

ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΕΔΙΟ: ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ
ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

«Ανακαλύπτω τον εαυτό μου, ετοιμάζομαι για τον κόσμο της εργασίας».



ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΚΩΝΣΤΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ (ΠΕ 05)

Περιεχόμενα

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ	3
2. ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	4
2.1. ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΟΜΑΔΩΝ	4
2.2. ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ-ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΡΙΜΗΝΩΝ	6
3. ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ	7
4. Β' ΟΜΑΔΑ – Γ' ΤΡΙΜΗΝΟ	9
5. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ – ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	12
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1 - ΤΟ ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ	13
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2 - ΑΞΙΕΣ	14
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3 – ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΜΟΥ.....	15
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 4 - ΕΝΤΟΠΙΖΩ ΤΑ ΔΥΝΑΤΑ ΜΟΥ ΣΗΜΕΙΑ	16
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 5 – ΕΙΜΑΙ ΠΕΡΗΦΑΝΟΣ ΓΙΑ.....	17
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 6 – ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ.....	18
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 7 - ΕΝΤΥΠΩΣΕΙΣ	19-20
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 8 - ΠΡΟΣΔΟΚΙΕΣ.....	21
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 9 – ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΜΥΘΟΥ.....	22
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	23

1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ένα από τα καινούργια μαθήματα που εισήχθησαν στο αναλυτικό πρόγραμμα της γ' γυμνασίου είναι και οι «Βιωματικές Δράσεις». Οι βιωματικές δράσεις διέπονται από την ίδια παιδαγωγική φιλοσοφία με τις Ερευνητικές Εργασίες του Λυκείου. Στόχος τους είναι η προώθηση και εφαρμογή της βιωματικής, συνεργατικής και διερευνητικής μάθησης. Στο πλαίσιο αυτό και συγκεκριμένα για την Γ' τάξη του Γυμνασίου υλοποιούνται θέματα του διδακτικού αντικειμένου «Σχολικού Επαγγελματικού Προσανατολισμού ή Τοπικής Ιστορίας». Οι μαθητές της Γ' γυμνασίου χωρίστηκαν σε δύο ομάδες. Η α' ομάδα πραγματοποίησε στα δύο πρώτα τρίμηνα τη Βιωματική Δράση με θέμα το Σ.Ε.Π. ενώ στο τρίτο τρίμηνο αυτήν με θέμα την Τοπική Ιστορία.

Το θέμα που προτάθηκε από την εκπαιδευτικό και επέλεξαν οι μαθητές ήταν το : «Ανακαλύπτω τον εαυτό μου, ετοιμάζομαι για τον κόσμο της εργασίας». Σκοπός του συγκεκριμένου θέματος ήταν να βοηθήσει τους μαθητές να γνωρίσουν τον εαυτό τους. Να κατανοήσουν την προσωπική τους ανάπτυξη, να αναπτύξουν δεξιότητες επικοινωνίας, να ανακαλύψουν τις δεξιότητες και τις ικανότητές τους, να αναπτύξουν επαγγελματικές αξίες, να εκπαιδευτούν στην λήψη αποφάσεων.

Ο λόγος που επελέγη το θέμα είναι να ετοιμαστούν οι μαθητές όχι μόνο για την επόμενη βαθμίδα, το Λύκειο, αλλά και για την αγορά εργασίας. Μέσα από τη συγκεκριμένη εργασία δεν απέκτησαν μόνο θεωρητικές γνώσεις για τον κόσμο της εργασίας. Ανακάλυψαν τις ικανότητες και τις δεξιότητές τους και ιεράρχησαν τις επαγγελματικές τους αξίες, κάτι που είναι πολύ σημαντικό για την αναζήτηση του μελλοντικού τους επαγγέλματος. Κατά δεύτερον, ετοίμασαν το ηλεκτρονικό τους βιογραφικό το οποίο θα εμπλουτίζουν με το πέρασμα των ετών. Ακόμα ερεύνησαν ότι αφορά στα επαγγέλματα που τους ενδιαφέρουν για να διαπιστώσουν αν είναι αυτό που ονειρεύονται ή που μπορούν τελικά να ασκήσουν.

Εφαρμόστηκε η ομαδοσυνεργατική μέθοδος και η βιωματική μάθηση. Οι μαθητές χωρισμένοι σε ομάδες συνεργάστηκαν στην αναζήτηση πληροφοριών στο διαδίκτυο για τα επαγγέλματα που τους ενδιαφέρουν και στην προετοιμασία επαγγελματικών μονογραφιών. Επίσης έγιναν βιωματικές ασκήσεις προκειμένου οι μαθητές να ανακαλύψουν τον εαυτό τους, τις ικανότητες και δεξιότητές τους, τις επαγγελματικές τους αξίες.

Πηγές αναζήτησης πληροφοριών ήταν το διαδίκτυο και οι συνεντεύξεις με επαγγελματίες.

Ο σκοπός των ερευνητικών εργασιών με τις οποίες οι μαθητές κλήθηκαν να ασχοληθούν στο πλαίσιο αυτής της θεματολογίας ήταν συνεπώς διττός. Αφενός αποσκοπούσε στην εξοικείωση των μαθητών με την αυτόνομη αναζήτηση, αξιολόγηση, οργάνωση και παρουσίαση δεδομένων και πληροφοριών (δηλαδή με την κατάκτηση της μεθοδολογίας της ερευνητικής εργασίας). Αφετέρου κατέστησε «αντικείμενο» της εργασίας τον ίδιο το μαθητή, την αυτογνωσία, την ανακάλυψη των ενδιαφερόντων του, των κλίσεων και των ταλέντων του.

2. ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

2.1. ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΟΜΑΔΩΝ

Στην πρώτη συνάντηση ενημερωθήκαμε για τις βιωματικές δράσεις και τον σκοπό τους ως μάθημα στο αναλυτικό πρόγραμμα της γ' γυμνασίου. Στη δεύτερη συνάντηση συζητήσαμε για το θέμα που μας προτάθηκε, ορίσαμε τα επιμέρους θέματα με τα οποία θα ασχολούμασταν και θέσαμε τους στόχους για το καθένα από αυτά. Στην τρίτη συνάντηση χωριστήκαμε σε ομάδες σύμφωνα με τον καταμερισμό της εκπαιδευτικού-συντονίστριας.. Στη συνέχεια ορίσαμε τις αρμοδιότητες και τους ρόλους του κάθε μέλους της ομάδας και δημιουργήσαμε τους ομαδικούς και ατομικούς μας φακέλους. Έτσι, οι ομάδες που διαμορφώθηκαν ήταν οι εξής:

ΤΜΗΜΑ 12 ΑΤΟΜΩΝ: 3 ομάδες των 4 ατόμων

ΟΜΑΔΑ Α' «ΟΙ ΠΡΑΣΙΝΟΙ»

Ατία Ρενάτο (Συντονιστής)

Βαγγελάτου Αγνή (Παρουσιαστής)

Καούρ Ναμπνίτ (Γραμματέας)

Πιέτρι Αναστάσης (Ακαδημαϊκός βοηθός)

ΟΜΑΔΑ Β' «ΟΙ ΚΟΚΚΙΝΟΙ»

Κουμάρ Αρς (συντονιστής)

Λίγγου Δέσποινα (Παρουσιαστής)

Σιακανδάρης Παναγιώτης (γραμματέας)

Καραγιαννόπουλος Δημήτρης (Ακαδημαϊκός
βοηθός)

ΟΜΑΔΑ Γ' «ΟΙ ΚΙΤΡΙΝΟΙ»

Ντρέτσα Αντρέα (Ακαδημαϊκός βοηθός)

Κουμάρ Χαρντίπ (Γραμματέας)

Δουγέκος Νίκος (Συντονιστής)

Χότζα Μικέλα (παρουσιαστής)

Ο ρόλος του καθενός μας στις ομάδες ήταν ο ακόλουθος:

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ: συντονίζει, κατανέμει τις εργασίες, υπεύθυνος για τη λειτουργία της ομάδας

ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ: υπεύθυνος για τον φάκελο και τα πρακτικά της ομάδας

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΣ ΒΟΗΘΟΣ: υπεύθυνος για εύρεση πληροφοριών για την ομάδα

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ: παρουσιάζει τις εργασίες της ομάδας

Παρόλο που οι ρόλοι ήταν καθορισμένοι, τα όρια ήταν ευέλικτα. Έτσι, αν κάποιος μαθητής δυσκολευόταν στη διεκπεραίωση του δικού του ρόλου, οι υπόλοιποι συμμαθητές λειτουργούσαμε επικουρικά ή συμβουλευτικά.

Πέρα από την ομαδική εργασία έπρεπε να καταθέσουμε και επιμέρους ατομικές εργασίες. Έτσι είχαμε όλοι τη δυνατότητα να εκφραστούμε και ατομικά. Και αυτές οι εργασίες έμπαιναν στο φάκελο της ομάδας, σε ξεχωριστές όμως διαφάνειες. Η βαθμολογία μας προέκυπτε τόσο από τις ατομικές εργασίες και την αξιολόγηση της ατομικής συμβολής του στο ομαδικό έργο, όσο και από την αξιολόγηση της ομαδικής εργασίας που υπέβαλε κάθε ομάδα ανά τρίμηνο.

Στην τέταρτη συνάντηση και προκειμένου να λειτουργήσουμε με πνεύμα ομαδικότητας και συνεργασίας, συντάξαμε το Συμβόλαιο (παράρτημα 1) της ομάδας στο οποίο συμφωνήσαμε σε συγκεκριμένους κανόνες και ποινές. Το συμβόλαιο αυτό το υπογράψαμε όλοι και το καταθέσαμε στο φάκελό μας. Το αναρτήσαμε βέβαια και στην αίθουσα των συναντήσεών

μας προκειμένου να θυμόμαστε τακτικά τις δεσμεύσεις που αναλάβαμε στα πλαίσια του μαθήματος.

Στην επόμενη συνάντησή μας η καθηγήτρια-συντονίστρια μας έδωσε οδηγίες για την συμπλήρωση τόσο του ατομικού όσο και του ομαδικού ημερολογίου το οποίο διατηρούσε ο γραμματέας.

2.2. ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ - ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΡΙΜΗΝΩΝ

Αφού η καθηγήτρια μας παρουσίασε τα θέματα που έπρεπε να επιλέξουμε και αφού ισοψήφησαν και τα δύο, αποφασίσαμε να κάνουμε μια μίξη των δύο θεμάτων και να κρατήσουμε αυτά που μας ενδιέφεραν περισσότερο. Μετά κάναμε έναν αναλυτικό προγραμματισμό εργασιών ανά τρίμηνο. Το θέμα επιμερίστηκε σε δύο θεματικές υποενότητες:

Α' τρίμηνο: «Γνωριμία με τον εαυτό μας, τις κλίσεις, τα ενδιαφέροντά μας»

Β' τρίμηνο: «Πρακτική άσκηση»

Κατευθυντήρια ερωτήματα στην αρχή επεξεργασίας κάθε υποενότητας ήταν:

1. Ποιο είναι το θέμα μας και γιατί το επιλέξαμε
2. Σε ποιους σκοπούς και σε ποια ερωτήματα καταλήξαμε.

Κατ' αυτόν τον τρόπο διατυπώσαμε για κάθε υποενότητα τα ακόλουθα ερευνητικά ερωτήματα και οι σκοποί-στόχοι τους: Α' τρίμηνο: «Γνωριμία με τον εαυτό μας, τις κλίσεις, τα ενδιαφέροντά μας». Ερευνητικά ερωτήματα:

- ❖ Να γνωρίσω τον εαυτό μου (τα δυνατά και λιγότερο δυνατά μου σημεία)
- ❖ Η γνώμη των άλλων για μένα/οι προσδοκίες μου
- ❖ Λήψη αποφάσεων-δυσκολίες-τρόπος αντίδρασης

Β' τρίμηνο :«Πρακτική άσκηση». Ερευνητικά ερωτήματα:

Να μάθω να κάνω επαγγελματική μονογραφία, να αναζητώ και να επεξεργάζομαι πληροφορίες

Να φτιάξω το βιογραφικό μου σημείωμα Europass

Να κάνουμε διάφορα τεστ επαγγελματικού προσανατολισμού

3. ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Στο επόμενο μάθημα κάναμε μια βιωματική άσκηση που αφορούσε τις αξίες που έχει ο καθένας μας για την ζωή του. Αφού συμπληρώσαμε τα ατομικά φύλλα εργασίας, στη συνέχεια βγάλαμε τα ποσοστά ανά ομάδα και τέλος τα συνολικά ποσοστά. Τα συμπεράσματά μας ήταν ότι και για τις τρεις ομάδες η πρώτη αξία στην ζωή είναι η υγεία. Ακολουθούν η ειλικρίνεια, η προσφορά, η επιτυχία, η συνεργασία. Οι λιγότερο σημαντικές αξίες είναι το χρήμα, τα υλικά αγαθά, η ηγεσία, η δημιουργικότητα. (Παράρτημα 2)

Στην επόμενη συνάντηση διαβάσαμε τη «Διακήρυξη για την Εκτίμηση του Εαυτού» (Παράρτημα 3) και συζητήσαμε πάνω σ' αυτό. Έπειτα κάναμε τη βιωματική άσκηση «Εντοπίζω τα δυνατά μου σημεία» (Παράρτημα 4). Ο καθένας από μας συμπλήρωσε το ατομικό φυλλάδιο εργασίας και στη συνέχεια, αφού κάναμε σύγκριση των δεδομένων σε ομάδες, παρουσιάσαμε συνολικά στην τάξη τα αποτελέσματα του καθενός χωριστά καθώς και της ομάδας.

Σε επόμενη συνάντηση κάναμε μια πολύ ενδιαφέρουσα βιωματική άσκηση με τίτλο «Είμαι περήφανος για...». Αυτή η άσκηση μας άρεσε πολύ διότι μπήκαμε στη διαδικασία να σκεφτούμε τι έχουμε επιτύχει στη ζωή μας μέχρι τώρα. Σας πληροφορούμε ότι μας ήταν αρκετά δύσκολο κι αυτό γιατί, μετά από συζήτηση στην τάξη, διαπιστώσαμε ότι μας είναι πιο εύκολο να μιλάμε για τα αρνητικά του εαυτού μας παρά για τα θετικά και τα επιτεύγματά μας. (Παράρτημα 5)

Μια άλλη βιωματική άσκηση που μας άρεσε πολύ αλλά μας «ξεγύμνωσε» κατά κάποιο τρόπο ήταν αυτή για «Η διαπολιτισμική μου Νοημοσύνη». Από τη μια μας άρεσε γιατί μπορέσαμε και εκφράσαμε τις απόψεις μας για τις ρατσιστικές επιθέσεις που δέχονται κάποιοι από την ομάδα που είναι αλλοδαποί. Από την άλλη όμως διαπιστώσαμε ότι και οι ίδιοι που παραπονούνταν για ρατσιστικές επιθέσεις ήταν και οι ίδιοι ρατσιστές και όχι ιδιαίτερα ανεκτικοί στις διαφορετικές απόψεις. Πάντως αποδείχτηκε χρήσιμη έστω κι αυτή η αντιπαράθεση που υπήρξε μεταξύ μας. (Παράρτημα 6)

Η πιο ωραία όμως από όλες τις ασκήσεις ήταν η άσκηση «Εντυπώσεις». Εκεί έπρεπε να συμπληρώσουμε την εντύπωση που έχουμε εμείς για τον εαυτό μας, ένας φίλος μας για μας, ένας συμμαθητής και ένα μέλος της οικογένειας. Μείναμε έκπληκτοι από τις απαντήσεις που συγκεντρώσαμε γιατί δεν είχαμε ρωτήσει κανέναν ποτέ ευθέως για το πώς μας βλέπει, τα

θετικά και τα αρνητικά μας, τα δυνατά και τα λιγότερο δυνατά σημεία μας. Οι περισσότεροι εκπλαγήκαμε από τις απαντήσεις των αδερφών ή γονιών μας γιατί συνήθως τσακωνόμαστε μαζί τους και δεν εκφράσουμε ποτέ τα θετικά μας στοιχεία. . (Παράρτημα 7)

Μια άλλη ενδιαφέρουσα βιωματική άσκηση ήταν «Οι προσδοκίες μου». Σκοπός αυτής της άσκησης ήταν να μας βοηθήσει να διαχειριστούμε τις πιέσεις που μας ασκούν άλλα πρόσωπα και να ανακαλύψουμε αν οι προσδοκίες μας είναι τελικά δικές μας ή των γονιών μας ή άλλων προσώπων που μας επηρεάζουν. (Παράρτημα 8)

Η τελευταία βιωματική άσκηση που κάναμε αφορούσε στη Λήψη αποφάσεων και ήταν η «Επεξεργασία ενός μύθου». Συζητήσαμε γενικά για τη λήψη αποφάσεων και τι μπορούμε να κάνουμε σε περίπτωση που βρισκόμαστε σε δίλλημα. (Παράρτημα 9)

Γενικά οι βιωματικές ασκήσεις ήταν διασκεδαστικές και ανακαλύψαμε πολλά πράγματα για τον εαυτό μας που κάποια δεν τα είχαμε συνειδητοποιήσει.

Στο β' τρίμηνο περάσαμε σε πιο πρακτικά ζητήματα. Αρχικά συμπληρώσαμε ένα φύλλο εργασίας για την ανίχνευση των επαγγελματικών μας ενδιαφερόντων. Αφού συζητήσαμε πάνω σε αυτά που είχε γράψει ο καθένας μας, καταλήξαμε στο επάγγελμα που θα επιλέγαμε για την δημιουργία της επαγγελματικής μονογραφίας.

Στο επόμενο μάθημα, η καθηγήτρια-συντονίστρια, μας εξήγησε τι ακριβώς είναι η επαγγελματική μονογραφία, πώς φτιάχνεται, τί πρέπει να περιλαμβάνεις, πώς αναζητούμε τις πληροφορίες κλπ. Μας πήρε γύρω στις τέσσερις συναντήσεις για να καταφέρουμε όλα τα μέλη των ομάδων να βρούμε πληροφορίες για τα επαγγέλματα που είχαμε επιλέξει και για να φτιάξουμε τις παρουσιάσεις. Όσοι μαθητές της ομάδας δεν είχαμε άνεση με τους Η/Υ βοηθηθήκαμε από τους συμμαθητές μας που ήξεραν περισσότερα.

Τα επαγγέλματα που επιλέξαμε για τις επαγγελματικές μας μονογραφίες ήταν:

Ατία Ρενάτο – Αθλητής

Κουμάρ Χαρντίπ - Γιατρός

Καραγιαννόπουλος Δημήτρης – Αξιωματικός Ενόπλων Δυνάμεων

Πιέτρι αναστάσης – Τεχνικός μαγειρικής τέχνης

Λίγγου Δέσποινα – Αξιωματικός στρατού ξηράς

Κουμάρ Άρς - Αξιωματικός

Καούρ Ναμπνί- Καθηγητής αγγλικών

Δουγέκος Νίκος – Ηλεκτρολόγος

Σιακανδάρης Παναγιώτης – Δοκιμαστής βιντεοπαιχνιδιών

Ντρέτσα Αντρέα – Προγραμματιστής συστημάτων Η/Υ

Χότζα Μικέλα – Γιατρός

Το ευχάριστο από όλη αυτή την πρακτική άσκηση ήταν ότι κατ' αρχάς μάθαμε να φτιάχνουμε παρουσιάσεις και κατά δεύτερον μάθαμε να αναζητάμε και να επιλέγουμε τις πληροφορίες που χρειαζόμαστε από το διαδίκτυο.

Τα δύο επόμενα μαθήματα τα αφιερώσαμε στο να κάνουμε το βιογραφικό μας σημείωμα Europass. Η καθηγήτρια μας εξήγησε πώς το συμπληρώνουμε και μας είπε πώς μπορούμε να συμπληρώνουμε και στο μέλλον τα προσόντα και την εμπειρία μας. Έτσι ο καθένας μας έχει ήδη συμπληρώσει τα προκαταρκτικά στοιχεία στο βιογραφικό του σημείωμα.

Τα τελευταία μαθήματα τα αφιερώσαμε σε τεστ επαγγελματικού προσανατολισμού που κάναμε online. Αυτά ήταν και τα πιο διασκεδαστικά. Κάναμε ένα τεστ επαγγελματικού προσανατολισμού και το τεστ προσωπικότητας Holland.

4. Β' ΤΜΗΜΑ – Γ' ΤΡΙΜΗΝΟ

Το δικό μας το τμήμα που είχαμε ασχοληθεί με την Τοπική Ιστορία στα δύο προηγούμενα τρίμηνα, δεν είχαμε το χρόνο να κάνουμε πολλά πράγματα στο Σ.Ε.Π. Γι' αυτό αποφασίσαμε μαζί με την καθηγήτριά μας να κάνουμε το πρακτικό μέρος της βιοματικής δράσης, δηλαδή δημιουργία επαγγελματικών μονογραφιών, τεστ προσωπικότητας και δημιουργία βιογραφικού.

Αρχικά να πούμε πως διατηρήσαμε τις ομάδες που είχαμε και στην Τοπική Ιστορία. Έτσι, κάναμε μια βιοματική άσκηση για τη «Διακήρυξη του εαυτού μας» και στη συνέχεια τη βιοματική άσκηση με τις «Αξίες». Στο επόμενο μάθημα κάναμε ανίχνευση των επαγγελματικών μας ενδιαφερόντων συμπληρώνοντας το αντίστοιχο έντυπο και ξεκινήσαμε σιγά-σιγά να αναζητούμε πληροφορίες για το επάγγελμα που μας ενδιαφέρει. Έτσι φτιάξαμε την επαγγελματική μας μονογραφία. Στη συνέχεια, δημιουργήσαμε τον βιογραφικό μας

σημείωμα Europass και τέλος κάναμε διάφορα τεστ επαγγελματικού προσανατολισμού και προσωπικότητας online. Αυτά τα τελευταία ήταν που μας διασκέδασαν περισσότερο!

ΟΜΑΔΕΣ Β' ΤΜΗΜΑΤΟΣ

1^η ΟΜΑΔΑ:

ΒΡΟΥΒΑ ΑΘΑΝΑΣΙΑ

ΣΚΟΥΡΤΑΝΙΩΤΗ ΙΩΑΝΝΑ

ΜΠΟΥΡΑΝΤΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ

ΚΑΤΣΕΛΗ ΣΩΤΗΡΙΑ

2^η ΟΜΑΔΑ

ΛΙΑΚΟΥΡΑΣ ΔΩΡΟΘΕΟΣ

ΣΙΝΓΚ ΠΑΡΝΤΙΠ

ΠΙΡΟΛΙ ΞΑΒΙ

ΛΑΜΠΡΟΣ ΛΑΜΠΡΟΥ

3^η ΟΜΑΔΑ

ΤΟΥΝΤΑ ΖΑΧΑΡΟΥΛΑ

ΤΑΝΑΣΕ ΑΛΕΞ

ΣΚΟΥΡΤΑΝΙΩΤΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΜΟΙΡΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ



Τα επαγγέλματα που επιλέξαμε για τις επαγγελματικές μας μονογραφίες ήταν:

Ιωάννα Σκουρτανιώτη – Χορευτής

Σωτηρία-Μαρία Κατσέλη – Γιατρός

Ζαχαρούλα Τούντα – Αστυνομικός

Άλεξ Τανάσε – Γυμναστής

Αλέξανδρος Σκουρτανιώτης – Γεωπόνος

Δωρόθεος Λιάκουρας – Αξιωματικός στρατού ξηράς

Παναγιώτης-Δαβίδ Μοίρας – Αξιωματικός Ενόπλων Δυνάμεων

Λάμπρος Λάμπρου – Αστυνομικός

Νάνσυ Βρούβα – Φιλολόγος

Εάβι Πιρόλι – Γυμναστής

Παρντίπ Σινγκ – Γυμναστής

5. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων ο γραμματέας της κάθε ομάδας κρατούσε «ημερολόγιο» δράσης καταγράφοντας το εβδομαδιαίο περιεχόμενο των εργασιών μας. Στο τέλος κάθε τριμήνου κάναμε τον απολογισμό μας τόσο για τον τρόπο εργασίας όσο και για όσα αποκομίσαμε από τις βιωματικές ασκήσεις που κάναμε. Καταλήξαμε λοιπόν στο συμπέρασμα ότι οι βιωματικές ασκήσεις μας βοήθησαν πολύ να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, τη γνώμη που έχουν οι άλλοι για μας, τις αξίες μας, τις προσδοκίες μας, τη διαπολιτισμική μας νοημοσύνη, τα δυνατά και λιγότερο δυνατά μας σημεία καθώς και τρόπους για λήψη αποφάσεων. Επίσης, μάθαμε να φτιάχνουμε το βιογραφικό μας και μάθαμε αρκετά πράγματα για το επάγγελμα που μας ενδιαφέρει καθώς αναζητήσαμε πληροφορίες και φτιάξαμε παρουσίαση γι' αυτό.

Όσον αφορά στο τέχνασμα που έπρεπε να παράγουμε, ο καθένας μας αλλά και τα άλλα μέλη της ομάδας επικουρικά, φτιάξαμε τις επαγγελματικές μονογραφίες για τα επαγγέλματα που μας ενδιαφέρουν.

ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ

- Να έχουμε Ομαδικό Πνευμα
- Συνεργασία
- Σεβασμός
- Αλληλεγγύη
- Να ακούμε την άποψη του άλλου
- Να αφήνουμε τους άλλους να εκφραστούν
- Να μην ακούμε κριτική

Πένταλντι

1. Κίτρινη Κάρτα (Παρατήρηση)
2. Μπλε Κάρτα (Τελευταία Παρατήρηση)
3. Κόκκινη Κάρτα (Αποβολή)

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

Φύλλο Εργασίας

ΑΞΙΕΣ

ΑΞΙΑ		ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΓΙΑ ΜΕΝΑ;	
		ΝΑΙ	ΟΧΙ
1	<i>Ανεξαρτησία</i>		
2	<i>Αναγνώριση</i>		
3	<i>Χρήμα</i>		
4	<i>Αυτοσεβασμός</i>		
5	<i>Ευκρίνεια</i>		
6	<i>Επιτυχία</i>		
7	<i>Ηγεςία</i>		
8	<i>Μόρφωση</i>		
9	<i>Υγεία</i>		
10	<i>Συνεργασία</i>		
11	<i>Υλικά αγαθά</i>		
12	<i>Αυτοπειθαρχία</i>		
13	<i>Δημιουργικότητα</i>		
14	<i>Προσφορά</i>		
15	<i>Υπευθυνότητα</i>		
16	<i>Εντιμότητα</i>		
17	<i>Ενσυναίσθηση</i>		
18	<i>Αλληλεγγύη</i>		

• Από τις παραπάνω αξίες γράψε τις τρεις πιο σημαντικές και τις τρεις λιγότερο σημαντικές για σένα.

<p>Οι τρεις πιο σημαντικές</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>Οι τρεις λιγότερο σημαντικές</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>
---	--

ΚΕΙΣΥ ΑΔΙΜΟΥ [Μ. Τερζάκη, Υπεύθυνη ΣΕΠ]
Σελίδα 1

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3

Η Διακήρυξή μου για την εκτίμηση του Εαυτού*

Είμαι εγώ.

Σ' όλο τον κόσμο δεν υπάρχει κανένας άλλος ακριβώς σαν κι εμένα. Υπάρχουν άνθρωποι που μου μοιάζουν σε μερικά σημεία, αλλά κανένας δεν είναι ολότελα όμοιος με μένα. Επομένως, ότι προέρχεται από μένα είναι απόλυτα δικό μου, γιατί εγώ μόνος μου το διάλεξα.

Μου ανήκει ότι έχω: το σώμα μου και όλα όσα κάνει, το μυαλό μου με τις ιδέες του και τις σκέψεις του, τα μάτια μου και οι εικόνες όσων βλέπουν, τα συναισθήματά μου όποια κι αν είναι αυτά: θυμός, χαρά, αποκαρδίωση, αγάπη, απογοήτευση, ενθουσιασμός, το στόμα μου και τα λόγια που ξεστομίζω: ευγενικά, γλυκά ή σκληρά, σωστά ή λαθεμένα. Η φωνή μου δυνατή ή σιγανή και όλες μου οι πράξεις, άσχετα αν κατευθύνονται προς εμένα ή προς τους άλλους.

Δικές μου είναι όλες μου οι φαντασιώσεις, τα όνειρά μου οι ελπίδες μου, οι φόβοι μου.

Δικοί μου οι θρίαμβοι και οι επιτυχίες μου και όλες μου οι αποτυχίες και τα λάθη μου.

Γιατί σε μένα ανήκει όλος ο εαυτός μου, μπορώ να γνωριστώ βαθιά, στενά μαζί του. Έτσι μπορώ να τον αγαπάω και να'μαι φίλος μαζί του, με όλες του τις πλευρές. Μπορώ λοιπόν να βάλω όλον τον εαυτό μου να δουλέψει για το συμφέρον μου. Μερικές πλευρές του εαυτού μου με βάζουν σε απορία, το ξέρω, και άλλες μου είναι τελείως άγνωστες. Όσο όμως διατηρώ φιλικές σχέσεις μαζί του και τον αγαπάω, μπορώ με θάρρος και ελπίδα να αναζητώ λύσεις για τα ανίγματα και τρόπους για να ανακαλύψω πιο πολλά πράγματα για μένα.

Όπως κι αν μοιάζω, κι αν φαίνομαι, ό,τι λέω και κάνω, ότι σκέφτομαι κι αισθάνομαι σε οποιαδήποτε στιγμή, όλα αυτά είμαι εγώ. Κι αυτό είναι κάτι αυθεντικό και δείχνει που βρισκόμουν εκείνη τη στιγμή.

Όταν αργότερα εξετάσω πως έμοιαζα και πως φαινόμουν, τι έκανα και τι είπα, τι σκέφτηκα και πως αισθάνθηκα, κάποια σημεία μπορεί και να είναι ακατάλληλα. Μπορώ να τα πετάξω τα ακατάλληλα και να κρατήσω όσα αποδείχτηκαν κατάλληλα και να εφεύρω κάτι καινούργιο για να αντικαταστήσω ότι πέταξα.

Βλέπω, ακούω, αισθάνομαι, σκέπτομαι, λέγω και πράττω. Έχω τα εργαλεία που χρειάζομαι για να επιζήσω, να'μαι κοντά με τους άλλους, να'μαι παραγωγικός, να καταλαβαίνω και να βάζω σε τάξη μες στο νου μου το πλήθος των ανθρώπων και των πραγμάτων έξω από μένα. Είμαι κύριος του εαυτού μου και, επομένως, μπορώ να τον οργανώσω.

Είμαι εγώ και Είμαι πολύ εντάξει.

* Απόσπασμα από το βιβλίο *Πλάθοντας Ανθρώπους* της Virginia Satir, Εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ, 1989

Επιμέλεια: Ιωάννα Σταματοπούλου

Άσκηση VIII: Εντοπίζω τα δυνατά μου σημεία!

Σκοπός

Σημαντικό ρόλο στην επίτευξη ενός στόχου που θέτει ο/η έφηβος αποτελεί η γνώση των δυνατών και αδύνατων σημείων του. Η παρακάτω δραστηριότητα⁶ βοηθά τον έφηβο να γνωρίζει καλύτερα πτυχές του εαυτού του που σχετίζονται με συγκεκριμένο στόχο που θέτει και να εμπλέκεται ενεργά στην αξιολόγησή τους ανάλογα με το στόχο.

Οδηγίες

ΒΗΜΑ 1^ο: Καταγραφή των δυνατών και αδύνατων σημείων σου.

1. Κάνω ένα κατάλογο με τουλάχιστον τέσσερα θέματα που γνωρίζω (ή κάνω καλά) και που συνήθως σε οδηγούν σε επιτυχία.

- _____
- _____
- _____
- _____

2. Κάνω ένα κατάλογο με τουλάχιστον τέσσερα πράγματα που κάνω ή συνήθειες που έχω και με εμποδίζουν να πετύχω αυτό που θέλω.

- _____
- _____
- _____
- _____

ΒΗΜΑ 2^ο: Βάζω τρεις στόχους για την περίοδο που επιθυμώ από _____ έως _____ . Κάθε στόχος θα πρέπει να είναι συγκεκριμένος, ξεκάθαρος και ρεαλιστικός για τις δυνάμεις μου και την προσπάθειά μου. Οι στόχοι που θα θέσω θα πρέπει να είναι σημαντικοί για μένα και να θέλω να εργαστείς για να τους φέρω σε πέρας.

- _____
- _____
- _____

ΒΗΜΑ 3^ο: Ξαναδιαβάζω τα παραπάνω, σκέφτομαι για λίγη ώρα και προσπαθώ να απαντήσω τις παρακάτω ερωτήσεις για μένα.

- ❖ Γιατί αυτοί οι στόχοι είναι τόσο σημαντικοί για μένα;
- ❖ Τι θα πρέπει να κάνω με διαφορετικό τρόπο απ' ότι έκανα μέχρι σήμερα για να καταφέρω να πετύχω τους στόχους μου;

⁶ Μετάφραση και προσαρμογή από Eisenberg, Conti D'Antonio & Bertrando (2000).

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 5

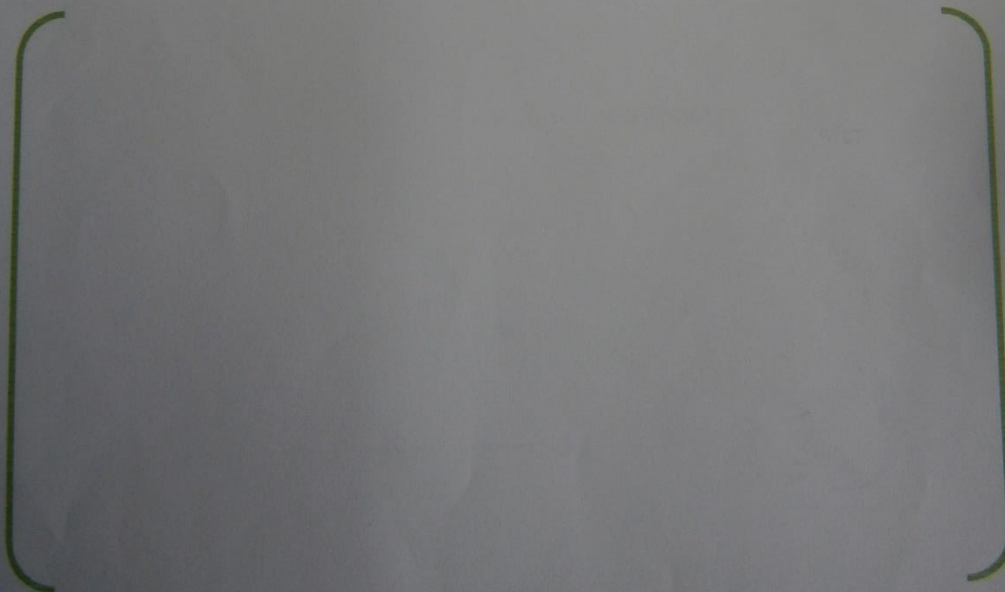
Δραστηριότητα Προετοιμασίας VI: Είμαι υπερήφανος για...

Στόχος: Συγκεντρώστε αποδείξεις για τα ιδιαίτερα επιτεύγματα και δυνατά σας σημεία.

Διάρκεια: 30 '

1. Σκεφτείτε δύο επιτεύγματα στη ζωή σας (μικρές ή μεγάλες, επαγγελματικές ή προσωπικές επιτυχίες), οι οποίες σας κάνουν να είστε υπερήφανοι. Αυτό μπορεί να είναι κάτι που έχετε κάνει, κάτι που έχετε αναπτύξει, μια απόφαση που έχετε λάβει, κλπ. Κατά τη διάρκεια του προγράμματος θα κάνουμε μια άσκηση για να εξερευνήσετε τα επιτεύγματα αυτά, ώστε να έχετε μεγαλύτερη επίγνωση των προσόντων σας, που σχετίζονται με αυτά τα επιτεύγματα. Για την καλύτερη ανάδειξη των προσόντων σας μπορείτε να κάνετε ένα ατομικό χαρτοφυλάκιο (portfolio). Σε αυτό το χαρτοφυλάκιο, μπορείτε να συγκεντρώσετε όλες τις πληροφορίες σχετικά με τα προσωπικά χαρακτηριστικά σας. Φυσικά αυτές οι πληροφορίες είναι πολύ πιο ισχυρές, αν προσθέσετε αποδείξεις των επιτευγμάτων / δυνατών σημείων σας.
2. Προσπαθήστε να βρείτε αποδείξεις για τα επιτεύγματά σας, όπως ένα έγγραφο, μια φωτογραφία, μια αναφορά από κάποιον άλλο, ένα πιστοποιητικό δίπλωμα, ένα προϊόν κλπ.

Είμαι υπερήφανος για...



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 6

Άσκηση III: Η Διαπολιτισμική μου Νοημοσύνη⁸

Στον παρακάτω πίνακα σημειώστε σε κάθε χαρακτηριστικό διαπολιτισμικής νοημοσύνης πώς αξιολογείτε τον εαυτό σας.

<i>Πώς βαθμολογείς τον εαυτό σου;</i>	<i>Χρειάζεται Βελτίωση</i>	<i>Δυνατό σημείο</i>	<i>Εξαιρετικά δυνατό σημείο</i>
Ανοιχτό μυαλό			
Ευελιξία και ανοχή σε διαφορετικές απόψεις και συμπεριφορά			
Ικανότητα προσαρμογής της συμπεριφοράς σου			
Άνεση σε συνθήκες αβεβαιότητας			
Ικανότητα να εμπιστεύεσαι ακόμη κι όταν κάτι δεν είναι τόσο οικείο			
Ταπεινότητα/Μετριοφροσύνη			
Να σε έλκει η πρόκληση του νέου και διαφορετικού			
Εξωστρέφεια			
Δημιουργικότητα			
Τακτ			
Ικανότητα για λήψη απόφασης ακόμη και όταν δεν υπάρχουν τα γνωστά μέσα			
Τάση να δέχεσαι ως πρόκληση ότι οι απόψεις σου αμφισβητούνται			
Υπομονή όταν λείπει η αίσθηση του ελέγχου			
Ικανότητα διαχείρισης του άγχους σε νέες και άγνωστες καταστάσεις			
Ευαισθησία στις αποχρώσεις που έχει το διαφορετικό			
Σεβασμός για τους άλλους			
Προθυμία για αλλαγή του εαυτού σου και δίψα για νέα γνώση καθώς μεγαλώνεις (αντί να επιδιώκεις να αλλάξουν οι άλλοι για σένα)			
Ενσυναίσθηση			
Αίσθηση του χιούμορ			

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 7

Δραστηριότητα Προετοιμασίας V: Εντυπώσεις

Στόχος: Συγκεντρώστε πληροφορίες από τον εαυτό σας και άλλους για τις ικανότητές σας.

Διάρκεια: 120 '

Όλοι έχουμε ισχυρά και όχι τόσο ισχυρά σημεία. Όσο μεγαλύτερη επίγνωση έχετε για τα δυνατά σημεία σας, τόσο καλύτερα μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε. Αναγνωρίζοντας τα λιγότερο ισχυρά σημεία δίνεται η ευκαιρία ώστε να εστιάσετε περισσότερο και πιο συστηματικά στην ενίσχυση τους.

Σας παρακαλούμε για μια σύντομη επισκόπηση των δυνατών και λιγότερο δυνατών σας σημείων. Προσπαθήστε να υποστηρίξετε αυτές τις ιδιότητες και τα χαρακτηριστικά με συγκεκριμένα παραδείγματα από τη ζωή σας. Χρησιμοποιήστε τον παρακάτω πίνακα για αυτό. Στη συνέχεια, ζητήστε από 3 ανθρώπους να κάνουν το ίδιο για σας.

Με άλλα λόγια, ζητήστε τους να γράψουν τα ισχυρά σας και όχι τόσο τα ισχυρά σημεία με μερικά παραδείγματα. (1 μέλος της οικογένειας, 1 φίλος / φίλη, 1 συνάδελφος)

Μετά συζητήστε τα αποτελέσματα μαζί τους.

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος θα διερευνήσουμε περαιτέρω τα αποτελέσματα.

α. Προσωπικές Εντυπώσεις – Απόψεις για τον Εαυτό σας

Δυνατά και λιγότερα δυνατά σημεία του / της

Δυνατά σημεία	Παραδείγματα/ περιπτώσεις
Λιγότερο δυνατά σημεία	Παραδείγματα/ περιπτώσεις

δ. Εντυπώσεις – Απόψεις για σας από κάποιον άλλο – Φίλο σας

Δυνατά και λιγότερα δυνατά σημεία του / της από

Δυνατά σημεία	Παραδείγματα/ περιπτώσεις
Λιγότερο δυνατά σημεία	Παραδείγματα/ περιπτώσεις

Άσκηση III: Οι προσδοκίες μου.

Σκοπός

Οι προσδοκίες που έχουν οι άλλοι από εμάς συχνά επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας. Συχνά οι προσδοκίες των εφήβων δεν είναι δικές τους, αλλά αποτελούν τον καθρέπτη των προσδοκιών που έχουν κάποιοι σημαντικοί άλλοι γι' αυτούς. Ο σκοπός της δραστηριότητας αυτής³ είναι να βοηθήσει τον/την έφηβο/η να διαχειριστεί τις πιέσεις που μπορεί να του/της ασκούνται από διαφορετικά πρόσωπα και να διακρίνει ποιες προσδοκίες είναι δικές του/της ή έχει ενστερνιστεί από τους άλλους. Η διαδικασία αυτή θα τον κάνει ικανό να διακρίνει τις επιπτώσεις που έχουν οι προσδοκίες αυτές στη συμπεριφορά του και να επιλέξει ένα σχέδιο δράσης.

Οδηγίες

Ακολουθήσε τα παρακάτω βήματα:

1. Σκέφτομαι τρία σημαντικά πρόσωπα στη ζωή μου που έχουν προσδοκίες από εμένα. Τους ζωγραφίζω ή κάνω ένα κολλάζ, τοποθετώντας μία φωτογραφία ή ένα σύμβολο για καθένα από αυτούς. Δεν ξεχνώ να κάνω το ίδιο και για το δικό μου άτομο.
2. Γράφω κάτω από κάθε πρόσωπο τις προσδοκίες που έχει από εμένα.
3. Βάζω σε κάθε μια ένα σχόλιο εάν αισθάνομαι ότι μπορώ να ανταποκριθώ στις προσδοκίες αυτές.
4. Σε κάθε προσδοκία γράφω τα συναισθήματα που μου προκαλεί.
5. Αποφασίζω ποιες από αυτές θεωρώ σημαντικές για μένα και αποφασίζω ένα σχέδιο δράσης για την αποδοχή ή απόρριψη αυτών.

Άσκηση IV: Άσκηση στη λήψη αποφάσεων – Η επεξεργασία ενός μύθου.

Σκοπός

Ο προβληματισμός των μαθητών – τριών για θέματα λήψης αποφάσεων.

Οδηγίες

Μοιράζουμε το φύλλο με το μύθο στα μέλη της ομάδας. Αφού ο κάθε συμμετέχων επεξεργασθεί το κείμενο, τα μέλη χωρίζονται σε υποομάδες και συζητούν σχετικά με αυτόν καθώς και στα ενδεικτικά θέματα προς επεξεργασία. Στη συνέχεια ο εκπρόσωπος κάθε υποομάδας παρουσιάζει τα αποτελέσματα των εργασιών της ομάδας του και ακολουθεί συζήτηση στην ολομέλεια.

*Αλίκη : Καλή μου γάτα, μπορείς σε παρακαλώ να μου πεις ποιο δρόμο θα πάρω;
Γάτα: Εξαρτάται από το πού θέλεις να πάς
Αλίκη : Όπου νά ναι . Δεν με νοιάζει ...
Γάτα: Τότε δεν έχει σημασία όποιο δρόμο και να πάρεις
Αλίκη : « ... αρκεί να φτάσω κάπου » πρόσθεσε η Αλίκη σα να θελε να δικαιολογηθεί
Γάτα: Ω! σίγουρα θα φτάσεις ... αν περπατήσεις αρκετά*

Από την «Αλίκη στη χώρα των θαυμάτων» του Λούις Κάρολ

Θέματα προς επεξεργασία:

- Ποιο είναι το μήνυμα που πήρατε εσείς από το μύθο;
- Ποιος είναι ο δικός σας μύθος (τι πιστεύετε) σχετικά με το θέμα της λήψης αποφάσεων στη ζωή μας;
- Ποιες πιστεύετε προετοιμασίες πρέπει να κάνει κάποιος όταν πρέπει να πάρει μια απόφαση;
- Ποια στοιχεία ή πληροφορίες πρέπει να έχει υπόψη του κανείς για τη λήψη μιας απόφασης;
- Τι είναι πιο σημαντικό στη λήψη μιας απόφασης;
- Ποιες αποφάσεις είναι κατά τη γνώμη σας οι πιο σημαντικές;

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΚΕΣΥΠ ΒΟΙΩΤΙΑΣ

Site: <http://2kesyp.voi.sch.gr>

Blog: <http://blogs.sch.gr/2kesypvo>

<http://www.mysep.gr/>

<http://www.eoppep.gr/>

<https://sites.google.com/site/grasep3Infiladelfeias/odegos-epangelmaton>

<http://sep4u.gr/>

<http://www.ekep.gr/>

<http://paroutsas.jmc.gr/iqtest/orient.htm>

<http://www.nellyparmaki.gr/%CE%B5%CF%81%CE%B3%CE%B1%CE%BB%CE%B5%CE%AF%CE%B1-%CF%83%CE%B5%CF%80/>

Βιβλίο ΣΕΠ ΟΕΔΒ «Ετοιμάζομαι για τη ζωή» γ' γυμνασίου, 2005

Βιβλίο ΣΕΠ ΟΕΔΒ «Σχεδιάζοντας το Επαγγελματικό μου Μέλλον» γ' γυμνασίου, 2011

«Καριεροσκόπιο»,(pdf) ΕΟΠΠΕΠ,