



EARTHE

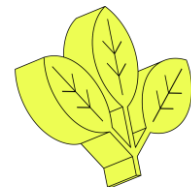
Δραστηριότητα 2

Ψηφιακή εργαλειοθήκη για την ανάπτυξη καινοτόμου προγράμματος σπουδών και μεθοδολογιών

Ενότητα 2 – Βελτίωση της επικοινωνίας

Μέθοδος 2 – Παιχνίδια αυτοσχεδιασμού

Μελέτη περίπτωσης



EARTHE

Ενότητα 2 – Βελτίωση της επικοινωνίας

Μελέτη περίπτωσης – Σκέψου γρήγορα: Ενίσχυση της αυτοπεποίθησης μέσω του αυτοσχεδιασμού

Συναφής μέθοδος και ενότητα – Παιχνίδια αυτοσχεδιασμού

Πλαίσιο και ιστορικό

Οργανισμός: Ένα κέντρο μη τυπικής εκπαίδευσης ενηλίκων στην Ανατολική Ευρώπη, που προσφέρει εργαστήρια αναβάθμισης δεξιοτήτων για άνεργους ενήλικες και μετανάστες/τριες. Ομάδα-στόχος: Ενήλικες ηλικίας 25-50 ετών, άνδρες-γυναίκες, με διαφορετικό πολιτισμικό και εκπαιδευτικό υπόβαθρο.

Πεδίο εφαρμογής: Ο στόχος του κέντρου ήταν να βοηθήσει τους/τις συμμετέχοντες/ουσες να ενισχύσουν τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες και την αυτοπεποίθησή τους, προκειμένου να βελτιώσουν την απασχολησιμότητά τους, ιδίως σε συνεντεύξεις εργασίας και ομαδικές αξιολογήσεις.

Πρόβλημα / πρόκληση

Πολλοί συμμετέχοντες/ουσες αντιμετώπισαν δυσκολίες στην αυθόρμητη επικοινωνία. Δίσταζαν μπροστά σε απροσδόκητες ερωτήσεις, συχνά απαντούσαν πολύ σύντομα ή «πάγωναν» υπό πίεση. Το φαινόμενο αυτό ήταν πιο έντονο σε προσομιώσεις συνεντεύξεων και σε περιστάσεις δικτύωσης, όπου ανέφεραν αυξημένο στρες και φόβο λανθασμένης απάντησης. Επομένως, ήταν αναγκαία μια μέθοδος που θα ενίσχυε την προσαρμοστικότητα, τη μη λεκτική επικοινωνία και την αυτοπεποίθηση κατά την αλληλεπίδραση σε πραγματικό χρόνο.

Ενέργειες που πραγματοποιήθηκαν / Μέθοδος που εφαρμόστηκε

Το κέντρο εισήγαγε παιχνίδια αυτοσχεδιασμού ως μέρος ενός σύντομου προγράμματος κατάρτισης. Τα παιχνίδια περιλάμβαναν:

- Δημιουργία ιστορίας με την τεχνική «Ναι-Και»: οι εκπαιδευόμενοι/ες συνέθεταν από κοινού μια ιστορία, προσθέτοντας κάθε φορά μία πρόταση, με στόχο την εξάσκηση στην αποδοχή των ιδεών των άλλων και στον αυθορμητισμό.
- Μετάφραση συναισθημάτων: οι συμμετέχοντες/ουσες παρουσίαζαν σενάρια χωρίς λόγια, ενώ οι υπόλοιποι προσπαθούσαν να αναγνωρίσουν το πλαίσιο και το συναίσθημα, ενισχύοντας τη μη λεκτική κατανόηση.

Αυτές οι δραστηριότητες πραγματοποιήθηκαν σε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον χωρίς κριτική, με έμφαση στη δημιουργικότητα, το χιούμορ και την αμοιβαία ενθάρρυνση μεταξύ των εκπαιδευόμενων.

Αποτελέσματα και αντίκτυπος

Οι συμμετέχοντες/ουσες δήλωσαν ότι ένιωθαν πιο άνετα όταν έπρεπε να ανταποκριθούν σε απρόσμενες προτροπές και ερωτήσεις.

Οι εκπαιδευόμενοι/ες ανέφεραν αυξημένη προσοχή στη γλώσσα του σώματος και στον τόνο της φωνής, κάτι που βελτίωσε την ικανότητά τους να επικοινωνούν αποτελεσματικότερα.

Πολλοί συμμετέχοντες/ουσες σημείωσαν ότι ο φόβος του λάθους μειώθηκε αισθητά και ότι ήταν πλέον πιο πρόθυμοι/ες να μιλήσουν σε ομαδικά περιβάλλοντα.

Τέλος, αρκετοί ολοκλήρωσαν επιτυχώς πραγματικές συνεντεύξεις εργασίας λίγο μετά το πρόγραμμα, αναφέροντας πως η εξάσκηση στον αυτοσχεδιασμό τους βοήθησε να παραμείνουν ήρεμοι/ες και ευέλικτοι/ες.

Διδάγματα

Το παιχνίδι μειώνει τα εμπόδια: όταν η μάθηση θυμίζει παιχνίδι, οι ενήλικες εμφανίζονται πιο πρόθυμοι να εξασκηθούν και να αποδεχθούν το ενδεχόμενο λάθους.

Ο αυτοσχεδιασμός ενισχύει την έκφραση και την ακρόαση: οι εκπαιδευόμενοι/ες ανέπτυξαν όχι μόνο την προφορική τους έκφραση, αλλά και την ικανότητά τους να παρατηρούν, να αφουγκράζονται και να προσαρμόζονται στο κοινό.

Τα ασφαλή περιβάλλοντα είναι σημαντικά: χωρίς τον φόβο της κριτικής, οι συμμετέχοντες/ουσες ανέλαβαν περισσότερους κινδύνους και εξελίχθηκαν πιο γρήγορα.

Βασικοί παράγοντες επιτυχίας

Ισχυρή παρουσία συντονιστή/τριας, με ισορροπία ανάμεσα στη δομή και την ελευθερία.

Σαφείς και απλές οδηγίες, που επέτρεψαν τη συμμετοχή ακόμη και σε άτομα με χαμηλό επίπεδο γραμματισμού.

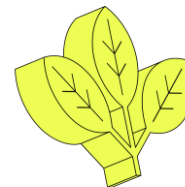
Σενάρια με πολιτισμική συνάφεια, τα οποία κατέστησαν τις δραστηριότητες πρακτικές και σχετικές με την καθημερινή εμπειρία.

Ενθάρρυνση και χιούμορ από την ομάδα, που καλλιέργησαν κλίμα εμπιστοσύνης και μείωσαν το άγχος.

Προκλήσεις που προέκυψαν και πώς αντιμετωπίστηκαν

Ορισμένοι συμμετέχοντες/ουσες ένιωσαν αρχικά αμηχανία. Οι συντονιστές/τριες το αντιμετώπισαν με πολύ απλές ασκήσεις προθέρμανσης και με έμφαση στο ότι τα λάθη αποτελούν μέρος της διαδικασίας.

Οι μετανάστες εκπαιδευόμενοι/ες δυσκολεύονταν ορισμένες φορές στον προφορικό αυτοσχεδιασμό: για να αντιμετωπιστεί αυτό, ενσωματώθηκαν περισσότερα σκετσάκια και μη λεκτικές χειρονομίες ώστε να διατηρείται το ενδιαφέρον.



EARTHE

Σε μεγαλύτερες ομάδες, η συμμετοχή δεν ήταν πάντα ισομερής. Για τον λόγο αυτό δημιουργήθηκαν μικρότερες υποομάδες εργασίας, προσφέροντας σε κάθε άτομο περισσότερες ευκαιρίες πρακτικής εξάσκησης.

Υλοποίηση / Συστάσεις για εκπαιδευτές/τριες

Χρησιμοποιήστε παιχνίδια αυτοσχεδιασμού ως χαμηλού ρίσκου εκπαιδευτικά εργαλεία για την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και της προσαρμοστικότητας.

Ξεκινήστε με μη λεκτικές δραστηριότητες σε ομάδες με γλωσσική ποικιλία ή χαμηλό επίπεδο γραμματισμού και στη συνέχεια εξελίξτε τις σε λεκτικά σκετσάκια.

Παρουσιάζετε πάντα τις δραστηριότητες ως ασκήσεις που είναι ευχάριστες και χωρίς άγχος, δίνοντας έμφαση στη δημιουργικότητα και όχι στην ορθότητα.

Συνδέστε τις συζητήσεις αναστοχασμού με άμεσες εφαρμογές στην καθημερινότητα (π.χ. συνεντεύξεις, επικοινωνία στον χώρο εργασίας, συνεργασία σε ομάδες).

Οι εκπαιδευτές/τριες χρειάζεται να ενισχύουν την αλληλοϋποστήριξη και να αναδεικνύουν τα δυνατά σημεία που παρατηρούν σε κάθε εκπαιδευόμενο/η.