



ARTIVATE ✓

Ψυχοεκπαίδευση με βάση την εικαστική θεραπεία για την υποστήριξη της συμμετοχής ενηλίκων με μαθησιακές δυσκολίες στην εκπαίδευση ενηλίκων
2020-1-FR01-KA204-080200

Πρακτικό σύνολο δραστηριοτήτων

Περιεχόμενα

| | |
|---|-----------------------------|
| Ημερολόγιο Φίλων | Erreur ! Signet non défini. |
| Τα χρώματα των αισθήσεων | Erreur ! Signet non défini. |
| Χρήση ψηφιακής τεχνολογίας για την εικαστική θεραπεία με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες | Erreur ! Signet non défini. |
| Αυτόματη γραφή | Erreur ! Signet non défini. |
| Συναισθήματα | Erreur ! Signet non défini. |
| Μάσκες | Erreur ! Signet non défini. |
| Μονόλογος | Erreur ! Signet non défini. |
| Να γίνεις φίλος με τον εσωτερικό σου εαυτό | Erreur ! Signet non défini. |
| Θέατρο εικόνων | Erreur ! Signet non défini. |
| Ακολουθήστε με... Είμαι ο εκπαιδευτής σας! | Erreur ! Signet non défini. |
| Dyslex-ICON | 24 |
| Εργαστήριο Ζωγραφικής | Erreur ! Signet non défini. |
| Τάξη Δημιουργικής Ποίησης | Erreur ! Signet non défini. |

Ημερολόγιο Φίλων

Διάρκεια

Η εκτιμώμενη διάρκεια δράσης είναι περίπου 4-5 ώρες

Ομάδα στόχος

Το εργαλείο θα χρησιμοποιηθεί από εκπαιδευτικούς και εργοθεραπευτές για ομάδες έως 10 ατόμων με αναπηρία. Αυτές οι ομάδες θα πρέπει να συναντώνται τακτικά και επομένως οι συμμετέχοντες θα πρέπει να γνωριστούν καλύτερα μεταξύ τους. Με αυτόν τον τρόπο μπορούν να ετοιμάσουν ένα ομαδικό ημερολόγιο μαζί.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Ο κύριος σκοπός αυτού του εργαλείου είναι η ικανότητα ορισμού της θεραπείας τέχνης και των βασικών αρχών της. Επιπλέον, η υποστήριξη της διαδικασίας των παρεμβάσεων της θεραπείας τέχνης σε μια ομάδα δίνει στα άτομα την ευκαιρία να πιστέψουν στον εαυτό τους στο φόντο των άλλων.

Η ικανότητα εκτέλεσης εργασιών διαμορφώνει και αναπτύσσει την αυτοεκτίμηση.

Στόχος είναι επίσης να πειστούν οι συμμετέχοντες ότι παρά την αναπηρία τους μπορούν να κάνουν πολλά μόνοι τους αν επιλέξουν τα σωστά εργαλεία. Οι συμμετέχοντες αποκτούν νέες ανεξάρτητες εμπειρίες. Αυτό θα είναι ένα ακόμη βήμα προς το να είστε ο εαυτός σας και για μερικούς ανθρώπους να ανακαλύψουν πόσο τους αρέσει να δημιουργούν.

Ο σκοπός αυτού του εργαλείου είναι να συμβάλει στη συζήτηση σχετικά με τους μύθους και τις παρανοήσεις σχετικά με την θεραπεία τέχνης, καθώς το αποτέλεσμα είναι η ικανότητα να ξεπεραστούν όλα τα εμπόδια της ατέλειας.

Απαιτούμενα Υλικά

Αυτό το εργαλείο απαιτεί τα ακόλουθα υλικά:

Χαρτί μεγάλου μεγέθους για τη δημιουργία ημερολογίου, χαρτοταινία για επικόλληση, ακουαρέλα και φαρδιά πινέλα.

Περιεχόμενα

Το να πείσεις κάποιον ότι παρά τις αναπηρίες του μπορεί να κάνει πολλά μόνος του και να πετύχει πολλά στη ζωή είναι ανεκτίμητη αξία. Κάθε άτομο μπορεί να ξεπεράσει νέα εμπόδια, εάν του δημιουργηθούν οι κατάλληλες συνθήκες και υπάρχουν διαθέσιμα τα κατάλληλα εργαλεία. Η απόκτηση νέων, ανεξάρτητων εμπειριών θα είναι το επόμενο βήμα προς την απόκτηση αυτοπεποίθησης και την ανακάλυψη νέων δυνατοτήτων για δημιουργικότητα.

Η δημιουργική ανάπτυξη έχει ως αποτέλεσμα το γεγονός ότι ένα άτομο είναι ανοιχτό όχι μόνο στον εαυτό του, αλλά και στους άλλους. Η ικανότητα συνύπαρξης σε μια ομάδα εμπλουτίζει τον άνθρωπο και δημιουργεί νέες ευκαιρίες για κοινωνική ύπαρξη.

Ο προβληματισμός σχετικά με αυτό το εισαγωγικό έργο στη θεραπεία τέχνης μπορεί να μεταφραστεί σε άλλες πτυχές της ζωής. Οι συμμετέχοντες μπορούν να αποκτήσουν την πεποίθηση ότι μπορούν να είναι ικανοποιημένοι με τις νέες εμπειρίες και το αποτέλεσμα της δουλειάς τους. Το πιο σημαντικό, μπορούν να προσπαθήσουν να δράσουν μόνοι τους. Η αυτοπεποίθηση θα επιτρέψει σε ορισμένους συμμετέχοντες να ανακαλύψουν ένα πάθος για τη δημιουργία και την έκφραση των συναισθημάτων τους.

Προετοιμασία

Το πιο σημαντικό είναι να συγκεντρωθεί η ομάδα και να καταγραφούν οι ημερομηνίες γέννησης των συμμετεχόντων. Στη συνέχεια, με τα προηγουμένως προετοιμασμένα υλικά πρέπει να παρακινηθούν οι συμμετέχοντες της ομάδας να συσχετίσουν ωραίες εικόνες με τα γενέθλιά τους.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Είναι ένα εισαγωγικό εργαλείο για τη θεραπεία τέχνης και για την ομαδική ένταξη. Τα συνιστώμενα βήματα που απαιτούνται για την εφαρμογή και τη χρήση του εργαλείου είναι γενικά για όλα τα εργαλεία και ειδικά για το εργαλείο.

Βήμα 1. Συγκέντρωση της ομάδας

Βήμα 2. Γνωριμία με τους συμμετέχοντες της ομάδας

Βήμα 3. Εισαγωγή στα μαθήματα θεραπείας τέχνης

Βήμα 4. Προετοιμασία του ημερολογίου μαζί

Δεδομένου ότι τα μέλη της ομάδας πρέπει να βλέπονται τακτικά, θα πρέπει να γνωριστούν καλύτερα, για παράδειγμα γιορτάζοντας ο ένας τα γενέθλια του άλλου. Το ημερολόγιο που δημιουργήθηκε από κοινού θα χρησιμοποιηθεί για την καταγραφή των γενεθλίων όλων των συμμετεχόντων στην ομάδα. Τα θέματα για την εικονογράφηση των ατομικών καρτών ημερολογίου θα προκύψουν από τις δηλώσεις των μελών της ομάδας. Ο στόχος είναι να απαντηθεί το ερώτημα: ποια εικόνα / άποψη μου αρέσει; Οι απόψεις των συμμετεχόντων θα χρησιμοποιηθούν ως εικονογραφήσεις για τα γενέθλιά τους.

Θα πρέπει να προσφερθεί στους συμμετέχοντες μια τεχνική δημιουργίας ημερολογίου, δηλαδή να καλύπτουν τις φόρμες με χαρτοταινία και στη συνέχεια να τις χρωματίζουν χρησιμοποιώντας ακουαρέλα.

Το χαρτί μεγάλου μεγέθους στο οποίο θα δημιουργηθεί το ημερολόγιο θα πρέπει να είναι σχεδιασμένο με τέτοιο τρόπο, ώστε να υπάρχουν όσο το δυνατόν λιγότεροι περιορισμοί σχετικά με την αναπηρία των συμμετεχόντων στα μαθήματα θεραπείας τέχνης.

Κάθε συμμετέχων επιλέγει μια βολική θέση για την εικονογράφηση, ενώ σέβεται τη μορφή/χώρο των άλλων συμμετεχόντων. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες κολλούν τις φανταστικές τους εικόνες ή φόρμες με ταινία. Η λεπτότητα αυτών των εικονογραφήσεων μπορεί να τους γεμίσει με φόβο ότι δεν θα ανταποκριθούν στο έργο τους. Ωστόσο, όταν τους προσφέρεται ένα κατάλληλο εργαλείο, δηλαδή ένα φαρδύ πινέλο που είναι πιο άνετο στο κράτημα, οι συμμετέχοντες θα είναι πολύ πιο ικανοποιημένοι με το αποτέλεσμα της δουλειάς τους. Αυτή η στιγμή θα είναι ευνοϊκή για τον προβληματισμό σχετικά με τη δυνατότητα εφαρμογής κάθε εργασίας από αυτούς.

Αξιολόγηση

Το ημερολόγιο των φίλων απαιτεί αξιολόγηση, καθώς συμβάλλει στην ένταξη και την ανεξάρτητη λειτουργία της ομάδας.

Μπορούν να τεθούν οι ακόλουθες ερωτήσεις:

- - Επιλέγοντας ένα κατάλληλο σχήμα και μέρος για την εικονογράφηση σας, έχετε αφήσει λίγο χώρο για άλλους ανθρώπους;
- - Πόσο συχνά είστε ικανοποιημένοι με τα αποτελέσματα της δουλειάς σας;
- - Είστε σε θέση να ολοκληρώσετε οποιαδήποτε εργασία;
- - Έχετε ανακαλύψει το πάθος σας για τη δημιουργία;

Χρήσιμοι Πόροι

https://www.cal.org.pl/wp-content/uploads/2013/05/8_czas_na_tw%C3%B3rczo%C5%9B%C4%87_autor.pdf

<https://zpe.gov.pl/a/arteterapia-scenariusze-zajec/DhFVqyTjb>
<https://sensarte.pl/wp-content/uploads/2020/05/KOMPENDIUM-WIEDZY-TWORZENIE-WARSZTATOW.pdf>
https://static.scholaris.pl/109/20160912_57d6861d40d77/Arterapia_krotka_wersja.pdf
https://profesor.pl/mat/pd9/pd9_e_lagiewska_20110110.pdf

Τα χρώματα των αισθήσεων

Διάρκεια

Ο εκτιμώμενος χρόνος χρήσης με αυτό το εργαλείο είναι περίπου 4-5 ώρες.

Ομάδα Στόχος

Το εργαλείο μπορεί να χρησιμοποιηθεί από δασκάλους, εκπαιδευτικούς και εκπαιδευτές. Προγραμματίζεται για ομάδες έως 10 ατόμων. Οι συμμετέχοντες θα γνωρίσουν ο ένας τις αισθήσεις του άλλου ενώ θα γνωρίσουν ο ένας τον άλλον καλύτερα. Ταυτόχρονα, χάρη στη θεραπεία τέχνης, οι συμμετέχοντες θα διεγείρουν τις αισθήσεις τους με πολύχρωμο τρόπο.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Ο κύριος στόχος αυτού του εργαλείου είναι να αναπτύξει ικανότητες για τον προσδιορισμό των σταδίων της θεραπείας τέχνης, την εξήγηση της διαδικασίας της θεραπείας τέχνης και την υποστήριξη των παρεμβάσεων της θεραπείας τέχνης, διαμορφώνοντας την ευαισθησία και την ικανότητα έκφρασης των χρωματικών αισθήσεων.

Τα επιδιωκόμενα εκπαιδευτικά αποτελέσματα περιλαμβάνουν την κατανόηση της έννοιας του "χρώματος", τη διάκριση μεταξύ των εννοιών που σχετίζονται με τα αισθητήρια όργανα (γεύση, όσφρηση, ακοή), την έξαψη της φαντασίας, την ανάθεση εικονιστικών και συμβολικών στοιχείων σε κατάλληλα χρώματα, τη δημιουργία μιας πλούσιας χρωματικής παλέτας ανάλογα με τη φύση των γραφικών.

Απαιτούμενα Υλικά

Απαιτούμενοι διδακτικοί πόροι:

- Ένας πίνακας που δείχνει τον "χρωματικό τροχό"
- Φύλλο εργασίας σε μορφή πίνακα που θα συμπληρώσει ο μαθητής
- Πληροφορίες για συναισθήματα

Περιεχόμενα

Η δημιουργική ευαισθησία και η δημιουργικότητα είναι ένα από τα πιο σημαντικά χαρακτηριστικά στη διαμόρφωση της προσωπικότητας.

Η εμπέδωση εννοιών που σχετίζονται με τις αισθήσεις και τα χρώματα οδηγεί στην καλύτερη κατανόηση της πραγματικότητας γύρω μας. Είναι σημαντικό να ερμηνεύσουμε το χρώμα σε κυριολεκτικό, μεταφορικό και συμβολικό επίπεδο. Ταυτόχρονα, η χρήση της δικής του γνώσης για τον ψυχισμό στη χρωματική ανάλυση είναι σημαντικά στοιχεία της αποτελεσματικής χρήσης των συναισθημάτων σε επίπεδο καλλιτεχνικής δημιουργικότητας.

Προετοιμασία

Ορισμός της εργασίας και προετοιμασία για μια συζήτηση σχετικά με τα ονόματα των χρωμάτων.
Προετοιμασία ομαδικής συζήτησης για τις αισθήσεις.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Χρειάζονται πέντε βήματα για τη διεξαγωγή μαθημάτων με αυτό το εργαλείο:

1. Προετοιμασία διδακτικού υλικού
2. Συζήτηση για τα χρώματα
3. Συζήτηση για τις αισθήσεις
4. Συζήτηση για συναισθήματα
5. Η διαδικασία να δώσει στις αισθήσεις συγκεκριμένα χρώματα

Μάθημα για την υλοποίηση και χρήση του εργαλείου

1. Υπενθύμιση στους συμμετέχοντες της ομάδας, σε μια περιστασιακή συνομιλία, τα ονόματα των χρωμάτων και παρουσίαση της εργασίας.
2. Ομαδική συζήτηση για τις αισθήσεις και ορίστε από κοινού αισθήσεις και εμπειρίες που σχετίζονται με τον κόσμο των αισθήσεων:
 - α) ονομασία γνωστών γεύσεων (γλυκιά, πικρή, αλμυρή, ήπια, ξινή κ.λπ.)
 - β) ονομασία γνωστών αρωμάτων (πικάντικα, λουλουδάτα, ρητινώδη, εσπεριδοειδή, τσάι κ.λπ.)
 - γ) ονομασία γνωστών ήχων (σφύριγμα, βρυχηθμός, ψίθυρος, κραυγή, κρότος, σιωπή, βουητό κ.λπ.).
3. Ομαδική συζήτηση για τον κόσμο των συναισθημάτων, κοινή ονομασία διαφόρων συναισθηματικών και ψυχολογικών καταστάσεων (θετικές και αρνητικές, π.χ. ευτυχία, χαρά, λύπη, θυμός, ειρήνη, ανία, οργή, αηδία, επιθετικότητα, λύπη, ενόχληση, λαχτάρα, άγχος, ταραχή, φόβος κ.λπ.).
4. Ατομική εργασία (φύλλο εργασίας μαθητή): αντιστοίχιση των γεύσεων, των μυρωδιών, των ήχων, των συναισθημάτων σε μεμονωμένα χρώματα που οι μαθητές συνδέουν με συναισθήματα.
5. Ομαδική συνομιλία: παρουσιάζοντας τη δική σας «αίσθηση» για τα χρώματα (στη συζήτηση συμμετέχουν μόνο μαθητές που θέλουν να μοιραστούν τα συναισθήματά τους).

Αξιολόγηση

Η αξιολόγηση των δραστηριοτήτων που εισάγουν την εικαστική θεραπεία θα πρέπει να είναι διασκεδαστική, ενθαρρύνοντας την έκφραση δημιουργικών συναισθημάτων.

Ωστόσο, αξίζει να γίνει μια προσπάθεια αξιολόγησης των παρεμβάσεων της θεραπείας τέχνης κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων θέτοντας μερικές ερωτήσεις σχετικά με αυτή τη δραστηριότητα:

1. Ποιες γεύσεις προτιμάτε;
2. Ποιο από τα αρώματα σας αρέσει;
3. Πόσους ήχους μπορείτε να ονομάσετε;
4. Γιατί συσχετίζετε αυτά τα χρώματα με τις γεύσεις, τις μυρωδιές και τους ήχους;
5. Πότε τα συναισθήματα είναι θετικά και πότε αρνητικά;

Χρήσιμοι Πόροι

https://profesor.pl/mat/pd9/pd9_e_lagiewska_20110110.pdf

<https://zpe.gov.pl/a/arteterapia-scenariusze-zajec/DhFVqyTjb>

<https://czasopisma.uph.edu.pl/index.php/studentniepelnosprawny/article/download/2422/2012/>

https://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/105571/PDF/Metodyka_pracy_z_dziecmi_o_specjalnych_potrzebach_rozwojowych_i_edukacyjnych_Skrypt_do_przedmiotu.pdf

http://wpa.amu.edu.pl/_data/assets/pdf_file/0006/337362/Dzienne-Regulamin-praktyk-elementarna-z-arteterapia.pdf

Χρήση ψηφιακής τεχνολογίας για τη θεραπεία τέχνης με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες

Διάρκεια

Κάθε συνεδρία που περιγράφεται παρακάτω διαρκεί μία ώρα. Παρέχονται ιδέες για 5 συνεδρίες μιας ώρας η καθεμία.

Ομάδα Στόχος

Το εργαλείο θα χρησιμοποιηθεί σε παρεμβάσεις από εκπαιδευτές ενηλίκων σε συνεδρίες θεραπείας τέχνης με δικαιούχους ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

2.1. Εφαρμόστε σχετικές θεωρητικές προσεγγίσεις και μεθόδους θεραπείας τέχνης σε διαφορετικά περιβάλλοντα παρέμβασης

Η μέθοδος της ψηφιακής τεχνολογίας στις παρεμβάσεις θεραπείας τέχνης μπορεί να εφαρμοστεί σε ατομικές ή ομαδικές ρυθμίσεις, διά ζώσης και σε διαδικτυακές ή υβριδικές ρυθμίσεις. Για παράδειγμα, μπορεί να εφαρμοστεί σε ρυθμίσεις διά ζώσης και αργότερα, οι δικαιούχοι μπορούν να έχουν πρόσβαση στο εργαλείο από το σπίτι, (αρχικά με την υποστήριξη των γονέων ή των κηδεμόνων τους εάν είναι απαραίτητο). Μπορεί να εφαρμοστεί τόσο σε ατομικές όσο και σε ομαδικές ρυθμίσεις διά ζώσης και οποιαδήποτε τέχνη δημιουργείται στη συνεδρία, και μάλιστα στο σπίτι μεμονωμένα, μπορεί να κοινοποιηθεί σε μια ηλεκτρονική ρύθμιση με τα άλλα μέλη της ομάδας, εάν υπάρχει.

Απαιτούμενα Υλικά

Οι δικαιούχοι θα χρειαστούν ένα tablet για πρόσβαση στις ψηφιακές εφαρμογές, καθώς και στις ψηφιακές εφαρμογές που είναι εγκατεστημένες στο tablet. Συνιστώνται οι ακόλουθες ψηφιακές εφαρμογές δημιουργίας εικόνων: Fresh Paint, Coloring Mandalas και Sand Draw. Το ArtRage και το ZenBrush μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν, αλλά τα 3 πρώτα αναφερόμενα αναφέρθηκαν ως προτιμότερα από τους συμμετέχοντες σε μια μελέτη (δείτε Χρήσιμους Πόρους). Συνιστώνται επίσης οι ακόλουθες εφαρμογές δημιουργικής δραστηριότητας: PuzzleTouch και Sticker Tales. Το Number Link είναι ένα άλλο παράδειγμα δημιουργικών εφαρμογών που μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν.

Σύνδεσμοι σε αυτές τις εφαρμογές:

FreshPaint: διαθέσιμο δωρεάν από τη Microsoft.

Coloring Mandalas: Διατίθεται δωρεάν από τη Microsoft.

Sand Draw: διαθέσιμο δωρεάν από το Google Play.

ArtRage: διαθέσιμο με μικρή χρέωση από το Google Play.

ZenBrush 2: διαθέσιμο με μικρή χρέωση από τη Microsoft.

PuzzleTouch: διαθέσιμο δωρεάν από το Windows Store.

Sticker Tales: διατίθεται δωρεάν από τη Microsoft.

Number Link: διαθέσιμος δωρεάν στο Google Play.

Τα προτεινόμενα tablet περιλαμβάνουν ένα Lenovo Yoga 13,3 ιντσών, ένα Windows 8 Convertible Ultrabook και ένα Samsung Galaxy Tab 3 Android tablet 7 ιντσών. Η οθόνη αφής των Windows 8 διαθέτει μεγάλη οθόνη και δυνατότητα άμεσης εκτύπωσης.

Περιεχόμενα

Τα ψηφιακά εργαλεία είναι διαθέσιμα για διαδικτυακή λήψη και είναι ως επί το πλείστον δωρεάν. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε οποιαδήποτε χώρα και είναι διαθέσιμα σε πολλές ευρωπαϊκές γλώσσες, όπως Ισπανικά, Γερμανικά, Γαλλικά, Ιταλικά, Πορτογαλικά, Πολωνικά και Τουρκικά κ.λπ. Ανατρέξτε στα Απαιτούμενα Υλικά για τους συνδέσμους προς τα εργαλεία. Δεν χρειάζεται να προσαρμοστούν σε διαφορετικές χώρες. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως έχουν χωρίς πρόβλημα.

Προετοιμασία

Πριν από τις συνεδρίες, είναι απαραίτητο να κάνετε λήψη των εφαρμογών στα tablet και να εξοικειωθείτε με τις δυνατότητες του εργαλείου. Υπάρχουν πολλά βίντεο στο YouTube που προσφέρουν εκμάθηση για τον τρόπο χρήσης αυτών των εφαρμογών.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Τα ψηφιακά εργαλεία που περιγράφηκαν εφαρμόστηκαν πιλοτικά σε ενήλικες με αναπτυξιακές αναπηρίες και η μελέτη δημοσιεύτηκε από το Journal on Developmental Disabilities. Τα οφέλη που περιγράφονται στην ενότητα των αποτελεσμάτων της μελέτης είναι επίσης ευεργετικά για ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες. Πρώτον, επικεντρώνονται στη διαδικασία της δημιουργίας τέχνης, παρέχοντας έναν απλό και χωρίς προβλήματα ψηφιακό καμβά, ενθαρρύνουν την ανεξαρτησία, τη φωνή και το όραμα τους, τις δεξιότητες υπολογιστή και τη γνωστική ανάπτυξη. Επιτρέπουν στους συμμετέχοντες να αποκτήσουν μια αίσθηση ενδυνάμωσης, χρησιμοποιώντας τις δεξιότητες και τα ταλέντα τους στη φαντασία. Επιτρέπουν στους επαγγελματίες να παρέχουν ασφαλείς και δημιουργικούς θεραπευτικούς χώρους σε ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες για να εκφραστούν, ενισχύοντας τη δημιουργικότητα, τη μάθηση, την ευημερία και τις κοινωνικές τους δεξιότητες. Καθ' όλη τη διάρκεια των συνεδριών, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να ενθαρρύνονται να εκφράζουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους με τον θεραπευτή τέχνης, καθώς και να αλληλεπιδρούν μεταξύ τους εάν η συνεδρία διεξάγεται σε ομαδικό σύνολο.

Παρέχεται έτσι η ευκαιρία για κοινωνική, δημιουργική και συμβολική ανάπτυξη κατά τη διάρκεια των συνεδριών. Επιπλέον, οι δημιουργικές εφαρμογές βοηθούν στην ανάπτυξη δεξιοτήτων συγκέντρωσης, εστίασης, μνήμης και επίλυσης προβλημάτων.

Πριν από την εφαρμογή της θεραπείας τέχνης χρησιμοποιώντας τη μέθοδο της ψηφιακής τεχνολογίας, οι δικαιούχοι μπορούν να παρακολουθήσουν μια ψηφιακή δοκιμαστική συνεδρία προκειμένου να αξιολογήσουν εάν αισθάνονται άνετα να χειρίζονται ψηφιακές συσκευές tablet, εάν ενδιαφέρονται να χρησιμοποιήσουν δημιουργικές ψηφιακές εφαρμογές και αν μπορούν να χρησιμοποιήσουν τις οθόνες αφής.

Οι συνεδρίες θα πρέπει να στοχεύουν στην ικανότητα κάθε ατόμου και θα πρέπει να περιλαμβάνουν μια δραστηριότητα προθέρμανσης, την παρέμβαση με βάση την τέχνη και μια δραστηριότητα κλεισίματος. Κάθε συνεδρία θα μπορούσε επίσης να ξεκινά και να τελειώνει με την εφαρμογή ενός διαγράμματος συναισθημάτων check-in και check-out.

Κατά τη διάρκεια 5 συνεδριών μιας ώρας ανά συνεδρία, μπορούν να χρησιμοποιηθούν οι ακόλουθες παρεμβάσεις που βασίζονται στην τέχνη: 1/σχέδιο με σκαρίφημα, 2/σπίτι-δέντρο-άτομο, 3/ σχέδιο μάνταλα, 4/δωρεάν σχέδιο και 5/αγαπημένο είδος. Στους συμμετέχοντες μπορεί να δοθεί η επιλογή δημιουργίας ψηφιακής τέχνης με ή χωρίς μουσική υπόκρουση.

Μπορεί να ζητηθεί από τους δικαιούχους να αναλογιστούν την εμπειρία τους από την ψηφιακή τέχνη στο τέλος των συνεδριών θέτοντας τις ακόλουθες ερωτήσεις: 1/ Τι σας άρεσε ιδιαίτερα στις

δημιουργικές εφαρμογές δημιουργίας ψηφιακής εικόνας που χρησιμοποιούνται σήμερα; 2/ Βρήκατε κάτι ιδιαίτερα δύσκολο;

Προετοιμασία και κλείσιμο συνεδριών ψηφιακής θεραπείας τέχνης:

Οι ακόλουθες τέσσερις εφαρμογές δημιουργικής δραστηριότητας συνιστώνται για την προετοιμασία και το κλείσιμο των συνεδριών ψηφιακής θεραπείας τέχνης: Sticker Tales, PuzzleTouch και Number Link. Το PuzzleTouch και το Number Link είναι χρήσιμα εργαλεία που επιτρέπουν στους συμμετέχοντες να αναπτύξουν περαιτέρω τη συγκέντρωση, την εστίαση, τη μνήμη και τις δεξιότητές τους επίλυσης προβλημάτων.

Παρεμβάσεις ψηφιακής θεραπείας τέχνης:

Οι ακόλουθες εφαρμογές συνιστώνται για χρήση ως παρέμβαση θεραπείας τέχνης που λαμβάνει χώρα μεταξύ της προετοιμασίας και του κλεισίματος: Fresh Paint, Coloring Mandalas, Sand Draw, ArtRage και ZenBrush.

Κατά τη διάρκεια αυτής της μεσαίας ενότητας της συνεδρίας, οι δικαιούχοι θα πρέπει να κατευθυνθούν να συμπληρώσουν μια οδηγία παραδοσιακής τέχνης για τις ψηφιακές συσκευές. Για κάθε συνεδρία, μπορούν να καταγραφούν οι ακόλουθες οδηγίες τέχνης:

1/ Δημιουργήστε ένα σχέδιο με σκαρίφημα χρησιμοποιώντας την εφαρμογή FreshPaint. Το σκαρίφημα που δημιουργείται θα πρέπει στη συνέχεια να μετατραπεί σε εικόνα.

Αυτό επιτρέπει στους εκπαιδευτές ενηλίκων να προσδιορίσουν τις ικανότητες φαντασίας των δικαιούχων.

2/ Δημιουργήστε ένα σπίτι, ένα δέντρο ή ένα άτομο χρησιμοποιώντας βασικά σχήματα με την εφαρμογή FreshPaint.

3/ Χρησιμοποιήστε την εφαρμογή Coloring Mandalas για να βάψετε ένα από τα μάνταλα με σχέδια. Τα χρωματιστά μάνταλα αναφέρεται ότι έχουν ηρεμιστικές και κεντραρισμένες ιδιότητες, οδηγώντας σε αυξημένη εστίαση και μείωση της παρορμητικής συμπεριφοράς.

4/ Δημιουργήστε ένα ελεύθερο σχέδιο χρησιμοποιώντας το Sand Draw.

5/ Χρησιμοποιώντας την εφαρμογή FreshPaint, σχεδιάστε ένα αγαπημένο σχήμα. Οι αναλυτικές, οι διαδοχικές πράξεις, η λογική και οι αφαιρέσεις είναι δεξιότητες που ενεργοποιούνται όταν σχεδιάζουμε μια εικόνα μιας μνήμης.

Συνολικά, η επεξεργασία της ακολουθίας των βημάτων που απαιτούνται για την ολοκλήρωση μιας καλλιτεχνικής εργασίας απαιτεί και αναπτύσσει δεξιότητες προσοχής και μνήμης, ενώ η δημιουργία τέχνης αυξάνει τη χαλάρωση και μειώνει το άγχος.

Περαιτέρω συστάσεις:

Συνιστάται στους συμμετέχοντες να δημιουργούν με στρογγυλές γραφίδες, πινέλο και αιχμηρές γραφίδες σε μεγάλα tablet 19-23 ιντσών με οθόνη αφής με δυνατότητα άμεσης εκτύπωσης.

Η χρήση του κουμπιού αναιρέσης είναι χρήσιμη για να επιστρέψετε στο προηγούμενο στάδιο της εικόνας εάν γίνει κάποιο λάθος.

Συνιστάται να υπάρχει ένας εκτυπωτής στο δωμάτιο για άμεση εκτύπωση ψηφιακών έργων τέχνης που δημιουργούνται.

Οι συμμετέχοντες μπορούν να ενθαρρυνθούν να συζητήσουν για τη δουλειά και τις ιδέες τους μεταξύ τους και ο θεραπευτής να ενθαρρύνει την κοινωνική ανάπτυξη κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.

Για να ενεργοποιηθεί περαιτέρω κοινωνική επαφή μεταξύ των συμμετεχόντων, μπορεί να δημιουργηθεί μια διαδικτυακή ομάδα, χρησιμοποιώντας για παράδειγμα το WhatsApp, όπου τα μέλη της ομάδας μπορούν να μοιράζονται το έργο τέχνης που δημιουργούν στις συνεδρίες και στο σπίτι μεταξύ τους. Δείτε στους Χρήσιμους πόρους για ένα παράδειγμα ανάπτυξης μιας τέτοιας ομάδας.

Αξιολόγηση

Για να αξιολογήσει το εργαλείο, ο εκπαιδευτής ενηλίκων θα πρέπει να παρατηρεί τους συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια κάθε συνεδρίας και να σημειώνει απαντήσεις στις ακόλουθες ερωτήσεις:

- Σε ποιο βαθμό οι συμμετέχοντες ασχολούνται με τις εφαρμογές δημιουργικότητας και δημιουργίας εικόνας;
- Σε ποιο βαθμό οι συμμετέχοντες απολαμβάνουν τη διαδικασία δημιουργίας τέχνης με τις εφαρμογές δημιουργίας εικόνας και την επίλυση προβλημάτων με τις δημιουργικές εφαρμογές;
- Ποιες εφαρμογές είναι οι πιο ωφέλιμες, γιατί; (Τι οφέλη προσφέρουν;)
- Ποιοι είναι οι περιορισμοί χρήσης των εφαρμογών;
- Ποιες συστάσεις θα προτείνετε;

Χρήσιμοι Πόροι

http://oadd.org/wp-content/uploads/2015/01/41021_JoDD_21-2_v23f_95-102_Darewych_et_al.pdf

<http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17454832.2020.1845758?jwsourc=cl>

<https://blog.sketchup.com/article/strengths-autism-shine-3d>



Αυτόματη Γραφή

Διάρκεια

1.30 ώρα

Ομάδα Στόχος

Επαγγελματίες που εργάζονται με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, ειδικά εκείνους που δυσκολεύονται με την προφορική και γραπτή επικοινωνία.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Στόχος αυτού του εργαλείου είναι να αναδείξει τις επικοινωνιακές και θεατρικές ικανότητες των ατόμων μέσω της ικανότητάς τους να εκφράζονται και να βρίσκουν αποτελεσματικές λύσεις προβλημάτων.

Απαιτούμενα Υλικά

1. Ασφαλής χώρος
2. Χαρτί, έγχρωμα στυλό.
3. Εικόνες emoji: Επιλέξτε να εμφανίζονται κατά τη διάρκεια της συνεδρίας από 5 έως 10 emoji.

Περιεχόμενα

Η αυτόματη γραφή είναι μια ισχυρή τεχνική που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη διοχέτευση του υποσυνείδητου του μυαλού. Όταν χρησιμοποιείται σωστά, η αυτόματη γραφή μπορεί να υποστηρίξει το άτομο στην αναζήτησή του για καινοτόμες λύσεις.

Τα άτομα λαμβάνουν μια προτροπή και πρέπει να γράφουν όλη την ώρα χωρίς να σκέφτονται αν το κείμενό τους έχει νόημα ή όχι. Τα άτομα πρέπει να δώσουν όλη τους την προσοχή για να απεικονίσουν ό,τι τους έρχεται στο μυαλό τη συγκεκριμένη στιγμή. Πρέπει να συγκεντρωθούν και να αφήσουν το μυαλό και τις σκέψεις τους να κυλήσουν ρευστά σε χαρτί.

Οι επαγγελματίες που εργάζονται με αυτόματη γραφή πρέπει να γνωρίζουν ότι αυτή η τεχνική που αναδεικνύει ένστικτα και ασυνείδητες καταπιεστικές σκέψεις, θα μπορούσαν να οδηγήσουν τους μαθητές σε ψυχική σύγχυση.

Προετοιμασία

Προκειμένου να προετοιμαστεί για τη συνεδρία, ο επαγγελματίας καλείται:

1. Αναζητήστε τις βασικές αρχές ενώ υποστηρίζετε συνεδρίες που μπορεί να περιλαμβάνουν ψυχική δυσφορία.
2. Να είστε εξοικειωμένοι με την έννοια της αυτόματης γραφής.

Περιγραφή Δραστηριότητας

1. Δημιουργήστε μια ήρεμη διάθεση στην ομάδα για να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα.
2. Παρουσιάστε στην τάξη εικόνες emoji.
3. Χωρίς να αφήσετε χρόνο να σκεφτείτε τα emoji, ζητήστε από τον καθένα να επιλέξει ένα emoji, χωρίς να πει δυνατά την επιλογή του και να πιάσει ένα στυλό και ένα χαρτί και να αρχίσει να γράφει/ζωγραφίζει ό,τι του έρχεται στο μυαλό για τα επόμενα 2 λεπτά. Παρακαλούμε, τονίστε ότι δεν επιτρέπεται να αφήσετε το στυλό κάτω κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Δεν έχει σημασία αν αυτό που απεικονίζουν έχουν νόημα ή όχι.

4. Μόλις περάσουν τα δύο λεπτά, ζητήστε από τα άτομα να διαβάσουν αυτό που απεικόνισαν και, μετά από άλλα 2-3 λεπτά, ρωτήστε τα αν θέλουν να μοιραστούν τη δημιουργία τους. Δεδομένου ότι οι δημιουργίες αυτόματης γραφής μπορεί να είναι πολύ ευαίσθητες, μην αναγκάζετε κανένα άτομο να μοιραστεί τη δημιουργία του εάν δεν το θέλει.
5. Χωρίστε τα άτομα σε ζευγάρια και, κατά τη διάρκεια των επόμενων 20 λεπτών, ζητήστε τους να δημιουργήσουν έναν διάλογο που να συνοψίζει τις δύο δημιουργίες τους με έναν διαδοχικό λογικό τρόπο.
6. Ζητήστε από τα ζευγάρια να αναφέρουν τους διαλόγους τους στην υπόλοιπη ομάδα και να μοιραστούν τα συναισθήματά τους από τότε που άρχισαν να γράφουν μέχρι το τέλος.

Αξιολόγηση

Κατά την αξιολόγηση προτείνονται τα ακόλουθα ερωτήματα:

1. Πόσα συναισθήματα συνυπάρχουν στο διάλογο;
2. Ποιο ήταν το κύριο συναίσθημα στην αρχή του εργαλείου και ποιο στο τέλος του εργαλείου;
3. Τι συνειδητοποιήσατε για τις σκέψεις σας;
4. Ποιο ήταν το βασικό σημείο των διαλόγων σας;
5. Τι έμαθες που εφαρμόζεις τακτικά;

Χρήσιμοι Πόροι

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjfA>
<https://www.youtube.com/watch?v=kedJ9ERNPAQ>
<https://thejoywithin.org/empowerment-exercises/automatic-writing>

Συναισθήματα

Διάρκεια

1 ώρα

Ομάδα Στόχος

Επαγγελματίες που εργάζονται με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, ειδικά εκείνοι που δυσκολεύονται με τη γραφή και την ανάγνωση, αλλά ενδιαφέρονται να δουλέψουν πάνω στα συναισθήματα.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Στόχος αυτού του εργαλείου είναι να προωθήσει τις δεξιότητες γραμματισμού και προφορικής έκφρασης μέσω των πλαστικών τεχνών, καθώς και την ικανότητα εστίασης σε μια δραστηριότητα. Στόχος είναι μέσα από τις δημιουργίες, τα μέλη της ομάδας να μπορούν να αντανakλούν τον εσωτερικό τους κόσμο μέσα από μια επικοινωνία που δεν χρησιμοποιείται συνήθως και τους δίνει περισσότερη ελευθερία, αυξάνει την αυτοεκτίμησή τους, εκφράζοντας τα συναισθήματά τους, και διευκολύνει την κοινωνική αλληλεπίδραση.

Απαιτούμενα Υλικά

1. Εικόνες emoji: Επιλέξτε να εμφανίζονται κατά τη διάρκεια της συνεδρίας από 5 έως 10 emoji.
2. Εφημερίδες ή/και περιοδικά
3. Ένα σετ ψαλιδιών, κόλλας και καρτών ανά μέλος.

Περιεχόμενα

Η δυσλεξία έχει συσχετιστεί με προβλήματα ανάγνωσης και γραφής, και παρόλο που είναι αλήθεια ότι οι κύριες δυσκολίες που παρουσιάζουν τα άτομα με δυσλεξία είναι σε αυτόν τον τομέα, συμπτώματα εμφανίζονται επίσης στον κινητικό, καλλιτεχνικό και μαθηματικό τομέα. Μάλιστα, αλλά συμπτώματα είναι: δυσκολίες με την οργάνωση, διαχείριση χρόνου, ακολουθώντας μια σειρά οδηγιών, απομνημόνευση ονομάτων, δυσκολίες συγκέντρωσης που μπορούν να επιλυθούν μέσω συνεδριών θεραπείας τέχνης. Αυτά τα συμπτώματα μπορεί να οδηγήσουν σε χαμηλή αυτοεκτίμηση, απογοήτευση και έλλειψη κοινωνικοποίησης. Οι συνεδρίες θεραπείας τέχνης μπορούν να υποστηρίξουν τα άτομα, καθώς θα αφήσουν τη φαντασία τους να τρέξει και θα αρχίσουν να εκφράζουν τα συναισθήματα, τις σκέψεις, τις επιθυμίες και τα όνειρά τους.

Προετοιμασία

Προκειμένου να προετοιμαστεί για τη συνεδρία, ο επαγγελματίας καλείται να:

1. Αναζητήσει διαφορετικά emoji που απεικονίζουν διαφορετικά συναισθήματα. Να κάνει έρευνα για το χειρισμό των συναισθημάτων σε ένα εκπαιδευτικό σύνολο.
2. Αναζητήσει περιοδικά και εφημερίδες με διαφορετικούς τύπους εικόνων και χρωμάτων.
3. Να ετοιμάσει ένα καλλιτεχνικό σύνολο ανά μέλος της ομάδας ή τουλάχιστον τα υλικά για να τα έχουν στη διάθεσή τους.

