Title: Νιώστε τη διαφορά

Exercise Code SLQUALED008

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Modules: | Group size: | Duration: |
| 1. Social Learning  3. Personal Integrity  4. Professional Integrity | Small group  Large group | 60 min |

Purpose:

Κατανόηση των διαφορών στη γλώσσα του σώματος, συνειδητοποίηση των ανδρικών και γυναικείων προσεγγίσεων και αναγνώριση της προέλευσής τους στην ιστορία της ζωής ενός ατόμου. Η άσκηση ενδείκνυται για να καταστούν οι διαφορές ορατές μέσα από τη γλώσσα του σώματος. Οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να «αισθανθούν» τη διαφορά.

# Description:

Οι συμμετέχοντες φαντάζονται μια γραμμή που χωρίζει το δωμάτιο σε δύο περιοχές, τη θηλυκή περιοχή και την αρσενική περιοχή.

Όλοι κινούνται αρχικά μέσα στην αρσενική περιοχή και εκφράζονται με κινήσεις, στάση του σώματος, χειρονομίες που παραπέμπουν σε άνδρες. «Είμαι .... Έχω .... Κάνω ....»

Όλοι τώρα μεταβαίνουν στη γυναικεία περιοχή και εκφράζονται με κινήσεις, στάση του σώματος, χειρονομίες που παραπέμπουν σε γυναίκες. «Είμαι .... Έχω .... Κάνω ....»

Τώρα οι συμμετέχοντες κινούνται εκατέρωθεν της αρσενικής και της θηλυκής περιοχής και προσπαθούν να αισθανθούν ποιες στάσεις του σώματος, κινήσεις, χειρονομίες και μιμήσεις τους ταιριάζουν.

Αναστοχάζονται πάνω στα ακόλουθα ερωτήματα:

* Πώς τα πήγα στις δύο περιοχές;
* Ποιες αναμνήσεις ανακλήθηκαν;
* Τι μου φάνηκε εύκολο; Τι με δυσκόλεψε;
* Από πού γνωρίζω τις συμπεριφορές αυτές;
* Προέρχονται από τη δική μου ιστορία ζωής;
* Προέρχονται από τις ζωές άλλων ανθρώπων του περιβάλλοντός μου;
* Πώς συμπεριφέρομαι σε κάθε κατάσταση;
* Ποια στερεότυπα ανδρικής ή γυναικείας συμπεριφοράς φέρω;
* Ποιες φράσεις, υποδείξεις ή γνωμικά μού έρχονται κατά νου;
* Τι παρατήρησα σε σχέση με τους άλλους;

# Material:

Αρκετός ελεύθερος χώρος ώστε να μπορεί να χωριστεί η αίθουσα σε δύο περιοχές

# Methods:

Εμπειρική μάθηση, αναστοχασμός

# Advice for Trainer:

Προαιρετικά, μπορούν να προστεθούν οι ακόλουθες ενέργειες: Αφήστε τους συμμετέχοντες να βρουν μια θέση στην αίθουσα και θέστε τα ακόλουθα ερωτήματα:

* Πού είναι η «σωστή» θέση σας - αυτή τη στιγμή;
* Στη θηλυκή περιοχή; Στην αρσενική περιοχή;
* Κοντά στη γραμμή; Μακριά από αυτή;

# Source/Literature:

Προσαρμογή από: Handbook Labour Office & Clients  
Improving the Communication Between Labour Office Advisers and Their Clients   
Úrad Práce, Dunajská Streda 2006

# Handouts: