

ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΓΑΖΙΟΥ
«ΔΟΜΗΝΙΚΟΣ ΘΕΟΤΟΤΚΟΠΟΥΛΟΣ»

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ



ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

Στρομφάκια

Παπαρδέλες



Μικρές Εξερευνήτριες

Power Puff Girls & the Doctor

Σχολικό έτος 2011 - 2012

Α΄ Τετράμηνο

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ:

ΣΤΡΟΥΜΦΑΚΙΑ

Κατσαρού Ειρήνη
Μαλαγαρδή Ελένη
Τριγώνη Χρύσα
Ψαράκη Χρύσα

ΠΑΠΑΡΔΕΛΕΣ

Βαρδαλαχάκης Γιώργος
Καβρού Κατερίνα
Ψαράκη Σουζάνα



Ό,ΤΙ ΝΑ ΄ΝΑΙ

Μιχαλίτση Άννα - Μαρία
Μετζογιαννάκη Χριστίνα
Κανάκης Γιάννης
Σηφάκη Ελένη

ΜΙΚΡΕΣ

ΕΞΕΡΕΥΝΗΤΡΙΕΣ

Ρεράκη Μαργιάννα
Πολυχρονάκη Μαρία
Κοσμαδάκη Αλεξάνδρα
Μαυράκη Ελένη

POWER PUFF GIRLS & THE DOCTOR

Δρακωνάκη Αθηνά
Μπουμάκη Αγγέλα
Κασσαπάκης Σπύρος
Τσαχάκη Μαρία

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ:

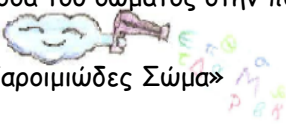
Καλαϊτζάκη Ειρήνη (ΠΕ02)
Γιαννουλάκη Στέλλα (ΠΕ06)

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΛΥ...

- τον κ. Βέργο Στέλιο, συνταξιούχο εκπαιδευτικό, ηθοποιό
- την κ. Λεμονή Ζαφειρούλα, διευθύντρια Γ.Λ. Γαζίου
- την κ. Μανίκα Δέσποινα, παιδίατρο
- την κ. Μαρουλίτα, εμψυχώτρια
- την κ. Μεταξάκη Νίκη, χοροδιδάσκαλο
- την κ. Παραδεισανού Πόπη, καθηγήτρια
- τον κ. Τσέλιο Χρήστο, ιερέας - καθηγητή



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Αντί προλόγου	5
2. Η χειρονομία ως μέσο έκφρασης	7
3. Σαν τον Πινόκιο... Τι λένε τα παιδιά όταν δεν μιλάνε;	12
4. Η μη λεκτική επικοινωνία στα κόμικς	16
5. Το εν...τέχνη ΣΩΜΑ: Παντομίμα, Βωβός κινηματογράφος	20
6. Η γλώσσα του σώματος στην Τέχνη	30
7. Και έγινε ο λόγος σαρξ... Συνέντευξη από τον ιερέα του σχολείου μας σχετικά με το μη λεκτικό μήνυμα στην εκκλησία	34
8. Η Επίσκεψη του Στέλιου Βέργου στο σχολείο μας	36
9. Χορός: Η κουβέντα των Θνητών, των Θεών και των διαόλων	42
10. Η ΔΙΑ Σώματος...ΔΙΑφήμιση	49
11. Η γλώσσα του σώματος στην πολιτική	59
12. «Το Παροιμιώδες Σώμα» 	58
13. Μαντινάδες, ποίηση και σώμα	64
14. Επίσκεψη στο εργαστήριο Θεατρικού παιχνιδιού, «Μαρουλίτα»	73
15. Χαμογελάστε είναι μεταδοτικό!	84
16. Βιβλιογραφία	90
17. Παραρτήματα	91

Αντί προλόγου...



Η επικοινωνία είναι άρρηκτα δεμένη με την ανθρώπινη ύπαρξη. Υπάρχουν δύο κυρίως είδη επικοινωνίας, η λεκτική και η μη. Η μη λεκτική επικοινωνία απαιτεί τη συμμετοχή ολόκληρου του σώματος, ενώ συμβαίνει χωρίς τη χρήση της λεκτικής επικοινωνίας. Ο όρος επικοινωνία περιγράφει την ανταλλαγή μηνυμάτων, τη μετάδοση σημασιών και την αλληλεπίδραση των ατόμων.

Για την επικοινωνιακή διαδικασία λοιπόν χρειαζόμαστε 4 πολύ σημαντικά στοιχεία. Αυτά είναι τα ακόλουθα: α) πομπός και δέκτης β) το μήνυμα γ) τα μέσα έκφρασης και μετάδοσης δ) το περιβάλλον .

Όσον αφορά τη λεκτική επικοινωνία χρησιμοποιούμε φθόγγους και γράμματα για να δημιουργήσουμε λέξεις και να τις συντάξουμε σε φράσεις και προτάσεις με σκοπό να σημάνουμε κάτι. Ενώ στη μη λεκτική επικοινωνία με κύριο μέσο το σώμα εκφράζουμε συναισθήματα, διαθέσεις, προθέσεις, στάσεις και ενδεχομένως όσα δεν θέλουμε να εκφράσουμε με τη γλώσσα. Τα χαρακτηριστικά της μη λεκτικής είναι :

α) **Φυλογενετική προτεραιότητα** (προηγήθηκε στην εξέλιξη του ανθρώπινου είδους)

β) **Οντογενετική προτεραιότητα** (είναι η πρώτη μορφή επικοινωνίας στην αρχή της ζωής του ανθρώπου)

γ) **Αξία οικουμενική** (είναι κοινή για όλες τις κοινωνίες)

δ) **Χρήση παντού και πάντα** (υπάρχει σε κάθε επικοινωνία)

ε) **Πρωταρχικός ρόλος** (η μη λεκτική επικοινωνία προηγείται και χρησιμοποιείται διερευνητικά πριν πάρουμε το λόγο)

Η σημασία της μη λεκτικής επικοινωνίας είναι ευρέως αναγνωρισμένη και αποδεκτή, αν σκεφτεί κανείς όλες εκείνες τις περιπτώσεις που μπορεί να βοηθήσει και να ρυθμίσει τον τύπο της σχέσης πάνω στον οποίο θα αναπτυχθεί η λεκτική συμπεριφορά .

Η λεκτική και η μη λεκτική επικοινωνία αποτελούν τις δύο όψεις του ίδιου νομίσματος, καθώς και οι δύο μαζί **αλληλοσυμπληρώνονται** και αποτελούν το φαινόμενο της επικοινωνίας.

Διαφορές λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας:



1) Η μη λεκτική επικοινωνία αποτελεί βιολογική αναγκαιότητα, ενώ η λεκτική διέπεται από αρχές επινοημένες από το άτομο.

2) Η μη λεκτική επικοινωνία σχετίζεται με τη λειτουργία του κεντρικού νευρικού συστήματος σε αντίθεση με τη μη λεκτική η οποία χρησιμοποιεί τον εγκεφαλικό φλοιό.

3) Η μη λεκτική επικοινωνία είναι η 1^η μορφή επικοινωνίας (νεογέννητο - μητέρα), ενώ η λεκτική έρχεται αρκετά αργότερα στη ζωή του ατόμου.

4) Η μη λεκτική επικοινωνία επηρεάζει την αντίληψη, τον συντονισμό και την κοινωνική ενσωμάτωση, ενώ οδηγεί στην απόκτηση δεξιοτήτων. Αντίθετα, η λεκτική επικοινωνία επηρεάζει τη σκέψη και οδηγεί στην απόκτηση πληροφοριών.

5) Η μη λεκτική επικοινωνία εμπεριέχει συναισθήματα και βασίζεται στην έμπρακτη συμμετοχή, σε αντίθεση με την λεκτική επικοινωνία η οποία είναι διανοητική διαδικασία και στηρίζεται στην κατανόηση κάθε λεκτικής έκφρασης.

6) Η μη λεκτική επικοινωνία αποτελεί ένα αυστηρά προσωπικό κόσμο για το κάθε άτομο, ενώ η λεκτική λειτουργεί πάνω σε κοινωνικούς κανόνες.

Διασκευή από τη μελέτη της Μαρίας - Ελένης Φραγγεδάκη:

«Η μη λεκτική επικοινωνία στη διαχείριση κρίσεων στην ομάδα»



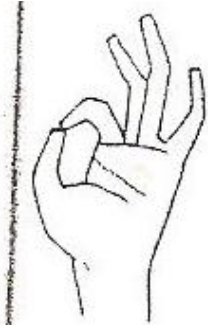
Η χειρονομία ως μέσο έκφρασης

Η χειρονομία είναι μια μορφή μη λεκτικής επικοινωνίας. Γίνεται με ένα μέρος του σώματος, που χρησιμοποιείται αντί ή σε σχέση με λεκτική επικοινωνία. Η γλώσσα της χειρονομίας επιτρέπει στα άτομα να εκφράσουν ποικίλα συναισθήματα και σκέψεις, από την περιφρόνηση και την εχθρότητα, στην έγκριση και την αγάπη. Οι περισσότεροι άνθρωποι χρησιμοποιούν τις χειρονομίες και τη γλώσσα του σώματος εκτός από λέξεις όταν μιλούν. Η χρήση της χειρονομίας ως γλώσσα από μερικές εθνικές ομάδες είναι πιο κοινή από ό, τι σε άλλες.

Οι χειρονομίες έχουν μελετηθεί καθ' όλη τη διάρκεια των αιώνων από τα διαφορετικά σημεία άποψης. Ο Quintillian στην αρχαιότητα μελέτησε πώς η χειρονομία μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη ρητορική ομιλία. Μια άλλη μεγάλη μελέτη με θέμα τις χειρονομίες δημοσιεύθηκε από τον John Bulwer το 1644. Ο Bulwer ανέλυσε χιλιάδες χειρονομίες και παρείχε έναν οδηγό σχετικά με το πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν οι χειρονομίες για να αυξηθεί η ευγλωτία και η σαφήνεια κατά τη διάρκεια μιας δημόσιας ομιλίας. Στις μέρες μας, ένας από τους πιο αναγνωρισμένους ερευνητές στον τομέα αυτό είναι Adam Kendon. Έχει ερευνήσει πολλές πτυχές των χειρονομιών, συμπεριλαμβανομένου του ρόλου τους στην επικοινωνία, την ολοκλήρωση της χειρονομίας και της ομιλίας, και την εξέλιξη της γλώσσας. Άλλοι αναγνωρισμένοι ερευνητές σε αυτόν τον τομέα περιλαμβάνονται η Susan Goldin-Meadow και ο Δαβίδ McNeill. Η Susan Goldin-Meadow (2003) έχει ερευνήσει εντατικά το ρόλο της χειρονομίας στην επίλυση προβλημάτων των παιδιών, ενώ ο Δαβίδ McNeill (1992, 2006) έχει αναπτύξει μια θεωρία για το πώς η χειρονομία και η ομιλία είναι μέρος μιας ενιαίας σκεπτόμενης διαδικασίας.



Είδη χειρονομιών



Τυνησία, Γαλλία, Βέλγιο: μηδέν,
ανάξιος

Ιαπωνία: Χρήματα, νομίσματα

Χώρες της Δύσης:

Ένα,

Με συγχωρείτε!,

Μα τον Θεό!,

Όχι! (σε παιδιά)



Η.Π.Α.: Δύο

Βρετανία, Αυστραλία, Νέα
Ζηλανδία, Μάλτα: Σεξουαλική προσβολή

Γερμανία: Νίκη

Γαλλία: Ειρήνη

Αρχαία Ρώμη: Ο Ιούλιος Καίσαρ
παραγγέλλει πέντε μπύρες

Ευρώπη: Τρία

Καθολικές Χώρες: Ευλογία



Ευρώπη: Δύο

Βρετανία, Αυστραλία,

Νέα Ζηλανδία: Ένα

Η.Π.Α.: Σερβιτόρε!

Ιαπωνία: Προσβλητική
Χειρονομία

Δυτικές Χώρες: Τέσσερα

Ιαπωνία: Προσβλητική Χειρονομία



Δυτικές Χώρες: Πέντε

Παντού: Στοπ!

Ελλάδα και Τουρκία: Πήγαινε
στο διάβολο!



Μπαλί: Κακό

Ιαπωνία: Γυναίκα

Νότιος Αμερική: Λεπτός

Γαλλία: Δεν με ξεγελάς!



Μάλτα και Ιταλία: Προστασία
από λαλό μάτι (όταν είναι στραμμένο
μπροστά)



Νότιος Αμερική: Προστασία
από την κακοτυχία (όταν
περιστρέφεται)

Η.Π.Α.: Σύμβολο του
Πανεπιστημίου του Τέξας και της
Ποδοσφαιρικής Ομάδας
Longhorn



Ελλάδα: Στο διάβολο!

Δύση: Δύο

Ευρώπη: Ένα

Αυστραλία: Προσβλητική Χειρονομία

Σε πολλά μέρη του Κόσμου: Σήμα
Οτοστόπ, Καλό, OK

Ελλάδα: Προσβλητική Χειρονομία

Ιαπωνία: Άνδρας, Πέντε





Η.Π.Α.: Σ' αγαπώ

Χαβή: «Χαλαρά»

Ολλανδία: Θέλεις ένα ποτό;



Βιβλιογραφία: «Το απόλυτο βιβλίο για τη γλώσσα του σώματος»

Συντακτική Ομάδα: **POWER PUFF GIRLS & THE DOCTOR**

Σαν τον Πινόκιο...



Τι λένε τα παιδιά όταν δεν μιλάνε;

Οι κυριότερες σωματικές αντιδράσεις που συναποτελούν αυτό που λέμε μη λεκτική επικοινωνία είναι:

A] έκφραση και κίνηση,

B] επαφή των ματιών,

Γ] φωνητικά εφέ (χωρίς λεκτικό μήνυμα).

Έχοντας καταλήξει στο συμπέρασμα ότι ο άνθρωπος επικοινωνεί πρώτα μη λεκτικά σε κάθε περίπτωση, προσπαθήσαμε να βρούμε πληροφορίες αναφορικά με τις βιολογικές του αντιδράσεις. Για το λόγο αυτό επισκεφτήκαμε την παιδίατρο, κ **Μανίκα Δέσποινα**, η οποία μας εξήγησε τα σχετικά με τη μη λεκτική επικοινωνία στη **νεογνική, βρεφική και παιδική ηλικία**.

Συνέντευξη από παιδίατρο ☺

1) Το νεογέννητο επικοινωνεί μη λεκτικά. Ποιοι είναι οι κύριοι τρόποι μη λεκτικής επικοινωνίας που χρησιμοποιεί προκειμένου να εκφράσει πρακτικές του ανάγκες;

Από 0-6 μηνών όταν τρομάζει κινεί τα βλέφαρα και μεταβάλλει την άμεση δραστηριότητα του, αντιδρώντας σε αιφνίδιους ήχους, προσηλώνει το βλέμμα και επικοινωνεί βλεμματικά. Από τη 20^η -24^η εβδομάδα έχει συνειδητό χαμόγελο. Από την 6η-8η εβδομάδα 'προσέχει' την ανθρώπινη φωνή και ησυχάζει με την φωνή της μητέρας του. Το κλάμα είναι τρόπος έκφρασης πείνας, δυσφορίας στη ζέστη ή στο ψύχος, στην κατάκλιση, στο πόνο και λοιπά. Επίσης μπορεί να είναι και αντανεκλαστικό αναζήτησης, όταν πεινάει. Μάλιστα ενδέχεται να πιπιλίζει το χέρι του ή το στόμα του για τον ίδιο λόγο.

2) Για ποιο λόγο οι παιδίατροι εκτελούν ανιχνευτικές δοκιμασίες κατά την εξέταση των νεογέννητων;

Με τις ανιχνευτικές δοκιμασίες εξετάζονται οι σωματικές και

ψυχοκοινωνικές δεξιότητες του νεογέννητου για την εκτίμηση της σωματικής και ψυχικής υγείας.



3) Ποια είναι τα πιο γνωστά νεογνικά αντανακλαστικά;

Τα πλέον γνωστά στα ευρύ κοινό αντανακλαστικά των νεογέννητων είναι τα ακόλουθα:

Αντανακλαστικό δραγμού (Ο γιατρός βάζει τα δάχτυλα του στις παλάμες του μωρού, κι εκείνο ανταποκρίνεται ακαριαία. Κλείνει τα χεράκια του και κρατά με όλη του την δύναμη τα δάχτυλα. Το αντανακλαστικό της αρπαγής είναι τόσο έντονο, που ο γιατρός μπορεί να σηκώσει ακόμη και όρθιο το μωρό με τη δύναμη που βάζει εκείνο σφίγγοντας τα δάχτυλα του! Συνήθως το αντανακλαστικό αυτό εξαφανίζεται μετά τους πρώτους έξι μήνες).

Βάδισης (Για να ελέγξει αυτό το αντανακλαστικό ο γιατρός κρατά το μωρό όρθιο, ακουμπώντας τα ποδαράκια του σε μια σταθερή επιφάνεια και εκείνο αμέσως κάνει κινήσεις σαν να περπατά).

Εναγκαλισμού (βρίσκεται σε καθιστή θέση, ενώ καθώς το αφήνεις ανοίγει τα χεράκια του),

Θηλασμού (Αγγίξτε απαλά το στόμα του μωρού σας και θα διαπιστώσετε ότι αμέσως θα το ανοίξει και θα αρχίσει να θηλάζει και να καταπίνει. Το αντανακλαστικό αυτό εξαφανίζεται μέσα στον πρώτο χρόνο της ζωής του παιδιού).

Ξαφνιάσματος (Ο γιατρός ξαπλώνει το μωρό ανάσκελα και ενώ το κρατά ελαφρά από τα χεράκια το αφήνει, ξαφνιάζοντας το. Τότε εκείνο ανοίγει τα χεράκια του, την αγκαλιά και τα μάτια του - ή όχι όλα απαραίτητως - αστραπιαία και τα ξανακλείνει σφιχτά).

4) Με ποια μη λεκτικά μηνύματα μπορεί να επικοινωνήσει η μητέρα με το μωρό προκειμένου να το ηρεμήσει;

Βλέμμα-σωματική επαφή (αγκαλιά), Θηλασμός, κούνημα, χάδι, μασάζ

5) Ποιά μη λεκτικά μηνύματα στη σχέση γονιού-παιδιού μπορεί να

έχουν χαρακτηριστικά βίας;

Μορφασμοί προσώπου βλέμμα, κινήσεις σώματος και χεριών.

6) Γιατί τα μωρά πιπιλίζουν το δάχτυλο μικρά και δεν μπορούν να κόψουν τη συνήθεια αυτή;

Πρόκειται για αντανακλαστικά του θηλασμού, καθώς διανύουν το στοματικό στάδιο της συναισθηματικής του ανάπτυξης από 0-18 μηνών. Τα βρέφη αισθάνονται ευχαρίστηση με τον ερεθισμό του στόματος, καθώς θηλάζουν ή δαγκώνουν. Εξάλλου, όπως είναι γνωστό το μωρό πιπιλίζει το δάχτυλό του ακόμα και μέσα στην κοιλιά της μητέρας του.

7) Στα παιδιά με νοηματική στέρηση ή ψυχονοηματική καθυστέρηση η μη λεκτική επικοινωνία έχει ιδιαίτερη σημασία στην ζωή τους, καθώς δεν έχουν αντίληψη του λόγου όπως ένα υγιές παιδί;

Σαφώς είναι πολύ σημαντική η μη λεκτική επικοινωνία γι' αυτά τα παιδιά. Γι' αυτό άλλωστε χρειάζεται να έχουν σωματική επαφή όπως χάρδια, αγκαλιά, φιλιά από τους οικείους τους. Αναντίρρητα ένα ζεστό βλέμμα είναι δείγμα ότι οι γονείς τα αγαπάνε και τα αποδέχονται όπως είναι, με την ιδιαιτερότητά τους. Να σημειωθεί ότι τα τελευταία χρόνια μεγάλο όφελος σ' αυτά τα παιδιά προσφέρει και η μουσικοθεραπεία (θεραπεία μόνο από ήχους) μέσα από την οποία τα παιδιά επικοινωνούν με τον εαυτό τους και το περιβάλλον τους.

8) Όταν τα μικρά πονάνε ή έχουν κάποιο άλλο πρόβλημα τότε εμείς πώς μπορούμε να το καταλάβουμε, όταν μάλιστα εκείνα δεν μπορούν να το εκφράσουν; (συγκεκριμένα παραδείγματα)

α) Ανησυχία

β) Εφίδρωση (αυτόνομη λειτουργία)

γ) Θερμοκρασία (κάνουν πυρετό)

δ) Κλάμα [εκφράζει τη δυσφορία του παιδιού σε επώδυνα ερεθίσματα π.χ. πονάει το αυτί του ή έχει κωλικό εντέρου (πονάει η κοιλίτσα του) ή πονάνε τα ούλα του λόγω οδοντοφυΐας)

ε) Παρουσιάζουν συχνότερες και μεγαλύτερου εύρους κινήσεις.

9) Μπορείτε να μας εξηγήσετε πως λειτουργούν κάποιες αντιδράσεις του τύπου, κοκκίνισμα στα μάγουλα ή τα αυτιά, εφίδρωση κ.α;

Πρόκειται για αντιδράσεις του σώματος ακούσιες που εξαρτώνται από το κεντρικό νευρικό σύστημα και εξωτερικεύουν συναισθήματα, όπως φόβος, αμηχανία, ντροπή, επιθυμία κ.α.

12) Όταν ένα παιδί λέει ψέματα από ποια μη λεκτικά μηνύματα μπορούμε να το διακρίνουμε;



α) Βλέμμα (αποφεύγει την άμεση βλεμματική επαφή)

β) Στερεοτυπίες (επαναλαμβανόμενες κινήσεις που γίνονται αυτόματα)

γ) Κοκκίνισμα στα μάγουλα

δ) Αποφεύγει την επαφή διότι μπορεί να δεχτεί ερωτήσεις που να το αναγκάσουν να πει την αλήθεια ή να αποκαλύψει το ψέμα του.

ε) Χαμηλωμένοι ώμοι.

13) Θεωρείτε ότι τα παιδιά χρησιμοποιούν τα μη λεκτικά μηνύματα αρκετά κατά την επικοινωνία τους; Μάλιστα είναι σε θέση να τα αποκωδικοποιήσουν;

Ναι, όσο πιο μικρά είναι τόσο περισσότερο επικοινωνούν μη λεκτικά, καθώς η αντίληψη του λόγου γίνεται σε μεγαλύτερο στάδιο ανάπτυξης του παιδιού. Ωστόσο τα παιδιά, ακόμη από τη βρεφική τους ηλικία, μπορούν να αποκωδικοποιούν μηνύματα αποδοχής από τη μητέρα τους, όπως ένα χαμόγελο, ένα ζεστό βλέμμα, μια θετική στάση του σώματος...

Συμπέρασμα

Τελικά αποδεικνύεται ότι ο άνθρωπος γεννιέται με τη δυνατότητα της μη λεκτικής επικοινωνίας, αφού από τη φύση είναι προορισμένος να ζει μέσα σε ένα κοινωνικό σύνολο. Όπως λέει ο Αριστοτέλης **ο άνθρωπος είναι κοινωνικό / πολιτικό όν** [Πολιτικά, Αριστοτέλους]. Το πιο ενδιαφέρον βέβαια είναι το πώς

ο άνθρωπος εξελίσσει και με πόσους διαφορετικούς τρόπους εκδηλώνει αυτή τη μη λεκτική επικοινωνία ώστε όσο μεγαλώνει να διαμορφώνει τελικά το δικό του ιδιαίτερο τύπο που αφενός τον κάνει διαφορετικό από τους άλλους και αφετέρου τον φέρνει τόσο κοντά με τους γύρω του.

Συντακτική Ομάδα: Στρομφάκια



Η μη λεκτική επικοινωνία στα κόμικς.

Τα κόμικς πρωτοεμφανίστηκαν στα τέλη του 19ου αιώνα. Σύμφωνα με τον ορισμό κόμικς είναι η τέχνη της αφήγησης ιστοριών με διάδοχη σχεδιασμένων εικόνων στην τυπογραφική επιφάνεια. Αρχικά υπήρχαν μόνο οι εικόνες χωρίς τα λόγια. Στη συνέχεια, οι δημιουργοί πρόσθεσαν λόγια για να καταλαβαίνουν οι αναγνώστες καλύτερα το μήνυμα των εικόνων. Όποτε, τα κόμικς αφηγούνται πάντα ιστορίες οποιουδήποτε περιεχομένου και για να υπάρξει κόμικς πρέπει πάντα να υπάρχουν διαδοχικές εικόνες που συνεχίζουν η μια το μήνυμα της άλλης.

Γιατί όμως είναι τόσο σημαντικές οι εικόνες στα κόμικς;

Αρχικά, μπορούμε να πούμε ότι οι εικόνες προστέθηκαν κυρίως για μικρά παιδιά που δεν έχουν μάθει ακόμη να διαβάζουν αλλά τους αρέσει να ξεφυλλίζουν τα κόμικς και μέσα από τις εικόνες να καταλαβαίνουν και να φαντάζονται την ιστορία ακόμα κι αν δεν μπορούν να την διαβάσουν. Επίσης, προστέθηκαν και για τα μεγάλα παιδιά διότι τα κόμικς είναι ένας τρόπος να ξεφύγουν από το διάβασμα του σχολείου. Έτσι οι χαρούμενες εικόνες με ζωηρά χρώματα και οι μικρές λεζάντες τα ξεκουράζουν διότι η οπτική ανάγνωση της ιστορίας είναι άκοπη και ξεκούραστη.

Στην τάξη μιλήσαμε για τα κόμικς και εξετάσαμε εικόνες χωρίς λεκτική επικοινωνία. Το συναίσθημα και οι σκέψεις που περνάμε από τις εικόνες είναι πολύ δυνατό και κατανοητό για όλες τις ηλικίες.

Στη συνέχεια θα δούμε και αποκρυπτογραφήσουμε μερικές εικόνες κόμικς με μη λεκτική επικοινωνία.

Σε αυτήν την εικόνα είναι ο γνωστός Ποπάϋ. Μπορούμε να καταλάβουμε από τον τρόπο που στέκεται ότι νιώθει περήφανος για τα μπράτσα του. Επίσης κρατάει το σπανάκι σαν να το διαφημίζει διότι αυτός είναι ο λόγος που έχει αυτά τα μεγάλα μπράτσα.



Ο αγαπητός Micky Mouse με αυτό το ζεστό χαμόγελο και την χειρονομία με ανοιχτή παλάμη και το ένα χέρι πίσω από την πλάτη φαίνεται να μας καλωσορίζει.

Ο Τεν-Τεν παρέα με το σκύλο του βάζει βιάστηκα το σακάκι του καθώς κατεβαίνει τρέχοντας τις σκάλες. Από αυτή την εικόνα μπορούμε να καταλάβουμε την βιασύνη του Γεν-Γεν και ότι ίσως έχει καθυστερήσει σε κάποια δουλειά.



Από ότι φαίνεται οι διάσημοι για την δύναμη τους Αστερίξ και Οβελίξ έχουν νικήσει σε κάποια μάχη γι' αυτό το λόγο περπατάνε κορδωμένοι και γεμάτοι περηφάνια με το κεφάλι ψηλά.

Από το βλέμμα του Donald και από τον τρόπο που κρατάει το κεφάλι του καταλαβαίνουμε ότι νυστάζει και βαριέται τον τρόπο που παίζει τα δάχτυλα του φαίνεται ότι είναι αμήχανος.



Συμπέρασμα

Το συμπέρασμα που βγάζουμε μέσω αυτής της διερεύνησης των κόμικς είναι το πόσο μεγάλη σημασία μπορεί να δώσει κανείς στις λεπτομέρειες των κόμικς και για αυτό το λόγο άλλωστε χαρακτηρίζεται και ως η 9η τέχνη. Επίσης, καταλαβαίνουμε το πόσο σημαντική είναι η μη λεκτική επικοινωνία στα κόμικς.



Συντακτική ομάδα: Παπαρδέλες

Το εν...τέχνη ΣΩΜΑ

Παντομίμα

Λίγα λόγια ...



Η λέξη παντομίμα σημαίνει μιμούμαι τα πάντα. Στην Αρχαία Ελλάδα πρώτα γράφτηκαν έργα μιμικής και μετά τραγωδίες. Και μάλιστα η τραγωδία κατά κάποιον τρόπο βασίζεται στη μιμική - «έστιν ουν τραγωδία μίμησις πράξεως...» λέει ο Αριστοτέλης.

Με την παντομίμα το άτομο εκφράζει συναισθήματα και σκέψεις βασιζόμενο στο σώμα, στην αίσθηση, στη φαντασία. Μάλιστα ο λόγος δεν είναι φωνούμενος. Το πλέον ενδιαφέρον είναι ότι η παντομίμα οδηγεί στον εμπλουτισμό του λόγου και όχι στην αναπλήρωση του. Δίνει τη δυνατότητα σε όλο το σώμα να κάνει σαφή τα αισθήματα και τις προθέσεις του, είτε για παράδειγμα είναι συγκίνηση είτε χαρά είτε θυμός είτε φόβος είτε οτιδήποτε άλλο.

Ως γνωστό, στον κινηματογράφο ισχύει ότι μια εικόνα ισοδυναμεί με χίλιες λέξεις. Με άλλα λόγια, στην μίμηση οι άνθρωποι μπορούν, με την έκφραση τους, να σηματοδοτούν πράγματα που πιθανόν να μην ήταν δυνατόν να εκφράσουν με λέξεις.



Ο Δάσκαλος της σιωπής..

Ένας αθάνατος μίμος ο Μαρσέλ Μαρσό γεννήθηκε το 1923 στο Στρασβούργο και πέθανε σε ηλικία 84 ετών. Ο Μαρσέλ Μαρσό είχε δώσει παραστάσεις σε ολόκληρο τον κόσμο. Ήταν ο ειδήμων στο είδος του.

Παρακολούθησε τη Σχολή Διακοσμητικών Τεχνών της Λιμόζ και το 1978 ίδρυσε σχολή μιμοδράματος.

Σκηνοθέτησε και ερμήνευσε πολλές παντομίμες, ενώ ταυτίστηκε και έγινε



διάσημος για τον ήρωα του, Πιερότο του φεγγαριού, δημιούργησε τον Μπιπ, μικρό αδελφό του Πιερότου, και του Σαρλό που αγαπήθηκε από όλο τον κόσμο.



Ο Μαρσέλ Μαρσό ή Μανζέλ, όπως ήταν το πραγματικό του όνομα, στη διάρκεια της μακράς καλλιτεχνικής σταδιοδρομίας του συμμετείχε σε δεκάδες ταινίες και από τους κριτικούς αναφέρεται συχνά ως "ο μίμος με την μεγαλύτερη απήχηση, σε όλο τον κόσμο..."



Μαύρο Θέατρο

Το μαύρο θέατρο πρωτοεμφανίστηκε ως θεατρική άποψη στις αυτοκρατορικές αυλές της Ασίας. Η πρώτη του δομή αποτελούνταν από το "μαύρο δωμάτιο" ή "μαύρο κουτί" το οποίο εμφάνιζε μία μικρή σκηνή επενδυμένη με μαύρο ύφασμα, η οποία φιλοξενούσε μέσα της, ηθοποιούς- μαριονετίστες, ντυμένους στα μαύρα. Η μαύρη ενδυμασία, τους επέτρεπε να κινούν διάφορα

αντικείμενα κάτω από φωτισμό κεριών, δίνοντας την ψευδαίσθηση ότι αιωρούνται.

Η τεχνική αυτή εξαπλώθηκε στην Ευρώπη και το '61 ο Jiri Srdce τελειόφοιτος της Ακαδημίας Θεάτρου της Πράγας άρχισε να πειραματίζεται με την ιωδίζουσα λάμπα φθορισμού (black light) και τη συμπεριφορά της στη θεατρική σκηνή. Έτσι αναβίωσε η εξέλιξη του μαύρου θεάτρου.



Η ευφυής καινοτομία και η θαυματοποιός τεχνική του μαύρου θεάτρου ξεκινώντας από το εγχείρημα του σκηνοθέτη Jiri Srdce βασίζεται στο μαύρο σκηνογραφικό χώρο και στην ενδυματολογική άποψη του μαύρου βελούδου. Οι ηθοποιοί-χορευτές εμφανίζονται επί σκηνής επιμελώς καλυπτόμενοι από αυτό το ύφασμα. Το μαύρο σε συνδυασμό με το βελούδο δίνει ένα αποτέλεσμα πλήρους απορροφητικότητας του φωτός. Αυτήν τη φυσική παρατήρηση "του μαύρου πάνω στο μαύρο" και στο συμπερασματικό αποτέλεσμα του αόρατου έκαναν ο Jiri Srdce και οι συνεργάτες του ώστε προχώρησαν στην έρχεται να συμπληρώσει τέχνη που λέγεται μαύρο θέατρο.



Η μαγεία και να τελειοποιήσει αυτό το επί σκηνής θαύμα, καθώς οι θεατές δεν μπορούν να αντιληφθούν και να εξηγήσουν την κίνηση διάφορων αντικειμένων που χειρίζονται οι ηθοποιοί - χορευτές. Στο μάτι του θεατή γίνεται αντιληπτό μόνο ως ένα τυχαίο παιχνίδι εναλλαγής του ορατού με το αόρατο, (μια και βλέπουν ανθρώπους και αντικείμενα να αιωρούνται στις τρεις διαστάσεις, αυτόνομα).



Το μαύρο θέατρο εμπεριέχει όλα τα χαρακτηριστικά ενός διεθνούς θεάματος και απευθύνεται σε όλους τους πολιτισμούς, μια και παρακάμπτεται ο λόγος και η επικοινωνιακή του γλώσσα, βασίζεται στην κίνηση, στην ακουστική και στην παντομίμα.

Το μαύρο θέατρο σου βγάζει μοναδικά συναισθήματα, καθώς ξεφεύγει από την επιμελημένη προσπάθεια του συμβατικού θεάτρου να απεικονίσει επί σκηνής την καθημερινή πραγματικότητα. Αυτή είναι και η διαφορά του από το χιλιοειπωμένο μέσα από διάφορα θεατρικά ρεύματα και σκηνοθετικές προτάσεις, συμβατικό θέατρο· εδώ στοχεύεται και επιτυγχάνεται η κατάρρευση του πραγματικού και η αναβίωση της μεγαλόπρεπης ψευδαίσθησης.

Είναι ένα θέαμα πλημμυρισμένο από κίνηση, χρώμα και μουσική, που αναδεικνύει τη δύναμη που έχει το σώμα να εκφράζεται και να διεγείρει και τις πέντε αισθήσεις. Είναι μία ανάσα γέλιου και εφορίας στην ψυχρή και απρόσωπη τεχνοκρατική εποχή που ζούμε.

Βωβός κινηματογράφος



Ο βωβός κινηματογράφος έχει όσες διαφορές χρειάζεται για να αποτελεί μια αυτόνομη μορφή έκφρασης. Η έλλειψη του ήχου επέβαλε τελείως διαφορετική προσέγγιση της εικόνας, της υποκριτικής και της αφήγησης. Δεν παύει όμως να αποτελεί τον πρόγονο του σημερινού σινεμά, αφού επί των ημερών του γεννήθηκαν τα στούντιο, το

σταρ σύστημα, τα οπτικά εφέ, οι επικίνδυνες σκηνές, η γλώσσα του μοντάζ και τα κινηματογραφικά είδη.

Μέχρι τα τέλη της δεκαετίας του 1920, ο κινηματογράφος παρέμενε χωρίς ήχο (βωβός κινηματογράφος) και συχνά οι προβολές ταινιών συνοδεύονταν από ζωντανή μουσική.



Στα χρόνια της υπερβολής που ακολούθησε η υπερδραματοποίηση και η γελιοποίηση κυριάρχησαν. Μέχρι που ήρθε ένας μικρόσωμος χαρακτήρας, γνωστός ως Σαρλώ, να πει τις ιστορίες με το δικό του τρόπο. Με όλα τα στοιχεία του μύθου. Με σήματα κατατεθέντα και μοναδική εμφάνιση για να ξεχωρίζει στις λαϊκές μάζες. Αστείος, αδέξιος, αξιαγάπητος και γκαφατζής. Ταυτόχρονα όμως αξιοπρεπής, ειλικρινής, πονηρός και φιλόδοξος. Ό, τι δηλαδή είμαστε όλοι. Ό, τι ήμασταν όλοι από την εποχή εκείνη. Οι χαρακτήρες του κουβαλούν αυτή τη συνεχή αντίθεση, την εναλλαγή της κίνησης με την ακινησία ακόμα και όταν ήταν ακίνητος.

Από τον Σαρλώ ξεπηδά ο ατζαμής και άχαρος τεμπελάκος, ο ευκίνητος σαν χορευτής εργάτης, ο γλεντζές και ο οικογενειάρχης, ο δειλός και ο παλικαράς. Και πάντα ακούγεται η εκκωφαντική σύγκρουση της ανέχειας του αλητάκου με την έμφυτη αβρότητα της ευγένειας. Ακόμα και η φορεσιά - σήμα κατατεθέν, με το χιλιομπαλωμένο φαρδύ παντελόνι, τα τεράστια παπούτσια, το στρογγυλό καπελάκι και το μπαστούνι, είναι μια συλλογή αντιθέσεων. Φτωχός αλλά στυλάτος σε κάθε περίπτωση. Ολόκληρος μια μεγάλη μαριονέτα χωρίς σκοινιά, στην υπηρεσία μιας απλής ιστοριούλας. Μια αφορμή ουσιαστικά για να πει «φωναχτά» ο χαρακτήρας, η μαριονέτα του Τσάρλι Τσάπλιν, όσα ήθελε για την κοινωνική αδικία της εποχής του, για την υποκρισία του πλούτου και την αγαθή αγάπη χωρίς επεξηγήσεις και περιπλοκές.

Με ένα μεγάλο όμως σύμμαχο. Τη μουσική, τη μελωδία και τους ήχους. Εδώ η μουσική δεν είναι απλό υπόβαθρο, ή ενισχυτικό μέσο. Είναι ο παράλληλος αφηγητής. Σα να ακούς το παραμύθι από τον παππού με νοήματα και στόμφο και να συμπληρώνει η γιαγιά με λεπτομέρειες και ήχους. Η μελωδία ορίζει το ρυθμό, συμπληρώνει τον άλαλο αφηγητή, δίνει το νόημα που ο θεατής επιλέγει. Ακόμα και οι σιωπές μπορεί να είναι εκκωφαντικές. Δε χρειάζονται μεγάλα λόγια. Ο

Σαρλώ ακουμπά το χέρι της κοπέλας και την κοιτά στοχαστικά και τρυφερά. Η μουσική είναι δίπλα σου και δίπλα του. Κανείς δε λέει πώς νιώθει. Γιατί κανένας δεν μπορεί να το περιγράψει ακριβώς. Μόνο η μουσική μπορεί... με τη δική της μαγεία και το σώμα... με τη δική του γλώσσα.

Φεστιβάλ Κουκλοθέατρου και Πantomίμας στο Κιλκίς. Μερικά σχόλια ...



Τετάρτη, 21 Οκτώβριος 2009

ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ «EXTRAVAGANZA» ΑΠΟ ΤΟ FINGERTHEATRE ΑΠΟ ΤΗΝ ΓΕΩΡΓΙΑ...

Δύσκολο να δεις παράσταση με δαχτυλόκουκλες στα μέρη μας αλλά ευτυχώς το Διεθνές Φεστιβάλ Κουκλοθέατρου και Πantomίμας του Κιλκίς μας το εξασφάλισε για το 2009!!

Καθόμαστε ανάμεσα σε πολλά πολλά πιτσιρίκια και περιμένουμε ... Μικρή εισαγωγή από τον Καλλιτεχνικό Διευθυντή του Φεστιβάλ Juanjo Corrales, ο οποίος μας σύστησε τον θίασο που

μας χάρισε την επόμενη ΦΑΝΤΑΣΤΙΚΗ ώρα και μας διευκρίνισε ότι η παράσταση θα ήταν με ΔΑΧΤΥΛΑ ΝΤΥΜΕΝΑ και όχι δαχτυλόκουκλες.

Το FINGERTHEATRE ...



Ιδρύθηκε το 1988 στο Βατούμ και είναι ένα από τα πρώτα Υπόγεια Θέατρα στη Γεωργία. Το 1991 παρουσιάστηκε για πρώτη φορά η παράσταση «EXTRAVAGANZA», με διάρκεια περίπου 20 λεπτά και κατόρθωσε από τότε να εντυπωσιάσει. Βέβαια η παράσταση εμπλουτίστηκε με νέα στοιχεία και έφτασε να έχει διάρκεια 60 λεπτών, την οποία και απολαύσαμε εμείς τελικά το 2009!!!!!!!



Η σκηνή μπροστά μας είναι ουσιαστικά ένα τραπέζι καλυμμένο με μαύρο ύφασμα και οι πρωταγωνιστές είναι δώδεκα δαχτυλάκια τσαχπίνικα και σκερτσόζικα, που ανάλογα με το ρόλο τους αλλάζουν κοστούμια.

Και οφείλουμε να πούμε ότι τα κοστούμια ήταν όλα κομψότατα και ξεχωριστά και άψογα ... Η παράσταση είναι ένα σύνολο από διάφορους εθνικούς χορούς, αλλά και τανγκό (που είναι όλα τα λεφτά!) και καν - καν και συρτάκι και πολλά άλλα, εξίσου υπέροχα και απίθανα.



Μπροστά μας στη σκηνή είναι τα έξι άτομα που τους ανήκουν τα ΔΩΔΕΚΑ ΔΑΧΤΥΛΑΚΙΑ - ΧΟΡΕΥΤΕΣ, αλλά αυτό για το οποίο τους αξίζουν συγχαρητήρια είναι ότι τα μάτια μας είναι μόνο επάνω στα δαχτυλάκια, που αλλάζουν κοστούμια και ρόλους και τυλίγονται μέσα στη μουσική και χορεύουν, χορεύουν ατελείωτα.

Δέκα λεπτά μετά την έναρξη της παράστασης έχουμε ξεχάσει ότι τα δαχτυλάκια ανήκουν σε κάποιους που είναι κι' αυτοί εκεί μαζί μας.

Ξεχωριστές στιγμές (αν μπορείς να πεις ότι αντέχεις να διαλέξεις και δεν



τρέμεις μήπως αδικήσεις κάποιο κομμάτι και δαχτυλάκι!):

1. Το τανγκό, που είχε όλο το πάθος που του πρέπει και τα δαχτυλάκια ντύθηκαν επί σκηνής, παρακαλώ!

2. Το κομμάτι του Michael Jackson. The best tribute!!! Μικροί καθρέφτες συμμετέχουν στο σκηνικό και μαζί με τη σωστή χρήση του φωτισμού και της αντανάκλασης, έχουμε μεταφερθεί στη ΧΡΥΣΗ ΕΠΟΧΗ που ο Michael Jackson ήταν ο απόλυτος βασιλιάς.



Εννοείται ότι η μουσική μας ξεσήκωσε όλους και εννοείται ότι συμμετείχαμε μικροί και μεγάλοι με παλαμάκια και απίστευτη διάθεση. Αλλά δυστυχώς ήταν μόνο 60 λεπτά

.....

Μένουμε υπόχρεοι στον Θίασο που με την δημιουργική του φαντασία μας χάρισε μια ξεχωριστή και «φευγάτη» ώρα **αλλά κυρίως στον Juanjo Corrales, που αναζητά και μας προσφέρει τέτοια ομορφιά και φαντασία!!!!**

Κείμενο/ ΕΥΓΕΝΙΑ ΜΑΚΡΙΔΟΥ

Η Ώρα Του Παιδιού...

«Το Παιχνίδι της Παντομίμας»

Ελπίζουμε μέσα από τις παραπάνω συνοπτικές πληροφορίες να αγγίξαμε κάποιες ιδιαίτερες τάσεις που επικράτησαν στο θέατρο και τον κινηματογράφο, οι οποίες συνεχίζουν να γοητεύουν. Σε αυτές είναι φανερό πως το σώμα όχι μόνο «μιλάει», αλλά και πως αυτό συμμετέχει - μυείται στην Τέχνη, χωρίς να έχει την ανάγκη της γλώσσας. Έτσι ο καλλιτέχνης μεταφέρει την Τέχνη του

έξω από τα στενά όρια την λεκτικής έκφρασης και την κάνει μέρος ενός πανανθρώπινου πολιτισμού.

Θέλοντας λοιπόν να δούμε με απλοϊκό τρόπο τη λειτουργία και τη γοητεία αυτής της βουβής καλλιτεχνικής έκφρασης επιχειρήσαμε να στήσουμε ένα παιχνίδι παντομίμας. Κάθε ομάδα ανέλαβε ένα θέμα το οποίο θα έπρεπε να φέρει εις πέρας όσο πιο καλά μπορεί προκειμένου να τα αναγνωρίσουν οι υπόλοιπες ομάδες. Μοιράσαμε κάρτες στις οποίες γράψαμε ποιο είναι το θέμα που πρέπει να παρουσιάσει κάθε ομάδα, η οποία είχε έως και πέντε λεπτά χρόνο για να ολοκληρώσει τη μίμησή της. Οι υπόλοιπες ομάδες έπρεπε να μαντέψουν τι παρακολούθησαν.



Τα θέματα που δώσαμε ήταν:

- Ελληνικός κινηματογράφος: «Η Αλίκη στο ναυτικό»
- Κινούμενα σχέδια: « Μπομπ Σφουγγαράκι»
- Καθηγητές: κ. Σαπουντζάκη
- Τραγούδια: «Χέρια ψηλά...», Χατζηγιάννης

Η ομάδα που απέδωσε καλύτερα την μίμηση ήταν με θέμα Ελληνικός κινηματογράφος.

Επειδή η παντομίμα ήταν πολύ διασκεδαστική θελήσαμε με το ίδιο σκεπτικό να στήσουμε ένα παιχνίδι γκριμάτσας, με εκφράσεις του προσώπου και κυρίως του βλέμματος.

«Το παιχνίδι της γκριμάτσας»

Οι όροι ήταν οι εξής:

1) Κάθε παίχτης έπρεπε να εκφράσει ένα αίσθημα ή συναίσθημα που του δόθηκε γραμμένο με μία λέξη, π.χ οργή, το οποίο οι υπόλοιποι δεν ήξεραν

2) Κάθε συμπαίχτης είχε δικαίωμα να απαντήσει μία φορά και με μία μόνο λέξη, έστω συγγενική

3) Οι παίχτες απαντούσαν με τη σειρά που κάθονταν, φέρνοντας τον πρώτο παίχτη τελευταίο κάθε φορά που άλλαζε ο υποκρινόμενος

4) Εάν ο υποκρινόμενος παίχτης χρησιμοποιούσε άλλα μέρη του σώματος, εκτός του προσώπου, τότε αποκλείονταν από το παιχνίδι

Καλύτεροι «ηθοποιοί» ανακηρύχθηκαν οι

Νομίζω πως και στα δύο παιχνίδια διασκεδάσαμε και γελάσαμε πολύ! Το πιο σημαντικό όμως είναι πως αντιληφθήκαμε πόσο ιδιαίτερη είναι η τέχνη του ηθοποιού, ειδικά όταν ο ρόλος του δεν έχει λόγια!

Συντακτική ομάδα: **ΌΤΙ ΝΑ 'ΝΑΙ**

Η ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΤΑ ΕΡΓΑ ΤΕΧΝΗΣ

Από την δεύτερη ομάδα
-Παπαρδέλες-



Λίγα λόγια...

Η μη λεκτική επικοινωνία κυριαρχεί σε όλους τους τομείς της ζωής μας. Τη χρησιμοποιούμε καθημερινά και φυσιολογικό είναι να χρησιμοποιείται και από τους καλλιτέχνες. Πολλοί άνθρωποι των καλών τεχνών και ειδικότερα οι ζωγράφοι χρησιμοποιούν αυτή την σιωπηλή επικοινωνία για να περάσουν τα δικά τους μηνύματα.

Μινωική Εποχή

Το μνάνιο της βασίλισσας αποτελούσε ιεροτελεστία και φαίνεται από την εικόνα. Η βασίλισσα δεχόταν τη φροντίδα των υπηρετριών της. Ίσως ήταν και χώρος συνάντησης των γυναικών για να συζητήσουν. Τα φορέματα προκαλούν έκπληξη γιατί αφήνουν ακάλυπτα τα στήθη. Φαίνονται σοβαρές, όπως άρμοζε στην περίπτωση. Ακόμη διακρίνονται σχετικές κινήσεις.



Το μνάνιο της Βασίλισσας

Αρχαία Ελλάδα

Η γυναίκα της εικόνας είναι μια αρχαία Ελληνίδα. Από την εικόνα παρατηρούμε κοσμήματα, γεγονός που προδίδει ότι οι γυναίκες στην αρχαία Ελλάδα φρόντιζαν τον εαυτό τους και ήταν φιλάρεσκες. Ακόμα φρόντιζαν τα μαλλιά τους. Το βλέμμα της είναι παρατηρητικό, ενώ το προφίλ της δείχνει αυστηρό – σοβαρό.



Αναγέννηση

Απεικόνιση μιας καθιστής γυναίκας της οποίας η έκφραση του προσώπου έχει χαρακτηριστεί ως αινιγματική. Το γεγονός ότι η εικονιζόμενη καθεται με τα χέρια σταυρωμένα δηλώνει την επιφυλακτική της στάση. Το βλέμμα της φαίνεται να καλωσορίζει τον παρατηρητή. Ο ζωγράφος επέλεξε να μην υπάρχει δακτυλίδι γάμου στο χέρι της για να την παρουσιάσει ως μια ενάρετη γυναίκα. Η στάση της δείχνει σεμνότητα, ενώ δείχνει να έχει ένα διακριτικό μείδιγμα.



Μόνα Λίζα
(Leonardo da Vinci)

Η εικόνα παρουσιάζει τους ανθρώπους τριγύρω χαρούμενους και συνάμα ενθουσιασμένους. Η 'Ελλάδα' καταπατάει το «τέρας» που συμβολίζει την Παλαιοκομματική Συναλλαγή. Ακόμα φαίνεται αρκετά αποφασιστική και θαρραλέα. Η στάση της γυναίκας είναι αγέρωχη και αυστηρή. Το προτεταμένο χέρι δείχνει την επαναστατικότητα και αισιοδοξία της στιγμής.



Αλληγορική λαϊκή εικόνα της εποχής, που απεικονίζει την Ελλάδα να πατάσει το «τέρας» της παλαιοκομματικής συναλλαγής (Εθνικό Ιστορικό Μουσείο)

Ο Άγιος Ιωάννης φαίνεται να προσεύχεται στο Θεό. Οι ψυχές των μαρτύρων είναι γυμνές και περιμένουν τα λευκά ενδύματά τους από τους αγγέλους. Φαίνεται ένα μυστηριακό κλίμα, έντονη κινητικότητα και αγωνία.



Η πέμπτη σφραγίδα της αποκαλύψεως ή το όραμα του Αγίου Ιωάννη.



Περιγράφεται μια σκηνή όπου ο άξεστος Κύκλωπας, ο Πολύφημος, τραγουδά ένα ερωτικό τραγούδι στην όμορφη Νηρηίδα Γαλάτεια, ενώ εκείνη, πάνω σ' ένα άρμα που το σέρνουν δυο δελφίνια, φεύγει πάνω στα κύματα κοροϊδεύοντας τον Κύκλωπα για το αδέξιο τραγούδι του, τριγυρισμένη από θεότητες της θάλασσας και νύμφες. Επίσης φαίνεται η τοξευτική κίνηση των μικρών φτερωτών θεών. Υπάρχουν πολλές μορφές, με έντονες και διαφορετικής σημασίας κινήσεις.



Ο Θρίαμβος της Γαλάτειας, τοιχογραφία, Βίλλα Φαρνεζίνα, Ρώμη

Αυτοπροσωπογραφία του ντα Βίντσι. Ο Leonardo Da Vinci εδώ φαίνεται ανήσυχος και χαμένος στις σκέψεις του. Τα χείλη είναι προς τα κάτω για να φανεί ο σκεπτικισμός του



Συμπέρασμα

- Είναι εμφανές ότι στη ζωγραφική το σώμα μιλάει προκειμένου να εκφράσει το μήνυμά του δημιουργού. Εκεί ακριβώς βρίσκεται η μαγεία, αλλά και η δυσκολία, αφού εμείς ως παρατηρητές του έργου πρέπει να συμπεράνουμε αυτό που θέλει να πει ο καλλιτέχνης σε μια συγκεκριμένη στιγμή έμπνευσης. Άρα η ζωγραφική, καθώς και άλλες μορφές Τέχνης δίνει μορφή σε κάτι άμορφο, όπως ένα λεκτικό μήνυμα.



Εύρεση φωτογραφιών : Βαρδαλαχάκης Γιώργος, Καβρού

Κατερίνα, Ψαράκη Σουζάνα

Σχολιασμός φωτογραφιών: Βαρδαλαχάκης Γιώργος, Καβρού

Κατερίνα, Ψαράκη Σουζάνα

Επιμέλεια παρουσίασης-Κείμενα: Βαρδαλαχάκης Γιώργος, Καβρού

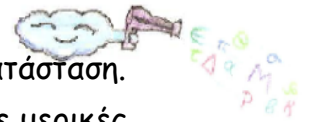
Κατερίνα, Ψαράκη Σουζάνα

Και έγινε ο λόγος σαρξ...

Συνέντευξη από τον ιερέα του σχολείου μας σχετικά με το μη λεκτικό μήνυμα στην εκκλησία

-Γιατί οι πιστοί πρέπει να είναι όρθιοι σε κάποια σημεία της Ακολουθίας; Σημαίνει κάτι αυτό;

-Με τη στάση του σώματος μας εκφράζουμε την πνευματική μας κατάσταση. Όταν σηκωνόμαστε όρθιοι εκφράζουμε το σεβασμό. Και το να καθίσουμε μερικές φορές σημαίνει κάτι. Υπάρχουν τροπάρια που λένε: 'τώρα καθόμαστε'. Το κάθισμα μπορεί να είναι ότι κάθομαι και ακούω κάτι, είναι, δηλαδή, μια συμμετοχή. Το να σηκώνεται κάποιος, το να κάθεται, το να κάνει μετάνοιες δείχνουν ότι το σώμα συμμετέχει στη Λατρεία.



-Η έκφραση και η στάση του Χριστού στο σταυρό τι δηλώνει;

-Η έκφραση και η στάση του Χριστού στο σταυρό για τους Ορθόδοξους δηλώνει ότι ο Βασιλιάς κοιμάται. Γι' αυτό και είναι ήρεμος. Για το Βατικανό όμως βλέπουμε ότι είναι με ανοιχτά τα μάτια και σε μια φρικιαστική κατάσταση. Με αυτό δηλώνεται ο πόνος που πέρασε ο Χριστός.

-Ποια η σημασία της γλώσσας του σώματος στην απεικόνιση της Πανάγιας που κρατάει στην αγκαλιά της το βρέφος;

-Πολλές φορές βλέπουμε ότι η Πανάγια τον φιλάει, άλλες ότι τον αγκαλιάζει. Ή θα την δούμε Γαλακτοτροφούσα. Επίσης κάποιες φορές βλέπουμε τον Ιησού μόνο με ένα σανδάλι. Όλες αυτές οι εικόνες δείχνουν την αληθινή σάρκωση του Χριστού και το ότι είναι και Αυτός ένας άνθρωπος. Όλες αυτές οι εικόνες προβάλλουν παράλληλα αγνότητα.

-Το χέρι πάνω από το κεφάλι στην χειροτονία, έχει κάποια ιδιαίτερη σημασία;

-Δηλώνει τη μετάδοση του Αγίου Πνεύματος. Δηλαδή ο ιερέας σου δίνει κάτι το οποίο μεταφέρεται από το κεφάλι σε όλο το σώμα. Είναι μια συμβολική κίνηση μιας πραγματικότητας.

-Τη μεγάλη εβδομάδα υπάρχουν μη λεκτικά μηνύματα που κάνει ο ιερέας και δηλώνουν στους πιστούς την λύπη;

-Όχι, δεν υπάρχει λύπη. Συνεχώς, από την αρχή της μεγάλης εβδομάδας οι κινήσεις που γίνονται δηλώνουν την Ανάσταση του Ιησού. Υπάρχει μεν πένθος ,αλλά κυρίως σκοπός είναι η Ανάσταση.



-Στο μυστήριο του γάμου, γιατί ο ιερέας και το ζεύγος κάνει τρεις κύκλους; Παλαιότερα γινόταν αυτό;

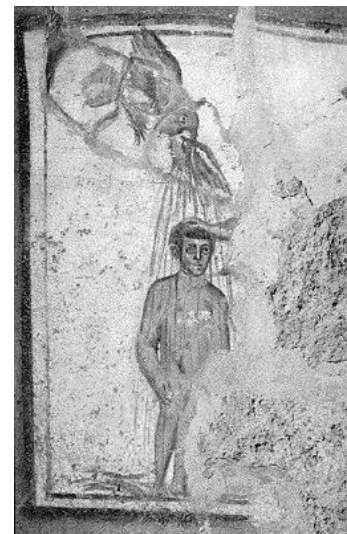
-Αυτό ξεκίνησε από το μυστήριο της βάπτισης. Παλαιότερα η βάπτιση γινόταν σε βαπτιστήριο. Έτσι μόλις τελείωνε το μυστήριο ο νεοφώτιστος και ο ιερέας πήγαιναν στον κυρίως ναό για την Θεία Κοινωνία . Αυτή η πορεία δείχνει την αλλαγή στη ζωή. Έτσι και σήμερα, αυτό επαναλαμβάνεται και στο μυστήριο του γάμου, δηλαδή το ζευγάρι πλέον έγινε ένα και έτσι, αυτό δηλώνει την αλλαγή που έγινε στη ζωή τους.

-Ποια η σημασία των τριών αναδύσεων και των τριών καταδύσεων στη βάπτιση;

-Με το βάπτισμα ο άνθρωπος μπαίνει στο όνομα του Τριαδικού Θεού και στο σταυρικό θάνατο και στον Άδη. Με αυτό μπορούμε να διαπιστώσουμε ότι τίποτα δεν είναι στην εκκλησία χωρίς την γλώσσα του σώματος. Ο άνθρωπος για την εκκλησία είναι και το σώμα του.

-Ο σταυρός ,δηλαδή το κεντρικό σύμβολο χριστιανικής λατρείας , τι συμβολίζει;

-Ο σταυρός δηλώνει το θάνατο του Χριστού ,ο οποίος φανερώνει την αγάπη του Θεού για τον άνθρωπο.



- Ποια η σημασία της κίνησης ενός σταυρού με την ανύψωση του Ευαγγελίου κατά τη διάρκεια της Ακολουθίας από τον ιερέα;

-Αυτό ξεκίνησε από τους Εβραίους. Οι Εβραίοι έπαιρναν τον νόμο τους και το έδειχναν στο κόσμο , υψώνοντας τον. Έτσι, αυτό πέρασε και στην εκκλησία . Δηλαδή οι ιερείς δείχνουν στο κόσμο το Ευαγγέλιο. Όλη αυτή η κίνηση συμβολίζει την παρουσία του Χριστού στον κόσμο.

-Σε κάποιο σημείο της Ακολουθίας ο ιερέας κάνει μετάνοιες. Με βάση τη μη λεκτική επικοινωνία τι σημαίνει αυτό;

-Στον πνευματικό αγώνα του ανθρώπου υπάρχουν δυσκολίες. Μετάνοια σημαίνει 'πέφτω και σηκώνομαι' Έτσι , αν κάποιος 'πέσει' έχει τη δυνατότητα να 'σηκωθεί' και να 'προχωρήσει'.



-Ποιες είναι χαρακτηριστικές κινήσεις στην Θεία Λειτουργία; Π.χ. ο ιερέας φιλάει έναν ιερέα τρεις φορές; Γιατί;

-Οι ορθόδοξοι παλιά φιλιόνταν τρεις φορές και ακόμα και σήμερα οι Ρώσοι συνεχίζουν να το κάνουν. Το να γίνεται δυο φορές αυτό είναι νεοελληνισμός. Γενικά, το φίλημα τρεις φορές δήλωνε την αγάπη του λαού . Αυτή η αγάπη εκφράζει την πίστη για την Αγια Τριάδα. Σήμερα , στην εκκλησία υπάρχουν εκατοντάδες μη λεκτικά μηνύματα. Για παράδειγμα ο ιερέας το πρωί προσεύχεται μόνος του για να κάνει τη Θεία Λειτουργία. Φιλάει τις εικόνες και παίρνει τη στάση που ονομάζεται 'σχήμα'. Σε αυτή τη στάση τα χέρια είναι στο στήθος και το κεφάλι σκυφτό. Αυτό δείχνει σεβασμό και θέληση για συγχώρεση. Επίσης, όταν ο παπάς θυμιατίζει και οι πιστοί πρέπει να κάνουν 'σχήμα' για να δηλώσουν τιμή και ταπεινότητα. Γενικά στην εκκλησία υπάρχουν συνεχή μη λεκτικά μηνύματα.

-Τέλος, πιστεύετε ότι οι πιστοί πρέπει να δείξουν μεγάλη προσοχή στη μη λεκτική επικοινωνία στην εκκλησία;

-Βέβαια. Είναι πολύ σημαντικό. Μάλιστα τη σημερινή εποχή γίνονται και λειτουργίες στη νοηματική έτσι ώστε και οι κωφοί να μπορέσουν να παρακολουθήσουν.

Συντακτική Ομάδα: Ο,ΤΙ ΝΑ 'ΝΑΙ

Επίσκεψη του Στέλιου Βέργου στο σχολείο μας.

(απομαγνητοφώνηση συζήτησης -επιλεκτική καταγραφή της συνάντησης)

Ένα απόσπασμα από τον Καζαντζάκη αποτέλεσε το ξεκίνημα τούτης της πολλά υποσχόμενης συνάντησης!

«Ε μωρέ, που κατάντησαν οι άνθρωποι, φτου να χαθούνε! Άφηκαν τα κορμιά τους και βουβάθηκαν, και μονάχα με το στόμα μιλάνε. Μα τι να πει το στόμα τι μπορεί να πει το στόμα; (σελ84)

Δεν άφηνα το νου να περμαζέψει απ' όλο μου το κορμί τη σαρκική ετούτη χαρά, να τη στριμώξει στα καλούπια του και να την κάμει σκέψη. Άφηνα όλο μου το κορμί να χαίρεται, από τα νύχια ως την κορφή, σα ζώο. (σελ284)

ΣΤΕΛΙΟΣ ΒΕΡΓΟΣ



(Συνταξιούχος εκπαιδευτικός, ηθοποιός):

Θα πρέπει κανείς να αγαπά αυτό που κάνει ώστε να το κάνει καλά ... Στο ερασιτεχνικό θέατρο θα πρέπει να ξέρετε ότι κανείς δεν είναι επαγγελματίας. Ενδιαφέρον είναι να δούμε τη διαφορά της τηλεόρασης με το θέατρο. Στην τηλεόραση, το φιλμ, η ταινία ή το σίριαλ υπάρχει φανταστική τεχνική. Από τη συμμετοχή μου στο «Νησί» θα μπορούσα να σας μιλάω για ώρες για το πως φαίνονταν τα δέντρα, πως η Λέχου ανοίγει το παράθυρο και βλέπει θάλασσα ενώ δεν υπήρχε θάλασσα απέναντι. Γι 'αυτό λέω ότι η τηλεόραση είναι τεχνική.

Όμως το θέατρο είναι τέχνη γιατί εκεί βγάζεις τον εαυτό σου, δεν έχει 'στοπ, ξαναπάμε'. Εκεί ή το 'χεις ή δεν το 'χεις. Αυτό είναι κάτι που προσπαθούσε πάντοτε ο κάθε σκηνοθέτης, να το περάσει στους 'ερασιτέχνες' ηθοποιούς. Όταν ξεκινάμε ένα έργο, - και θα μιλήσω για το τελευταίο μας έργο, «Φορτουνάτος» εδώ και 2 χρόνια, το οποίο έχουμε παρουσιάσει σε πολλές περιοχές και είναι γραμμένο σε Ενετοκρητική διάλεκτο - δεν γίνεται μόλις πάρεις το κείμενο και αρχίζεις να το διαβάζεις, αμέσως να μπορείς να το

αποδώσεις στη σκηνή. Μάλιστα το ξεκίνημα παίρνει ένα πάρα πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα.

Τη μια χρονική περίοδο της προετοιμασίας την αφιερώνουμε στο πως θα κινηθούμε, πως θα κάνουμε το θεατή χωρίς πολλά λόγια να καταλάβει αυτά που βγαίνουν από μέσα μας. Εγώ έχω μια ιδιαίτερη αδυναμία σε αυτό - χωρίς να το θέλω - και βλέπετε ότι όση ώρα μιλάω κουνάω τα χέρια μου και παίρνω εκφράσεις. Νομίζω πως αυτό προέχει από το λόγο. Πολλές φορές μας λέει ο Περαντωνάκης ``Δεν με ενδιαφέρει αν ξεχάσετε καμία κουβέντα ή αν την παραποιήσετε. Εγώ θέλω να βγάζετε συναισθήματα, και το συναίσθημα μετά βγαίνει με τα λόγια και την έκφραση. Πιστεύω για παράδειγμα ότι ο ρόλος είναι μια έκφραση. Εάν πάρεις ένα ποίημα και δεν το στολίσεις με έκφραση, με τρυφεράδα, ή αλλού με τραχύτητα, αλλά βγει σκέτη η φωνή δεν θα έχει μέσα αυτό που θέλει να δώσει ο ποιητής. Άρα είναι πολύ σημαντικό στο θέατρο η έκφραση. Ακόμα και αν χρειαστεί, όπως εγώ στο τελευταίο μου έργο να πέσω κάτω, για να φανεί ότι κάποιος μου τις έβρεξε και έπεσα κάτω. Το να πάω απλά να κάτσω κάτω δεν δίνει αυτό που απαιτεί ο ρόλος.

Η επικοινωνία γίνεται κυρίως με κίνηση και έκφραση και όχι τόσο πολύ με λόγο. Πιστεύω πως θα ήσασταν αρκετοί που θα βλέπατε «το Νησί», και ίσως παρατηρήσατε ότι πολλές φορές ο σκηνοθέτης έσβηνε ομιλίες και άφηνε μόνο τις εκφράσεις και τις κινήσεις που κάναμε. Από όλα αυτά τα κείμενα και όχι μόνο από εμένα, αλλά και από των πρωταγωνιστών έσβηνε τα λόγια, διότι ήθελε μόνο με την έκφραση να περάσει στο θεατή το μήνυμα που ήθελε να δώσει.

Ερώτηση: Δηλαδή ο λόγος λειτουργεί βοηθητικά σε όλο αυτό;

Απάντηση: Στο συγκεκριμένο σίριαλ, ο λόγος για τον Παπαδουλάκη ήταν σε δεύτερη μοίρα, για να μην πω τελευταία. Το έδειχνε, το έκανε. Δεν τον ενδιέφερε να ξέρεις απέξω τα λόγια, αλλά να νιώθεις αυτά που κάνεις και αυτά που λες. Για παράδειγμα εγώ που ήμουν ο κουρέας δεν τον ενδιέφερε να γυρίσω στην κάμερα και να πω «Γεια! Κοιτάξτε με κουρεύω!» αλλά να κουρεύω, και να δείχνω ότι αυτό το κάνω με πάθος. Επίσης σε εμάς με τους πιο μικρούς ρόλους έλεγε: «εσείς παίζετε και θέλω αυτά που παίζετε, να τα καταλαβαίνετε και να τα παίζετε με πάθος, να μπαίνετε ``στο πετσί`` του ρόλου σας.»

Ερώτηση: Στο σίριαλ αυτό υπήρχαν άλλοι καθηγητές που έπαιζαν;

Απάντηση: Καθηγητές όχι, αλλά υπήρχαν αρκετοί ερασιτέχνες. Πολλοί από αυτούς ήταν κάτοικοι των γύρω χωριών.

Ερώτηση: Επαγγελματία ηθοποιό εννοείτε αυτόν που έχει σπουδάσει σε κάποια σχολή; Ποια είναι η διαφορά του επαγγελματία με τον ερασιτέχνη;

Απάντηση: Επαγγελματίας ηθοποιός είναι αυτός που έχει σπουδάσει κάποια δραματική σχολή και υπήρχαν πάρα πολλοί επαγγελματίες στο σίριαλ. Κάποιοι με μεγάλη πείρα και κάποιοι όχι. Η διαφορά του επαγγελματία και του ερασιτέχνη είναι ότι ο επαγγελματίας πληρώνεται, ενώ ο ερασιτέχνης το κάνει ως χόμπι.

Ερώτηση: Λένε ότι το να είσαι καλός ηθοποιός, το κληρονομείς, δηλαδή αν είναι κάποιος από τους γονείς σου καλός ηθοποιός τότε θα είσαι κι εσύ. Είναι αλήθεια αυτό;



Απάντηση : Όχι αυτό δεν ισχύει. Για παράδειγμα εμένα κανείς από τους γονείς μου δεν είχε καλλιτεχνική φλέβα. Εγώ πιστεύω πως όταν σου αρέσει κάτι, θα το κάνεις.

Θα πω το εξής: Σε κανένα θέατρο που έχω παίξει, ο σκηνοθέτης δεν μοίρασε τους ρόλους στους ηθοποιούς, απλώς μας έδινε το σενάριο, το διαβάζαμε και μόνοι μας καταλαβαίναμε ποιος ρόλος μας ταιριάζει, βιώνοντας τον, τον παίζαμε δηλαδή σαν παντομίμα, χωρίς λόγια, αλλά μόνο με εκφράσεις. Μετά αρχίζαμε και διαβάζαμε το σενάριο χωρίς την κατανομή ρόλων για ατέλειωτες ώρες και στο τέλος λέγαμε μόνοι μας ο ένας στον άλλο ποιος ρόλος μας ταιριάζει και ο σκηνοθέτης συμφωνούσε.

Ερώτηση: Άρα μέσα από το ρόλο βγάζεις ένα κομμάτι του εαυτού σου που ίσως ήταν κρυμμένο;

Απάντηση: Αυτό είναι σίγουρο! Το πιστεύω απόλυτα.

Ερώτηση: Αυτό έχει τύχει σε εσάς;

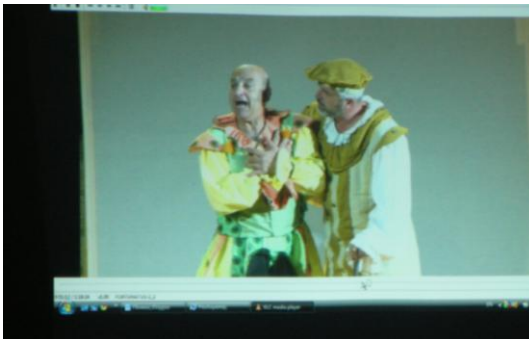
Απάντηση: Ναι. Σε μία θεατρική παράσταση. Στο «Φουρτουνάτο» στην αρχή ήμουν γελοίος και από ένα σημείο και μετά βγάζω ένα στοιχείο δραματικό, που εμένα με καλύπτει πιο πολύ.

Ερώτηση: Θεωρείτε τη μη λεκτική επικοινωνία πιο δύσκολη στο δράμα ή στη κωμωδία;

Απάντηση: Θεωρώ ότι είναι τα ίδια. Αν και νομίζω πιο εύκολο να κάνεις τον άλλο να γελάσει παρά να κλάψει. Δηλαδή, η κωμωδία είναι πιο δύσκολη. Από τη φύση του ο άνθρωπος είναι πιο ευσυγκίνητος. Το να του βγάλεις γέλιο θέλει πιο πολύ δύναμη. Γι' αυτό και 'γω πιστεύω ότι το σώμα, τα χέρια και το πρόσωπο, μπορεί να αντικαταστήσει ολόκληρο το σενάριο.

Ερώτηση: Υπάρχουν κάποια σημεία του σώματος που μπορείς να καταλάβεις πιο εύκολα το μήνυμα;

Απάντηση: Ναι, στο σίριαλ γινότανε πολλές φορές αυτό, δηλαδή ο φακός να πηγαίνει σε ένα συγκεκριμένο μέρος του σώματος, στη λέπρα, ή όταν γινόταν μια θεραπεία με βελόνα, εστίαζε στο τσίμπημα. Γενικά άρεσε στον Παπαδουλάκη να εστιάζει στα πρόσωπα, ειδικότερα στις γριές και στη λέπρα.



Προβολή Εικόνων

Κάνω ένα πλούσιο γιατρό που θέλει μια μικρούλα. Σ' αυτή τη σκηνή για να ρίξει τη μικρούλα έχει βάλει ένα παρδαλό κουστούμι. Πίσω του είναι οι δούλοι του και ο ένας από τους δυο κρατάει μια περούκα την οποία φορούσε πριν για να εντυπωσιάσει τη μικρούλα.

Και σε αυτή τη σκηνή μαθαίνω ότι ο γιος μου τα έχει με αυτή τη μικρούλα. Σ' αυτή τη σκηνή σημαντικό ρόλο έχουν τα ρούχα που ακόμα και κάποιοι ειδικοί τρελάθηκαν με αυτά που είδαν.



Εδώ βγάζω αηδία, απαξίωση. Εδώ είναι στην πιο πάνω σκηνή που λέω «μωρέ θα την πάρω τη μικρούλα» στην προξενήτρα.

Η έκφραση προσώπου βγάζει περηφάνια, διότι είμαι εγωιστής και φαίνομαι χαρούμενος. εδώ, το παίζω τζόβενος. Οι δούλοι από πίσω δείχνουν επιφυλακτικότητα, διότι προσβάλουν τον αφέντη τους.



Ιδιαίτερο ενδιαφέρον είχε το βιωματικό κομμάτι της επίσκεψης, όταν δηλαδή θελήσαμε να παίξουμε με την έκφρασή συναισθημάτων που ο ηθοποιός απέδιδε. Μάλιστα και εμείς προσπαθήσαμε να αποδώσουμε σαν παντομίμα τις καθηγήτριες μας. Χαρακτηριστικές ήταν οι ακόλουθες φωτογραφίες:



Και τελικά όλα φάνηκαν στο χειροκρότημα...



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ!!!!!!

Συντακτική Ομάδα: Παπαρδέλες

ΧΟΡΟΣ: Η κουβέντα των Θνητών, των Θεών και των διαόλων...

Εισαγωγικά

Η γλώσσα δεν είναι η μόνη πηγή επικοινωνίας, υπάρχουν επίσης κι άλλες. Μηνύματα μπορούν να σταλούν μέσω χειρονομιών και αγγιγμάτων (απτική επικοινωνία), μέσω της γλώσσας του σώματος ή της στάσης, της έκφρασης του προσώπου και της οπτικής επαφής. Νοήματα μπορούν επίσης να κοινοποιηθούν μέσω αντικειμένων ή χειροποίητων έργων (δηλαδή ρούχα, κομμώσεις ή αρχιτεκτονική), συμβόλων και εικόνων (ή γραφικών). Ο λόγος εμπεριέχει μη λεκτικά στοιχεία γνωστά ως παραγλωσσικά, συμπεριλαμβανομένου της ποιότητας της φωνής, τον τόνο, την ένταση και τον τρόπο ομιλίας. Ο χορός θεωρείται επίσης μία μορφή μη λεκτικής επικοινωνίας.

Χαρακτηριστικά της μη λεκτικής επικοινωνίας:

- Μη λεκτικά μηνύματα εκφράζουν κυρίως συναισθήματα, στάσεις.
- Μη λεκτικές νύξεις αποτελούν υποκατάστατο του λεκτικού μηνύματος, όταν υπάρχει αντίθεση, τονισμός ή ρύθμισή του.
- Οι μη λεκτικές νύξεις είναι συχνά ασαφείς.
- Οι μη λεκτικές νύξεις είναι συνεχείς.
- Οι μη λεκτικές νύξεις είναι πιο αξιόπιστες.
- Η μη λεκτική συμπεριφορά έχει πάντα αξία στην επικοινωνία.



Την εκφραστική δύναμη του χορού αποτυπώνει άριστα στο παρακάτω απόσπασμα ο Καζαντζάκης [Βίος και Πολιτεία του Αλέξη Ζορμπά]:

(Ζορμπάς:) Μια άλλη πάλι φορά ήμουνα στη Ρουσία· ...έπιασα φιλίες μ' ένα Ρούσο, φοβερό μπολσεβίκο...αυτός ήθελε να μου στορήσει, χαρτί και καλαμάρι... κι εγώ πάλι να του ξεμυστηρευτώ το βίο και την πολιτεία μου· μεθύσαμε βλέπεις, κι είχαμε γίνει αδέρφια.

»Με χειρονομίες, τσάτρα πάτρα, συνεννοηθήκαμε· ...Ό,τι δεν μπορούσαμε να πούμε με το στόμα, θα το λέγαμε με τα πόδια, με τα χέρια, με την κοιλιά ή με άγριες κραζιές: «Χάι- χάι! Χόπλα! Βίρα!»...

(Αφηγητής:) Χόρευε σα δαιμονισμένος· κι εγώ κοίταζα τα χέρια του, τα πόδια του, τα στήθια του, τα μάτια του και τα καταλάβαινα όλα...

Κι ύστερα άρχιζα εγώ...Πετιόμουν απάνω, παραμέριζα τις καρέκλες και τα τραπέζια, έπιανα το χορό...Μιλούσαν τα πόδια μου, τα χέρια μου, μιλούσαν τα μαλλιά μου, τα ρούχα μου. Κι ένας σουγιάς, που κρέμουνταν από το ζωνάρι μου, κι αυτός μιλούσε... «Γελάς; Δεν

πιστεύεις, αφεντικό; Λες από μέσα σου:...κουβέντα με το χορό γίνεται;» Κι όμως βάζω το κεφάλι μου, έτσι θα κουβεντιάσουν οι θεοί κι οι διαόλοι (με το χορό).

(σελ.84- 85)

(Αφηγητής:) Χύθηκε στο χορό, χτυπούσε τα παλαμάκια, πηδούσε, στριφογύριζε στον αγέρα, έπεφτε κάτω με λυγισμένα γόνατα κι αντιπηδούσε ανάερα καθιστός σα λάστιχο. Άξαφνα τινάζουνταν πάλι αψηλά στον αγέρα, σα να το 'χε βάλει πείσμα να νικήσει τους μεγάλους νόμους, να κάνει φτερά και να φύγει. Ένιωθες μέσα στο σαρκοφαγωμένο αυτό ταγαριασμένο κορμί την ψυχή να μάχεται να συνεπάρει τη σάρκα και να χαθεί μαζί της, αστροβολίδα, μέσα στο σκοτάδι. Τίναζε η ψυχή το κορμί... (σελ.82)

Συνέντευξη χοροδιδασκάλου

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η συνέντευξη της κ. Μεταξάκη, που μας μίλησε για το χορό και πώς εκείνη τον βιώνει ως δασκάλα.

Συνέντευξη δασκάλας χορού

κα Νίκη Μεταξάκη,



Πιστεύετε ότι ο χορός είναι γλώσσα του σώματος;

Απάντηση : Ναι. Ο χορός σίγουρα είναι γλώσσα του σώματος, γιατί μέσα στο χορό, κυρίως στους Ευρωπαϊκούς χορούς, φαίνεται ο χαρακτήρας των χορευτών. Μάλιστα βλέπουμε συχνά τους χορευτές να εκφράζουν αυτά που νιώθουν (συναισθήματα). Ο κάθε άνθρωπος έχει το δικό του τρόπο - κινήσεις - έτσι και ο κάθε χορευτής έχει το δικό του τρόπο χορού . Επίσης ο χορός είναι γλώσσα του σώματος γιατί όλοι μπορούν να εκφραστούν μέσα από τις χορευτικές κινήσεις, και μάλιστα όλοι μπορούν να επικοινωνήσουν μέσα από αυτόν είτε με τους συγχορευτές τους είτε με το κοινό. Ενδεχομένως μπορεί κανείς στο χορό να δει στοιχεία του χαρακτήρα του χορευτή, που σε άλλες στιγμές δεν αφήνει να φανούν.

Μπορείτε να μου μιλήσετε για την σχέση του χορού με τη μη λεκτική επικοινωνία ;

Απάντηση : Ο χορός μας εκπέμπει διάφορα μη λεκτικά μηνύματα. Εμείς, ως θεατές, πρέπει να καταλαβαίνουμε τι βλέπουμε μπροστά μας. Γι' αυτό και οι χορευτές προσπαθούν να εκφράσουν όσο το δυνατόν περισσότερα συναισθήματα, ώστε οι θεατές να μπορούν να παρακολουθούν μια παράσταση χορού με ευχαρίστηση. Συνεπώς η σχέση του χορού με τη μη λεκτική επικοινωνία είναι πολύ στενή, κυρίως επειδή κατά την διάρκεια του χορού δεν μιλάνε οι χορευτές με τους θεατές, οπότε η επικοινωνία γίνεται μέσα από τις χορευτικές κινήσεις .

Θεωρείτε ότι ο χορός βοηθάει στην έκφραση - επικοινωνία ανθρώπων με εσωστρεφή συμπεριφορά;

Απάντηση : Ναι, είμαι απολύτως σίγουρη ότι ο χορός βοηθάει την έκφραση - επικοινωνία σε τέτοιους ανθρώπους Έχω δει αρκετούς ανθρώπους να έρχονται στη σχολή χορού που δουλεύω, ντροπαλοί και λιγομίλητοι, ενώ ύστερα από ένα μήνα παρακολούθησης να είναι πολύ εκφραστικοί σε σχέση με το πριν. Αυτή η αλλαγή οφείλεται ως ένα βαθμό στο ότι είναι απαραίτητη τόσο η συνεργασία μεταξύ των χορευτών όσο και η έκφραση - έκθεση προς το κοινό.

Σε ποια σημεία δίνει έμφαση ένας χορογράφος προκειμένου να φανεί η μη λεκτική επικοινωνία κατά το χορό;

Απάντηση: Ένας χορογράφος συνήθως δίνει έμφαση στις κινήσεις που δείχνουν πολλά συναισθήματα. Σαφώς υπάρχουν πολλές τέτοιες κινήσεις, ενώ είναι γνωστό ότι μια κίνηση είναι ίση με χίλιες λέξεις . Επίσης επικεντρώνεται στα σημεία που ο χορευτής / η χορεύτρια κάνει κινήσεις που προκαλούν το ενδιαφέρον ώστε να την / τον κοιτάζουν οι παρευρισκόμενοι. Επίσης φροντίζει κινήσεις που μπορεί να σχετίζονται με την ιστορία του χορού ή με κάποιους ιδιαίτερους συμβολισμούς.



Πως μπορεί κάποιος να διακρίνει στοιχεία της ψυχολογίας του χορευτή με βάση τα μη λεκτικά μηνύματα κατά την διάρκεια του χορού;

Απάντηση: Αυτό είναι σχετικά εύκολο, γιατί το κάθε συναίσθημα έχει διαφορετικές κινήσεις Για παράδειγμα όταν ένας χορευτής θέλει να εκφράσει λύπη στους θεατές, τότε οι κινήσεις του είναι πιο αργές και με λιγότερη ένταση, ενώ αν θέλει να δείξει θυμό, τότε κάνει κινήσεις πιο γρήγορες και πιο δυναμικές ή με πιο πολύ ένταση . Επίσης διακρίνονται πολλά στοιχεία της ψυχολογίας του χορευτή από το βλέμμα και γενικότερα από την έκφραση του προσώπου του. Σημαντικά συμπεράσματα μπορεί να έχουμε και για αισθήματα όπως κούραση, αγανάκτηση, δυσφορία, όρεξη, πάθος κ.α.

Πως πιστεύετε ότι συμβαίνει η μη λεκτική επικοινωνία χορευτών και κοινού/θεατών ;

Απάντηση: Όπως είπα και πριν η μη λεκτική επικοινωνία γίνεται πιο συχνά μέσω της κίνησης και της έκφρασης του προσώπου των χορευτών. Η επικοινωνία αυτή είναι πολύ σημαντική, ειδικά για τους θεατές . Αν οι χορευτές δεν έχουν επικοινωνία με τους θεατές τότε γίνεται βαρετό για αυτούς και αυτό σημαίνει αποτυχία για τους χορευτές Άλλωστε ο χορός είναι μια μικτή επικοινωνία κοινού και χορευτών που για να είναι επιτυχής θα πρέπει να στηριχτεί σημαντικά στη μη λεκτική επικοινωνία.

Σας έχουν συμβεί περιπτώσεις που το μη λεκτικό μήνυμα κατά την διάρκεια του χορού έχει προκαλέσει κάποιο επικοινωνιακό επεισόδιο;

Απάντηση: Ναι, μου έχει τύχει μια φορά σε μια παράσταση με αστεία κομμάτια. Θυμάμαι ότι η κοπέλα έκανε μια κίνηση για να εκφράσει λύπη. Ωστόσο στους θεατές, - δεν ξέρω πως -, πέρασε ένα συναίσθημα χαράς. Έτσι όταν στην συνέχεια έπεσε η κοπέλα λυπημένη κάτω, οι θεατές άρχισαν να γελάνε μπερδεύοντας το μη λεκτικό μήνυμα σε σχέση με την αλήθεια.

1. Η yoga



Τι είναι το Kripalu Yoga Dance (KYD)

Η τεχνική του KYD είναι μια μοναδική προσέγγιση στο χορό μέσα από κινήσεις που βασίζονται στην τεχνική της yoga. Συνδυάζει την παράδοση της Kripalu yoga, της κίνησης, της αναπνοής, του συστήματος των chakras και του χορού, χρησιμοποιώντας και τη μουσική.

Η KYD είναι μια δημιουργική πρακτική που χρησιμοποιεί την κίνηση ως μέσο αυτοέκφρασης και εν τέλει λειτουργεί θεραπευτικά οδηγώντας μας στην αίσθηση της εσωτερικής ελευθερίας και της χαράς. Μέσω της χαράς της κίνησης και της ευεξίας που προσφέρει ο χορός, εξασκούνται και τονώνονται οι μύες, αυξάνεται η ευλυγισία και η αντοχή και τονώνεται το καρδιαγγειακό σύστημα. Παράλληλα, προσεγγίζει ο καθένας το βαθύτερο εαυτό του, τιμά και εκτιμά το σώμα του, αναπτύσσει μια μη λεκτική επικοινωνία με τους συγχωρευτές του μέσω του χορού και βιώνει την αίσθηση της κοινότητας.

Είναι μια θεραπευτική τεχνική που δεν απαιτεί γνώσεις χορού ή yoga ή ιδιαίτερα καλή φυσική κατάσταση εφόσον ο καθένας έχει τη δυνατότητα να προσαρμόσει τις εκάστοτε κινήσεις στα μέτρα του λαμβάνοντας υπ' όψιν του τους περιορισμούς που θέτει το σώμα του και η διάθεσή του την ώρα του μαθήματος. Έτσι λοιπόν, μοναδική προϋπόθεση για τη συμμετοχή σας είναι να είστε διαθέσιμοι στις άπειρες δυνατότητες του σώματος και του νου σας και να τις εκφράζετε μέσω της απόλυτα προσωπικής χορευτικής σας κίνησης.

2. Ο χορός ως μορφή μη λεκτικής επικοινωνίας.

Ο ρόλος της μη λεκτικής επικοινωνίας είναι να αντικαταστήσει το λόγο. Με αυτόν τον τρόπο, η μη λεκτική επικοινωνία εκδηλώνεται στην τέχνη. Ο χορός έχει όλα τα χαρακτηριστικά της επικοινωνίας και καθώς δεν χρησιμοποιεί καθόλου το λόγο, βασίζεται στα κανάλια της μη λεκτικής επικοινωνίας. Αυτά είναι οι εκφράσεις του προσώπου, οι κινήσεις, οι χειρονομίες, η εμφάνιση, κλπ.

Ο χορός λοιπόν είναι μια παραστατική τέχνη, που στηρίζεται στην αυτοέκφραση (συναίσθημα) και τη λογική έκφραση (ιδέες - αντιλήψεις) και έχει ως στόχο την επικοινωνία. Προϋποθέτει το χορογράφο, το χορευτή και τον παραλήπτη - θεατή, οι οποίοι αλληλεπιδρούν. Οι κινήσεις και οι στάσεις του ανθρώπινου σώματος μεταφέρουν πληροφορίες για τις σκέψεις και τα συναισθήματα του ατόμου που τις εκτελεί. Το νόημα της κίνησης προκύπτει από τα ποιοτικά στοιχεία του χορού και είναι αυτό που ο χορευτής ή ο

Θεατής βιώνει συναισθηματικά. Το νόημα στο χορό είναι το περιεχόμενο μιας φράσης ένας κινητικού συνδυασμού όπως δίνεται εκ προθέσεως από το χορογράφο και το χορευτή και όπως λαμβάνεται από το θεατή.

Είναι ενδιαφέρον να μάθουμε για την επιστήμη της χορολογίας που μελετά τη σύνδεση σώματος και πνεύματος, κίνησης και συναισθήματος. Δεν ασχολείται δηλαδή μόνο με την εξωτερική εικόνα αλλά και με το συγκινησιακό - διανοητικό φορτίο.

Στο μπαλέτο και στην παντομίμα, οι κινήσεις και οι στάσεις του σώματος χρησιμοποιούνται συμβολικά με στόχο την αφήγηση της ιστορίας .



Πολλοί ερευνητές, όπως η Henley, έχουν επισημάνει την κοινωνική και την πολιτική σημασία της κίνησης ως μορφή μη λεκτικής επικοινωνίας . Μάλιστα υποστηρίζουν πως στο χορό γίνονται πιο έντονες οι διαφορές των δύο φύλων (ανδρισμός και θηλυκότητα).

Άλλωστε ο χορός ως μορφή τέχνης είναι μια συνειδητή δραστηριότητα. Το αισθητικό νόημα είναι άμεσα συνδεδεμένο με την ανθρωπινή πρόθεση. Έτσι στο χορό, τα μη λεκτικά μηνύματα χρησιμοποιούνται συμβολικά , για να εκφράσουν την πρόθεση του δημιουργού και του χορευτή. Αξιοσημείωτο βέβαια είναι ότι ο αυτοσχεδιασμός έχει κύρια θέση στο χορό, καθώς ενθαρρύνει την αυτενέργεια, τον προβληματισμό, τη φαντασία και την ετοιμότητα...

3. Η χοροθεραπεία

Είναι κινητική θεραπεία ανήκει στην κατηγορία των θεραπειών μέσω τεχνών μαζί με τη μουσικοθεραπεία, τη δραματοθεραπεία και την εικαστική θεραπεία.

Η χοροθεραπεία - κινητική θεραπεία, όπως ορίζεται από τον American Dance Therapy Association είναι «η ψυχοθεραπευτική τεχνική η οποία χρησιμοποιεί τη κίνηση σαν μια διαδικασία προώθησης της συναισθηματικής, νοητικής και φυσικής ολοκλήρωσης του ατόμου».

Έτσι η χοροθεραπεία - κινητική θεραπεία επιτυγχάνει αλλαγές στο φυσικό (σωματικό), συναισθηματικό και νοητικό τομέα καθώς και στην κοινωνική συμπεριφορά του ατόμου. Ο χοροθεραπευτής εστιάζει στην κινητική συμπεριφορά του ατόμου όπως αυτή αποκαλύπτεται μέσα στη θεραπευτική σχέση. Συμπεριφορές έκφρασης, επικοινωνίας και προσαρμογής εξετάζονται είτε πρόκειται για ομαδική, είτε για ατομική θεραπεία. Η κίνηση του σώματος χρησιμοποιείται από τον χοροθεραπευτή σαν μέσο εκτίμησης - αξιολόγησης και σαν τρόπος θεραπευτικής παρέμβασης.

Η κίνηση είναι αυτομάτως ο πιο βασικός και ο πιο άμεσος τρόπος επικοινωνίας μας. Από την αρχή της εμφάνισης του ανθρώπινου είδους το πέρασμα του ατόμου από τη ζωή έχει ισχυροποιηθεί και διευκολυνθεί από τελετουργικούς χορούς - γέννηση, γονιμότητα, συγκέντρωση τροφής, ερωτοτροπία, θεραπεία, θάνατος. Κάθε πλευρά της ζωής είχε τον

δικό της χορό. Η συμμετοχή σε τέτοιους χορούς έδινε μια δυνατή αίσθηση ταυτότητας, ενίσχυε την αίσθηση την κοινότητας και έδινε την απαραίτητη δύναμη για ανταπόκριση σε δύσκολες καταστάσεις.

Οι προσωπικές μας κινήσεις εκφράζουν την στάση μας και την αντίληψή μας για το περιβάλλον, τους άλλους και τον εαυτό μας. Τα συναισθήματά μας, οι αποφάσεις μας και το νοητικό μας στίλ μπορούν να γίνουν κατανοητά από όσους είναι εκπαιδευμένοι στη παρατήρηση της κίνησης.

Τα βασικά χαρακτηριστικά της χοροθεραπείας είναι ότι χρησιμοποιείται η γλώσσα του σώματος και η μη λεκτική διάσταση της επικοινωνίας - η οποία αποτελεί τρόπο έκφρασης - για να παρακινηθεί η επικοινωνία.



Η χοροθεραπεία στηρίζεται σε πέντε θεμελιώδεις αρχές:

1) Ότι υπάρχει συνεχής αλληλεπίδραση μεταξύ σώματος και πνεύματος και όταν συμβεί μια σημαντική αλλαγή στο κινητικό επίπεδο μπορεί να επηρεάσει το νοητικό ή το συναισθηματικό και αντίστροφα.

2) Ότι πλευρές της προσωπικότητας του ατόμου αντικατοπτρίζονται στην κίνηση.

3) Η θεραπευτική σχέση ασθενή - θεραπευτή είναι μεγίστης σημασίας. Ο θεραπευτής χρησιμοποιεί κυρίως μη-λεκτική ανταπόκριση και αλληλεπίδραση με τον ασθενή όπως καθρεπτισμός της κίνησης, συγχρονισμός, σωματική επαφή κ.ά.

4) Η κίνηση μπορεί να αποτελεί ένδειξη ασυνείδητης διαδικασίας. Κινητικά σύμβολα και κινητικές μεταφορές που χρησιμοποίησε ο ασθενής κατά τη διάρκεια της θεραπευτικής συνεδρίας τον βοηθούν να αποκτήσει πρόσβαση στο ασυνείδητο του.

5) Η εμπλοκή σε μια δημιουργική διαδικασία κίνησης μέσα από αυτοσχεδιασμό έχει μεγάλη θεραπευτική αξία. Το άτομο μέσα από νέους τρόπους κίνησης του σώματος του βιώνει νέες εμπειρίες.

Η χοροθεραπεία - κινητική θεραπεία απευθύνεται και σε παιδιά και σε ενήλικες, και εφαρμόζεται είτε σε ατομικό είτε σε ομαδικό επίπεδο.

Ο δάσκαλος της κίνησης / χορού χρησιμοποιεί συγκεκριμένες κινήσεις για να κατευθύνει τους μαθητές να αισθανθούν σε ένα συγκεκριμένο τρόπο πχ μπορεί να τους ζητήσει να πηδήξουν ή να κουνήσουν τα χέρια τους ελεύθερα κτλ ενώ αντίθετα ο χοροθεραπευτής δεν κατευθύνει την κίνηση ούτε περιγράφει τα συναισθήματα που πρόκειται να εκφράσει ο πελάτης / ασθενής.

Σε ποιους απευθύνεται η χοροθεραπεία:

- Στον καθένα που βιώνει συναισθηματικά προβλήματα, πίεση, άγχος.

- Σε ανθρώπους που θέλουν να αναπτύξουν τις προσωπικές τους ικανότητες επικοινωνίας, την εξερεύνηση ή την κατανόηση του εαυτού τους.

- Σε ανθρώπους που ίσως κάποια συναισθήματα ή εμπειρίες τους βρίσκουν πολύ δύσκολο να τα εκφράσουν μόνο με λέξεις, ή σε αυτούς που αποφεύγουν το συναίσθημα ή συγχέουν τα ζητήματα όταν χρησιμοποιούν τις λέξεις.

- Σε ανθρώπους που τα προβλήματά τους επιδρούν σε σωματικό επίπεδο, σε διαταραχή της εικόνας του σώματος, σε δυσκολίες στην κίνηση όπως ένταση ή μπλοκάρισμα σε κάποιες περιοχές του σώματος, ασυνήθιστες κινήσεις ή άγχος σχετικά με την απόσταση, σωματική επαφή ή εμπιστοσύνη.

- Σε ανθρώπους που διανύουν συγκεκριμένες περιόδους πίεσης και άγχους όπως αυτές που σχετίζονται με απώλεια προσώπων ή μεταβατικές περιόδους ή περιόδους αλλαγής.

- Σε ανθρώπους που ανησυχούν ότι τα προβλήματα που αισθάνονται συνεχίζονται για πάρα πολύ καιρό, ή σε αυτούς που αισθάνονται ότι «τα πράγματα δεν πάνε καλά» για αυτούς, την σχέση τους ή την οικογένειά τους.



Τα οφέλη από την χοροθεραπεία:

- Βελτίωση της αυτογνωσίας, της αυτοεκτίμησης και της προσωπικής αυτονομίας
- Κατανόηση των δεσμών μεταξύ σκέψης, συναισθημάτων και συμπεριφοράς
- Βελτίωση προσαρμοστικότητας
- Έκφραση και διαχείριση επίπονων σκέψεων και συναισθημάτων
- Μεγιστοποίηση πηγών επικοινωνίας
- Διαχείριση των εσωτερικών αποθεμάτων μέσα από το δημιουργικό παιχνίδι
- Κατανόηση της επίδρασης του εαυτού μας στους άλλους
- Συσχέτιση της εσωτερικής με την εξωτερική πραγματικότητα
- Συναισθηματικές, νοητικές και/ή φυσικές αλλαγές
- Ανάπτυξη μιας σχέσης εμπιστοσύνης
- Βοήθεια του ατόμου να διαχειριστεί συναισθήματα που εμποδίζουν την μάθηση.
- Ανάπτυξη ικανοτήτων κοινωνικής αλληλεπίδρασης

Αλεξάνδρα Κοσμαδάκη
Μαρίνα Πολυχρονάκη
Μαριάννα Ρεράκη

ΔΙΑ Σώματος...ΔΙΑφήμιση

Διαφήμιση είναι η πρωτότυπη δημιουργία μηνυμάτων, που αναφέρονται σε προϊόντα ή υπηρεσίες και έχει ως τελικό στόχο να προωθήσει τα διαφημιζόμενα.

Η διαφήμιση είναι ένα «φαινόμενο» που εισέβαλε δυναμικά στην καθημερινή μας ζωή με την ανάπτυξη των ΜΜΕ. Βέβαια υπάρχουν διάφορες μορφές διαφήμισης, όπως η τηλεοπτική, η ραδιοφωνική, η έντυπη, οι φωτεινές επιγραφές, και άλλες.

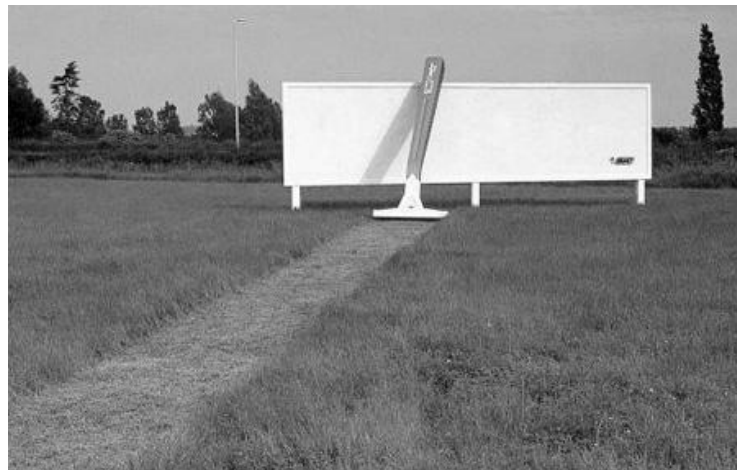
Στόχος των διαφημίσεων είναι να μας πείσουν να αγοράσουμε το προϊόν ή την υπηρεσία που προβάλλουν. Αυτό εξαρτάται κυρίως από την εφευρετικότητα, το χιούμορ, την καλή αισθητική, τις μειωμένες τιμές στις ετικέτες των προϊόντων (προσφορές) κ.ά.

Όταν η διαφήμιση παρέχει σωστή πληροφόρηση, οι καταναλωτές έχουν τη δυνατότητα να επιλέξουν χρήσιμα και υψηλής ποιότητας προϊόντα - υπηρεσίες για την ικανοποίηση των αναγκών τους. Όμως υπάρχουν και περιπτώσεις πολλών διαφημιστικών μηνυμάτων που μπορούν να απωθήσουν τον καταναλωτή. Συνεπώς θα πρέπει να επεξεργαζόμαστε τα διαφημιστικά μηνύματα, να μην παραπλανιόμαστε, να αναπτύσσουμε κριτική σκέψη και να κάνουμε σωστές επιλογές.

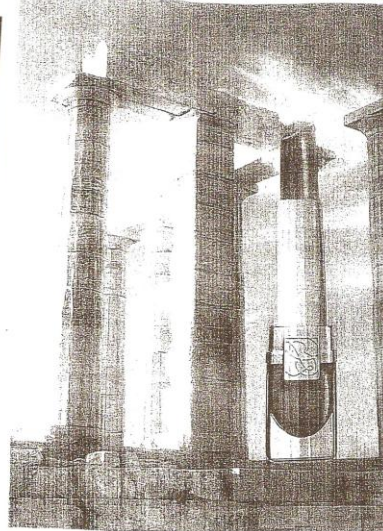
Άλλωστε η διαφήμιση είναι ένα σύνθετο τεχνικά αποτέλεσμα που χρησιμοποιεί πολλαπλά μέσα, όπως τη μουσική - τον ήχο, την εικόνα, το χρώμα, την κίνηση, τα μηνύματα και διάφορα άλλα. *Σε γενικές γραμμές λοιπόν η διαφήμιση - έντυπη και ηλεκτρονική - είναι αποτέλεσμα της λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, δηλαδή του λόγου και της εικόνας.*

Ο διαφημιστής για να «τραβήξει» την προσοχή του καταναλωτή παρουσιάζει τα αντικείμενα και τους ανθρώπους με παραστατικότητα. Για παράδειγμα τα μοντέλα των φωτογραφιών πρέπει να υποστηρίζουν απόλυτα με το βλέμμα ή γενικότερα με την στάση του σώματός τους το προϊόν που διαφημίζεται. Έτσι, ο καταναλωτής βρίσκεται στη διαδικασία αποκωδικοποίησης των μη λεκτικών μηνυμάτων που εκπέμπει η εικόνα, όπως π.χ τα συναισθήματα.

Εικόνες διαφημίσεων που δεν περνάνε απαρατήρητες...



Επίσης, μοιράστηκαν κάποιες διαφημιστικές φωτογραφίες σε κάθε ομάδα. Η ολομέλεια τις αποκωδικοποίησε. Οι φωτογραφίες είναι οι παρακάτω:



Στην φωτογραφία με το μοντέλο συμπεράναμε ότι ο διαφημιστής θέλει να δείξει ότι το αυτοκίνητο καθρεπτίζεται στα μάτια της γυναίκας. Μια άλλη εκδοχή ήταν ότι το αυτοκίνητο «της έχει γυαλίσει».

Στην δεύτερη εικόνα, παρατηρήσαμε ότι απεικονίζεται η γη και πίσω της μια πιστωτική κάρτα. Συμπεράναμε ότι τα λεφτά και οι πιστωτικές κάρτες κάνουν την γη να γυρίζει. (Όπως λέει και το τραγούδι : "Money makes the world go round!"

Στην τελευταία φωτογραφία παρατηρήσαμε ότι υπήρχε ένα κραγιόν , το οποίο είχε αντικαταστήσει μια κολώνα σε ένα αρχαίο μνημείο. Ο διαφημιστής ήθελε να προβάλλει τα προτερήματα του κραγιόν, όμως σαν ιδέα προσβάλλει το αρχαιολογικό μνημείο. Έτσι, ο καταναλωτής παρά το ότι θα νιώσει απέχθεια για τον τρόπο που σκέφτηκε ο διαφημιστής, θα αγοράσει το προϊόν.

Marketing in the Class. Διαφημιστικές δοκιμές μέσα στην τάξη...

Δεν χρειάστηκε λοιπόν να δούμε παραπάνω παραδείγματα για να συμπεράνουμε πως μια εικόνα είναι ίση με χίλιες λέξεις, ικανές να επηρεάσουν το αγοραστικό κοινό, ειδικά μάλιστα όταν πρωταγωνιστούν πρόσωπα που εκφράζονται χωρίς να μιλούν.

Έτσι ακολουθήσαμε ένα εικονικό σενάριο:

Σχετικοί ρόλοι:

Εντολέας διαφήμισης: Εθνικός Οργανισμός Τουρισμού [Ε.Ο.Τ]

Διαφημιστική Εταιρεία: 1^ο Project ΓΕΛ Γαζίου

Διαφημιστικό σενάριο: Προβολή εικόνων και στιγμών της Ελλάδας, *χωρίς λόγια*.

Με εντολή του Ε.Ο.Τ κάθε ομάδα ανέλαβε να παρουσιάσει την Ελλάδα σε ένα διαφημιστικό κολλάζ χωρίς λεκτικά μηνύματα, προκειμένου να προβάλλουμε τις ομορφιές του τόπου μας και την ελληνική κουλτούρα.

Έτσι, στην επόμενη συνάντηση κάθε ομάδα παρουσίασε τη δουλειά της και όλοι μαζί σχολιάσαμε τα πιο κεντρικά μη λεκτικά μηνύματα, που αποτυπωνόταν τις φωτογραφίες. Έπειτα έγινε μυστική ψηφοφορία για το καλύτερο κολλάζ. Ως νικήτρια ομάδα αναδείχθηκαν «οι Παπαρδέλες», που στεφανώθηκαν τιμητικά με ένα στεφάνι ελιάς.

Ιδού οι υποψηφιότητες και τα αποτελέσματα ...



1η ομάδα <Τα στρουμψάκια>



[παρατηρήσεις: η απόλαυση της ηλιοθεραπείας και του ελληνικού φαγητού, το μεγαλείο των ελληνικών μνημείων και των ιστορικών μορφών, οι κρητικοί χοροί...]



3η ομάδα <Power puff girls and the doctor>



[παρατηρήσεις: ελληνικός κινηματογράφος, ελληνική ύπαιθρος, ελληνική μουσική και χορός, αρχαιοελληνικός πολιτισμός, ελληνικά προϊόντα...]



4η ομάδα : <<Ό,τι να 'ναι>>



[παρατηρήσεις:ελληνικοί τόποι ,καλό φαγητό, δουλεία του ψαρέματος, αρχαίοι ολυμπιακοί αγώνες συνδεδεμένοι με το σήμερα, αρχαία ελληνική τέχνη ,χειμερινά και καλοκαιρινά σπορ ,διασκέδαση στην παράλια...]



5η ομάδα <Οι μικρές εξερευνήτριες>



[παρατηρήσεις: σουρτάκι, Ζορμπάς, τσολιάδες, ούζο, ελληνικό φαγητό, τουρίστας σε χαλάρωση...]



2^η ομάδα - Παπαρδέλες

ΝΙΚΗΤΡΙΑ ΟΜΑΔΑ - ΜΤΡΑΒΟΟΟΟΟΟ!!!!!!!



[παρατηρήσεις: ιστορικές μορφές, ελληνικά τοπία, ελληνικοί χοροί, ελληνική γαστρονομία, αρχαιοελληνική ομορφιά...]

Συμπεράσματα ολομέλειας...

Μετά από συζήτηση της ολομέλειας σχετικά με το marketing και τη μη λεκτική επικοινωνία βγάλαμε τα εξής συμπεράσματα:

A] Μια εικόνα ισοδυναμεί με χίλιες λέξεις. Μάλιστα επειδή στην ηλεκτρονική διαφήμιση οι εικόνες τρέχουν πολύ γρήγορα ο ανθρώπινος νους δεν προλαβαίνει να τις επεξεργαστεί λογικά και τις αποθηκεύει χωρίς να τις κρίνει

B] Οι διαφημίσεις χωρίς λεκτικά μηνύματα αφήνουν την φαντασία και τη σκέψη του καταναλωτή ελεύθερη. Το αποτέλεσμα είναι οι εικόνες αυτές να αγγίζουν το υποσυνείδητο του αποδέκτη και να τον "κοτοπουλιάζουν" ευκολότερα, και μάλλον διασκεδαστικά!

Υπεύθυνη καταγραφής:

Μιχαλίτση Μαρία - Άννα

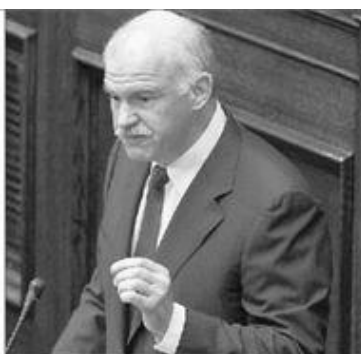


ΤΟ ΣΩΜΑ ΠΟΛΙΤΙΚΟΠΟΙΕΙΤΑΙ [Η ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ ΠΟΛΙΤΙΚΗ]

Λίγα λόγια...

Ζούμε στην εποχή της εικόνας και η τηλεόραση είναι ένα μεγάλο κομμάτι της ζωής μας. Η γλώσσα του σώματος παίζει ακόμα πιο σημαντικό ρόλο, αφού μπροστά από τα φώτα της κάμερας όλα είναι εμφανή.

Στους πολιτικούς, η τηλεόραση έχει δώσει δημοσιότητα και καθιστά την εξωτερική τους εμφάνιση, αλλά και τη γλώσσα του σώματός τους πολύ σημαντική για τη γενικότερη εικόνα τους. Αυτές οι δυνατότητες της τεχνολογίας δυσκολεύουν κατά πολύ το έργο τους, αλλά μπορούν να χρησιμοποιηθούν και υπέρ τους αν ξέρουν πώς να τις εκμεταλλευτούν. Γι' αυτό και οι πολιτικοί δίνουν πια πολύ μεγάλη σημασία στην εμφάνισή τους, όχι μόνο όσον αφορά το ντύσιμο, αλλά και τον τρόπο που θα «στηθούν» μπροστά στην κάμερα, ώστε να κερδίσουν το κοινό τους. Στόχος τους είναι η εξωτερική εμφάνιση και το στυλ τους εκφράζουν τις πολιτικές τους πεποιθήσεις.



Ο τρόπος που τοποθετεί τα χέρια του ή ακόμη που περπατάει ή στέκεται ένας πολιτικός μάς δίνει, μερικές φορές, περισσότερες πληροφορίες από τον λόγο του. Από αριστερά προς τα δεξιά οι κκ. Κ. Καραμανλής, Γ. Παπανδρέου, Γ. Αλογοσκούφης και η κυρία Αλέκα Παπαρήγα

Από την άλλη, το δύσκολο για εκείνους είναι πως συχνά μιλούν και υποστηρίζουν απόψεις στις οποίες δεν πιστεύουν πραγματικά. Κάποιες φορές προσπαθούν να

παραπλανήσουν, να πουν ψέματα, να κρύψουν τα πραγματικά τους συναισθήματα και τις σκέψεις τους και να εμφανιστούν ως κάτι που δεν είναι πραγματικά. Μέσα από την οθόνη της τηλεόρασης, μπορεί να φανεί η ασυνέπειά τους στη γλώσσα του σώματός τους. Όσοι από εκείνους το γνωρίζουν αυτό, θα επιδιώξουν να κάνουν όσο το δυνατόν λιγότερες χειρονομίες, κινήσεις και

εκφράσεις, θα αποφύγουν να αγγίζουν το πρόσωπό τους και θα έχουν σταθερή οπτική επαφή με το συνομιλητή τους.

Σύμφωνα με μελέτες, η γλώσσα του σώματος ασκεί μεγαλύτερη επιρροή στην έννοια ενός μηνύματος κατά 55% φοβερό:

Ας δούμε συγκεκριμένα παραδείγματα...

... αρχικά από τα πιο οικεία πρόσωπα της ελληνικής πολιτικής σκηνής.

Σχολιάστε τις εικόνες: είναι τυχαίο;

1^η: Ο σηκωμένος αντίχειρας είναι δείγμα αισιοδοξίας - το ρυτιδιασμένο μέτωπο δείχνει το σκεπτικισμό και τη ωριμότητα, προβληματισμό

2^η: Το σηκωμένο φρύδι δείχνει την ετοιμότητα και την ευφυΐα



Κωνσταντίνος Καραμανλής Κωνσταντίνος Καραμανλής

Το «προφίλ» του έχει σχηματιστεί από τις πολύ έντονες και κατηγορηματικές κινήσεις των χεριών του που υποδηλώνουν ωστόσο μια τάση να φανεί πειστικός για αυτά που λέει.



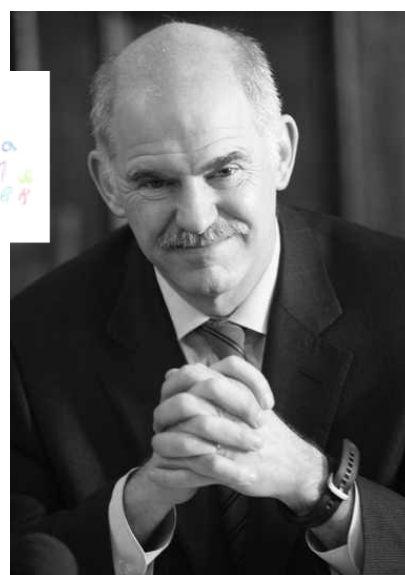
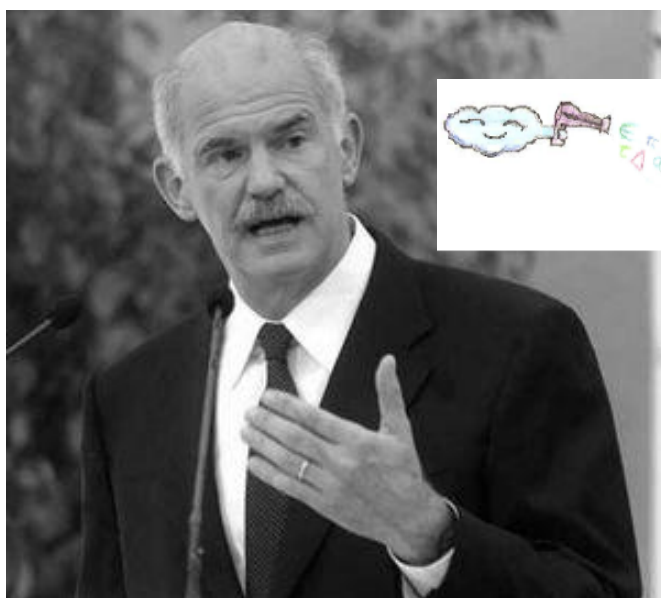
Η κίνηση στα χέρια, όπως λένε και οι γνώστες της γλώσσας του σώματος,



είναι κι ένα πολιτικό τρικ που αποτελεί προσπάθεια μεταφοράς της προσοχής του ακροατή στα προτεταμένα χέρια για αποφυγή εντοπισμού εκφράσεων του προσώπου που μπορεί να εντοπισθεί ότι υποδηλώνουν πως ο ομιλητής ψεύδεται.

Γεώργιος Παπανδρέου Γεώργιος Παπανδρέου

Οι κινήσεις του δείχνουν πιο καλά *σκηνοθετημένες και μελετημένες*, καθώς το σφίξιμο του καρπού όσων συναντάει με τα δυο του χέρια, αλλά και οι ελεγχόμενες και ήπιες *κινήσεις των χεριών* του όταν μιλάει θέλουν να περάσουν ένα μήνυμα ασφάλειας προς το κοινό και εμπιστοσύνης προς το πρόσωπό του.



Η χρήση της συγκεκριμένης χειρονομίας γίνεται σκόπιμα και δείχνει την αυτοπεποίθηση, το κύρος και την υπερηφάνεια.

Ας δούμε και άλλους πολιτικούς...



Αλέξης Τσίπρας

Αλέξης Τσίπρας

Ο σχηματισμός του χεριού σε σχήμα γροθιάς δηλώνει την αφοσίωση και την αποφασιστικότητα στα πιστεύω του. Με αυτόν τον τρόπο θέλει να δώσει έμφαση στα λόγια του.

Αλέκα Παπαρήγα

Αλέκα Παπαρήγα

Γενικά, όταν ένας πολιτικός ακουμπάει τα δύο χέρια στο αναλόγιο, όταν συνοφίζει, αποπνέει σιγουριά και σταθερότητα. Στην συγκεκριμένη φωτογραφία η κυρία Παπαρήγα φαίνεται σκεπτική.



Μπαρακ Ομπάμα

Μπαρακ Ομπάμα

Η χειρονομία σαν «τσεκούρι» που σκίζει τον αέρα δείχνει αποφασιστικότητα.



Πολλές φορές οι άνθρωποι λένε κάτι διαφορετικό από αυτό που σκέφτονται και σε κάτι τέτοιες στιγμές είναι που το σώμα μας *προδίδει*. Γι' αυτό και οι πολιτικοί που έχουν μια έφεση παραπάνω στην ψευδολογία «διδάσκονται» καλύτερα απ' όλους *την τέχνη της γλώσσας του σώματος*.

Βέβαια όσο και να εκπαιδευτεί κάποιος για να ελέγξει τις κινήσεις του σώματος του δεν θα μπορέσει να συντονίσει εντελώς *τις χειρονομίες και τις εκφράσεις* που παίρνει το πρόσωπό του όταν μιλάει και, κυρίως, όταν λέει ψέματα και προσπαθεί να τα καλύψει.

είμαστε αυτό που φαινόμαστε, όχι αυτό που λέμε!
(Δαρβίνος)

Τράγμα που σημαίνει ότι και να θέλουμε να κρύψουμε την αλήθεια το σώμα μας θα την μεταφέρει προς τα έξω έτσι κι αλλιώς.

Εύρεση φωτογραφιών : Καβρού Κατερίνα, Ψαράκη Σουζάνα

Σχολιασμός φωτογραφιών: Βαρδαλαχάκης Γιώργος, Κατερίνα

Καβρού, Ψαράκη Σουζάνα

Επιμέλεια παρουσίασης-Κείμενα: Βαρδαλαχάκης Γιώργος



«Το Παροιμιώδες Σώμα»

Οι παροιμίες είναι ένα μέσο έκφρασης της λαϊκής φιλοσοφίας. Μέσα από αυτές αντλούμε στοιχεία για τις συνήθειες, τις επιθυμίες, τα συναισθήματα και τις σκέψεις των ανθρώπων. Πολλές από αυτές σχολιάζουν κυριολεκτικά ή μεταφορικά τις εκφράσεις του σώματος.

Έτσι αρχικά επιχειρήσαμε να βρούμε φράσεις από την καθημερινότητά μας, που να καθρεπτίζουν τη γλώσσα του σώματος. Στη συνέχεια μας δόθηκε ένα έτοιμο φύλλο εργασίας, το οποίο δουλέψαμε σύμφωνα με την εκφώνηση

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

(1ο project: Η επικοινωνιακή μαγεία του σώματος)

1) Να ελέγξετε σε ποιες από τις παρακάτω φράσεις οι εικόνες είναι κυριολεκτικές (Κ) και σε ποιες μεταφορικές-υπερρεαλιστικές(Μ)

2) Στις φράσεις να περιγράψετε το μη λεκτικό μήνυμα και το συμβολισμό.

⇒ Όπου φτύνουν πολλοί μαζί κυλάει ποτάμι: Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): Πολλοί άνθρωποι μαζί που φτύνουν σε ένα ποτάμι

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Η προσφορά πολλών μαζί για ένα σκοπό μπορεί να κάνει το ακατόρθωτο

⇒ Όποιος βιάζεται σκοντάφτει: Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που βιάζεται τρέχει και πέφτει.

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Όταν κάποιος κάνει βιαστικές επιπόλαιες κινήσεις μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα

⇒ Ο αναμάρτητος πρώτος το λίθο βαλέτω: Μ-Κ



(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος ο οποίος κατηγορείται για κάτι, ενώ κάποιος αθώος του πετάει πέτρες.

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Όλοι έχουμε κάνει αμαρτίες γι' αυτό δεν μπορούμε να κατηγορήσουμε τους άλλους

⇒ Πού πάς ξυπόλυτος στα αγκάθια: Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που περπατάει ξυπόλυτος στα αγκάθια και ένας άλλος τον ρωτάει που πάει.

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Μην κάνεις κάτι χωρίς να έχεις πάρει μέτρα προστασίας

⇒ Ξύνει / Τρίβει τα νύχια του για καυγά: Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): Κάποιος που παίζει με τα χέρια του πριν από καυγά (νευριασμένος)

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Κάποιος που θέλει πολύ να καυγαδίσει

⇒ **Νίπτω τας χείρας μου : M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος πλένει τα χέρια του

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Δεν αναλαμβάνω την ευθύνη για κάτι που δεν συμφωνώ.

⇒ **Να 'χεις τα μάτια σου δεκατέσσερα: M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Φτιάχνω έναν άνθρωπο με 14 μάτια

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Να είσαι προσεκτικός

⇒ **Μην το κρεμάσεις σκουλαρίκι : M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που προσπαθεί να κρεμάσει σκουλαρίκι

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Μην το 'χεις σίγουρο

⇒ **Μην τρώγεσαι με τα ρούχα σου: M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Κάποιος που ξύνεται με τα ρούχα του

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Μην εκνευρίζεσαι με το παραμικρό



⇒ **Χώνεις τη μύτη σου παντού : M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που βάζει τη μύτη του παντού (Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Ασχολείσαι με τα πάντα

⇒ **Να μου τρυπήσεις τη μύτη: M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που του τρυπάνε τη μύτη

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Εκφράζω τη βεβαιότητα του για κάτι - δίνω όρκο για κάτι

⇒ **Μπροστά να πάω σκιάζομαι, πίσω να πάω φοβούμαι: M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος ο οποίος δεν μπορεί να πάει ούτε μπροστά ούτε πίσω λόγω φόβου

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Βρίσκομαι σε δίλημμα λόγω φόβου.

⇒ **Ήρθα με την ψύχη στα πόδια : M-K**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος κουρασμένος και αγχωμένος για κάτι (Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Ήμουν πολύ γρήγορος και αγχωμένος

⇒ **Η γλώσσα του στάζει μέλι: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που στάζει μέλι από το στόμα

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Είναι γλυκομίλητος και εκφράζεται ωραία.

⇒ **Κροκοδείλια δάκρυα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Τα δάκρυα του κροκοδείλου

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Ψεύτικα δάκρυα



⇒ **Να χτυπήσω ξύλο: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που χτυπάει κάποιο ξύλο

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Να μην το γρουσουζέψω

⇒ **Κουνήσου απ' τη θέση σου: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που αλλάζει θέση

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Μην το γρουσουζεύεις

⇒ **Κιτρίνισε από το κακό του: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Ένας άνθρωπος που κιτρινίζει

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Κάποιος που νευρίασε πολύ

⇒ **Κάθομαι σε αναμμένα κάρβουνα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Κάποιος που κάθεται πάνω στα κάρβουνα (Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Κάποιος που έχει άγχος για κάτι

⇒ **Μου 'ριξε το γάντι: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Κάποιος που ρίχνει ένα γάντι

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Μου απάντησε επιθετικά

⇒ **Χέρι που δεν μπορείς να δαγκώσεις , φίλα το: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Κάποιος που φιλάει ένα χέρι επειδή δεν μπορεί να δαγκώσει

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): Μην τα βάζεις με ανθρώπους που δεν μπορείς να νικήσεις , αλλά είχε τους φίλους

⇒ **Το φυσά και δεν κρυώνει: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): Κάποιος φυσάει κάτι και αυτό δεν κρυώνει

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Συνέβησε ξαφνικά κάτι που δεν περίμενε να γίνει -κάτι που δεν μπορεί να το ξεπεράσει*

⇒ **Του φίλησα χέρια και πόδια: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που φιλάει τα χέρια και τα πόδια κάποιου*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Τον παρακάλεσα πολύ*

⇒ **Έβαλα στα πόδια μου φτερά: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Φτερωτά πόδια*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Βιαζόμουν*



⇒ **Είδα αστεράκια: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που κοιτάει αστεράκια*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Τα έχασα - θόλωσα- πόνεσα*

⇒ **Έτρεχαν τα σάλια μου: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Εικόνα ανθρώπου που τρέχουν τα σάλια του* (Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Ήθελα πολύ κάτι - το λαχταρούσα*

⇒ **Πικροχαμογέλασε με μάτια δακρυσμένα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που κλαίει και γελάει μαζί*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Ανάμεικτα συναισθήματα πίκρας και χαράς*

⇒ **Πήραν τα μυαλά του αέρα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Μυαλά που γυρνάνε στον αέρα*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Ξέφυγε από το μέτρο, έχασε τα λογικά του*

⇒ **Πήγε η ψυχή μου στη κούλουρη: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Μια ψυχή που πηγαίνει μακριά*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Τρόμαξα πολύ για κάτι*

⇒ **Πάτησε την μπανανόφλουδα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος πατάει φλούδα μπανάνας*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Έπεσε θύμα σε κάποια παγίδα γιατί ήταν απρόσεκτος*

⇒ **Πάντ' ανοιχτά , πάντ' αγρυπνά τα μάτια της ψυχής μου: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ανοιχτά μάτια*

(Συμβολισμός-αποκωδικοποίηση): *Η ανησυχία, της ψυχής μου δεν σταματά ποτέ*

⇒ **Του έδωσα τα παπούτσια στο χέρι: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας που δίνει τα παπούτσια σε κάποιον*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον έδιωξε άρον-άρον*

⇒ **Του έβαλα τρικλοποδιά /τα γυαλιά: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Βάζω τρικλοποδιά σε κάποιον*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Του προκάλεσα πρόβλημα /τον ξεγέλασα*

⇒ **Με έστησε στον τοίχο : Μ- Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος με έστησε στον τοίχο*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον έφερε σε δύσκολη θέση*

⇒ **Τον χτύπησε πισώπλατα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που χτυπάει κάποιον στην πλάτη*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον εκδικήθηκε χωρίς να το περιμένει/ύπουλα*

⇒ **Του έτριξε τα δόντια: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας που τρίζει τα δόντια σε κάποιον*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον φόβισε / τον απείλησε*

⇒ **Το 'βαλα στα πόδια: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Προχωράω γρήγορα*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Έφυγα γρήγορα/εγκατέλειψα την προσπάθεια*

⇒ **Του έκοψε το βήχα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που σταμάτησε το βήχα κάποιου*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Του περιόρισε το θάρρος/θράσος*

⇒ **Μου κόπηκε η ανάσα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας ο οποίος δεν μπορεί να ανασάνει*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Φοβήθηκα πολύ*

⇒ **Μου έψησε το ψάρι στα χείλη: Μ-Κ**



(Περιγραφή εικόνας): *Του ψήνουν ένα ψάρι στα χείλη του*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Με είχε σε αναμονή/ με βασάνιζε*

⇒ **Άλλα τα μάτια του λαγού και άλλα της κουκουβάγιας: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Αλλιώς βλέπει ο λαγός και αλλιώς η κουκουβάγια*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Ο κάθε άνθρωπος έχει διαφορετική αντίληψη για κάποιο θέμα*

⇒ **Καβάλησε το καλάμι: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας που καβαλάει καλάμια*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Συμπεριφέρεται εγωιστικά*



⇒ **Έβγαλαν τα μαχαίρια: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Δύο η περισσότεροι άνθρωποι που βγάζουν τα μαχαίρια*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τσακώθηκαν άσχημα*

⇒ **Έμεινα με το στόμα ανοιχτό: Μ - Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Άφησα το στόμα μου ανοιχτό*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Εξεπλήγην /δεν είχα τι να πω*

Του μπήκαν ψύλλοι στ ' αυτι: Μ- Κ

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας άνθρωπος που του μπήκαν ψύλλοι στα αυτιά*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Κάτι υποψιάστηκε*

⇒ **Του έβαλε τα δύο πόδια σε ένα παπούτσι: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας άνθρωπος που προσπαθούν να του βάλλουν σε ένα παπούτσι τα πόδια του*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον πίεσε πολύ*

⇒ **Του άναψε το πράσινο φώς : Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας που ανάβει σε κάποιον ένα πράσινο φώς*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Του έδωσε το ελεύθερο να κάνει ότι θέλει*

⇒ **Του έδωσε κόκκινη κάρτα: Μ-Κ**

(Περιγραφή εικόνας): *Ένας που δίνει μία κόκκινη κάρτα σε κάποιον άλλο*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον τιμώρησε*

⇒ Τον υποδέχτηκαν μετά βραίων και κλάδων :Μ-Κ (Περιγραφή εικόνας): *Του έστρωσαν βαγιά και κλαδιά για να περάσει*
(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Του έκαναν θερμή υποδοχή*

⇒ Το ένα χέρι νίβει το άλλο και τα δυο το πρόσωπο Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): *Το ένα χέρι πλένει το άλλο και τα δυο το πρόσωπο*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Ο ένας πρέπει να βοηθάει τον άλλο*

⇒ Συν Αθηνά και χείρα κινεί

(Περιγραφή εικόνας): *Να κινείς το χέρι σου μαζί με τη θεά*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Πρέπει καθένας να προσπαθεί μαζί με τη βοήθεια του θεού*

⇒ Κοκκίνισε σαν παντζάρι από ντροπή:Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που κοκκίνισε πάρα πολύ σαν παντζάρι*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Ντράπηκε πολύ*

⇒ Έχυσε μαύρο δάκρυ:Μ-Κ



(Περιγραφή εικόνας): *Ένας που κλαίει με μαύρα δάκρυα*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Έκλαψε πικρά*

⇒ Έπεσα με τα μούτρα:Μ-Κ

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που πέφτει και χτυπάει στο πρόσωπο*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Ασχολήθηκα με τα δύσκολα αμέσως*

⇒ Του έσκισε τα ρούχα:

(Περιγραφή εικόνας): *Κάποιος που σκίζει τα ρούχα κάποιου άλλου*

(Συμβολισμός - αποκωδικοποίηση): *Τον πίεσε πολύ (κάποιες φορές είναι ειρωνικό και σημαίνει το ακριβώς αντίθετο)*

Βιβλιογραφία...

Τ. Νατσούλη, *Λέξεις και φράσεις παροιμιώδεις*, εκδ. Σμυρνησιώτικη, 1996

Μικρές εξερευνητριες

Μαριάννα Ρεράκη

Αλεξάνδρα Κοσμαδάκη

Μαρίνα Τολουχρονάκη

Ελένη Μαυράκη

ο

Μαντινάδες, ποίηση και σώμα

Μαντινάδες

Το σώμα και η κορμωσασιά,
το γέλιο και το νάζι
Δίνει στον άνθρωπο λαλιά
και άχνα ας μη βγάζει

⇒ Όταν το στόμα δεν μπορεί
μόνο του να μιλήσει
τα μάτια έχει συντροφιά
για να βρεθεί μια λύση...



Τα μάτια μου τα μάτια σου
να δούνε δεν μπορούνε
γιατί αμέσως μαρτυρούν
το πόσο σ' αγαπούνε...
Καβρού Κατερίνα

⇒ Τεθύμησα τα μάτια σου
και το γλυκό σου βλέμμα
δυσλόγια όμορφα γλυκά
μες στην καρδιά γραμμένα...

Το πρόσωπο σου ανατολή
το βλέμμα σου ηλιαχτίδα
που κάθε πόνο στην καρδιά
διώχνει και δίνει ελπίδα...
Μιχαλίτση Άννα-Μαρία

⇒ Μιλώ σου με τα μάτια μου
και αυτό νομίζω φτάνει
να καταλάβεις η καρδιά μου
σε πια μεριά σε βάνει...



Έχουν ταλέντο και μπορούν
τα μάτια να μιλούνε
και ας λένε ότι τα 'χουνε
μόνο για να θωρούνε...
Πολυχρονάκη Μαρίνα

⇒ *Να τα χαρώ τα μάτια σου
πώς τα 'χεις μαθημένα
και κάνουν πως κοιτούν αλλού
μα αυτά κοιτούν εμένα...*

⇒ *Αμήχανα αγάπη μου
φέρεσαι πότε λίγο
φαίνεστε από τη στάση σου
κάθε που σε ξανοίγω...*

⇒ *Ξανοίγεις με ξανοίγω σε
θωρείς με και θωρώ σε
μα δεν μπορώ να σου την πω
τη λέξη αγαπώ σε...*

Ποίηση

Κωνσταντίνος καβάφης:

ΣΩΜΑ

*Σώμα, θυμήσου όχι μόνο το πόσο αγαπήθηκες, Όχι μονάχα τα κρεβάτια που πλάγιασες
αλλά και εκείνες τες επιθυμίες που για 'σένα γυάλιζαν μες στα μάτια φανερά, κ' ετρέμανα μες
στη φωνή- και κάποιο τυχαίο εμπόδιο τες ματαίωσε.*

*Τώρα που είναι όλα ποια μέσα στο παρελθόν, μοιάζει σχεδόν και στες επιθυμίες εκείνες
σαν να δόθηκες-πώς γυάλιζαν, θυμήσου, μες στα μάτια που σε κοίταζαν πώς έτρεμαν μες στη
φωνή, για σε, θυμήσου, σώμα...*

(αναζήτηση στοιχείων: Δρακωνάκη Αθηνά)



Επίσκεψη στο εργαστήρι Θεατρικού παιχνιδιού, «Μαρουλίτα»

Ανασκόπηση...



“ Λοιπόν ας πούμε μερικά πράγματα που δουλέψαμε κατά τη διάρκεια του πρώτου τετραμήνου, που βρίσκεται προς το τέλος του. - Είχαμε μιλήσει για τη δύναμη του γέλιου.

Πόσο σημαντικό είναι να εκφράζεσαι, να μπορείς να χαμογελάς και να περιμένεις από τον άλλον κάτι θετικό.

-Παίξαμε το παιχνίδι «αγαλαματάκια ακούνητα» και επιχειρούσαμε να

αποκωδικοποιήσουμε την εικόνα που είχαμε σε μια μόνο στιγμή. "Αγαλαματοποιούσαμε" μια ομάδα κατά την διάρκεια του μαθήματος και προσπαθούσαμε να δούμε τι μπορεί να εκφράζει ο κάθε ένας μας. Έπειτα τους ρωτούσαμε "αν πέσαμε μέσα".

-Διερευνήσαμε κατά ομάδες θέματα όπως η γλώσσα του σώματος στην Τέχνη, την Πολιτική, το Χορό, το τελετουργικό της εκκλησίας, τη λαϊκή σοφία (π.χ παροιμίες), τα κόμικς και άλλα.



-Αργότερα επιχειρήσαμε πιο ειδικά να μπούμε στο κομμάτι των συναισθημάτων, στο οποίο βοήθησε πολύ η συνάντησή μας με τον κύριο Βέργο. Δηλαδή δώσαμε συναισθήματα και οι άλλοι προσπάθησαν να τα αποκωδικοποιήσουν. Μάλιστα στη συνάντηση αυτή ως ηθοποιός ο κ. Βέργος προσπάθησε να μας εξηγήσει πως το σώμα μιλάει στο θέατρο αλλά και στην τηλεόραση. Χαρακτηριστικό ήταν ότι πρώτα προσπαθούν να στήσουν τους ηθοποιούς και μετά να μάθουν το ρόλο

τους. Επίσης δουλέψαμε λίγο με την παντομίμα, που κατεξοχήν εκφράζεται με τη γλώσσα του σώματος και ελάχιστα η καθόλου με την λεκτική επικοινωνία-επαφή

Το θεατροπαιγνίδο... τροφή για την ψυχή και το σώμα!!!



Μαρουλίτα: " «Πράγματι οι ηθοποιοί χρειάζεται πρώτα να ει
και μετά με τη γλώσσα. Το σώμα αν δεν νιώθει αυτό το οποίο κάνει, δεν μπορεί να το εκφράσει. Και το πρόβλημα που υπάρχει γενικότερα σήμερα και στα παιδιά και στους νέους είναι ότι δεν έχουν τη δυνατότητα να νιώθουν. Τα παιδιά που είναι εδώ περά θέλουν να νιώθουν πράγματα. Ωστόσο υπάρχουν απαγορεύσεις, δεν ξέρουν πως να τα νιώσουν. Δεν νιώθουν

πράγματα που θα έπρεπε να νιώσουν και δεν νιώθουν γιατί είναι αποκομμένα από τη φύση. Είναι σπίτι-σχολείο, σχολείο-σπίτι. Τώρα μιλάω για σας στο γ' πρόσωπο, αυτά τα ξέρετε καλύτερα από εμάς αλλά σε σχέση με αυτό που είπε η καθηγήτρια σας είναι έτσι. Η κίνηση του σώματος έχει μεγάλη σημασία, αλλά εμάς δεν μας ενδιαφέρει τόσο ο ηθοποιός. Το θεατρικό παιχνίδι δανείζεται την τέχνη του θεάτρου, που είναι η ύψιστη τέχνη. Η τέχνη του θεάτρου είναι η τέχνη όλων των τεχνών. Εμπεριέχει όλες τις τέχνες όπως κίνηση και λόγο. Δανείζεται λοιπόν αυτή τη τέχνη και την συνδέει μαζί με το παιχνίδι.

Ο άνθρωπος είναι ένα παιγνιώδες ον, αρχέγονο. Όποτε δίνει τη δυνατότητα στον άνθρωπο να παίζει και να χρησιμοποιεί την τέχνη του θεάτρου, που η τέχνη του θεάτρου δεν είναι τίποτα άλλο από την ανάγκη του να κάνει θέατρο στον εσωτερικό του κόσμο. Δηλαδή, ο άνθρωπος θέλει, έχει ανάγκη, από χιλιάδες χρόνια πριν να εκφραστεί και να βγάλει αυτό που έχει μέσα του, να το βγάλει προς τα έξω με την βοήθεια του θεάτρου, με τη βοήθεια των ρόλων. Εμείς τώρα όλοι και εγώ αυτή την στιγμή παίζουμε ένα ρόλο, όλοι έχουμε ένα ρόλο αυτή τη στιγμή. Γενικά, ο κάθε άνθρωπος παίζει χιλιάδες ρόλους. Υπάρχουν πάρα πολλοί που προσπαθούν να παίξουν, οι ηθοποιοί - όπως είπε και η κύρια Ειρήνη- που προσπαθούν να παίξουν ένα ρόλο και μπορεί να είναι τέλεια η τεχνική, να έχουν κάνει άπειρες πρόβες αλλά να μην έχουν συναίσθημα. Είτε κάνουν την κίνηση είτε δεν την κάνουν, αν δεν την νιώθουν, δεν πετυχαίνουν. Απεναντίας, αν νιώθουν αυτό που κάνουν και χωρίς πρόβα, μπορεί να το νιώσει το κοινό.



Αυτό είναι το θεατρικό παιχνίδι, καλεί τα παιδιά και τους μεγάλους να νιώσουν αυτό που κάνουν και δεν χρειάζεται να έχουν κάνει πρόβες. Και τι γίνεται τώρα, όταν νιώσεις αυτό που κάνεις; Θα το κάνεις καλά. Επειδή εγώ ήμουν ένα παιδί δυσλεκτικό, είχα πρόβλημα στο να κάνω πράγματα. Το μόνο που με έσωσε και με σώζει ακόμα όταν κάνω κάτι είναι το να το νιώσω και



τότε το μαθαίνω. Την ώρα δηλαδή που γίνεται αυτό, να το αισθάνομαι. Μόνο όταν αισθάνομαι κάτι, το μαθαίνω. Όταν μου έλεγε ο καθηγητής "Ένα και ένα ίσον δυο", δεν το καταλάβαινα, δεν μπορούσα να το καταλάβω. Και αυτό είναι ένα πρόβλημα του καιρού μας, πολλά παιδιά έχουνε αυτό το πρόβλημα. Εσείς που το ζείτε, φαντάζομαι ότι υπάρχει αυτή η

δυσκολία στους μαθητές».

Κυρία Καλαϊτζάκη: Ναι, και μάλιστα δεν το καταλαβαίνουν πολύ νωρίς. Έρχονται στις λυκειακές τάξεις και εκεί διαπιστώνουν ότι το



πρόβλημα είναι τελικά βιωματικό. Και έτσι φτάνουν στο τέλος να έχουν αρνητικά αποτελέσματα.

Μαρουλίτα: Επίσης αυτό που θα ήθελα να πω σε σχέση με το θέατρο είναι ότι αυτή τη στιγμή που μιλάμε παίζουμε ένα ρόλο ή και πολλούς όπως σας είπα πριν. Στην πραγματικότητα παίζονται ταυτόχρονα 7 δισεκατομμύρια ρολοι-7 δισεκατομμύρια έργα. Και καλά ποιος παίζει 7 δις. έργα την ίδια στιγμή όλο τον κόσμο και με ποιους ηθοποιούς παίζονται τόσα πολλά έργα; Η απάντηση είναι ότι 7 δις. έργα παίζονται ταυτόχρονα και μόνο με 5 ηθοποιούς. Οι 5 ηθοποιοί που καθορίζουν αυτά τα έργα είναι οι 5 αισθήσεις.

Οι πέντε αισθήσεις καθορίζουν αυτό που κάνουμε, αυτό που νιώθουμε, αυτό που είμαστε. Για παράδειγμα, η αίσθηση της όσφρησης, όταν μυρίζεις κάποιον και νιώσεις καλά μαζί του είναι ο μόνος τρόπος, ο πιο αλάνθαστος να διαγνώσεις ότι αυτό είναι το ταίρι σου και ότι μπορείς να ταιριάξεις μαζί του. Δεν είναι τυχαίο που συμβαίνει αυτό. Όταν η όσφρηση μεταξύ δύο ανθρώπων είναι καλή, τότε μπορούν να συζητήσουν χωρίς να υπάρχει κανένα πρόβλημα. Αυτό ενδιαφέρει όλους. Επίσης, η αίσθηση της όρασης, όταν μπορείς να καταλάβεις, να δεις τι λένε τα μάτια ενός ανθρώπου μπορείς να καταλάβεις τι υπάρχει μέσα στην ψυχή του. Η ψυχή είναι ένα πράγμα που ανεβαίνει-ανεβαίνει-ανεβαίνει και βγαίνει πρώτα από τα μάτια. Αν μπορείς δηλαδή κοιτώντας τα μάτια να καταλάβεις κάποια πράγματα, να καταλάβεις από το πόσο ακτινοβολούν τα μάτια και το βάθος που έχουν. Βέβαια αυτό απαιτεί δουλειά για να το νιώσεις. Δεν είναι τυχαίο ότι από την όσφρηση και την όραση μπορείς να κάνεις πολλά πράγματα. Κάτι άλλο...το αυτί και η αίσθηση της ακοής. Το αυτί είναι ένα από το πιο σεξουαλικά σημεία-όργανα στο ανθρώπινο σώμα. Μοιάζει σαν μισή καρδιά. Το σχήμα του αυτιού είναι επίσης ίδιο με το σχήμα του εμβρύου. Έχει δηλαδή άμεση σχέση με το DNA, με την γέννηση του ανθρώπου, με την ακρόαση. **Μην αγνοείτε λοιπόν τις αισθήσεις σας. Ψάξτε το λίγο παραπάνω, σκεφτείτε το, διαβάστε κάτι παραπάνω. Γιατί απ' αυτό ο άνθρωπος καθορίζει παρά πολλά πράγματα για τον εαυτό του.**

Κυρία Καλαϊτζάκη: Έχετε διαβάσει από το Σολωμό ένα στοίχο που λέει ότι τα μάτια είναι ο καθρέπτης της ψυχής μας. Άρα επιβεβαιώνουμε αυτό που ακούστηκε πριν λίγο. Νομίζω ότι και κάποια στιγμή που μελετήσαμε στο project τη μαντινάδα, την ποίηση, την παντομίμα, είδαμε ότι το θέμα της βλεμματικής επαφής είναι παρά πολύ σημαντικό. Μάλιστα είδαμε πολλές μαντινάδες με ερωτικό περιεχόμενο, κυρίως που εστίαζαν στο βλέμμα.

Μαρουλίτα: Αν κάποιος έχει ασχοληθεί με το σώμα μπορεί να καταλάβει ακριβώς τι αισθανόμαστε. Λίγο να δεις ένα μικρό καταλαβαίνεις τι νιώθει, τι αισθάνεται και το καταλαβαίνεις βεβαία και στους ενήλικες που είναι πιο υποψιασμένοι. Καταλαβαίνεις πως μπορούν να σου πουν ψέματα. Είναι πολύ σημαντικό να ξέρεις τι σημαίνουν τα μηνύματα του σώματος. **Όμως πρέπει πρώτα να κατανοείς το δικό σου σώμα.** Μόνο όταν γίνει αυτό, όλα τα άλλα θα είναι εύκολα.

Κυρία Καλαϊτζάκη: Με τις αισθήσεις εγώ θα ήθελα να ρωτήσω με τον ενήλικα τι γίνεται;

Μαρουλίτα: Δεν αλλάζει τίποτα. **Οι 5 αισθήσεις είναι τα 5 δώρα από την φύση σαν προίκα μαζί με την περιέργεια και την παρατήρηση.** Όταν ένας άνθρωπος είναι περίεργος και

παρατηρητικός, αυτό είναι ευφυΐα και τίποτα παραπάνω. Μετά τα 3 χρόνια της γέννησης, σιγά-σιγά ο άνθρωπος τα χάνει ή τα έχει σταθερά είτε τα αυξάνει. Το θεατρικό παιχνίδι τώρα βοηθάει το παιδί και τον ενήλικα φυσικά μαζί με τις αισθήσεις να κάνει τα πάντα, βοηθάει λοιπόν να έχεις τις αισθήσεις ή να κοιμούνται ή να εξαφανίζονται. Δηλαδή δεν παίζει ρόλο αν είσαι ενήλικας αλλά σε τι περιβάλλον ζεις και κατά πόσο λειτουργείς αυτά τα στοιχεία. Ένας παραγοντας που βοηθά τις πέντε αισθήσεις να μην χαθούν είναι η φύση. Πόσο πιο κοντά στη φύση ζεις και πόσο μεγαλύτερη επαφή έχεις με αυτή. Να κυνηγάτε τις βόλτες στην φύση όσο μπορείτε να παίρνετε τα φιλαράκια σας. Το να κάθεστε σε ένα παγκάκι και να κοιτάτε τα φύλλα προς τα κάτω, είναι πολύ σημαντικό.

Για να επανέλθουμε στο προηγούμενο, οι πέντε αισθήσεις δεν έχουν να κάνουν με το αν είσαι ενήλικας ή αν είσαι έφηβος · παίζει ρόλο η προσωπικότητα που έχεις, ο περίγυρος που έχεις. Και όσον αφορά τους εφήβους που είπαμε πριν που δεν ξέρουν που να βάλουν το σώμα τους, αυτό συμβαίνει και στους ενήλικες. Στους εφήβους ίσως λίγο παραπάνω. Νιώθεις πάντα ένα μπάχαλο μέσα σου, δεν μπορείς να μαζέψεις τα κομμάτια σου. Πανικός. Ένας καλός τρόπος για να μπορέσεις να αντιμετωπίσεις όλα αυτά είναι να κατανοήσεις το σώμα σου. Πράγματα που τώρα δεν τα καταλαβαίνετε και λέτε ότι δεν είναι τίποτα, θα δείτε ότι μετά από καιρό είτε μεγάλο είτε μικρό χρονικό διαστήματα θα τα καταλάβετε. Όπως τώρα με το project σας.

Το βασικότερο πράγμα για να αντιμετωπίσεις την αλλαγή που συμβαίνει μέσα σου είναι να κατανοήσεις το σώμα σου και να καταλάβεις τι συμβαίνει σ' αυτό σημαίνει κέντρο βάρους. Το κέντρο βάρους είναι μια νοητή γραμμή. Είναι μια ενεργεία που έρχεται από το σύμπαν. Έρχεται από ψηλά και φέρνει στον εγκέφαλο και καταλήγει να χωρίζει το σώμα στα δυο. Μια γραμμή, όπου έρχεται από ψηλά και διχοτομεί το σώμα. Αυτή η γραμμή υπάρχει σ' όλα τα σώματα. Όταν λοιπόν μπορούμε να ελέγχουμε το κέντρο βάρους την ώρα που κινούμαστε, **το κέντρο βάρους μας κρατεί σε μια ευθεία γραμμή, όπου βρίσκεται πνεύμα, νους και σώμα.** Αυτά τα τρία πράγματα πρέπει να τα κρατάμε μαζί αρμονικά και αυτό είναι πολύ δύσκολο. Όταν μπορέσει ο άνθρωπος αυτά τα τρία πράγματα να τα έχει σε μια σειρά, να είναι στοιχισμένα, να είναι τρία σε ένα, δηλαδή αν έχουν ισορροπία, τότε είναι όλα καλά, τότε νιώθουμε χαρά. Κάθε στιγμή έχεις μια απάντηση για το οτιδήποτε να δώσεις. Όλο αυτό σου δίνει μια αυτοπεποίθηση. Σε κάνει να νιώθεις πολύ όμορφα. Οπότε ένα άλλο στοιχείο εκτός από τις πέντε αισθήσεις είναι το κέντρο βάρους που αποτελείται από το νου, το πνεύμα και το σώμα. Για να τα φέρεις αυτά τα τρία σε αρμονία, πρέπει ό,τι κάνεις στη ζωή σου να αφοσιώνεσαι σ' αυτό. **Όταν αφοσιωνόμαστε σ' αυτό που κάνουμε ψύχη και σώματι, όπως λένε, αυτό δημιουργεί μια ισορροπία** και δεν είναι το μυαλό σου εδώ, το σώμα σου αλλού, και το πνεύμα σου εκεί. Συνήθως έτσι γίνεται, σ' όλους μας συμβαίνει αυτό.



Κα Καλαιτζάκη: " Μήπως να δώσουμε ιδιαίτερη έμφαση στη σχέση του ανθρώπου με τη φύση · και δεύτερον να πουν και τα παιδιά και εσείς για το γεγονός ότι σήμερα το μεγαλύτερο μέρος της ώρας σας, εάν δεν είστε σχολείο, θα είστε μπροστά από ένα υπολογιστή. Σε αυτές τις κοινωνικές δικτυακές ομάδες για παράδειγμα, η οπτική επαφή έχει χαθεί - αυτό που λέμε

άγγιγμα, χαίδεμα στα μαλλιά, είδα τα μάτια της και είναι μπλε."

Μαρουλίτα: "Μπορείς να ερωτευτείς από το ιντερνέτ;"

Κύριος: " Το να αρχίσεις να νιώθεις πράγματα από το ιντερνέτ είναι επικίνδυνο."

Κα Καλαιτζάκη: " Ωστόσο αυτό για τους νέους είναι προτιμότερο"

Μαρουλίτα: " Ξέρετε τι έχω καταλάβει ότι φοβούνται πλέον οι νέοι να ερωτευτούν. Ενώ από το ιντερνέτ είναι πιο γρήγορο, είναι πιο εντάξει, δηλαδή θα πεις πάμε για αλλά, που λέτε. Ο διάλογος αυτός, η επαφή έχει χαθεί με το ιντερνέτ. Από κοντά νιώθεις αυτή την αμηχανία, ανατριχιάζεις. Από κοντά υπάρχει και άγχος γιατί λες κάτι αλλά μετά δεν ξέρεις τι θα πάρεις ως απάντηση. Είναι πιο δύσκολο. Αν δεχτείς μια χυλοπίτα από το διαδίκτυο, μπορείς και να κλείσεις τον υπολογιστή και όλα καλά. Αν σου πει πρόσωπο με πρόσωπο το «όχι» , δεν ξέρεις πώς να αντιδράσεις. Κι όμως η ζωή δεν είναι αυτό το κουμπί και έφυγες.

Και να σας πω και κάτι άλλο, η ζωή δεν είναι τίποτα άλλο, τίποτα παραπάνω από ερώτα, δηλαδή οργόνη. Η οργόνη είναι μια ουσία στον οργανισμό, η οποία διαχέεται. Αυτή η ουσία είναι που μας καθορίζει, καθορίζει όλους τους ανθρώπους. Αυτή βγαίνει είτε με τη σαρκική επαφή, που είναι το σεξ ως πούμε, είτε με την δημιουργική απασχόληση. Όταν ένας άνθρωπος δημιουργεί κάτι, είναι σε πλήρη κατάσταση, νιώθει χαρά, νιώθει αυτό το πράγμα. Ότι για τον άνθρωπο είναι δημιουργία παράγει οργόνη.

Και ξαναπάμε στο ιντερνέτ...πώς θα παράγει αυτή την ορμόνη και πώς θα δώσει αυτή την αίσθηση για όλο αυτό, αν κάθεται σε μια καρέκλα, τι ποσοστά ορμόνης μπορείς να παράγεις την ώρα που θα γίνεται κάποιος απλός διάλογος. Έτσι νιώθεις; Δεν ξέρω αν νιώθεις. Αυτή η σχέση, πνεύμα , ψύχη δεν καλλιεργείται.

Κα Καλαιτζάκη: (προς τα παιδιά)"Να ρωτήσω, θεωρείτε ότι αυτή η επικοινωνία από το ιντερνέτ σας εκφράζει ή είναι πιο εύκολο, ή μήπως είναι μόδα;

Παιδιά: "Είναι πιο εύκολη, παρά πρόσωπο με πρόσωπο. Όπως είπαμε δεν είναι θέμα συνήθειας. Αλλιώς θα εκφραστείς από κοντά και αλλιώς από το ιντερνέτ"

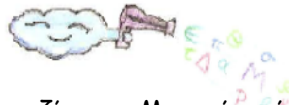
Μαρουλίτα: "Δεν είναι τόσο η μόδα. Είναι απλά πρακτικό. Εμείς οι μεγάλοι το βλέπουμε σα μόδα. Αυτό ακριβώς δεν είναι μόνο μόδα. Αυτή η αναπαράσταση γίνεται για να μπορέσει ο άνθρωπος να βγει προς τα έξω και να ελευθερωθεί. Την ώρα που κάνω θεατρικό παιχνίδι νιώθω ότι εξιλεώνομαι, ότι αδειάζω, ότι γίνομαι άλλος άνθρωπος γιατί κανένας δεν μπορεί να μου πει ότι: " Αυτό το έκανες σωστό" ή "Αυτό το έκανες λάθος." Δεν είναι όπως το θέατρο. Στο θέατρο έχεις το ρόλο σου, έχεις τον σεναριογράφο και σου λέει: " Έτσι θα κουνήσεις το χέρι σου και έτσι το πόδι σου, είσαι κατευθυνόμενος, δεν μπορείς να νιώσεις τη χαρά που λέγαμε πριν.

Ένα συναίσθημα πολύ βασικό για τον άνθρωπο είναι η χαρά. Είναι πολύ ευχάριστο να αισθάνεσαι χαρά. Η χαρά, που είναι ένα από τα βασικότερα συναισθήματα, φαίνεται μέχρι και από την πλάτη. Με την πλάτη ο άνθρωπος μπορεί να πει απίστευτα πράγματα, ενώ όλοι νομίζουν ότι το πρόσωπο και τα μάτια είναι πολύ βασικά στοιχεία. **Όλο το σώμα συμβάλλει στην χαρά. Γιατί η χαρά είναι κάτι, φανταστείτε την σαν ένα σωληνάκι που υπάρχει στον εγκέφαλο και διαχέει ένα υγρό σε όλο τον εγκέφαλο και πηγαίνει σε όλο το σώμα.** Υπάρχουν

νευροδιαβιβαστές που αυτό το υγρό που δημιουργείται από τη χαρά το διανέμει σε όλο το σώμα. Ακόμα και τα δάκτυλα, τα πάντα, μπορούν να βγάλουν τη χαρά και είναι πάρα πολύ σημαντικό να έχουμε την ευκαιρία να χαιρόμαστε.

Ο άνθρωπος λοιπόν μέσα από το παιχνίδι χαίρεται, μέσα από τη μίμηση χαίρεται, με την ευκαιρία να μιμηθεί αυτά που νιώθει. Κάποια στιγμή είδα παιδιά που γελούσαν, αυτό το γέλιο ήταν τόσο αληθινό. Αυτή ήταν η μαγεία του θεατρικού παιχνιδιού, γιατί σου δίνει τη δυνατότητα να γνωρίζεις το σώμα σου και να μπορείς να το κινήσεις. Χωρίς να έχεις τους λογοκριτές, οι όποιοι λογοκριτές δεν είναι μόνο οι γύρω σου, είσαι και εσύ. Έχουμε και μέσα μας λογοκριτές. Φανταστείτε λοιπόν με τόσους λογοκριτές πώς να νιώσουμε.

Βιωματικό μέρος.



Ήταν πολύ όμορφο αυτό που έζησα μαζί σας. Μπορεί εγώ να μην ήμουν πάνω αλλά πιστέψτε με ήμουν. Κάνεις κάτι για σένα για να νιώσεις εσύ όμορφα και επίσης να πω κάτι τελευταίο ίσως πρέπει να ξανασυναντηθούμε γιατί έχουμε πολλά να μοιραστούμε, έτσι αισθάνομαι. Κάτι άλλο πολύ σημαντικό, που θα σας το λένε και οι καθηγητές σας είναι η έννοια της ομάδας. **Ως μονάδα ο άνθρωπος, μονός του δεν μπορεί να κάνει τίποτα σε αυτή τη ζωή.** Ενώ, είδατε τώρα πόσα πράγματα έγιναν στην ομάδα του χειμώνα, της βροχής ή του Αη-Βασίλη. Αν δεν υπήρχε αυτή η δυνατότητα της σύμπλευσης ως ομάδας, δεν θα μπορούσατε να νιώσετε πράγματα. Δηλαδή μονός του ο καθένας δεν θα μπορούσε να βγάλει αυτό το συναίσθημα. Ο ένας χρειάζεται τον άλλον. Είναι πολύ σημαντικό αυτό, το ότι μπορούμε να δημιουργούμε σαν ομάδα. Εσείς βεβαίως γνωρίζετε μεταξύ σας, είσατε συμμαθητές και αυτό ίσως βοήθησε, αλλά είναι πολύ σημαντικό να μπορείς να ανοίγεις μέσα σε μια ομάδα, να την θεωρείς δική σου και μην φοβάσαι να εκτίθεται. Και να μην ξεχνάμε ότι ως άνθρωποι που είμαστε έχουμε ανάγκη τον συνάνθρωπο να ανήκουμε σε ένα κοινωνικό σύνολο. Γιατί ως μονάδα δεν μπορούμε να κάνουμε τίποτα. Η κυρία Ειρήνη αν θα ήθελε να πει κάτι...

Κα Καλαιτζάκη: " Επειδή δεν ξέρουμε ακόμα πόσες συναντήσεις έχουμε, μπορεί να είναι μια-δυο και μετά περνάμε στο τελευταίο στάδιο, που είναι η παρουσίαση, θέλω λίγο να δω κατά ποσό από αυτή τη διαδικασία των συναντήσεων μας, μάθατε ότι είναι **αναγκαίο να επικοινωνούμε με το σώμα.**

-Αυτό το καιρό παρατηρείτε το σώμα, πως εκφράζεται ή το παρατηρείτε στους άλλους;

-Έχετε βγάλει συμπεράσματα αυτοπαρατήρησης ή ετεροπαρατήρησης; Με ενδιαφέρει να το ακούσω αυτό.

Παιδί : "Ας πούμε, πριν μπούμε στο μάθημα αυτό, όταν μιλούσα με κάποιον και έπαιζε με τα χέρια του, δεν έδινε και τόση μεγάλη σημασία. Ενώ τώρα που ξέρω ότι αυτό με τα χέρια κάτι σημαίνει, προσπαθώ από μονή μου να το δω. Τώρα προσπαθώ να μάθω.

Κα Καλαιτζάκη: " Τώρα αφήνετε τον εαυτό σας να εκφραστεί με το σώμα ή σφίγγεστε επειδή υποψιάζεστε ότι ο άλλος προσέχει το σώμα;

Παιδιά: " Το δεύτερο."

Μαρουλίτα: " Αυτό είναι ένα στάδιο που θα περάσουν για να κατανοήσουν, δλδ. να ενοχοποιήσουν το σώμα τους. Αν δεν περάσουν από αυτό το στάδιο, δεν γίνεται δουλειά. Τώρα είναι στη φάση της συνειδητοποίησης. Αν δεν είχαν αυτήν την ευκαιρία δεν θα το καταλάβαιναν ότι έχουν ένα τόσο σπουδαίο εργαλείο που λέγεται σώμα. Και μετά θα αρχίσουν να το μαθαίνουν.

Όταν βλέπεις τους άλλους βλέπεις τον εαυτό σου. Οι άλλοι είναι ο καθρέπτης σου. Τελικά είναι πολύ απλό ο καθρέπτης. Ο καθρέπτης είναι...θα το πω με παράδειγμα, εγώ βλέπω εσένα που κάθεσαι έτσι, σου μιλάω...από τον τρόπο που κάθεσαι και με κοιτάς και βαριέσαι, εγώ καταλαβαίνω από το βλέμμα σου σαν να είσαι ο καθρέπτης μου ότι αυτ

ά που λέω είναι μπουρδες ή δεν σε ενδιαφέρουν για αυτό το λόγο βαριέσαι. Αυτό σημαίνει καθρέπτης. Ότι δλδ. από την συμπεριφορά του αλλού βλέπω τον εαυτό μου. Όταν νοιώθουμε



χαρά και έχουμε αυτοπεποίθηση, αυτό φαίνεται, βγαίνει από το πρόσωπο, βγαίνει από την κίνηση, αυτό είναι θετική διάθεση, αυτοπεποίθηση. Είναι αυτό που λέμε ότι φέγγει το πρόσωπο σου, ότι ακτινοβολείς. Μπορεί να είσαι ατημέλητος, μπορεί να έχεις παχύνει αυτό που νιώθεις εκπέμπεται. Και ο άλλος το λαμβάνει και από τον άλλο βλέπεις μετά τον καθρέπτη, λες «Απ, έτσι είναι».

Πραγματικότητα λοιπόν είναι αυτό που θα μου δείξει ο διπλανός μου. Αν ο άλλος σε αντιμετωπίσει «κάπως», σημαίνει ότι εσύ το έχεις δημιουργήσει αυτό. Δεν έχει ο άλλος τη διάθεση να σου φερθεί έτσι. Οπότε όταν βλέπετε ότι οι άλλοι σας αντιμετωπίζουν κάπως που δεν σας αρέσει, λίγο σκεφτείτε το, σκεφτείτε πως θα σας βοηθήσει το σώμα σας να το αλλάξετε αυτό.



Κα Καλαιτζάκη: "Μια τεχνική που χρησιμοποιούν οι επικοινωνιολόγοι είναι ότι πρέπει να απεγκλωβίσουμε τα χέρια, να κάνουμε τον συνομιλητή μας να αφήσει τα χέρια του κάτω"

Μαρουλίτα: " Αυτό είναι κάπου στη μέση, υπάρχουν βιβλία που μπορείτε να τα διαβάσετε με αυτό το θέμα που κάνετε, που είναι πολύ ψαγμένα, έχουν αναλύσει κάποια πράγματα αλλά δεν είναι ακριβή. Δηλαδή αυτά που γράφουν μέσα δεν προσεγγίζουν 100% γιατί η



γλωσσά του σώματος έχει να κάνει με τις πέντε αισθήσεις. Αυτά που γράφουν τα βιβλία είναι πάνω-κάτω έτσι. Επίσης, αλλάζει η γλωσσά του σώματος ανάλογα με τους λαούς. Εάν μπορέσουμε να κατανοήσουμε τι αισθάνεται ο άνθρωπος, μπορούμε να κατανοήσουμε και γιατί αισθάνεται έτσι. Αρκεί να κατανοήσουμε τις πέντε αισθήσεις και τι σχέση έχουν με το σώμα. Είναι άλλο οι πέντε αισθήσεις και άλλο το σώμα; Ή μήπως είναι ένα



πράγμα; Ή μήπως οι πέντε αισθήσεις καθορίζουν ολοκληρωτικά το σώμα και πως κινείται;

Κα Καλαιτζάκη: " Να ρωτήσω ακόμα κάτι σε αυτό που λέγαμε πριν από λίγο. Μετά από αυτά που συζητήσαμε σήμερα και μας έβαλαν νομίζω σε άλλο κλίμα θεωρείτε ότι το πρόβλημα που λένε στην εφηβεία « έχω συμβιβαστεί με το σώμα μου», «είμαι αυτό/αυτή και το εκφράζω» το έχετε δουλέψει λίγο αυτό τον καιρό; Έχετε αισθανθεί να συμβιβάζεστε λίγο παραπάνω με το σώμα και τις αντιδράσεις του; Έχετε εξοικειωθεί με αυτό;

Παιδιά: " Νιώθουμε πιο άνετα, γιατί ξέρουμε πως αντιδράει."
Κα Καλαιτζάκη: "Ειδικά στην εφηβεία το κύριο πρόβλημα ξεκινάει από το πρόβλημα συμβιβασμού με τον εαυτό μου και με τους άλλους, σαν εικόνες πρώτα. Και αν συμβιβαστώ με αυτό που είμαι και το υποστηρίξω, θα είμαι πολύ καλύτερα. Το αισθάνεστε αυτό καθόλου;"

Μαρουλίτα: " Να πω κάτι σε σχέση με αυτό που λέτε τώρα. Έχετε νιώσει ποτέ ποσό μοναχικό είναι το σώμα; Έχετε σκεφτεί ποτέ αυτό το σώμα ποσό ανάγκη έχει από ένα χάδι; Ξέρετε ποσό μοναξιά, ποσό απέραντη μοναξιά νιώθει αυτό το σώμα; Αλήθεια έχετε χαϊδέψει ποτέ το σώμα σας; Φτάνεις στο σημείο να πονέσεις για να δώσεις ένα χάδι. Αλλιώς περιμένεις τον άλλο, περιμένεις τον φίλο σου. Όταν χτυπήσεις στην μέση, το σώμα θυμάται τον πόνο. Είναι το ίδιο πράγμα με το άγγιγμα. Το σώμα έχει ανάγκη κάποιος να το αγγίξει. Το σώμα, φανταστείτε ότι είναι ένας ζωντανός οργανισμός ο οποίος έχει ανάγκη να νιώσει το αυτό το άγγιγμα. Εγώ το κάνω παρά πολλές φορές, όταν νιώθω μοναξιά, που εγώ είμαι πολύ της αφής, πολλές φορές αγγίζω το σώμα μου και νιώθω πολύ καλά. Με κάνει να μαθαίνω το σώμα μου και δεν το αφήνω να νιώθει μοναξιά, δεν το αφήνω να νιώθει ότι το παραμελώ και όχι άπλα δεν ντρέπομαι που αγγίζω το σώμα μου, θεωρώ ότι όπως έχουμε ανάγκη από φαγητό έτσι χρειαζόμαστε και το χάδι. Είναι πολύ σημαντικό να αγγίζουμε το σώμα μας. Ποιος περιμένεις να στο αγγίξει; αφού σε αυτή τη ζωή μονός σου είσαι, μονός σου ήρθες και μονός σου θα φύγεις. Τι περιμένεις; Χαϊδεύοντας τον εαυτό μου, μπορώ να κατανοήσω το σώμα μου, να δω που πονώ, να πιάσω τα ψωμάκια μου, να πιάσω εδώ το πόδι μου που έχω ένα σημάδι, να χαϊδέψω, να του μιλήσω. Μέσα από αυτό μπορείς να έρθεις κοντά με το σώμα σου και να το κατανοήσεις, να συμβιβαστείς μαζί του. Να το αγαπήσεις. Αν δεν του δώσεις αγάπη πως θα το κάνει ο άλλος.

Κα Καλαιτζάκη: " Δεν μπορείς να το υποστηρίξεις. Αρά το ηθικό δίδαγμα είναι να υποστηρίζετε το σώμα σας, να συμβιβαστείτε με αυτό, να το εκφράζετε. Θεωρώ ότι πήραμε παρά πολύ ενδιαφέροντα πράγματα σήμερα.

Μαρουλίτα: " Και εγώ ένιωσα πολύ όμορφα με την παρέα σας.

Κα Καλαιτζάκη: " Να χειροκροτήσουμε και να ευχαριστήσουμε την Μαρουλίτα

Απομαγνητοφώνηση: Καβρού Κατερίνα, Μπουμάκη Αγγελική

Έλα και γέλα ...

Οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν το δικό τους τρόπο για να ερμηνεύσουν ένα χαμόγελο. Όμως πολλές φορές αρκετοί από μας μπορούν να ερμηνεύσουν αλλιώς το κάθε χαμόγελο, που μπορεί να κρύβει ένα λεκτικό μήνυμα. Βέβαια το χαμόγελο είναι έκφραση του προσώπου μας και κατατάσσεται στα μη-λεκτικά στοιχεία-μηνύματα. Είναι ξεχωριστό και κάθε φορά διαφορετικό, πράγμα που εξαρτάται όχι μόνο από τον πομπό και το δέκτη αλλά και από το περιβάλλον στο οποίο βρίσκονται.

Οι πρώτες καταγεγραμμένες μελέτες πάνω στο χαμόγελο έγιναν στις αρχές του 19^{ου} αιώνα από τον Γάλλο επιστήμονα Γκιγιόμ Ντισέν ντε Μπουλόν, ο οποίος χρησιμοποίησε ηλεκτροδιαγνωστικά όργανα και ηλεκτρικούς ερεθισμούς για να διακρίνει ανάμεσα στο χαμόγελο της πραγματικής απόλαυσης και σε άλλα είδη χαμόγελων. Αξιοσημείωτο είναι ότι εξέτασε τα κεφάλια ατόμων που είχαν εκτελεστεί στη λαιμητόμο για να μελετήσει με ποιον τρόπο λειτουργούσαν οι μύες του προσώπου.

Ειδικότερα ανακάλυψε ότι τα χαμόγελα ελέγχονται από δύο ομάδες μυών: **τους μείζονες ζυγωματικούς μυς**, οι οποίοι διατρέχουν τα πλάγια του προσώπου και συνδέονται με τις γωνίες του στόματος και **τους σφιγκτήρες των βλεφάρων**, που τραβούν τα μάτια προς τα πίσω. Οι μείζονες ζυγωματικοί τραβούν το στόμα πίσω για να αποκαλύψουν τα δόντια και να μεγεθύνουν τα μάγουλα και ελέγχονται συνειδητά. Χρησιμοποιούνται για να δημιουργήσουν ψεύτικα χαμόγελα ή προσποιητή απόλαυση σε μια προσπάθεια να φάνει κάποιος φιλικός ή δεκτικός. Οι σφιγκτήρες των βλεφάρων κάνουν τα μάτια να μισοκλείνουν και δημιουργούν τις ρυτίδες στις γωνίες τους. Μάλιστα ενεργούν ανεξάρτητα και αποκαλύπτουν τα αληθινά συναισθήματα ενός αυθεντικού χαμόγελου. Έτσι, το πρώτο που πρέπει να αναζητήσετε για να εξακριβώσετε την ειλικρίνεια ενός χαμόγελου είναι οι ρυτίδες δίπλα στα μάτια.



ΑΠΟ ΠΟΥ ΠΡΟΕΡΧΕΤΑΙ ΤΟ ΧΑΜΟΓΕΛΟ :

Το χαμόγελο είναι έμφυτο. Κλαίμε μόλις γεννηθούμε και αρχίζουμε να



χαμογελάμε σε ηλικία πέντε εβδομάδων. Βέβαια το γέλιο ξεκινά ανάμεσα στο τέταρτο και πέμπτο μήνα. Το πρώτο χαμόγελο ενός βρέφους μοιάζει με «κενό περιεχομένου». Όμως το χαμόγελο αυτό βοηθάει στη συναισθηματική σύνδεση του μωρού με τους γονείς.



ΕΙΔΗ ΧΑΜΟΓΕΛΟΥ

Το φυσικό χαμόγελο



Ένα φυσικό χαμόγελο δημιουργεί ρυτίδες γύρω από τα μάτια (οι ανειλικρινείς άνθρωποι χαμογελούν μόνο με το στόμα). Βγαίνει μέσα από την καρδιά μας και εκφράζει πραγματική χαρά για κάτι. Τα αυθεντικά χαμόγελα προκαλούνται από το ασυνείδητο, πράγμα που σημαίνει πως συμβαίνουν ασυναίσθητα όταν νιώθετε ευχαρίστηση, καθώς σήματα περνούν μέσα από το τμήμα του εγκεφάλου σας που επεξεργάζεται τα συναισθήματα, κάνοντας τους μύς του στόματος σας να κινούνται, τα μάγουλα σας να σηκώνονται, τα μάτια να ζαρώνουν και τα φρύδια σας να χαμηλώνουν ελαφρώς.

