

Εκπαιδευτική Ενότητα 13

Υποστηρίζοντας τους άλλους ανθρώπους



Εκπαιδευτική Ενότητα 13: Υποστηρίζοντας τους άλλους ανθρώπους

Μαθησιακοί Στόχοι

Θέμα 1

Τι σημαίνει υποστηρίζουμε τους άλλους ανθρώπους;

Θέμα 2

Γιατί είναι σημαντικό;

Θέμα 3

Δείγματα φράσεων για χρήση στο βιογραφικό σημείωμα

Θέμα 4

TSC κριτήρια αξιολόγησης

Εκπαιδευτική Ενότητα 13: Υποστηρίζοντας τους άλλους ανθρώπους

	Δραστηριότητες
Πρακτική Δραστηριότητα 1	Ο Γιατρός του Goya και η Τέχνη της Φροντίδας
Πρακτική Δραστηριότητα 2	Αναπαράσταση: Δίνουμε Συμβουλές

Μαθησιακοί Στόχοι

Με την επιτυχή ολοκλήρωση αυτής της Εκπαιδευτικής Ενότητας, οι συμμετέχοντες/ουσες θα είναι σε θέση να:

- Παρέχουν συμβουλές και καθοδήγηση
- Προσφέρουν βοήθεια
- Εστιάζουν στους πελάτες (ειδικά σε εργασιακά περιβάλλοντα)

Θέμα 1: Τι σημαίνει υποστηρίζουμε τους άλλους ανθρώπους;

Η ενέργεια του να υποστηρίζουμε τους άλλους ανθρώπους περιλαμβάνει τη διασφάλιση ό,τι τα άτομα που δεν έχουν ικανότητες, δεξιότητες, ή αυτοπεποίθηση θα λάβουν εποικοδομητική βοήθεια με ενσυναίσθηση και ευγένεια όταν ζητήσουν ή δείξουν ό,τι χρειάζονται βοήθεια. Αυτή η δεξιότητα είναι αναγκαία σε όλα τα περιβάλλοντα όπου θα βρεθεί ένας άνθρωπος: οικογένεια, φιλίες, δουλειά, αθλήματα, κ.λπ.

Το να υποστηρίζουμε τους άλλους ανθρώπους είναι μία υπέροχη μέθοδος να δείξουμε στα άτομα γύρω μας ό,τι νοιαζόμαστε, είτε αυτά τα άτομα είναι μέρος του οικογενειακού, φιλικού, ή επαγγελματικού μας περιβάλλοντος. Μπορούμε να κάνουμε εισηγήσεις στα άτομα αυτά με βάση τις εμπειρίες, γνώσεις, και ευθύνες μας. Οι ακόλουθες κατευθυντήριες γραμμές θα μας βοηθήσουν να υποστηρίξουμε ανάλογα τους άλλους ανθρώπους:

- Ρωτήστε. Πριν προσφέρετε συμβουλές ή βοήθεια, βεβαιωθείτε ό,τι αυτό είναι κάτι που το άλλο άτομο επιθυμεί ή είναι έτοιμο να δεχτεί.
- Να πράττετε με ευγένεια. Αποφύγετε να κριτικάρτε αρνητικά το άλλο άτομο. Να παρέχετε μόνο φιλικές και χρήσιμες συμβουλές και βοήθεια.
- Να είστε ειλικρινείς. Η ειλικρίνεια πάντα συμβάλλει στην αποτελεσματικότητα των συμβουλών και της βοήθειας που προσφέρουμε και που λαμβάνουμε.
- Ακούστε. Δώστε προσοχή στα λόγια του άλλου ατόμου και στο πώς αντιδράει στις εισηγήσεις σας.
- Συνεργαστείτε. Όταν συμβουλευτείτε ή βοηθήσετε ένα άλλο άτομο, συνεργαστείτε μαζί του για να ανακαλύψετε μαζί την κατάλληλη λύση για την κατάσταση.
- Η εποικοδομητική κριτική είναι μία μορφή συμβουλής στο εργασιακό περιβάλλον που είναι αποδεκτή και καλοδεχούμενη. Όταν παρέχεται εποικοδομητική κριτική μεταξύ συνεργατών/συνεργατριών τους επιτρέπει να εξελιχθούν και μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα την αύξηση της επαγγελματικής παραγωγικότητας.

Θέμα 2: Γιατί είναι σημαντικό;

Το να υποστηρίξουμε τα άτομα γύρω μας, και τους ανθρώπους γενικότερα, είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση σταθερών σχέσεων σε όλα τα επίπεδα και περιβάλλοντα. Πολλά πλεονεκτήματα μίας τέτοιας συμπεριφοράς είναι τα ακόλουθα:

- **Ηθική:** Το να βοηθήσουμε ένα άλλο άτομο όταν μας το ζητήσει μπορεί να ενισχύσει το ηθικό.
- **Υποστήριξη:** Όταν δείχνουμε στους άλλους ανθρώπους ό,τι νοιαζόμαστε, θα είναι πιο πρόθυμοι να ανταποδώσουν.
- **Ηγεσία:** Το να βοηθάμε τα άλλα άτομα είναι ένα σημαντικό χαρακτηριστικό για την ανάπτυξη ηγετικών δεξιοτήτων.
- **Υγεία:** Ένα θετικό περιβάλλον έχει τη δύναμη να μειώσει το άγχος και να ενισχύσει την υγεία μας.
- **Παραγωγικότητα:** Ειδικά σε ένα εργασιακό περιβάλλον, όταν όλοι/όλες οι συνάδελφοι συνεργάζονται αρμονικά τότε θα εργάζονται πιο αποτελεσματικά.

Θέμα 3: Δείγματα φράσεων για χρήση στο βιογραφικό σημείωμα

- Ικανότητα κατανόησης των συναισθημάτων των άλλων ατόμων
- Ικανότητα ενεργητικής ακρόασης, εστιάζοντας όλη την προσοχή στο άτομο που μιλάει, δείχνοντας ενσυναίσθηση, και αποφεύγοντας τα αρνητικά σχόλια
- Εντιμότητα, διαφάνεια και ειλικρίνεια στην επικοινωνία με άλλα άτομα

Θέμα 4: Κριτήρια Αξιολόγησης

Τα βασικά κριτήρια για την αξιολόγηση αυτού του TSC είναι οι πτυχές που αναφέρονται παρακάτω. Σύμφωνα με αυτά, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να καθοδηγήσουν τους/τις μαθητές/μαθήτριες τους στη διαδικασία βελτίωσης. Ο/η μαθητής/μαθήτρια μπορεί να αξιολογηθεί ως «επαρκής» ή ως «χρειάζεται βελτίωση». Ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να προσθέσει συγκεκριμένα σχόλια για κάθε μαθητή/μαθήτρια στα αντίστοιχα κουτιά. Παρακαλούμε συμβουλευτείτε το *Πνευματικό Παραδοτέο 2: Be Creative! Εγχειρίδιο για Εκπαιδευτικούς* για περαιτέρω οδηγίες σχετικά με τα κριτήρια αξιολόγησης.

Κριτήρια	Επαρκής	Χρειάζεται βελτίωση
Παροχή βοήθειας		
Παροχή συμβουλών και καθοδήγησης		
Σεβασμός και ειλικρίνεια στην επικοινωνία με άλλα άτομα		
Ενεργητική ακρόαση		

Δραστηριότητες

Πρακτική Δραστηριότητα 1: Ο Γιατρός του Goya και η Τέχνη της Φροντίδας

Στόχοι δραστηριότητας	
<ul style="list-style-type: none">• Εξάσκηση ενσυναίσθησης βάζοντας τον εαυτό μας στη θέση του άλλου ατόμου• Ταυτοποίηση των ατόμων που παρουσιάζουν ενσυναίσθηση και εκείνων που δεν έχουν αυτή την ικανότητα• Ανάλυση μίας συγκεκριμένης κατάστασης πριν οποιαδήποτε ενέργεια	
TSC που θα χρησιμοποιηθούν για τη δραστηριότητα	
<ul style="list-style-type: none">• Υποστήριξη άλλων ατόμων• Σεβασμός και εκτίμηση για τα άλλα άτομα	
Υλικό	
Εικόνες 4 διάσημων πινάκων ζωγραφικής εκτυπωμένες με χρώμα σε φύλλα χαρτιού A4: <ul style="list-style-type: none">• Το πορτρέτο του Goya με τον Δρ. Arrieta (Goya, 1820)• Η Ανατομία του Δρ. Tulp (Rembrandt, 1632)• Το πορτραίτο του Δρ. Gachet (Vincent Van Gogh, 1890)• Η Κλινική Gross (Thomas Eakins, 1875)	
Η Ιδέα	
Οι συμμετέχοντες/ουσες θα παρατηρήσουν, θα αναλύσουν, και θα προσπαθήσουν να ταυτιστούν με τις σκηνές που παρουσιάζονται στις εικόνες, εξασκώντας ενσυναίσθηση. Στη συνέχεια, θα πρέπει να προβληματιστούν.	