Περιγραφή Δραστηριότητας

1. Δημιουργήστε μια ήρεμη διάθεση στην ομάδα για να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα.
2. Παρουσιάστε στην τάξη τις εικόνες emoji. Αφήστε τους να σκεφτούν μεμονωμένα ή αν θέλουν, ομαδικά, για το ποια συναισθήματα αντιπροσωπεύονται από τα emoji.
3. Παρέχετε μια εφημερίδα ή ένα περιοδικό σε κάθε μέλος της ομάδας.
4. Ζητήστε τους να δημιουργήσουν μια ατομική σύντομη σύνθεση χρησιμοποιώντας τις λέξεις και τις εικόνες από την εφημερίδα και τα περιοδικά παρέχοντας περιορισμένο χρόνο (προτείνεται περίπου 30 λεπτά) για ένα από τα emoji που αντιπροσωπεύουν το πώς νιώθουν.
5. Εάν χρειάζεται, παρέχετε στην ομάδα υποστήριξη στις δημιουργίες τους.
6. Μόλις η ομάδα ολοκληρώσει τις δημιουργίες της, ζητήστε τους να σκεφτούν την ομάδα σχετικά με τις δημιουργίες τους. Μην πιέζετε κανένα από τα μέλη να ανοιχτούν αν δεν ενδιαφέρονται να το κάνουν.

Αξιολόγηση

Προκειμένου να αξιολογηθεί το εργαλείο, προτείνονται οι ακόλουθες ερωτήσεις:

1. Πόσα συναισθήματα κατονομάζονται και πώς μιλά η ομάδα για αυτά;
2. Τα μέλη της ομάδας δίνουν την πλήρη προσοχή τους κατά τη διάρκεια της δημιουργίας τους ή χρειάζεται να ανακατευθυνθεί η συνεδρία;
3. Τα μέλη της ομάδας δίνουν την πλήρη προσοχή τους, ενώ άλλα μέλη εξηγούν τη δημιουργία τους ή χρειάζεται να ανακατευθυνθεί η συνεδρία;
4. Είναι τα μέλη της ομάδας με ενσυναίσθηση;

Χρήσιμοι Πόροι

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjfA>

Procedia - Social and Behavioural Sciences 237 (2017): Working with emotions in the classroom: Future teachers' attitudes and education María J. Hernández-Amorós* & María E. Urrea-Solano Faculty of Education, University of Alicante, Ap. C. 99, 03080 Alicante, Spain. 7th International

Conference on Intercultural Education “Education, Health and ICT for a Transcultural World”, EDUHEM 2016, 15-17 June 2016, Almeria, Spain 511 – 519 Available online at www.sciencedirect.com

Μάσκες

Διάρκεια

1.30 ώρα

Ομάδα Στόχος

Επαγγελματίες που εργάζονται με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, ειδικά εκείνους που δυσκολεύονται με την προφορική και γραπτή επικοινωνία.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Στόχος αυτού του εργαλείου είναι να παρακινήσει τα άτομα να εκφραστούν και να αυξήσουν την αυτοεκτίμησή τους μέσα από την ανάδειξη της ικανότητας επίλυσης των προβλημάτων τους.

Απαιτούμενα Υλικά

1. Ασφαλής χώρος
2. Καλλιτεχνικά κιτ ανά άτομο (χαρτί, ψαλίδι, λάστιχα, συρραπτικά, έγχρωμα στυλό και κάθε άλλο υλικό που μπορεί να χρησιμοποιηθεί για διακόσμηση και έχει διαφορετική υφή, π.χ. γκλίτερ ή διαφορετικούς τύπους χαρτιού).

Περιεχόμενα

Είναι πάντα κακές οι μάσκες; Οι μάσκες είναι εργαλεία που χρησιμοποιούνται για να προσπαθήσουν να προσαρμοστούν στις συνθήκες. Επιτρέπουν στα άτομα να ενεργούν σαν να είναι ικανά για οτιδήποτε και τα προστατεύουν από αυτό που πιστεύεται ότι μας βλάπτει. Με άλλα λόγια, οι μάσκες είναι ασυνείδητοι αμυντικοί μηχανισμοί που προσπαθούν να προστατεύσουν τον αληθινό «εαυτό» όταν μπορεί να βρίσκεται σε κίνδυνο. Είναι ένα εργαλείο που μας επιτρέπει να επιβιώσουμε. Επομένως, η χρήση μάσκας δεν είναι απαραίτητα επιβλαβής για εμάς. Όταν χρησιμοποιείται ως θεραπευτικό εργαλείο, η χρήση μάσκας μπορεί να μας βοηθήσει να νιώθουμε πιο ασφαλείς, καθώς υποστηρίζει μια οπτική αναπαράσταση του πώς νιώθουν και των εμπειριών τους.

Προετοιμασία

Προκειμένου να προετοιμαστεί για τη συνεδρία, ο επαγγελματίας καλείται:

1. Να προετοιμαστεί για να χειριστεί τα συναισθήματα στην τάξη
2. Να ετοιμάσει τα καλλιτεχνικά κιτ ανά άτομο
3. Να ετοιμάσει παραδείγματα σχετικά με δύσκολες συνθήκες που είναι κοινές σε άτομα με μαθησιακές δυσκολίες.

Περιγραφή Δραστηριότητας

1. Δημιουργήστε μια ήρεμη διάθεση στην ομάδα για να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα.
2. Ζητήστε από κάθε άτομο να σκεφτεί για τον εαυτό του σιωπηλά για 2 λεπτά. Ζητήστε από τα άτομα να σκεφτούν πώς τα βλέπουν οι άλλοι, ποιες είναι οι προσδοκίες σας και πώς είστε πραγματικά.

3. Ζητήστε από κάθε άτομο να δημιουργήσει μια μοναδική μάσκα που αντιπροσωπεύει την προσωπικότητά του, όπως τον βλέπουν οι άλλοι και οι ίδιοι.
 4. Ζητήστε από τα άτομα να φορέσουν τις μάσκες τους και να τις στερεώσουν χρησιμοποιώντας λάστιχα. Μόλις κάθε μέλος της ομάδας φοράει τη μάσκα, ζητήστε τους να παρατηρήσουν άλλες μάσκες και τα άτομα που τις φοράνε.
 5. Ζητήστε από κάθε άτομο, ενώ φοράει τη μάσκα, να εξηγήσει ποια καθημερινή κατάσταση είναι δύσκολο να αντιμετωπίσει για εκείνον. Δεν έχει σημασία αν πρόκειται για απλή ή περίπλοκη κατάσταση. Ενθαρρύνετε τα μέλη της ομάδας αναφέροντας τα ερευνητικά παραδείγματα.
 6. Κάθε φορά που ένα άτομο τελειώνει την καθημερινή κατάσταση που είναι δύσκολο να αντιμετωπίσει, ρωτήστε την ομάδα εάν έχουν βιώσει την κατάσταση και πώς την αντιμετωπίζουν. Παρέχετε υποστήριξη και ενθαρρύνετε τα μέλη να ξεπεράσουν την κατάσταση και αν δεν είναι δυνατό, να την αντιμετωπίσουν με ασφαλή τρόπο που να τους επιτρέπει να ενοχλούνται λιγότερο από την κατάσταση.
1. Δημιουργήστε μια ήρεμη διάθεση στην ομάδα για να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα.
 2. Ζητήστε από κάθε άτομο να σκεφτεί για τον εαυτό του σιωπηλά για 2 λεπτά. Ζητήστε από τα άτομα να σκεφτούν πώς τα βλέπουν οι άλλοι, ποιες είναι οι προσδοκίες σας και πώς είστε πραγματικά.
 3. Ζητήστε από κάθε άτομο να δημιουργήσει μια μοναδική μάσκα που αντιπροσωπεύει την προσωπικότητά του, όπως τον βλέπουν οι άλλοι και οι ίδιοι.
 4. Ζητήστε από τα άτομα να φορέσουν τις μάσκες τους και να τις στερεώσουν χρησιμοποιώντας λάστιχα. Μόλις κάθε μέλος της ομάδας φοράει τη μάσκα, ζητήστε τους να παρατηρήσουν άλλες μάσκες και τα άτομα που τις φοράνε.

Αξιολόγηση

Προκειμένου να αξιολογηθεί το εργαλείο, προτείνονται οι ακόλουθες ερωτήσεις:

- 1. Πώς η χρήση μάσκας ως τεχνική δραματοθεραπείας διευκόλυνε τη διαδικασία έκφρασης;
- 2. Πώς μπορείτε να αυξήσετε την ανθεκτικότητά σας μέσω της έκφρασης των συναισθημάτων σας;
- 3. Πώς θα ήταν αυτή η δραστηριότητα χωρίς τη χρήση μάσκας; Θα σου ήταν πιο εύκολο ή πιο δύσκολο;

Χρήσιμοι Πόροι

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjfA>

<https://fundacionbelen.org/base-datos/dificultades-intelectuales-dificultades-desarrollo/>

La Mente es maravillosa: "Which masks do you use?" Retrieved on January 2022 from <https://lamenteesmaravillosa.com/que-mascaras-utilizas/>

Rodríguez, E. "Learning difficulties: definition and warning signs" Retrieved from Psicología y mente on January 2022 from <https://psicologiaymente.com/desarrollo/dificultades-aprendizaje>.



Μονόλογος

Διάρκεια

1.30 ώρα

Ομάδα Στόχος

Επαγγελματίες που εργάζονται με ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, ειδικά εκείνους που δυσκολεύονται με την προφορική και γραπτή επικοινωνία.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

3. Γενικές εφαρμογές & οφέλη της θεραπείας τέχνης

Στόχος αυτού του εργαλείου είναι να αυξήσει τα επίπεδα αυτοεκτίμησης των ατόμων μέσω της επικοινωνιακής ενίσχυσης και να αναδείξει τις αποτελεσματικές τους ικανότητες επίλυσης προβλημάτων στην καθημερινή ζωή.

Απαιτούμενα Υλικά

1. Ασφαλής χώρος
2. Χαρτί, έγχρωμα στυλό.

Περιεχόμενα

Το δράμα και το θέατρο μπορούν να θεωρηθούν ως ένα αποτελεσματικό και προσιτό εργαλείο για την αντιμετώπιση ζητημάτων που σχετίζονται με την ισότητα, την ανεκτικότητα και την ένταξη και αντιπροσωπεύουν μια δημιουργική προσέγγιση για να δεσμεύουν τους μαθητές να συμμετέχουν και να εκφράζονται με ή χωρίς τη χρήση λέξεων.

Υπάρχει ένα ευρύ φάσμα τεχνικών συμμετοχικού δράματος, οι οποίες μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως μέθοδος μάθησης ακόμη και σε καταστάσεις που φαίνονται πολύ δύσκολες για την προώθηση της μάθησης. Οι ασκήσεις δράματος και θεάτρου μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως κίνητρο για άτομα με μαθησιακές δυσκολίες ή λίγα κίνητρα για μάθηση. Μπορούν να ξεκλειδώσουν και να φέρουν στην επιφάνεια πολλές διαφορετικές εμπειρίες ζωής μέσω της χρήσης φαντασίας, ονείρων, σωματικής εργασίας, συμβόλων, εικόνων, εικαστικών τεχνών κ.λπ. και να βοηθήσουν στη χρήση τους σε μια ατομική διαδικασία μάθησης.

Οι εκπαιδευτικοί που χρησιμοποιούν ασκήσεις δράματος και θεάτρου θα πρέπει να ενθαρρύνουν τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος στο οποίο όλοι νιώθουν ασφαλείς και να ενθαρρύνονται οι βασικές αρχές των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, συμπεριλαμβανομένης της ισότητας, του σεβασμού της ανθρώπινης αξιοπρέπειας, του σεβασμού της διαφορετικότητας, της ανοχής και της ισότητας. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό όταν εργάζεστε με μια νέα ομάδα: ο εκπαιδευτικός πρέπει να εξηγήσει και να προσδιορίσει οδηγίες για τη συνεργασία για τη δημιουργία ενός δημιουργικού και ασφαλούς χώρου.

Προετοιμασία

Προκειμένου να προετοιμαστεί για τη συνεδρία, ο επαγγελματίας καλείται:

1. Να ψάξει για διαφορετικούς πόρους υποκριτικής.
2. Να αναζητήσει τις βασικές αρχές κατά τη διαχείριση μιας δραματικής παράστασης.

Περιγραφή Δραστηριότητας

1. Δημιουργήστε μια ήρεμη διάθεση στην ομάδα για να παρουσιάσετε τη δραστηριότητα.
2. Εξηγήστε τι είναι μονόλογος και πως μπορείτε να τον εκτελέσετε.
3. Ζητήστε από το άτομο να σκεφτεί μια δύσκολη προσωπική κατάσταση και πώς επιλύθηκε.
4. Ζητήστε από καθένα από τα άτομα μιας ομάδας ή από το άτομο εάν είναι σε μια ατομική συνεδρία, να γράψει τις κύριες ιδέες που θα υποστηρίξουν την απόδοσή τους.
5. Εάν περάσουν περισσότερα από 5 λεπτά και το άτομο δεν γράφει σημειώσεις, προσφέρετε υποστήριξη εξηγώντας ξανά την εργασία ή παρέχοντας μια ιδέα.
6. Αφήστε το άτομο να εκτελέσει τον μονόλογό του.
7. Δώστε λίγο επιπλέον χρόνο για να μιλήσετε για την κατάσταση και τα συναισθήματα που νιώθουν και αισθάνονται κατά την εκτέλεση.

Αξιολόγηση

Για να αξιολογήσετε το εργαλείο, θα πρέπει να γνωρίζετε κατά την προετοιμασία του μονολόγου καθώς και κατά την παράσταση για να προσφέρετε υποστήριξη. Κατά την αξιολόγηση προτείνονται τα ακόλουθα ερωτήματα:

1. Πόσα συναισθήματα συνυπάρχουν στον μονόλογο;
2. Ποιο ήταν το κύριο συναίσθημα τότε και ποιο τώρα;
3. Πώς σας έχει επηρεάσει αυτή η κατάσταση;
4. Τι μάθατε από την κατάσταση που εφαρμόζετε τακτικά;

Για να αξιολογήσετε το εργαλείο, θα πρέπει να γνωρίζετε κατά την προετοιμασία του μονολόγου καθώς και κατά την παράσταση για να προσφέρετε υποστήριξη. Κατά την αξιολόγηση προτείνονται τα ακόλουθα ερωτήματα:

1. Πόσα συναισθήματα συνυπάρχουν στον μονόλογο;
2. Ποιο ήταν το κύριο συναίσθημα τότε και ποιο τώρα;
3. Πώς σας έχει επηρεάσει αυτή η κατάσταση;
4. Τι μάθατε από την κατάσταση που εφαρμόζετε τακτικά;

Χρήσιμοι Πόροι

<https://www.youtube.com/watch?v=fyhyVBwOjFA>

<https://www.masterclass.com/articles/how-to-write-a-monologue-with-examples>

https://www.youtube.com/watch?v=nbGZV4XM_tU

Recursos para clase (2022): Monologues in the classroom. Retrieved from Recursos para clase on January 2022. <https://recursosparaclase.es/lessons/monologos-en-el-aula/>

Γίνε φίλος με τον εσωτερικό σου εαυτό

Διάρκεια

Μια πλήρης συνεδρία (60-120 λεπτά)

Ομάδα Στόχος

Αυτό το ψυχοεκπαιδευτικό εργαλείο που βασίζεται στην τέχνη μπορεί να εφαρμοστεί είτε στον ενήλικα με μαθησιακές δυσκολίες είτε σε μια συνεδρία που διευκολύνεται από οποιονδήποτε εκπαιδευτή που υποστηρίζει ενήλικες μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Στόχος είναι να υποστηριχθούν οι επαγγελματίες που εξερευνούν και αναγνωρίζουν τη θεραπεία τέχνης ως ψυχοεκπαιδευτικό εργαλείο για την εκπαίδευση ενηλίκων, ακολουθώντας την ανδραγωγία και τον καθολικό σχεδιασμό για τις αρχές μάθησης (δηλαδή, εκμεταλλευόμενοι την αυτοκατευθυνόμενη και αυτόνομη μάθηση, ενώ αγκαλιάζουν τη διαφορετικότητα των μαθητών). Αυτό το εργαλείο έχει προσαρμοστεί από την Ann Wilkinson, R., & Chilton, G. (2017).

Απαιτούμενα Υλικά

- Χαρτί Α3
- Ποικιλία υλικών σχεδίασης: στυλό, μολύβια, γόμες, απαλά παστέλ, λαδοπαστέλ, κραγιόνια κ.λπ.
- Πλαστελίνη

Περιεχόμενα

Πολλοί από εμάς έχουν μια εσωτερική φωνή (δηλαδή τον Εσωτερικό Κριτή) που συνεχίζει να φλυαρεί μια αποθαρρυντική αρνητικότητα που περιορίζει τη δημιουργικότητά μας.

Όταν ο εσωτερικός μας εαυτός είναι εκτός ισορροπίας, μετατρέπεται σε έναν σκληρό λογοκριτή, παγιδευμένο στην τελειομανία και τις επιδόσεις. Σε αυτές τις στιγμές, τείνουμε να νιώθουμε ότι η ροή της δημιουργικότητας μπλοκάρεται και παγώνουμε.

Ο εσωτερικός μας εαυτός δεν έχει αρνητική πρόθεση, καθώς είναι γενικά καλός, αν όχι λίγο άστοχος. Επομένως, θα πρέπει να επαναπροσδιορίσουμε αυτά τα πλάσματα προσδιορίζοντας ποιο σκοπό προσπαθούν να υπηρετήσουν (π.χ. να μας προστατεύσουν από αμηχανία ή αποτυχία, να αποφύγουμε την απογοήτευση), που μας εμποδίζει να πειραματιστούμε με νέες ιδέες και από τη μάθηση.

Για να αγκαλιάσουμε αυτήν την πτυχή του εαυτού μας χωρίς να την αφήσουμε να εμποδίσει τον πειραματικό, δημιουργικό και διασκεδαστικό εαυτό μας, μπορούμε να συζητήσουμε με τον εσωτερικό μας εαυτό για να προσδιορίσουμε ποιες είναι οι προθέσεις του, ώστε να αποκαλύψουμε τη θετική πλευρά του, δηλαδή έναν Εσωτερικό Κριτή, όπου είναι ένας χρήσιμος και αποτελεσματικός σύμβουλος που μπορεί να προσφέρει σαφήνεια και καθοδήγηση.

Προετοιμασία

Συμβουλές για την ενίσχυση της δημιουργικότητας:

- Παρέχετε έναν τακτοποιημένο και εμπλουτισμένο χώρο - στούντιο, με διεγερτικές εικόνες και ιδέες για να παρακινήσετε τη δημιουργικότητα.
- Προμήθειες "Lay Art" σε κοινή θέα για να προκαλέσουν οπτική διέγερση και να δελεάσουν τη δέσμευση.
- Εάν είναι δυνατόν, δώστε μια άσκηση προθέρμανσης που μπορεί να εκκινήσει τη θετικότητα και την κατάσταση για δημιουργικότητα.
- Υποστηρίξτε μια στάση ανοιχτότητας και εξερεύνησης νέων διαφορετικών ιδεών, σκέψεων και εικόνων.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Βήμα 1 – Ονομάστε τον Εσωτερικό σας Κριτή (μπορείτε να το πάτε ακόμα παραπέρα και να αναπτύξετε μια περσόνα ή χαρακτήρα για τον εσωτερικό σας εαυτό, ορίζοντας φύλο, προσωπικότητα, στυλ ντυσίματος, τρόπο ομιλίας κ.λπ.).

Βήμα 2 – Διάλογος με τον Εσωτερικό Κριτή (κάντε του/της ερωτήσεις όπως «Τι σκοπό εξυπηρετείτε; Τι προσπαθείτε να επιτύχετε; Πώς θα θέλατε να με βοηθήσετε; Πώς μπορώ να σας βοηθήσω;»).

Βήμα 3 – Φτιάξτε ένα σύμβολο, σχεδιάστε ένα πορτρέτο ή φτιάξτε μια φιγούρα/γλυπτό του εσωτερικού σας εαυτού.

Βήμα 4 – Φτιάξτε σύμβολα για τα δυνατά σημεία που αντιπροσωπεύει ο Εσωτερικός σας εαυτός (αυτοπροστασία, συνετή συγκράτηση, αποφυγή αποτυχίας, καλή κρίση, κ.λπ.).

Βήμα 5 – Φτιάξτε ένα σύμβολο, σχεδιάστε ένα πορτρέτο ή φτιάξτε μια φιγούρα/γλυπτό της Εσωτερικής Μούσας σας.

Βήμα 6 – Δημιουργήστε σύμβολα για τα δυνατά σημεία που αντιπροσωπεύει η Εσωτερική Μούσα σας (δημιουργικότητα, εκτίμηση της ομορφιάς, περιέργεια παιχνιδιάρικο κ.λπ.).

Βήμα 7 – Φανταστείτε τον Εσωτερικό Κριτή σας και εσάς την Εσωτερική Μούσα να συνεργάζονται για κάτι που θέλετε να πετύχετε.

Αξιολόγηση

Μια αξιολόγηση μετά από 3 ερωτήσεις μπορεί να γίνει από τον εκπαιδευτικό για να αξιολογήσει τον αντίκτυπο της δραστηριότητας στους συμμετέχοντες.

- Έχουν μειωθεί οι προκλήσεις από τη δραστηριότητα (π.χ. λιγότερες δυσκολίες σε τομείς όπως συναισθήματα, συγκέντρωση, συμπεριφορά ή φιλίες);

- Έχει βοηθήσει η δραστηριότητα στο να γίνουν οι προκλήσεις πιο ανεκτές (π.χ. χαμηλότερα επίπεδα αγωνίας);

- Η δραστηριότητα έχει διευκολύνει την καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων σε ό,τι αφορά την εκπαίδευση στην τάξη;

Για μια πιο εμπειριστατημένη αξιολόγηση, ο εκπαιδευτικός μπορεί να βασιστεί στο ερωτηματολόγιο δυνατών σημείων και δυσκολιών (SDQ), που είναι διαθέσιμο εδώ - <https://www.sdqinfo.org>

Το SDQ είναι ένα σύντομο ερωτηματολόγιο συμπεριφορικού ελέγχου για παιδιά και νέους 2-17 ετών. Υπάρχει σε πολλές εκδόσεις και γλώσσες για να καλύψει τις ανάγκες ερευνητών, ιατρών και εκπαιδευτικών.

Χρήσιμοι Πόροι

Ann Wilkinson, R., & Chilton, G. (2017). *Positive Art Therapy Theory and Practice: Integrating Positive Psychology with Art Therapy*. Routledge.

McNiff, S. (2004). *Art heals: How creativity cures the soul*. Boston: Shambhala.

Θέατρο Εικόνων

Διάρκεια

Μια μικρή συνεδρία (30-60 λεπτά)

Ομάδα Στόχος

Αυτό το ψυχοεκπαιδευτικό εργαλείο που βασίζεται στην καλλιτεχνική θεραπεία θα διευκολυνθεί από έναν εκπαιδευτικό σε μια ομαδική συνεδρία στην οποία συμμετέχουν ενήλικες μαθητές με και χωρίς μαθησιακές δυσκολίες.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Ακολουθώντας την ανδραγωγία και τον καθολικό σχεδιασμό για τις αρχές μάθησης (δηλαδή, αξιοποίηση της αυτοκατευθυνόμενης και αυτόνομης μάθησης ενώ αγκαλιάζει τη διαφορετικότητα των μαθητών), αυτό το εργαλείο από το Θέατρο των Καταπιεσμένων έχει σκοπό να υποστηρίξει τους ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες να:

- Ξεκαθαρίζουν και εκφράζουν τις δικές τους επιθυμίες, ανακαλύπτοντας έτσι τον εαυτό τους και τον άλλον.
- Αναλύουν το παρελθόν τους, στο πλαίσιο του παρόντος τους, και στη συνέχεια να επινοήσουν τα μελλοντικά τους εμπεριστατωμένα αισθητικά μέσα.
- Κατανοήσουν την υποκριτική στη μυθοπλασία του θεάτρου για να γίνουν πρωταγωνιστές, δηλαδή υποκριτικά υποκείμενα, της ίδιας τους της ζωής.
- Κάνουν αλλαγή συνθηκών που προκαλούν δυστυχία και πόνο
- Σέβονται τις διαφορές μεταξύ ατόμων και ομάδων και να προωθούν τη συμπερίληψη όλων των ανθρώπινων όντων στο διάλογο.

Αυτό το εργαλείο προσαρμόστηκε από τον Boal, A. (1978).

Περιεχόμενα

Το θέατρο εικόνας είναι μια απλή θεατρική τεχνική που αποτελεί μέρος του Θεάτρου των Καταπιεσμένων που αναπτύχθηκε από τον Artur Boal. Με τα δικά του λόγια «το θέατρο των Καταπιεσμένων έχει δύο θεμελιώδεις αρχές: πρώτη – να μεταμορφώνει τον θεατή, παθητικό ον, δοχείο, σε πρωταγωνιστή της δραματικής δράσης, υποκείμενο, δημιουργό, μετασχηματιστή. Δεύτερον – προχωρήστε πέρα από τον στοχασμό του παρελθόντος προετοιμάζοντας το μέλλον». Σε αυτή την τεχνική, οι συμμετέχοντες καλούνται να παρουσιάσουν και να συζητήσουν προβλήματα που τους απασχολούν απεικονίζοντας, με το σώμα τους, καταστάσεις καταπίεσης, σχηματίζοντας (συλλογικά ή μεμονωμένα) αγάλματα παραδειγματικών καταστάσεων.

Προετοιμασία

Ο Augusto Boal πίστευε ότι η καλλιτεχνική δραστηριότητα είναι φυσική για όλους τους άνδρες και τις γυναίκες και είναι η καταστολή να υποφέρουμε όταν «εκπαιδευόμαστε», κάτι που περιορίζει την ικανότητα έκφρασης μας. Τα παιδιά χορεύουν, τραγουδούν και ζωγραφίζουν, ωστόσο, αφού υποφέρουν από καταπίεση στην οικογένειά τους, στο σχολείο, στο χώρο εργασίας, πείθουν τον εαυτό τους ότι δεν είναι χορευτές, ούτε τραγουδιστές, ούτε ζωγράφοι. Είναι προφανές ότι όλοι θα κατακτήσουν μια ικανότητα κατακτήσουν διαφορετικά, αλλά όλοι μπορούν να το κάνουν!

Η μετατροπή του ρόλου του συμμετέχοντα από θεατή σε πρωταγωνιστή, του/της δίνει τη δυνατότητα να συνειδητοποιήσει ότι η «πλασματική» απελευθερωτική πράξη, που εκτελείται κατά τη διάρκεια της συνεδρίας, είναι μια προετοιμασία για να το κάνει στην πραγματική ζωή. Εν ολίγοις, το θέατρο των Καταπιεσμένων διεγείρει την επιθυμία του συμμετέχοντος να μεταμορφώσει την πραγματικότητα.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Βήμα 1 – Σμιλεύοντας την πραγματική εικόνα (Ζητείται από τους συμμετέχοντες να συνθέσουν με το σώμα τους ένα σύνολο αγαλμάτων που δείχνουν οπτικά τη συλλογική σκέψη σε ένα δεδομένο θέμα που προτείνουν οι συμμετέχοντες (π.χ. εργασία με μαθησιακές δυσκολίες). Κάθε συμμετέχων παρουσιάζει μια εικόνα για να τη δουν οι συνομήλικοι/κοινό· εάν το κοινό δεν συμφωνεί με την εικόνα που παρουσιάζεται, ένας δεύτερος συμμετέχων παρουσιάζει μια διαφορετική εικόνα· εάν το κοινό συμφωνεί εν μέρει, οι άλλοι συμμετέχοντες μπορούν να διορθώσουν τη βασική εικόνα ή ακόμα και να την ολοκληρώσουν. Η ιδέα είναι ότι η ομάδα καταλήγει σε συναίνεση για την

πραγματική εικόνα, την πραγματική κατάσταση για το δεδομένο θέμα που τείνει να είναι μια εικόνα καταπίεσης.

