



Roelant Savery, *Orpheus* 1628 © Public Domain / Wikimedia Commons

***Παρέα με έναν ΜΥΘΟ!!!***

*Καλλιεργώντας*

*την Κοινωνική και Συναισθηματική*

*Νοημοσύνη των Παιδιών*

***Οδηγός Εκπαιδευτικού***

## Περιεχόμενα

	Σελίδα
Μυθολογικές Διαδρομές Στην Ανατολική Μακεδονία και Θράκη (το ερευνητικό πρόγραμμα)	2
Περιγραφή του εκπαιδευτικού προγράμματος	3
Οι μύθοι και η λειτουργία τους	4
Το βασικό σκεπτικό του προγράμματος: Οι μύθοι ως υλικό για δραστηριότητες κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής	6
Η δομή των σεναρίων	8
Οι στόχοι του προγράμματος	9
Η μεθοδολογία του προγράμματος: Βιωματική Μάθηση	11
Σύντομη παρουσίαση των δημιουργικών και βιωματικών δραστηριοτήτων των σεναρίων	12
Ο ρόλος του εκπαιδευτικού	14
Μερικές τελευταίες παρατηρήσεις	15
Αναμενόμενα προϊόντα και διάχυση των αποτελεσμάτων	15
Αξιολόγηση του προγράμματος	16
Άδεια Χρήσης	23
Βιβλιογραφία	24
Παράρτημα: Διασκευές των μύθων για μικρότερα παιδιά	27

## **ΜΥΘΟΛΟΓΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ ΚΑΙ ΘΡΑΚΗ**

**(το ερευνητικό πρόγραμμα)**

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του Ερευνητικού Προγράμματος «Μυθολογικές Διαδρομές στην Ανατολική Μακεδονία και Θράκη (Mythological Routes in Eastern Macedonia and Thrace) (MIS: 5047101), το οποίο υλοποιείται από το Ερευνητικό Κέντρο «Αθηνά» - Ερευνητικό Κέντρο Καινοτομίας στις Τεχνολογίες της Πληροφορίας, των Επικοινωνιών και της Γνώσης και το Τμήμα Ελληνικής Φιλολογίας του Δημοκριτείου Πανεπιστημίου Θράκης.

Το ερευνητικό πρόγραμμα, το οποίο έχει ξεκινήσει στις 16/12/2020 και αναμένεται να ολοκληρωθεί στις 19/05/2023, οργανώνεται γύρω από δύο κύριους πυλώνες: α) τον θεωρητικό, ο οποίος περιλαμβάνει την ενδελεχή εξέταση, τη συστηματική καταγραφή, την επιστημονική τεκμηρίωση και τον κατάλληλο σχολιασμό των μύθων που αναφέρονται σε περιοχές της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης, όπως προκύπτουν μέσα από κείμενα της Αρχαίας Ελληνικής και Λατινικής λογοτεχνίας, και β) τον πρακτικό, ο οποίος περιλαμβάνει τη δημιουργία ιστότοπου προβολής του υλικού καθώς και την ανάπτυξη ειδικά σχεδιασμένης εφαρμογής με βάσεις δεδομένων, θεματικά ευρετήρια, διαδραστικούς χάρτες κ.ά. Η πρόσβαση στο σύνολο του παραπάνω περιεχομένου θα είναι ελεύθερη και δωρεάν, ενώ θα υπάρχει δυνατότητα πρόσβασης και σε άτομα που αντιμετωπίζουν δυσκολίες όρασης μέσω φωνητικής επαύξησης του περιεχομένου. Συμπλήρωμα αυτού του διαδικτυακού τόπου αποτελεί ειδικά σχεδιασμένη εφαρμογή με σχετικές δραστηριότητες, σχέδια μαθημάτων και ασκήσεις για τη δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια εκπαίδευση. Στο πλαίσιο της δράσης πρόκειται να διοργανωθούν επιστημονικά συνέδρια, ενημερωτικές ημερίδες, summer school με συμμετοχή ερευνητών και φοιτητών από την Ελλάδα και το εξωτερικό.

Το έργο συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Πρόγραμμα «Ανταγωνιστικότητα, Επιχειρηματικότητα και Καινοτομία», ΕΣΠΑ 2014-2020. Ενίσχυση της Περιφερειακής

Αριστείας, Ενίσχυση των Υποδομών Έρευνας και Καινοτομίας ΚΑΙ την Ελλάδα και την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης).

### **Περιγραφή του Εκπαιδευτικού Προγράμματος**

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα κοινωνικής και συναισθηματικής διαπαιδαγώγησης, αποτελείται από 8 εκπαιδευτικά σενάρια που βασίζονται σε 3 θρακικούς μύθους. Απευθύνεται σε μαθητές των μεγαλύτερων τάξεων του δημοτικού σχολείου και των τριών τάξεων του γυμνασίου και είναι δυνατό να υλοποιηθεί ως πρόγραμμα σχολικών δραστηριοτήτων ή να ενταχθεί στα Εργαστήρια Δεξιότητων. Δεν αποτελεί ολοκληρωμένο πρόγραμμα κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής, αλλά είναι ένα βοήθημα που μπορεί να λειτουργήσει συμπληρωματικά σε άλλα προγράμματα. Οι δραστηριότητες που περιλαμβάνει είναι προσανατολισμένες στην προσωπική ανάπτυξη των μαθητών και στην καλλιέργεια δεξιότητων, που είναι δυνατόν να αναπτυχθούν ή να μετασχηματιστούν, όπως η συναισθηματική και η κοινωνική νοημοσύνη. Ως προς τη μεθοδολογία του, το πρόγραμμα βασίζεται στις αρχές της βιωματικής μάθησης και καλεί τον εκπαιδευτικό να λειτουργήσει ως εμπυχωτής των δραστηριοτήτων. Το καινοτόμο χαρακτηριστικό του προγράμματος έγκειται στο ότι χρησιμοποιεί συγκεκριμένους μύθους της Θράκης ως σενάρια για την ανάπτυξη βιωματικών δραστηριοτήτων που ενθαρρύνουν τους μαθητές να διαμορφώσουν λειτουργικές στάσεις και να αναπτύξουν πολύπλευρες δεξιότητες, αφού πρώτα αναστοχαστούν πάνω στις συμπεριφορές των μυθικών προσώπων. Οι δραστηριότητες αναπτύσσονται σε οκτώ εκπαιδευτικά σενάρια, περιγράφονται αναλυτικά στο κυρίως εγχειρίδιο του προγράμματος και τεκμηριώνονται με επαρκείς βιβλιογραφικές αναφορές.

Ας συζητήσουμε όμως πρώτα τη λειτουργία των μύθων ως προϊόντων ενός πολιτισμού που θέλει να διαφυλάξει τη σοφία, τις μνήμες και τα πρότυπα του παρελθόντος.

## Οι μύθοι και η λειτουργία τους

Οι αρχαίοι ελληνικοί μύθοι είναι οι ιστορίες που αποτέλεσαν την πρώτη ύλη της επικής, λυρικής και δραματικής αρχαιοελληνικής ποίησης, χρησιμοποιήθηκαν από λογογράφους και φιλοσόφους και αναπαραστάθηκαν σε γλυπτά και αγγεία της αρχαιοελληνικής τέχνης. Υπήρξαν ένα εύπλαστο υλικό που διαρκώς ενέπνεε καλλιτέχνες και ποιητές και σταδιακά μετατράπηκε σε αντικείμενο αρχαιοδιφικής ενασχόλησης<sup>1</sup>. Οι αρχαίοι ελληνικοί μύθοι ήταν ένας τρόπος για να νοηματοδοτήσουν οι αρχαίοι Έλληνες τον κόσμο τους, να προσδιορίσουν τη θέση του ατόμου μέσα στη φύση και την κοινωνία και να απαντήσουν σε θεολογικά, πολιτικά και φιλοσοφικά ερωτήματα. Σύμφωνα με μια μερίδα κριτικών, οι μύθοι αποτύπωσαν το σύστημα των αξιών που οφείλει να διέπει τη συμπεριφορά των ανθρώπων, παρέχοντας στους αναγνώστες απτά παραδείγματα για το τι πρέπει να κάνει και τι να αποφεύγει κάποιος. Από την άλλη, σύμφωνα με τον Nicolas Fréret οι μύθοι “αποτελούν μια ανεξάντλητη πηγή από δαιμόνιες ιδέες, γοητευτικές εικόνες, αλληγορίες και σύμβολα”<sup>2</sup>. Σε κάθε περίπτωση συμπυκνώνουν ένα μικρότερο ή μεγαλύτερο κομμάτι της εμπειρίας των κοινωνιών στις οποίες εμφανίστηκαν και εμπεριέχουν αλήθειες τις οποίες καταλαβαίνουμε πριν τις δούμε ή τις εξηγήσουμε με σαφήνεια<sup>3</sup>.