Διαδικασία

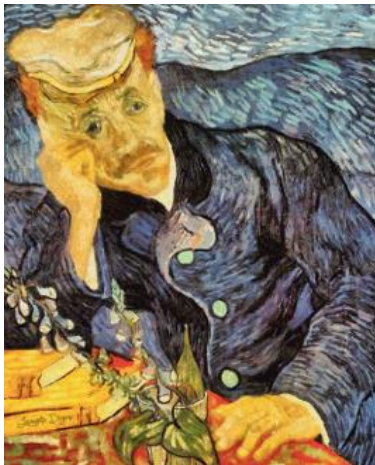
1. Παρουσιάστε στην τάξη τους 4 πίνακες ζωγραφικής που αποθανατίζουν τους γιατρούς που δημιουργήθηκαν από διάσημους ζωγράφους.
2. Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να παρατηρήσουν προσεκτικά κάθε πίνακα ζωγραφικής, να περιγράψουν τους χαρακτήρες, και να προσπαθήσουν να κατανοήσουν τι ακριβώς συμβαίνει στις συγκεκριμένες σκηνές. Χρησιμοποιήστε τον ακόλουθο οδηγό για κάθε πίνακα ζωγραφικής:



Πορτραίτο του Goya με τον Δρ. Arrieta (Goya, 1820): Ο πίνακας παρουσιάζει τον Δρ. Arrieta να κρατάει τον Goya, ο οποίος είναι χλωμός και εξασθενημένος, και να του χορηγεί φάρμακα. Η στάση του σώματος και οι κινήσεις των χεριών του γιατρού φανερώνουν την αποφασιστικότητα του να βοηθήσει τον ασθενή του να γίνει καλά. Το πρόσωπο του γιατρού δείχνει καλοσύνη και φροντίδα. Στο υπόβαθρο, υπάρχουν ορισμένες σκοτεινές φιγούρες που ίσως αντιπροσωπεύουν τους εφιάλτες ενός ανθρώπου που βρίσκεται σε μία κατάσταση παραληρήματος. Η συγκεκριμένη ελαιογραφία δημιουργήθηκε το 1820 όταν ο ζωγράφος ήταν 74 ετών, και 8 χρόνια πριν τον θάνατο του. Ο καλλιτέχνης είχε ήδη αποκτήσει μεγάλη φήμη ως ζωγράφος των βασιλικών αυλών της Ισπανίας. Ο Goya ταλαιπωρήθηκε για χρόνια από ιατρικά προβλήματα που τον άφησαν κουφό και εν μέρει τυφλό.



Η Ανατομία του Δρ. Tulp (Rembrandt, 1632): Ο πίνακας παρουσιάζει έναν καθηγητή που είναι εντυπωσιακά ντυμένος να διδάσκει ανατομία σε μία ομάδα μαθητών. Τα ρούχα του καθηγητή καταδεικνύουν το αξίωμα και τον πλούτο του καθώς κάνει την επίδειξη. Το πορτρέτο δεν αντικατοπτρίζει την απαραίτητη φροντίδα για τα άτομα που αντιμετωπίζουν μία ασθένεια.



Το πορτραίτο του Δρ. Gachet (Vincent Van Gogh, 1890): Ο πίνακας παρουσιάζει έναν άντρα σε μία κατάσταση πλήξης ή μελαγχολίας, και που ακουμπάει το κεφάλι του στο χέρι του. Μπροστά του έχει δύο βιβλία και ένα φυτό δακτυλίτιδα. Δεν υπάρχει κάποια ένδειξη ό,τι αυτό το άτομο είναι γιατρός. Το μόνο σχετικό στοιχείο είναι η δακτυλίτιδα η οποία είναι ένα φαρμακευτικό φυτό. Άλλο ένα στοιχείο είναι τα γράμματα του Van Gogh. Δεν φαίνεται να υπάρχει ιδιαίτερη ευαισθησία ή συμπόνια. Ωστόσο, γνωρίζοντας ό,τι είναι ο γιατρός του Van Gogh, μπορούμε να φανταστούμε ό,τι ίσως συλλογίζεται τον καλλιτέχνη που τον ζωγραφίζει, ό,τι ίσως παρατηρεί με οίκτο την βασανισμένη ψυχή που συνεχίζει να ζωγραφίζει ακόμα και αν δεν έχει χρήματα.



