



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

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

Σχέδιο Μαθήματος για εκπαιδευόμενους με Δυσπραξία



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 (ΔΥΣΠΡΑΞΙΑ)

Χρόνος	Περιεχόμενο	Δραστηριότητες Εκπαιδευτή	Δραστηριότητες Εκπαιδευομένων	Μέθοδος Αξιολόγησης και Τεκμηρίωση
--------	-------------	---------------------------	-------------------------------	------------------------------------

00:00 - 00:10	Δραστηριότητα Ενεργοποίησης: «Αντανάκλαση με Ήρεμες Κινήσεις»	1. Όλοι οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να βρουν μια θέση στην οποία να αισθάνονται άνετα, είτε καθιστοί είτε όρθιοι. 2. Ο εκπαιδευτικός εκτελεί μια κίνηση, βήμα προς βήμα, και ζητά από όλους να μιμηθούν τις κινήσεις του σαν να ήταν καθρέφτης. 3. Χρησιμοποίησε απλές κινήσεις όπως: -Σήκωσε αργά τα χέρια σου. -Τέντωσε αργά τα χέρια σου μέχρι να ανοίξουν διάπλατα και στη συνέχεια κλείσε τα σταδιακά. 4. Όλες οι κινήσεις πρέπει να γίνονται με ελεγχόμενη ταχύτητα (να αποφεύγονται οι γρήγορες αλλαγές). 5. Εκτέλεσε μικρές κινήσεις και επανέλαβε δύο φορές.	1. Παρατήρησε προσεκτικά τον εκπαιδευτικό. 2. Μιμήσου τις αργές κινήσεις. 3. Πρόσεξε τις τεχνικές που χρησιμοποιεί, συνδυάζοντάς τις με σωστή αναπνοή (βαθιά εισπνοή από τη μύτη και αργή εκπνοή από το στόμα). 4. Ζήτησε να διακόψεις αν νιώσεις αδιαθεσία και συνέχισε μόνο εφόσον είναι απαραίτητο.	1. Ο εκπαιδευτικός παρακολουθεί τις κινήσεις μίμησης και τον βαθμό συμμετοχής. 2. Κάνει μια λεκτική διερεύνηση, π.χ. «Νιώθεις άνετα με αυτή την ενέργεια;» 3. Η συμμετοχή καταγράφεται σε λίστα ελέγχου.
00:10 - 00:30	Ομαδική Συζήτηση για Καταστάσεις Σύγκρουσης	1. Ο εκπαιδευτικός προτείνει να συζητηθούν οι δυσκολίες που προκύπτουν σε έναν χώρο εργασίας και δίνει δύο επιλογές: είτε συνομιλία είτε χρήση εικονογραφημένων αναπαραστάσεων. 2. Χρησιμοποιεί ένα σύνολο οπτικών υλικών, όπως κάρτες που	1. Επίλεξε αν θα χρησιμοποιήσεις συνομιλία ή εικόνα ως τρόπο επικοινωνίας. 2. Ανάλογα με το είδος της ερώτησης, μπορείς να απαντήσεις χρησιμοποιώντας	Ο εκπαιδευτικός καταγράφει τα αποτελέσματα της συμμετοχής.

		απεικονίζουν εργασιακές συγκρούσεις — για παράδειγμα, δύο άτομα που διαπληκτίζονται και κάποιον που φαίνεται λυπημένος. 3. Θέτει τις εξής ερωτήσεις: «Έχεις βιώσει ή παρατηρήσει αυτού του είδους το πρόβλημα στον χώρο εργασίας σου;» «Πώς ένιωσες γι' αυτό;» 4. Καταγράφει τις απαντήσεις και σημειώνει κάθε απάντηση με ένα σύμβολο ή μια εικόνα που εκφράζει το συναίσθημα (π.χ. ένα λυπημένο πρόσωπο). 5. Χρησιμοποιεί ένα βιβλίο το οποίο κρατά κάθε εκπαιδευόμενος, όταν έρχεται η σειρά του να μιλήσει.	κάρτες «Ναι/Όχι». 3. Παρακολούθησε με προσοχή καθώς ο εκπαιδευτικός καταγράφει τις απαντήσεις στον πίνακα. 4. Κάθε εκπαιδευόμενος, με τη σειρά του, κρατά το βιβλίο και αφηγείται την ιστορία του. 5. Αν κάποια διαδικασία δεν είναι κατανοητή, ζήτησε διευκρινίσεις.	
00:30 - 00:50	Μέθοδοι Επίλυσης Συγκρούσεων & Ενσυναίσθηση	1. Για να επιλύεις προβλήματα στον χώρο εργασίας, κράτα τα συναισθήματά σου υπό έλεγχο και μίλα ήρεμα, ενώ ταυτόχρονα δίνεις προσοχή στα μέλη της ομάδας σου. 2. Τοποθέτησε πέντε μεγάλες κάρτες με χρώματα που περιλαμβάνουν μέρη μιας σύγκρουσης και της απάντησής της, σε ανακατεμένη σειρά: -Αίσθημα θυμού -Λήψη βαθιάς αναπνοής -Δήλωση της συναισθηματικής	1. Άκουσε την ιστορία της σύγκρουσης. 2. Δείξε την κάρτα που επιλέγεις και προχώρησε στην επόμενη από το σετ. 3. Βοήθησε την ομάδα σου τοποθετώντας τις κάρτες στη σωστή σειρά για την ιστορία. 4. Όταν σου ζητηθεί, δείξε τη σωστή σειρά (Ηρέμησε, Μίλα, Άκου). 5. Συζήτησε με όλους τους εκπαιδευόμενους.	1. Ο εκπαιδευτικός παρατηρεί πώς οι εκπαιδευόμενοι κάνουν τις επιλογές τους κατά τη συμμετοχή τους στις μαθησιακές δραστηριότητες. 2. Ο εκπαιδευτικός ελέγχει την κατανόηση μέσω ερωτήσεων τύπου αντιστοίχισης, ζητώντας να βρεθεί ποια κάρτα αντιπροσωπεύει κάθε συμπεριφορά.

		κατάστασης («Η λύπη μου προέρχεται από αυτή την κατάσταση»). - Ενεργητική Ακρόαση -Επίλυση του προβλήματος ως ομάδα 3. Παρουσίασε στους εκπαιδευόμενους διαφορετικούς τύπους συγκρούσεων, χρησιμοποιώντας οπτικό υλικό ή άλλα παραδείγματα. Αυτά μπορεί να περιλαμβάνουν: -Διαπροσωπική σύγκρουση (μεταξύ ατόμων) -Άτομο έναντι ομάδας (οι ανάγκες ενός ατόμου έναντι των αποφάσεων της ομάδας) -Σύγκρουση πόρων (έλλειψη χρόνου, εργαλείων ή υλικών) -Σύγκρουση εργασιών (άνιση κατανομή της δουλειάς) -Σύγκρουση αξιών (διαφορές σε πεποιθήσεις ή αρχές) 4. Ενθάρρυνε τους εκπαιδευόμενους να αναγνωρίσουν και να συζητήσουν σύντομα κάθε τύπο. 5. Δώσε στους εκπαιδευόμενους την ευκαιρία να μαντέψουν τη σωστή σειρά των βημάτων επίλυσης σύγκρουσης, χρησιμοποιώντας τις		3. Ο εκπαιδευτικός αξιολογεί την ικανότητα των εκπαιδευομένων να αναγνωρίζουν τόσο τους τύπους σύγκρουσης όσο και τα βήματα της διαδικασίας.
--	--	--	--	---

		κάρτες με χρώματα. 6. Καθώς οι εκπαιδευόμενοι δείχνουν τις κάρτες κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, άφησέ τους να τις τοποθετούν στη σειρά που υποδεικνύουν, ώστε να υποστηριχθεί η κατανόησή τους. 7. Κατά τη διάρκεια των οδηγιών, οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να υποδεικνύουν τις σωστές κάρτες σε κάθε στάδιο.		
00:50 - 01:10	Σενάρια ρόλων (Επίλυση Συγκρούσεων)	1. Η απλή κατάσταση σύγκρουσης περιγράφει δύο εργαζόμενους που χρειάζονται να κάνουν διάλειμμα την ίδια ώρα. 2. Κάθε ρόλος λαμβάνει μια κάρτα με μεγάλα κείμενα και εικονογραφήσεις για ευκολότερη κατανόηση: -Εργαζόμενος Α στέκεται μπροστά σε κάποιον, δηλώνοντας ότι θέλει να πάει στο δωμάτιο διαλείμματος εκείνη τη στιγμή. -Η έλλειψη ευκαιριών για διάλειμμα κάνει τον Εργαζόμενο Β να αισθάνεται αναστατωμένο. -Ο παρατηρητής θα παρακολουθεί την ικανότητά τους να διατηρούν την προσοχή τους	1. Ο εκπαιδευτικός διαβάζει δυνατά το σενάριο (εναλλακτικά, ο ίδιος ο «ηθοποιός» μπορεί να το κάνει). 2. Κατά τη συμμετοχή του Παρατηρητή, ο εκπαιδευόμενος χρησιμοποιεί απλές πράσινες και κόκκινες κάρτες για να δώσει ανατροφοδότηση. 3. Παρακολούθησε τη μετάβαση μεταξύ των ρόλων και άκου προσεκτικά κάθε συμμετέχοντα. 4. Οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να παραμένουν	1. Αλληλοανατροφοδότηση με τη χρήση πράσινων/κόκκινων καρτών. 2. Συμμετοχή του εκπαιδευτικού με την καταγραφή των αποτελεσμάτων στο φύλλο παρατήρησης. 3. Ενθάρρυνση και έπαινος μετά από κάθε γύρο.

		ενώ ηρεμούν. 3. Όταν είναι απαραίτητο, ο εκπαιδευτικός διαβάζει το σενάριο στους εκπαιδευόμενους. 4. Ο παρατηρητής χρησιμοποιεί πράσινες κάρτες ως ένδειξη αποτελεσματικής επικοινωνίας, ενώ οι κόκκινες κάρτες δηλώνουν μη εποικοδομητική συμπεριφορά. 5. Εναλλαγή ρόλων, επαναλαμβάνοντας τις οδηγίες για κάθε νέο ρόλο.	χαλαροί μέχρι να έρθει η σειρά τους.	
01:10 - 01:20	Αναστοχασμός και Αυτοαξιολόγηση	1. Κάθε εκπαιδευόμενος θα έχει ένα φύλλο αξιολόγησης που θα περιλαμβάνει emoji με χαμογελαστό, ουδέτερο και λυπημένο πρόσωπο. (😊 😐 😞). 2. Ο εκπαιδευτικός θέτει μία ερώτηση κάθε φορά, για να διαπιστώσει αν κάθε εκπαιδευόμενος πρόσεξε όσα μοιράστηκαν οι υπόλοιποι και πώς ένιωσαν. 3. Παροχή υποστήριξης σε όσους τη χρειάζονται. 4. Κάθε εκπαιδευόμενος πρέπει να δώσει τουλάχιστον μία θετική δήλωση για τους υπόλοιπους εκπαιδευόμενους, αναφέροντας τι	1. Επίλεξε το αντίστοιχο πρόσωπο στο φύλλο αυτοαξιολόγησής σου. 2. Οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να ζητούν διευκρινίσεις όταν δεν κατανοούν τις ερωτήσεις της αξιολόγησης. 3. Κάθε εκπαιδευόμενος πρέπει να δώσει τουλάχιστον μία θετική ανατροφοδότηση σε έναν από τους υπόλοιπους εκπαιδευόμενους. 4. Διατήρησε την ψυχραιμία σου όταν λαμβάνεις	1. Συλλογή των φύλλων αυτοαξιολόγησης. 2. Η διαδικασία αλληλοανατροφοδότησης πραγματοποιείται με συμπληρωματική καθοδήγηση από τον εκπαιδευτικό, όταν απαιτείται. 3. Ο εκπαιδευτικός καταγράφει τη συμμετοχή των εκπαιδευομένων στη διαδικασία αναστοχασμού.

		του τράβηξε την προσοχή στην απόδοσή τους.	ανατροφοδότηση, εκφράζοντας ευγνωμοσύνη είτε με λόγια είτε με ένα απλό νεύμα.	
01:20 - 01:30	Ανακεφαλαίωση και Τελική Συζήτηση	1. Ανακεφαλαίωση των τριών βημάτων από το πρώτο μέρος. 2. Ζήτησε από τους εκπαιδευόμενους να δείξουν ή να πουν κάθε βήμα (Ηρέμισε, Μίλα, Άκου). 3. Επαναλάβετε όλοι μαζί δυνατά τα τρία βήματα. 4. Ολοκλήρωση με θετικό κλείσιμο.	1. Παρουσίασε τη διαδικασία επίλυσης σύγκρουσης βήμα προς βήμα. 2. Διατύπωσε ξανά το πιο σημαντικό μήνυμα από τη συνολική εκπαίδευση. 3. Όλοι συμμετέχουν στην ανακεφαλαίωση και να ολοκληρώσουν την ημέρα με εορτασμούς.	1. Ο εκπαιδευτικός παρατηρεί τη συνολική συμμετοχή. 2. Ζητά από κάθε εκπαιδευόμενο να μοιραστεί τουλάχιστον ένα στοιχείο που έμαθε.



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