Η μελέτη των αρχαιοελληνικών μύθων σήμερα μας βοηθάει να κατανοήσουμε τον αρχαίο κόσμο και να έρθουμε σε επαφή με τις διαχρονικές ιδέες και τις αξίες του κλασικού πολιτισμού. Μελετώντας τα κείμενα που τους αποτυπώνουν, απολαμβάνουμε τη λογοτεχνική μετάπλαση των μύθων και γοητευόμαστε από την ευφυΐα με την οποία αποδίδουν αρχέτυπα των ανθρώπινων σχέσεων και διάφορες πτυχές της ηθικής και του ψυχισμού των ανθρώπων. Πέρα, όμως, από την αναγνωστική απόλαυση που προσφέρουν, υπάρχουν άλλοι τρόποι με τους οποίους είναι δυνατόν να αφορούν τους σύγχρονους εφήβους; Με ποιον τρόπο είναι

---

<sup>1</sup> Καρακάντζα, Ε., 2004. *Αρχαίοι Ελληνικοί Μύθοι Ο θεωρητικός λόγος του 20ου αι. για τη φύση και την ερμηνεία τους*. Αθήνα: Μεταίχμιο

<sup>2</sup> Feldman, B., & Richardson, R., 1972. *The rise of modern Mythology*. Bloomington: Indiana University Press

<sup>3</sup> Sutherland, J., 2014. *Μικρή ιστορία της λογοτεχνίας*. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη

*δυνατόν να αποτελέσουν υλικό για μια ελκυστική εκπαιδευτική εμπειρία, στα πλαίσια της τυπικής εκπαίδευσης;*

*Προκειμένου να αναδειχθεί η γοητεία και ταυτόχρονα η συμβολική δύναμη των μύθων στο σύγχρονο σχολείο, σκεφθήκαμε ότι θα ήταν δυνατόν να υποστηρίξουν και να εμπλουτίσουν το σημαντικότερο έργο των εφήβων, τη διαπραγμάτευση της ταυτότητάς τους, συμβάλλοντας στη συναισθηματική και κοινωνική τους ωρίμανση. Η δημιουργική ανάγνωση των μύθων είναι δυνατόν να ενδυναμώσει τους μαθητές στην κατεύθυνση της συνειδητής κατασκευής της προσωπικής τους βιογραφίας, διευκολύνοντάς τους να κατανοήσουν τον εαυτό τους μέσα από μια νέα οπτική και να συνειδητοποιήσουν ότι μπορούμε να “υπάρχουμε” με διαφορετικούς τρόπους. Οι αρχαιοελληνικοί μύθοι, ως αφηγήσεις έντονων συναισθηματικών και αξιακών συγκρούσεων, αποτέλεσαν, λοιπόν, το πλαίσιο για τη διαμόρφωση ενός προγράμματος κοινωνικοσυναισθηματικής αγωγής που φιλοδοξεί να υποστηρίξει τους εφήβους στην προσπάθειά τους να ανακαλύψουν ποιοι είναι και ποιοι θέλουν να γίνουν προσωπικά και κοινωνικά.*

*Στο πλαίσιο του συγκεκριμένου προγράμματος, οι μύθοι προτείνονται στους μαθητές πλαισιωμένοι με βιωματικές ασκήσεις και τους καλούν να αναστοχαστούν τις δικές τους εμπειρίες, κάτω από το πρίσμα των μυθικών αλληγοριών. Κάποιες από τις προτεινόμενες δραστηριότητες βασίζονται στην αποκρυπτογράφηση των προφανών νοημάτων της αφήγησης, ενώ άλλες στηρίζονται σε μια δεύτερη, πιο δημιουργική ανάγνωση των μύθων. Στόχος μας είναι οι μυθικές αφηγήσεις και τα αλληγορικά τους μηνύματα να γίνουν ένα χρήσιμο εργαλείο για την ανάπτυξη της αυτεπίγνωσης και την καλλιέργεια των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των εφήβων.*

## **Το βασικό σκεπτικό του προγράμματος:**

### **Οι μύθοι ως υλικό για δραστηριότητες κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής**

Τα εκπαιδευτικά σενάρια είναι δομημένα έτσι, ώστε κάθε μυθική αφήγηση να συνδέεται με δραστηριότητες που προάγουν την αυτογνωσία, τη συναισθηματική νοημοσύνη, τις επικοινωνιακές δεξιότητες και τελικά το αίσθημα της αυτοεκτίμησης των μαθητών. Το καινοτόμο στοιχείο των σεναρίων έγκειται ακριβώς στο ότι καθώς οι βιωματικές δραστηριότητες αρθρώνονται γύρω από ένα μύθο, συνδέονται με το συμβολικό περιεχόμενό του και έτσι αποκτούν προστιθέμενο νόημα για τους μαθητές συμβάλλοντας αποτελεσματικότερα στη μάθηση. Ας δούμε όμως πιο συγκεκριμένα πώς αναπτύσσονται τα σενάρια.

Στους μαθητές παρέχεται μια ή περισσότερες λογοτεχνικές εκδοχές του μύθου, χωρίς καμία άλλη πληροφορία για το αξιακό συγκείμενο της εποχής που γράφηκε η κάθε λογοτεχνική εκδοχή.

Σε πρώτο επίπεδο, οι μαθητές καλούνται να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα, τα κίνητρα, τις αξίες και όποτε είναι δυνατόν τις πεποιθήσεις των ηρώων. Καθώς οι μύθοι αντιμετωπίζονται κυρίως ως μελέτες περίπτωσης, οι μαθητές είναι ελεύθεροι να κάνουν υποθέσεις και να προχωρήσουν σε αξιολογήσεις, αξιοποιώντας κυρίως τις προσωπικές τους εμπειρίες και όχι τόσο τις γνώσεις που διαθέτουν για τον κλασικό πολιτισμό. Καλούνται να διερευνήσουν τα διλήμματα και τις συναισθηματικές αποκρίσεις των ηρώων, να κατανοήσουν τη συνθετότητα των καταστάσεων στις οποίες αυτοί εμπλέκονται και να αποκωδικοποιήσουν τις ψυχολογικές διαδικασίες που βιώνουν, μέσα από το φακό των δικών τους εμπειριών. Οι δραστηριότητες καλούν, ακόμη, τους μαθητές να εστιάσουν σε πτυχές της συναισθηματικής εμπειρίας των ηρώων, που η λογοτεχνική αφήγηση κάποτε αποσιωπά, διευρύνοντας έτσι τις δικές τους ενσυναισθητικές δεξιότητες.

Παράλληλα, κατά τη υλοποίηση των σεναρίων, οι μύθοι, μέσα από συγκεκριμένες δραστηριότητες, αναπλαισιώνονται και επενδύονται με νοήματα και ιδέες από το πεδίο των ανθρωπιστικών σπουδών. Οι μαθητές παροτρύνονται να αντιμετωπίσουν τους μύθους ως

σενάρια κοινωνικών διαδράσεων και προσκαλούνται να ελέγξουν τις δυσλειτουργικές πεποιθήσεις τους και να τις αντικαταστήσουν με πιο λειτουργικές. Οι νοηματοδοτήσεις, στις οποίες θα καταλήγουν κάθε φορά οι μαθητές, θα είναι πιο εύκολο να αγκιστρωθούν στη μνήμη τους, ακριβώς επειδή θα συνδέονται με τους συμβολισμούς του μύθου.

Επιπλέον, τα σενάρια ξεκινώντας από έναν συγκεκριμένο μύθο της Θράκης, προτείνουν μια σειρά από βιωματικές κυρίως δραστηριότητες από το χώρο του εκπαιδευτικού δράματος και της προσωπικής ανάπτυξης. Οι μαθητές, ενθαρρύνονται να βιώνουν σκηνές από τους μύθους με παιχνίδια ρόλων ή να ανακαλούν προσωπικά τους βιώματα, ανάλογα με αυτά των μυθικών ηρώων, και να αποκωδικοποιούν τη γνωστική και συναισθηματική διάσταση των συγκεκριμένων βιωμάτων. Η δράση των μυθικών προσώπων είναι δυνατόν να καθρεφτίσει τις συμπεριφορές των μαθητών σε αντίστοιχες προκλήσεις, να τους βοηθήσει να παρατηρήσουν τις δικές τους πεποιθήσεις και να κατανοήσουν σε βάθος τις συνέπειες των επιλογών τους. Στην πραγματικότητα οι μαθητές έχουν την ευκαιρία να αναστοχαστούν πάνω στους τρόπους που οι ίδιοι αντιδρούν σε προκλήσεις αντίστοιχες με αυτές που αντιμετωπίζουν οι μυθικοί ήρωες, να ελέγξουν τις δικές τους πεποιθήσεις και να δουν τελικά τον κόσμο απροκατάληπτα. Ξεκινώντας από τους μύθους της Θράκης, επεξεργάζονται τις προσωπικές τους εμπειρίες και έχουν την ευκαιρία να μάθουν περισσότερα για τον εαυτό τους, καθώς, αναλύοντας υλικό της δικής τους ζωής, οι μαθητές θα συνειδητοποιήσουν το προσωπικό τους σύστημα αξιών, τις ανάγκες αλλά και τα μοτίβα συμπεριφοράς που επαναλαμβάνονται στις σχέσεις τους με τους Σημαντικούς Άλλους.

Προτείνονται ακόμη ασκήσεις που θα βοηθήσουν τους μαθητές να εξοικειωθούν με τεχνικές επικοινωνίας, να ανακαλύψουν τη λειτουργία των συναισθημάτων και την αξία της αποδοχής τους και της διεργασίας τους. Οι μαθητές θα έχουν την ευκαιρία να δοκιμάσουν μια σειρά συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων, να παρουσιάζουν αποτελεσματικά τον εαυτό τους, να ακούν ενεργητικά και να εκφράζονται με τρόπο αποφασιστικό και θετικό, όταν θέλουν να αρνηθούν. Θα εξοικειωθούν με την ιδέα ότι, μπροστά σε μια δύσκολη συνθήκη πάντα υπάρχουν περισσότερες από μία επιλογές, ότι είναι υπεύθυνοι για τα συναισθηματά



τους και ότι είναι δυνατόν να βελτιώσουν τις διαπροσωπικές τους σχέσεις με συγκεκριμένες επικοινωνιακές στρατηγικές. Θα γίνουν πιο ευαίσθητοι σχετικά με τις επιδράσεις που έχει η δική τους συμπεριφορά στους άλλους και θα κατακτήσουν λεξιλόγιο που αναφέρεται σε αξίες και συναισθήματα. Προσδοκούμε ότι η εξάσκηση σε συγκεκριμένες τεχνικές θα βοηθήσει τους μαθητές να αποκρίνονται πιο αποτελεσματικά στις καθημερινές τους εμπειρίες και ότι θα ενισχύσει σημαντικά την ψυχική ανθεκτικότητα και την αυτοεκτίμησή τους. Οι μαθητές θα βελτιώσουν τα επίπεδα της αυτογνωσίας και της αισιοδοξίας τους, καθώς, διεργαζόμενοι εκ νέου τις προσωπικές τους συναισθηματικές εμπειρίες και δοκιμάζοντας στρατηγικές από τον χώρο της κοινωνικοσυναισθηματικής αγωγής, θα είναι σε θέση να ανταποκρίνονται αποτελεσματικότερα στις προκλήσεις της σχολικής και εξωσχολικής τους ζωής.

