

# Ενσυναίσθηση και Αλληλεγγύη



*Χαρούλα Καργιώτη*

*Οι φωτογραφίες και οι εικόνες της παρουσίασης προέρχονται από αναζήτηση στο διαδίκτυο.*

# Ενσυναίσθηση

Μπαίνω στη θέση του άλλου.

Πώς αισθάνεται;



# Πώς αισθάνεται;



# Πώς αισθάνονται;



# Πώς αισθάνονται;





# Πώς αισθάνονται;



Είναι εύκολο να δρούμε με  
ενσυναίσθηση;

ΟΧΙ

Γιατί;

Διότι είμαστε διαφορετικοί.

Διότι δεν ξέρουμε πώς αισθάνεται  
ο άλλος.

# Σε τι διαφέρουμε;

- Εξωτερικά χαρακτηριστικά
- Γλώσσα
- Θρησκεία
- Τόπος καταγωγής
- Οικογένεια
- Συνήθειες, ενδιαφέροντα
- Χαρακτήρας
- Δεξιότητες, χαρίσματα
- Δυσκολίες, προβλήματα



# Πώς αισθανόμαστε απέναντι στο διαφορετικό;

- Αμηχανία
- Περιέργεια
- Ανασφάλεια
- Φόβο
- Εχθρότητα
- Απόρριψη

# Γιατί δεν αποδεχόμαστε εύκολα το διαφορετικό;

- Επειδή είναι κάτι καινούριο.
- Επειδή δεν ξέρουμε πώς να συμπεριφερθούμε.
- Επειδή μπορεί να είχαμε μια προηγούμενη άσχημη εμπειρία.
- Επειδή έτσι πιστεύουν στο περιβάλλον μας.
- Επειδή αυτό βλέπουμε στην τηλεόραση.

# Σε τι μοιάζουμε;

- Ανάγκες
- Όνειρα - στόχοι
- Δικαιώματα
- Υποχρεώσεις

# Χρειάζομαι...

- Να ικανοποιώ τις βασικές μου ανάγκες: φαγητό, ρούχα, σπίτι, ξεκούραση...
- Να είμαι ασφαλής.
- Να ανήκω σε μια ομάδα, να είμαι αποδεκτός.
- Να εκτιμώ τον εαυτό μου και να έχω την εκτίμηση των άλλων.
- Να πετυχαίνω τους στόχους μου και να πραγματοποιώ τα όνειρά μου.

Ομοιότητες και Διαφορές

Σεβόμαστε τις διαφορές

Εστιάζουμε στις ομοιότητες

Δρω με ενσυναίσθηση

=

δείχνω αλληλεγγύη



# Αλληλεγγύη

Ερχόμαστε κοντά στον άλλο.  
Προσφέρουμε βοήθεια.  
Συμπαραστεκόμαστε.



Είναι εύκολο να δρούμε  
δείχνοντας αλληλεγγύη;

ΟΧΙ

Γιατί;

Πώς δείχνω αλληλεγγύη;

Γνώση και ενδιαφέρον.

Όρια και κανόνες.

Δικαιώματα και υποχρεώσεις.

Χρειάζεται να έχω πολλά για να προσφέρω;

Τι μπορώ να προσφέρω;

- υλικά αγαθά
- ιδέες, γνώσεις
- χρόνο
- φιλία
- αγάπη

# Γνώση και ενδιαφέρον

- Ρωτάω: «Πώς μπορώ να σε βοηθήσω;»
- Ρωτάω: «Πώς αισθάνεσαι;»
- Βεβαιώνομαι ότι το άτομο στο οποίο απευθύνομαι με καταλαβαίνει.
- Φροντίζω για την ασφάλεια όλων.
- Ζητάω κι εγώ βοήθεια από κάποιον μεγαλύτερο.

# Εσείς, παιδιά, τι λέτε; Πώς δείχνουμε αλληλεγγύη σε κάποιον...

- με προβλήματα όρασης;
- με προβλήματα ακοής;
- με κινητικά προβλήματα ή με αναπηρικό καροτσάκι;
- που δυσκολεύεται να κάνει πράγματα με τα χέρια του;
- που δε μιλάει καθαρά;
- που αργεί να ολοκληρώσει μια εργασία;
- που δυσκολεύεται στα παιχνίδια;

# Συνδιαμορφώνουμε κανόνες

Γιατί χρειάζονται οι κανόνες;

Ασφάλεια και σιγουριά

Πώς φτιάχνουμε τους κανόνες;

Παρατηρούμε, καταγράφουμε

Σε τι βασιζόμαστε για να τους φτιάξουμε;

Δικαιώματα και υποχρεώσεις

Πώς τους διατυπώνουμε;

Οι κανόνες μας δείχνουν τι μπορούμε κάνουμε



# Δικαιώματα <=> Υποχρεώσεις

Να με ακούν όταν μιλάω.

Να ακούω τους άλλους όταν μιλούν.

Να μου φέρονται ευγενικά.

Να φέρομαι με ευγένεια.

Να σέβονται τις προτιμήσεις μου.

Να σέβομαι τις προτιμήσεις των άλλων.

Να με βοηθούν όταν δυσκολεύομαι.

Να βοηθώ τους άλλους όταν δυσκολεύονται.

Να με σέβονται όταν δεν μπορώ να κάνω κάτι.

Να σέβομαι τους άλλους όταν δεν μπορούν να κάνουν κάτι.

# Με ενσυναίσθηση και αλληλεγγύη μπορούμε όλοι να βοηθήσουμε



**Με υποστήριξη και προσπάθεια  
μπορούμε όλοι να  
πραγματοποιήσουμε τα όνειρά μας**