Η Κλινική Gross (Thomas Eakins, 1875): Ο πίνακας παρουσιάζει έναν γιατρό με ματωμένα χέρια να κρατάει ένα νυστέρι και να κοιτάζει αλλού από τον λιπόθυμο ασθενή στο χειρουργικό τραπέζι του οποίου κόβεται το πόδι. Στα αριστερά, πίσω από τον Δρ. Gross, κάθεται μία θλιμμένη γυναίκα, ενδεχομένως η μητέρα του ασθενούς. Ο γιατρός, όμως, δεν επηρεάζεται και δεν δείχνει ενσυναίσθηση. Ο Δρ. Gross μπορεί να ήταν ένας ικανός χειρουργός και δάσκαλος, αλλά η συμπόνια μάλλον δεν ήταν ένα από τα δυνατά του σημεία, τουλάχιστον αυτό φαίνεται σε αυτό το πορτρέτο.

Περισσότερες Παρατηρήσεις:

Το πορτραίτο του Goya με τον Δρ. Arrieta (Francisco de Goya, 1820) θεωρείται ένα από τα καλύτερα πορτραίτα ενός γιατρού στην ιστορία της δυτικής τέχνης. Ο γιατρός του Goya δείχνει μία βαθιά συμπόνια και μία έντονη θέληση να βελτιώσει την υγεία του ασθενή τους.

Όταν συγκρίνουμε την εικόνα του Goya με αυτούς τους πίνακες, εκτιμούμε τις ιδιότητες που εμφανίζονται στον Δρ. Arrieta μέσα από το επιδέξιο χέρι του καλλιτέχνη. Τα στοιχεία της συμπόνιας και της φροντίδας είναι δύσκολο να μετρηθούν στις εξετάσεις των επιτροπών και μπορεί να μην έχουν μεγάλη σημασία στο σημερινό περιβάλλον της ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης με γνώμονα τα δεδομένα. Ωστόσο, αυτές οι ιδιότητες είναι τόσο σημαντικές για τη δημιουργία μίας σχέσης με έναν άρρωστο ασθενή.

Η διαδικασία δημιουργίας μίας σχέσης γιατρού-ασθενούς είναι μία οικεία, απαιτητική εμπειρία που δεν πρέπει να θεωρείται δεδομένη. Οι γιατροί έχουν τη δυνατότητα να αλλάξουν τις ζωές των ανθρώπων. Στην περίπτωση του Δρ. Arrieta, ο γιατρός βοήθησε τον Goya να ζήσει άλλα 8 χρόνια και να εκφράσει περαιτέρω την ιδιοφυΐα του στην τέχνη, η οποία ήταν ένα δώρο για τον κόσμο. Ίσως αυτός ο πίνακας πρέπει να διανεμηθεί σε κάθε φοιτητή/φοιτήτρια ιατρικής ως το ιδανικό που πρέπει να επιτευχθεί μέσω της εκπαίδευσης ως γιατρός.

3. Ζητήστε από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να επιλέξουν έναν από τους χαρακτήρες από όποιον πίνακα επιθυμούν για να ΣΚΕΦΤΟΥΝ και να ΝΙΩΣΟΥΝ σαν να ήταν αυτοί/ές ο χαρακτήρας της σκηνής. Μπορεί να επιλέξουν τον ρόλο του γιατρού, του ασθενή, της μητέρας του ασθενή, του μαθητή ιατρικής, κ.λπ.

4. Ζητήστε τους να σκεφτούν πώς θα ένιωθαν εάν ήταν στη θέση εκείνου του χαρακτήρα, πώς θα συμπεριφέρονταν. Αφού σκεφτούν και αισθανθούν ως ο επιλεγμένος χαρακτήρας, ρωτήστε εάν υπάρχει κάποια αλλαγή στον τρόπο που θα επέλεγαν να ζωγραφιστούν;

Ερωτήσεις για συζήτηση μεταξύ των συμμετεχόντων	
-------------------------------------------------	--

- Ποιοι χαρακτήρες δείχνουν συμπόνια και ευαισθησία, και ποιοι όχι; Τι πιστεύετε για τις αντιδράσεις τους;
- Πιστεύετε ό,τι οι γιατροί στην εποχή μας δείχνουν συμπόνια και ευαισθησία;
- Τι μπορείτε να κάνετε στο δικό σας περιβάλλον για να είσαστε πιο υποστηρικτικοί/ές;

Διαγενεακή Διάσταση	
---------------------	--

Αναμείξτε τις ηλικιακές ομάδες και αναλύστε τη διαφορά στις απαντήσεις 3 και 4 της διαδικασίας. Υπάρχει κάποια διαφορά μεταξύ των εκτιμήσεών τους;

Πρακτική Δραστηριότητα 2: Αναπαράσταση: Δίνουμε Συμβουλές

Στόχοι δραστηριότητας	
<ul style="list-style-type: none">• Εξάσκηση στο να δίνουμε συμβουλές, ακολουθώντας τις απλές, αλλά χρήσιμες, οδηγίες που μάθαμε• Ανάλυση μίας κατάστασης από διάφορες προσεγγίσεις• Εξάσκηση στο να μοιραζόμαστε τα συναισθήματα μας με άλλα άτομα• Κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων ατόμων• Εξάσκηση ενεργητικής ακρόασης	
TSC που θα χρησιμοποιηθούν για τη δραστηριότητα	
<ul style="list-style-type: none">• Υποστηρίζουμε τους άλλους ανθρώπους• Δείχνουμε σεβασμό και εκτίμηση για τα άλλα άτομα	
Υλικό	
Στυλό & Χαρτί	
Η Ιδέα	
Οι συμμετέχοντες/ουσες αναλαμβάνουν διαφορετικούς ρόλους για την παροχή συμβουλών μεταξύ τους και δημιουργούν ένα σύντομο παιχνίδι ρόλων.	

Διαδικασία

1. Κάθε συμμετέχοντας/ουσα θα πρέπει να σκεφτεί μία κατάσταση για την οποία χρειάζεται μία συμβουλή.
2. Τότε, θα συνεργαστούν σε ομάδες των 3 ατόμων υιοθετώντας τους ακόλουθους ρόλους:
 - Άτομο 1: αντιμετωπίζει ένα πρόβλημα
 - Άτομο 2: προσφέρει συμβουλές
 - Άτομο 3: δείχνει αδιαφορία και δεν συμβουλεύει

Κάθε ομάδα θα πρέπει να αναπαραστήσει 3 διαφορετικές καταστάσεις: Αφού παίξουν τους αντίστοιχους ρόλους, τα άτομα 1, 2 και 3 εναλλάσσονται και αλλάζουν ρόλους. Συνολικά, κάθε ομάδα εργάζεται με 3 διαφορετικά προβλήματα και παράγει 3 παιχνίδια ρόλων.

3. Κάθε ομάδα θα επιλέξει ένα από τα τρία σενάρια που έπαιξε για να το παρουσιάσει στην υπόλοιπη τάξη.

Ερωτήσεις για συζήτηση μεταξύ των συμμετεχόντων	
-------------------------------------------------	--

- Ποιο από τα παιχνίδια ρόλων σας άρεσε περισσότερο; Γιατί;
- Ποιος χαρακτήρας σας άρεσε περισσότερο; Γιατί;
- Ποιον χαρακτήρα αντιπαθήσατε περισσότερο; Γιατί;
- Αναθεώρηση: Τι πρέπει να λαμβάνουμε υπόψη όταν δίνουμε συμβουλές;

Διαγενεακή Διάσταση	
---------------------	--

Αναμείξτε τις ηλικιακές ομάδες και συγκρίνετε τις συμβουλές τους. Οι νεότερες γενιές μπορούν να μάθουν από τη σοφία των μεγαλύτερων.

Αποποίηση Πνευματικών Δικαιωμάτων

Όλο το οπτικοακουστικό υλικό ήταν ελεύθερα διαθέσιμο από δωρεάν διαδικτυακές πλατφόρμες με εικόνες ή από το YouTube, και εφαρμόστηκαν οι νόμοι περί θεμιτής χρήσης χωρίς πρόθεση παραβίασης οποιουδήποτε δικαιώματος πνευματικής ιδιοκτησίας. Εάν θεωρείτε ό,τι παραβιάστηκαν τα πνευματικά δικαιώματα, παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας εδώ <https://becreativeproject.eu/> για να επιλύσουμε το ζήτημα με τρόπο επανορθωτικής δικαιοσύνης.