### **Η δομή των σεναρίων**

Τα οχτώ εκπαιδευτικά σεναρία έχουν συγκεκριμένη δομή. Αμέσως μετά την περίληψη του σεναρίου και τη συνοπτική παρουσίαση των δεξιοτήτων που επιδιώκει να καλλιεργήσει, αναφέρονται τα υλικά που προϋποθέτει και ο χρόνος προετοιμασίας που απαιτείται. Στη συνέχεια παρατίθεται η μετάφραση των αρχαίων κειμένων και παρουσιάζονται αναλυτικά οι δραστηριότητες που προτείνουμε. Η παρουσίαση των δραστηριοτήτων είναι λεπτομερής, παρατίθεται ενδεικτικός χρονοπρογραμματισμός και, για διευκόλυνση των εκπαιδευτικών που θα το υλοποιήσουν, συχνά παρατίθενται και οι ερωτήσεις που θα μπορούσε να θέσει ο εκπαιδευτικός για να διευκολύνει τον αναστοχασμό των μαθητών. Σε συγκεκριμένες περιπτώσεις παρατίθενται παραλλαγές των ασκήσεων και προεκτάσεις τους.

Το σημαντικότερο στοιχείο, όμως, των συγκεκριμένων σεναρίων είναι ότι συνοδεύονται από σημειώσεις για τον εκπαιδευτικό. Πρόκειται για ευσύνοπτα κείμενα που παρουσιάζουν σύντομα το βασικό σκεπτικό και τις στοχεύσεις πίσω από κάθε δραστηριότητα. Τα σημειώματα αυτά περιλαμβάνουν ιδέες από το χώρο της αναπτυξιακής και της θετικής ψυχολογίας που βοηθούν τους εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων να διαμορφώσουν μια καθαρή ιδέα για τους στόχους του κάθε σεναρίου.

## Οι στόχοι του προγράμματος

Στόχος του προγράμματος είναι να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν ένα αίσθημα ευθύνης απέναντι στη ζωή τους, κατανοώντας τις πεποιθήσεις και συνειδητοποιώντας τα συναισθήματά τους. Τους καλεί να ασκηθούν σε δεξιότητες επικοινωνίας, μαθαίνοντας να βλέπουν και την οπτική του άλλου, να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους με τρόπο πρόσφορο, να συνειδητοποιούν τα θετικά χαρακτηριστικά τους αποδεχόμενοι τις αδυναμίες τους, να αναγνωρίζουν τις ανάγκες και τους στόχους τους και να διαχειρίζονται τις προκλήσεις της ζωής τους με τρόπο γόνιμο. Ταυτόχρονα φιλοδοξεί να καλλιεργήσει και τις τέσσερις δεξιότητες του 21ου αι. Στη συνέχεια θα επιχειρήσουμε να παρουσιάσουμε σύντομα τους βασικούς στόχους του.

### Συναισθηματική Νοημοσύνη

Ένα σημαντικό στοιχείο της ενδοπροσωπικής νοημοσύνης μας είναι η ικανότητά μας να κατανοούμε τα συναισθήματά μας και τα συναισθήματα των ανθρώπων με τους οποίους αλληλεπιδρούμε. Οι Salovey και Sluyter<sup>4</sup> χρησιμοποίησαν τον όρο συναισθηματική νοημοσύνη για να περιγράψουν την ικανότητά μας να αντιλαμβανόμαστε με ακρίβεια, να προσδιορίζουμε και να εκφράζουμε τα συναισθήματά μας, την ικανότητά μας να παράγουμε συναισθήματα που διευκολύνουν τις σκέψεις μας και την ικανότητά μας να ρυθμίζουμε τα δύσκολα συναισθήματά μας. Σύμφωνα εξάλλου με τον Postle<sup>5</sup>, συναισθηματικά επαρκές άτομο είναι αυτό που επιλέγει να εκφράσει τα συναισθήματά του με τρόπο πρόσφορο, αντέχει τα δύσκολα αισθήματα των άλλων και κατανοεί τους παράγοντες που παρεμποδίζουν την οικοδόμηση αυθεντικών διαπροσωπικών σχέσεων. Η ικανότητα των εφήβων να κατανοούν τα συναισθήματά τους και να τα χρησιμοποιούν για να διαμορφώσουν τη δράση

<sup>4</sup> Salovey, P. and Sluyter, D., 1997. *Emotional development and emotional intelligence*. New York: Basic Books.

<sup>5</sup> Postle, D. (1993). Putting the heart back into learning. In D.Boud, R. Cohen, & D.Walker (Eds). *Using experience for learning*.

τους δεν είναι μόνο απαραίτητη για την ψυχική και συναισθηματική υγεία τους, αλλά σύμφωνα με τον Goleman<sup>6</sup>, συνδέεται σε μεγάλο βαθμό με την ακαδημαϊκή επιτυχία τους.

### **Κοινωνική Νοημοσύνη**

Στενά συνδεδεμένη με την συναισθηματική είναι και η κοινωνική νοημοσύνη, η οποία σύμφωνα με τον Goleman<sup>7</sup> αποτελείται από δύο διαστάσεις, την κοινωνική επίγνωση και την κοινωνική ευχέρεια. Η κοινωνική επίγνωση συνίσταται στην ικανότητα του ατόμου να συναισθάνεται τον άλλο και να συντονίζεται με αυτόν. Περιλαμβάνει ακόμη την ικανότητά μας να αντιλαμβανόμαστε τα συναισθήματά των ανθρώπων με τους οποίους αλληλεπιδρούμε, να κατανοούμε τις σκέψεις τους και να γνωρίζουμε πώς λειτουργεί ο κοινωνικός κόσμος. Η κοινωνική ευχέρεια, από την άλλη, περιλαμβάνει την ομαλή επικοινωνία μας με τους άλλους σε μη λεκτικό επίπεδο, την αποτελεσματική παρουσίαση του εαυτού μας, τη δεξιότητά μας να επηρεάζουμε την έκβαση μιας κοινωνικής αλληλεπίδρασης καθώς και το έμπρακτο ενδιαφέρον μας για τις ανάγκες των άλλων.

### **Δεξιότητες 21ου αι. (4 c's).**

Τα σενάρια προάγουν τις δεξιότητες του 21ου αι. Καλλιεργούν την κριτική σκέψη καθώς προσκαλούν τους μαθητές να αναστοχαστούν πεποιθήσεις και σχήματα συμπεριφοράς που παρατηρούν σε άλλους ή στον εαυτό τους. Προτείνουν συγκεκριμένες τεχνικές αποτελεσματικής επικοινωνίας, ενώ πολλές από τις δραστηριότητες του προγράμματος, όπως θα διαπιστώσετε, προϋποθέτουν τη συνεργασία και τη δημιουργικότητα των συμμετεχόντων. Στην περίπτωση που προσαρμοστούν σε εξ' αποστάσεως διδασκαλία προάγουν και τις ψηφιακές δεξιότητες των μαθητών.

---

<sup>6</sup> Goleman D., (2011), *Η συναισθηματική νοημοσύνη, Γιατί το "EQ" είναι πιο σημαντικό από το "IQ"*. Αθήνα: Πεδίο.

<sup>7</sup> Goleman, D., 2006. *Κοινωνική νοημοσύνη, Η νέα επιστήμη των ανθρώπινων σχέσεων*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

## Η μεθοδολογία του προγράμματος: Βιωματική Μάθηση

Οι δραστηριότητες των εκπαιδευτικών σεναρίων βασίζονται στις αρχές της βιωματικής μάθησης. Βασικό χαρακτηριστικό της βιωματικής μάθησης<sup>8</sup> είναι ότι η εμπειρία του εκπαιδευόμενου κατέχει κεντρική θέση σε όλες τις πτυχές της μαθησιακής διαδικασίας. Οι μαθητές αξιοποιούν εμπειρίες από το παρελθόν ή το παρόν τους, ή εμπειρίες που προκύπτουν από τη συμμετοχή τους σε δραστηριότητες που τους προτείνουν εκπαιδευτικοί ή εμπυχωτές. Βασική φιλοσοφία της βιωματικής μάθησης είναι ότι οι μαθητές μαθαίνουν καθώς αναλύουν την εμπειρία τους, αναστοχάζονται πάνω σε αυτήν, την αξιολογούν και την ανακατασκευάζουν. Η σύγχρονη παιδαγωγική εξάλλου αναγνωρίζει ότι μαθαίνουμε ό,τι βιώνουμε με τις αισθήσεις μας, τα συναισθήματά μας και τη φαντασία μας, στις αλληλεπιδράσεις μας με το περιβάλλον. Στη βιωματική μάθηση, οι μαθητές εργάζονται είτε μεμονωμένα, είτε σε ζεύγη, είτε στην ομάδα. Στόχος είναι να αντλήσουν νόημα από τη διαδικασία αυτή και ιδανικά να προχωρήσουν σε δράση, αναπροσαρμόζοντας μη λειτουργικές στάσεις και πεποιθήσεις.

Στη βιωματική μάθηση το άτομο συμμετέχει ολιστικά. Εμπλέκεται στην εκπαιδευτική διαδικασία γνωστικά, συναισθηματικά και αισθητηριακά, μαθαίνοντας μέσα από παιχνίδια ρόλων, εργασίες αναστοχασμού και άλλες δημιουργικές δραστηριότητες. Καθώς αναδεικνύονται και αξιοποιούνται οι προσωπικές του εμπειρίες, η μάθηση συνδυάζεται με τις δικές του αξίες και νοηματοδοτήσεις. Η αναστοχαστική σκέψη με την οποία επενδύει τα βιώματά του επηρεάζει σημαντικά τα μαθησιακά αποτελέσματα. Ο απώτερος στόχος της βιωματικής μάθησης είναι να βοηθήσει τους μαθητές να κατακτήσουν ιδέες και πρακτικές που έχουν νόημα προσωπικά για αυτούς. Προϊόντα βιωματικής μάθησης μπορούν να θεωρηθούν οι καταγραφές και τα προσωπικά τους ημερολόγια, ατομικά ή ομαδικά project (κολάζ, ομαδικές ζωγραφιές), μανιφέστα τα οποία διαπραγματεύεται η ομάδα, ενώ η βιωματική

---

<sup>8</sup> Boud, D., Cohen, R. and Andresen, L., (1995). Experience-Based Learning στο Foley, G. (Επ.). *Understanding Adult Education and Training*. Σίδνεϊ: Allen & Unwin, 207-219.

μάθηση μπορεί να αξιολογηθεί μέσα από ερωτηματολόγια στάσεων ή και ερωτηματολόγια αξιολόγησης έργου (με έμφαση στην αξιολόγηση της διαδικασίας).

### **Σύντομη παρουσίαση των δημιουργικών και βιωματικών δραστηριοτήτων των σεναρίων**

**Παιχνίδια Ρόλων:** Πρόκειται για αυτοσχέδιες δραματικές αναπαραστάσεις μιας σκηνής του μύθου από δύο ή περισσότερους μαθητές. Τα παιχνίδια ρόλων βοηθούν τους μαθητές να κατανοήσουν καλύτερα μια συνθήκη, τα διλήμματα και τα συναισθήματα των ηρώων. Τα παιχνίδια ρόλων μπορούν να γίνονται ταυτόχρονα από όλους τους μαθητές, χωρισμένους σε μικρότερες ομάδες ή από λίγους μπροστά στην ολομέλεια. Θα μπορούσαν ίσως να χρησιμοποιηθούν κάποια αντικείμενα (υφάσματα, περούκες, ραβδιά, καπέλα κ.τ.λ.) τα οποία ο εκπαιδευτικός θα έχει μεριμνήσει να φέρει στην αίθουσα. Εκτός από σκηνές των μύθων οι μαθητές καλούνται να αναπαραστήσουν και σκηνές από τη δική τους ζωή, προκειμένου να ασκηθούν σε κάποια δεξιότητα επικοινωνίας. Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ρόλων και οπωσδήποτε μετά την ολοκλήρωσή τους οι μαθητές καλούνται να αναστοχαστούν πάνω σε ό,τι έγινε, στα συναισθήματα που τους δημιουργήθηκαν και τις σκέψεις που έκαναν. Παιχνίδι ρόλων μπορεί να θεωρηθεί η τεχνική της ανακριτικής καρέκλας, στην οποία “ανακρίνεται” ένας από τους ήρωες του μύθου, προκειμένου να αποκαλυφθούν τα βαθύτερα κίνητρα και τα συναισθήματά του. Η τεχνική αυτή βοηθάει όσους συμμετέχουν να ασκήσουν τις ενσυναισθητικές τους δεξιότητες.

**Συζήτηση σε Κύκλο:** Μιλώντας καθισμένοι σε κύκλο, οι μαθητές έχουν βλεμματική επαφή, αποκτούν το αίσθημα του ανήκειν και νιώθουν ισότιμοι μεταξύ τους.

**Εργασία σε Ζευγάρια και μικρότερες Ομάδες:** Με τον τρόπο αυτό ενισχύονται όλοι οι μαθητές να συμμετέχουν στις δραστηριότητες και να δοκιμάσουν νέες δεξιότητες επικοινωνίας, χωρίς να εκτίθενται στην ολομέλεια, αν αυτό τους φέρνει αμηχανία. Μπορούν ακόμη να παράγουν ενδιαφέρουσες ιδέες και να επενδύσουν αφηρημένες ιδέες με προσωπικές εμπειρίες.

**Συζήτηση στην Ολομέλεια:** Η συζήτηση ιδεών και εμπειριών στην ολομέλεια ενδυναμώνει όσους εκθέτουν τα προσωπικά τους βιώματα και παρέχει την ευκαιρία να εργαστούν στην κατεύθυνση της προσωπικής ανάπτυξης, ακόμη και αυτοί που δε θέλουν να μιλήσουν μπροστά στους άλλους. Για να είναι η συζήτηση ανοικτή, ο εκπαιδευτικός πρέπει να διασφαλίσει κλίμα εμπιστοσύνης και σεβασμού ανάμεσα στα μέλη της ομάδας.

**Καταιγισμός Ιδεών:** Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να καταθέσουν με άμεσο τρόπο ό,τι σκέφτονται σχετικά με μια ερώτηση που τους έχει θέσει. Μπορεί να καταγράψει τις απαντήσεις στον πίνακα για να μπορεί στη συνέχεια η ομάδα να τις αξιοποιήσει, συνδυάζοντάς ή επεκτείνοντας όσα ακούστηκαν. Οι μαθητές καλούνται να σκεφτούν γρήγορα και δημιουργικά.

**Καλλιτεχνικές Δραστηριότητες - Χειροτεχνίες:** (αφίσα του εαυτού, ο κύκλος όσων ελέγχω, η μπουγάδα της αγάπης, η παλάμη της βοήθειας, το καράβι με όσους με εμπιστεύονται, η διαδρομή προς την Ευρυδίκη κ.τ.λ.) Φτιάχνοντας χειροτεχνίες για να παρουσιάσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους οι μαθητές έχουν την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με αυτά και να τα οπτικοποιήσουν. Στη συνέχεια, παρουσιάζοντας τις εργασίες αυτές, οι μαθητές μιλούν για τον εαυτό τους αυθόρμητα, χωρίς τους περιορισμούς που θέτει ο γραπτός ή ο προσχεδιασμένος προφορικός λόγος και έτσι ανακαλύπτουν περισσότερα στοιχεία για τους ίδιους.

**Γλύπτες – Γλυπτά:** Στη δραστηριότητα αυτή οι μαθητές εργάζονται ομαδικά για να εκφράσουν με τα σώματά τους στιγμιότυπα του μύθου. Προσπαθούν να αποδώσουν, μέσα από μια δημιουργική σύνθεση απόψεων, τα σημαντικότερα συναισθήματα των ηρώων.

**Ρόλος στον Τοίχο:** Η ομάδα σχεδιάζει το περίγραμμα ενός ανθρώπου σε χαρτί του μέτρου. Κollάει το περίγραμμα στον τοίχο και το γεμίζει με τα συναισθήματα, τα χαρακτηριστικά του, τα διλήμματα που αντιμετωπίζει, τις ανάγκες του. Πρόκειται για μια ακόμη άσκηση που βοηθάει τους μαθητές να ανιχνεύσουν τον χαρακτήρα του ήρωα και να βελτιώσουν τις ενσυναισθητικές δεξιότητες και το λεξιλόγιο που διαθέτουν σχετικά με τα συναισθήματα και τις αξίες.

**Γράμματα, Μηνύματα, Κάρτες:** Σε αυτές τις ασκήσεις, ο κάθε μαθητής γράφει μηνύματα σε έναν ήρωα. Όταν όμως τα ξαναδιαβάζει, με αποδέκτη αυτή τη φορά τον ίδιο του τον εαυτό, ενθαρρύνεται ο ίδιος από τις φιλοφρονήσεις που προσφέρει στους άλλους, και αφομοιώνει ο ίδιος καλύτερα τις συμβουλές που τους χαρίζει.

### **Ο ρόλος του εκπαιδευτικού**

Κατά την υλοποίηση των εκπαιδευτικών σεναρίων του προγράμματος, ο εκπαιδευτικός θα λειτουργήσει ως συντονιστής της ομάδας των μαθητών. Η βιωματική μάθηση προϋποθέτει σχέση ισοτιμίας ανάμεσα στον εκπαιδευτικό και τον εκπαιδευόμενο, επιτρέποντας ένα σημαντικό βαθμό ελέγχου και αυτονομίας στον δεύτερο. Ο σεβασμός, η εμπιστοσύνη, το άνοιγμα απέναντι στους μαθητές καθώς και το γνήσιο ενδιαφέρον για την προσωπική τους ευημερία συγκροτούν μια συγκεκριμένη ηθική στάση από την πλευρά του εκπαιδευτικού, στο πλαίσιο υλοποίησης βιωματικών προγραμμάτων. Υιοθετώντας ένα μη κατευθυντικό και μη επικριτικό ύφος επικοινωνίας, ο εκπαιδευτικός καλείται να εγγυηθεί ένα κλίμα ασφάλειας, απαραίτητο για την ανάπτυξη της δημιουργικής έκφρασης, της συνεργατικότητας, της πρωτοβουλίας και της αμοιβαίας εμπιστοσύνης των μελών της ομάδας. Ο εκπαιδευτικός αποφεύγει να κατευθύνει τους μαθητές, ενισχύοντας τη μια ή την άλλη απόκρισή τους στις δραστηριότητες ή αξιολογώντας τις απόψεις τους. Στις συζητήσεις εμπλέκει συστηματικά όλα τα μέλη της ομάδας καθρεφτίζοντας, όποτε χρειάζεται, τη δυσκολία των μελών να εκφραστούν, ενδυναμώνοντας όσους διστάζουν να συμμετέχουν, και επαναπροσανατολίζοντας προς την ομάδα ερωτήσεις που απευθύνονται σε αυτόν. Εάν είναι αυθεντικός και σε θέση να καταθέσει και αυτός, με σεβασμό και διακριτικότητα, τους προβληματισμούς του και τις προσωπικές εμπειρίες του, θα βοηθήσει περαιτέρω στη δημιουργία ενός ασφαλούς πλαισίου για να εκφραστούν οι μαθητές. Ο εκπαιδευτικός θα βοηθήσει τους μαθητές να συμμετέχουν στη διαδικασία της προσωπικής τους ανάπτυξης εάν δίνει προσοχή στα συναισθήματα και τη λεκτική και μη λεκτική συμπεριφορά τους κατά τη διάρκεια των συναντήσεων της ομάδας, εάν τους επιτρέπει να επανέρχονται για περαιτέρω

διευκρινίσεις σε ό,τι δεν έχουν κατανοήσει πλήρως και εάν είναι πρόθυμος να επισημάνει τα στοιχεία προσωπικής προόδου που σημειώνουν. Οι σημειώσεις στο τέλος κάθε σεναρίου τεκμηριώνουν τις στοχεύσεις των δραστηριοτήτων και προσφέρουν ιδέες για τις αναπλαισιώσεις που καλείται να κάνει ο εκπαιδευτικός κατά τη διάρκεια των συζητήσεων της ομάδας.

### **Μερικές τελευταίες παρατηρήσεις**

Οι σημειώσεις στο τέλος κάθε σεναρίου τεκμηριώνουν τις στοχεύσεις των δραστηριοτήτων και προσφέρουν ιδέες για τις αναπλαισιώσεις που καλείται να κάνει ο εκπαιδευτικός κατά τη διάρκεια των συζητήσεων της ομάδας. Ο χρονοπρογραμματισμός των δραστηριοτήτων είναι ενδεικτικός, και σε κάθε περίπτωση εξαρτάται από την ομάδα που θα υλοποιήσει τις δραστηριότητες, ενώ είναι στην ευχέρεια του εκπαιδευτικού να επιλέξει τα σενάρια ή τις δραστηριότητες που ανταποκρίνονται καλύτερα στους μαθητές του.

### **Αναμενόμενα προϊόντα και Διάχυση των Αποτελεσμάτων**

Απτά προϊόντα των βιωματικών δραστηριοτήτων μπορούν να θεωρηθούν οι καταγραφές και τα προσωπικά τους ημερολόγια<sup>9</sup>, ατομικές ζωγραφιές και χειροτεχνίες ή ομαδικά project (κολάζ, χειροτεχνίες, ομαδικές ζωγραφιές), μανιφέστα τα οποία διαπραγματεύεται η ομάδα.

Μη απτά προϊόντα των βιωματικών δραστηριοτήτων είναι η ενδυνάμωση των μαθητών, η καλλιέργεια συναισθηματικών και κοινωνικών δεξιοτήτων, η αναδιαπραγμάτευση μη λειτουργικών πεποιθήσεων και η υιοθέτηση πιο πρόσφορων στάσεων και συμπεριφορών.

Οι μαθητές που μαθαίνουν να αναστοχάζονται και να γνωρίζουν καλύτερα τον εαυτό τους είναι ικανοί να αναλάβουν την ευθύνη των επιλογών τους, να διαχειρίζονται με ευελιξία τις στρεσογόνες καταστάσεις και να ανταποκρίνονται με ανθεκτικότητα στις προκλήσεις της ζωής. Θα είναι έτσι σε θέση διαχειρίζονται τις σκέψεις, τα συναισθήματα, τη συμπεριφορά ή

<sup>9</sup> βλ. Αξιολόγηση του προγράμματος



και την αλληλεπίδραση τους με άλλα πρόσωπα με τρόπο λειτουργικό. Η δημιουργία θετικών σχέσεων, η οικοδόμηση θετικών συναισθημάτων, η ενίσχυση της δέσμευσης, η σύνδεση με την παρούσα στιγμή, βοηθάει τους μαθητές να δημιουργούν τις συνθήκες για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής τους

Η συμμετοχή των μαθητών στις βιωματικές ασκήσεις θα τους βοηθήσει να εδραιώσουν σχέσεις εμπιστοσύνης σ' ένα πλαίσιο ενσυναίσθησης, αποδοχής και γνησιότητας, να συνυπάρχουν δημιουργικά και να συνεργάζονται.

Όσον αφορά στη διάχυση του προγράμματος και των αποτελεσμάτων του, οπωσδήποτε αναμένουμε οι μαθητές να μοιράζονται με τους φίλους και την οικογένειά τους τις εμπειρίες τους από τη συμμετοχή τους στις βιωματικές δραστηριότητες. Αναμένουμε έτσι να διαχυθούν οι αξίες και η φιλοσοφία που αντιπροσωπεύει το πρόγραμμα σε όλη τη σχολική κοινότητα και σε μέρος της τοπική κοινωνίας. Οι συζητήσεις στο Σύλλογο Διδασκόντων, η παρουσίαση του προγράμματος ή κάποιων δραστηριοτήτων σε διάφορα επαγγελματικά δίκτυα των εκαπιδευτικών ή και σε εκδηλώσεις των οικείων Διευθύνσεων εκπαίδευσης θα συμβάλλουν στην περαιτέρω διάχυση του.

### **Αξιολόγηση του προγράμματος**

Η αξιολόγηση ενός προγράμματος κοινωνικοσυναισθηματικής αγωγής αφορά στην αποτίμηση ποικίλων διαστάσεων. Ελέγχει αν οι δραστηριότητες ικανοποιούν τις προσδοκίες και τις ανάγκες των μαθητών, αν ο συντονιστής συνεργάζεται ικανοποιητικά με όλα τα μέλη της ομάδας, δημιουργώντας ένα ασφαλές πλαίσιο για να αναστοχάζονται και να εκφράζονται και βέβαια ελέγχει τον βαθμό στον οποίο επιτυγχάνονται οι στοχεύσεις του προγράμματος. Αν και οι αλλαγές στον τρόπο που κάποιος σκέφτεται και αισθάνεται είναι πολύ δύσκολο να προσδιοριστούν, είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός που υλοποιεί το πρόγραμμα να επιχειρήσει να προσδιορίσει τι αλλάζει στη ζωή των μαθητών του. Η αξιολόγηση του προγράμματος μπορεί να γίνει με διάφορους τρόπους σε διάφορες χρονικές στιγμές:

*A. Η συστηματική παρατήρηση των μελών της ομάδας κατά τη διάρκεια των συναντήσεων βοηθάει τον εκπαιδευτικό να διαμορφώσει μια πρώτη εικόνα για τον τρόπο με τον οποίο οι μαθητές βιώνουν τις δραστηριότητες. Στο τέλος κάθε συνάντησης ο εκπαιδευτικός μπορεί να θέτει ερωτήσεις προκειμένου να αναδιαμορφώσει το ύφος του συντονισμού του, να βελτιώσει τη συνοχή της ομάδας, να κρατάει τις συζητήσεις προσανατολισμένες στις στοχεύσεις των σεναρίων και να ενθαρρύνει όλα τα μέλη της ομάδας να συμμετέχουν. Πριν θέσει τις ερωτήσεις διαβεβαιώνει τα μέλη ότι η ομάδα είναι ένα ασφαλές πλαίσιο να εκφραστούν.*

**Ερωτήσεις Ανατροφοδότησης - Αξιολόγησης στο τέλος κάθε συνάντησης:**

- ☞ *Τι συναίσθημα έχετε φεύγοντας;*
- ☞ *Τι παίρνετε μαζί σας;*
- ☞ *Ποια ήταν η πιο δυνατή στιγμή της συνάντησης;*
- ☞ *Τι θα μπορούσαμε να βελτιώσουμε την επόμενη φορά στη διαδικασία υλοποίησης;*

*Μια ωραία ιδέα θα ήταν να κρατούν οι μαθητές τετράδιο/ημερολόγιο στο οποίο θα καταγράφουν τα συναισθήματά και τις σκέψεις που έχουν σε κάθε συνάντηση και ό,τι αξίζει να θυμούνται.*

*B. Ολοκληρώνοντας το πρόγραμμα, αλλά και δυο τρεις φορές ενδιάμεσα, κατά τη διάρκεια της υλοποίησής του, ο εκπαιδευτικός μπορεί να μοιράσει **γραπτά ερωτηματολόγια** τα οποία οι μαθητές συμπληρώνουν ανώνυμα, για να έχει μια πιο καθαρή εικόνα για την πρόσληψη των δραστηριοτήτων από τους μαθητές του. Το λεκτικό των ερωτηματολογίων μπορεί να προσαρμοστεί κατάλληλα για παιδιά μικρότερων ηλικιών.*

*Γ. Ολοκληρώνοντας το πρόγραμμα, αλλά και δυο τρεις φορές ενδιάμεσα, κατά τη διάρκεια της υλοποίησής του, ο εκπαιδευτικός μπορεί να δοκιμάσει να απαντήσει στο **ερωτηματολόγιο αξιολόγησης εκπαιδευτικού έργου**, το οποίο είναι σχεδιασμένο για εκπαιδευτικούς, για να αξιολογήσει ο ίδιος την πορεία του προγράμματος.*

Δ. Ολοκληρώνοντας το πρόγραμμα, αλλά και μια φορά ενδιάμεσα, ο εκπαιδευτικός μπορεί να προσκαλέσει τους μαθητές στην εξής **βιωματική άσκηση**.

Ο εκπαιδευτικός τοποθετεί δίπλα δίπλα δυο καρέκλες: Η μία συμβολίζει το Τότε, πώς σκέφτεται, νιώθει και συμπεριφέρεται το μέλος της ομάδας πριν την έναρξη του προγράμματος. Η άλλη συμβολίζει το Τώρα, πώς σκέφτεται, νιώθει και συμπεριφέρεται το μέλος της ομάδας μετά την υλοποίηση των πρώτων ή και όλων των σεναρίων. Ο εκπαιδευτικός καλεί έναν έναν μαθητή να κάτσει πρώτα στην καρέκλα του Τότε και να μιλήσει για συναισθήματα και συμπεριφορές πριν την έναρξη του προγράμματος. Στη συνέχεια τον καλεί να κάτσει στην καρέκλα του Τώρα και να πει τι έχει αλλάξει στον τρόπο που βιώνει τα συναισθήματά του και συμπεριφέρεται.

Με την άσκηση αυτή, οι μαθητές συνειδητοποιούν μόνοι τους με ποιον τρόπο η συμμετοχή τους στο πρόγραμμα έχει επηρεάσει τη ζωή τους. Από την άλλη, ο εκπαιδευτικός συλλέγει πληροφορίες για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος.

Ε. Κατά τη διάρκεια υλοποίησης των εκπαιδευτικών σεναρίων ο εκπαιδευτικός καλό είναι να επιδιώξει μια **άτυπη αξιολόγηση** από τους άλλους εκπαιδευτικούς του σχολείου και τους κηδεμόνες των μαθητών του. Σε άτυπες συζητήσεις με τους γονείς αλλά και στις τακτικές παιδαγωγικές συνεδριάσεις του Συλλόγου Διδασκόντων είναι δυνατόν να αξιολογηθούν οι αλλαγές στη συμπεριφορά των μαθητών και η συμβολή του προγράμματος στη βελτίωση του σχολικού κλίματος.

ΣΤ. Οι μαθητές θα μπορούσαν να οργανώνουν τις γραπτές εργασίες σε πορτφόλιο στο οποίο θα μπορούν να ανατρέχουν για να τις ξαναδοούν, ενδεχομένως να τις δοκιμάσουν ξανά, και να συνειδητοποιήσουν τα βήματα που έχουν κάνει στην προσωπική τους εξέλιξη.

**Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης  
(για μαθητές)**

	Συμφωνώ	Ούτε Συμφωνώ/ Ούτε Διαφωνώ	Διαφωνώ
<i>Οι περισσότερες δραστηριότητες του προγράμματος μου φαίνονται ενδιαφέρουσες και ελκυστικές. Αποτέλεσαν κίνητρο να εργαστώ δημιουργικά.</i>			
<i>Οι περισσότερες δραστηριότητες του προγράμματος με βοηθούν να καλλιεργήσω νέες στάσεις: ετοιμότητα για νέες εμπειρίες, ανοχή στο αβέβαιο και το ασυνήθιστο, διάθεση να πειραματιστώ.</i>			
<i>Οι ομαδικές δραστηριότητες του προγράμματος με βοηθούν να αναπτύξω ικανότητες συνεργασίας, να παίρνω πρωτοβουλίες, να διαχειρίζομαι αποτελεσματικά διαφωνίες και συγκρούσεις.</i>			
<i>Η συμμετοχή μου στο πρόγραμμα με βοηθάει να συνεργάζομαι συχνότερα και καλύτερα με τους συμμαθητές μου, και έξω από αυτό.</i>			
<i>Η συμμετοχή μου στο πρόγραμμα με βοηθάει να συνεργάζομαι συχνότερα και καλύτερα με τα μέλη της οικογένειάς μου.</i>			
<i>Οι δραστηριότητες του προγράμματος με βοηθούν να αναπτύξω ικανότητες επικοινωνίας, να εκφράζω την άποψή μου αποφασιστικά και σταθερά, χωρίς να προσβάλλω τον άλλο.</i>			
<i>Οι δραστηριότητες του προγράμματος με βοηθούν να αναπτύξω ικανότητες επικοινωνίας, να ακούω τους άλλους προσεκτικά και ενεργητικά.</i>			
<i>Οι δραστηριότητες του προγράμματος μου έμαθαν να</i>			

παρατηρώ από κάποια απόσταση τον εαυτό μου. Να διακρίνω τις σκέψεις που με στεναχωρούν, να τις απομονώνω και να τις αλλάζω.

Οι δραστηριότητες του προγράμματος με έμαθαν να παρατηρώ από κάποια απόσταση τον εαυτό μου. Να διακρίνω τα δυνατά σημεία μου και να είμαι περήφανος/η για αυτά. Να διακρίνω τις αδυναμίες μου και να μη νιώθω άσχημα για αυτές.

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος έμαθα τεχνικές για να διαχειρίζομαι τον θυμό και το άγχος μου.

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος συνειδητοποίησα ότι όλα τα συναισθήματα είναι σημαντικά, γιατί μου δίνουν πληροφορίες για τον εαυτό μου και τους άλλους γύρω μου. Έμαθα ακόμη ότι είναι παροδικά.

Τα αποτελέσματα των δραστηριοτήτων ανταποκρίνονται στις προσδοκίες μου.

Βρίσκω το ρόλο του εκπαιδευτικού που συντονίζει τις δραστηριότητες πολύ διευκολυντικό. Με κάνει να νιώθω άνετα και να μη διστάζω να μοιραστώ τις σκέψεις μου με την ομάδα.

Η αξιολόγηση των δραστηριοτήτων με τη βοήθεια ερωτηματολογίου με βοηθάει να ξανασκεφτώ σχετικά με τις δραστηριότητες και αποτελεί έναν πρωτότυπο τρόπο αξιολόγησης του προγράμματος.

**Ποιο είναι το πιο σημαντικό συμπέρασμα για σένα; Τι σημαντικό έμαθες για τον εαυτό σου; Ποιο από όλα όσα έμαθες, είναι σημαντικό για τη ζωή σου;**

**Τι θα μπορούσε να γίνει καλύτερα, κατά την υλοποίηση του προγράμματος;**

**Πώς νιώθεις γενικά, κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων;**

**Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης  
(για εκπαιδευτικούς)**

	Συμφωνώ	Ούτε Συμφωνώ/ Ούτε Διαφωνώ	Διαφωνώ
<i>Κατά τη μελέτη του υλικού που παρείχε το πρόγραμμα βρήκα αρκετή στήριξη για την ανάπτυξη των δραστηριοτήτων και την κατανόηση των βασικών αρχών της βιωματικής μάθησης</i>			
<i>Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, έχω κατανοήσει επαρκώς την αξία της κοινωνικής και συναισθηματικής νοημοσύνης ως βασικής στόχευσης ενός σύγχρονου εκπαιδευτικού συστήματος.</i>			
<i>Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, έχω κατανοήσει επαρκώς την αξία της κοινωνικής και συναισθηματικής νοημοσύνης για την ψυχική ευημερία και ανθεκτικότητα των μαθητών μου.</i>			
<i>Το πρόγραμμα παρείχε αρκετά και ποικίλα εργαλεία για την καλλιέργεια της αυτογνωσίας και της συναισθηματικής και κοινωνικής επάρκειας των μαθητών</i>			
<i>Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος είμαι σε θέση να καταλάβω τα εμπόδια που υπάρχουν στην κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη των μαθητών μου.</i>			
<i>Κατά την υλοποίηση του προγράμματος, δημιουργήθηκαν ισχυροί δεσμοί ανάμεσα στα μέλη της σχολικής κοινότητας. Δημιουργήθηκαν συνθήκες ώστε οι μαθητές να βιώσουν ισότιμες διαπροσωπικές σχέσεις σε κλίμα ασφάλειας.</i>			
<i>Με την υλοποίηση του προγράμματος βελτιώθηκε η λειτουργία της σχολικής τάξης ως ομάδας και αυξήθηκε η ικανότητά της για αυτορρύθμιση</i>			
<i>Υλοποιώντας το πρόγραμμα εξοικειώθηκα με μεθόδους μη κατευθυντικής παρεμβατικότητας στην εμπύχωση ομάδων.</i>			
<i>Με την υλοποίηση του προγράμματος οι μαθητές μου</i>			

κατέκτησαν δεξιότητες επικοινωνίας και συνεργασίας.			
Με την υλοποίηση του προγράμματος οι μαθητές μου κατέκτησαν τη δεξιότητα να παρατηρούν τον εαυτό τους και να μην παρασύρονται από τα συναισθήματά τους.			
Με την υλοποίηση του προγράμματος οι μαθητές μου κατέκτησαν την ικανότητα να νιώθουν καλά με τον εαυτό τους, αποδεχόμενοι τα δυνατά και τα αδύνατα σημεία της προσωπικότητάς τους.			
Τα αποτελέσματα των δραστηριοτήτων ανταποκρίνονται στις προσδοκίες μου.			
Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος είμαι σε θέση να συζητήσω με τους γονείς των μαθητών μου θέματα συναισθηματικής και κοινωνικής επάρκειας των μαθητών μου.			
Υλοποιώντας το πρόγραμμα είχα την ευκαιρία να καλλιεργήσω και να διατηρήσω ικανοποιητικές διαπροσωπικές σχέσεις με τους μαθητές μου.			
Υλοποιώντας το πρόγραμμα αυξήθηκε η ικανοποίησή μου στο χώρο εργασίας.			
<b>Ποιο είναι το πιο σημαντικό συμπέρασμα για σένα; Τι έμαθες για τον εαυτό σου, ως επαγγελματία, κατά την υλοποίηση του προγράμματος;</b>			
<b>Τι θα μπορούσε να γίνει καλύτερα;</b>			
<b>Ποιες από τις δεξιότητες που παρότρυνες τους μαθητές σου να αξιοποιήσουν, έχεις μεταφέρει και στην προσωπική σου ζωή;</b>			
<b>Πώς ένιωσες γενικά, κατά την υλοποίηση του προγράμματος; Μπορείς να αναφερθείς σε διάφορες φάσεις της υλοποίησης.</b>			

## Άδεια Χρήσης

Αναφορά Δημιουργού – Μη Εμπορική Χρήση – Παρόμοια Διανομή 4.0 (CC-BY-NC-SA)

*Η εν λόγω άδεια επιτρέπει στους χρήστες να κάνουν διασκευές, να τροποποιούν και να δημιουργούν παράγωγα του έργου, χωρίς να τα διαθέτουν για εμπορικούς σκοπούς, υπό την προϋπόθεση να γίνεται αναφορά στο δημιουργό και να αναδιαθέτουν το έργο με τους ίδιους ακριβώς όρους.*



## Βιβλιογραφία

- Αρχοντάκη, Ζ. & Φιλίππου, Δ., 2003. *205 βιωματικές ασκήσεις για εμπύχωση ομάδων*. Αθήνα: Καστανιώτης.
- Bettelheim, B., 1995. *Η γοητεία των παραμυθιών*. Αθήνα: Γλάρος.
- Boehm, J. K., & Lyubomirsky, S. 2008. Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment* 16(1), 101–116.
- Boud, D., Cohen, R. & Andresen, L., 1995. Experience-Based Learning στο Foley, G. (Επ.). *Understanding Adult Education and Training*. Σίδνεϊ: Allen & Unwin, 207-219.
- Γκόβας, Ν., 2003. *Για ένα Δημιουργικό Νεανικό Θέατρο*. Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Dinkmeyer, D. & McKay, G., 1980. *Σχολείο για γονείς*. Αθήνα: Θυμάρι.
- Eggen, P. & Kauchak, D., 2015. *Educational Psychology*. Pearson Education UK.
- Elias, M., Arnold, H. & Hussey, C., 2003. *EQ + IQ =*. Thousand Oaks: Corwin Press.
- Elias, M. & Arnold, H., 2006. *The educator's guide to emotional intelligence and academic achievement*. Thousand Oaks. Calif.: Corwin Press.
- Emmons, Robert A. 2013. *Gratitude Works!: A Twenty-One-Day Program for Creating Emotional Prosperity*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Feldman, B., & Richardson, R., 1972. *The rise of modern Mythology*. Bloomington: Indiana University Press.
- Festinger, L., 1954. A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), pp.117-140.
- Φιλίππου, Δ., & Καραντάνα, Π., 2010. *Ιστορίες για να ονειρεύεσαι ...Παιχνίδια για να μεγαλώνεις...* Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη.
- Goleman, D., 2011. *Η συναισθηματική νοημοσύνη, Γιατί το "EQ" είναι πιο σημαντικό από το "IQ"*. Αθήνα: Πεδίο.
- Goleman, D., 2006. *Κοινωνική νοημοσύνη, Η νέα επιστήμη των ανθρώπινων σχέσεων*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Gordon, T., 2009. *Τα μυστικά του αποτελεσματικού γονέα*. Αθήνα: Ερευνητές.
- Gottman, J. & DeClair, J., 2011. *Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών*. Αθήνα: Πεδίο.
- Illeris, K., 2016. *Ο τρόπος που μαθαίνουμε*. Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Jantz, G.L., 2019. *Soul Care: Prayers, Scriptures, and Spiritual Practices for When You Need Hope the Most*. Tyndale House Publishers.
- Jesper, J., 2019. *Το ικανό σου παιδί*. Αθήνα: Πουά.

Κάκουρος, Ε. & Μανιαδάκη, Κ., 2006. *Ψυχοπαθολογία παιδιών και εφήβων*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Καρακάντζα, Ε., 2004. *Αρχαίοι Ελληνικοί Μύθοι Ο θεωρητικός λόγος του 20ου αι. για τη φύση και την ερμηνεία τους*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

Κέντρο Εκπαίδευσης για την Πρόληψη της Χρήσης των Ναρκωτικών και την Προαγωγή της Υγείας, 1996. *Στηρίζομαι στα πόδια μου: Εκπαιδευτικό Υλικό Αγωγής Υγείας*. Αθήνα: Ε.ΠΙ.ΨΥ.

Lyubomirsky, S., 2008. *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: Penguin Press.

Μαλικιώση Λοΐζου, Μ., 2000. *Η συμβουλευτική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Μάκρογλου-Γουώλς, Μ., Σφυρίδου, Π., & Τσέργας, Ν., 2012. *Στοιχεία Γενικής και Εξελικτικής Ψυχολογίας*. Αθήνα: Διόφαντος.

Μιχαλόπουλος, Α.Ν. & Μιχαλόπουλος, Χ.Ν. (2015). *Ρωμαϊκή Επική Ποίηση. Βεργίλιος, Αινειάδα – Οβίδιος, Μεταμορφώσεις*, Αθήνα: Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών [e-book], ISBN: 978-960-603-461-9. Δωρεάν διαθέσιμο στο: <http://hdl.handle.net/11419/2611>, ημ. πρόσβ. 09/06/2021.

Mlodinow, L., 2019. *Κάτω από το κατώφλι*. Ηράκλειο: Π.Ε.Κ.

Niedenthal, P., Krauth-Gruber, S. & Ric, F., 2011. *Ψυχολογία του συναισθήματος*. Αθήνα: Τόπος.

Παπαϊωάννου, Σ., 2014. *Πανεπιστημιακές σημειώσεις: Τίτλος μαθήματος: «Εισαγωγή στην Αρχαία Ελληνική Μυθολογία και Θρησκεία. Τίτλος ενότητας «Ενότητα Α: Ορισμός του Μύθου και Θεωρίες Ερμηνείας του Μύθου. 1. Ορισμός του Μύθου. Αρχαίες Θεωρίες»*. Διαθέσιμο στο: <http://opencourses.uoa.gr/courses/PHIL5/> ημ.πρόσβ. 13/06/2021

Postle, D. 1993. Putting the heart back into learning. στο D.Boud, R. Cohen, & D.Walker (Επ.). *Using experience for learning*. Society for Research into Higher Education and Open University Press.

Rujol i Pons, E., 2014. *20 αξίες της ζωής*. Αθήνα: Άγκυρα.

Ρασιδάκη, Χ., 2019. *Ξέρω να λέω ΟΧΙ*. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη.

Rogers, C., 2011. *On Becoming a Person*. London: Constable & Robinson.

Rogers, V., 2018. *Παιχνίδια συναισθηματικής αγωγής για παιδιά*. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη

Rosenberg, M., 2016. *Μη βίαιη επικοινωνία*. Βόλος: Κοντύλι.

Salovey, P. & Sluyter, D., 1997. *Emotional development and emotional intelligence*. New York: Basic Books.

Satir, V., 1989. *Πλάθοντας ανθρώπους*. Αθήνα: Κέρδος

Slavin, R., 2007. *Εκπαιδευτική Ψυχολογία*. Αθήνα: Μεταίχμιο.

Stahl, S., 2020. *Το παιδί που κρύβουμε μέσα μας*. Αθήνα: Διόπτρα.

Southam-Gerow, M., 2016. *Emotion Regulation in children and adolescents*. New York: Guilford Publications.

Sutherland, J., 2014. *Μικρή ιστορία της λογοτεχνίας*. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη.

Τρλίβα, Σ., & Χατζηνικολάου, 2011. “Προαγωγή της Συναισθηματικής Ανάπτυξης και της Ψυχικής Υγείας στη Σχολική Τάξη” στο *Από την ευαλωτότητα στην ψυχική ανθεκτικότητα: Εφαρμογές στο σχολικό πλαίσιο και στην οικογένεια* (Επ. Ματσόπουλου Αν.). Αθήνα: Εκδόσεις Παπαζήση.

Weare, K., 2013. *Promoting Mental, Emotional and Social Health*. London: Taylor and Francis.

## **Παράρτημα: Διασκευές των μύθων για μικρότερα παιδιά**

*(Ο Οδυσσέας περηφανεύεται για τη δολοφονία του Δόλωνα και του Ρήσου: 1ο εκπαιδευτικό σενάριο)*

*Ο Αίαντας και ο Οδυσσέας διεκδικούν τα όπλα του νεκρού Αχιλλέα. Διαπληκτίζονται, προσπαθώντας να αποδείξουν ποιος είναι ο πιο σημαντικός. Στο συγκεκριμένο απόσπασμα μιλάει ο Οδυσσέας που θυμάται το βράδυ, που μαζί με τον Διομήδη, παγίδευσαν τον κατάσκοπο των Τρώων, Δόλωνα, του απέσπασαν σημαντικές πληροφορίες για το στρατόπεδο των αντιπάλων και στη συνέχεια τον δολοφόνησαν. Έπειτα κατευθύνθηκαν στο στρατόπεδο των Τρώων και δολοφόνησαν τον Ρήσο, σύμμαχο των Τρώων που μόλις είχε φτάσει, ανοίγοντας τον δρόμο για τη νίκη των Ελλήνων. Ο Οδυσσέας είναι τόσο περήφανος για τον εαυτό του!*

*“Τέλος, ποιος από όλους τους Δαναούς σε επαινεί και σε αναζητά, εσένα Αίαντα; Κανείς. Μαζί μου ο Διομήδης μοιράζεται τις περιπέτειές του. Εμένα, τον Οδυσσέα, εγκρίνει και έχει για σύντροφο πιστό. Δεν είναι λίγο που από τόσες χιλιάδες Έλληνες έναν, εμένα, διάλεξε ο Διομήδης. Και μάλιστα, αψηφώντας τους κινδύνους της νύχτας και τους εχθρούς, σκοτώνω τον Δόλωνα, που είχε έρθει να κατασκοπεύσει το δικό μας στρατόπεδο, αφού πρώτα τον ανάγκασα να μιλήσει και να προδώσει όσα ετοιμάζαν οι ύπουλοι εχθροί μας. Αφού έμαθα όσα χρειαζόμουν κι ανάγκη δεν υπήρχε για κάτι άλλο, θα μπορούσα να είχα επιστρέψει πίσω στις τιμές που μου υποσχέθηκαν οι σύντροφοί μου. Μα δεν μου ‘φτανε αυτό. Έτσι αναζήτησα το στρατόπεδο του Ρήσου, του εχθρού μας, και μέσα στις σκηνές τους σκότωσα κι αυτόν και τους συντρόφους του.”*

**Οβίδιος, Μεταμορφώσεις 13.238-254 (διασκευή)**

*(Η ιστορία του Ορφέα και της Ευρυδίκης για το 2ο και 3ο εκπαιδευτικό σενάριο)*

*Ο Ορφέας, ο γιος του Οίαγρου και της Μούσας Καλλιόπης, βασίλευε στους Μακεδόνες και τους Οδρύσες και εξασκούσαν στη μουσική, ιδιαίτερα στο τραγούδι με συνοδεία κιθάρας. Και έτσι ευχαριστούσε πολύ τον κόσμο, γιατί τόσο οι Θράκες όσο και οι Μακεδόνες ήταν φιλόμουσοι. Λένε πως κατέβηκε ακόμα και στον Άδη, στον κόσμο των νεκρών, από αγάπη για τη γυναίκα του, την Ευρυδίκη, που πέθανε δαγκωμένη από φίδι τη μέρα του γάμου τους. Λένε πώς μάγεψε με τα*

τραγούδια του τον Πλούτωνα και την Περσεφόνη, τους θεούς του Κάτω Κόσμου, που δέχθηκαν να του επιστρέψουν τη γυναίκα του. Όμως δεν κατάφερε να εκμεταλλευτεί τη χάρη που του έκαναν και να την φέρει πίσω στη ζωή, γιατί ξέχασε τις εντολές που του έδωσαν όσον αφορά εκείνη. Ήξερε τόσο καλά να θέλγει και να μαγεύει με το τραγούδι του, ώστε ακόμα και τα άγρια ζώα και τα πουλιά και τα δέντρα και τα βράχια ακολουθούσαν στο κατόπι του από ευχαρίστηση.

Κόνων, *Διηγήσεις* 45 (= Φώτιος, *Βιβλιοθήκη* 186) (διασκευή)

(Η ιστορία του Ορφέα και της Ευρυδίκης για το 4ο και 5ο εκπαιδευτικό σενάριο)

Ήταν βέβαια παρών ο Υμέναιος, ο θεός του Γάμου,  
στο γάμο του Ορφέα και της Ευρυδίκης, όμως δεν είχε ούτε λόγια γιορτινά,  
ούτε χαρούμενο πρόσωπο, ούτε κάποιο σημάδι χαράς.  
Ακόμα και η δάδα που κρατούσε τσιτσίριζε με θλιβερό καπνό,  
μέχρι που έσβησε και η κίνησή της δεν έβγαζε φλόγα καμιά.  
Το τέλος ήταν πιο βαρύ από τα προμηνύματα γιατί η νέα νύφη, η Ευρυδίκη,  
πέθανε από δάγκωμα φιδιού στους αστραγάλους,  
καθώς περιπλανιόταν συντροφιά με τις νύμφες.

Αφού ο Ορφέας θρήνησε αρκετά στον πάνω κόσμο,  
προσπάθησε να κατέβει στη Στύγα.  
Περνώντας μέσα από τα φαντάσματα νεκρών,  
βρίσκει την Περσεφόνη και τον Πλούτωνα, τον αφέντη του Κάτω Κόσμου.  
Κρούοντας τις χορδές της λύρας του, έτσι μιλάει:

«Θεοί του κόσμου που βρίσκεται κάτω από τη γη,  
όπου όλοι όσοι γεννηθήκαμε θνητοί θα κατεβούμε,  
αν επιτρέπεται και αν, βάζοντας εγώ κατά μέρος ψεύτικες του λόγου  
περιστροφές,  
με αφήσετε να μιλήσω αληθινά, δεν κατέβηκα εδώ κάτω χωρίς λόγο.  
Αιτία του ταξιδιού μου είναι η γυναίκα μου, στην οποία έχυσε φαρμάκι  
ένα φίδι που πάτησε, και της στέρησε τα ανθηρά της χρόνια.  
Ήθελα να μπορώ να αντέξω τον πόνο· δεν θα αρνηθώ πως το προσπάθησα.

Νίκησε όμως, ο Έρωτας. Είναι καλά γνωστός ο θεός αυτός στον πάνω κόσμο. Δεν ξέρω αν κι εδώ είναι έτσι. Όμως μαντεύω πως κι εδώ έτσι είναι, αν δεν είναι ψέμα η φήμη ότι και εσύ, Πλούτωνα, έκλεψες την Περσεφόνη, για να την κάνεις γυναίκα σου· κι εσάς, δηλαδή, σας ένωσε ο έρωτας. Σ' αυτά τα γεμάτα φόβο μέρη, σ' αυτό το απέραντο Χάος και τη σιωπή του τεράστιου βασιλείου, σας ικετεύω, δώστε ξανά ζωή στην Ευρυδίκη! Τα πάντα σε σας ανήκουν και, άλλος αργότερα, άλλος νωρίτερα, όλοι σε αυτόν εδώ τον τόπο ερχόμαστε. Και η Ευρυδίκη, βέβαια, ώριμη σαν διανύσει τα χρόνια που θα της δοθούν, θα είναι στη δικαιοδοσία σας· σαν δώρο τη ζητώ προσωρινά. Όμως, αν οι μοίρες αρνηθούν τη χάρη αυτή στη γυναίκα μου, είναι βέβαιο πως ούτε εγώ θα γυρίσω: χαρείτε θάνατο διπλό».

Αυτόν που τέτοια έλεγε, συνταιριάζοντας τα λόγια στον ήχο της λύρας, θρηνούσαν οι ψυχές των νεκρών. Και τότε ούτε η σύζυγος του βασιλιά ούτε ο ίδιος ο βασιλιάς του κάτω κόσμου άντεξαν να αρνηθούν την παράκληση και φωνάζουν την Ευρυδίκη.

Εκείνη βρισκόταν ανάμεσα στις σκιές που μόλις είχαν φτάσει και έφθασε με βήμα αργό από το τραύμα.

Μαζί με αυτήν ο Ροδοπαίος Ορφέας πήρε κι έναν όρο:

να μη γυρίσει πίσω να την κοιτάξει, μέχρι να βγουν

από τον κάτω κόσμο· αλλιώς οι Θεοί θα παίρναν πίσω την Ευρυδίκη.

Μέσα σε απόλυτη σιγή παίρνουν ένα στενό μονοπάτι, ανηφορικό, απότομο, σκοτεινό, σκεπασμένο με πυκνή ομίχλη.

Δεν βρίσκονταν μακριά από το χείλος του πάνω κόσμου·

εκεί, από φόβο μήπως κουράστηκε και λαχταρώντας να την αντικρίσει, ο Ορφέας στρέφει το βλέμμα με αγάπη στην Ευρυδίκη.

Τότε αυτή γλίστρησε προς τα πίσω και,

απλώνοντας τα χέρια σε μια προσπάθεια να κρατηθεί και να κρατήσει,

τίποτε άλλο η δύστυχη δεν έπιασε παρά φευγαλέες αύρες.

Αν και πεθαίνει για δεύτερη φορά, δεν έχει παράπονο

κανένα από τον σύζυγό της

*(για τι, άλλωστε, να παραπονεθεί παρά για το ότι αγαπήθηκε;).  
Το ύστατο «χαίρε» είπε, που με δυσκολία εκείνος άκουσε,  
και αμέσως εκείνη επέστρεψε στο ίδιο μέρος.  
Ο Ορφέας έμεινε άφωνος από τον διπλό της γυναίκας του θάνατο.  
Παρακαλούσε και για δεύτερη φορά ήθελε να περάσει στον κάτω κόσμο.  
Ο πορθμέας όμως τον εμποδίζει. Κι εκείνος κάθεται για επτά μέρες βρωμερός  
σε μια όχθη και δεν βάζει στο στόμα του τα δώρα της Δήμητρας:  
η έγνοια, ο πόνος της ψυχής και τα δάκρυα είναι η τροφή του.  
Παραπονιέται πως είναι σκληροί οι θεοί του κάτω κόσμου και  
αποσύρεται στην ορεινή Ροδόπη και τον Αίμο που τον χτυπούν οι βοριάδες.*

Οβίδιος, *Μεταμορφώσεις* 10. 4-77 (ελεύθερη διασκευή)

# Μυθολογικές Διαδρομές στην Ανατολική Μακεδονία και Θράκη (MIS 5047101)

Επιστημονικός Υπεύθυνος Τ.Ε.Φ. Δ.Π.Θ.  
Ιωάννης Ντεληγιάννης  
*Αναπληρωτής Καθηγητής Λατινικής Φιλολογίας*

Μέλη της Ομάδας Έργου  
Χαρίλαος Μιχαλόπουλος  
*Επίκουρος Καθηγητής Λατινικής Φιλολογίας Δ.Π.Θ.*  
Άννα Μαστρογιάννη  
*Επίκουρη Καθηγήτρια Λατινικής Φιλολογίας Δ.Π.Θ.*  
Ανδρέας Μιχαλόπουλος  
*Καθηγητής Λατινικής Φιλολογίας Ε.Κ.Π.Α.*

Υπεύθυνη για την  
ανάπτυξη των εκπαιδευτικών σεναρίων  
Λιατσοπούλου Ανδριανή  
*Εκπαιδευτικός Φιλόλογος*  
*Πτυχιούχος Ψυχολογίας Α.Π.Θ.*  
*Υποψ. Δρ. Λατινικής Φιλολογίας Δ.Π.Θ.*

**ΕΠΑνεΚ 2014-2020**  
**ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**  
**ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΤΗΤΑ • ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ • ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ**



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης  
Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης