



GUIDE - Υποστήριξη της Εκπαίδευσης Ενηλίκων με Μαθησιακές Δυσκολίες για Επαγγελματική Ανάπτυξη

Αριθμός έργου. 2023-1-IT02-KA220-ADU-000160459

Σχέδιο Μαθήματος για εκπαιδευόμενους με Δυσαριθμησία



Co-funded by
the European Union

Τίτλος μαθήματος: Επίλυση Συγκρούσεων στον Χώρο Εργασίας	Αντικείμενο: Οριζόντιες Δεξιότητες για τον Χώρο Εργασίας	Διάρκεια: 1.5 ώρα
Μαθησιακοί στόχοι: • Να αναλύουν όλα τα πιθανά αποτελέσματα των συγκρούσεων και να προσδιορίζουν πώς επηρεάζουν θετικά ή αρνητικά τις επαγγελματικές σχέσεις. • Να αναπτύσσουν την αυτογνωσία και τις επικοινωνιακές δεξιότητες, παρατηρώντας τον τρόπο που επιλέγουν να επικοινωνούν σε καταστάσεις σύγκρουσης. • Να καλλιεργούν την ικανότητα ενεργητικής ακρόασης, ώστε να εμπλέκονται ενεργά με διαφορετικές οπτικές σε συνθήκες σύγκρουσης. • Να χρησιμοποιούν την ενσυναίσθηση ως εργαλείο επίλυσης συγκρούσεων, οδηγώντας σε αποτελεσματικούς διαλόγους.	Μαθησιακά Αποτελέσματα: • Να αναγνωρίζουν και να κατανοούν τους διαφορετικούς τύπους συγκρούσεων στον χώρο εργασίας. • Να αναπτύσσουν επικοινωνιακές δεξιότητες για την αντιμετώπιση συγκρούσεων στο εργασιακό περιβάλλον. • Να καλλιεργούν την ενσυναίσθηση για την επίλυση καταστάσεων σύγκρουσης. • Να εξασκούνται στην ενεργητική ακρόαση που συμβάλλει στην επίλυση συγκρούσεων.	

Μέθοδοι Διδασκαλίας:

- Οι ομαδικές συζητήσεις θα εστιάσουν τόσο στη σημασία της επίλυσης συγκρούσεων όσο και στην ενσυναίσθηση και την κατανόηση.
- Οι εκπαιδευόμενοι θα αναπτύξουν δεξιότητες διαχείρισης συγκρούσεων μέσω ασκήσεων εναλλαγής ρόλων, στο πλαίσιο αυτών των διδακτικών μεθόδων.
- Η εμπέδωση της μάθησης θα ενισχύεται μέσω οπτικού υλικού ή/και φύλλων εργασίας.
- Η ομάδα θα πραγματοποιεί αλληλοαξιολόγηση και αυτοαξιολόγηση για την αποτίμηση των ασκήσεων εναλλαγής ρόλων, εξασκώντας παράλληλα τις μεθόδους επίλυσης συγκρούσεων.

Μέθοδοι και διαδικασίες διδασκαλίας:

Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να εφαρμόζουν ασκήσεις εναλλαγής ρόλων και βιωματικά σενάρια, ώστε να ενισχύσουν την εφαρμογή τεχνικών επίλυσης συγκρούσεων και την ανάπτυξη οριζόντιων δεξιοτήτων.

Εισαγωγή / Ενεργοποίηση εκπαιδευομένων:

- Ξεκινήστε το μάθημα με μια δραστηριότητα ενεργοποίησης που θα προκαλέσει σκέψεις γύρω από την επικοινωνία και τις δεξιότητες ενσυναίσθησης.
- Ξεκινήστε τη δραστηριότητα ρωτώντας τους εκπαιδευόμενους ποιες συγκρούσεις έχουν βιώσει στο παρελθόν.

Σύντομη περιγραφή δραστηριοτήτων:

- Η ομάδα θα πρέπει να πραγματοποιήσει μια συζήτηση σχετικά με καταστάσεις σύγκρουσης και τις συνέπειες που προκύπτουν από αυτές.
- Θα διδαχθούν διαφορετικές προσεγγίσεις επίλυσης συγκρούσεων, δείχνοντας παράλληλα γιατί η ενσυναίσθηση αποτελεί κρίσιμο στοιχείο στην επίλυση διαφωνιών.

Πρακτική Εφαρμογή (Βιωματικό Σενάριο):

- Οι δραστηριότητες ρόλων θα αποτελέσουν μέρος της μαθησιακής διαδικασίας, όπου οι εκπαιδευόμενοι θα εξασκούν μεθόδους επίλυσης συγκρούσεων τόσο ατομικά όσο και σε ζευγάρια.
- Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να εναλλάσσουν ρόλους κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων, ώστε να κατανοούν και τις δύο πλευρές της σύγκρουσης.

Εκπαιδευτικοί πόροι και εργαλεία:

- Πίνακας και κατάλληλα εργαλεία γραφής.
- Απαιτείται προβολέας και οθόνη για την παρουσίαση οπτικού υποστηρικτικού υλικού.
- Φύλλα εργασίας με ερωτήσεις και σενάρια επίλυσης συγκρούσεων, προσαρμοσμένα για κάθε μαθησιακή δυσκολία (ΔΕΠ-Υ, Δυσπραξία, Δυσαριθμησία, Δυσλεξία).

Διαφοροποίηση και Προσαρμογή:

Βασισμένο σε συγκεκριμένες στρατηγικές διαφοροποίησης για εκπαιδευόμενους με ΔΕΠ-Υ, Δυσπραξία, Δυσαριθμησία και Δυσλεξία, το παρόν σχέδιο μαθήματος διασφαλίζει την ουσιαστική συμμετοχή των εκπαιδευομένων στην ανάπτυξη δεξιοτήτων επίλυσης συγκρούσεων και οριζόντιων δεξιοτήτων για τον χώρο εργασίας.

Για εκπαιδευόμενους με ΔΕΠ-Υ (Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας): Το μάθημα περιλαμβάνει σύντομες δραστηριότητες, ασκήσεις ενεργοποίησης με κίνηση, εύκολες οδηγίες γραμμένες βήμα προς βήμα και οπτικά εργαλεία για εναλλαγή ρόλων, όπως φανταστικές μπάλες ή κάρτες ρόλων. Η αυτορρύθμιση, η συγκέντρωση και η οργάνωση της σκέψης υποστηρίζονται με τη χρήση εισαγωγικών βοηθητικών προτάσεων και καρτών συναισθημάτων.

Για εκπαιδευόμενους με Δυσπραξία: Μειώνονται οι σωματικές απαιτήσεις μέσω δραστηριοτήτων αργού ρυθμού, χρήσης καρτών με εικόνες και απλών ασκήσεων «καθρέφτη» (μίμησης κινήσεων). Οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να απαντούν δείχνοντας ή επιλέγοντας βασικές κάρτες, ενώ δίνεται επιπλέον χρόνος για συμμετοχή. Οι μέθοδοι επίλυσης συγκρούσεων παρουσιάζονται οπτικά, με χρήση διακριτών χρωμάτων.

Για εκπαιδευόμενους με Δυσαριθμησία: Όλες οι δραστηριότητες αποφεύγουν αριθμούς, σειρές ή ταξινόμηση. Το μάθημα περιλαμβάνει κάρτες με χρώματα, σύμβολα και εικόνες (π.χ. κάρτες ανατροφοδότησης πράσινου/κόκκινου χρώματος, κάρτες συναισθημάτων με emoji). Οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να συμμετέχουν με διαφορετικούς τρόπους (λεκτικά ή με κάρτες τύπου ναι/όχι), με υποστήριξη από τον εκπαιδευτή μέσω υπενθυμίσεων, επαναλήψεων και καθαρών οπτικών οδηγιών.

Για εκπαιδευόμενους με Δυσλεξία: Η ανάγνωση γίνεται υπό την καθοδήγηση του εκπαιδευτή, με χρήση κειμένων σε μεγάλη γραμματοσειρά, οπτικών βοηθημάτων και καρτών με έτοιμες προτάσεις και εικόνες. Έτσι, μειώνεται η πίεση που προκαλεί η ανάγνωση και η γραφή. Η

μάθηση υποστηρίζεται με ευέλικτους τρόπους συμμετοχής, όπου οι εκπαιδευόμενοι απαντούν προφορικά ή επιλέγοντας κάρτες, αφού τους δοθεί επαρκής χρόνος επεξεργασίας και ακουστική ενίσχυση.

Μέθοδοι Αξιολόγησης:

- Αυτοαξιολόγηση και αλληλοαξιολόγηση μετά τις δραστηριότητες ρόλων.
- Ερωτήσεις αναστοχασμού για την αξιολόγηση της κατανόησης των μεθόδων επίλυσης συγκρούσεων.

ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ (ΔΥΣΑΡΙΘΜΗΣΙΑ)				
Χρόνος	Περιεχόμενο	Δραστηριότητες Εκπαιδευτή	Δραστηριότητες Εκπαιδευομένων	Μέθοδος Αξιολόγησης και Τεκμηρίωση
00:00 - 00:10	Δραστηριότητα Ενεργοποίησης: "Παιχνίδι Αντιστοίχισης με Κάρτες Χρωμάτων"	1. Δώσε στους εκπαιδευόμενους τέσσερις κάρτες με χρώματα: κόκκινο, μπλε, πράσινο και κίτρινο. 2. Εξήγησε ότι θα πρέπει να σηκώνουν την κάρτα που ταιριάζει με αυτό που λέει ή δείχνει ο εκπαιδευτικός. 3. Πρόσθεσε απλές κινήσεις: Ο εκπαιδευόμενος πρέπει να κρατά την κάρτα στο ύψος του κεφαλιού ή να τοποθετεί την κόκκινη κάρτα στο στήθος του. 4. Επανέλαβε την άσκηση, διατηρώντας πάντα αργό και σταθερό ρυθμό. 5. Οι κανόνες πρέπει να παραμένουν ορατοί, μέσα από εικονίδια που είναι αναρτημένα στον πίνακα (π.χ. μπλε βέλος πάνω από κόκκινη παλάμη).	1. Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να ακούν προσεκτικά τις οδηγίες που δίνει ο εκπαιδευτικός. 2. Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να επιλέξουν τη σωστή κάρτα χρώματος, ακολουθώντας τους βασικούς κανόνες. 3. Η διαδικασία επαναλαμβάνεται με ηρεμία. 4. Σε περίπτωση αμφιβολίας, τα εικονίδια μπορούν να καθοδηγήσουν τους εκπαιδευόμενους.	1. Ο εκπαιδευτικός ελέγχει τη συμμετοχή των εκπαιδευομένων καθώς και την επιτυχημένη αντιστοίχιση μεταξύ δραστηριοτήτων και χρωμάτων. 2. Ο εκπαιδευτικός ελέγχει την κατανόηση των εκπαιδευομένων ρωτώντας: «Ήταν εύκολο να ταιριάξετε το χρώμα με τη δραστηριότητα;» 3. Τα αποτελέσματα καταγράφονται σε λίστα ελέγχου.
00:10 - 00:30	Ομαδική Συζήτηση για Καταστάσεις Σύγκρουσης	1. Δείξε μία-μία τις μεγάλες Κάρτες Καταστάσεων (π.χ. δύο άτομα που τσακώνονται, ένα άτομο που φαίνεται λυπημένο). 2. Διάβασε δυνατά και αργά την περιγραφή της εικόνας. π.χ. «Σε αυτή την εικόνα, δύο	1. Κοίταξε προσεκτικά κάθε «Κάρτα Κατάστασης». 2. Δώσε προσοχή στην περιγραφή του εκπαιδευτικού. 3. Απάντησε χρησιμοποιώντας: -Κάρτες Ναι/Όχι, κούνημα κεφαλιού (ναι/όχι) ή μίλα αν	1. Ο εκπαιδευτικός σημειώνει αν οι εκπαιδευόμενοι συμμετείχαν σε όλη τη διαδικασία. 2. Παρατηρεί αν υπάρχουν ερωτήσεις και ενεργή συμμετοχή.

		συνάδελφοι τσακώνονται. Σου έχει τύχει ποτέ κάτι παρόμοιο στον χώρο εργασίας;» 3. Δώσε στους εκπαιδευόμενους κάρτες “ναι/όχι” για να απαντήσουν ή απλώς ζήτησέ τους να απαντήσουν με νεύμα. 4. Μετά από κάθε απάντηση, κάνε μια απλή ερώτηση για να συνεχίσεις τη συζήτηση. 5. Η βασική δραστηριότητα είναι: «Προσπάθησε να καταλάβεις πώς νιώθει το άτομο στην εικόνα». (Δες τις κάρτες συναισθημάτων: χαρά, λύπη, θυμός). Η ερώτηση είναι η εξής: «Τι θα βοηθούσε αυτό το άτομο να νιώσει καλύτερα;» (Παρουσίαση διάφορων εικόνων όπως: χειραψία, διάλογος, λυπημένο πρόσωπο). Ζήτησε από τα μέλη της ομάδας να μοιραστούν ιδέες και σημείωσέ τις στον πίνακα, χρησιμοποιώντας αντίστοιχα σύμβολα ή εικόνες. π.χ. εικόνα χειραψίας για το «μιλάμε για αυτό...» ή λυπημένο πρόσωπο για το «νιώθω ότι με αγνοούν...».	το προτιμάς. 4. Πες πώς νιώθει το πρόσωπο στη φωτογραφία. Περιέγραψε το. 5. Μοιράσου τις ιδέες σου για το τι θα μπορούσε να βοηθήσει το άτομο να νιώσει καλύτερα. 6. Πες στον εκπαιδευτικό τη σκέψη σου, ώστε να την γράψει στον πίνακα.	
--	--	---	--	--

00:30 - 00:50	Μέθοδοι Επίλυσης Συγκρούσεων & Ενσυναίσθηση	1. Παρουσίασε το σενάριο στην ομάδα (π.χ. δύο εργαζόμενοι στέκονται μπροστά από την καρέκλα που θέλει ο καθένας τους). 2. Με ήρεμη και καθαρή φωνή, κάνε την εξής ερώτηση: «Τι μπορούμε να πούμε ή να κάνουμε αν θέλουμε και οι δύο την ίδια καρέκλα;» 3. Τοποθέτησε μπροστά στους εκπαιδευόμενους τις Κάρτες Επιλογών Αντίδρασης, με εικόνες και λέξεις σε κάθε κάρτα. 4. Ζήτησε να αναγνωρίσουν ποια απάντηση είναι η πιο κατάλληλη για να αντιμετωπίσουν την κατάσταση. 5. Δώσε τις κάρτες επιλογών: πράσινο χρώμα για τη σωστή απάντηση και κόκκινο για τη λανθασμένη. 6. Οι εκπαιδευόμενοι απαντούν σηκώνοντας κάρτες, με νεύμα ή λεκτικά. 7. Εξήγησε με απλά λόγια τι κάνει μια απάντηση θετική ή αρνητική, π.χ. «δείχνει ευγένεια» ή «μπορεί να προκαλέσει καβγά». 8. Συζήτησε με την ομάδα τα	1. Άκου προσεκτικά τι περιγράφεται ως πρόβλημα. 2. Δες τις Κάρτες Επιλογών Αντίδρασης. 3. Διάλεξε την απάντησή σου με έναν από τους εξής τρόπους: -Σήκωσε την πράσινη ή την κόκκινη κάρτα, ανάλογα με το αν συμφωνείς ή διαφωνείς. -Δείξε την απάντηση ή πες τη δυνατά. 4. Ο εκπαιδευτικός εξηγεί αν η απάντηση ήταν σωστή ή όχι. 5. Στο τέλος, όλοι οι εκπαιδευόμενοι συζητούν για το πως ένιωσαν αλλά και τις αντιδράσεις τους (Έμεινες Ήρεμος; Μίλησες; Άκουσες;).	1. Παρατήρησε πώς συμμετέχουν οι εκπαιδευόμενοι, αν χρησιμοποιούν σωστά τις πράσινες και κόκκινες κάρτες, αν δείχνουν ή αν απαντούν προφορικά. 2. Βεβαιώσου ότι έχουν κατανοήσει, κάνοντάς τους απλές ερωτήσεις, όπως: «Γιατί πιστεύεις ότι αυτή είναι μια καλή επιλογή;» 3. Κατέγραψε τη συμμετοχή τους και αν εντόπισαν σωστά τα βήματα, στη λίστα ελέγχου.
------------------	---	--	---	---

		αποτελέσματα.		
00:50 - 01:10	Σενάρια ρόλων (Επίλυση Συγκρούσεων)	1. Δείξε ξανά την Κάρτα Κατάστασης (π.χ. δύο συνάδελφοι θέλουν την ίδια καρέκλα). 2. Μοίρασε σε κάθε εκπαιδευόμενο το σενάριο ρόλων, με έτοιμες φράσεις, που περιλαμβάνουν εικόνα και λόγια. Παραδείγματα: -«Καθόμουν σε αυτή την καρέκλα από την αρχή και νιώθω στεναχωρημένος/η.» -«Νομίζεις ότι μπορούμε να το συζητήσουμε;» -«Μπορούμε να μοιραστούμε την καρέκλα;» 3. Ανάθεση ρόλων: -Ο Εργαζόμενος Α -Ο Εργαζόμενος Β -Ο Παρατηρητής χρησιμοποιεί την πράσινη ή κόκκινη κάρτα για ανατροφοδότηση: Πράσινο = ήρεμος και ευγενικός, Κόκκινο = θυμωμένος ή όχι ευγενικός. 4. Εξήγησε με σαφήνεια: -«Θα διαλέξετε μία κάρτα και θα πείτε αυτό που γράφει.» -«Αν σου είναι δύσκολο να το πεις, μπορείς απλώς να δείξεις την κάρτα.» 5. Αλλαγή ρόλων, κάθε	1. Διάλεξε την Κάρτα Κατάστασης που περιγράφει καλύτερα τη συγκεκριμένη περίπτωση. 2. Χρησιμοποίησε την πράσινη ή την κόκκινη κάρτα για να δείξεις αν το άτομο που μιλά ήταν ήρεμο και ευγενικό. 3. Εναλλαγή ρόλων μετά από κάθε γύρο, με την καθοδήγηση του εκπαιδευτικού. 4. Άκου προσεκτικά τι έχει να πει το κάθε άτομο σε κάθε γύρο.	1. Παρατήρησε τα εξής: -Ήταν η φράση που επέλεξε ο εκπαιδευόμενος σωστή και ευγενική; -Άκουσε με προσοχή και περίμενε τη σειρά του; 2. Δώσε τη δυνατότητα για ανατροφοδότηση από τους εκπαιδευόμενους μέσω πράσινων/κόκκινων καρτών. 3. Χρησιμοποίησε τη λίστα ελέγχου σου για να καταγράψεις τη συμμετοχή και τα αποτελέσματα.

		εκπαιδευόμενος πρέπει να δοκιμάσει και τους τρεις ρόλους (Α, Β, Παρατηρητής). 6. Μετά από κάθε γύρο, δώσε ενθάρρυνση και σύντομη ανατροφοδότηση.		
01:10 - 01:20	Αναστοχασμός και Αυτοαξιολόγηση	1. Δημιούργησε ένα φύλλο εργασίας και ζήτησε από τους εκπαιδευόμενους να εκφράσουν πώς νιώθουν. 2. Κάνε τις εξής ερωτήσεις: -«Εξέφρασες τα συναισθήματά σου με ευγενικό και θετικό τρόπο; -«Υπάρχει κάτι που θα ήθελες να πεις, αλλά ντρέπεσαι ή διστάζεις;» 3. Ζήτησε από τους εκπαιδευόμενους να κάνουν ένα θετικό σχόλιο στα υπόλοιπα άτομα, χρησιμοποιώντας προτάσεις όπως: -«Μου άρεσε που άκουγες με προσοχή.» -«Μου άρεσε που παρέμενες ήρεμος.»	1. Μην φοβάσαι να εκφράσεις τα συναισθήματά σου σχετικά με τη δραστηριότητα. 2. Δώσε ένα θετικό σχόλιο σε έναν από τους υπόλοιπους εκπαιδευόμενους. 3. Δέξου την ανατροφοδότηση λέγοντας «Ευχαριστώ» ή κάνοντας ένα νεύμα. 4. Αν έχεις απορίες ή χρειάζεσαι βοήθεια, μην διστάσεις να τη ζητήσεις.	1. Συγκέντρωσε τα φύλλα αυτοαξιολόγησης των εκπαιδευομένων. 2. Κατάγραψε τη συμμετοχή τους, λαμβάνοντας υπόψη τόσο την αυτοαξιολόγηση όσο και την ανατροφοδότηση από τους υπόλοιπους εκπαιδευόμενους.
01:20 - 01:30	Ανακεφαλαίωση και Τελική Συζήτηση	1. Βοήθησε τους εκπαιδευόμενους να εκφράσουν πώς ένιωσαν με συνολική διαδικασία. 2. Άνοιξε μια απλή, χαλαρή συζήτηση γύρω από όσα ειπώθηκαν.	1. Όταν ο εκπαιδευτικός σε ρωτήσει πώς νιώθεις, μίλα ελεύθερα, δεν υπάρχει σωστό ή λάθος. 2. Άκου προσεκτικά τι λένε οι υπόλοιποι εκπαιδευόμενοι.	1. Παρατήρησε αν κάθε εκπαιδευόμενος έχει κατανοήσει το σενάριο και το νόημά του. 2. Ζήτησε από κάθε εκπαιδευόμενο να μοιραστεί το σημαντικότερο σημείο της

		3. Κλείσε τη δραστηριότητα με έναν θετικό λόγο ή έναν μικρό έπαινο για την προσπάθειά τους.	3. Στήριξε την ομάδα με θετικά σχόλια και χαρείτε όλοι μαζί τη διαδικασία. 4. Στο τέλος, αν έχεις κάποια απορία, μη διστάσεις να ρωτήσεις.	δραστηριότητας.
--	--	---	---	-----------------



Co-funded by
the European Union



GUIDE: Υποστήριξη της Εκπαίδευσης Ενηλίκων με Μαθησιακές Δυσκολίες για Επαγγελματική Ανάπτυξη

Αριθμός έργου.: 2023-1-IT02-KA220-ADU-000160459



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 (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.