

Πληροφορίες	Ο.4 Πλαίσιο Δεξιοτήτων για Μαθητές
Τίτλος έργου	Ευαισθησία σχετικά με τη Σεξουαλική Διαφορετικότητα στην Επαγγελματική Κατάρτιση του Κοινωνικού Τομέα (SENSE)
Αριθμός αναφοράς	2018-1-NL01-KA202-038973
Ημερομηνία	01/12/2020
Έκδοση/διάδοση	ΤΕΛΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ
Εταίρος	DEFOIN
Συντάκτες	Juan Escalona Corral

Περιεχόμενα

Εισαγωγή.....	3
Σχετικά με αυτό το πλαίσιο.....	5
Ειδικές δεξιότητες για την προώθηση της διαφορετικότητας της κοινότητας ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) στην τάξη	7
Ενδοπροσωπικές δεξιότητες.....	7
Διαπροσωπικές δεξιότητες	12
Πρακτική προσέγγιση	15
Ενδοπροσωπικές δεξιότητες	16
Διαπροσωπικές δεξιότητες	24
Αναφορές	30

Εισαγωγή

Αυτό το πλαίσιο δεξιοτήτων είναι το τέταρτο παραδοτέο του έργου **Εναισθησία σχετικά με τη Σεξουαλική Διαφορετικότητα στην Επαγγελματική Κατάρτιση του Κοινωνικού Τομέα (SENSE) No. 2018-1-NL01-KA202-038973**, και έχει ως στόχο να προτείνει ένα σύνολο ικανοτήτων που απαιτούνται τόσο από τους μαθητές όσο και από τους εκπαιδευτικούς για τη συμπερίληψη της διαφορετικότητας, τόσο μεταξύ των ομότιμων τους όσο και μεταξύ των μελλοντικών πελατών στον χώρο εργασίας τους. Το έργο συντονίζεται από την οργάνωση **Stitching Global Alliance for LGBTI Education (GALE)** με έδρα την Ολλανδία. Το έργο υποστηρίζεται επίσης από τη συνεργασία των ακόλουθων ευρωπαϊκών οργανώσεων:

- Fondazione Centro Studi Villa Montesca (Ιταλία)
- I.I.S. LiceoCittà di Pietro
- Formacion Para el Desarrollo e Insercion, Sociedad Limitada – DEFOIN (Ισπανία)
- Εκπαιδευτικός Οργανισμός Eurotraining (Ελλάδα)
- ROC Van Amsterdam – ROCVA (Ολλανδία)
- Ευρωπαϊκό Φόρουμ Τεχνικής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης (EfVET) (Βέλγιο)
- CESIE, Ευρωπαϊκό Κέντρο Μελετών και Πρωτοβουλιών (Ιταλία)
- Associazione Euroform (Ιταλία)

Οι κοινωνίες και η αγορά εργασίας αλλάζουν ραγδαία και είναι σαφές ότι οι μαθητές ΕΕΚ χρειάζονται όλο και περισσότερες γενικές δεξιότητες του 21ου αιώνα για να μπορούν να έχουν μια μελλοντική ευκαιρία για εργασία στις μεταβαλλόμενες αυτές αγορές. Η απόκτηση τέτοιων βασικών εγκάρσιων δεξιοτήτων αποτελεί σημαντική προτεραιότητα στην ευρωπαϊκή στρατηγική για την ΕΕΚ (ET2020).

Ο στόχος του πλαισίου είναι να προωθήσει έναν εστιασμένο διάλογο σχετικά με τον τρόπο αύξησης της ποιότητας της εκπαίδευσης ΕΕΚ όσον αφορά τη σεξουαλικότητα και τη διαφορετικότητα, και να ξεκινήσει μια συζήτηση σχετικά με τον τρόπο ενίσχυσης των επίσημων απαιτήσεων δεξιοτήτων για μαθητές ΕΕΚ. Οι εταίροι σε αυτό το έργο επιβεβαιώνουν ότι οι επίσημες απαιτήσεις δεξιοτήτων για τους μαθητές ΕΕΚ είναι διαφορετικές ανά χώρα και υπάρχει ακόμη περιθώριο βελτίωσης. Επίσης, μια συζήτηση μεταξύ χωρών και σε ευρωπαϊκό επίπεδο θα είναι επίσης επωφελής για την ενίσχυση της ευρωπαϊκής απάντησης στη μισαλλοδοξία και την προώθηση μιας εποικοδομητικής και

επαγγελματικής αντιμετώπισης της μισαλλοδοξίας και της πόλωσης.

Η συζήτηση σχετικά με το πλαίσιο εξυπηρετεί:

1. Στη ευαισθητοποίηση σχετικά με τις ισχυρές δεξιότητες που αφορούν τη διαφορετικότητα, συμπεριλαμβανομένης της ευαισθησίας απέναντι στη σεξουαλική διαφορετικότητα
2. Στη δημιουργία ή την ενίσχυση της ανάγκης αναθεώρησης των θεσμικών ή εθνικών επίσημων απαιτήσεων επαγγελματικής κατάρτισης για τους μαθητές
3. Στην υποστήριξη της ανάπτυξης νέων ή προσαρμοσμένων προγραμμάτων σπουδών για την ενίσχυση της εκπαίδευσης πάνω στη διαφορετικότητα στην ΕΕΚ
4. Στην υποστήριξη της ανταλλαγής και στην εμβάθυνση της συζήτησης των εμπειριών, των προγραμμάτων σπουδών και των πλαισίων δεξιοτήτων σε ευρωπαϊκό επίπεδο

Η εφαρμογή και η εργασία πάνω στις δεξιότητες που περιγράφονται σε αυτό το πλαίσιο έχει δύο αποτελέσματα, τα βραχυπρόθεσμα και τα μακροπρόθεσμα. Και τα δύο επηρεάζουν την τάξη και το εργασιακό περιβάλλον όπου οι μαθητές ΕΕΚ θα παρέχουν υπηρεσίες σε πελάτες ΛΟΑΤΚΙ+. Τα αποτελέσματα είναι τα εξής:

- 1. Ένταξη των μαθητών ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) στην τάξη:** Με την ανάδειξη του ζητήματος της σεξουαλικής διαφορετικότητας και την εφαρμογή των εργαλείων που προτείνονται σε αυτό το πλαίσιο, η τάξη θα γίνει ένας πιο ανοιχτός χώρος όπου οι μαθητές ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) θα μπορούν να αισθάνονται ασφαλείς, προωθώντας συνεπώς την ένταξή τους.
- 2. Σεβασμός απέναντι στη διαφορετικότητα των ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) πελατών/χρηστών των εταιρειών στις οποίες θα εργάζονται οι μαθητές ΕΕΚ:** Όταν οι μαθητές ΕΕΚ εντάσσονται στην αγορά εργασίας, θα πρέπει να παρέχουν υπηρεσίες σε διαφορετικούς πελάτες και συγκεκριμένα σε πελάτες που ανήκουν στη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) κοινότητα. Για παράδειγμα, ενώ οι μελέτες για «ηλικιωμένες/ους λεσβίες, ομοφυλόφιλους, αμφιφυλόφιλους και διεμφυλικούς (ΛΟΑΤΚΙ+) ενήλικες σε κατ' οίκον περίθαλψη, φανερώνουν τις έντονες διακρίσεις, την αφάνεια και τα ταμπού που σχετίζονται με τον τρόπο ζωής των ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) ατόμων» (LEYERZAPF, VISSE, DE BEER & ABMA, 2016), ένα μαθητής ΕΕΚ που διαθέτει τις δεξιότητες πάνω στη διαφορετικότητα που περιγράφονται σε αυτό το πλαίσιο θα είναι σε θέση να παρέχει φροντίδα στις ανάγκες των ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+)ατόμων.

Σχετικά με αυτό το πλαίσιο

Αυτό το πλαίσιο δεξιοτήτων καθορίζει τις δεξιότητες που χρειάζονται οι μαθητές Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης για να βελτιώσουν τις υπηρεσίες και την προσοχή τους προς τους πελάτες και τους χρήστες που ανήκουν στη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+)κοινότητα, στις μελλοντικές τους θέσεις εργασίας. Αυτές οι δεξιότητες θα χωριστούν σε διαπροσωπικές και ενδοπροσωπικές, και αυτό το πλαίσιο περιλαμβάνει έναν ορισμό αυτών των δεξιοτήτων και προτάσεων σχετικά με τον τρόπο εφαρμογής τους στην τάξη μέσα από πρακτικές δραστηριότητες.

Και οι δύο ομάδες δεξιοτήτων είναι απαραίτητες για ένα καλό επίπεδο ένταξης. Όλοι οι άνθρωποι πρέπει να εξασκούνται σε αυτές τις δύο ομάδες δεξιοτήτων έτσι ώστε να είναι πιο ανοιχτοί απέναντι στη διαφορετικότητα.

Ενώ στις ενδοπροσωπικές δεξιότητες το επίκεντρο είναι σε εκείνους τους ανθρώπους που επιθυμούν να τους σεβαστούν οι άλλοι, στη δεύτερη ομάδα των διαπροσωπικών δεξιοτήτων θα επικεντρωθούμε στο πώς μπορούμε να βοηθήσουμε άλλους ανθρώπους μέσα από την προώθηση και την αποδοχή της ένταξης της σεξουαλικής διαφορετικότητας.

