



Ακούμε, στ' αλήθεια;



Θεματική Ενότητα

Ειρηνική συνύπαρξη
και επικοινωνία



Ηλικιακή Ομάδα

13+



Διάρκεια

40'



Υλικά

φύλλα οδηγιών,
χαρτί, μολύβι



Στόχοι

- καλλιέργεια δεξιοτήτων ενεργητικής ακρόασης,
- ενίσχυση ικανότητας διάκρισης ανάμεσα σε τρόπους βίαιης και μη βίαιης επικοινωνίας
- προώθηση μη βίαιης επικοινωνίας ανάμεσα στα μέλη της ομάδας



Περιγραφή

Χωρίζουμε τους συμμετέχοντες/ουσες σε δύο ομάδες. Ζητάμε από τα μέλη της πρώτης ομάδας να σκεφτούν τα σημαντικότερα ζητήματα που αντιμετωπίζει σήμερα η ανθρωπότητα, τα οποία ζητούν άμεσα επίλυση. Τα μέλη της πρώτης ομάδας κάθονται σε καρέκλες που είναι τοποθετημένες η μία δίπλα στην άλλη, και έχουν απέναντί τους καθένας, καθεμιά μία άδεια καρέκλα. Κάθε μέλος της δεύτερης ομάδας, παίρνει και ένα διαφορετικό φύλλο οδηγιών. Οι οδηγίες μπορεί να είναι οι:

- **Κοιτάξεις τον / την ομιλητή/ρια στα μάτια κάθε 5 δευτερόλεπτα. Παράλληλα, σφυρίζεις συνεχώς όσο μιλάει.**
- **Κοιτάξεις τον / την ομιλητή/ρια στα μάτια κάθε 5 δευτερόλεπτα. Κάθε τόσο, χασμουριέσαι.**
- **Δεν κοιτάξεις ποτέ στα μάτια τον / την ομιλητή/ρια. Κρατάς το βλέμμα σου κολημένο σε μία γωνία της αίθουσας.**
- **Καμπουριάζεις στην καρέκλα σου, κοιτάξεις κυρίως στο πάτωμα και ελάχιστα τον / την ομιλητή/ρια. Κλείνεις τα μάτια σου συχνά, σαν να σε παίρνει ο ύπνος.**
- **Κάθε λίγα δευτερόλεπτα που ο / η ομιλητής/ρια μιλάει, φωνάζεις δυνατά “Αποκλείεται! Τι είναι αυτά που λες;” ή “Δε γίνονται αυτά, τι λες τώρα;” κλπ.**
- **Κοιτάξεις σταθερά τον ομιλητή/ρια. Ακούς προσεκτικά και όταν συμφωνείς με κάτι που υποστηρίζει ο/η ομιλητής/ρια, χαμογελάς και γνέφεις συγκαταβατικά το κεφάλι σου. Διατηρείς ευγενική έκφραση στο πρόσωπό σου ό,τι και αν ακούσεις. Σημειώνεις σημεία τα οποία θα ήθελες να σχολιάσεις, μόλις ολοκληρώσει ο/η ομιλητής/ρια.**

Ζητάμε από τα μέλη της πρώτης ομάδας να τοποθετηθούν σε 1-2 λεπτά, με τα μέλη της δεύτερης ομάδας να ακούν και να αντιδρούν με τον τρόπο που υποδεικνύεται στις οδηγίες τους. Αφού ολοκληρώσουν τα μέλη της πρώτης ομάδας, τα μέλη της δεύτερης αποκαλύπτουν ποια οδηγία είχαν.

Συζητάμε στην ομάδα:

- Ποια αντίδραση δήλωνε ότι ο ακροατής/ρια ακούει; Ποια μπορεί να ήταν τα συναισθήματα ακροατών και ομιλητών/ριών σε κάθε περίπτωση;
- Στην πραγματική ζωή, πότε αισθανόμαστε ότι κάποιος/-α μας ακούει και πώς αισθανόμαστε όταν δε συμβαίνει αυτό;
- Ποιες είναι συνήθως οι αντιδράσεις μας όταν δε μας ακούν;
- Γιατί είναι σημαντικό να ακούμε τον / τη συνομιλητή/ριά μας;
- Ποιες είναι οι συνθήκες και οι προϋποθέσεις ώστε να επιτυγχάνεται η αποτελεσματική επικοινωνία;
- Συνήθως στη ζωή μας, ακούμε πραγματικά; Υπάρχουν προϋποθέσεις; Ποια αποτελέσματα φέρνει αυτό;