσεών τους για την ενίσχυση της κατανόησης.

Ο εκπαιδευτικός θα παρουσιάσει αποτελεσματικές στρατηγικές για τον εντοπισμό της προηγούμενης γνώσης και επιδείξει τον τρόπο σύνδεσης των νέων πληροφοριών με τις υπάρχουσες γνώσεις. Οι μαθητές / φοιτητές θα μάθουν τεχνικές όπως η ενεργοποίηση εννοιών, η δημιουργία συσχετισμών και η άντληση προσωπικών εμπειριών για να διευκολύνουν σημαντικές μαθησιακές εμπειρίες. Σε ζευγάρια θα κληθούν να εξηγήσουν μία στρατηγική και θα δώσουν ένα παράδειγμα.

Για να εδραιώσουν περαιτέρω την κατανόησή τους, οι μαθητές / φοιτητές θα έχουν την ευκαιρία να επιλέξουν ένα θέμα που τους ενδιαφέρει και να δημιουργήσουν έναν ολοκληρωμένο εννοιολογικό χάρτη, χρησιμοποιώντας υποθέματα που παρέχονται από τον εκπαιδευτικό. Θα εντοπίσουν και θα κατηγοριοποιήσουν έννοιες που είναι ήδη εξοικειωμένοι και έννοιες που δεν έχουν ακόμη εξερευνήσει.

Δραστηριότητα 4. Προώθηση της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης

Στόχοι: Να γνωρίσουν και να εφαρμόσουν τις διαστάσεις της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης

Μοτίβο αλληλεπίδρασης: Ατομικά, σε ζεύγη

Αριθμός συμμετεχόντων: τουλάχιστον 2

Υλικά και εργαλεία: Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να είναι σε θέση να μάθουν να συμμετέχουν: χαρτί και μολύβι

Διάρκεια της δραστηριότητας: 45 λεπτά, αλλά εξαρτάται από τον αριθμό των συμμετεχόντων.

Διαδικασία: Σε ζευγάρια, οι μαθητές / φοιτητές θα σχεδιάσουν και θα υλοποιήσουν μια δραστηριότητα που θα εξετάζει συστατικά στοιχεία της αυτορρυθμιζόμενης μάθησης, δηλαδή:

- Καθορισμός συγκεκριμένων στόχων: περιλαμβάνει τον προσδιορισμό συγκεκριμένων, μετρήσιμων και εφικτών στόχων, σχετικούς και χρονικά περιορισμένους (SMART) καθώς και την προσπάθεια επίτευξής τους.

Αυτή η διαδικασία μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να εστιάσουν τη σκέψη τους στις διαδικασίες μάθησης.

- Προγραμματισμός: περιλαμβάνει τη διάσπαση μεγαλύτερων εργασιών σε μικρότερα, διαχειρίσιμα βήματα και τη δημιουργία χρονοδιαγράμματος για την ολοκλήρωση αυτών των βημάτων. Η ανάπτυξη ενός σχεδίου μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να οργανώσουν τις διαδικασίες σκέψης και μάθησης
- Παρακολούθηση: περιλαμβάνει την προσοχή στη σκέψη και τη μάθηση του ατόμου, καθώς και την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητάς τους. Η παρακολούθηση μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να εντοπίσουν πότε πρέπει να προσαρμόσουν τις στρατηγικές τους.
- Αξιολόγηση: περιλαμβάνει τον αναστοχασμό σχετικά με την αποτελεσματικότητα της σκέψης και των μαθησιακών διαδικασιών καθώς και τον εντοπισμό των τομέων που χρήζουν βελτίωσης. Μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να εντοπίσουν τους τομείς που χρήζουν βελτίωση.

Δραστηριότητα μετά το μάθημα

- Οι μαθητές / φοιτητές συμπληρώνουν ένα τεστ μετά τη διδασκαλία (βλ. παράρτημα)
- Οι μαθητές / φοιτητές συντάσσουν επίσης μια περίληψη του μαθήματος, συμπεριλαμβανομένου του χαρακτηρισμού των βασικών θεμάτων, περιγράφοντας τι έμαθαν και προτάσεις για βελτίωση.

- Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί τα ολοκληρωμένα τεστ τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά για να αναστοχαστεί το μάθημα.

#### Αξιολόγηση & Συστάσεις

Η αξιολόγηση περιλαμβάνει διάφορους δείκτες, συμπεριλαμβανομένων των τεστ πριν και μετά το τέλος του μαθήματος, της περίληψης του μαθήματος, τα αποτελέσματα στις τελικές εξετάσεις και τις σημειώσεις του εκπαιδευτικού. Επιπλέον, οι μαθητές / φοιτητές καλούνται να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο που επικεντρώνεται στην αξιολόγηση του βίντεο.

Η αξιολόγηση θα πρέπει να είναι μια ολιστική διαδικασία που λαμβάνει υπόψη διάφορους δείκτες για αξιολόγηση της μάθησης και της προόδου των μαθητών / φοιτητών.

Επιπλέον, η χρήση της αξιολόγησης βίντεο και των ερωτηματολογίων επιτρέπει στους μαθητές / φοιτητές να παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με τη μαθησιακή τους εμπειρία. Αυτή η ανατροφοδότηση μπορεί να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς να κατανοήσουν τι λειτουργεί καλά στην τάξη και να εντοπίσουν τομείς προς βελτίωση.

Με τη συμμετοχή των μαθητών / φοιτητών στη διαδικασία αξιολόγησης, τους δίνεται φωνή και είναι σε θέση να συμβάλουν στην ανάπτυξη της μαθησιακής εμπειρίας.

#### Σημειώσεις προς τον εκπαιδευτικό

Ο εκπαιδευτικός μπορεί να επιλέξει τις δραστηριότητες που ταιριάζουν καλύτερα στην τάξη, λαμβάνοντας υπόψη τις διαθέσιμο χρόνο. Ο εκπαιδευτικός μπορεί επίσης να χρησιμοποιήσει με σύνεση τον διαθέσιμο χρόνο για να διασφαλίσει ότι οι μαθητές / φοιτητές είναι σε θέση να ολοκληρώσουν τη δραστηριότητα εντός του προβλεπόμενου χρονικού πλαισίου.

### **Προτεινόμενη Βιβλιογραφία**

- De Boer, H., Donker, A. S., Kostons, D. N. M., & van der Werf, G. P. C. (2018). Long-term effects of metacognitive strategy instruction on student academic performance: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 24, 98-115.
- Dent, A. L., & Koenka, A. C. (2016). The relation between self-regulated learning and academic achievement across childhood and adolescence: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 28, 425-474.
- Dignath, C., & Buttner, G. (2008). Components of fostering self-regulated learning among students. A meta-analysis on intervention studies at primary and secondary school level. *Metacognition Learning*, 3, 231-264.
- Dignath, C., & Buttner, G. (2018). Teachers' direct and indirect promotion of self-regulated learning in primary and secondary school mathematics classes – insights from video-based classroom observations and teacher interviews. *Metacognition Learning*, 13, 127-157.
- Donker, A. S., de Boer, H., Kostons, D., Dignath-van Ewijk, C. C., & van der Werf, M. P. C. (2014). Effectiveness of learning strategy instruction on academic performance: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 11, 1-26. <http://dx.doi.org/10.1016/j.edurev.2013.11.002>.
- Efklides, A., & Metallidou, P. (2020). Applying Metacognition and Self-Regulated Learning in the Classroom. In *Oxford Research Encyclopedia, Education*. Oxford University Press. DOI: 10.1093/acrefore/9780190264093.013.961
- Fleming, S. M. (2014). The Power of Reflection: Insight into Our Own Thoughts, or Metacognition, Is Key to Higher Achievement in All Domains. *Scientific American*, pp. 31-37.

- Glaser, C., & Brunstein, J. C. (2007). Improving fourth-grade students' composition skills: Effects of strategy instruction and self-regulation procedures. *Journal of Educational Psychology*, 99(2), 297-310.
- Graham, S., Harris, K. R., & Mason, L. (2005). Improving the writing performance, knowledge, and self-efficacy of struggling young writers: The effects of self-regulated strategy development. *Contemporary Educational Psychology*, 30, 207-241.
- Loizidou, A. & Mary Koutselini (2007): Metacognitive monitoring: an obstacle and a key to effective teaching and learning, *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 13:5, 499-519, <http://dx.doi.org/10.1080/13540600701561711>
- Metallidou, P., & Moraitou, D. (2021). Preface and Tribune to Anastasia Efklides. In D. Moraitou & P. Metallidou (Eds.), *Trends and Prospects in Metacognition Research across the Life Span: A Tribute to Anastasia Efklides*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-51673-4>
- Moshman, D. (2021). Metacognition and Epistemic Cognition. In *The Oxford Encyclopedia of Educational Psychology*: Oxford University Press. Retrieved 1 Dec. 2021, from <https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780190874766.001.0001/acref-9780190874766-e-863>.
- Ohtani, K., & Hisasaka, T. (2018). Beyond intelligence: A meta-analytic review of the relationship among metacognition, intelligence, and academic performance. *Metacognition and Learning*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1007/s11409-018-9183-8>
- Παπαλεοντίου - Λουκά Ε (2010). *Μεταγνώση: Θεωρία και Πράξη*. Θυμάρι.
- Παπαλεοντίου - Λουκά Ε. (2002) *Μεταγνώση: Η έννοια και διδασκαλία της στη Σύγχρονη Εκπαίδευση*, 126, 69-74.
- Papaleontiou - Louca, E. (2003) The Concept and Development of Metacognition. *Teacher Development: an International Journal of Teachers' Professional Development*, 7.1., July-August 9-30.
- Papaleontiou – Louca E. (2003). Collaborative Learning and Development of Cognitive and Metacognitive Skills (translation-adaptation of the article) Cooperative Innovation as a Process for Cognitive Development" of Bhattacharya & Chatterjee. *Journal of Interactive Learning Research* Fall 2000, 295) in *Cooperative Education*, 2, 2. (Greek)
- Papaleontiou - Louca, E. (2011). Teaching Strategies for the Promotion of Metacognition. Oral Presentation. *The Fourth World Universities Forum*. Hong-Kong Institute of Education, Hong Kong, 14-16-1-11.
- Papaleontiou - Louca E. (2015). Developing Our Students' Metacognitive Skills Oral Presentation at the *International Conference Teacher Professionalism and Educational Change: Possibilities for Policy and Practice*. European University Cyprus, 11-12 September 2015.
- Roebbers, C. M., Krebs, S. S., & Roderer, T. (2014). Metacognitive monitoring and control in elementary schoolchildren: The interrelations and their role for test performance. *Learning and Individual Differences*, 29, 141-149. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jlindif.2012.12.003>
- Schraw, G. (1998). Promoting general metacognitive awareness. *Instructional Science*, 26, 113-125.
- Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19, 460-475.
- Van Loon, M. H., & Roebbers, C. (2021). Using feedback to support children when monitoring and controlling their learning. In D. Moraitou & P. Metallidou (Eds.), *Trends and Prospects in*

Metacognition Research across the Life Span: A Tribute to Anastasia Efklides. NY: Springer.  
<https://doi.org/10.1007/978-3-030-51673-4>



# **ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΜΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**

**ΈΝΑΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ  
ΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ**

## **ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

Developing Flipped Methods for Teaching (DFM) –  
Erasmus+ Strategic Partnership for Higher Education Project



**Funded by  
the European Union**

2020-1-HU01-KA203-078844 Erasmus+ Programme

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

# Στρες και Αντιμετώπιση Προ Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, έχετε δει ένα βίντεο με θέμα «το στρες και η αντιμετώπιση του». Παρακαλώ όπως τώρα απαντήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

## 1. Πως ορίζεται το στρες;

*Check all that apply.*

- Αντίδραση παρατεταμένης απώλειας
- Σύνδρομο γενικής προσαρμογής
- Είδος κακής προσαρμογής

## 2. Ποια είναι τα βασικά στάδια του στρες με βάσει τη θεωρία του Hans Selye's για το στρες;

*Check all that apply.*

- Συναγερμός
- Αντίσταση
- Απουσία αντίδρασης
- Εξουθένωση
- Αντιμετώπιση

## 3. Με βάσει τη θεωρία του Lazarus για το στρες, η δευτερογενής αξιολόγηση επισημαίνει:

*Check all that apply.*

- Την κρίση του ατόμου για την πρόκληση και το φόβο (στρεσογόνος κατάσταση)
- Την κρίση του ατόμου για τους προσωπικούς πόρους που έχει στη διάθεση σου για να αξιολογήσει την απειλή και να διαχειριστεί την κατάσταση.

4. Ποιο από τα πιο κάτω συμπτώματα του στρες είναι θεωρείται γνωστικό;

*Check all that apply.*

- Προβληματική Συγκέντρωση
- Καταθλιπτική Διάθεση
- Δισταγμός
- Χαμηλή Αυτοεκτίμηση
- Επίμονες Αρνητικές Σκέψεις

5. Ποιοι άνθρωποι είναι πιο ευάλωτοι στο στρες;

*Check all that apply.*

- Αυτοί με χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Αυτοί με εσωτερικό σημείο ελέγχου
- Αυτοί με Τύπο Προσωπικότητας A
- Αυτοί με αίσθηση συνοχής

6. Τι είναι η δυσφορία;

*Check all that apply.*

- Το πρώτο στάδιο του στρες
- Το θετικό στρες
- Το παθολογικό στρες

7. Ποια είναι τα σημάδια του συνδρόμου «Εξουθένωσης»;

*Check all that apply.*

- Το άτομο βάζει υπερβολική προσπάθεια.
- Το άτομο νιώθει κουρασμένο και αβοήθητο.
- Το άτομο έχει λίγη ενέργεια.
- Είναι δύσκολο να προσπαθήσει.

8. Ποιες στρατηγικές δεν περιλαμβάνονται στην στρατηγική αντιμετώπισης που επικεντρώνεται στο πρόβλημα;

*Check all that apply.*

- Σχεδιασμός και οργάνωση
- Να εργάζονται μέσα σε διαχειρίσιμο χρόνο
- Αποφυγή
- Ζητάει στήριξη
- Επαναπλαισίωση της στρεσογόνου κατάστασης
- Κάνει μπάνιο

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Στρες και Αντιμετώπιση Μετά Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, θα ήθελα να απαντήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις πάνω στο θέμα «Στρες και Αντιμετώπιση».

1. Πως ορίζεται το στρες;

---

---

---

---

---

2. Τι είναι η δευτερογενής αξιολόγηση του στρες;

---

---

---

---

---

3. Ποια χαρακτηριστικά της προσωπικότητας ενός ατόμου τον κάνουν πιο ευάλωτο στην ύπαρξη στρες;

---

---

---

---

---

4. Ονόμασε 4 στρατηγικές αντιμετώπισης του στρες.

---

---

---

---

---

5. Ερώτηση 5: Ονόμασε 5 στρεσογόνους παράγοντες ή γεγονότα που δεν μπορούν να ελεγχθούν από ένα άτομο.

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Επίλυση Προβλημάτων ΠΡΟ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές φοιτητές και φοιτήτριες, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα «Επίλυση προβλημάτων».

1. Τα άτομα με δημιουργική σκέψη έχουν μερικά από τα παρακάτω χαρακτηριστικά:

Σημειώστε τα (4 σωστές απαντήσεις):

*Επιλέξτε όλα όσα ισχύουν.*

- αποκλίνουσα σκέψη
- συγκλίνουσα σκέψη
- χαμηλή παραγωγικότητα
- υψηλή παραγωγικότητα
- μη-συμβατική σκέψη
- συμβατική σκέψη
- ακαμψία στη σκέψη
- ευκαμψία στη σκέψη

2. Ποιο είναι το πρώτο βήμα με το οποίο ξεκινά ο κύκλος επίλυσης προβλημάτων (1 σωστή απάντηση):

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- ορίζοντας το πρόβλημα
- με την οργάνωση των πληροφοριών
- με τον εντοπισμό μιας κατάστασης που είναι προβληματική
- με την οργάνωση πόρων για την επίλυση του προβλήματος

3. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά των καλά δομημένων προβλημάτων; (1 σωστή απάντηση):

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

καλά καθορισμένα προβλήματα που περιέχουν κατευθυντήριες γραμμές, οι οποίες οδηγούν στη λύση τους

μη- καλά καθορισμένα προβλήματα, τα οποία δεν περιέχουν κατευθυντήριες γραμμές που να οδηγούν στη λύση τους

4. Η διαίσθηση χρησιμοποιείται κυρίως για: (1 σωστή απάντηση):

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

καλά δομημένα προβλήματα

κακώς δομημένα προβλήματα

όπως κι αν είναι δομημένα τα προβλήματα

5. Η συγκλίνουσα σκέψη χρησιμοποιείται στη διαδικασία επίλυσης προβλημάτων με σκοπό την εύρεση: (1 σωστή απάντηση):

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

αρκετών εναλλακτικών λύσεων

μόνο μιας σωστής λύσης

και τα δύο πιο πάνω ισχύουν

6. Τι νομίζετε ότι είναι η "νοητική καθήλωση"; (1 σωστή απάντηση)

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

εμπόδιο στην επίλυση προβλημάτων

χρήση της ίδιας λύσης σε διαφορετικές προβληματικές καταστάσεις

προσπάθεια για επιτυχή αντιμετώπιση των προβλημάτων με κάθε κόστος

7. Ο ορισμός του όρου "ευρηματική" όσον αφορά την επίλυση προβλημάτων είναι:  
(1 σωστή απάντηση)

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Προηγούμενες λύσεις σε παρόμοια προβλήματα, από τις οποίες επιλέγουμε την καταλληλότερη λύση για το τρέχον πρόβλημα
- Νοητικές διαισθητικές συντομεύσεις που οδηγούν στη λύση του προβλήματος.
- Η πρώτη λύση του προβλήματος που καταφέρνουμε να βρούμε.

8. Σημειώστε τα 'ευρηματικά' στοιχεία επίλυσης προβλημάτων που αναγνωρίζετε πιο κάτω: (4 σωστές απαντήσεις):

*Επιλέξτε όλα όσα ισχύουν.*

- εντοπισμός του προβλήματος και κατασκευή μιας νοητικής εικόνας
- νοητική εργασία που ωθεί τη σκέψη μπροστά
- γενίκευση και έλεγχος
- καταιγισμός ιδεών
- ορισμός προβλήματος και αποκλίνουσα σκέψη
- δοκιμή και σφάλμα
- νοητική εργασία που μεταφέρει τη σκέψη προς τα πίσω
- ορισμός προβλήματος και συγκλίνουσα σκέψη
- ανάλυση μέσων και στόχων

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Επίλυση Προβλημάτων ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές φοιτητές/τριες, παρακολουθήσατε το βίντεο με θέμα: «Επίλυση προβλημάτων». Τώρα σας παρακαλούμε να κάνετε αυτό το τεστ αξιολόγησης μετά το μάθημα. Μην ξεπεράσετε τις 200 λέξεις σε κάθε σας απάντηση.

1. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά των καταστάσεων που απαιτούν επίλυση προβλήματος;

---

---

---

---

---

2. Ποιες στρατηγικές χρησιμοποιείτε συνήθως για να αντιμετωπίσετε ένα πρόβλημα;

---

---

---

---

---

3. Ποιος είναι κατά τη γνώμη σας ο ρόλος των εξειδικευμένων γνώσεων στην επίλυση προβλημάτων;

---

---

---

---

---

4. Ποιοι άνθρωποι τα καταφέρνουν καλύτερα στην εξεύρεση λύσεων σε προβληματικές καταστάσεις; Οι ειδικοί ή οι αρχάριοι σ' έναν τομέα; Τι επιχειρήματα θα χρησιμοποιούσατε για να στηρίξετε τη θέση σας;

---

---

---

---

---

5. Μπορούμε να εμπιστευτούμε την ξαφνική εμφάνιση της λύσης στο μυαλό, γνωστή ως 'ενόραση'; Παρακαλώ, δώστε ένα παράδειγμα επίλυσης ενός προβλήματος μέσω της διορατικότητας!

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΝΟΥ - ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές φοιτητές και φοιτήτριες, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα τη 'Θεωρία του Νου'.

1. . Ποια από τις παρακάτω φράσεις περιγράφει καλύτερα τι είναι η «Θεωρία του Νου»:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Η θεωρία αναπτύχθηκε έτσι ώστε να κάνει τα παιδιά λιγότερο εγωκεντρικά και πιο συνεργάσιμα.
- Η δυσκολία που έχει κάποιος να δει και να κατανοήσει ο ένας την άποψη του άλλου.
- Η ικανότητα που έχει κάποιος να αποδίδει νοητικές καταστάσεις στον εαυτό μας και στους άλλους.
- Η προσπάθεια που καταβάλλει ένα άτομο για να ερμηνεύσει τη συμπεριφορά.

2. Ποιο από τα παρακάτω δεν αποτελεί λόγο για την επιτυχία ενός παιδιού σε μια δοκιμασία «Λανθασμένης Πεποίθησης»;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Τα παιδιά είναι σε θέση να θυμούνται και να αναστοχάζονται προηγούμενες πεποιθήσεις.
- Τα παιδιά κατανοούν ότι οι επιθυμίες είναι αντικειμενικές εμπειρίες μεταξύ των ανθρώπων.
- Τα παιδιά καταλαβαίνουν ότι ενεργούμε με βάση τις αναπαραστάσεις μας.
- Τα παιδιά κατανοούν ότι μπορεί να υπάρχουν διαφορετικές αναπαραστάσεις του ίδιου αντικειμένου μεταξύ ανθρώπων με διαφορετικές εμπειρίες.

3. Ο βασικός στόχος των δοκιμασιών Λανθασμένης Πεποίθησης είναι να αξιολογήσουν:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- αν τα παιδιά μπορούν να διακρίνουν τις δικές τους σκέψεις από αυτές των άλλων
- αν τα παιδιά μπορούν να εξαπατήσουν τους άλλους
- εάν τα παιδιά έχουν ενσυναίσθηση προς τους άλλους
- αν τα παιδιά διακρίνουν την πραγματικότητα από την πλάνη

4. Τα παιδιά που πετυχαίνουν σε δοκιμασίες Λανθασμένης Πεποίθησης πιστεύουν ότι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- οι άνθρωποι ενεργούν με βάση την κατάσταση του πραγματικού κόσμου
- οι άνθρωποι έχουν αντικρουόμενες πεποιθήσεις
- οι άνθρωποι ενεργούν με βάση αυτό που πιστεύουν οι άλλοι για αυτούς
- οι άνθρωποι ενεργούν με βάση τις ψυχικές τους καταστάσεις.

5. Ποιο από τα παρακάτω δεν αποτελεί λόγο για την αποτυχία ενός παιδιού σε μια δοκιμασία «Λανθασμένης Πεποίθησης»;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Τα νήπια δεν έχουν την ικανότητα να αναγνωρίζουν ότι οι σκέψεις των ανθρώπων μπορεί να διαφέρουν από τις δικές τους
- Τα παιδιά έχουν έλλειψη κατανόησης της έννοιας της 'μονιμότητας του αντικειμένου'
- Τα τεστ μπορεί να απαιτούν κατανόηση των συμβάσεων επικοινωνίας
- Τα τεστ μπορεί να απαιτούν κατανόηση δύσκολα διατυπωμένων ερωτήσεων

6. Ποιο από τα παρακάτω δεν αποτελεί στάδιο στην Ανάπτυξη της Θεωρίας του Νου;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Τα παιδιά καταλαβαίνουν ότι οι νοητικές καταστάσεις οδηγούν σε συναισθήματα κι αυτά οδηγούν σε συμπεριφορά.
- Τα παιδιά αναγνωρίζουν ότι ο νους είναι διαφορετικός από τον φυσικό κόσμο
- Τα παιδιά μαθαίνουν ότι το μυαλό αντιπροσωπεύει τα εξωτερικά γεγονότα με ακρίβεια.
- Τα παιδιά κατανοούν ότι το μυαλό μεσολαβεί στην ερμηνεία της πραγματικότητας.

7. Ποιο από τα παρακάτω δεν αποτελεί αδυναμία οφειλόμενη στη μη-ανεπτυγμένη 'Θεωρία του Νου';

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Έλλειψη ικανότητας νοητικής φαντασίας
- Δυσκολία στο «παιχνίδι προσποίησης»
- Έλλειψη διάκρισης μεταξύ εξωτερικών και εσωτερικών ενεργειών.
- Δυσκολία στην εξαπάτηση

8. Ποιο από τα παρακάτω δεν επηρεάζει την επιτυχία των παιδιών στα τεστ Θεωρίας του Νου;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Ο αριθμός μελών σε μια οικογένεια
- Η καταγωγή των παιδιών
- Η φύση των συνομιλιών ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας
- Η ποιότητα της προσκόλλησης παιδιού-γονέα / φροντιστή

# ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΝΟΥ ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί /ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλούμε να απαντήσετε στις παρακάτω σύντομες ερωτήσεις.

1. Πώς θα ορίζατε τη 'Θεωρία του Νου';

---

---

---

---

---

2. Πώς θα μπορούμε να αξιολογήσουμε τη 'Θεωρία του Νου' των μικρών παιδιών;  
Ονομάστε 3 τεστ και περιγράψτε ένα από αυτά.

---

---

---

---

---

3. Δώστε 2 πιθανές ενδείξεις για τις ικανότητες που μπορεί να έχουν τα παιδιά όταν πετυχαίνουν στα Τεστ Λανθασμένης Πεποίθησης (False-Belief Tests);

---

---

---

---

---

4.

Ποιες μπορεί να είναι 2 πιθανές εξηγήσεις για την αποτυχία των μικρών παιδιών στα Τεστ Λανθασμένης- Πεποίθησης (False-Belief Tests);

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων: Προ Δοκίμιο

Παρακαλώ απαντήστε τις πιο κάτω ερωτήσεις.

1. Η ψυχική υγεία επηρεάζει:

*Mark only one oval.*

- Την σκέψη
- Τα συναισθήματα
- Τις συμπεριφορές
- Όλα τα πιο πάνω

2. Η ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων σχετίζεται με την ποιότητα ζωής τους.

*Mark only one oval.*

- Σωστό
- Λάθος

3. Ποιο από τα πιο κάτω χαρακτηριστικά περιγράφει την ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων;

*Check all that apply.*

- Ικανότητα να προσαρμόζονται σε διαφορετικές καταστάσεις.
- Να έχουν πολλά παιχνίδια.
- Οι οικογενειακοί καβγάδες.
- Να ζουν και με τους δυο τους γονείς.
- Η ψυχική ανθεκτικότητα.
- Να έχουν καλή σχολική απόδοση.

4. Για να μπορούμε να διαχωρίσουμε την φυσιολογική από την αποκλίνουσα συμπεριφορά, πρέπει να μελετήσουμε:

*Mark only one oval.*

- Το αναπτυξιακό στάδιο του παιδιού
- Την απόδοση του παιδιού
- Την ύπαρξη δυσλειτουργίας
- Όλα τα πιο πάνω

5. Περίπου πιο είναι το ποσοστό παγκοσμίως των παιδιών και των εφήβων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας ή/και έχουν διαγνωσθεί με κάποια ψυχική διαταραχή;

*Mark only one oval.*

- 5%
- 10%
- 20%
- 30%

6. Η οικογένεια είναι βασική αιτία στην ύπαρξη ψυχικής διαταραχής στους νέους όταν:

*Mark only one oval.*

- Υπάρχει έλλειψη εμπιστοσύνης
- Όλα τα μέλη της οικογένειας έχουν μεταξύ τους καλή επικοινωνία
- Οι γονείς ανταποκρίνονται στις ανάγκες των παιδιών τους
- Η οικογένεια χαρακτηρίζεται από προσαρμοστικότητα

7. Ποια είναι η πιο συχνή ψυχική διαταραχή που εμφανίζεται στους έφηβους;

*Check all that apply.*

- Αγχώδης διαταραχή
- Κατάθλιψη
- Αυτοκτονία
- Αυτισμός
- Παχυσαρκία
- Καβγάδες με συνομηλίκους
- Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας

8. Ποιος από τους πιο κάτω παράγοντες μπορεί να είναι η αιτία ανάπτυξης ψυχικής διαταραχής σε παιδιά και έφηβους;

*Mark only one oval.*

- Ψυχοπαθολογία γονέα
- Σχολικός Εκφοβισμός
- Δυσλειτουργία του εγκεφάλου
- Όλα τα πιο πάνω

9. Ποιος από τους πιο κάτω παράγοντες μπορεί να λειτουργήσει προστατευτικά για την βελτίωση της ψυχικής υγείας σε παιδιά και έφηβους;

*Check all that apply.*

- Υποστηρικτικό οικογενειακό περιβάλλον
- Ύπαρξη πολλών φίλων
- Παιχνίδι
- Να έχουν "χώρο" να πειραματιστούν
- Να έχουν την δυνατότητα να φοιτήσουν σε ένα σχολείο
- Να νιώθουν ασφάλεια

# Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων: Μετά Δοκίμιο

Παρακαλώ απαντήστε τις πιο κάτω απαντήσεις.

1. Τι καταλαβαίνεις ακούγοντας τον όρο "Ψυχική Υγεία";

---

2. Περίγραψε τα βασικά χαρακτηριστικά που πρέπει να περιλαμβάνει μια αξιολόγηση ψυχικής υγείας.

---

---

---

---

---

3. Ονόμασε τα κριτήρια που χρησιμοποιούμε για να διαχωρίσουμε την φυσιολογική από την αποκλίνουσα συμπεριφορά σε ένα παιδί ή ένα έφηβο.

---

---

---

---

---

4. Γράψε 4 παράγοντες που επηρεάζουν αρνητικά την ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων.

---

---

---

---

---

5. Γράψε 4 παράγοντες που επηρεάζουν θετικά την ψυχική υγεία των παιδιών και των εφήβων.

---

---

---

---

---

6. Τι μπορούμε να κάνουμε σαν άτομα, σαν κοινωνία, για να βοηθήσουμε τα παιδιά και τους έφηβους να έχουν μια καλή ψυχική υγεία;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Διαπροσωπική Επικοινωνία Προ Δοκιμίου

Παρακαλώ απαντήστε τις πιο κάτω ερωτήσεις σημειώνοντας τη σωστή απάντηση.

1. Η διαπροσωπική επικοινωνία μπορεί να οριστεί ως:

*Mark only one oval.*

- Μια περίπλοκη διαδικασία η οποία περιλαμβάνει διάφορα στοιχεία και πολλά νοήματα.
- Μια γραμμική μετάδοση πληροφοριών από ένα αποστολέα σε ένα παραλήπτη.
- Μετάδοση πληροφοριών, αλλά και επαφή με άλλους, μια διαδικασία που μπορεί να περιλαμβάνει ποικίλες δυναμικές και νοήματα.

2. Με βάση αυτό που λέει ο αποστολέας και αυτό που αντιλαμβάνεται ο παραλήπτης:

*Mark only one oval.*

- Λαμβάνει χώρα σε μια γραμμική διαδικασία η οποία εξαρτάται από την κωδικοποίηση του μηνύματος.
- Λαμβάνει χώρα σε μια περίπλοκη διαδικασία, η οποία εξαρτάται από διάφορους βιολογικούς παράγοντες αλλά και από ψυχοκοινωνικούς και προσωπικούς παράγοντες.
- Είναι πιθανό να εξετάσουμε μόνο μια ερμηνεία του μηνύματος.
- Οι αλλαγές στη λήψη μηνυμάτων οφείλονται αποκλειστικά σε προβλήματα στη δίοδο επικοινωνίας.

3. «Η χειρονομία είναι το παν». Αυτή η έκφραση χρησιμοποιείται για να τονίσει τη σημασία της:

*Mark only one oval.*

- Λεκτικής γλώσσας
- Μη-λεκτικής γλώσσας
- Της λεκτικής και μη λεκτικής γλώσσας
- Του γραπτού, προφορικού λόγου

4. Η μη-λεκτική επικοινωνία μπορεί να χαρακτηριστεί ως:

*Mark only one oval.*

- Πάντα περιλαμβάνει συνειδητό χαρακτήρα.
- Ανεξάρτητη από τη λεκτική επικοινωνία και για αυτό μπορεί να ερμηνευτεί ως ανεξάρτητη από αυτή.
- Μετάδοση συναισθημάτων.
- Μετάδοση του περιεχομένου του μηνύματος.

5. Η εγγύτητα στην επικοινωνία περιλαμβάνει:

*Mark only one oval.*

- Μετάδοση πληροφοριών μέσω των κινήσεων του σώματος.
- Πως οι άνθρωποι τοποθετούν τον εαυτό τους με βάση τον προσωπικό χώρο σε σχέση με τους άλλους.
- Μετάδοση πληροφοριών μέσω χειρονομιών.
- Μετάδοση πληροφοριών μέσω παρα-γλωσσικών στοιχείων, όπως ο τονισμός ή ο ρυθμός της προφορικής παρουσίασης.

6. Όταν μεταφέρουμε ένα μήνυμα μέσα από λέξεις, χρησιμοποιούμε τη γλώσσα:

*Mark only one oval.*

- Λεκτικά
- Μη-λεκτικά
- Για να την ταξινομήσουμε με βάση τον αποστολέα
- Για να την ταξινομήσουμε με βάση τον παραλήπτη

7. Η παρα-γλωσσική επικοινωνία περιλαμβάνει:

*Mark only one oval.*

- πτυχές της επικοινωνίας όπως ο τόνος της φωνής, η ένταση ή η ταχύτητα με την οποία μιλούμε.
- δραστηριότητες όπως κουνήματα, χειρονομίες ή άλλες κινήσεις για την έκφραση συναισθημάτων.
- μετάδοση πληροφοριών μέσω της διάταξης στο διάστημα.

8. Το αξίωμα της ανθρώπινης επικοινωνίας που υποστηρίζει ότι δεν μπορεί κανείς να μην επικοινωνήσει αποδεικνύει ότι:

*Mark only one oval.*

- Οτιδήποτε κάνουμε και λέμε, συνειδητά ή ασυνείδητα είναι κατά κάποιο τρόπο επικοινωνία.
- Η σιωπή δεν μπορεί να θεωρηθεί μορφή επικοινωνίας.
- Η ανθρώπινη επικοινωνία επικεντρώνεται στην προφορική, λεκτική επικοινωνία.
- Η επικοινωνία περιλαμβάνει μόνο ψηφιακή κωδικοποίηση.

# Διαπροσωπική Επικοινωνία Μετά Δοκιμίου

Παρακαλώ απαντήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις.

1. Περιγράψε τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία και τις μορφές που μπορεί να πάρει.

---

---

---

---

---

2. Διατύπωσε την έννοια της φράσης «Η χειρονομία είναι το παν», εξηγώντας τις μορφές που περιλαμβάνει η επικοινωνία.

---

---

---

---

---

3. Περιγράψε τα χαρακτηριστικά της διαπροσωπικής επικοινωνίας με βάση αυτά που προτείνουν οι Watzlawick, Johnson και Beaver.

---

---

---

---

---

4. Μπορεί η σιωπή να θεωρηθεί μορφή επικοινωνίας; Αιτιολόγησε την απάντησή σου.

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Απόδοση Αιτιών ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλώ απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις σημειώνοντας τη μία σωστή απάντηση.

1. Όταν διερευνούμε την απόδοση αιτιότητας, μερικά παραδείγματα εξωτερικών αιτιών θα μπορούσαν να είναι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- η ικανότητα και η τύχη
- η δυσκολία σ' ένα έργο και η προσπάθεια για πετύχει κανείς σ' αυτό
- η δυσκολία σ' ένα έργο και η τύχη
- μόνο η τύχη

2. Η έλλειψη κινήτρων για επιτυχία παρουσιάζεται όταν:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- η αποτυχία αποδίδεται στην έλλειψη προσπάθειας
- η αποτυχία αποδίδεται στην έλλειψη ικανότητας
- η επιτυχία αποδίδεται στην τύχη
- και το α) και το γ) είναι σωστά

3. Η μεμαθημένη απελπισία σχετίζεται με:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- την αντίληψη για τη δυνατότητα ελέγχου
- την εσωτερική εστίαση ελέγχου μιας κατάστασης
- τη γενίκευση των συμπεριφορών απελπισίας και σε άλλες καταστάσεις

4. Η προσδοκία πως μπορούμε να ελέγξουμε το αποτέλεσμα σε μια κατάσταση αναφέρεται σε:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- τις a priori (από πριν) προσδοκίες / πεποιθήσεις για την εμφάνιση συγκεκριμένων γεγονότων
- τις εκ των υστέρων πεποιθήσεις για την εμφάνιση συγκεκριμένων γεγονότων
- έννοιες όπως η εστίαση ελέγχου, η μεμαθημένη απελπισία και η αυτο-αποτελεσματικότητα (του ατόμου, όπως το ίδιο το άτομο την αντιλαμβάνεται).
- το α) και γ) είναι σωστά.

5. Οι αιτιώδεις αποδόσεις σχετίζονται με:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- τον τρόπο που τα άτομα ερμηνεύουν την πραγματοποίηση ορισμένων γεγονότων
- την ανάγκη των ανθρώπων να κατανοήσουν και να έχουν έλεγχο στο περιβάλλον
- τα διαφορετικά πλαίσια στα οποία πραγματοποιούνται ορισμένες καταστάσεις
- την παρατήρηση άλλων ανθρώπων που φαίνεται να πετυχαίνουν σε μια κατάσταση
- όλα τα παραπάνω είναι σωστά

6. Ποιες πηγές αυτοαποτελεσματικότητας (όπως το ίδιο το άτομο τις αντιλαμβάνεται) έχουν μεγαλύτερη επιρροή στον αναμενόμενο έλεγχο ενός αποτελέσματος;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Προσωπικές εμπειρίες επιτυχίας
- Παρατήρηση άλλων ατόμων που πετυχαίνουν σε μια κατάσταση
- Ικανότητα λεκτικής πειθούς
- Συναισθηματική ενεργοποίηση

7. Η δήλωση «Για να πετύχω πρέπει να δουλέψω σκληρά» φανερώνει:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- μian εσωτερική εστίαση ελέγχου
- μια εσωτερική αιτιακή απόδοση
- μian εξωτερική εστίαση ελέγχου
- μια εξωτερική αιτιακή απόδοση

8. Κάποιος/α μπορεί να χρησιμοποιήσει προσωπικές άμυνες υπερασπίζοντας το εγώ του/της αν υιοθετεί την ακόλουθη ερμηνεία:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Η επιτυχία αποδίδεται σε εσωτερικές και σταθερές αιτίες και η αποτυχία σε εξωτερικές ή ασταθείς αιτίες
- Η επιτυχία αποδίδεται σε εξωτερικές και σταθερές αιτίες και η αποτυχία σε εξωτερικές και σταθερές αιτίες.
- Η επιτυχία αποδίδεται σε εξωτερικές και ασταθείς ή σταθερές αιτίες και η αποτυχία σε εσωτερικές ή ασταθείς αιτίες.

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# ΑΙΤΙΑΚΕΣ ΑΠΟΔΩΣΕΙΣ ΜΕΤΑ -ΔΟΚΙΜΙΟ Έλεγχος Αιτιωδών Αποδόσεων και η Αποτελεσματικότητά τους στον Έλεγχο των Προσδοκιών

Αγαπητοί φοιτητές κι αγαπητές φοιτήτριες, παρακαλώ απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις.

1. Το απόφθεγμα «Πιστεύουμε ότι Μπορούμε» σε ποια θεωρία αυτοαποτελεσματικότητας αντιστοιχεί; Αιτιολογήσετε την απάντησή σας.

---

---

---

---

---

2. Ποια είναι η σχέση μεταξύ των αιτιωδών αποδόσεων και του προσδόκιμου ελέγχου του αποτελέσματος;

---

---

---

---

---

3. Ποια από τις θεωρίες των αιτιωδών αποδόσεων έχει τη μεγαλύτερη επίδραση στο προσδόκιμο ελέγχου του αποτελέσματος;

---

---

---

---

---

4. Χαρακτηρίστε τα μοτίβα απόδοσης ψηλού και χαμηλού κινήτρου για επιτυχία, υπογραμμίζοντας τη σχέση τους με τις διαστάσεις των αιτιωδών αποδόσεων.

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Νοημοσύνη ΜΕΤΑ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί /ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλείστε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα τη Νοημοσύνη.

1. Ποιος, πότε και για ποιο σκοπό δημιούργησε τα πρώτα τεστ νοημοσύνης;

---

---

---

---

---

2. Ποιος και πότε εισήγαγε την έννοια του IQ και πώς όρισε το πηλίκο νοημοσύνης;

---

---

---

---

---

3. Περιγράψτε τη διαφορά μεταξύ της έννοιας της νοημοσύνης α. σύμφωνα με τον Charles Spearman και β. σύμφωνα με τον Raymond Cattel.

---

---

---

---

---

4. Ονομάστε ποια επίπεδα νοημοσύνης, δηλαδή ποια επίπεδα νοητικής ικανότητας, διακρίνουμε σύμφωνα με την τρέχουσα διεθνή ταξινόμηση ασθενειών / αποκλίσεων.

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Νοημοσύνη ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί / ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλείστε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα τη Νοημοσύνη.

1. Ποιος εισήγαγε τον όρο IQ (Νοητικό Πηλίκο) ;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Τσαρλς Σπίρμαν
- Άλφρεντ Μπινέτ
- Ουίλιαμ Στερν

2. Ποιος από τους παρακάτω ορισμούς αποδίδει ορθότερα την έννοια του IQ;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- ποσοτική μέτρηση της νοημοσύνης
- διανοητική ικανότητα άνω του μέσου όρου
- ρευστή και αποκρυσταλλωμένη νοημοσύνη

3. Ποιος από τους ακόλουθους ορισμούς είναι σωστός για τη μέτρηση της νοημοσύνης σύμφωνα με τον William Stern;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- η αναλογία της νοητικής προς τη χρονολογική ηλικία
- το σύνολο νοητικών ικανοτήτων
- συγκεκριμένες διανοητικές ικανότητες

4. Πώς ταξινομήσε ο Τσαρλς Σπίρμαν (Spearman) τη Νοημοσύνη;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- νοημοσύνη ως μία κεντρική ικανότητα
- νοημοσύνη ως μοντέλο δύο παραγόντων (γενική, ειδική)
- νοημοσύνη ως σύνολο πολλών, ανεξάρτητων τύπων νοητικών ικανοτήτων

5. Οι συγγραφείς του πρώτου κανονικού τεστ νοημοσύνης ήταν οι ακόλουθοι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Weschler και Stern
- Spearman και Cattell
- Binet και Simon

6. Είναι η νοημοσύνη / εφύια έμφυτη ή επίκτητη ικανότητα;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- μόνο γενετική
- μόνο επίκτητη
- εν μέρει έμφυτη και εν μέρει επίκτητη

7. Σύμφωνα με ένα από τους απλούστερους ορισμούς, η νοημοσύνη μπορεί να οριστεί ως:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- αυτό που μετρείται με τα τεστ νοημοσύνης
- η ικανότητα εφαρμογής της αποκτηθείσας γνώσης σε όλη μας τη ζωή
- η ικανότητα σκέψης, επίλυσης προβλημάτων, αφηρημένης σκέψης, μάθησης, κατανόησης νέου υλικού και χρήσης εμπειρίας. Η νοημοσύνη λοιπόν σχετίζεται με τη σκέψη, τη μάθηση, την επίλυση προβλημάτων

8. Ποιο εύρος στην κλίμακα IQ αντιστοιχεί στο μέσο όρο νοημοσύνης σύμφωνα με την καμπύλη του Gauss;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

80-120

100-110

90-110

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Θεωρία Πολλαπλής Νοημοσύνης ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές

φοιτητές και φοιτήτριες, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα τις Πολλαπλές Μορφές Νοημοσύνης:

1. Ποιος είναι ο βασικός εκπρόσωπος της θεωρίας της Πολλαπλής Νοημοσύνης;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

Hower Gardner

Alfred Binet

Wilhelm Wundt

2. Σε ποιο έτος εμφανίστηκε το μοντέλο πολλαπλής νοημοσύνης;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

1813

1983

1912

3. Πόσοι διαφορετικοί τύποι νοημοσύνης αποτελούν το μοντέλο πολλαπλής νοημοσύνης;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

2

8

15

4. Ποιος από τους τύπους νοημοσύνης της θεωρίας πολλαπλής νοημοσύνης εκφράζεται με την ακόλουθη δήλωση: "ικανότητα ελέγχου αριθμών, σχέσεων και λογικών τύπων, αποτελεσματικών υπολογισμών, εύκολης ανάλυσης καταστάσεων και προβλημάτων";

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Σωματοκινητική νοημοσύνη
- Οπτική-χωρική νοημοσύνη
- Λογική-μαθηματική νοημοσύνη

5. Ποιος από τους ακόλουθους τύπους νοημοσύνης του μοντέλου πολλαπλής νοημοσύνης εκφράζεται με την ακόλουθη δήλωση: "ικανότητα να διακρίνεις και να αντιλαμβάνεσαι τις συναισθηματικές καταστάσεις και τα διαπροσωπικά σημάδια των άλλων και να αντιδράς αποτελεσματικά σε τέτοιες ενέργειες με πρακτικό τρόπο";

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Διαπροσωπική νοημοσύνη
- Ενδοπροσωπική νοημοσύνη
- Νατουραλιστική νοημοσύνη

6. Ποια από τις παρακάτω προτάσεις χαρακτηρίζει τη μουσική νοημοσύνη;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- ικανότητα να χρησιμοποιεί το σώμα του για να εκφράσει τις σκέψεις και τα συναισθήματα και τις ιδιαιτερότητές τους όπως συντονισμό, ισορροπία, επιδεξιότητα, δύναμη, ευελιξία και ταχύτητα
- ικανότητα να εκτιμά με βεβαιότητα την οπτική και χωρική εικόνα, να αναπαριστά γραφικά ιδέες και να ευαισθητοποιεί το χρώμα, τη γραμμή, το σχήμα, το σχήμα, τον χώρο και τις αλληλεπιδράσεις τους, νοητικούς χάρτες, σχέδια ή σκίτσα
- ικανότητα αντίληψης, διάκρισης, μεταποίησης και έκφρασης ρυθμού, τόνου και μουσικών ήχων

7. Ποια ομάδα επαγγελματιών θεωρείται πιο κατάλληλη για άτομα με ψηλή σωματική-κινητική νοημοσύνη;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- αθλητές, χορευτές, χειρουργοί
- μουσικοί, συνθέτες, μαέστροι
- πολιτικοί, δημοσιογράφοι, ομιλητές

8. Ποια μορφή στη θεωρία πολλαπλής νοημοσύνης είναι η τελευταία που προστέθηκε στον κατάλογο;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- χωρική νοημοσύνη
- νατουραλιστική νοημοσύνη
- μουσική νοημοσύνη

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Πολλαπλές Μορφές Νοημοσύνης ΜΕΤΑ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί /ές φοιτητές και φοιτήτριες, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα τις 'Πολλαπλές Μορφές Νοημοσύνης'.

1. Περιγράψτε το μοντέλο πολλαπλής νοημοσύνης

---

---

---

---

---

2. Περιγράψτε τη λεκτική / γλωσσική Νοημοσύνη.

---

---

---

---

---

3. Ποιο/α επάγγελμα/τα θα προτείνετε σε ένα άτομο με υψηλή διαπροσωπική νοημοσύνη και γιατί;

---

---

---

---

---

4. Ποια είναι η συμβολή του μοντέλου πολλαπλής νοημοσύνης στο παιδαγωγικό / εκπαιδευτικό επάγγελμα;

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Οικογένεια: Σχέσεις, Επικοινωνία, και Λειτουργικότητα - Προ δοκίμιο

Παρακαλώ απαντήστε τις πιο κάτω ερωτήσεις.

1. Ποια από τις πιο κάτω διαστάσεις μπορεί να θεωρηθεί ως θεμελιώδης για την κατανόηση του οικογενειακού περιβάλλον;

*Mark only one oval.*

- Επικοινωνία
- Λειτουργικότητα
- Σχέσεις
- Όλα τα πιο πάνω

2. Το πρώτο στάδιο του κύκλου της οικογενειακής ανάπτυξης είναι το στάδιο:

*Mark only one oval.*

- Ανεξαρτησίας
- Του ζευγαρώματος
- Της γονικής μέριμνας
- Της άδειας φωλιάς.

3. Μια καλή οικογενειακή σχέση χαρακτηρίζεται από:

*Mark only one oval.*

- Εμπιστοσύνη και Καβγά
- Εμπιστοσύνη και αίσθημα ασφάλειας
- Αίσθημα ασφάλειας και προσαρμοστικότητα
- Εμπιστοσύνη και προσαρμοστικότητα

4. Προβληματικές οικογενειακές σχέσεις σχετίζονται με προβλήματα ψυχικής υγείας.

*Mark only one oval.*

Σωστό

Λάθος

5. Η οικογενειακή επικοινωνία βασίζεται στην ανταλλαγή πληροφοριών μέσω μόνο λεκτικής επικοινωνίας.

*Mark only one oval.*

Σωστό

Λάθος

6. Η οικογενειακή επικοινωνία ορίζεται ως:

*Mark only one oval.*

Μια γραμμική διαδικασία μεταξύ αποστολέα και παραλήπτη

Μια κυκλική διαδικασία που δημιουργεί ένα διάλογο

Μια γραμμική διαδικασία που δημιουργεί ένα διάλογο

7. Ποιο από τα παρακάτω χαρακτηριστικά προωθούνται σε μια οικογενειακή συζήτηση;

*Check all that apply.*

Επίλυση προβλημάτων

Λήψη αποφάσεων

Κατανόηση της οικογένειας ως ομάδα

Εμπιστοσύνη

Προσαρμοστικότητα

Αποδοχή του εαυτού

Αποδοχή ρόλων

Ιεραρχία

8. Η οικογενειακή λειτουργικότητα βασίζεται:

*Mark only one oval.*

- Στην προσαρμοστικότητα μόνο
- Στην ιεραρχία και την εξουσία μόνο
- Στις υπευθυνότητες και τους ρόλους
- Στην ύπαρξη κανόνων μόνο

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Οικογένεια: Σχέσεις, Επικοινωνία, και Λειτουργικότητα - Μετά Δοκίμιο

Παρακαλώ απαντήστε τις πιο κάτω ερωτήσεις.

1. Περιγράψε τα χαρακτηριστικά μιας υγιή οικογενειακής σχέσης.

---

---

---

---

---

2. Πως οι οικογενειακές συζητήσεις μπορούν να προάγουν την καλή επικοινωνία;

---

---

---

---

---

3. Τι πρέπει να κάνει ένα μέλος της οικογένειας για να αποφύγει ένα καβγά και γιατί;

---

---

---

---

---

4. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά της οικογενειακής λειτουργικότητας;  
Ονόμασε τα.

---

---

---

---

---

5. Γιατί οι προβληματικές οικογενειακές σχέσεις σχετίζονται με την ψυχική υγεία;

---

---

---

---

---

6. Η οικογένεια είναι η πιο σημαντική κοινωνική ομάδα. Εξήγησε το.

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Συναισθήματα Προ Δοκίμιο

1. Πιο από τα πιο κάτω ΔΕΝ θεωρείται βασικό συναίσθημα;

*Mark only one oval.*

- Ευτυχία
- Θυμός
- Φόβος
- Ζήλεια

2. Τι σημαίνει "επίπεδο διέγερσης";

*Mark only one oval.*

- Η ποιότητα της επικοινωνίας μεταξύ συνομηλίκων.
- Η έκφραση των συναισθημάτων μέσω της συμπεριφοράς.
- Η γενική κατάσταση εγρήγορσης και ενεργοποίησης του σώματός μας.

3. Ποιανού ή ποιων το όνομα συνδέεται με τη θεωρία σύμφωνα με την οποία η γνωστική αξιολόγηση της δεδομένης κατάστασης είναι ο πρωταρχικός παράγοντας στην ανάπτυξη των συναισθημάτων;

*Mark only one oval.*

- James and Lange
- James and Bard
- Cannon and Bard
- Schachter

4. Σύμφωνα με τον Stanley Schachter, τα διαφορετικά συναισθήματά μας συνδέονται με συγκεκριμένες, σαφώς διακριτές σωματικές αντιδράσεις.

*Mark only one oval.*

- Σωστό  
 Λάθος

5. Τα συναισθήματα βοηθούν τους ανθρώπους να παραμείνουν ζωντανοί και παίζουν επίσης σημαντικό ρόλο στην επικοινωνία μεταξύ των συνομηλίκων.

*Mark only one oval.*

- Σωστό  
 Λάθος

6. Τι ισχυρίστηκε ο Ekman για τα συναισθήματα;

*Mark only one oval.*

- Τα βασικά συναισθήματα είναι κοινά σε ορισμένους πολιτισμούς, αλλά απουσιάζουν σε άλλους πολιτισμούς.
- Τα βασικά συναισθήματα συνδέονται με παρόμοιες εκφράσεις του προσώπου σε όλους τους πολιτισμούς.
- Η έκφραση όλων των συναισθημάτων εξαρτάται από τη συγκεκριμένη κουλτούρα.

7. Τα θετικά συναισθήματα μας κάνουν να θέλουμε να πλησιάσουμε πιο κοντά στην αιτία του συναισθήματος και τα αρνητικά μας κάνουν να θέλουμε να απομακρυνθούμε από αυτό.

*Mark only one oval.*

- Σωστό  
 Λάθος

8. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά της συναισθηματικής διαδικασίας;

*Check all that apply.*

- αλλαγή του επιπέδου διέγερσης
- συμπεριφορά συμπεριφοράς
- γνωστική αξιολόγηση
- υποκειμενικό συναίσθημα
- επικοινωνία μεταξύ συνομηλίκων

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

**Google Forms**

# Συναισθήματα Μετά Δοκίμιο

1. Με λίγα λόγια περιέγραψε τη θεωρία του Cannon και Bard για τα συναισθήματα.

---

---

---

---

---

2. Ονόμασε τα βασικά συναισθήματα που συμφωνούν όλοι οι θεωρητικοί ότι υπάρχουν.

---

---

---

---

---

3. Περιέγραψε το τι σημαίνει "συναισθηματική νοημοσύνη".

---

---

---

---

---

4. Με ποια θεωρία συναισθημάτων συμφωνείτε περισσότερο από αυτές που περιγράφονται; Γιατί;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Επιθετικότητα: Φύση, Αίτια και Έλεγχος Προ Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, σας παρακαλούμε όπως απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις γύρω από το θέμα "Επιθετικότητα: Φύση, Αίτια και Έλεγχος".

1. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά της επιθετικής συμπεριφοράς; Δώσε τη σωστή απάντηση.

*Check all that apply.*

- Συμπεριφορά που προκαλεί κακό στους άλλους
- Συμπεριφορά που οδηγεί σε αυτοκαταστροφή
- Συμπεριφορά που προκαλεί πόνο στους άλλους
- Αυτο-τραυματική συμπεριφορά
- Συμπεριφορά που προκαλεί ψυχολογικό πόνο στους άλλους

2. Ποιο μέρος του εγκεφάλου σχετίζεται με την επιθετική συμπεριφορά; Δώσε τη σωστή απάντηση

*Mark only one oval.*

- Ιππόκαμπος
- Δεξί ημισφαίριο
- Αμυγδαλή
- Αριστερό ημισφαίριο

3. Η επιθετικότητα συχνά συνδέεται με απογοήτευση. Σημείωσε τις σωστές δηλώσεις σχετικά μ' αυτή τη σχέση:

*Check all that apply.*

- Η απογοήτευση αυξάνει την πιθανότητα επιθετικής συμπεριφοράς.
- Η απογοήτευση γεννά πάντα επιθετικότητα.
- Η επιθετικότητα προκαλείται πάντα από την έλλειψη πόρων και το αίσθημα της στέρησης.
- Η επιθετικότητα μπορεί να μειωθεί όταν η απογοήτευση είναι κατανοητή.

4. Ποια από τις 2 αυτές προτάσεις είναι ορθή;

*Mark only one oval.*

- Το να κουβαλώ όπλο ενισχύει την επιθετική συμπεριφορά.
- Το να κουβαλώ όπλο σημαίνει ότι πάντα θα προκληθεί επιθετικότητα.

5. Η θεωρία του Bandura της κοινωνικής μάθησης ισχυρίζεται: (ποιο από τα παρακάτω είναι σωστό;)

*Mark only one oval.*

- Η επιθετικότητα μαθαίνεται και δεν είναι έμφυτη.
- Η επιθετικότητα δεν σχετίζεται με συμπεριφορές μίμησης.

6. Ποια είναι τα χαρακτηριστικά της διεκδικητικής συμπεριφοράς; Δώσε τη σωστή απάντηση.

*Check all that apply.*

- Όταν μπορούμε να πούμε "ΟΧΙ"
- Όταν υπερασπιζόμαστε τα όρια μας
- Τα ίδια με την καταστροφική επιθετικότητα
- Όταν δείχνουμε στους άλλους το θυμό μας

7. Ποιοι είναι οι τρόποι αντιμετώπισης του θυμού και της επιθετικότητας; Δώσε τη σωστή απάντηση

*Check all that apply.*

- Να εκπαιδευτούμε σε επικοινωνιακές δεξιότητες
- Να χρησιμοποιούμε την ενσυναίσθηση προς τους άλλους
- Να δείχνουμε το θυμό μας

8. Ποιες είναι οι τεχνικές αντιμετώπισης της λεκτικής επιθετικότητας; Δώσε τη σωστή απάντηση.

*Check all that apply.*

- Μην παίρνεις τα πάντα προσωπικά
- Όταν κάποιος είναι θυμωμένος μην αντιδράσεις πίσω με τον ίδιο θυμό
- Δες την κατάσταση στα σοβαρά.

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Επιθετικότητα: Φύση, Αίτια και Έλεγχος Μετά Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, σας παρακαλούμε όπως απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις γύρω από το θέμα "Επιθετικότητα: Φύση, Αίτια και Έλεγχος".

1. Γράψε τον ορισμό της επιθετικότητας.

---

---

---

---

---

2. Περίγραψε τη σχέση μεταξύ της απογοήτευσης και της επιθετικότητας.

---

---

---

---

---

3. Πως ορίζει ο Bandura την επιθετικότητα;

---

---

---

---

---

4. Τι σημαίνει διεκδικητική συμπεριφορά;

---

---

---

---

---

5. Ονόμασε κάποιες βασικές τεχνικές που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση του θυμού και της επιθετικότητας.

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Παρώθηση - Κίνητρα ΠΡΟ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλώ απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις:

[Sign in to Google](#) to save your progress. [Learn more](#)

1. Πώς ορίζετε την παρώθηση /τα κίνητρα;  
Δηλώστε τις σωστές απαντήσεις:

- Επιθυμία για επίτευξη ενός στόχου
- Απουσία συναισθημάτων
- Ενέργεια για την επίτευξη ενός στόχου
- Ιεραρχικό σύστημα αναγκών
- Χαρακτηριστικό της προσωπικότητας

2. Ποιες είναι οι κύριες θεωρίες κινήτρων / παρώθησης;  
Δηλώστε τις σωστές απαντήσεις:

- Θεωρίες συμπεριφοράς
- Γνωστικές θεωρίες
- Ενόργανες θεωρίες
- Θεωρία κοινωνικής μάθησης
- Θεωρίες πειθούς
- Ανθρωπιστικές θεωρίες



Request edit access



3. Ποια τέσσερα χαρακτηριστικά καθορίζουν το κίνητρα; /Δηλώστε τις σωστές απαντήσεις

- Δραστηριοποίηση
- Ένταση
- Σύνθεση
- Αντοχή
- Σθένος
- Κατεύθυνση

4. Σύμφωνα με τη θεωρία του Maslow, οι ανάγκες διαφοροποιούνται σε: Επιλέξτε τις σωστές απαντήσεις:

- Ελλειμματικές ανάγκες
- Ανάγκες μεσαίου επιπέδου
- Ανάγκες ανάπτυξης

5. Σύμφωνα με τη θεωρία του Maslow, στο υψηλότερο επίπεδο των αναγκών βρίσκονται: /Δηλώστε τη σωστή απάντηση:

- Ανάγκες ασφάλειας
- Ανάγκη για αυτοπραγμάτωση
- Ανάγκη για σεβασμό



6. Το εσωτερικό κίνητρο περιλαμβάνει /επισημάνετε τις σωστές απαντήσεις/:

- Ικανοποίηση από το αποτέλεσμα
- Επιβράβευση συμμετοχής
- Αίσθηση ικανότητας
- Έπαινος για το αποτέλεσμα

7. Το εξωτερικό κίνητρο περιλαμβάνει /Δηλώστε τις σωστές απαντήσεις:

- Επιβράβευση για το αποτέλεσμα
- Αυτοεπιβεβαίωση
- Απειλή αποτυχίας
- Έγκριση από άλλους

8. Το κίνητρο για μάθηση αναφέρεται στο /Δηλώστε τη σωστή απάντηση:

- Εσωτερικό κίνητρο για μάθηση
- Περιβαλλοντικές συνθήκες
- Αλληλεπίδραση μεταξύ προσωπικών κινήτρων και περιβαλλοντικών παραγόντων

Submit

Clear form

This content is neither created nor endorsed by Google. [Report Abuse](#) - [Terms of Service](#) - [Privacy Policy](#).

Google Forms



Request edit access



# Παρώθηση - Κίνητρα ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Πώς ορίζεται το κίνητρο;

---

---

---

---

---

2. Ποιες είναι οι κυριότερες θεωρίες παρακίνησης / κινήτρων;

---

---

---

---

---

3. Ποια είναι τα 5 επίπεδα αναγκών στην ιεραρχία κινήτρων του Maslow;

---

---

---

---

---

4. Πώς ορίζονται τα μοντέλα παρακίνησης σύμφωνα με τον συμπεριφορισμό;

---

---

---

---

---

5. Αναφέρετε τα κύρια χαρακτηριστικά της εσωτερικής παρακίνησης / παρώθησης.

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Θεωρία Προσκόλλησης: Προ Δοκίμιο

1. Ποιος είναι ο πατέρας της Θεωρίας Προσκόλλησης;

*Mark only one oval.*

- Freud
- Bowlby
- Erickson
- Piaget

2. Ποιος σχεδίασε το Πείραμα του Ξένου;

*Mark only one oval.*

- Mary Main
- Mary Ainsworth
- Judith Solomon
- John Bowlby

3. Με βάση το εσωτερικό μοντέλο εργασίας, ένα παιδί με ασφαλή προσκόλληση έχει θετική εικόνα για τον εαυτό του και το αντίθετο. Το παιδί με ανασφαλή προσκόλληση έχει αρνητική εικόνα για τον εαυτό του.

*Mark only one oval.*

- Σωστό
- Λάθος

4. Ποιο από τα πιο κάτω είναι βασικό χαρακτηριστικό ενός παιδιού με ασφαλή προσκόλληση;

*Mark only one oval.*

- Ευτυχία  
 Αποφυγή  
 Αντίσταση  
 Σύγχυση

5. Ποιο από τα πιο κάτω είναι βασικό χαρακτηριστικό ενός παιδιού με ανασφαλή αμφιθυμική προσκόλληση;

*Mark only one oval.*

- Ευτυχία  
 Αποφυγή  
 Αντίσταση  
 Σύγχυση

6. Ποιο από τα πιο κάτω είναι βασικό χαρακτηριστικό ενός παιδιού με ανασφαλή αποφευκτική προσκόλληση;

*Mark only one oval.*

- Ευτυχία  
 Αποφυγή  
 Αντίσταση  
 Σύγχυση

7. Ποιο από τα πιο κάτω είναι βασικό χαρακτηριστικό ενός παιδιού με ανασφαλή αποδιοργανωμένη προσκόλληση;

*Mark only one oval.*

- Ευτυχία
- Αποφυγή
- Αντίσταση
- Σύγχυση

8. Γονείς που έχουν αποδιοργανωμένη προσκόλληση με τα παιδιά τους χρησιμοποιούν βία.

*Mark only one oval.*

- Σωστό
- Λάθος

9. Ποιο από τα παρακάτω είναι παράγοντας που επηρεάζει την ανάπτυξη ενός συναισθηματικού δεσμού;

*Mark only one oval.*

- Διαθεσιμότητα του γονέα
- Ταμπεραμέντο του παιδιού
- Ποιότητα φροντίδας
- Όλα τα πιο πάνω

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Θεωρία Προσκόλλησης: Μετά Δοκίμιο

1. Ονόμασε τους 4 τύπους προσκόλλησης.

---

2. Περιέγραψε 2 χαρακτηριστικά ενός παιδιού για κάθε τύπο προσκόλλησης.

---

---

---

---

---

3. Περιέγραψε 2 χαρακτηριστικά του γονέα για κάθε τύπο προσκόλλησης.

---

---

---

---

---

4. Ποια είναι η λειτουργία του εσωτερικού μοντέλου εργασίας;

---

---

---

---

---

5. Περιέγραψε τα στάδια του Πειράματος του Ξένου.

---

---

---

---

---

6. Πως το ταμπεραμέντο ενός παιδιού επηρεάζει την ανάπτυξη ενός ανασφαλούς δεσμού με τον γονέα;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Ενθάρρυνση στην Εκπαίδευση ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Ποια είναι η βασική αιτία αρνητικής συμπεριφοράς στο σχολείο;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Έλλειψη κινήτρων των μαθητών
- Ανεπίλυτες συγκρούσεις συμφερόντων μεταξύ εκπαιδευτικών και μαθητών
- Ακατάλληλο οικογενειακό περιβάλλον
- Υπερβολικά αυστηροί κανόνες του σχολείου

2. Πώς μπορούμε να κατανοήσουμε καλύτερα την αρνητική συμπεριφορά των μαθητών;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Μιλώντας στον/στη μαθητή / μαθήτρια
- Με συνεννόηση με τους γονείς
- Με παρατήρηση και ανάλυση της συμπεριφοράς
- Με τη συνεργασία με τον ψυχολόγο

3. Ποιες είναι οι μορφές διασπαστικής / αρνητικής συμπεριφοράς;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Επιδίωξη προσοχής, μάχη εξουσίας, εκδίκηση και αποθάρρυνση
- Αντιπαράθεση, ενάντια επιχειρηματολογία
- Άρνηση πραγματοποίησης των σχολικών εργασιών
- Παρενόχληση και εκφοβισμός συμμαθητών

4. Τι εννοούμε λέγοντας 'εσφαλμένοι στόχοι συμπεριφοράς';

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Όταν ένας μαθητής αποτυγχάνει να αξιολογήσει τις δυνατότητές του και θέτει έναν ανέφικτο στόχο.
- Όταν ο μαθητής δεν έχει επίγνωση των ικανοτήτων του και περιμένει πάρα πολλά από τον εαυτό του.
- Όταν ο μαθητής θέλει να ανταποκριθεί στις προσδοκίες του δασκάλου.
- Όταν ο μαθητής επιδιώκει την αναγνώριση από την κοινότητα με ακατάλληλα μέσα.

5. Τι περιγράφει καλύτερα τη μέθοδο προειδοποίησης;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Επιτυγχάνει το επιθυμητό αποτέλεσμα επηρεάζοντας τη συμπεριφορά του μαθητή με τον σωστό τρόπο
- Είναι αποτελεσματικό μακροπρόθεσμα, η ανεπιθύμητη συμπεριφορά δεν επαναλαμβάνεται
- Βραχυπρόθεσμα, φαίνεται να πετυχαίνει τον στόχο του, αλλά έχει ακριβώς το αντίθετο αποτέλεσμα από αυτό που επιδιώκεται
- Αποθαρρύνει και τους άλλους μαθητές από την αρνητική συμπεριφορά

6. Πώς μπορεί να γνωρίζει ο εκπαιδευτικός ποια μορφή διασπαστικής συμπεριφοράς αντιμετωπίζει κάθε φορά;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Με βάση τα συναισθήματα που προκαλεί στον/στην εκπαιδευτικό η συμπεριφορά του/ της μαθητή/τριας
- Με βάση τη συμπεριφορά του/της μαθητή/τριας.
- Με βάση τη συμπεριφορά άλλων μαθητών
- Με βάση την καθοδήγηση του/της σχολικού ψυχολόγου

7. Ποια είναι η συνηθέστερη αιτία που κρύβεται πίσω από τους λανθασμένους στόχους μιας συμπεριφοράς;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Απόκλιση από τη νομότυπη συμπεριφορά
- Κακή παιδαγωγική προσέγγιση
- Πολύ επιεικείς κανόνες
- Αποθάρρυνση

8. Ποια μέθοδος είναι καταλληλότερη για την ενθάρρυνση στην εκπαίδευση;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Επιβράβευση
- Πλήρης απουσία τιμωρίας
- Ορθολογικές απαιτήσεις
- Προκλήσεις

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Ενθάρρυνση στην Εκπαίδευση ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Ποιες είναι οι αιτίες των ανεπίλυτων συγκρούσεων συμφερόντων μεταξύ εκπαιδευτικών και μαθητών στο σχολείο;

---

---

---

---

---

2. Γιατί οι εκπαιδευτικοί, σύμφωνα με τον Dreikurs, δεν μπορούν να ανταποκριθούν κατάλληλα στη συμπεριφορά των μαθητών;

---

---

---

---

---

3. Τι εννοούμε με τον όρο 'λανθασμένοι στόχοι συμπεριφοράς';

---

---

---

---

---

4. Ποιες είναι οι βασικές αρχές πάνω στις οποίες στηρίζεται η θεωρία για 'Ενθάρρυνση στην Εκπαίδευση';

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Μη- Λεκτική Επικοινωνία ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί /έσφοιητές και φοιτήτριες, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα 'Μη -λεκτική Επικοινωνία'.

1. Με βάση τα κανάλια επικοινωνίας, διακρίνουμε τη λεκτική και τη μη - λεκτική επικοινωνία.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Ορθό
- Λάθος

2. Η έννοια του μιμητισμού περιλαμβάνει:(σημειώστε τα ορθά)

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- χειρονομίες
- κινήσεις του σώματος
- εκφράσεις του προσώπου
- σωματική επαφή
- σωματική απόσταση μεταξύ ατόμων

3. Η φυσική εγγύτητα στην επικοινωνία περιλαμβάνει: (σημειώστε τα ορθά)

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- χειρονομίες
- κινήσεις του σώματος
- εκφράσεις του προσώπου
- σωματική επαφή
- σωματική απόσταση μεταξύ ατόμων

4. Η έννοια 'απτικά' στην επικοινωνία περιλαμβάνει:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- χειρονομίες, κινήσεις του σώματος
- εκφράσεις του προσώπου
- σωματική επαφή
- σωματική απόσταση μεταξύ ατόμων

5.

Η οικεία ζώνη απόστασης μεταξύ ατόμων / σωμάτων υπολογίζεται στα:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- έως περίπου 45 cm
- 45 cm έως 120 cm
- 120 cm έως περίπου 3,6 m
- 4 μέτρα έως περίπου 7 μέτρα

6. Η προσωπική ζώνη απόστασης για ένα άτομο υπολογίζεται στα:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- έως 45 cm
- 45 cm έως 120 cm
- 120 cm έως περίπου 3,6 m
- 4 m έως περίπου 7 m

7. Η κοινωνική ζώνη σωματικής απόστασης μεταξύ ατόμων υπολογίζεται στα:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- έως 45 cm
- 45 cm έως 120 cm
- 120 cm έως περίπου 3,6 m
- 4 m έως περίπου 7 m

8. Η επίσημη ζώνη σωματικής απόστασης καθορίζεται στα:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- έως 45 cm
- 45 cm έως 120 cm
- 120 cm έως περίπου 3,6 m
- 4 m έως περίπου 7 m

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Μη-Λεκτική Επικοινωνία ΜΕΤΑ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί /ές φοιτητές και φοιτήτριες, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε το παρακάτω ερωτηματολόγιο με θέμα τη 'Μη-Λεκτική Επικοινωνία'.

1. Περιγράψτε τη μη λεκτική επικοινωνία.

---

---

---

---

---

2. Καταγράψτε τις βασικές υποκατηγορίες της μη- λεκτικής επικοινωνίας.

---

---

---

---

---

3. Ποια είναι η αξία και η σημασία της μη - λεκτικής επικοινωνίας.

---

---

---

---

---

4. Σχολιάστε ή πείτε τη γνώμη σας για το παρακάτω απόφθεγμα: "Είναι αδύνατο να μην επικοινωνεί κανείς!"

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Προκαταλήψεις και Διακρίσεις Προ Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές,

Καλείστε να απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις πάνω στο θέμα "Προκαταλήψεις και Διακρίσεις".

1. Ποια από τις πιο κάτω προτάσεις περιγράφει καλύτερα τον ορισμό του "στερεότυπου";

*Mark only one oval.*

- Άκαμπτη και παράλογη γενίκευση για μια συγκεκριμένη κατηγορία ανθρώπων.
- Τυποποιημένη εικόνα ενός ατόμου για τον εαυτό του ή μέλη άλλων ομάδων.
- Άνιση μεταχείριση των ανθρώπων με βάση το ότι ανήκουν σε μια συγκεκριμένη ομάδα.

2. Ποια από τις πιο κάτω προτάσεις περιγράφει καλύτερα τον ορισμό της "προκατάληψης";

*Mark only one oval.*

- Άκαμπτη και παράλογη γενίκευση για μια συγκεκριμένη κατηγορία ανθρώπων.
- Τυποποιημένη εικόνα ενός ατόμου για τον εαυτό του ή μέλη άλλων ομάδων.
- Άνιση μεταχείριση των ανθρώπων με βάση το ότι ανήκουν σε μια συγκεκριμένη ομάδα.

3. Ποια από τις πιο κάτω προτάσεις περιγράφει καλύτερα τον ορισμό της "διάκρισης";

*Mark only one oval.*

- Άκαμπτη και παράλογη γενίκευση για μια συγκεκριμένη κατηγορία ανθρώπων.
- Τυποποιημένη εικόνα ενός ατόμου για τον εαυτό του ή μέλη άλλων ομάδων.
- Άνιση μεταχείριση των ανθρώπων με βάση το ότι ανήκουν σε μια συγκεκριμένη ομάδα.

4. Η προκατάληψη, σε αντίθεση με το στερεότυπο, είναι συνήθως αρνητική, παράλογη και καθοδηγείται από το συναίσθημα.

*Mark only one oval.*

- Σωστό  
 Λάθος

5. Η σημασία της λατινικής λέξης "discriminare" είναι:

*Mark only one oval.*

- Ανισότητα  
 Διακρίνω  
 Ισότητα

6. Οι διαπολιτισμικές διαφορές μπορούν να μειωθούν κυρίως με:

*Check all that apply.*

- Απομόνωση και καταπίεση  
 Πολυπολιτισμικές Εμπειρίες  
 Επιρροή, δράση και εκπαίδευση  
 Ακαμψία και γενίκευση

7. Αποτελεσματικά εργαλεία για την καταπολέμηση της προκατάληψης είναι:

*Check all that apply.*

- Ενσυναίσθησης και κατανόησης  
 Εκπαίδευσης και ευαισθητοποίησης  
 Ρατσισμού και σεξισμού  
 Καταπίεσης και περιφρόνησης

8. Υποδείξτε ποια από τα παρακάτω χαρακτηριστικά είναι κοινά και στα στερεότυπα και στις προκαταλήψεις.

*Check all that apply.*

- Κρίση
- Αρνητικός Χαρακτήρας
- Παραλογισμός
- Γενίκευση

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Προκαταλήψεις και Διακρίσεις Μετά Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές,

Καλείστε να απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις πάνω στο θέμα "Προκαταλήψεις και Διακρίσεις".

1. Περιγράψτε τον ορισμό του στερεότυπου και δώστε μερικά παραδείγματα.

---

---

---

---

---

2. Περιγράψτε τον ορισμό της προκατάληψης και δώστε μερικά παραδείγματα.

---

---

---

---

---

3. Περιγράψτε τον ορισμό της διάκρισης.

---

---

---

---

---

4. Για την καταπολέμηση των προκαταλήψεων, τι μπορεί κάποιος να κάνει κατά τη γνώμη σας; Ποιο μπορεί να θεωρηθεί ως αποτελεσματική μέθοδος / αποτελεσματικό εργαλείο;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Η Θεωρία της Γνωστική Ασυμφωνία - Προ Δοκίμιο

1. Ποιος είναι ο δημιουργός της θεωρίας της γνωστικής ασυμφωνίας

*Mark only one oval.*

- Fritz Heider
- Charles E. Osgood
- Leon Festinger
- Elliot Aronson

2. Τι μελετούν οι θεωρίες ισορροπίας στην κοινωνική ψυχολογία;

*Mark only one oval.*

- τη σχέση και την αρμονία μεταξύ των διαφορετικών γνώσεων.
- τη δυναμική των διαπροσωπικών σχέσεων.
- κοινωνική γνώση και σχηματίζουν εντυπώσεις.
- στρατηγικές επίλυσης συγκρούσεων.

3. Τι σημαίνει ο όρος "γνωστική ασυμφωνία" στη θεωρία του Festinger;

*Mark only one oval.*

- Ασυνέπεια των γνώσεων.
- Κατάσταση διέγερσης που προκύπτει από μια ασυμβίβαστη σύγκρουση μεταξύ δύο γνώσεων.
- Ασυμφωνία μεταξύ των γνώσεων και των κανόνων του περιβάλλοντος.
- Άγχος που αντιλαμβάνεται ο άνθρωπος και τη δημόσια επικοινωνία.

4. Με βάση τη θεωρία του Festinger, πώς μπορεί να μειωθεί η γνωστική ασυμφωνία;

*Mark only one oval.*

- Αλλάζοντας τις απόψεις και τις σκέψεις μας.
- Αλλάζοντας τη συμπεριφορά μας.
- Και τα δύο.
- Κανένα από τα πιο πάνω.

5. Σε ποια από τις πιο κάτω καταστάσεις μπορεί να βιώσεις γνωστική ασυμφωνία;

*Mark only one oval.*

- Ξέρεις ότι το κάπνισμα είναι ανθυγιεινό και βλέπεις μια γυναίκα να καπνίζει στο δρόμο.
- Έχεις δύο επιλογές για να επιλέξεις μια δουλειά: η μία είναι πολύ συναρπαστική, και επιπλέον, πληρώνει καλά, η άλλη είναι βαρετή και προσφέρει μέσο μισθό.
- Αν και είναι σημαντικό για εσένα να είσαι συνεπής με τον εαυτό σου, στις διακοπές επιτρέπεις στα παιδιά σου να πάνε για ύπνο αργότερα.
- Διάβασες σκληρά για μια εξέταση και αποδείχθηκε ότι όλοι όσοι έδωσαν την εξέταση παίρνουν πολύ καλό βαθμό.

6. Τι έπρεπε να κάνουν οι συμμετέχοντες στο διάσημο πείραμα των Festinger και Carlsmith;

*Mark only one oval.*

- Έπρεπε να πουν ψέματα για τις εργασίες στους άλλους συμμετέχοντες.
- Έπρεπε να εξαπατήσουν στις εργασίες.
- Έπρεπε να αντισταθούν στην επιρροή του πειραματιστή.
- Έπρεπε να αποφασίσουν ποια εργασία ήταν πιο ενδιαφέρουσα.

7. Βιώνουμε γνωστική ασυμφωνία όταν η εξωτερική ανταμοιβή ή τιμωρία δεν εξηγεί μια ενέργεια που είναι δυσμενής για εμάς, πχ το να λέμε ψέματα. Πως ονομάζεται αυτό το φαινόμενο;

*Mark only one oval.*

- Ανεπαρκή αποτέλεσμα αιτιολόγησης
- Αποτέλεσμα της αιτιολόγησης της προσπάθειας.
- Αιτιολόγηση της απόφασης.
- Αποτέλεσμα μεταμέλειας μετά την απόφαση.

8. Ποια από τις παρακάτω ερευνητικές περιοχές σχετίζεται με τη γνωστική ασυμφωνία;

*Mark only one oval.*

- Αλλαγή στάσης
- Κοινωνική γνώση
- Μαθησιακές διαδικασίες
- Αυτοσχήματα

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Η Θεωρία της Γνωστική Ασυμφωνία - Μετά Δοκίμιο

1. Εξήγησε την έννοια της γνωστικής ασυμφωνίας.

---

---

---

---

---

2. Τι νέο είχε να προσθέσει η θεωρία του Festinger για τη γνωστική ασυμφωνία σε σχέση με άλλες θεωρίας που μιλούν για συνέπεια;

---

---

---

---

---

3. Πως μπορεί να μειωθεί η γνωστική ασυμφωνία; Δώσε ένα παράδειγμα.

---

---

---

---

---

4. Ποιες είναι οι κύριες ερευνητικές κατευθύνσεις της θεωρίας της γνωστικής ασυμφωνίας; Γράψε και παραδείγματα πειραμάτων.

---

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Γλώσσα και Νόηση ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Ποιος από τους ακόλουθους μελετητές συνδέεται με τη νατουραλιστική προσέγγιση;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Jean Piaget
- Karen Wynn
- Noam Chomsky
- Lev Vygotsky

2. Ποια είναι η πρωταρχική λειτουργία του λόγου σύμφωνα με την οικουμενική προσέγγιση;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Γνωριμία με τον κόσμο
- Επικοινωνία μεταξύ συνομηλίκων
- Και τα δύο εξίσου

3. Τόσο η οικουμενική όσο και η αλληλεπιδραστική προσέγγιση υποστηρίζουν ότι η σκέψη έχει πρωταρχικό ρόλο στη σχέση σκέψης και στη γλώσσας, και ότι η γλώσσα βασίζεται στη σκέψη.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Σωστό
- Λάθος

4. Σύμφωνα με τη θεωρία του Jean Piaget:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- στον πρώτο ενάμισο χρόνο της ζωής το παιδί ανακαλύπτει τον κόσμο και έτσι διαμορφώνονται οι γνωστικές του αναπαραστάσεις.
- οι γνωστικές αναπαραστάσεις είναι ήδη παρούσες όταν γεννιέται το παιδί

5. Τι πιστεύουν οι οπαδοί του ντετερμινισμού;

*Επιλέξτε όλα όσα ισχύουν.*

- Η γλώσσα περιορίζει τη σκέψη μας.
- Η γλώσσα και η σκέψη αναπτύσσονται πρώτα χωριστά και μετά συνδέονται.
- Οι άνθρωποι που μιλούν διαφορετικές γλώσσες σκέφτονται επίσης διαφορετικά.
- Αν δεν γνωρίζουμε μια λέξη, αλλά θέλουμε να εκφράσουμε την έννοιά της, τότε επινοούμε νέες λέξεις.

6. Πότε, σύμφωνα με τον Vygotsky, συνδέονται ο λόγος και η σκέψη;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Ακόμη και πριν τη γέννηση
- Κατά τον πρώτο μήνα της ζωής
- Στην ηλικία των δύο ετών
- Στην ηλικία των έξι ετών

7. Όταν μαθαίνουμε μια ξένη γλώσσα στο σχολείο, μαθαίνουμε γραμματικούς κανόνες και λέξεις χρησιμοποιώντας έναν παρόμοιο μηχανισμό με αυτόν που χρησιμοποιεί ένα μικρό παιδί που πρωτομαθαίνει να μιλάει.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Σωστό
- Λάθος

8. Με βάση τις τρέχουσες γνώσεις μας, οι αναμνήσεις μας δεν αποθηκεύονται μόνο λεκτικά στον εγκέφαλο, αλλά και με άλλους τρόπους.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

Σωστό

Λάθος

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Γλώσσα και Νόηση ΜΕΤΑ - ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Τι υποστηρίζει η οικουμενική θεωρία για τη σχέση γλώσσας και σκέψης;

---

---

---

---

---

2. Πώς γίνεται η κατάκτηση της γλώσσας σύμφωνα με τον Lev Vygotsky,;

---

---

---

---

---

3. Τι υποστηρίζει η «θεωρία της διπλής κωδικοποίησης»;

---

---

---

---

---

4. Ποια επιχειρήματα υποστηρίζουν τη θεωρία για διάκριση της γλώσσας και της σκέψης;

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Μνήμη και Φαντασία - Προ Δοκίμιο

1. Σε ποια δεκαετία η σχέση μεταξύ μνήμης και φαντασίας έχει μελετηθεί σημαντικά μέσω ερευνητικών ευρημάτων;

*Mark only one oval.*

18ο

19ο

20ο

2. Εάν έχω μια λίστα με λέξεις της οποίες θέλω να αφομοιώσω, ποιες αυτές αυτές θα είναι πιο εύκολο για εμένα να θυμάμαι;

*Mark only one oval.*

Αυτές στην αρχή

Αυτές στη μέση

Αυτές στο τέλος

3. Που αποθηκεύουμε τις τελευταίες λέξεις που διαβάζουμε από μια λίστα που θέλουμε να αφομοιώσουμε;

*Mark only one oval.*

Βραχυπρόθεσμη μνήμη

Μακροπρόθεσμη μνήμη

Το κάνουμε πολλές φορές πρόβα

4. Πόση είναι η μέγιστη χωρητικότητα της βραχυπρόθεσμης μνήμης;

*Mark only one oval.*

8 στοιχεία

9 στοιχεία

10 στοιχεία

5. Ποιο από τα παρακάτω δεν ισχύει όταν μιλούμε για την "πρόβα", την επανάληψη πληροφοριών στη μνήμη;

*Mark only one oval.*

Βοηθά στη μεταφορά πληροφοριών από τη βραχυπρόθεσμη μνήμη στη μακροπρόθεσμη μνήμη.

Αν δεν κάνουμε επαναλήψεις ξεχνάμε.

Κάνοντας επαναλήψεις μπορούμε να αυξήσουμε τη χωρητικότητα της βραχυπρόθεσμης μνήμης.

6. Για να βελτιωθεί η μνήμη, ένας δάσκαλος θα πρέπει να:

*Mark only one oval.*

Ζητήσει από τα παιδιά να επαναλάβουν πολλές φορές τις ιδέες που πρέπει να θυμούνται.

Ζητήσει από τα παιδιά να γράψουν τις ιδέες που πρέπει να θυμούνται.

Ενεργοποιεί πολλαπλά αισθητήρια κανάλια.

7. Το πιο κάτω ισχύει; Οι καλά εξασκημένες δραστηριότητες γίνονται αυτόματες με τρόπο που δεν χρειάζεται να ανακαλούνται.

*Mark only one oval.*

ΝΑΙ

ΟΧΙ

8. Όσοι προτιμούν να θυμούνται κάτι μέσα από εικόνες, προτιμούν την κωδικοποίηση πληροφοριών μέσω ..... αίσθησης:

*Mark only one oval.*

- Οπτικής
- Προφορικής
- Ακουστικής

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Μνήμη και Φαντασία - Μετά Δοκίμιο

1. Περιγράψε το μοντέλο μνήμης διπλής κατεύθυνσης.

---

---

---

---

---

2. Περιγράψε τα 3 στάδια της διαδικασίας της μνήμης.

---

---

---

---

---

3. Πως μπορεί να αυξηθεί η χωρητικότητα της βραχυπρόθεσμης μνήμης;

---

---

---

---

---

4. Ποιες μεθόδους γνωρίζεις που χρησιμοποιούνται για την βελτίωση της απομνημόνευσης;

---

---

---

---

---

5. Περίγραψε τα πειράματα που γνωρίζεις ότι εξετάζουν τη σχέση μεταξύ των φανταστικών και των πραγματικών εικόνων.

---

---

---

---

---

6. Ποια είναι η σχέση μεταξύ των συναισθημάτων και των διαδικασιών της μνήμης;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Ανάπτυξη στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία - ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Ποιες είναι οι κατευθύνσεις / πτυχές στην πρώιμη παιδική ανάπτυξη; Σημειώστε μόνο μια.

*Επιλέξτε όλα όσα ισχύουν.*

- κινητική ανάπτυξη
- γνωστική ανάπτυξη
- σεξουαλική ανάπτυξη
- συναισθηματική ανάπτυξη

2. Ποιες είναι οι περίοδοι στην παιδική ανάπτυξη σύμφωνα με τον Αριστοτέλη; Σημειώστε μόνο μία.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- παιδική ηλικία -ήβη - εφηβεία
- παιδική ηλικία – ήβη - ενήλικη ηλικία

3. Ποια είναι η εστίαση στην ανάπτυξη του παιδιού στην ηλικία των 15+ σύμφωνα με τον Jean Jacques Rousseau;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- η ανάπτυξη ονείρων
- η ηθική ανάπτυξη
- η εντατική ανάπτυξη του μυαλού

4. Ποια είναι τα πρώτα 3 στάδια στις περιόδους ανάπτυξης του παιδιού σύμφωνα με τους Vygotsky και Rubinstein;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- βρεφική, παιδική και προσχολική ηλικία  
 βρεφική, παιδική και σχολική ηλικία

5. Ποια είναι τα τελευταία 2 στάδια στη θεωρία των σταδίων της παιδικής ανάπτυξης σύμφωνα με τους Vygotsky και Rubinstein;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- ήβη - εφηβεία  
 ηλικία δημοτικού σχολείου – εφηβεία

6. Ποιες είναι οι κύριες ιδιότητες του παιδιού που μπορεί να διαμορφωθούν στο δεύτερο στάδιο (2-3 ετών) σύμφωνα με τις περιόδους ανάπτυξης στη θεωρία του Erik Erikson;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- ανεξαρτησία ή αποφασιστικότητα  
 απόκτηση δεξιοτήτων ή αίσθημα κατωτερότητας  
 εμπιστοσύνη ή δυσπιστία

7. Ποιες είναι οι κύριες ιδιότητες του αναπτυσσόμενου ανθρώπου, οι οποίες διαμορφώνονται στο πέμπτο στάδιο (12-18 ετών) σύμφωνα με τη θεωρία του Erik Erikson;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- ανάπτυξη ταυτότητας ή σύγχυση ρόλων  
 οικειότητα ή μοναξιά  
 φιλοπονία ή ενοχή

8. Ποια ηλικιακή περίοδος έχει την πιο λεπτομερή ανάλυση σε επιμέρους στάδια;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- παιδική ηλικία
- ενήλικη φάση
- εφηβική ηλικία

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Ανάπτυξη στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Πώς θα περιγράφατε το στάδιο της πρώιμης παιδικής ανάπτυξης;

---

---

---

---

---

2. Γιατί είναι σημαντικά τα πρώτα 3 χρόνια στη ζωή ενός παιδιού;

---

---

---

---

---

3. Να αναφέρετε τις κύριες κατευθύνσεις / πτυχές στις οποίες πραγματοποιείται η ανάπτυξη του παιδιού στην πρώιμη παιδική ηλικία.

---

---

---

---

---

4.

Καταγράψτε τις κύριες περιόδους ανάπτυξης του παιδιού σύμφωνα με τους Vygotsky και Rubinstein.

---

---

---

---

---

5. Να αναφέρετε τις κύριες περιόδους ανθρώπινης ανάπτυξης σύμφωνα με τα στάδια ανάπτυξης στη θεωρία του E. Erikson.

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Κοινωνική Επιρροή και Αρχές της Πειθούς Προ Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, παρακαλώ όπως απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις που αφορούν την ενότητα "Κοινωνική Επιρροή και Αρχές της Πειθούς".

## 1. Η ισχύς προκύπτει:

*Mark only one oval.*

- από τον κοινωνικό ρόλο και την κοινωνική θέση του ατόμου που πείθει τον άλλο να κάνει κάτι
- την ικανότητα του ατόμου που πείθει να βρει πληροφορίες που μπορούν να επηρεάσουν
- όταν το άτομο που πείθεται προσπαθεί να μοιάσει με το άτομο που το έπεισε να κάνει κάτι..
- από τη γνώση που έχει το άτομο που πείθει σε μια ορισμένη περιοχή.

## 2. Σημειώστε τρόπους κοινωνικής επιρροής

*Check all that apply.*

- Πειστικότητα / Πειθώ
- Συμβουλευτική
- Δραστηριοποίηση
- Ενημέρωση
- Υποκίνηση
- Έλεγχος

## 3. Όταν δεν μπορούμε να προσαρμοστούμε στις απαιτήσεις της κοινωνικής κατάστασης και επομένως να ενεργήσουμε όπως όλοι οι άλλοι, αυτό είναι ένα παράδειγμα:

*Mark only one oval.*

- Κανονίστικης κοινωνικής επιρροής
- Πληροφοριακής κοινωνικής επιρροής

4. Το πλαίσιο της νόμιμης εξουσίας περιγράφεται από:

*Mark only one oval.*

- τον κοινωνικό ρόλο και την κοινωνική θέση του παράγοντα επιρροής.
- την ικανότητα του ατόμου που πείθει να βρει πληροφορίες που μπορούν να επηρεάσουν.
- η φιλοδοξία του ατόμου που πείθει να μοιάζει με τον πείθοντα.
- η γνώση του ατόμου που πείθει σε μια συγκεκριμένη περιοχή.

5. Στις κεντρικές διαδρομές πειθούς, οι άνθρωποι τείνουν να δίνουν προσοχή σε:

*Mark only one oval.*

- Η έκκληση και η αξιοπιστία του ατόμου που πείθει.
- Η δύναμη και η λογική των επιχειρημάτων που χρησιμοποιούνται στην επικοινωνία.

6. Σε αντίθεση με την κοινωνική επιρροή, η πειθώ είναι πάντα:

*Mark only one oval.*

- Εκ πρόθεσμη
- Ακούσια
- Και τα 2

7. Τα συναισθηματικά μηνύματα στην πειστική επικοινωνία έχουν ισχυρότερο αντίκτυπο στους αποδέκτες. Ποιο συναίσθημα περιέχει τα πιο αποτελεσματικά μηνύματα;

*Mark only one oval.*

- Χαρά
- Θυμός
- Θλίψη
- Φόβος
- Έκπληξη
- Αηδία

8. Όταν σε μια νέα για εμάς κοινωνική κατάσταση καθορίζουμε ποια συμπεριφορά είναι αποδεκτή παρατηρώντας τους άλλους, ποια από τις αρχές της κοινωνικής επιρροής είναι σε δράση:

*Mark only one oval.*

- δύναμη και εξουσία
- έλλειψη
- αρέσκεια
- συναίνεση (κοινωνική απόδειξη)
- δέσμευσης και συνέπειας
- της αμοιβαιότητας

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Κοινωνική Επιρροή και Αρχές της Πειθούς Μετά Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, παρακαλώ όπως απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις που αφορούν την ενότητα "Κοινωνική Επιρροή και Αρχές της Πειθούς".

1. Δώστε ένα ορισμό για την "κοινωνική επιρροή"

---

---

---

---

---

2. Περιγράψτε πώς να αντισταθείτε στην επιρροή της εξουσίας σε μια συγκεκριμένη κοινωνική κατάσταση:

---

---

---

---

---

3. Περιγράψτε πώς θα χρησιμοποιούσατε την «αρχή της συμπάθειας» για να είστε πιο επιτυχημένοι στην πειστική επικοινωνία:

---

---

---

---

---

4. Δώστε ένα παράδειγμα από την καθημερινή ζωή για την εφαρμογή της «αρχής της σπανιότητας»:

---

---

---

---

---

5. Με βάση τον R. Cialdini, η "αρχή της αμοιβαιότητας" σημαίνει:

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΣΤΙΛ ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί/ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλείστε να συμπληρώσετε το ακόλουθο ερωτηματολόγιο σχετικά με τα Μαθησιακά Στιλ!

1. Οι όροι μαθησιακό στιλ και γνωστικό στιλ είναι απολύτως ταυτόσημοι, υποδηλώνουν τον τρόπο απόκτησης πληροφοριών.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

Σωστό

Λάθος

2. Πόσα μαθησιακά στιλ υπάρχουν;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

Υπάρχει μόνο ένα στιλ

Υπάρχουν το πολύ 5 διαφορετικά στιλ

Υπάρχουν τόσα μαθησιακά στιλ όσα και οι φοιτητές, οι μαθητές ή τα άτομα που μαθαίνουν

3. Με βάση την ταξινόμηση των μαθησιακών στιλ ανάλογα με την κυριαρχία των εγκεφαλικών ημισφαιρίων, το δεξιό ημισφαίριο είναι υπεύθυνο:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

για ένα αποκλίνον (καλλιτεχνικό) γνωστικό / μαθησιακό στιλ και για μη λεκτική σκέψη και τα συναισθήματα

για ένα ορθολογικό (επιστημονικό) γνωστικό, / μαθησιακό στιλ και εξασφαλίζει δραστηριότητες που σχετίζονται με τη λεκτική και γραπτή έκφραση

4. Με βάση την ταξινόμηση των μαθησιακών στιλ ανάλογα με τα κίνητρα και την πρόθεση, σε ποιο μαθησιακό στιλ αναφέρεται η ακόλουθη περιγραφή;

" Χαρακτηρίζεται από υπολογισμό εκ μέρους του μαθητή, προσπάθεια να ευχαριστήσει, να κερδίσει την εύνοια του δασκάλου, συχνά με λανθασμένο τρόπο".

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Το επιφανειακό στιλ μάθησης
- Το εις βάθος μαθησιακό στιλ
- Το ωφελιμιστικό στιλ διδασκαλίας

5. Η ταξινόμηση των μαθησιακών στιλ, που είναι γνωστή με το ακρωνύμιο VARK, ερμηνεύεται ως εξής:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- V - ψήφος, A - επιχειρηματολογία, R - συνειδητοποίηση, K - γνώση.
- V - οπτική, A- ακουστική, R - ανάγνωση/γραφή, K - κιναισθητική
- V - παραλλαγή, A - συσχέτιση, R - απόφαση, K - γνώση

6. Η ταξινόμηση των μαθησιακών στιλ ανάλογα με τη μέθοδο επεξεργασίας των πληροφοριών. Ποιος προτείνει το μοντέλο της βιωματικής μάθησης;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- A. Kolb
- H. Gardner
- N. Fleming

7. Με βάση τους τύπους μαθησιακών στιλ που προκύπτουν από τη θεωρία της πολλαπλής νοημοσύνης, διακρίνουμε διάφορους τύπους νοημοσύνης, όπως το λογικομαθηματικό μαθησιακό στιλ, το γλωσσικό μαθησιακό στιλ, το οπτικοχωρικό μαθησιακό στιλ, το κινητικό-κινητικό μαθησιακό στιλ, το μουσικό μαθησιακό στιλ, το διαπροσωπικό και το ενδοπροσωπικό μαθησιακό στιλ.

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Σωστό
- Λάθος

8. Η διάγνωση των μαθησιακών στιλ είναι δυνατή:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- μόνο με τη μορφή ειδικών τεστ
- μόνο με αυτοπαρατήρηση
- με τη μορφή παρατήρησης, συνέντευξης, προβολικών μεθόδων και με τη μορφή διαφόρων τεστ

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Στιλ μάθησης ΜΕΤΑ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Αγαπητοί / ές φοιτητές και φοιτήτριες, παρακαλείστε να συμπληρώσετε το ακόλουθο ερωτηματολόγιο σχετικά με τα Μαθησιακά Στιλ.

1. Χαρακτηρίστε τους όρους γνωστικό στιλ και στιλ μάθησης.

---

---

---

---

---

2. Ονομάστε και χαρακτηρίστε τα στιλ μάθησης που ταξινομούνται με βάση τα κίνητρα και την πρόθεση.

---

---

---

---

---

3. Ονομάστε τα στιλ μάθησης ταξινόμησης σύμφωνα με τη θεωρία της πολλαπλής νοημοσύνης του H. Gardner.

---

---

---

---

---

4. Δηλώστε συνοπτικά γιατί είναι σημαντικό να γνωρίζουμε το χαρακτηριστικό, κυρίαρχο στίλ μάθησής μας και αναφέρετε μερικούς πιθανούς τρόπους διάγνωσης, που προσδιορίζουν το κυρίαρχο στίλ μάθησης.

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Ψυχοκοινωνική Ανάπτυξη στην Εφηβεία

## ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Ποιο από τα παρακάτω ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ τυπικό αναπτυξιακό χαρακτηριστικό των εφήβων;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Ελλειματική Προσοχή
- Εφηβικός Εγωκεντρισμός
- Συναισθηματικές Μεταπτώσεις
- Αίσθημα κούρασης

2. Ποια από τις παρακάτω συμπεριφορές ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ για τους εφήβους;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Θέλουν να συναναστρέφονται με άλλους
- Τους αρέσει να μένουν μόνοι τους
- Η αυτοεκτίμησή τους αυξάνεται
- Βιώνουν αισθήματα ανίας

3. Ο «Προσωπικός Μύθος» είναι το φαινόμενο κατά το οποίο οι έφηβοι νιώθουν ότι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- είναι σαν να βρίσκονται 'επί σκηνής'
- όλα τα βλέμματα είναι σαν τους προβολείς στραμμένα πάνω τους
- όλοι τους παρακολουθούν
- είναι αήττητοι

4. Το «Φανταστικό Ακροατήριο» αναφέρεται στα συναισθήματα που έχουν οι έφηβοι ότι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- όλοι τους παρακολουθούν
- έχουν τον έλεγχο μιας κατάστασης
- άλλοι μπορεί να πάθουν κάτι κακό, αλλά όχι οι ίδιοι
- είναι ευάλωτοι σε αρνητικές συνέπειες

5. Σύμφωνα με τον Erikson, το πιο σημαντικό αναπτυξιακό έργο που πρέπει να πετύχει ένας αναπτυσσόμενος άνθρωπος κατά τη διάρκεια της εφηβείας είναι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- να βρει κανείς τον εαυτό του/της
- να αναπτύξει κανείς αληθινές σχέσεις με άλλους
- να βρει κανείς /κάποια τη μοναδική του/της ταυτότητα
- να αναπτύξει τη δική του/της σεξουαλικότητα

6. Τι θα μας απασχολούσε και θα μας ανησυχούσε στη συμπεριφορά των εφήβων προκειμένου να ζητήσουμε συμβουλές από έναν ειδικό ψυχικής υγείας;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- πτώση των ακαδημαϊκών τους επιδόσεων
- καταθλιπτική διάθεση
- έλλειψη προσωπικής καθαριότητας και περιποίησης
- έλλειψη φίλων και επικοινωνίας με άλλους

7. Μελέτες στις Ηνωμένες Πολιτείες έχουν δείξει ότι ορισμένα χαρακτηριστικά φαίνεται να είναι πιο σημαντικά από άλλα, όσον αφορά την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης στους εφήβους. Ποιο από τα παρακάτω ΔΕΝ περιλαμβάνεται σε αυτά τα κρίσιμα χαρακτηριστικά;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- το να έχει κανείς γοητεία, ομορφιά
- το να είναι κανείς έξυπνος
- το να είναι κανείς καλός μαθητής
- το να είναι κανείς καλός αθλητής

8. Ποιο από τα παρακάτω ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ τυπικό χαρακτηριστικό της συμπεριφοράς των εφήβων;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- επιθυμία να μείνεις μόνος, αλλά και να κοινωνικοποιηθεί
- ενασχόληση με τον εαυτό (εσωτερικά και εξωτερικά)
- αίσθημα κενού
- θαυμασμός των γονιών

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΦΗΒΩΝ ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Περιγράψτε πολύ συνοπτικά πέντε από τα πιο κοινά χαρακτηριστικά της Ψυχοκοινωνικής Ανάπτυξης των εφήβων.

---

---

---

---

---

2. Περιγράψτε τις δύο μορφές του Εφηβικού Εγωκεντρισμού και δώστε ένα παράδειγμα για τον καθένα.

---

---

---

---

---

3. Ποιοι είναι οι δύο τύποι συμπεριφοράς των εφήβων που καλό είναι να θορυβήσουν τους ενήλικες ώστε να ζητήσουν βοήθεια από έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας;

---

---

---

---

---

4. Αναφέρετε δύο παράγοντες που επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση των εφήβων και δύο παράγοντες που επηρεάζουν τη διαμόρφωση της ταυτότητας των εφήβων.

---

---

---

---

---

5. Περιγράψτε εν συντομία 3 παράγοντες της συμπεριφοράς των γονέων που μπορούν να είναι ωφέλιμοι για την υγιή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των εφήβων.

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Ψυχική Υγεία και Ευεξία - Προ Δοκίμιο

1. Ποιες πτυχές της ψυχικής υγείας ορίζονται στο πρόγραμμα υγειονομικής περίθαλψης της ΕΕ;

*Mark only one oval.*

- Θετικές και αρνητικές
- Αντικειμενικές και υποκειμενικές
- Ικανοποίηση από τη ζωή και αντιστοιχία θετικών συναισθημάτων
- Αντιμετώπιση δυσκολιών και εμπλοκή στην κοινωνική ζωή

2. Η θετική ζωή μπορεί να περιγραφεί:  
Παρακαλώ όπως σημειώσετε αυτό που ΔΕΝ ισχύει

*Mark only one oval.*

- μέσα από 6 διαστάσεις
- ως προς το ότι είναι η πρωταρχική πηγή θετικών συναισθημάτων
- με τις έννοιες της αυτοαποδοχής, των προσωπικών σχέσεων και της περιβαλλοντικής προσαρμογής
- ως προς το ότι αποτελεί κεντρικό συστατικό της ψυχικής υγείας

3. Η υποκειμενική ευημερία είναι η ψυχολογική περιγραφή της «ευτυχίας»

*Mark only one oval.*

- Σωστό
- Λάθος

4. Με βάση ερευνητικά ευρήματα, η υποκειμενική ευημερία:

*Check all that apply.*

- σχετίζεται με την αλτρουιστική συμπεριφορά
- δεν σχετίζεται με τη διάρκεια ζωής
- σχετίζεται με το εισόδημα
- μπορεί να επηρεαστεί από πολιτική απόφαση

5. Σημειώστε πιο από τα 2 ισχύει:

*Mark only one oval.*

- Ψυχική υγεία σημαίνει απουσία ψυχικών διαταραχών.
- Η ψυχική υγεία καθορίζεται από την κυριαρχία των θετικών συναισθημάτων και της χρήσιμης κοινωνικής συμπεριφοράς.

6. Η αίσθηση της ικανοποίησης από τη ζωή είναι βασικός παράγοντας της υποκειμενικής ευημερίας.

*Mark only one oval.*

- Σωστό
- Λάθος

7. Σημειώστε το σωστό:

*Check all that apply.*

- Υπάρχει μια σύνδεση μεταξύ της υποκειμενικής ευημερίας και της στοχευμένης συμπεριφοράς
- Η απόδοση της εργασίας μπορεί να καθοριστεί από το επίπεδο υποκειμενικής ευημερίας
- Η υποκειμενική ευημερία καθορίζεται κυρίως από το πόσα βιβλία διαβάζουμε
- Υπάρχει μια σημαντική συσχέτιση μεταξύ του χρόνου μελέτης και της υποκειμενικής ευεξίας

8. Η αναζήτηση προκλήσεων συμβάλλει στην υποκειμενική ευημερία.

*Mark only one oval.*

Σωστό

Λάθος

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Ψυχική Υγεία και Ευεξία - Μετά Δοκίμιο

1. Ποιες αντιλήψεις σχετίζονται με τον τομέα της ψυχικής υγείας; Περιγράψτε τα.

---

---

---

---

---

2. Ποια είναι τα κύρια ερευνητικά ευρήματα στον τομέα της ψυχικής υγείας και της υποκειμενικής ευεξίας;

---

---

---

---

---

3. Τι μπορούμε να κάνουμε για να βελτιώσουμε την ψυχική μας υγεία;

---

---

---

---

---

4. Γιατί είναι σημαντικό να ερευνήσουμε τον τομέα της ψυχικής υγείας;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Κοινωνικοσυναισθηματική Ανάπτυξη Παιδιών ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Ποιο στάδιο της Ψυχοκοινωνικής Ανάπτυξης του Erikson αντιστοιχεί στην ανάπτυξη παιδιών ηλικίας περίπου 5-12 ετών:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Εμπιστοσύνη έναντι δυσπιστίας
- Αυτονομία έναντι ντροπής & αμφιβολίας
- Πρωτοβουλία έναντι ενοχής
- Φιλοπονία έναντι αισθημάτων κατωτερότητας

2. Η αυτοεκτίμησή μας αναφέρεται σε:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- τι πιστεύουμε για τον εαυτό μας
- πώς νιώθουμε για τον εαυτό μας
- πώς παρουσιάζουμε τον εαυτό μας στους άλλους
- όλα τα παραπάνω αναφέρονται στον όρο «αυτοεκτίμηση»

3. Η αποτυχία παροχής τροφής σε ένα παιδί είναι ένα παράδειγμα:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Σωματικής κακοποίησης
- Σωματικής παραμέλησης
- Ιατρικής παραμέλησης
- Συναισθηματικής κακοποίησης

4. Ποιο από τα παρακάτω ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ παράδειγμα κοινωνικο-συναισθηματικών προβλημάτων στη συμπεριφορά των παιδιών;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Συνεχής παραβίαση των δικαιωμάτων των άλλων
- Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας
- Αντικοινωνική προκλητική συμπεριφορά
- Όλα τα παραπάνω αποτελούν παραδείγματα κοινωνικο-συναισθηματικών προβλημάτων των παιδιών

5. Ποια από τις παρακάτω ΔΕΝ ΑΠΟΤΕΛΕΙ θεωρία για την ηθική ανάπτυξη των παιδιών;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Η θεωρία του Erikson
- Η θεωρία του Kohlberg
- Η θεωρία της Gilligan
- Όλες οι παραπάνω αποτελούν θεωρίες Ηθικής Ανάπτυξης

6. Σε περίπτωση διαζυγίου των γονέων (κυκλώστε το πιο ορθό)

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Το παιδί μπορεί να αισθάνεται υπεύθυνο για το διαζύγιο των γονιών του
- Το παιδί μπορεί να αισθάνεται άγχος
- Το παιδί μπορεί να αισθάνεται κατάθλιψη
- Όλα τα παραπάνω μπορεί να ισχύουν σε περίπτωση διαζυγίου γονέων

7. Η αυτοεκτίμηση ενός παιδιού συσχετίζεται:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- θετικά με τους ψηλούς στόχους του παιδιού
- αρνητικά με τους ψηλούς στόχους του παιδιού
- αρνητικά με την απόδοση του παιδιού
- αρνητικά με την ψυχική υγεία

8. Το να νοιάζεσαι για τα παιδιά, αλλά να μην ελέγχεις τη συμπεριφορά των παιδιών είναι ένα παράδειγμα του ακόλουθου Στιλ Διαδιδασκαλίας:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Αδιάφορο Γονικό Στιλ
- Αυταρχικό Γονικό Στιλ
- Δημοκρατικό Γονικό Στιλ
- Επιτρεπτικό Γονικό Στιλ

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Κοινωνικοσυναισθηματική Ανάπτυξη Παιδιών ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

1. Περιγράψτε πολύ συνοπτικά 5 τρόπους που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί για να αναπτύξουν την αυτοεκτίμηση των παιδιών.

---

---

---

---

---

2. Περιγράψτε σε συντομία τη διαφορά μεταξύ των όρων α) αυτοεικόνα, β) αυτοεκτίμηση και γ) αυτοπαρουσίαση.

---

---

---

---

---

3. Να αναφέρετε δύο χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των θυτών και δύο χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των θυμάτων στο φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού.

---

---

---

---

---

4. Περιγράψτε με συντομία 2 διαφορές μεταξύ των φιλιών των κοριτσιών και αυτές των αγοριών,

---

---

---

---

---

5. Τι εννοούμε με τον όρο «Σημαντικοί Άλλοι»; Ποιοι είναι αυτοί για ένα παιδί προσχολικής ηλικίας και πώς επηρεάζουν την αυτοεκτίμηση του;

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Η Κοινωνική Ψυχολογία των Ομαδικών Διαδικασιών Προ Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, καλείστε να απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις πάνω στο θέμα των ομάδων στην Κοινωνική Ψυχολογία

1. Μια κοινωνική ομάδα είναι μια ομάδα τουλάχιστον δύο ατόμων, η οποία χαρακτηρίζεται από μια συγκεκριμένη μορφή κοινωνικής αλληλεπίδρασης, αμοιβαίας αλληλεπίδρασης, έχει μια εσωτερική δομή που καθορίζει τις κοινωνικές της θέσεις, τους ρόλους και η ομάδα λειτουργεί με βάση ορισμένους κανόνες.

*Mark only one oval.*

Σωστό

Λάθος

2. Πόσα μέλη πρέπει να έχει μια κοινωνική ομάδα μεσαίου μεγέθους, με βάση τη ταξινόμηση των ομάδων με βάση τον αριθμό τους;

*Mark only one oval.*

12 - 20

20 - 50

40 - 60

3. Σε ποιο τύπο ομάδων ανήκουν διαφορετικά πεδία ή επαγγέλματα σύμφωνα με τις ταξινομήσεις ως προς την κοινωνική δέσμευση;

*Mark only one oval.*

ψυχολογικές ομάδες

κοινωνικές οργανώσεις

4. Ποιος τύπος ομάδας, σύμφωνα με την ταξινόμηση από την άποψη του τρόπου με τον οποίο δημιουργούνται ρητά οι θέσεις των μελών, υποδεικνύεται από την ακόλουθη περιγραφή;  
... δημιουργούνται με βάση το προσωπικό ενδιαφέρον και τις προσωπικές σχέσεις, π.χ. μπορεί να υπάρχει μια ομάδα μαθητών στην τάξη που τους ενώνουν κοινές απόψεις, στάσεις, συμπάθειες...

*Mark only one oval.*

- επίσημες ομάδες  
 άτυπες ομάδες

5. Ποιους τύπους ομάδων διακρίνουμε κατά ταξινόμηση ως προς τον τρόπο με τον οποίο ένα άτομο συνδέεται με μια ομάδα;

*Check all that apply.*

- ομάδες που γράφουν μέλη  
 ανοικτές ομάδες  
 ομάδες αναφοράς  
 κλειστές ομάδες  
 ακυρώσιμες ομάδες  
 μη ακυρώσιμες ομάδες

6. Ο όρος "στρατηγικά οφέλη" αναφέρεται στον ακόλουθο τρόπο με τον οποίο μπορούμε να γίνουμε μέλη μιας συγκεκριμένης ομάδας:

*Mark only one oval.*

- οικειοθελώς  
 αυτομάτως  
 εξαναγκασμός  
 λόγο οφέλους

7. Η κοινωνική αλληλεπίδραση είναι η αλληλεπίδραση επιλεγμένων μελών της ομάδας, και λαμβάνει χώρα μόνο σύμφωνα με γραπτούς κανόνες. Κάθε κοινωνική ομάδα έχει κανόνες αλληλεπίδρασης, οι οποίοι δεν εξαρτώνται από τη φύση της ομάδας, τις δραστηριότητές της, τις αξίες της ομάδας, τους κανόνες, τους στόχους.

*Mark only one oval.*

Σωστό

Λάθος

8. Ο επίσημος αρχηγός της ομάδας είναι...

*Mark only one oval.*

αυτός που ορίζεται από την ομάδα, αλλά τα άτομα μπορεί να μην τον σέβονται.

αυτός που δεν εκλέγεται επίσημα στη θέση, αλλά τον σέβονται τα μέλη.

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Η Κοινωνική Ψυχολογία των Ομαδικών Διαδικασιών Μετά Δοκίμιο

Αγαπητοί φοιτητές, καλείστε να απαντήσετε τις πιο κάτω ερωτήσεις πάνω στο θέμα των ομάδων στην Κοινωνική Ψυχολογία

1. Περιγράψτε συνοπτικά τον όρο κοινωνική ομάδα.

---

---

---

---

---

2. Καταγράψτε τουλάχιστον 3 πτυχές της ταξινόμησης των κοινωνικών ομάδων.

---

---

---

---

---

3. Επιλέξτε μια πτυχή της ταξινόμησης των κοινωνικών ομάδων, ονομάστε και χαρακτηρίστε συνοπτικά τους τύπους των ομάδων της επιλεγμένης ταξινόμησης.

---

---

---

---

---

4. Γράψετε τουλάχιστον 15 ομάδες στις οποίες είστε μέλος.

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Συνεργατική Μάθηση Προ Δοκίμιο



1. Η συνεργασία είναι μια μορφή αλληλεπίδρασης που περιλαμβάνει:

*Mark only one oval.*

- μόνο δύο άτομα με κοινό στόχο
- δύο ή περισσότερα άτομα με διαφορετικούς στόχους
- δύο ή περισσότερα άτομα με κοινό στόχο
- δύο ή περισσότερα άτομα χωρίς καθορισμένους στόχους

2. Σε ποιο είδος μάθησης μπορούμε να αποδώσουμε την ακόλουθη πρόταση:  
«Πετυχαίνω τους στόχους μου αν οι άλλοι πετυχαίνουν τους δικούς τους».

*Mark only one oval.*

- Ανταγωνιστική μάθηση
- Συνεργατική μάθηση
- Ατομική μάθηση
- Κοινωνική μάθηση

3. Σε μια μαθησιακή δραστηριότητα όπου χρειάζεται συνεργασία και οργάνωση, η εργασία των μαθητών:

*Mark only one oval.*

- είναι συνάρτηση των προσωπικών τους στόχων και οι ανταμοιβές που λαμβάνουν εξαρτώνται από τη βοήθεια των συμμαθητών τους.
- είναι συνάρτηση των στόχων της ομάδας και οι ανταμοιβές που λαμβάνουν εξαρτώνται από την ποιότητα της ομαδικής εργασίας.
- είναι συνάρτηση των στόχων της ομάδας τους και οι ανταμοιβές που λαμβάνουν είναι ανεξάρτητες από αυτές που λαμβάνουν οι συμμαθητές τους.
- είναι συνάρτηση των προσωπικών τους στόχων και οι ανταμοιβές που λαμβάνουν εξαρτώνται από την ποιότητα της δικής τους δουλειάς.

4. Ποιο από τα πάρα κάτω δεν χαρακτηρίζει τη συνεργατική μάθηση;

*Mark only one oval.*

- Παρέχει μια εναλλακτική σε σχέση με τις ανταγωνιστικές και ατομικιστικές δομές.
- Περιλαμβάνει διάφορες στρατηγικές, με διαφορετικές διαδικασίες.
- Οδηγεί στην ενεργό μάθηση και τη συμμετοχή των μαθητών.
- Είναι παρόμοια με τη συνηθισμένη ομαδική εργασία.

5. Η θετική αλληλεξάρτηση συνδέεται με:

*Mark only one oval.*

- Σκοπούς
- Πόρους
- Έργο
- Σκοποί, πόροι, καθήκοντα και χώρος

6. Σχετικά με τις στρατηγικές της συνεργατικής μάθησης, ποιο από τα παρακάτω δεν ισχύει;

*Mark only one oval.*

- Μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε διαφορετικούς κλάδους.
- Μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε διάφορα επίπεδα εκπαίδευσης.
- Χρησιμοποιούνται μόνο σε επίσημα πλαίσια.
- Έχουν αντίκτυπο στα κοινωνικά και ακαδημαϊκά αποτελέσματα.

7. Ποια από τις ακόλουθες στρατηγικές περιλαμβάνει τη σύσταση ομάδων από εμπειρογνώμονες;

*Mark only one oval.*

- Σκέψου - Ταίριαξε - Μοιράσου (Think - Pair - Share)
- Συνεργατικό σενάριο
- Jigsaw
- Μαθαίνοντας μαζί

8. Στη συνεργατική μάθηση, η αξιολόγηση γίνεται:

*Mark only one oval.*

- Ατομικά
- Ομαδικά
- Ατομικά και ομαδικά
- Δεν υπάρχει αξιολόγηση

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

**Google Forms**

# Συνεργατική Μάθηση Μετά Δοκίμιο

1. Ποια είναι τα βασικά χαρακτηριστικά της συνεργατικής μάθησης;

---

---

---

---

---

2. Σε παρακαλώ περίγραψε 2 στρατηγικές συνεργατικής μάθησης.

---

---

---

---

---

3. Περιγράψε τα στάδια ενός μαθήματος που εφαρμόζει τη συνεργατική μάθηση.

---

---

---

---

---

4. Ποια πλεονεκτήματα έχουν αποδοθεί στη συνεργατική μάθηση;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Ταυτότητα Προ Δοκίμιο

Απαντήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις.

1. Η έννοια του Erikson για το ψυχοκοινωνικό μορατόριουμ είναι χαρακτηριστικό της κρίσης:

*Mark only one oval.*

- Εμπιστοσύνη εναντίον δυσπιστίας
- Πρωτοβουλία εναντίον ενοχής
- Ταυτότητα εναντίον σύγχυσης ρόλων
- Καταξίωση εναντίον απόγνωσης

2. Με βάση την άποψη του Erikson, η ταυτότητα του εγώ είναι μια διαδικασία που σχετίζεται:

*Mark only one oval.*

- με τον άνθρωπο, αλλά και με την κοινωνία
- μόνο με το άτομο
- μόνο με την κοινωνία
- μόνο με τη σύνθεση που κάνει κάθε άτομο διαφόρων διαστάσεων της ανάπτυξης

3. Ο Erikson χαρακτηρίζει την ανάπτυξη ως μια σειρά από:

*Mark only one oval.*

- ψυχοκοινωνικά στάδια
- ψυχοσεξουαλικά στάδια
- επαγγελματικά στάδια
- ηθικά στάδια

4. Με βάση τη θεωρία του Erikson της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης, κάθε στάδιο χαρακτηρίζεται από:

*Mark only one oval.*

- μια διαφορετική ψυχοκοινωνική κρίση
- μια κλίμακα επιτευγμάτων
- απόφαση για επαγγελματικά θέματα
- ηθικό δίλημμα

5. Κατά τον Marcia, η ταυτότητα που έχει ως αποτέλεσμα ένα άτομο να εξερευνά διαφορετικές επιλογές πριν πάρει μια απόφαση λέγεται ότι είναι:

*Mark only one oval.*

- Σύγχυση ταυτότητας
- Δοτή ταυτότητα
- Κατακτημένη ταυτότητα
- Αρνητική ταυτότητα

6. Με βάση τη θεωρία ανάπτυξης του Erikson, η εφηβεία είναι:

*Mark only one oval.*

- μορατόριουμ
- το τελευταίο στάδιο της ανθρώπινης ανάπτυξης
- το μόνο αναπτυξιακό στάδιο όπου αναπτύσσεται η ταυτότητα
- ένα στάδιο λήψης αποφάσεων που δεν θα αλλάξουν εκ των υστέρων

7. Κατά τον J. Marcia, ποιο είδος ταυτότητας ορίζεται από τον συνδυασμό της εμπειρίας μιας κρίσης και της δέσμευσης που δεν έχει ακόμη προέλθει;

*Mark only one oval.*

- Κατακτημένη ταυτότητα
- Δοτή ταυτότητα
- Μορατόριουμ
- Σύγχυση Ταυτότητας

8. Ο Erikson υποστηρίζει ότι η αρνητική πλευρά του σταδίου ταυτότητας έναντι της σύγχυσης ρόλων μπορεί να οδηγήσει το άτομο στο:

*Mark only one oval.*

- να θεωρεί τον εξωτερικό κόσμο ως απειλητικό
- να αισθάνεται δυσκολία να κάνει επιλογές
- να αξιολογεί την πορεία της ζωής ως αποτυχημένη
- να απομακρυνθεί από στενές σχέσεις

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Ταυτότητα Μετά Δοκίμιο

Απαντήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις.

1. Να προσδιορίσετε και να χαρακτηρίσετε τις αρχές ανάπτυξης που προτείνει ο Erikson.

---

---

---

---

---

2. Αναλύστε τη συμβολή του Erikson στη μελέτη της ταυτότητας, περιγράφοντας τις κύριες διαστάσεις αυτής της έννοιας.

---

---

---

---

---

3. Τι χαρακτηρίζει την έννοια του ψυχοκοινωνικού μορατόριουμ σύμφωνα με τον Erikson και ποια η συνεισφορά του στην κατανόηση της κατασκευής της ταυτότητας;

---

---

---

---

---

4. Ποια είναι τα είδη ταυτότητας που προτείνει ο J. Marcia και ποια κριτήρια τα καθορίζουν;

---

---

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

# Προσδοκίες - Το Φαινόμενο 'ΠΥΓΜΑΛΙΩΝ' ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Παρακαλούμε απαντήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

1. Το φαινόμενο Pygmalion είναι ένα παράδειγμα:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- λειτουργικής προετοιμασία
- ενίσχυσης
- αυτοεκπληρούμενης προφητείας
- γνωστικής ασυμφωνίας

2. Η μελέτη των Rosenthal και Jacobson (1968) για το φαινόμενο των προσδοκιών, γνωστό ως φαινόμενο Pygmalion, αναφέρεται σε:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- πειραματική μελέτη στα σχολεία
- πειραματική μελέτη σε ζώα στο εργαστήριο
- μελέτη σε φυσικό πλαίσιο
- τεκμηριωμένη μελέτη για τις κοινωνικές πεποιθήσεις

3. Ποιος παράγοντας επηρεάζει περισσότερο τις προσδοκίες του δασκάλου για τον/τη μαθητή/τρια;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Φύλο
- Προηγούμενο επίτευγμα
- Κοινωνική τάξη
- Εξωτερική εμφάνιση

4. Μεταξύ των μεταβλητών που μεσολαβούν στην επίδραση των προσδοκιών ποια σχετίζεται περισσότερο με την ευκαιρία να ανταποκριθεί ο/η μαθητής/τρια;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Συναισθηματική υποστήριξη
- Χορήγηση νέων πληροφοριών
- Παραγωγή αποτελεσμάτων
- Ανατροφοδότηση

5. Από τις μεταβλητές που διαμεσολαβούν της επίδρασης των προσδοκιών στις επιδόσεις των μαθητών, ποια σχετίζεται με την ηλικία του μαθητή;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Γνωστική ακαμψία
- Αυτοαντίληψη
- Κατάλληλη χρονική στιγμή στην έκφραση των προσδοκιών
- Νέες καταστάσεις ή μεταβάσεις

6. Τα αποτελέσματα της μελέτης που αναπτύχθηκε από τους Rosenthal και Jacobson δείχνουν ότι:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- οι πράξεις ενός ατόμου συνάδουν με τις πεποιθήσεις του
- οι συμπεριφορές και οι ενέργειες προς τους άλλους επηρεάζουν τις προσδοκίες τους για μας
- οι συμπεριφορές και επιδόσεις τόσο θετικές όσο και αρνητικές στις πράξεις κάποιου μπορούν να γίνουν μια αυτοεκπληρούμενη προφητεία για τη συμπεριφορά τους
- όλα τα παραπάνω είναι σωστά

7. Το φαινόμενο Πυγμαλίων υπογραμμίζει ότι η αυτοαντίληψη επηρεάζεται από:

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- τα επιπόλαια σχόλια αγνώστων
- η δική μας πειθαρχία, δύναμη θέλησης και εσωτερική δύναμη
- οι παρατηρήσεις μας για τον κόσμο γύρω μας
- οι προσδοκίες των σημαντικών άλλων

8. Ποιος από τους ακόλουθους τέσσερις παράγοντες που προτείνει ο Rosenthal για τη διαμεσολάβηση των προσδοκιών περιλαμβάνει τη μη λεκτική επικοινωνία;

*Να επισημαίνεται μόνο μία έλλειψη.*

- Κοινωνικο-συναισθηματικό κλίμα
- Χορήγηση νέων πληροφοριών
- Παραγωγή αποτελέσματος
- Ανατροφοδότηση

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Προσδοκίες -Το Φαινόμενο Πυγμαλίων

## ΜΕΤΑ - ΔΟΚΙΜΙΟ

Απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις:

1. Ποιοι είναι οι βασικοί λόγοι που προκαλούν την επίδραση των προσδοκιών;

---

---

---

---

---

2. Σε τι συνίσταται η επίδραση των προσδοκιών;

---

---

---

---

---

3. Σε ποιο βαθμό η επίδραση των προσδοκιών μπορεί να εξηγήσει τη σχολική αποτυχία;

---

---

---

---

---

4. Πώς διακρίνονται οι μεταβλητές διαμεσολάβησης από τις μεταβλητές ελέγχου στο τελικό αποτέλεσμα;

---

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες

# Μεταγνώση ΠΡΟ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Παρακαλούμε απαντήστε στις πιο κάτω ερωτήσεις:

[Sign in to Google](#) to save your progress. [Learn more](#)

1. Τι δεν θεωρείται μεταγνώση;

- Σκέψη για σκέψη
- Σας λένε τι να σκεφτείτε
- Να κάνετε ερωτήσεις ενώ σκέφτεστε
- Υπερβαίνοντας τη σκέψη

2. Γιατί είναι σημαντικό να διδάσκουμε στους μαθητές τη Μεταγνώση;

- Οι μαθητές θα μπορούν με αυτό τον τρόπο να παρακολουθούν τη μαθησιακή τους διαδικασία και να γίνουν ανεξάρτητοι μαθητές
- Οι μαθητές θα γνωρίζουν ακριβώς ποιο περιεχόμενο χρειάζεται να μάθουν
- Για να υποστηρίζονται οι δραστηριότητες των εκπαιδευτικών
- Για να προωθείται η συνεργασία μεταξύ των μαθητών

3. Η έννοια της μεταγνώσης πιστώνεται στα εξής:

- Φλαβέλ
- Piaget
- Φρόιντ
- Έρικσον



4. Η μεταγνώση συμβάλλει:

- προγραμματισμός της εργασίας για τους μαθητές
- κατανόηση της διαδικασίας μάθησης
- κατανόηση του τρόπου λειτουργίας της διδασκαλίας

5. Σήμερα, το εύρος της έννοιας της μεταγνώσης περιλαμβάνει:

- μόνο γνωστικές διαστάσεις
- γνωστικές και συναισθηματικές διαστάσεις, καθώς και διαδικασίες παρακολούθησης
- μόνο διαδικασίες παρακολούθησης

6. Ποια στρατηγική ΔΕΝ μπορεί να θεωρηθεί στρατηγική αυτορρύθμισης μάθησης;

- Προγραμματισμός
- Παρακολούθηση
- Αξιολόγηση
- Ακολουθώντας τις υποδείξεις του δασκάλου για την ανάπτυξη της εργασίας

7. Τι είναι η μεταγνώση;

- σκέφτομαι τι μπορεί να αφορά ένα κείμενο
- δημιουργία νοερών εικόνων στο μυαλό σας
- αναρωτιέστε καθώς διαβάζετε
- κανένα δεν είναι σωστό



8. Ποιες δραστηριότητες μπορούν να θεωρηθούν παράδειγμα μεταγνώσης;

- ΑΝΑΓΝΩΣΗ
- Επίλυση ασκήσεων μαθηματικών
- Αυτοεκτίμηση
- Κάνω τα μαθήματα μου, τις εργασίες για το σπίτι

Submit

Clear form

This content is neither created nor endorsed by Google. [Report Abuse](#) - [Terms of Service](#) - [Privacy Policy](#).

Google Forms



# Μεταγνώση ΜΕΤΑ-ΔΟΚΙΜΙΟ

Παρακαλούμε απαντήστε στις πιο κάτω ερωτήσεις:

1. Πώς μπορεί να οριστεί η έννοια της 'Μεταγνώσης; Περιγράψτε τα βασικά χαρακτηριστικά της έννοιας.

---

---

---

---

---

2. Γιατί είναι σημαντικό να διδάσκουμε στους μαθητές μεταγνωστικές δεξιότητες;

---

---

---

---

---

3. Πώς μπορείτε να εφαρμόσετε τη μεταγνώση στη μαθησιακή διαδικασία; Παρακαλώ δώστε παραδείγματα.

---

---

---

---

---

4. Ποιες είναι οι διαφορές και οι ομοιότητες μεταξύ των εκτελεστικών διαδικασιών παρακολούθησης και των εκτελεστικών διαδικασιών ρύθμισης, σύμφωνα με τον Kluwe;

---

---

---

---

---

---

Αυτό το περιεχόμενο δεν έχει δημιουργηθεί και δεν έχει εγκριθεί από την Google.

Google Φόρμες