Είναι πραγματικά σημαντικό να προωθηθεί η σεξουαλική διαφορετικότητα μεταξύ των ανθρώπων που δεν την αποδέχονται και ταυτόχρονα είναι σημαντική η προώθηση μεταξύ των ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+)ατόμων του τι μπορούν να κάνουν για να γίνουν αποδεκτά και να ενσωματωθούν σε μια διαφορετική σεξουαλική κοινότητα. Αυτό είναι απαραίτητο όταν οι άνθρωποι αρχίζουν να γνωρίζουν τη σεξουαλικότητά τους.

Οι **ενδοπροσωπικές δεξιότητες** περιλαμβάνουν την αυτοδιαχείριση και την ικανότητα ρύθμισης της συμπεριφοράς και του συναισθήματος κάποιου για την επίτευξη στόχων, ενώ οι **διαπροσωπικές δεξιότητες** περιλαμβάνουν τη μετάδοση πληροφοριών σε άλλους καθώς και την ερμηνεία των μηνυμάτων των άλλων και την κατάλληλη ανταπόκριση.

Γενικές ή συγκεκριμένες;

Κάποιος θα μπορούσε να θέσει την έγκυρη ερώτηση εάν οι γενικώς διαμορφωμένες δεξιότητες δεν επαρκούν για να καλύψουν τους μαθητές και τους πελάτες ΛΟΑΤΚΙ+. Υπάρχουν συγκεκριμένες δεξιότητες που σχετίζονται με τη σεξουαλική διαφορετικότητα και, εάν υπάρχουν, είναι απαραίτητο να τις καταστήσουμε σαφείς σε ξεχωριστό πλαίσιο;

Το έργο SENSE ξεκίνησε μια συζήτηση πάνω σε ακριβώς αυτά τα ερωτήματα. Επειδή δεν

είναι συνηθισμένο τα ιδρύματα ΕΕΚ ή οι εκπαιδευτικοί να δίνουν από μόνοι τους προσοχή στη σεξουαλική διαφορετικότητα, θεωρήσαμε απαραίτητο να είμαστε συγκεκριμένοι σχετικά με τις ανάγκες των πελατών και των μαθητών. Με το να είμαστε συγκεκριμένοι προωθούμε την ευαισθητοποίηση επί των ζητημάτων που αντιμετωπίζουμε.

Όταν συζητούσαμε για τις δεξιότητες, παρατηρήσαμε ότι οι περισσότερες γενικές δεξιότητες πρέπει κατά βάση να καλύπτουν συγκεκριμένες δεξιότητες και συμπεριφορές που σχετίζονται με τους πελάτες και τους μαθητές που ανήκουν στη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) κοινότητα. Ταυτόχρονα όμως βλέπουμε ότι η αναγνώριση αυτού του γεγονότος δεν είναι αυτόματη. Συμφωνούμε λοιπόν ότι οι γενικές δεξιότητες πρέπει να είναι αρκετές, αλλά και να θυμόμαστε ότι σε πολλές περιπτώσεις δεν υπάρχει η κατάλληλη ευαισθησία για να τις εφαρμόσουμε με τέτοιο τρόπο, χωρίς αποκλεισμούς. Γι' αυτό προσπαθήσαμε να διαμορφώσουμε ένα πλαίσιο δεξιοτήτων με γενικό τρόπο, αλλά να το επεκτείνουμε με πιο συγκεκριμένα σημεία αναφοράς. Αυτά τα σημεία αναφοράς χρησιμεύουν για να ξεκινήσουν τη συζήτηση σχετικά με το εάν οι πάροχοι ΕΕΚ συμφωνούν με αυτόν τον τύπο ευαισθησίας ή όχι και γιατί.

Χρήση του Ενικού «αυτοί»

Σε αυτό το πλαίσιο θα χρησιμοποιήσουμε την αντωνυμία ουδέτερου φύλου «αυτό» αντί για το γενικό «αυτός». Αυτό το κάνουμε προκειμένου να συμπεριλάβουμε και τα άτομα που μπορούν να ταυτιστούν με τις αντωνυμίες «αυτός» ή «αυτή», καθώς και εκείνα που ταυτίζονται με μια μη δυαδική ταυτότητα φύλου. Θα χρησιμοποιήσουμε τις κλιτές μορφές του «αυτοί» (αυτοί, αυτών, αυτούς), καθώς και την ανακλαστική μορφή «τον εαυτό του», η οποία παρόλο που είναι γραμματικά εσφαλμένη, η χρήση της μπορεί να γίνει αποδεκτή όταν «χρησιμοποιείται σκόπιμα για ένα άτομο του οποίου η προτιμώμενη αντωνυμία είναι αυτό» (Themself, 2019), όπως συμβαίνει σε αυτό το πλαίσιο.

Ειδικές δεξιότητες για την προώθηση της διαφορετικότητας της κοινότητας ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) στην τάξη

Αυτές οι δεξιότητες σχετίζονται με τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τη συμπεριφορά που περιμένουμε από τους μαθητές μετά την αρχική τους εκπαίδευση.

Φυσικά, οι εκπαιδευτικοί πρέπει να έχουν και οι ίδιοι τις βασικές αυτές δεξιότητες. Επιπλέον, πρέπει να είναι σε θέση να μεταδώσουν αυτές τις δεξιότητες στους μαθητές τους.

Ενδοπροσωπικές δεξιότητες

Οι ενδοπροσωπικές δεξιότητες είναι οι «εσωτερικές δεξιότητες που επιτρέπουν σε ένα άτομο να γνωρίζει σε βάθος τα προσωπικά συναισθήματα και τους σκοπούς του» (Strom & Strom, 2003). Έξι ενδοπροσωπικές δεξιότητες έχουν συμπεριληφθεί σε αυτό το πλαίσιο:

- Δεξιότητες Αντιμετώπισης
- Αυτοεκτίμηση
- Αυτοέλεγχος
- Αυτογνωσία
- Αυτοπεποίθηση
- Αποδοχή σχολίων και κριτικών

Δεξιότητες αντιμετώπισης

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι τα άτομα είναι σε θέση να πραγματοποιήσουν μια σειρά ενεργειών ή μια διαδικασία σκέψης που χρησιμοποιείται για τον χειρισμό μιας αγχωτικής ή δυσάρεστης κατάστασης ή για την τροποποίηση της αντίδρασης ενός ατόμου σε μια τέτοια κατάσταση. Συνήθως περιλαμβάνει μια συνειδητή και άμεση προσέγγιση στα προβλήματα, σε αντίθεση με τους αμυντικούς μηχανισμούς. Εάν τα άτομα είναι αναστατωμένα για τη σεξουαλική τους ταυτότητα ή για τη σεξουαλική διαφορετικότητα κάποιου άλλου, θα είναι σε θέση να το αντιμετωπίσουν επαγγελματικά.

Έχοντας αποκτήσει αυτήν την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Αναγνωρίσει τους στρεσογόνους παράγοντες και τις πηγές τους
- Εφαρμόσει κατάλληλες στρατηγικές για να αντιμετωπίσει τους στρεσογόνους παράγοντες (π.χ. θετική σκέψη, διατήρηση μιας αντικειμενικής άποψης και όχι μιας προσωπικής προοπτικής, πρόβλεψη του στρεσογόνου παράγοντα και αντίδραση με μετρημένο τρόπο, ανάπτυξη δικτύου κοινωνικής υποστήριξης, αποτελεσματική επικοινωνία των συναισθημάτων του, να είναι σωματικά ενεργό, και τα λοιπά.)
- Είναι σε θέση να αποφασίσει εάν θα αντιμετωπίσει άμεσα τον στρεσογόνο παράγοντα, ή εάν, εναλλακτικά, θα αντιμετωπίσει τα συναισθήματα που προκαλεί ο στρεσογόνος παράγοντας

Αυτοεκτίμηση

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι τα άτομα αναγνωρίζουν και πιστεύουν στις δικές τους ικανότητες και την προσωπική τους αξία. Οι μαθητές γνωρίζουν τις δικές τους αξίες σχετικά με την ταυτότητα, τη διαφορετικότητα και τη σεξουαλικότητα.

Είναι η ικανότητα αναγνώρισης και συνειδητοποίησης των δυνατοτήτων σας, καθώς και η εποικοδομητική αντιμετώπιση των περιορισμών σας. Εάν η σεξουαλική διαφορετικότητα κάνει τον μαθητή ανασφαλή για τη δική του ταυτότητα, αυτή η ικανότητα καθιστά δυνατό για αυτόν να ανακτήσει την υπερηφάνειά του. Εάν η σεξουαλική διαφορετικότητα κάποιου άλλου φαίνεται σαν απειλή για τον μαθητή, αυτή η ικανότητα τον διαβεβαιώνει ότι μπορεί να νιώθει υπερηφάνεια για τη δική του ταυτότητα χωρίς να χρειάζεται να υποβαθμίσει τους άλλους.

Ένα άτομο που έχει περισσότερη αυτοεκτίμηση και βρίσκεται σε ειρήνη με το εαυτό του, είναι λιγότερο πιθανό να υιοθετήσει ακατάλληλη αμυντική συμπεριφορά ενάντια σε αυτό

που είναι διαφορετικό από το ίδιο.

Έχοντας αποκτήσει αυτήν την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Είναι σε θέση να έχει μια θετική άποψη για το εαυτό του
- Μπορεί να πει όχι
- Είναι σε θέση να αναγνωρίσει συνολικά τα πλεονεκτήματα και τις αδυναμίες του και να τις αποδεχτεί με θετικό τρόπο

Αυτοέλεγχος

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι τα άτομα είναι σε θέση να διαχειριστούν τα συναισθήματα και τις ενέργειές τους με συνειδητό τρόπο. Είναι η ικανότητα να διαχειρίζονται τη συμπεριφορά τους (εμφανής, συγκεκαλυμμένη, συναισθηματική ή σωματική) και να συγκρατούν ή να αναστέλλουν τις παρορμήσεις τους.

Ο φόβος της σεξουαλικής διαφορετικότητας παίρνει μερικές φορές τη μορφή ενστικτώδους αντίστασης ή αντίδρασης. Ο αυτοέλεγχος σημαίνει ότι οι μαθητές δεν υποχωρούν σε αρνητικές παρορμήσεις που μπορεί να βλάψουν ψυχολογικά τους ίδιους ή τους πελάτες ΛΟΑΤΚΙ+.

Έχοντας αποκτήσει αυτήν την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Γνωρίζει τους κινδύνους και τις αρνητικές συνέπειες που ενδέχεται να προκύψουν από την επιβλαβή συμπεριφορά
- Αυξήσει τη δέσμευσή τους ως άτομο
- Είναι σε θέση να μετατρέψει τους αφηρημένους στόχους σε μικρά βήματα ή καθήκοντα που πρέπει να φέρει εις πέρας
- Είναι σε θέση να τροποποιήσει τις παρορμήσεις του και να ενεργήσει σύμφωνα με αυτό που γνωρίζει ότι πρέπει να κάνει
- Εκπαιδεύσει τη μνήμη του για να επαναλάβει ορισμένες ενέργειες

Αυτογνωσία

Η απόκτηση ενός καλού επιπέδου αυτής της δεξιότητας μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να κατανοήσουν τη θέση/το ρόλο τους στο περιβάλλον διαβίωσης σε σχέση με τους άλλους, καθώς και να κατανοήσουν τι αισθάνονται ανά πάσα στιγμή. Ένας μαθητής ΛΟΑΤΚΙ+

(LGBTQI+) μπορεί να πρέπει να μάθει να ξεπερνά τον πόνο ή το τραύμα εξαιτίας του αποκλεισμού ή των διακρίσεων. Οι ετεροφυλόφιλοι cisgender μαθητές μπορεί να χρειαστεί να αναγνωρίσουν ότι το να γεννιούνται ως άνδρες ή γυναίκες και να έχουν τον συγκεκριμένο σεξουαλικό προσανατολισμό, είναι μόνο «φυσιολογικό» επειδή θεωρείται προνόμιο σε σύγκριση με τους «άλλους».

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Επιδείξει την ικανότητα να προσδιορίζει σαφώς τις δεξιότητές, τις αξίες, τα ενδιαφέροντα και τα βασικά πλεονεκτήματα / αδυναμίες / ευκαιρίες του
- Κρίνει με ακρίβεια τη δική του απόδοση και συμπεριφορά
- Κατανοεί τα άλλα άτομα, το πώς αντιλαμβάνονται τον ίδιο, τα συναισθήματα, τη στάση και την ταυτότητά τους, καθώς και τις αντιδράσεις του απέναντι σε αυτούς
- Αναγνωρίζει τις ικανότητές, τα συναισθήματα και τις στάσεις του ακόμη και χωρίς εξωτερική αναγνώριση

Αυτοπεποίθηση

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας αποδεικνύει στα άλλα άτομα ότι οι μαθητές γνωρίζουν πραγματικά πώς να δρουν και να αποδέχονται τις συνέπειες των αποφάσεων τους. Οι μαθητές ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) λαμβάνουν ενημερωμένες αποφάσεις σχετικά με την παραδοχή της ομοφυλοφιλίας, ενώ οι υπόλοιποι μαθητές αισθάνονται ασφαλείς στο ότι μπορούν να υποστηρίξουν τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα.

Σχετίζεται με την εμπιστοσύνη στις ικανότητες, τις δεξιότητες και την κρίση κάποιου, καθώς και με την πεποίθηση ότι είναι σε θέση να ανταποκριθεί επιτυχώς στις απαιτήσεις μιας εργασίας.

Ένα άτομο με χαμηλή αυτοπεποίθηση αισθάνεται πιο εύκολα πληγωμένο και μπορεί να αντιδράσει επιθετικά σε αυτό.

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Νιώσει άνετα με τις νέες συνθήκες στη ζωή του
- Νιώσει ευχαριστημένο με τις δικές του αποφάσεις
- Νιώσει ασφάλεια με τον εαυτό του
- Αποδεχτεί τις συνέπειες των δικών του αποφάσεων
- Είναι σε θέση να δημιουργήσει αυτοπεποίθηση στις αποφάσεις άλλων ανθρώπων

Αποδοχή σχολίων και κριτικών

Είναι η ικανότητα ενός ατόμου να ακούει άλλες απόψεις και να κάνει αυτό-αξιολογείται.

Η απόκτηση ενός καλού επιπέδου αυτής της δεξιότητας θα βοηθήσει τους μαθητές να μάθουν από προηγούμενες προσωπικές εμπειρίες - τόσο θετικές όσο και αρνητικές - και να αυξήσουν τις πιθανότητες επιτυχίας στην ένταξη τους στο σχολείο και γενικά στην κοινωνική ζωή.

Εάν ένα νέο σε ηλικία άτομο συνηθίσει να δέχεται σχόλια και κριτικές, μπορεί να δεχτεί ευκολότερα άλλες πραγματικότητες εκτός από τη δική του, συμπεριλαμβανομένων των πραγματικοτήτων των ατόμων ΛΟΑΤΚΙ+.

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Κατανοήσει ότι άλλοι άνθρωποι μπορεί να έχουν μια διαφορετική άποψη για το ίδιο θέμα, η οποία θα μπορούσε να είναι επωφελής για αυτό
- Ακούει με θετικό τρόπο την άποψη και τα σχόλια των εκπαιδευτικών και των συμμαθητών του και θα τα αποδέχεται
- Κατανοήσει ότι τα σχόλια δεν είναι απόρριψη ή προσωπική επίθεση, αλλά γίνονται για τη βελτίωση του ατόμου
- Είναι σε θέση να δεχθεί συμβουλές που του έχουν δοθεί και να τις χρησιμοποιήσει για περαιτέρω προσωπική ανάπτυξη

Διαπροσωπικές δεξιότητες

Οι διαπροσωπικές δεξιότητες σχετίζονται με την «κοινωνική ικανότητα που καθιστά δυνατή την αποτελεσματική συνεργασία με άλλους» (Strom & Strom, 2003) που συνεπάγεται τις ικανότητες να κατανοούμε καλύτερα τους άλλους, ως άτομα και ως ομάδα, να διαχειριζόμαστε τις συναισθηματικές σχέσεις, να έχουμε ισχυρή ενσυναίσθηση και καλές δεξιότητες ακρόασης...

Σε αυτό το πλαίσιο έχουμε επισημάνει τις ακόλουθες διαπροσωπικές δεξιότητες:

- Ευαισθητοποίηση για τη διαφορετικότητα
- Ευαισθητοποίηση για τον σεβασμό και την αξιοπρέπεια
- Σεβασμός προς άλλα άτομα
- Προσαρμοστικότητα
- Ενσυναίσθηση

Ευαισθητοποίηση για τη διαφορετικότητα

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι οι μαθητές μπορούν να αγκαλιάσουν (και να είναι ανοιχτοί για να συζητήσουν) τη μοναδικότητα όλων των ατόμων, σε διάφορους τομείς, όπως η φυλή, οι θρησκευτικές πεποιθήσεις, η εθνικότητα, η ηλικία, το φύλο, ο σεξουαλικός προσανατολισμός, οι σωματικές ικανότητες, οι πολιτικές πεποιθήσεις και η κοινωνικοοικονομική κατάσταση, και η αναγνώριση ότι οι πολιτισμικοί (κ.λπ.) παράγοντες περιορίζουν την έκφραση της διαφορετικότητας των πελατών.

Η κατοχή αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι:

- Οι δεξιότητες ευαισθητοποίησης σχετικά με τη διαφορετικότητα εκτείνονται πέρα από την απλή ανοχή, για να συμπεριλάβουν την εξερεύνηση αυτών των ατομικών διαφορών, να τις σέβονται και στο τέλος να καλλιεργήσουν μια υγιή σχέση με το άλλο άτομο, παρά τις διαφορές τους
- Δημιουργείται ένα αρμονικό περιβάλλον στο οποίο ο αμοιβαίος σεβασμός και η ισότητα είναι εγγενείς, προστατεύοντας έτσι τη διαφορετικότητα στο σχολείο

Εναισθητοποίηση για τον σεβασμό και την αξιοπρέπεια

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας μπορεί να βοηθήσει στην κατανόηση, τον σεβασμό και την ανεκτικότητα προς όλους τους ανθρώπους, με βάση την αποδοχή κάθε είδους διαφορετικότητας. Αυτή η δεξιότητα θα επιτρέψει την αποτελεσματική αλληλεπίδραση με όλους τους ανθρώπους και θα υποστηρίξει τη διαφορετικότητα (φυλή, ηλικία, εθνικότητα, φύλο, εκπαιδευτικό επίπεδο, κοινωνικοοικονομική κατάσταση, πνευματικές και σωματικές ικανότητες, θρησκευτικές και πολιτικές πεποιθήσεις). Θα μας βοηθήσει να αναγνωρίσουμε και να αποδεχτούμε και τις δύο διαστάσεις της διαφορετικότητας - προσωπική και οργανωτική - στο σχολείο. Είναι επίσης η ικανότητα του ατόμου να γνωρίζει πρώτα ένα άλλο άτομο και να μην ενεργεί βάσει στερεοτύπων της διαφορετικότητας.

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο θα:

- Είναι σε θέση να επιδείξει μια δίκαιη, αντικειμενική και ανοιχτή στάση απέναντι σε εκείνους των οποίων οι απόψεις, οι πεποιθήσεις, οι πρακτικές είναι διαφορετικές από του ίδιου
- Είναι ανοιχτόμυαλο απέναντι σε άλλους πολιτισμούς, θρησκείες και τρόπους ζωής
- Είναι σε θέση να αναγνωρίζει και να υποστηρίζει άτομα με διαφορετικά επίπεδα διαφορετικότητας και να τα ενδυναμώνει
- Αναγνωρίζει και θα αποδεχτεί και τις δύο διαστάσεις της διαφορετικότητας - προσωπική και οργανωτική - στο σχολείο.
- Είναι σε θέση να αναγνωρίσει πρώτα το άτομο και να μη βασίζεται σε στερεότυπα που αφορούν τη διαφορετικότητά του

Σεβασμός προς άλλα άτομα

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι οι μαθητές αντιμετωπίζουν ή σκέφτονται με σεβασμό για κάτι ή κάποιο άτομο. Σέβονται τους άλλους παρά τις διαφορές που μπορεί να υπάρχουν μεταξύ τους. Αυτό παραμένει σημαντικό ακόμη και όταν οι πτυχές της σεξουαλικής διαφορετικότητας έρχονται σε αντιπαράθεση με τις δικές τους αξίες ή κανόνες.

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο:

- Θα είναι σε θέση να σέβεται την άποψη άλλων ατόμων

- Θα είναι σε θέση να σέβεται τις ενέργειες άλλων ατόμων
- Δεν θα αισθάνεται υπεροχή απέναντι σε άλλα άτομα

Προσαρμοστικότητα

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας δείχνει την ικανότητα αποδοχής των αλλαγών και των νέων συνθηκών στην προσωπική ζωή, την κατανόηση ότι τα πράγματα αλλάζουν και την προσαρμογή σε αυτά, καθώς και τη διαχείριση πολλαπλών εργασιών και τον καθορισμό προτεραιοτήτων στη ζωή. Καθώς η σεξουαλική διαφορετικότητα γίνεται πιο αποδεκτή από την κοινωνία, τα επαγγέλματα και οι επαγγελματίες πρέπει να προσαρμοστούν σε αυτό. Δεν είναι πλέον προαιρετικό να είναι ένα άτομο ανεκτικό στην εργασία του.

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο:

- Κατανοεί ότι τα πράγματα αλλάζουν με πολύ μεγαλύτερη ταχύτητα από ποτέ
- Είναι σε θέση να δεχτεί αλλαγές ή νέες συνθήκες στη ζωή του
- Είναι σε θέση να διαχειριστεί πολλαπλές εργασίες και να θέσει προτεραιότητες στη ζωή του
- Είναι σε θέση να προσαρμοστεί στις μεταβαλλόμενες συνθήκες

Ενσυναίσθηση

Ένα καλό επίπεδο αυτής της δεξιότητας σημαίνει ότι είστε σε θέση να βάζετε τον εαυτό σας στη θέση των άλλων και να κατανοείτε την άποψή τους (συμπεριλαμβανομένης αυτής των πελατών ΛΟΑΤΚΙ+), να έρχεστε πιο κοντά και να κατανοείτε καλύτερα τους άλλους. Το να έχετε ενσυναίσθηση σημαίνει ότι επιτρέπετε στον εαυτό σας να νιώσει συναισθήματά - χωρίς απαραίτητα να τα εκφράζει αμέσως.

Έχοντας αποκτήσει αυτή την δεξιότητα, το άτομο:

- Είναι σε θέση να βάλει το εαυτό του στη θέση κάποιου άλλου
- Είναι σε θέση να κατανοήσει σε βάθος τις καταστάσεις των άλλων
- Έχει την ικανότητα να μην κρίνει από τις ενέργειες άλλων ανθρώπων
- Είναι σε θέση να έχει το ίδιο συναίσθημα με ένα άλλο άτομο

Πρακτική προσέγγιση

Σε αυτήν την ενότητα θα βρείτε προτάσεις σχετικά με το πως να εργαστείτε πάνω σε αυτές τις δεξιότητες εντός της τάξης ειδικά όσον αφορά την προώθηση της ένταξης και του σεβασμού προς την διαφορετικότητα της κοινότητας ΛΟΑΤΚΙ+. Εάν θέλετε να ξεκινήσετε μια συζήτηση στην τάξη σας σχετικά με τη σεξουαλική διαφορετικότητα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την **τεχνολογία Trigger** που έχουμε αναπτύξει σε αυτό το έργο και που συγκεντρώνει όλα τα όργανα που χρησιμοποιούνται για να ξεκινήσει μια συζήτηση μεταξύ των μαθητών.

Εάν επιθυμείτε να μάθετε περισσότερα για τη διαφορετικότητα της ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) κοινότητας, η συνεργασία του έργου SENSE δημιούργησε επίσης μια **Εκπαίδευση για Εκπαιδευτικούς** που περιλαμβάνει τη συζήτηση των βασικών κανόνων, ένα κίνητρο, τη διερεύνηση των προκλητικών καταστάσεων, την εξήγηση του «προτύπου» της ετεροφυλοφιλίας και μια συζήτηση σχετικά με τις παιδαγωγικές, διδακτικές και σχολικές λύσεις πολιτικής.

Μπορείτε να αποκτήσετε πρόσβαση σε αυτούς τους πόρους μέσω των παρακάτω συνδέσμων:

- Τεχνολογία Trigger: [εισάγετε τον σύνδεσμο εδώ](#)
- Εκπαίδευση για Εκπαιδευτικούς: [εισάγετε τον σύνδεσμο εδώ](#)

Οι ακόλουθες προτάσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν μεμονωμένα, για απλή εργασία πάνω σε μια συγκεκριμένη δεξιότητα, ή συμπληρωματικά με τα εργαλεία που αναφέρονται παραπάνω, για να παρέχουν μια πιο ολοκληρωμένη εκπαίδευση για τη σεξουαλική διαφορετικότητα στους μαθητές σας.

Ενδοπροσωπικές δεξιότητες

Αποδοχή σχολίων και κριτικών

Τόσο στην τάξη όσο και στο εργασιακό περιβάλλον, ένα νέο άτομο θα λάβει ανατροφοδότηση σε πολλές περιπτώσεις. Το να μπορεί να δεχτεί τα σχόλια, χωρίς να τα θεωρήσει επίθεση εναντίον του, είναι μια πολύτιμη δεξιότητα για κάθε νεαρό άτομο που συνεργάζεται με διαφορετικούς πελάτες / χρήστες.

Στο εργασιακό περιβάλλον, μπορεί να προσφωνήσετε έναν πελάτη με το λάθος φύλο¹. Έχοντας αποκτήσει τη συγκεκριμένη δεξιότητα, θα μπορείτε να επικοινωνείτε με τον πελάτη χωρίς να νιώθετε ότι η κριτική που σας άσκησε, διορθώνοντάς σας, ήταν προσωπική επίθεση προς το μέρος σας.

Δραστηριότητα:

Για να εργαστείτε πάνω σε αυτή τη δεξιότητα στην τάξη, προτείνουμε την ακόλουθη δραστηριότητα ρόλων:

1. Η ομάδα χωρίζεται σε ζευγάρια. Σε όλα τα ζευγάρια δίνεται μια κάρτα με μια φανταστική κατάσταση κατά την οποία ενδέχεται να δεχτούν κριτική. Μερικά παραδείγματα αυτών των καταστάσεων είναι: «έχετε φτάσει αργά σε ένα ραντεβού», «δεν έχετε απαντήσει σε ένα σημαντικό email που σχετίζεται με την εργασία σας», κ.λπ. Θα ήταν καλύτερο να χρησιμοποιήσετε καταστάσεις που ενδέχεται να αντιμετωπίσουν τα άτομα κατά τη διάρκεια των σπουδών τους ΕΕΚ.
2. Ένα ζευγάρι βγαίνει μπροστά και υποδύεται μια κατάσταση στην οποία ο ένας κάνει κάποια σχόλια στον άλλον, σχετικά με την κατάσταση που δίνεται. Στη συνέχεια, ο άλλος συμμετέχων θα πρέπει να αντιδράσει σε αυτά τα σχόλια.
3. Η ομάδα θα προβληματιστεί σχετικά με το πώς μπορεί ένα άτομο να αντιδράσει σε αυτήν την κριτική με ώριμο και μη επιθετικό τρόπο. Ο προβληματισμός και η εκμάθηση από ομοτίμους είναι εξαιρετικά σημαντικοί παράγοντες σε αυτήν τη δραστηριότητα.
4. Όλα τα ζευγάρια θα συμμετάσχουν αυτήν τη δραστηριότητα.

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για την πρακτική εξάσκηση πάνω στην παροχή σχολίων και κριτικής με εποικοδομητικό τρόπο.

¹ «να χρησιμοποιήσετε λανθασμένες ανωνυμίες ή άλλες λέξεις που σχετίζονται με το φύλο όταν αναφέρεστε ή μιλάτε σε κάποιον, ειδικά σε ένα διεμφυλικό άτομο» ("Misgender", n.d.)

Αυτοεκτίμηση

Η καλή αυτοεκτίμηση είναι πολύ σημαντική στην τάξη τόσο για τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα (τα οποία είναι πιθανό να υποφέρουν από χαμηλότερη αυτοεκτίμηση) όσο και από τον/την cisgender ετεροφυλόφιλο/η μαθητή/τρια, ο οποίος εάν υποφέρει από χαμηλή αυτοεκτίμηση είναι πιο πιθανό να εμφανίζει ακατάλληλες αμυντικές συμπεριφορές απέναντι σε αυτό που δεν θεωρείται «κανονικό» στο περιβάλλον του. Δεδομένου ότι οι άνδρες μαθητές είναι πιο πιθανό τόσο να υποφέρουν από ομοφοβικές επιθέσεις στην τάξη, όσο και να είναι οι ίδιοι οι επιτιθέμενοι (Blais, Gervais & Hébert, 2014), αυτή η δεξιότητα είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα για ομάδες με υψηλό ποσοστό ανδρών μαθητών.

Όταν βρίσκεστε σε ένα εργασιακό περιβάλλον, μπορεί να βρεθείτε σε μια κατάσταση όπου αλληλεπιδράτε με ένα άτομο με διαφορετικό σεξουαλικό προσανατολισμό ή ταυτότητα φύλου. Ακόμα κι αν αυτό μπορεί να σας κάνει να νιώσετε άβολα, πρέπει να συμπεριφέρεστε κατάλληλα και επαγγελματικά. Η καλή αυτοεκτίμηση θα σας κάνει να νιώσετε λιγότερο άβολα και θα σας επιτρέψει να συμπεριφέρεστε με επαγγελματικό τρόπο.

Δραστηριότητα:

Για να εργαστεί πάνω σε αυτή τη δεξιότητα στην τάξη, προτείνουμε ο εκπαιδευτικός να ανοίξει μια συζήτηση για τη σεξουαλική διαφορετικότητα, να ευαισθητοποιήσει και να συμβάλει στην κατανόηση της έννοιας του προσανατολισμού. Με αυτόν τον τρόπο, οι μαθητές μπορούν να χτίσουν ένα υψηλότερο επίπεδο ταυτότητας και συνείδησης, και συνεπώς, να έχουν περισσότερη αυτοπεποίθηση και να νιώθουν περισσότερο αποδεκτοί.

Για την εκτέλεση της δραστηριότητας αυτής, η τάξη χωρίζεται σε μικρότερες ομάδες.

Τι συμβαίνει εάν ένας μαθητής κάνει ένα ομοφοβικό σχόλιο κατά τη διάρκεια της συζήτησης; Κατά τη διάρκεια ενός κανονικού μαθήματος; Απαντάτε σε ομοφοβικά σχόλια (πρώτα) ή στους μαθητές που έχουν πληγωθεί από αυτά (ΛΟΑΤΚΙ+);

Ένα ομοφοβικό σχόλιο δεν μπορεί ποτέ να παραμείνει αναπάντητο. Εάν ένα από αυτά τα σχόλια επιτραπεί στην τάξη, οι μαθητές θα αισθανθούν ελεύθεροι να συνεχίσουν να κάνουν τέτοιου είδους σχόλια (επομένως, η αυτοεκτίμηση του εκπαιδευτικού είναι επίσης

σημαντική, για να είναι σε θέση να αντιμετωπίσει αυτά τα ομοφοβικά σχόλια).

Αυτοέλεγχος

Το βασικό θέμα πάνω στο οποίο θα εργαστούμε με αυτήν την δεξιότητα είναι η αποφυγή τη παρόρμησης και ο προβληματισμός πριν την πράξη. Αυτό θα βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς και τους μαθητές να διαχειριστούν τα προσωπικά τους συναισθήματα και να τα κάνουν να φαίνονται λογικά, ειδικά όταν πρόκειται για δυνατά συναισθήματα.

Η έλλειψη αυτοέλεγχου μπορεί να καταλήξει σε επιθετικές συμπεριφορές όταν τα άτομα βιώνουν έντονα συναισθήματα. Οι μαθητές πρέπει να βελτιώσουν τον αυτοέλεγχό τους μετά από έντονα συναισθήματα και απογοητεύσεις για να διασφαλίσουν την ασφάλεια (σωματική και συναισθηματική) τόσο των συναδέλφων όσο και των πελατών / χρηστών στο εργασιακό τους περιβάλλον.

Δραστηριότητα:

Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι μαθητές θα έρθουν αντιμέτωποι με την απογοήτευση, έτσι ώστε να βρουν εργαλεία συνεργασίας με τους συμμαθητές τους, αντί να αντιδρούν με επιθετικό ή ακατάλληλο τρόπο. Για αυτήν τη δραστηριότητα θα χρειαστείτε μια σελίδα εφημερίδας ανά μαθητή.

1. Κάθε συμμετέχων έχει μπροστά του μια σελίδα εφημερίδας (κάθε σελίδα πρέπει να είναι διαφορετική). Όλοι αρχίζουν να διαβάζουν ταυτόχρονα. Όταν ο εκπαιδευτικός λέει «σταματήστε», θα σταματήσουν να διαβάζουν και θα αφήσουν τη σελίδα της εφημερίδας στο πάτωμα. Όταν ο εκπαιδευτικός λέει «αλλάξτε», θα πάρουν μια διαφορετική σελίδα και θα αρχίσουν να διαβάζουν. Ο στόχος του παιχνιδιού είναι να συνεχίσουν να διαβάζουν από το σημείο που σταμάτησε το τελευταίο άτομο.
2. Μόλις συνειδητοποιήσουν ότι είναι αδύνατο να το κάνουν αυτό χωρίς κάποια στρατηγική, θα έχουν χρόνο να συζητήσουν μια στρατηγική. Τη δοκιμάζουν, και εάν λειτουργεί, ο εκπαιδευτικός θα συμπεριλάβει έναν νέο κανόνα που θα ακυρώνει αυτήν τη στρατηγική (δηλαδή, εάν σημειώνουν με ένα στυλό την τελευταία λέξη που διαβάζουν, ο εκπαιδευτικός θα απαγορεύσει τη χρήση στυλό).

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να είναι αρκετά προκλητική και απογοητευτική, και μετά τη δραστηριότητα, πρέπει να ξεκινήσει μια συζήτηση σχετικά με το πώς αντέδρασαν τα άτομα όταν απογοητεύτηκαν και ποια ήταν τα αποτελέσματα αυτής της συμπεριφοράς. Ένας προβληματισμός που μπορεί να αναφερθεί είναι ότι ελέγχοντας τις αντιδράσεις μας έχουμε καλύτερα αποτελέσματα.



Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε άρθρα ειδήσεων που σχετίζονται με τη σεξουαλική διαφορετικότητα σε αυτήν τη δραστηριότητα.

Αυτοπεποίθηση

Παρόλο που η αυτοεκτίμηση και η αυτοπεποίθηση μπορεί να μοιάζουν πολύ σαν έννοιες, υπάρχει μια βασική διαφορά μεταξύ τους. Ενώ η αυτοεκτίμηση είναι το πώς αισθάνεται το άτομο για το εαυτό του συνολικά, η αυτοπεποίθηση αναφέρεται σε συγκεκριμένες καταστάσεις ή ικανότητες και μπορεί να αλλάξει ανάλογα με το περιβάλλον. Ακόμα κι αν κάποιο άτομο μπορεί να έχει μεγάλη αυτοεκτίμηση, μπορεί να έχει χαμηλή αυτοπεποίθηση όσον αφορά μια συγκεκριμένη δεξιότητα (δηλαδή μαθηματικά). Ως εκ τούτου, σε αυτή τη δραστηριότητα θα ασχοληθούμε με την αυτοπεποίθηση που σχετίζεται με τη σεξουαλική διαφορετικότητα.

Όταν οι μαθητές βρίσκονται σε μια κατάσταση όπου δέχονται εκφοβισμό, αλλά αποφασίζουν να αποδεχτούν δημοσίως τη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) ταυτότητα τους, αυτό δείχνει ότι έχουν υψηλό επίπεδο αυτοπεποίθησης.

Δραστηριότητα 1:

Συζητήστε με τους μαθητές και ενημερώστε τους για τη σεξουαλική διαφορετικότητα και την ταυτότητα του φύλου. Οργανώστε συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης στην τάξη για να ευαισθητοποιήσετε τους μαθητές σχετικά με τα δικαιώματά τους. Αυτές οι συγκεντρώσεις θα μπορούσαν να είναι «ασφαλείς χώροι» όπου οι μαθητές μπορούν να θέσουν ερωτήσεις, να ξεκαθαρίσουν τις αμφιβολίες και να συζητήσουν τους φόβους τους σχετικά με το θέμα.

«Π.χ. Εβδομαδιαίος ασφαλής χώρος»

Δραστηριότητα 2:

Συμμετοχή ενός ειδικού που δηλώνει ανοιχτά ότι ανήκει στη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) κοινότητα. Πολλοί οργανισμοί ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) προσφέρουν δραστηριότητες για σχολεία και τα άτομα που τις αναλαμβάνουν ανήκουν στην κοινότητα. Συμμετέχοντας σε μία από αυτές τις δραστηριότητες, οι μαθητές σας όχι μόνο θα μάθουν για τη σεξουαλική διαφορετικότητα και την ταυτότητα φύλου, αλλά θα συναντήσουν και ένα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομο με αυτοπεποίθηση, το οποίο μπορεί να είναι πρότυπο για κάθε μαθητή ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) στην τάξη σας, που μπορεί να αισθάνεται ότι υπάρχει έλλειψη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) αναφορών στη ζωή του, ενώ θα κανονικοποιήσει και τις αλληλεπιδράσεις με τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα μεταξύ των μαθητών.

Αυτογνωσία

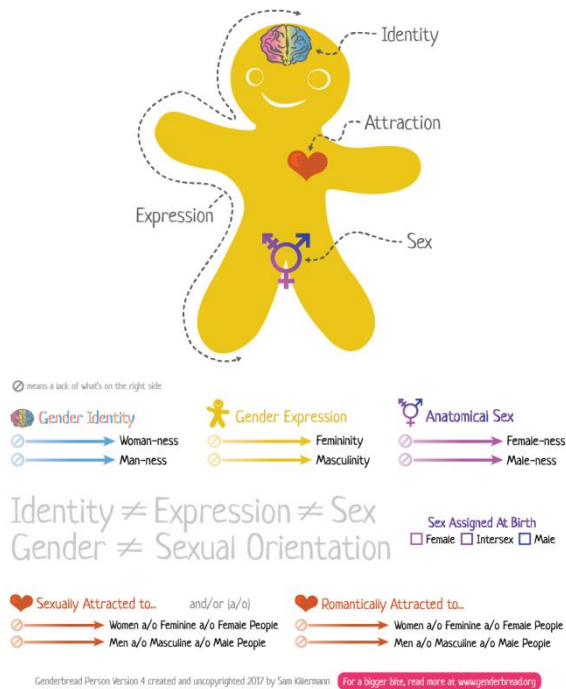
Το να έχει ένα άτομο αυτογνωσία σχετικά με την ταυτότητά του μπορεί να είναι πολύ χρήσιμο, όταν αλληλεπιδρά με άτομα των οποίων η ταυτότητα είναι «μη κανονιστική». Όσο περισσότερο το άτομο προβληματίζεται σχετικά με την ταυτότητα του, τόσο πιο εύκολο θα είναι να συσχετιστεί με άλλους.

Στον τομέα της κοινωνικής μέριμνας, οι μαθητές θα συνεργάζονται στενά με ασθενείς ΛΟΑΤΚΙ+. Το άτομο είναι σε θέση να κατανοήσει τη διαφορά μεταξύ της ιδέας του για την ταυτότητα και των άλλων πιθανών ταυτοτήτων, επομένως δίνει μεγάλη προσοχή στο πώς προτιμούν οι διαφορετικοί ασθενείς να προσφωνούνται, π.χ. ουδέτερο, θηλυκό, αρσενικό κ.λπ.

Δραστηριότητα:

Διάφορες δραστηριότητες για το προβληματισμό σχετικά με την ταυτότητα μπορούν να συμπεριληφθούν στην τάξη. Για να συζητήσετε το ζήτημα της διαφορετικότητας στην τάξη, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη δραστηριότητα «The Genderbread Person» (Killerman, 2017) (Εικόνα 1).

The Genderbread Person v4 by its pronounced METROsexual



Εικόνα 1: The Genderbread Person v4, Killermann (2017)

Δεξιότητες αντιμετώπισης

Οι δεξιότητες αντιμετώπισης θα βοηθήσουν εσάς και τους μαθητές σας να ανεχτείτε, να ελαχιστοποιήσετε και να αντιμετωπίσετε αγχωτικές καταστάσεις στη ζωή σας. Η καλή διαχείριση του άγχους σας μπορεί να σας βοηθήσει να αισθανθείτε καλύτερα σωματικά και ψυχολογικά και μπορεί να επηρεάσει την ικανότητά σας να αποδίδετε καλύτερα.

Όταν ένα άτομο βρίσκεται σε μια αγχωτική κατάσταση, υπάρχει μεγαλύτερη πιθανότητα να ενεργήσει επιθετικά, εκτρέποντας συχνά τον θυμό του (Linsky, Bachman & Straus, 1995), πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε συμπεριφορά μίσους έναντι εκείνων που αποκλίνουν από το «κανονικό». Με τις δεξιότητες αντιμετώπισης μπορούν να αποφευχθούν οι επιθετικές και τεταμένες καταστάσεις που βιώνουν τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα.

Δραστηριότητα:

Αυτή η δραστηριότητα έχει ως στόχο να κάνει τους μαθητές να προβληματιστούν σχετικά με

τους μηχανισμούς που χρησιμοποιούν για την αντιμετώπιση αγχωτικών καταστάσεων: τεχνικές διαχείρισης του στρες και καθημερινές δεξιότητες αντιμετώπισης.

Ο εκπαιδευτικός θα γράψει στον πίνακα τις ακόλουθες ερωτήσεις και θα ζητήσει από τους μαθητές να απαντήσουν σε αυτές σε ένα χαρτί. Δεν θα χρειαστεί να μοιραστούν με τα άλλα άτομα την απάντησή τους. Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως εισαγωγή στη χρήση ενός ημερολογίου, η οποία μπορεί να θεωρηθεί δεξιότητα αντιμετώπισης για ένα νέο άτομο.

1. Ποιες καταστάσεις ήταν οι πιο αγχωτικές για μένα;
 2. Πώς με επηρεάζουν συνήθως αυτά τα γεγονότα;
 3. Το βρίσκω χρήσιμο να ζητάω βοήθεια από άλλους; Ποιος με βοήθησε;
 4. Τι έχω μάθει για το εαυτό μου και τις αλληλεπιδράσεις μου με άλλους όταν έχω άγχος;
 5. Τι με έκανε πιο αισιόδοξος ή επιτυχημένος; (Capraro, 2012)
-

Διαπροσωπικές δεξιότητες

Ευαισθητοποίηση για τη διαφορετικότητα

Όταν αναφερόμαστε στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τη ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) διαφορετικότητα, σε αντίθεση με άλλα είδη ευαισθητοποίησης για τη διαφορετικότητα, εντοπίζουμε ορισμένα χαρακτηριστικά:

- Αίσθημα ενοχής/ντροπής σχετικά με την ταυτότητα: ενώ ορισμένες μορφές διαφορετικότητας είναι ορατές σε όλους, τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα μπορούν μερικές φορές να κρύψουν την ταυτότητά τους.
- Διαφορετικό επίπεδο οικειότητας: Τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα υποβάλλονται κοινωνικά σε ένα διαφορετικό επίπεδο οικειότητας σε δημόσιο χώρο από ότι τα ετεροφυλόφιλα ζευγάρια. Αυτό δεν σημαίνει ότι έχουν λιγότερη οικειότητα, αλλά ότι δεν μπορούν να τη μοιραστούν δημόσια.
- Ετεροκανονικότητα: Η GALE (ο βασικός εταίρος του έργου SENSE) έχει αναπτύξει το μοντέλο OGLO (εικόνα 2). Αυτό το μοντέλο εξηγεί πώς λειτουργούν οι κοινωνικοί κανόνες και πώς οδηγούν σε διακρίσεις και κοινωνικό αποκλεισμό (Dankmeijer,

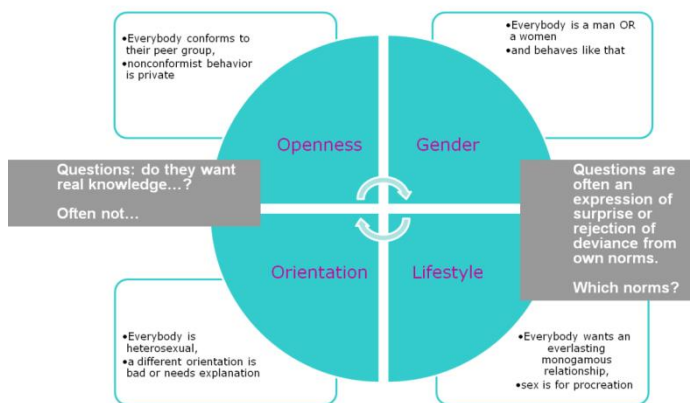
2018).

Το να μην υποθέσει ότι ο πελάτης/ χρήστης ακολουθεί την ετεροκανονικότητα είναι ένα σημαντικό βήμα που μπορεί να κάνει ένας επαγγελματίας για να βελτιώσει την ποιότητα. Αυτό επιτρέπει στον εργαζόμενο να είναι πιο ευαίσθητος και να προσφέρει καλύτερη εμπειρία στους πελάτες του.

Δραστηριότητα:

Μπορείτε να συζητήσετε με τους μαθητές σας το μοντέλο OGLO (εικόνα 2). Για να το κάνετε αυτό, προτείνουμε να χωρίσετε την τάξη σε 4 μικρότερες ομάδες και να ζητήσετε από κάθε ομάδα να συζητήσει έναν από τους τομείς του OGLO:

GALE
THE GLOBAL ALLIANCE
FOR LGBT EDUCATION



1. Δεκτικότητα
2. Φύλο
3. Τρόπος ζωής
4. Προσανατολισμός και σεξουαλικές προτιμήσεις

Εικόνα 2: Το μοντέλο OGLO, Dankmeijer (2018)

Ευαισθητοποίηση για τον σεβασμό και την αξιοπρέπεια

Για να αποκτήσουμε τη δεξιότητα ευαισθητοποίησης σχετικά με την αξιοπρέπεια και τον σεβασμό, πρέπει να ακολουθήσουμε τα επόμενα βήματα (Castleberry-Singleton, n.d.):

1. Ευαισθητοποίηση
2. Αφοσίωση (φερόμαστε στα άλλα άτομα με σεβασμό)
3. Κοινοί στόχοι (εμείς και οι πελάτες/χρήστες μας έχουμε έναν κοινό στόχο, την αξιοπρέπεια)

Η προτεινόμενη δραστηριότητα στοχεύει στην ευαισθητοποίηση και την έναρξη μιας συζήτησης ως το πρώτο βήμα προς τη βελτίωση της δεξιότητας ευαισθητοποίησης σχετικά με την αξιοπρέπεια και τον σεβασμό.

Αυτή η δεξιότητα είναι σημαντική για κάθε μαθητή EEK, ειδικά στον κοινωνικο-

υγειονομικό τομέα. Τα άτομα με ανάγκες περίθαλψης είναι συνήθως πιο ευάλωτα και μπορούν να υποφέρουν από έλλειψη αξιοπρέπειας. Η εργασία σε αυτόν τον τομέα συνεπάγεται βοήθεια ώστε οι πιο ευάλωτοι να αντιμετωπίζονται με σεβασμό και αξιοπρέπεια.

Δραστηριότητα:

Σε αυτήν τη δραστηριότητα θα παρακολουθήσουμε μια ταινία μικρού μήκους σχετικά με τις πραγματικότητες των ηλικιωμένων ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) ατόμων και στη συνέχεια θα συζητήσουμε για ορισμένα θέματα και ερωτήσεις.

Η ταινία μικρού μήκους που προτείνουμε είναι το «A long line of Glitter» (Holmes-Elliot, 2017) που θίγει το ζήτημα της απομόνωσης που βιώνουν τα ηλικιωμένα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα. Η ταινία μικρού μήκους μπορεί να προβληθεί εδώ: https://www.youtube.com/watch?v=9g_t-IJsPDA

Αφού δείτε την ταινία μικρού μήκους, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις για να ξεκινήσετε μια συζήτηση στην τάξη:

- Περιμένετε να δείτε τις ιστορίες που μοιράστηκαν οι άνθρωποι στην ταινία;
- Πώς μπορείτε να βοηθήσετε τα ηλικιωμένα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα ώστε να αισθάνονται λιγότερο απομονωμένα;
- Στη δουλειά μας, πώς μπορούμε να διασφαλίσουμε ότι προστατεύουμε την αξιοπρέπεια των ηλικιωμένων ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) ατόμων;

Ένα άλλο βίντεο, το οποίο αφορά τις πραγματικότητες των διεμφυλικών ατόμων κατά την παιδική ηλικία, που μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για να ξεκινήσει μια συζήτηση στην τάξη, είναι το «Listen» (Graf, 2018) και μπορεί να προβληθεί εδώ: <https://vimeo.com/296667487>

Σεβασμός προς άλλα άτομα

Στην πρακτική κατανόηση αυτής της δεξιότητας επικεντρωνόμαστε στη μη βίαιη επικοινωνία ως εργαλείο για την ενίσχυση της συνεργασίας και της επικοινωνίας, έχοντας πάντα ως ηθική πυξίδα τον σεβασμό.

Στο εργασιακό περιβάλλον αντιμετωπίζουμε πάντα προκλήσεις, και μερικές φορές βρισκόμαστε υπό μεγάλη πίεση και οι καταστάσεις μπορεί να γίνουν τεταμένες. Η χρήση

της μη βίαιης επικοινωνίας είναι σημαντική τόσο για τον σεβασμό μας προς τους άλλους, όσο και για τη διαμεσολάβηση σε μια κατάσταση όπου μπορεί να προκύψει διάκριση έναντι ενός ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) ατόμου, εάν δεν διακοπεί.

Δραστηριότητα:

Αυτή η δραστηριότητα θα διερευνήσει τις βασικές έννοιες «παρατήρηση», «συναισθήματα», «ανάγκες» και «αίτημα» (Kashtan & Kashtan, n.d.), οι οποίες είναι βασικές για τη μη βίαιη επικοινωνία.

1. Αρχικά, ξεκινήστε αυτήν την πρόταση και ζητήστε από τους μαθητές σας να την ολοκληρώσουν: «Όταν έχετε νευρική για μια παράσταση πιάνου και στο τέλος παίζετε πολύ καλά, θα αισθανθείτε...». Θα απαντήσουν με επίθετα όπως επιτυχημένος, έκπληκτος...
2. Τώρα ζητήστε τους να αναζητήσουν επίθετα που περιγράφουν το πώς θα αισθανθούν εάν τα πράγματα δεν πάνε με τον τρόπο που ελπίζανε. Είναι σημαντικό να μάθουν να αναγνωρίζουν πώς αισθάνονται.
3. Στη συνέχεια, γράψτε στον πίνακα τις ακόλουθες προτάσεις: «Είσαι γουρούνι» και «Ταράζομαι να σε βλέπω να αφήνεις τις βρώμικες κάλτσες σου στο πάτωμα του μπάνιου, γιατί θα ήθελα να μπορώ να κινούμαι πιο ελεύθερα. Θα ήθελα να αρχίσεις να βάζεις τις κάλτσες σου στο καλάθι με τα άπλυτα». Ζητήστε τους να προσδιορίσουν τις διαφορές.
4. Ζητήστε τους να εντοπίσουν την παρατήρηση, τα συναισθήματα, τις ανάγκες και το αίτημα στη δεύτερη πρόταση.
5. Χωρίστε τους σε μικρές ομάδες και ζητήστε τους να σκεφτούν καταστάσεις που έλαβαν ένα σχόλιο που τους έκανε να αισθάνονται άσχημα και να το επαναδιατυπώσουν χρησιμοποιώντας τις τέσσερις πτυχές της μη βίαιης επικοινωνίας. Μπορούν να μοιραστούν τα αποτελέσματα με την υπόλοιπη ομάδα

Προσαρμοστικότητα

Η προσαρμοστικότητα είναι μια δεξιότητα που γίνεται όλο και πιο σημαντική κάθε χρόνο όσον αφορά την αναζήτηση εργασίας. Οι εργοδότες αναζητούν δυνητικούς υπαλλήλους που μπορούν να προσαρμοστούν σε διαφορετικές καταστάσεις. Όμως, στο πλαίσιο της ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) διαφορετικότητας, η προσαρμοστικότητα είναι το κλειδί για την κατανόηση ότι η κοινωνία αλλάζει, και το ίδιο πρέπει και εμείς.

Τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα έχουν αποκτήσει δικαιώματα τα τελευταία χρόνια.

Παρόλο που υπάρχουν πολλά ακόμη που πρέπει να κατακτηθούν, έχουν γίνει βήματα προς την ισότητα και η κοινωνία πρέπει να προσαρμοστεί σε αυτές τις αλλαγές. Οι μαθητές ΕΕΚ πρέπει να είναι σε θέση να αποδεχθούν αυτές τις αλλαγές. Για παράδειγμα, κάτι που ήταν «παράνομο» πριν από λίγα χρόνια, όπως το να πάνε ηλικιωμένα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα σε γηροκομεία, γίνεται όλο και πιο συνηθισμένο και οι μαθητές ΕΕΚ πρέπει να έχουν τις δεξιότητες για να μπορούν να τροποποιούν τις εργασιακές τους πρακτικές σύμφωνα με τη χρονική στιγμή στην οποία ζουν (και θα ζήσουν).

Δραστηριότητα:

Αυτή η δραστηριότητα θα επικεντρωθεί στην άρση των προσδοκιών. Όταν έχουμε ορισμένες προσδοκίες, η συμπεριφορά μας επηρεάζεται από τα αποτελέσματα, και αν ανταπεξέρχονται στις προσδοκίες μας. Για να είμαστε προσαρμόσιμοι, πρέπει να άρουμε τις προσδοκίες μας. Στο πλαίσιο της ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) διαφορετικότητας, τέτοιες προσδοκίες συνήθως εμφανίζονται με τη μορφή προκαταλήψεων.

1. Οι μαθητές θα χωριστούν σε ζευγάρια. Καθένα από τα μέλη του ζευγαριού θα έχει ένα αυτοκόλλητο κολλημένο στο κεφάλι του (χωρίς να βλέπει το περιεχόμενό του). Αυτό το αυτοκόλλητο θα έχει ένα επίθετο γραμμένο σε αυτό (τεμπέλης, δυνατός, συναισθηματικός...), αλλά δεν θα ξέρουν ποιο επίθετο έχουν κολλημένο στο κεφάλι τους.
2. Κάθε ζευγάρι θα υποδυθεί μια κατάσταση στην οποία το ένα άτομο θα πρέπει να αντιμετωπίσει το άλλο άτομο σύμφωνα με το χαρακτηριστικό που έχει κολλήσει στο μέτωπό του.
3. Μόλις τελειώσει αυτό, θα ερωτηθούν πώς ένιωσαν να τους αντιμετωπίζουν οι άλλοι σύμφωνα με το αυτοκόλλητό τους (και πώς ένιωσαν να αντιμετωπίζουν τον άλλο άτομο με τον ίδιο τρόπο).
4. Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός θα αναφέρει ότι υπάρχουν προκαθορισμένες ιδέες, προκαταλήψεις αναφορικά με ορισμένες ομάδες, όπως τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα, και ότι αυτές οι προκαταλήψεις επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρούμε μαζί τους (Prejudices, 2019).

Ενσυναίσθηση

Η ενσυναίσθηση είναι προϋπόθεση για την πραγματική κατανόηση και ανοχή και είναι διαφορετικό από το να προσποιούμαστε ή να ανεχόμαστε από απόσταση. Είναι πολύ σημαντικό η ομάδα να θεσπίζει βασικούς κανόνες προτού συζητήσει ζητήματα που σχετίζονται με αυτό το θέμα, όπως: δεν είναι όλοι υποχρεωμένοι να πουν κάτι, να μην είναι

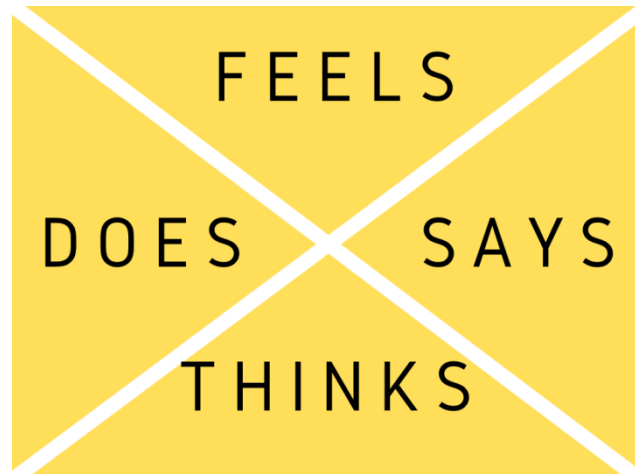
αρνητικοί στα σχόλια άλλων και να διατηρούν τα προσωπικά σχόλια στην ομάδα.

Οι μαθητές μας δεν χρειάζεται να έχουν βαθιά κατανόηση και θεωρητική γνώση πάνω στις διαφορετικές σεξουαλικές συνθήκες και ταυτότητες. Σε πολλές περιπτώσεις, έχοντας ένα καλό επίπεδο ενσυναίσθησης θα τους επιτρέψει να παρέχουν μια καλή εξυπηρέτηση στους πιο ευάλωτους πελάτες / χρήστες, ειδικά τα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομα.

Δραστηριότητα:

Σε αυτήν τη δραστηριότητα θα εργαστούμε με τον χάρτη ενσυναίσθησης, ο οποίος έχει τέσσερις πτυχές: Συναισθημα, Σκέψη, Έκφραση και Πράξη (Paltrow, 2017).

1. Προβάλετε ή σχεδιάστε τον χάρτη ενσυναίσθησης (Εικόνα 3) στον πίνακα.
2. Δώστε 4 χαρτάκια σημειώσεων σε κάθε συμμετέχοντα.
3. Παρουσιάστε μια κατάσταση όπου, στη μελλοντική τους εργασία (για τον τομέα που αφορά το μάθημα ΕΕΚ) ενδέχεται να αλληλεπιδράσουν με ένα ΛΟΑΤΚΙ+ (LGBTQI+) άτομο (π.χ. «Εργάζεστε σε ανθοπωλείο και ένα γκέι ζευγάρι που παντρεύεται σας ζητά να τους βοηθήσετε με τον ανθοστολισμό για τον γάμο τους»).
4. Ζητήστε τους, να γράψουν σε κάθε ένα από τα χαρτάκι σημειώσεων, τι θα ισχύει για κάθε μία από τις κατηγορίες του χάρτη ενσυναίσθησης. Στη συνέχεια, ζητήστε τους να πάνε στον πίνακα, να κολλήσουν τα χαρτάκια τους και να μοιραστούν με την υπόλοιπη ομάδα τι έχουν γράψει.



Εικόνα 3: Χάρτης ενσυναίσθησης

Αναφορές

Blais, M., Gervais, J., & Hébert, M. (2014). Internalized homophobia as a partial mediator between homophobic bullying and self-esteem among youths of sexual minorities in Quebec (Canada). *Ciência&SaúdeColetiva*, 19(3), 727-735. doi: 10.1590/1413-81232014193.16082013

Cambridge University Press. *Misgender*. *Cambridge Advanced Learner's Dictionary & Thesaurus*. Cambridge. Retrieved from <https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/misgender>

Capraro, K. (2012). *Break Free from Depression: A 4-Session Curriculum Addressing Adolescent Depression* (pp. 55-56). Boston: Boston Children's Hospital Neighborhood Partnerships.

Castleberry-Singleton, C. The Dignity & Respect Campaign: An Initiative to Build an Inclusive Workplace that Delivers Patient-centered, Culturally Culturally Competent Care. Retrieved 14 July 2020, from <https://www.jhsph.edu/research/centers-and-institutes/johns-hopkins-center-for-health-disparities-solutions/Events/CasteleberryFrom Dignity Respect to Cultural Awareness.pdf>

Dankmeijer, P. (2018). *Sexual Diversity in Schools: Reader*. GALE.

Graf, J. (2018). *Listen* [Short film]. UK.

Holmes-Elliot, A. (2017). *A long line of glitter* [Short film]. Glasgow.

Kashtan, I., & Kashtan, M. Basics of Nonviolent Communication – BayNVC. Retrieved 14 July 2020, from <https://baynvc.org/basics-of-nonviolent-communication/#:~:text=Empathy,-&text=Expressing%20our%20own%20observations%2C%20feelings,guessing%20their%20feelings%20and%20needs>.

Killermann, S. (2017). *The Genderbread Person v4* [Image]. Retrieved from <https://www.genderbread.org/resource/genderbread-person-v4-0>

Leyerzapf, H., Visse, M., De Beer, A., & Abma, T. (2016). Gay-friendly elderly care: creating space for sexual diversity in residential care by challenging the hetero norm. *Ageing And Society*, 38(2), 352-377. doi: 10.1017/s0144686x16001045

Linsky, A., Bachman, R., & Straus, M. (1995). *Stress, culture & aggression*. New Haven, Conn: Yale University Press.

Merriam-Webster.(2019). Themselves.Merriam-Webster. Retrieved from <https://www.merriam-webster.com/words-at-play/themselves>

Oxford University Press.cisgender. *Lexico*. Oxford. Retrieved from <https://www.lexico.com/en/definition/cisgender>

Paltrow, C. (2017). Empathy Map, *Empathy in Your Classroom* [PDF] (p. 8). The Teachers Guild. Retrieved from <https://www.oakland.edu/Assets/Oakland/galileo/files-and-documents/Empathy%20in%20Your%20Classroom%20Teachers%20Guild.pdf>

Prejudices. (2019). Retrieved 14 July 2020, from <https://dramaforyouthwork.eu/prejudices/>

Strom, P., & Strom, R. (2020). *Interpersonal Intelligence Theory*. Retrieved 29 June 2020, from <http://www.public.asu.edu/~rdstrom/IIITheory.html>