

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ

**ΘΕΜΑ:** Παράλληλα Εργαστήρια: «Παιχνίδια Γνωριμίας – επικοινωνίας και Συγκρότησης Ομάδων»

**ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ:** ΔΑΦΝΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Μ.Σ.Σ. ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

ΦΥΣΣΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Μ.Α ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

Σκοπός της συγκεκριμένης θεματικής είναι να παρουσιαστεί ένας δομημένος τρόπος συγκρότησης μιας ομάδας ,τρόπων επικοινωνίας και γνωριμίας. Περιγράφεται αρχικά στους επιμορφούμενους η έννοια της ομάδας. Ομάδα είναι ένας συγκεκριμένος αριθμός μελών με κοινούς στόχους αλλά και συγκεκριμένη αλληλεπίδραση σε συγκεκριμένο χώρο και χρόνο. Η ομάδα συγκροτείται όταν αναπτυχθούν αλληλεπιδράσεις και σχέσεις μεταξύ των μελών και αποκτήσουν κοινές συναισθηματικές εμπειρίες. Είναι ένα δυναμικό φαινόμενο.

Περιγράφονται οι βασικοί κανόνες λειτουργίας που έχουν να κάνουν με το θετικό ψυχοσυναισθηματικό κλίμα, με την ελευθερία έκφρασης, τον αλληλοσεβασμό, την απαγόρευση κάθε μορφής βίας. Προτείνεται το λεγόμενο συναισθηματικό συμβόλαιο για την συμμετοχή όλων στην ομάδα.

Εξηγείται ο βιωματικός χαρακτήρας όπου όλα τα μέλη της ομάδας καλούνται να συμμετέχουν τόσο ψυχοσυναισθηματικά όσο και σωματικά. Να ενεργοποιηθούν στο να αναπτύξουν διαπροσωπικές σχέσεις.

Όλα τα παραπάνω εκπαιδεύουν τους συμμετέχοντες να είναι μέλη μιας ομάδας. Αυτό πραγματοποιείται βιωματικά μέσα από παιχνίδια γνωριμίας που καλούνται οι επιμορφούμενοι να συμμετάσχουν. Εξηγείται πως χρειάζεται να υπάρχει χώρος που να πληροί κάποιες προϋποθέσεις όπως δυνατότητα να μπούν καθίσματα σε κύκλο, να μπορούν να δημιουργηθούν μικρές ομάδες ώστε να δουλέψουν ήσυχα, να υπάρχει σχετική οπτική και ακουστική μόνωση. Επίσης επάρκεια υλικών όπως χαρτιά, μολύβια, πίνακας, οπτικοακουστικά μέσα.

Παρουσιάζονται και πραγματοποιούνται 2 ασκήσεις γνωριμίας:

### **Άσκηση Πρώτη.**

1<sup>ο</sup> βήμα

( χρόνος 20' ) :

- προτείνεται στους συμμετέχοντες να επιλέξουν ένα άτομο και να κάνουν ζευγάρι με κάποιον ή κάποια που δεν γνωρίζουν καθόλου και κάθονται να δουλέψουν ξέχωρα από τα άλλα μέλη. Το ίδιο κάνουν όλοι.
- Για το κάθε ζευγάρι, ο καθένας διαδοχικά ρωτάει τον άλλον να του μιλήσει για τον εαυτό του και να περιγράψει πως πήρε το όνομα του. Καταγράφουν τις πληροφορίες σε ένα χαρτί. Όταν τελειώσουν όλοι επιστρέφουν στην ολομέλεια και κάθονται ξανά σε κύκλο.

2<sup>ο</sup> βήμα

(χρόνος 25')

- Κάθε ζευγάρι διαδοχικά παίρνει τον λόγο. Το ένα μέλος παρουσιάζει τον άλλο σύμφωνα με αυτά που έχει καταγράψει στο χαρτί.
- Όταν ολοκληρώσουν όλοι μοιράζονται τα συναισθήματά τους από την διαδικασία.

Βασικός στόχος της άσκησης αυτής είναι η γνωριμία των μελών, η ενεργοποίησή τους, και η έναρξη της επικοινωνίας.

### **Άσκηση Δεύτερη**

1ο βήμα

(Χρόνος 30')

- Ο καθένας διαδοχικά από την ομάδα παίρνει τον λόγο και μιλάει για τον εαυτό του λέγοντας ένα ψέμα και μία αλήθεια. Όταν ολοκληρώσει οι υπόλοιποι της ομάδας προσπαθούν να φανταστούν και να καταλάβουν τι από αυτά που αναφέρθηκαν είναι αλήθεια και τι ψέμα.

2<sup>ο</sup> βήμα

(χρόνος 20')

- Μετά την ολοκλήρωση καλούνται όλοι να συζητήσουν την διαδικασία.

Βασικός στόχος της άσκησης είναι η γνωριμία, η αυτοπαρουσίαση, αλλά και να αυξηθεί η επίγνωση σε σχέση με τις προκαταλήψεις και τις στάσεις απέναντι στους άλλους.