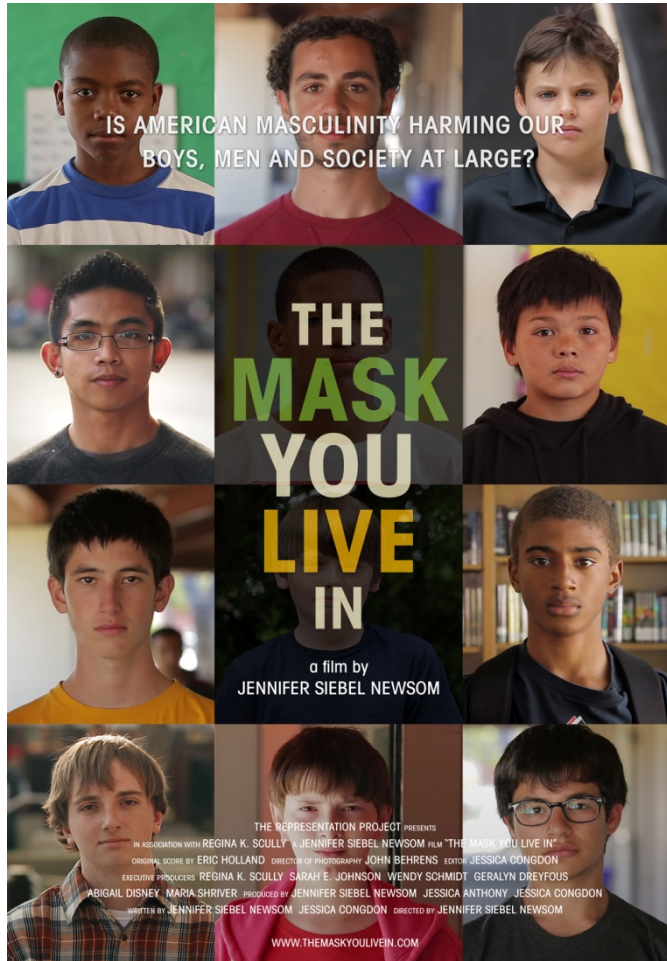




Δραστηριότητα: Εξερεύνηση προσωπικής μάσκας

Βασισμένη στο ντοκιμαντέρ “The Mask You Live In”

Μαθησιακοί στόχοι

- Να ενισχύσει την ικανότητα των εκπαιδευόμενων να κατανοήσουν τη δική τους "μάσκα" για να συμμορφωθούν με τις κοινωνικές προσδοκίες.
- Να κατανοήσουν καλύτερα τις διαφορετικές ταυτότητες ή πτυχές του εαυτού τους που παρουσιάζουν στους άλλους.
- Να αναγνωρίσουν τα κοινωνικά και πολιτισμικά πρότυπα που επηρεάζουν τους ίδιους και άλλα άτομα να φορούν μάσκες ή να παρουσιάζονται με συγκεκριμένους τρόπους.
- Να διερευνήσουν τους ψυχολογικούς λόγους πίσω από τη χρήση μάσκας, όπως η προστασία, η κοινωνική αποδοχή ή η συμμόρφωση.
- Να αναπτύξουν την ικανότητα να προβληματίζονται για τις δικές τους συμπεριφορές, τα συναισθήματα και τα μοτίβα σκέψης που σχετίζονται με τις μάσκες που φορούν σε διάφορες καταστάσεις.
- Να βελτιώσουν την ικανότητα να επικοινωνούν αυθεντικά και αποτελεσματικά τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις προθέσεις τους με τους άλλους.



Δραστηριότητα: Διερεύνηση Προσωπικής Μάσκας

Στο μπροστινό μέρος της μάσκας θα πρέπει να γράψετε πώς σας αντιπροσωπεύει αυτή η μάσκα, τι αφήνετε να δουν οι άλλοι, π.χ. αστείο, στοργικό, χαρούμενο άτομο..

Στο πίσω μέρος της μάσκας θα πρέπει να γράψετε τι δεν αφήνετε τους άλλους να δουν, π.χ. θυμό, φόβο, ευαλωτότητα.

Οι μάσκες πρέπει να είναι ανώνυμες.
Έχετε 10 λεπτά για αυτή την εργασία.

Ανταλλαγή Μασκών

Τσαλακώστε τη μάσκα σας σε μια μπάλα και στείλτε την σε μια τυχαία κατεύθυνση στην αίθουσα. Όταν όλες οι μάσκες έχουν τσαλακωθεί, διαλέξτε μία που είναι κοντά σας και διαβάστε την.

... μοιραστείτε τις εμπειρίες σας και συζητήστε τα συναισθήματα που αποκρύπτονται.