Βήμα 2 – Σμιλεύοντας την ιδανική εικόνα (Ζητείται από τους συμμετέχοντες να «σμιλεύσουν» την ιδανική εικόνα, στην οποία δεν υπάρχει καταπίεση – αυτή είναι η εικόνα της κοινωνίας που θέλει κανείς να οικοδομήσει, όπου τα πραγματικά προβλήματα, που παρουσιάζονται στο βήμα 1, έχουν ξεπεραστεί)

Βήμα 3 – Συζήτηση για αναμόρφωση (Επιστρέφοντας στην πραγματική εικόνα, ξεκινά μια συζήτηση όπου κάθε συμμετέχων έχει το δικαίωμα να τροποποιήσει την πραγματική εικόνα για να δείξει οπτικά πώς είναι δυνατόν να αναδιαμορφώσουμε την απτή πραγματικότητά μας στην επιθυμητή πραγματικότητα . Αυτό το βήμα πρέπει να είναι γρήγορο για να αποφευχθεί το ενδεχόμενο οι συμμετέχοντες να σκέφτονται με λέξεις που στη συνέχεια μεταφράζονται σε εικόνες (δηλαδή, οι συμμετέχοντες πρέπει να σκέφτονται με εικόνες και να μιλάνε με τα χέρια τους, όπως οι πραγματικοί γλύπτες)

Βήμα 4 – Αλλαγή της αφήγησης (Αφού όλοι οι συμμετέχοντες έχουν εκφράσει τις απόψεις τους, τα «αγάλματα» καλούνται στη συνέχεια να τροποποιήσουν την καταπιεστική πραγματικότητα σε αργή κίνηση ή στάση. Είναι σημαντικό κάθε «άγαλμα» να λειτουργεί ως χαρακτήρας και όχι σαν τον εαυτό του/της.

Αξιολόγηση

Μια αξιολόγηση μετά από 3 ερωτήσεις μπορεί να γίνει από τον εκπαιδευτικό για να αξιολογήσει τον αντίκτυπο της δραστηριότητας στους συμμετέχοντες.

- Έχουν μειωθεί οι προκλήσεις από τη δραστηριότητα (π.χ. λιγότερες δυσκολίες σε τομείς όπως συναισθήματα, συγκέντρωση, συμπεριφορά ή φίλιες);
- Έχει βοηθήσει η δραστηριότητα στο να γίνουν οι προκλήσεις πιο ανεκτές (π.χ. χαμηλότερα επίπεδα αγωνίας);
- Η δραστηριότητα έχει διευκολύνει την καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων σε ό,τι αφορά τη μάθηση στην τάξη;

Για μια πιο εμπειριστατωμένη αξιολόγηση, ο εκπαιδευτικός μπορεί να βασιστεί στο ερωτηματολόγιο δυνατών σημείων και δυσκολιών (SDQ), που είναι διαθέσιμο εδώ - <https://www.sdqinfo.org>
Το SDQ είναι ένα σύντομο ερωτηματολόγιο συμπεριφορικού ελέγχου για παιδιά και νέους 2-17 ετών. Υπάρχει σε πολλές εκδόσεις και γλώσσες για να ανταποκρίνεται στα αιτήματα των ερευνητών, ιατρών και εκπαιδευτικών.

Χρήσιμοι Πόροι

Boal, A. (1978) *Duzentos e tal Exercícios e Jogos para o actor e o ão actor com ganas de dizer algo através do TEATRO*. Lisboa. "VOZES NA LUTA"- Cooperativa de Acção Cultural SCARL.

Boal, A. (1993). *Theater of the Oppressed*. New York. Theatre Communications Group

<https://www.youtube.com/watch?v=bxBqFbbAPO>

<https://www.youtube.com/watch?v=g2m97gPI70I>

Ακολουθήστε με... Είμαι ο εκπαιδευτής σας

Διάρκεια

1 ώρα

Ομάδα Στόχος

Δάσκαλοι εκπαίδευσης ενηλίκων, επαγγελματίες υγείας ή θεραπευτές τέχνης που εργάζονται με άτομα με υπερκινητική διαταραχή ελλειμματικής προσοχής όλων των ηλικιών μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτό το εργαλείο που βασίζεται στην καλλιτεχνική θεραπεία.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Αυτή η δραστηριότητα αποτελείται από πολλές διαδοχικές ενέργειες που απαιτούν συγκέντρωση. Όταν εργάζεστε με ενήλικες με διαταραχή ΔΕΠΥ, ο κύριος στόχος είναι να διατηρήσετε την προσοχή τους καθ' όλη τη διάρκεια της εκπαίδευσης, κάτι που είναι ένα πραγματικά προκλητικό γεγονός. Καθώς αυτοί οι άνθρωποι τείνουν να χάνουν την προσοχή τους εύκολα, η προφορική εκπαίδευση μπορεί να είναι εντελώς ακατάλληλη. Ως αποτέλεσμα, οι τεχνικές και οι ασκήσεις θα πρέπει να δίνουν έμφαση σε σωματικές αισθήσεις και πράξεις που ενισχύουν τη συγκέντρωση της προσοχής. Λόγω της σειράς των εργασιών, βεβαιωθείτε ότι οι μαθητές έχουν διαβάσει τις οδηγίες πολύ προσεκτικά. Επίσης, εάν κάποιος μαθητής αποσυντονιστεί κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, προσπαθήστε να τον υποστηρίξετε και να τονώσετε το κίνητρό του να συνεχίσει.

Η δραστηριότητα μπορεί να εφαρμοστεί περισσότερες από μία φορές ακόμη και την ίδια μέρα και να εξασκηθεί ακόμη και από ομάδες αργότερα (αν υπάρχει διαθέσιμος χρόνος).

Απαιτούμενα Υλικά

- Φύλλα χαρτιού
- Ένα σύνολο οδηγιών για κάθε συμμετέχοντα
- Στυλό ή μολύβια

Περιεχόμενα

Αυτό το εργαλείο μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε εκπαιδευτικό και θεραπευτικό πλαίσιο. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως τεχνική παρέμβασης για να τραβήξει και να κεντρίσει την προσοχή, να αρχίσει να εργάζεται με συγκέντρωση και να τονώσει τα εκπαιδευτικά κίνητρα των συμμετεχόντων. Η αυτοεκτίμηση μπορεί να ενισχυθεί ως αποτέλεσμα της καλής απόδοσης.

Στην Ελλάδα, μετά τη διάγνωση από τη διεπιστημονική ομάδα του δημόσιου ή ιδιωτικού Κέντρα Υγείας, καταρτίζεται εξατομικευμένο πρόγραμμα αποκατάστασης. Αυτό το εργαλείο μπορεί να χρησιμοποιηθεί είτε σε προγράμματα αποκατάστασης σε Κέντρα Ημέρας, Κέντρο Υγείας ή άλλες εκπαιδευτικές δομές είτε κατά τις σχολικές ώρες από ειδικό παιδαγωγό.

Η δραστηριότητα είναι σύμφωνη με την ευρωπαϊκή προοπτική και μπορεί να υιοθετηθεί ως εργαλείο από όλους τους επαγγελματίες από διαφορετικές ευρωπαϊκές χώρες, σύμφωνα με τους κοινώς αποδεκτούς ορισμούς της ΔΕΠΥ και της θεραπείας τέχνης.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Η πρώτη και μοναδική προφορική οδηγία που θα δώσετε στους συμμετέχοντες είναι να διαβάσουν πρώτα όλες τις γραπτές οδηγίες πριν συμμετάσχουν σε οποιαδήποτε από τις οδηγίες. Ο πρώτος που θα συμπληρώσει τη λίστα θα ανακηρυχθεί νικητής της δραστηριότητας. Μπορείτε να προσφέρετε ένα έπαθλο στον νικητή εάν πιστεύετε ότι η ομάδα θα παρακινηθεί από αυτό. Αυτή η άσκηση είναι ένας διασκεδαστικός τρόπος για να δείτε ποιος προσέχει και ποιος παρακάμπτει τις πιο ζωτικές οδηγίες—να διαβάσετε τα πάντα πριν ενεργήσετε.

Εδώ είναι οι οδηγίες:

Γράψτε όλα τα αρχικά της ομάδας σας στην επάνω δεξιά γωνία αυτού του φύλλου.

Γράψτε το μικρό σας όνομα στο φύλλο χαρτιού σας.

Γράψτε το σύνολο των 3 + 16 + 32 + 64 εδώ: _____

Υπογραμμίστε την οδηγία 1 παραπάνω.

Ελέγξτε την ώρα με το ρολόι σας με εκείνη ενός γείτονά σας.

Σημειώστε τη διαφορά χρόνου μεταξύ των δύο ρολογιών στο κάτω μέρος αυτής της σελίδας.

Σχεδιάστε τρεις κύκλους στο αριστερό περιθώριο.

Βάλτε ένα τικ σε κάθε έναν από τους κύκλους που αναφέρονται στο 6.

Υπογράψτε την υπογραφή σας στο κάτω μέρος της σελίδας.

Στο πίσω μέρος της σελίδας, διαιρέστε το 50 με το 12,5.

Όταν φτάσετε σε αυτό το σημείο της δοκιμής, σηκωθείτε, μετά καθίστε και συνεχίστε με το επόμενο αντικείμενο.

Εάν έχετε ακολουθήσει προσεκτικά όλες αυτές τις οδηγίες, φωνάξτε «έχω».

Στο πίσω μέρος αυτής της σελίδας, σχεδιάστε γρήγορα πώς νομίζετε ότι μοιάζει ένα όρθιο ποδήλατο από πάνω.

Ελέγξτε την απάντησή σας στο σημείο 9, πολλαπλασιάστε την επί 5 και γράψτε το αποτέλεσμα στο αριστερό περιθώριο απέναντι από αυτό το στοιχείο.

Γράψτε το 5ο, 10ο, 9ο και 20ο γράμμα του αλφαβήτου εδώ: _____

Τρυπήστε τρεις τρύπες με το στυλό σας εδώ: ο ο ο

Εάν πιστεύετε ότι είστε το πρώτο άτομο που φτάνει σε αυτό το σημείο, φωνάξτε «Είμαι στην πρώτη θέση».

Υπογραμμίστε όλα τα ζυγά ψηφία στην αριστερή πλευρά της σελίδας.

Σχεδιάστε τρίγωνα γύρω από τις τρύπες που ανοίξατε στο Στοιχείο 15.

Τώρα ολοκληρώσατε την ανάγνωση όλων των οδηγιών, υπακούστε μόνο στις 1, 2, 20 και 21.

Σηκωθείτε και πείτε: «Είμαστε η μεγαλύτερη ομάδα στον κόσμο!»

Αυτή η άσκηση δίνει επίσης την ευκαιρία να συζητηθούν οι δυσκολίες που αντιμετώπισαν οι μαθητές κατά τη διάρκεια της διαδικασίας και να κατανοήσουν καλύτερα πώς να τις ξεπεράσουν.

Αναγκάστε τα να φτιάξουν μια λίστα με όλες τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας (Η ερώτηση β παρακάτω αντικατοπτρίζει τα κύρια συμπτώματα που πρέπει να συζητηθούν).

Αξιολόγηση

Για να αξιολογήσετε αυτό το εργαλείο, ακολουθήστε αυτές τις συστάσεις αξιολόγησης:

- Πόσο ενδιαφέρουσα ήταν η δραστηριότητα για τους συμμετέχοντες;
- Έμαθαν να εντοπίζουν τις δυσκολίες που προκαλεί η ΔΕΠΥ;
- Έδειξαν οι συμμετέχοντες ενσυναίσθηση και βαθιά κατανόηση μεταξύ τους;

- Ανίχνευαν διαφορετικούς τύπους δυσκολιών;
- Βρήκε η ομάδα χρήσιμη την άσκηση;
- Ήταν δύσκολο για αυτούς να ανακτήσουν την προσοχή τους αφού αποσυντονίστηκαν; Τι θα μπορούσε να γίνει για να αξιολογηθούν με αυτό;

Χρήσιμοι Πόροι

<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenl.cgi?IDARTICULO=29545>

<https://www.additudemag.com/art-therapy-for-adhd/>

https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1091&context=expressive_dissertations

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0924933818301962>

https://digital.library.adelaide.edu.au/dspace/bitstream/2440/133990/1/MinCNS_2021_MCLIN.pdf

Dyslex-ICON

Διάρκεια

1 ώρα

Ομάδα Στόχος

Οι δάσκαλοι εκπαίδευσης ενηλίκων και οι επαγγελματίες υγείας που εργάζονται με άτομα με μαθησιακές δυσκολίες μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτό το εργαλείο που βασίζεται στην καλλιτεχνική θεραπεία για να ενισχύσουν τα μαθησιακά τους κίνητρα και να ενισχύσουν τη συμμετοχή τους.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Αυτή η άσκηση στοχεύει να βοηθήσει τους εκπαιδευτικούς και κυρίως τους ενήλικες συμμετέχοντες να εξοικειωθούν με τις δυσκολίες που προκαλεί η δυσλεξία, να συνειδητοποιήσουν ότι δεν είναι μόνοι και ότι οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν είναι κοινές, να συνδεθούν με άλλα άτομα με τις ίδιες δυσκολίες και να εκφράσουν τον εσωτερικό τους κόσμο δημιουργικά.

Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει πάντα να έχουν υπόψη τους ότι οι μαθητές με Μαθησιακές Δυσκολίες αντιμετωπίζουν προβλήματα που προέρχονται και βλάπτουν ταυτόχρονα τη γνωστική τους λειτουργία. Για το λόγο αυτό, είναι σημαντικό να δώσετε λίγο επιπλέον χρόνο για να παρατηρήσετε τις εικόνες λεπτομερώς ή σε οποιοδήποτε άλλο μέρος της άσκησης, εάν χρειάζεται και να προσπαθήσετε να διατυπώσετε τις ερωτήσεις με διαφορετικούς τρόπους, ώστε να είστε σίγουροι ότι όλοι έχουν κατανοήσει καλά. Επιπλέον, προτείνεται σε κάθε συμμετέχοντα να καταγράψει διακριτά τις δυσκολίες / προβλήματα / συναισθήματα που αντιμετωπίζει μέσα από αυτή τη δραστηριότητα (αλλά και γενικά) και να διατυπώσει μια συζήτηση (μετά την παρατήρηση των εικόνων), δίνοντας την ευκαιρία να εκφραστεί ανοιχτά. Να είστε υποστηρικτικοί σε κάθε προσπάθεια που κάνουν.

Απαιτούμενα Υλικά

- Φωτογραφίες/εικόνες, που εμφανίζονται είτε στη μέση της τάξης είτε σε όλους είτε μπροστά σε κάθε μαθητή (απαιτούνται φωτοτυπίες σε αυτήν την περίπτωση)
- Φύλλα χαρτιού, για να καταγράψουν τις σκέψεις και τις παρατηρήσεις τους πάνω στις εικόνες και επίσης για να σχεδιάσουν τους δικούς τους πίνακες αργότερα
- Μαρκαδόροι, ξυλομπογιές, πολύχρωμα μολύβια και στυλό, χάρακες, σχήματα (ελεύθερη επιλογή) για τα σχέδια.

Περιεχόμενα

Αυτή η δραστηριότητα απευθύνεται σε ενήλικες που εργάζονται με άτομα με δυσλεξία σε εκπαιδευτικά ή θεραπευτικά πλαίσια. Μπορεί να αξιολογηθεί είτε μεμονωμένα, ως ατομική συνεδρία είτε σε περισσότερους μαθητές ταυτόχρονα, σε πλαίσιο τάξης. Μπορεί επίσης να εξασκηθεί εικονικά ή/και διά ζώσης. Η θεραπεία τέχνης προσφέρει μια ασφαλή μορφή συναισθηματικής έκφρασης και επικοινωνίας που δεν περιορίζεται από γλωσσικές και επικοινωνιακές δυσκολίες. Αποτελεί μια γέφυρα μεταξύ του εσωτερικού και του εξωτερικού κόσμου, βοηθώντας τους να αναγνωρίζουν, να επισημαίνουν και να ρυθμίζουν τα συναισθήματα.

Η δραστηριότητα είναι σύμφωνη με την ευρωπαϊκή προοπτική και μπορεί να υιοθετηθεί ως εργαλείο από όλους τους εκπαιδευτικούς από διαφορετικές ευρωπαϊκές χώρες, σύμφωνα με τους κοινώς αποδεκτούς ορισμούς της Δυσλεξίας και της Εικαστικής Θεραπείας.

Προετοιμασία

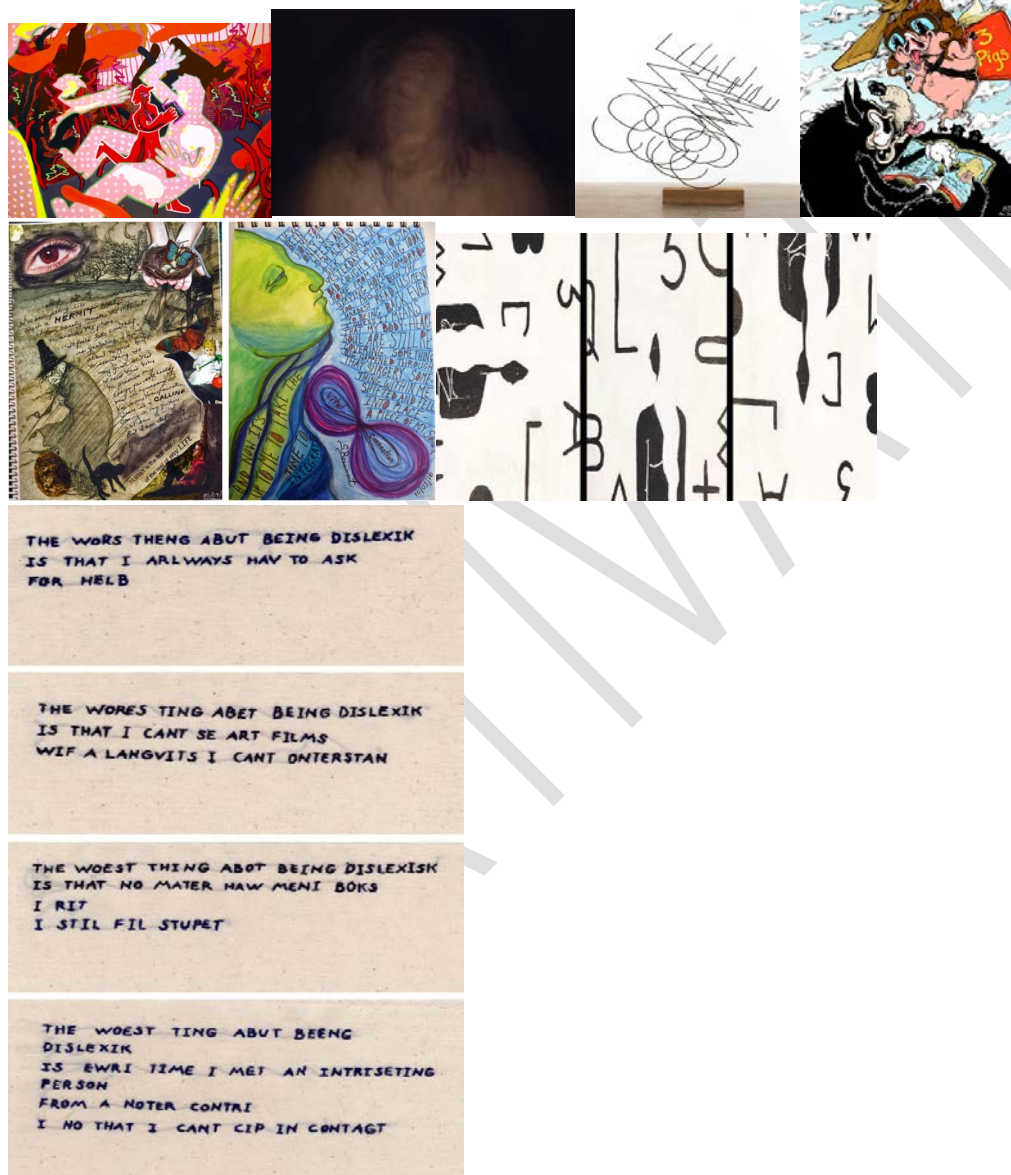
Δεν απαιτείται ειδική προετοιμασία για αυτό το είδος άσκησης. Συνιστάται, ωστόσο, να προσπαθήσετε να δημιουργήσετε ένα ωραίο, ήρεμο και χαλαρό περιβάλλον στην τάξη, προωθώντας την άνευ όρων αποδοχή ώστε να μπορούν να εκφράζονται ελεύθερα. Ένα ωραίο, ζεστό μάθημα με σχέδια και εικόνες κρεμασμένες στον τοίχο θα τους βοηθήσει να χαλαρώσουν και να προσαρμοστούν στο πλαίσιο.

Η θεραπεία τέχνης προσφέρει στα παιδιά μια ασφαλή μορφή συναισθηματικής έκφρασης και επικοινωνίας που δεν περιορίζεται από γλωσσικές και επικοινωνιακές δυσκολίες.

Επιπλέον, θα ήταν χρήσιμο να κάνουμε μια σύντομη εισαγωγή για το τι μπορεί να προσφέρει η τέχνη, και ειδικά το σχέδιο σε ένα άτομο με ή χωρίς μαθησιακές δυσκολίες. Η τέχνη βοηθά τους ανθρώπους να επικοινωνούν πιο αποτελεσματικά, να εκφράζουν τις σκέψεις και τα συναισθήματα με τρόπο που έχει νόημα και μπορεί επίσης να τονώσει την αυτοεκτίμησή τους.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Βήμα 1: Δείτε αυτό το σετ: Πίνακες ζωγραφικής, φτιαγμένα από άτομα με Δυσλεξία, στην τάξη/άτομο:



(Ανακτήθηκε από: <https://www.npr.org/sections/ed/2017/01/25/507405986/finding-words-in-paint-how-artists-see-dyslexia?t=1638546839824>)

Βήμα 2: Συζητήστε τις εικόνες με τους μαθητές και κάντε τους ερωτήσεις σχετικά με το περιεχόμενο.

Για παράδειγμα:

Εικόνα 1-4: «Τι παρατηρείς σε αυτές τις εικόνες;», «Τι πιστεύεις ότι θέλουν να εκφράσουν τα σχέδια;».

Εικόνα 5-9: «Απελευθερώστε τη φαντασία σας και προσπαθήστε να σκεφτείτε ποιο μπορεί να είναι το κύριο σημείο αυτού του σχεδίου».

Εικόνα 8-11: «Ποια είναι η κύρια αντανάκλαση του καλλιτέχνη;», «Ποιες πτυχές της Δυσλεξίας πιστεύετε ότι αντανάκλα;», «Τι πρόβλημα δημιουργεί η Δυσλεξία στην καθημερινότητά του;».

(Με αυτόν τον τρόπο, οι μαθητές θα γίνουν ικανοί να εντοπίζουν και να κατανοούν τα προβλήματα.

Χρησιμοποιούνται από άτομα με δυσλεξία Δυσλεξία, θα τα μοιραστούν με τους συνομηλίκους τους και τελικά θα νιώσουν ότι δεν είναι μόνοι. Επίσης, με το να εκφραστούν δυνατά στοχεύουν στην ενημέρωση των προφορικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων.

(Πρέπει να αναφερθούν μερικά από τα ακόλουθα συμπτώματα: δυσκολία στην ανάγνωση και γραφή, οπτική παρατήρηση, συζήτηση, εκφραστική γραφή και ανάγνωση, γραμματική, αναγνωστική κατανόηση, αναγνωστική ευχέρεια, δομή προτάσεων, ορθογραφία, αναγνωσιμότητα, λέξη - απόσταση, έκφραση, προβλήματα με τη δομή της πρότασης και τους γραμματικούς κανόνες, δυσκολία στην οργάνωση ή άρθρωση της προσοχής, έλεγχος συμπεριφοράς, αργοπορία ή άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση, έλεγχος θυμού, απογοήτευση και πλήξη, εναλλαγές διάθεσης, κατάθλιψη και σχέση, προβλήματα στη συγκέντρωση ιδιαίτερα κατά την ανάγνωση.

Βήμα 3: Μετά την ανάλυση του πλαισίου, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να παροτρυνθούν να ζωγραφίσουν τη δική τους εικόνα χρησιμοποιώντας σχήματα, γράμματα, πορτρέτα, χρώματα ή ακόμα και κείμενα, αντανάκλωντας τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν σε καθημερινή βάση και τα συναισθήματα που προέκυψαν λόγω αυτών των εμποδίων.

(Αυτό το μέρος της άσκησης θα βοηθήσει να χαλαρώσουν, να ηρεμήσουν, να εκφράσουν ελεύθερα τις εσωτερικές τους σκέψεις και να εντοπίσουν τις δυσκολίες που προκύπτουν από τη Δυσλεξία. Θα βάλουν σχήματα τα συναισθήματα και την ένταση που δημιουργούν αυτά τα εμπόδια.

Βήμα 4: Μετά την ολοκλήρωση της ζωγραφικής, οι μαθητές θα πρέπει να κληθούν να παρουσιάσουν και να αναλύσουν την τέχνη τους και να συζητήσουν τα θέματα που αντικατοπτρίζονται. Τα δυσλεξικά άτομα βλέπουν τον κόσμο διαφορετικά, έτσι μέσα από αυτή την άσκηση έχουν την ευκαιρία να εξηγήσουν και να μοιραστούν την άποψή τους, ενισχύοντας παράλληλα τις προφορικές και επικοινωνιακές τους δεξιότητες.

Αξιολόγηση

Για να αξιολογήσετε το εργαλείο, ακολουθήστε αυτό το σύνολο ερωτήσεων:

- Έδειξαν οι συμμετέχοντες ενδιαφέρον και προθυμία να συμμετάσχουν στην άσκηση;
- Πόσα διαφορετικά είδη δυσκολιών κατονομάστηκαν από τους συμμετέχοντες και πώς μίλησε ο καθένας από αυτούς;
- Οι πίνακες έχουν εικονογραφήσει διαφορετικά συμπτώματα ή διαταραχές; Με ποιο σχήμα ή μορφή αντιπροσωπεύτηκε το καθένα;
- Έδειχναν οι συμμετέχοντες ενσυναίσθηση και αποδοχή μεταξύ τους;
- Έδιναν προσοχή ενώ οι άλλοι μιλούσαν ή συνήθως φαίνονται απομονωμένοι ή αποτραβηγμένοι;
- Διατήρησαν την προσοχή τους σε όλη αυτή τη δραστηριότητα; Εάν όχι, ποιες άλλες πρακτικές μπορούν να υιοθετηθούν;

Χρήσιμοι Πόροι

<https://www.indiatoday.in/education-today/featurephilia/story/10-art-therapy-activities-exercises-and-ideas-for-special-needs-children-1622735-2019-11-26>

<https://senmagazine.co.uk/content/activities/music-arts/2229/why-art-therapy/>

<https://yourbrain.health/art-therapy/>

http://www.art-therapy.gr/images/stories/book_library/books/art_therapy/expressive_therapies.pdf

<https://dl.uswr.ac.ir/bitstream/Hannan/139655/1/9780415815796.pdf>

ARTINATEL



Εργαστήριο ζωγραφικής

Διάρκεια

2.30 ώρες συνεδρία

Ομάδα Στόχος

Αυτό το εργαλείο μπορεί να χρησιμοποιηθεί από δασκάλους τέχνης και δασκάλους ζωγραφικής, στοχεύοντας σε ενήλικες με ελλειμματική προσοχή ή αυτιστικά προβλήματα.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Χρησιμοποιώντας τη μέθοδο UDL και βασισμένη σε έρευνες σχετικά με την ελλειμματική προσοχή και τον αυτισμό, αυτή η συνεδρία θα βοηθήσει ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, εστιάζοντας στην ΔΕΠΥ και τα αυτιστικά προβλήματα. Έτσι θα:

- - Μάθουν να εστιάζουν σε μια άσκηση
- - Μάθουν να διαχειρίζεται διαχειρίζονται τη συγκέντρωσή τους μέσω της ζωγραφικής
- - Μάθουν να διαχειρίζονται το άγχος μέσω της τέχνης
- - Εκφράζονται μέσα από την τέχνη
- - Μάθουν να αξιολογούν αυτόματα τη δουλειά τους
- - Μάθουν να αυξάνουν την αυτοπεποίθησή τους κάνοντας μια ομαδική συνεδρία.

Απαιτούμενα Υλικά

- Καμβάς
- Βούρτσες
- Ποτήρια ή κύπελλο για τα πινέλα
- Τόπος ποτίσματος και τρεχούμενο νερό
- Στυλό
- Σετ βαφής
- Καβαλέτα ζωγραφικής
- Παλέτες
- Ένα κατάλληλο δωμάτιο ή ένα εργαστήριο
- Ποδιές ή μπλούζες
- Πετσέτες

Περιεχόμενα

Τα τελευταία χρόνια, έχει δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στις διαταραχές συμπεριφοράς ενηλίκων και παιδιών, ιδιαίτερα στις διαταραχές προσοχής. Αυτά μπορεί να έχουν τη μορφή ΔΕΠΥ ή ακόμα και αυτισμού. Επιπλέον, πρόσφατες έρευνες (σε πόρους) δείχνουν ότι ο εγκέφαλος διεγείρεται με τη δημιουργία τέχνης και με αυτή τη διαδικασία, παράγει υψηλότερα επίπεδα ντοπαμίνης. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για άτομα που πάσχουν από ΔΕΠΥ, καθώς η ντοπαμίνη είναι υπεύθυνη για την αύξηση της συγκέντρωσης. Η ανάπτυξη αυτών των εργαστηρίων ζωγραφικής θεραπείας τέχνης είναι επομένως ένας τρόπος να τονωθεί η συγκέντρωση ενηλίκων που πάσχουν από αυτιστικές διαταραχές ή διαταραχές προσοχής.

Προετοιμασία

Ο δάσκαλος θα χρειαστεί να ετοιμάσει μια αίθουσα ή ένα εργαστήριο με αρκετό χώρο για να καλωσορίσει τους μαθητές. Το δωμάτιο θα πρέπει να έχει πρόσβαση σε νερό για να πλύνετε τις βούρτσες και τα χέρια.

Θα χρειαστεί να εγκαταστήσει καβαλέτα ζωγραφικής στο δωμάτιο, με επαρκή χώρο μεταξύ τους, προκειμένου ένας μαθητής να μην χτυπήσει τον διπλανό του.

Ο δάσκαλος θα χρειαστεί να ετοιμάσει αρκετή μπογιά για όλους, διαφόρων χρωμάτων.

Ο δάσκαλος θα πρέπει να προετοιμάσει και να έχει τουλάχιστον μία παλέτα ζωγραφικής ανά μαθητή ή περισσότερες.

Θα πρέπει επίσης να διανεμηθούν αρκετά πινέλα, τουλάχιστον ένα από τον μαθητή.

Θα πρέπει επίσης να προετοιμαστούν μερικά στυλό που θα βοηθήσουν τον μαθητή να σχεδιάσει πριν ζωγραφίσει

Ο δάσκαλος θα χρειαστεί να ζητήσει εκ των προτέρων από τους μαθητές να έρθουν με ρούχα πρόχειρα σε περίπτωση που λερωθούν ή με ποδιές ή μπλούζες. Ο δάσκαλος θα πρέπει να ετοιμάσει μόνος του μερικές ποδιές ή ρόμπες για τους μαθητές που δεν μπορούν να τις φέρουν.

Τέλος, μερικές πετσέτες θα εκτίθενται επίσης στην αίθουσα για να πλύνουν τους μαθητές και το υλικό κατά τη διάρκεια και μετά την εκτέλεση της δραστηριότητας.

Περιγραφή Δραστηριότητας

Η δραστηριότητα θα χωριστεί σε βήματα:

ΒΗΜΑ 1: Ο δάσκαλος θα περιγράψει την άσκηση στους μαθητές, θα τους δώσει στον καθένα μια παλέτα ζωγραφικής, μια ποδιά ή ρόμπα αν χρειαστεί, πινέλα και έναν καμβά και ένα καβαλέτο ζωγραφικής.

ΒΗΜΑ 2: Οι μαθητές θα επιλέξουν ένα θέμα για να ζωγραφίσουν, δεν χρειάζεται απαραίτητα να είναι πολύ περίπλοκο, μπορεί να είναι για παράδειγμα ένα δέντρο, ένα αντικείμενο ή ένα τοπίο.

ΒΗΜΑ 3: Οι μαθητές θα αρχίσουν να ζωγραφίζουν, για μιάμιση ώρα. Ο δάσκαλος της τέχνης θα τους παρέχει ατομικές συμβουλές εάν είναι απαραίτητο. Θα προσπαθήσει να είναι όσο το δυνατόν πιο εξυπηρετικός σε κάθε μαθητή ανάλογα με τις ανάγκες του

ΒΗΜΑ 4: Οι μαθητές, με τη σειρά τους, θα δείξουν την εργασία τους στην υπόλοιπη ομάδα. Άλλοι συμμετέχοντες θα ενθαρρύνονται να κάνουν σχόλια για τον πίνακα. Τέλος, οι μαθητές θα αξιολογήσουν οι ίδιοι την εργασία τους.

Αξιολόγηση

Μεθοδολογία: αυτόματη αξιολόγηση, ο εκπαιδευτής ενηλίκων θα ζητήσει από κάθε μαθητή να περιγράψει προφορικά πώς ένιωθε για την άσκηση, ακολουθώντας αυτά τα τρία κριτήρια:

- Ικανότητα εστίασης στη ζωγραφική
- Ικανότητα εφαρμογής συμβουλών από τον δάσκαλο

- Ικανότητα να εκφράσουν αυτό που ήθελαν μέσα από τη δουλειά τους

Χρήσιμοι Πόροι

<https://udlguidelines.cast.org>

<https://disabilityarts.online/blog/magical-women/what-does-an-autistic-adhd-neurodivergent-led-art-workshop-look-like/>

<https://www.everydayhealth.com/news/art-therapy-adhd/>

https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1091&context=expressive_dissertations

<https://artisanhans.sg/art-therapy-for-adhd-singapore/>

Τάξη Δημιουργικής Ποίησης

Διάρκεια

2 ώρες συνεδρία

Ομάδα Στόχος

Εξειδικευμένοι Εκπαιδευτές για ενήλικες με αναπηρίες μπορούν να χρησιμοποιήσουν το εργαλείο κατά τη διάρκεια μιας ομαδικής συνεδρίας που περιλαμβάνει ενήλικες με δυσλεξία.

Μαθησιακοί στόχοι και ορισμένες μεθοδολογικές συστάσεις

Χρησιμοποιώντας τη μέθοδο UDL και βασισμένη σε έρευνες σχετικά με τη δυσλεξία και την ελλειμματική προσοχή (δείτε τους πόρους), αυτή η άσκηση θα βοηθήσει ενήλικες με μαθησιακές δυσκολίες, εστιάζοντας σε προβλήματα όπως η δυσλεξία και η ελλειμματική προσοχή. Αυτοί θα:

- Μάθουν να γράφουν δομημένα κείμενα
- Αναπτύσσουν τις κινητικές τους δεξιότητες διεγείροντας τον εγκέφαλο
- Αναλύσουν τα συναισθήματά τους αρκετά ώστε να τα γράψουν
- Μάθουν να εκφράζουν τη σκέψη και το συναίσθημα μέσω της γραφής και της προφορικής άσκησης.
- Μάθουν να αυξάνουν την αυτοπεποίθησή σας κάνοντας μια ομαδική συνεδρία
- Βοηθούν τη συγκέντρωσή τους εστιάζοντας στις ασκήσεις.

Απαιτούμενα Υλικά

- Στυλό
- Χαρτί
- Γραφεία
- Προηγούμενα παραδείγματα σύντομης ποίησης

Περιεχόμενα

Τα τελευταία χρόνια, οι μαθησιακές δυσκολίες εντοπίζονται και ονομάζονται όλο και περισσότερο. Αποτελούν αντικείμενο ολοένα και μεγαλύτερου όγκου έρευνας. Ειδικότερα, η δυσλεξία και η ΔΕΠΥ βρίσκονται στο επίκεντρο της επιστημονικής και εκπαιδευτικής κοινότητας: προσπαθούμε να κατανοήσουμε καλύτερα την προέλευση, τις δυσκολίες και τις μεθόδους μάθησης που σχετίζονται

με αυτές τις διαταραχές. Σε αυτό το πλαίσιο, η έρευνα έχει δείξει ότι η ποίηση μπορεί να αποτελέσει πολύτιμο βοήθημα για την αντιμετώπιση και βοήθεια των μαθητών με αυτές τις διαταραχές. Οι ασκήσεις μνήμης, προφορικής απαγγελίας και ευχέρειας μπορούν πράγματι να βοηθήσουν, λόγω των ρυθμών, των ρίμων, των χειρονομιών που ζητούνται, που κινητοποιούν τη συγκέντρωση και τις κινητικές ικανότητες του θέματος. Σε αυτό το πλαίσιο προτείνουμε αυτή τη σύντομη ποίηση και προφορική άσκηση. Για αυτό, η συνεδρία θα αναπτυχθεί επίσης με τη χρήση του Universal Design Learning, το οποίο είναι ένα εργαλείο κατασκευασμένο για περιεκτικά και μαθήματα, τα οποία μπορεί να είναι χρήσιμα για μαθητές με αναπηρίες, συμπεριλαμβανομένων των ενηλίκων.

Προετοιμασία

Πριν εφαρμόσει το εργαλείο, ο εκπαιδευτικός θα χρειαστεί πρώτα να προετοιμάσει την αίθουσα όπου θα πραγματοποιηθεί η άσκηση: Θα πρέπει να αναδιοργανώσει τα θρανία σε σχήμα U για την τελική αξιολόγηση της ομάδας και να αφήσει αρκετό χώρο στον εκπαιδευόμενο για να κάνει τις προφορικές του παρουσιάσεις με ευκολία. Ο εκπαιδευτικός θα προετοιμάσει επίσης κάποια κείμενα που θα δείξει ως παραδείγματα σύντομης ποίησης από αυτά που θα μπορούσαν να πάρουν οι μαθητές. Για το σκοπό αυτό μπορεί να ετοιμάσει και μερικά βίντεο προφορικής παρουσίασης ποίησης για να δείξει στους μαθητές.

Περιγραφή Δραστηριότητας

ΒΗΜΑ 1: Ο δάσκαλος θα περιγράψει την άσκηση και θα δώσει παραδείγματα, μπορεί να δείξει κείμενα, να παρουσιάσει προφορικά τα ποιήματα ή να δείξει βίντεο ρητόρων.

ΒΗΜΑ 2: Οι μαθητές θα χρειαστούν τουλάχιστον μία ώρα για να γράψουν ένα σύντομο ποίημα, το ποίημα θα έχει τη μορφή λίγων φράσεων ανάλογα με την ικανότητα και το συναίσθημα του μαθητή. Δεν πρέπει να είναι πολύ μεγάλο και θα πρέπει να διαρκέσει το πολύ 2 λεπτά για να παρουσιαστεί.

ΒΗΜΑ 3: Οι εκπαιδευόμενοι θα πάρουν σειρά και θα παρουσιάσουν προφορικά το κείμενό τους, θα προσέξουν να το παρουσιάσουν ανάλογα με τον τόνο και τελικά τις χειρονομίες και τις κινήσεις του σώματός τους.

ΒΗΜΑ 4: Οι μαθητές θα συζητήσουν τα ποιήματα και θα παρουσιάσουν τη σκέψη τους και στη συνέχεια θα αξιολογήσουν αυτόματα την απόδοσή τους.

Αξιολόγηση

Μεθοδολογία: προφορική αυτόματη αξιολόγηση

Ο δάσκαλος θα ζητήσει από κάθε μαθητή να περιγράψει την ποίηση και τι πιστεύει ότι έμαθε, οι μαθητές θα κληθούν να γίνουν κριτικοί του εαυτού τους. Ο δάσκαλος θα τους καθοδηγήσει στις απαντήσεις τους, ώστε να μπορούν να απαντήσουν σε αυτά τα κριτήρια:

- Ικανότητα εστίασης στη γραφή

- Ευκολία έκφρασης
- Σαφήνεια του λόγου

Στη συνέχεια, ο δάσκαλος θα παράσχει ανατροφοδότηση στις κριτικές και θα τις προσαρμόσει σύμφωνα με την αξιολόγηση των μαθητών και τη δική τους εντύπωση.

Χρήσιμοι Πόροι

<https://udlguidelines.cast.org>

<https://atthefestival.wordpress.com/2016/05/21/dyslexia-and-poetry-words-that-wear-a-high-vis-vest/>