Το ψεύτικο (στημένο) χαμόγελο



Θα μπορούσαμε να πούμε, ότι είναι το ακριβώς αντίθετο ενός φυσικού χαμόγελου. Πολλές φορές οι φωτογράφοι σου ζητούν να πεις «τυρί» επειδή αυτή η λέξη τραβά πίσω τους μείζονες ζυγωματικούς μύς. Όμως το αποτέλεσμα είναι ένα ψεύτικο χαμόγελο και μια ανειλικρινής φωτογραφία. Οι ρυτίδες γύρω από τα μάτια ενδεχομένως να εμφανιστούν και σε έντονα ψεύτικα χαμόγελα, ενώ τα μάγουλα μπορεί να ανασηκωθούν, κάνοντας τα μάτια να φαίνονται πως συστέλλονται και το χαμόγελο να μοιάζει αυθεντικό. Όμως υπάρχουν άλλα σημάδια που ξεχωρίζουν αυτά τα χαμόγελα από τα αυθεντικά.



Το χαμόγελο ως ένδειξη υποταγής



Το χαμόγελο και το γέλιο θεωρούνται παγκοσμίως ως ενδείξεις ότι ένα άτομο είναι ευτυχισμένο. Όμως πρόσφατες έρευνες στους πλησιέστερους



συγγενείς μας, - ανάμεσα στα πρωτεύοντα-, τους χιμπατζήδες, απέδειξαν ότι το χαμόγελο εξυπηρετεί έναν ακόμα βαθύτερο και πιο αρχέγονο σκοπό. Λέει σε ένα άλλο άτομο ότι δεν αποτελεί απειλή γι' αυτό και του ζητά να σας αποδεχθεί σε προσωπικό επίπεδο.

Για παράδειγμα, οι χιμπατζήδες έχουν δυο ειδών χαμόγελα : το ένα είναι μια έκφραση κατευνασμού, όταν ένας χιμπατζής δείχνει υποταγή σε κάποιον άλλον ισχυρότερό του, γνωστότερη ονομασία του είναι «πρόσωπο του φόβου». Το άλλο χαμόγελο είναι ένα «παιχνιδιάρικο πρόσωπο», μια έκφραση στην οποία τα δόντια αποκαλύπτονται, οι γωνίες του στόματος και τα μάτια τραβιούνται προς τα πάνω, ενώ το ζώο βγάζει ήχους όμοιους με ανθρώπινο γέλιο. Η έκφραση που αντιστοιχεί σε αυτό το χαμόγελο είναι «Δεν είμαι απειλή για σένα επειδή, όπως βλέπεις, μοιάζω με ένα παιχνιδιάρικο μωρό». Και στις δυο περιπτώσεις τα χαμόγελα αυτά χρησιμοποιούνται ως ένδειξη υποταγής.

Η έλλειψη χαμόγελου εξηγεί για ποιο λόγο πολλά αυταρχικά άτομα, όπως Βλαντιμίρ Πούτιν, ο Τζειμς Κάγκνεϊ, ο Κλιντ Ίστζουντ, η Μαργαρετ Θάτσερ και ο Τσαρλς Μπρόνσον φαίνονται πάντα κατσούφηδες και επιθετικοί, ενώ σπάνια χαμογελάνε - απλώς δεν επιθυμούν να εμφανιστούν με κανέναν τρόπο υποχωρητικοί.



Το χαμόγελο του φόβου

(Για το χαμόγελο του φόβου δεν βρήκα φωτ

Στο χαμόγελο του φόβου παίρνουμε περίπου την ίδια όψη που παίρνει το πρόσωπο στο χαμόγελο της υποταγής. Παραδείγματος χάριν, όταν ένας χιμπατζής φοβάται πως μπορεί να δεχθεί την επίθεση άλλων, οι ζυγωματικοί μύς του προσώπου τραβούν τις γωνίες του στόματος προς τα πίσω, οριζόντια ή προς τα κάτω, ενώ οι σφιγκτήρες των βλεφάρων παραμένουν ακίνητοι. Το ίδιο νευρικό χαμόγελο χρησιμοποιεί και ένας άνθρωπος που μόλις πήγε να διασχίσει έναν πολυσύχναστο δρόμο και παραλίγο να σκοτωθεί από κάποιο λεωφορείο.



Επειδή πρόκειται για αντίδραση φόβου, συνήθως χαμογελά και λέει: «Πω-πω... παραλίγο να σκοτωθώ!»

Το χαμόγελο με σφιγμένα χείλη



Τα χείλη είναι τεντωμένα σφιχτά κατά μήκος του προσώπου δημιουργώντας μια ευθεία γραμμή και τα δόντια είναι κρυμμένα. Στέλνει το μήνυμα ότι αυτός που χαμογελά έχει ένα μυστικό, μια γνώμη ή μια διάθεση που δεν θέλει να μοιραστεί με τους γύρω του. Είναι αγαπημένο χαμόγελο των γυναικών που δεν θέλουν να πουν φανερά πως αντιπαθούν κάποιον, και οι άλλες γυναίκες συνήθως το αντιλαμβάνονται

ως σημάδι απόρριψης. Οι περισσότεροι άνδρες φαίνεται να αγνοούν τη σημασία του. Αυτό το χαμόγελο συναντάται επίσης στα πρόσωπα επιτυχημένων επιχειρηματιών που εμφανίζονται σε φωτογραφίες περιοδικών σαν να λένε: «Έχω το μυστικό της επιτυχίας και εσείς πρέπει να προσπαθήσετε να το μαντέψετε». Στις συνεντεύξεις τους, οι άνθρωποι αυτοί μιλούν για τις αρχές της επιτυχίας, αλλά σπάνια αποκαλύπτουν τις ακριβείς λεπτομέρειες για το πώς πέτυχαν οι ίδιοι.



Το στραβό χαμόγελο



Αυτό το χαμόγελο φανερώνει αντίθετα συναισθήματα σε κάθε πλευρά του προσώπου. Στο δεξιό ημισφαίριο του εγκεφάλου σηκώνεται το αριστερό φρύδι, ο αριστερός ζυγωματικός μυς και το αριστερό μάγουλο για να δημιουργήσει ένα είδος χαμόγελου στην αριστερή πλευρά, ενώ το αριστερό ημισφαίριο τραβά τους ίδιους μυς προς τα κάτω στη δεξιά

πλευρά για να δημιουργήσει ένα αγριεμένο συνοφρύωμα. Αυτό το χαμόγελο εμφανίζεται κυρίως στο δυτικό κόσμο και μπορεί να γίνει μόνο εσκεμμένα,

πράγμα που σημαίνει ότι μπορεί να στείλει μηνύματα όπως σαοκασμό και περιφρόνηση.



Το χαμόγελο με πεσμένο σαγόι



Αυτό είναι ένα χαμόγελο που απαιτεί εξάσκηση και στο οποίο το κάτω σαγόι απλώς πέφτει για να δώσει την εντύπωση πως το πρόσωπο γελά ή έχει εύθυμη διάθεση. Είναι το αγαπημένο χαμόγελο τύπων όπως ο Τζόκερ, ο Μπιλ Κλίντον και ο Χιου Γκράντ, ενώ όλοι το χρησιμοποιούν για να διασκεδάσουν το κοινό τους ή να κερδίσουν περισσότερες ψήφους.



Το χαμόγελο στο χώρο εργασίας



Το χαμόγελο στο χώρο εργασίας έχει πολλές πλευρές. Μπορεί να είναι ένας συνδυασμός όλων των χαμόγελων μαζί. Για παράδειγμα: το Στραβό χαμόγελο για να δείξει κάποιος περιφρόνηση, αλλά και το Φυσικό χαμόγελο για επιβράβευση. Ακόμη μπορεί να είναι χαμόγελο με πεσμένο σαγόι για να εκφράσει προσποιητή ικανοποίηση και τέλος το χαμόγελο της υποταγής για να εκφραστεί φόβος για κάποιον ανώτερο.



ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΣΤΟ ΨΕΥΤΙΚΟ ΧΑΜΟΓΕΛΟ.

Όπως είπαμε, οι περισσότεροι άνθρωποι δεν μπορούν να αναγνωρίσουν συνειδητά τη διαφορά ανάμεσα σε ένα ψεύτικο χαμόγελο και ένα αληθινό. Μάλιστα οι περισσότεροι είμαστε ικανοποιημένοι αν κάποιος απλώς μας χαμογελάσει - είτε στα αλήθεια είτε προσποιητά, επειδή το χαμόγελο είναι μια τόσο αφοπλιστική κίνηση, που οι περισσότεροι λανθασμένα υποθέτουν πως είναι αγαπημένο εργαλείο των ψευτών. Έρευνες του Πολ Έκμαν απέδειξαν ότι οι



άνθρωποι που ψεύδονται εσκεμμένα, ειδικά οι άνδρες, χαμογελούν λιγότερο απ' όσο συνήθως. Ο Έκμαν πιστεύει πως αυτό συμβαίνει επειδή οι ψεύτες καταλαβαίνουν ότι οι περισσότεροι άνθρωποι σχετίζουν το χαμόγελο με το ψέμα και έτσι μειώνουν σκόπιμα τα χαμόγελά τους. Άλλωστε το χαμόγελο ενός ψεύτη εμφανίζεται γρηγορότερα από ένα αυθεντικό χαμόγελο και παραμένει περισσότερη ώρα, λες κι ο ψεύτης φορά μάσκα.

Ένα ψεύτικο χαμόγελο συχνά εμφανίζεται εντονότερα στην μια πλευρά του προσώπου, καθώς και τα δύο ημισφαίρια του εγκεφαλικού φλοιού που ειδικεύεται στις εκφράσεις του προσώπου βρίσκεται στο δεξιό ημισφαίριο και στέλνει σήματα κυρίως στην αριστερή πλευρά του σώματος. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα οι προσπονητές εκφράσεις να είναι πιο τονισμένες στην αριστερή πλευρά του προσώπου παρά στη δεξιά. Σε ένα αληθινό χαμόγελο, και τα δύο ημισφαίρια δίνουν εντολή και στις δύο πλευρές του προσώπου να ενεργήσουν συμμετρικά.



ΧΑΜΟΓΕΛΑΣΤΕ ΕΙΝΑΙ ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΟ!

Το αξιοθαύμαστο με το χαμόγελο είναι ότι όταν το προσφέρετε σε κάποιον, αυτό τον υποχρεώνει να σας το ανταποδώσει, έστω και αν χρησιμοποιήσετε και οι δύο ψεύτικα χαμόγελα.

Ο καθηγητής Ουλφ Ντίμπεργκ του Σουηδικού Πανεπιστημίου της Ουψάλα έκανε ένα πείραμα στο οποίο αποκάλυψε με ποιον τρόπο το ασυνείδητο σας ασκεί άμεσο έλεγχο στους μυς του προσώπου. Χρησιμοποιώντας όργανα τα οποία λαμβάνουν ηλεκτρικά σήματα από τις μυϊκές ίνες, την ώρα που κοιτούσαν φωτογραφίες ευτυχισμένων ή θυμωμένων προσώπων. Τους είχε πει να συνοφρυώνονται, να χαμογελούν ή να παραμένουν ανέκφραστοι, ανάλογα με αυτά που έβλεπαν. Μερικές φορές, η έκφραση που υποχρεώνονταν να επιχειρήσουν ήταν η αντίθετη από εκείνη που έβλεπαν μπροστά τους. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι εθελοντές δεν είχαν πλήρη έλεγχο των μυών του προσώπου τους. Ήταν δηλαδή δύσκολο να χαμογελούν μπροστά στην φωτογραφία ενός θυμωμένου ανθρώπου. Παρόλο που οι εθελοντές προσπαθούσαν συνειδητά να ελέγξουν τις φυσικές τους αντιδράσεις, οι σπασμοί των μυών του προσώπου τους έλεγαν διαφορετική ιστορία - καθρέφτιζαν τις εκφράσεις που έβλεπαν, ακόμη και όταν εκείνοι προσπαθούσαν να το αποφύγουν.

Η καθηγήτρια Ρουθ Κάμπελ του Πανεπιστημίου του Λονδίνου πιστεύει πως υπάρχει ένας «νευρώνας-καθρέφτης» μέσα στον εγκέφαλο, που ενεργοποιεί το τμήμα το οποίο είναι υπεύθυνο για την αναγνώριση προσώπων και εκφράσεων, που προκαλεί μια στιγμιαία, πανομοιότυπη αντίδραση. Με άλλα λόγια, είτε το συνειδητοποιούμε είτε όχι, αυτομάτως αντιγράφουμε τις εκφράσεις των προσώπων που βλέπουμε, ακόμη και αν δεν το θέλουμε.

Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο το χαμόγελο πρέπει να παίζει σημαντικό ρόλο στο ρεπερτόριο της γλώσσας του σώματός σας, ακόμα και αν δεν έχετε διάθεση να χαμογελάσετε, αφού το χαμόγελο επηρεάζει άμεσα την στάση των άλλων ανθρώπων και τον τρόπο που αντιδρούν απέναντί σας. Η επιστήμη έχει αποδείξει πως όσο περισσότερο χαμογελάτε, τόσο περισσότερες θετικές αντιδράσεις θα αποσπάτε από τους άλλους.

ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΙΡΝΕΤΕ ΤΟ ΓΕΛΙΟ ΣΤΑ ΣΟΒΑΡΑ !

Οι έρευνες δείχνουν ότι οι άνθρωποι που γελούν ή χαμογελούν, ακόμα και αν δεν νιώθουν ιδιαίτερα ευτυχισμένοι, κάνουν τη «ζώνη ευτυχίας» στο αριστερό ημισφαίριο του εγκεφάλου τους να πλημμυρίζει ηλεκτρική δραστηριότητα. Σε μία από τις πολυάριθμες μελέτες του πάνω στο γέλιο, ο Ρίτσαρντ Ντέιβιντσον, καθηγητής της *ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ* στο Πανεπιστήμιο του Γουίσκονσιν, συνέδεσε εθελοντές με έναν εγκεφαλόγραφο που μετρούσε την δραστηριότητα των εγκεφαλικών κυμάτων, ενώ τους έδειχνε κωμωδίες. Το χαμόγελο έκανε τη ζώνη ευτυχίας στον εγκέφαλο να καταγράφει *ΥΨΗΛΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ. ΑΠΕΔΕΙΞΕ ΈΤΣΙ ΠΩΣ ΧΑΜΟΓΕΛΑ ΚΑΙ ΓΕΛΙΑ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝΤΑΙ ΤΕΧΝΗΤΑ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΏΣΟΥΝ ΑΥΘΟΡΜΗΤΗ ΕΥΤΥΧΙΑ.*

Ο Άρνι Καν, καθηγητής ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο της Βόρειας Καρολίνας, ανακάλυψε πως το χιούμορ μπορεί να καταπολεμήσει το άγχος. Ο Καν έκανε ένα πείραμα με ανθρώπους που παρουσίαζαν πρώιμα συμπτώματα κατάθλιψης. Δύο ομάδες παρακολουθούσαν ταινίες στο βίντεο. Η ομάδα που έβλεπε κωμωδίες παρουσίασε μεγαλύτερη βελτίωση από εκείνη που έβλεπε μη χιουμοριστικές ταινίες. Ανακάλυψε επίσης πως όσοι πάσχουν από έλκος κατσουφιάζουν περισσότερο από τους άλλους. Αν πιάσετε τον εαυτό σας να ζαρώνει το μέτωπο, μάθετε να τοποθετείτε την παλάμη πάνω στο μέτωπό σας την ώρα που μιλάτε για να απαλλαγείτε από αυτή τη συνήθεια.



ΓΕΛΑΜΕ ΑΠΟ ΧΑΡΑ :

Οι μελέτες για το χαμόγελο και τη σημασία του γενικώς δείχνουν ότι, όταν χαμογελάμε, δεν σημαίνει απαραίτητως ότι νιώθουμε ευχάριστα. Ένα χαμόγελο όμως μπορεί να προκληθεί και τεχνητά και να προκαλέσει τα ίδια ακριβώς ευχάριστα συναισθήματα. Ο δρ Έκμαν, ψυχολόγος στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνιας, λέει ότι «στο πρόσωπό μας υπάρχουν περισσότεροι από εκατό μύες. Αν μερικοί από αυτούς ενεργοποιηθούν μηχανικά, τότε το κάθε άτομο θα νιώθει αισθήματα ευχάριστα, ευφορίας και ευτυχίας».



ΠΩΣ ΘΕΡΑΠΕΥΕΙ ΤΟ ΧΙΟΥΜΟΡ

Το γέλιο ενεργοποιεί τα φυσικά παυσίπονα του σώματος και τις ουσίες που προκαλούν ευεξία και ονομάζονται ενδορφίνες, ανακουφίζοντας έτσι το άγχος και θεραπεύοντας το σώμα. Το γέλιο κάνει επίσης καλό στην καρδιά. Αυξάνει την κυκλοφορία του αίματος σχεδόν όσο αυξάνεται και κατά τη διάρκεια ενός δεκαπεντάλεπτου προγράμματος γυμναστικής. Μας βοηθάει επίσης να χαλαρώσουμε, να κοιμηθούμε καλύτερα, ρίχνει την πίεση και μας προστατεύει από το να αρρωσταίνουμε. Όμως πρώτιστα και κύρια το γέλιο είναι μεταδοτικό, τροφοδοτεί την ψυχή μας με αισιοδοξία και δημιουργεί ευτυχία σε μας και στους άλλους.



ΔΕΚΑ ΕΝΤΟΛΕΣ ΓΙΑ
ΧΑΜΟΓΕΛΑΣΤΗ ΕΥΤΥΧΙΑ!!

Εγκλωβίστε την αρνητική ενέργεια μέσα σε θετικές σκέψεις! 😊

Λυτρώσου από τη δυστυχία και ανακάλυψε τις στιγμές της ευτυχίας! 😊

Ακολούθησε τη φράση «καλομελέτα και έρχεται»! 😊

Κατσούφηδες και μίζερους διώξτε από τη ζωή σας! 😊

Αστείες ατάκες βάλτε στο λόγο και τις σκέψεις σας! 😊

Ίαση σώματος και ψυχής είναι το γέλιο!

Γελάτε δυνατά...ακόμα κι όταν είστε μόνοι σας! 😊

Ελάτε και γελάστε σε εκδηλώσεις ευχάριστες κι όχι άλλες! 😊

Λησμόνηστε τα χρήματα, γιατί δεν φέρνουν την πραγματική ευτυχία! 😊



Συντακτική ομάδα : Αθηνά Δρακωνάκη

Κούλα Μπουμάκη

Βιβλιογραφία: «Το απόλυτο βιβλίο για τη γλώσσα του σώματος»

«Espresso Tv» Τεύχος 17/11/11

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. «Το απόλυτο βιβλίο για τη γλώσσα του σώματος», «EspressoTv» Τεύχος. 17/11/11.
2. <http://digitalschool.minedu.gov.gr/modules/ebook/show.php/DSGL103/57/437,1656>
3. http://portal.kathimerini.gr/4dcgi/_w_articles_mc7_1_08/02/2008_205410
4. <http://syriza-vyrona.pblogs.gr/tags/pantomima-gr.html>
5. <http://www.clab.edc.gr/seminar/heraklio/theater/pantomima.htm>
6. <http://www.mic.gr/cinema.asp?id=36392>
7. <http://www.serresbiz.com/312c/el/other/third/Advertisement.pdf>
8. <http://www.ticketservices.gr/el/events/?eventid=167>
9. Συγγραφική ομάδα παιδαγωγικού ινστιτούτου, *Έκφραση - Έκθεση*, (50 - 61σ)
10. Τ. Νατσούλη, *Λέξεις και φράσεις παροιμιώδεις*, εκδ. Σμυρنيωτάκη, 1996
11. Φραγγεδάκη, Μ. - Ε., «Η μη λεκτική επικοινωνία στη διαχείριση κρίσεων στην ομάδα».



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΚΑΘΗΓΗΤΩΝ

Συντάκτες : Μαθητές του 1^{ου} PROJECT

« Η επικοινωνιακή μαγεία του σώματος»

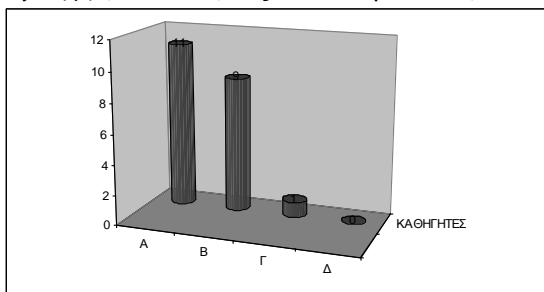
Ερωτηθέντες: Καθηγητές

Στόχος: Να εξάγουμε στατιστικά δεδομένα

Χρόνος διεξαγωγής : 1-11-2011 έως 30-11-20

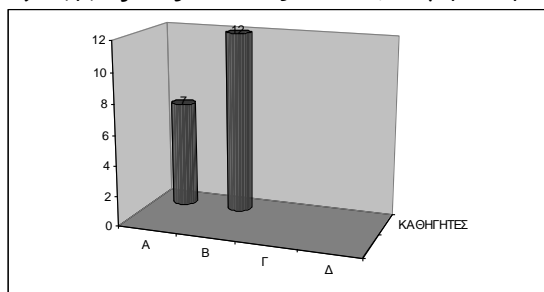
1) Θεωρείτε ότι μπορείτε να βγάλετε συμπεράσματα για το χαρακτήρα και την ψυχολογία των μαθητών σας με βάση τα εξωγλωσσικά τους μηνύματα;

- A) Ναι, αρκετά
- B) Ναι, σε κάποιες περιπτώσεις
- Γ) Όχι, γιατί παρακολουθώ περισσότερο τα όσα λένε
- Δ) Όχι, γιατί συνήθως είναι παραπλανητικά



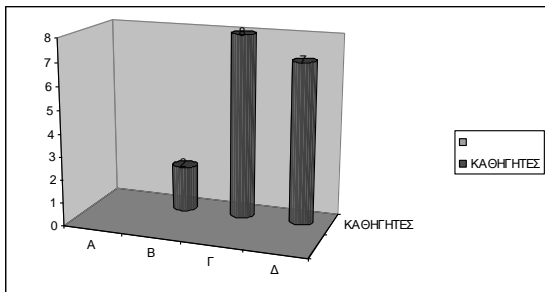
2) Μπορείτε να καταλάβετε αν οι μαθητές σας είναι διαβασμένοι με βάση μη λεκτικά μηνύματα (π.χ. βλέμμα, στάση σώματος κ.α)

- A) Ναι, μάλιστα δίνω το λόγο με βάση τα μη λεκτικά μηνύματα
- B) Ναι, αν και δεν τα αξιολογώ προκειμένου να δώσω το λόγο
- Γ) Όχι, γιατί θεωρώ ότι οι μαθητές λειτουργούν αυθόρμητα
- Δ) Όχι, εξετάζω απλώς ένα συγκεκριμένο μαθητή



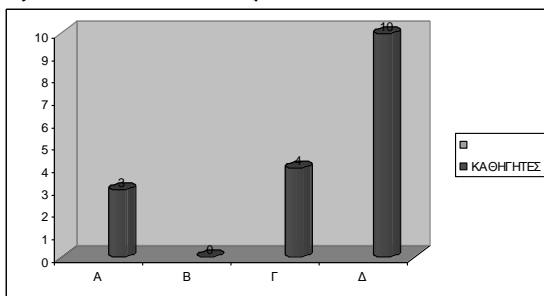
3) Με ποια μη λεκτικά μηνύματα επιβραβεύετε ένα μαθητή:

- A) Χτύπημα στην πλάτη
- B) Σχετική χειρονομία επιβράβευσης
- Γ) Βλέμμα και κούνημα κεφαλιού
- Δ) Χαμόγελο



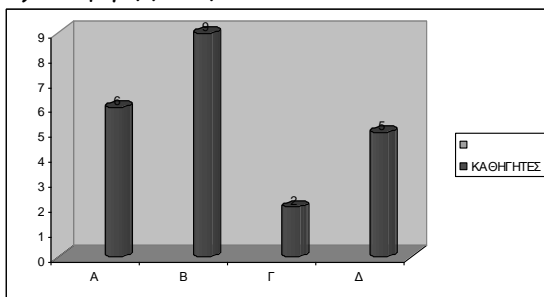
4) Με ποια μη λεκτικά μηνύματα επιβάλλετε την τάξη:

- A) Χτυπάω επίμονα τα χέρια και τα βιβλία στην έδρα
- B) Χτυπάω το πόδι στο πάτωμα
- Γ) Κάθομαι σκεφτικός /η και σιωπηλός
- Δ) Απλά κοιτάω αυστηρά



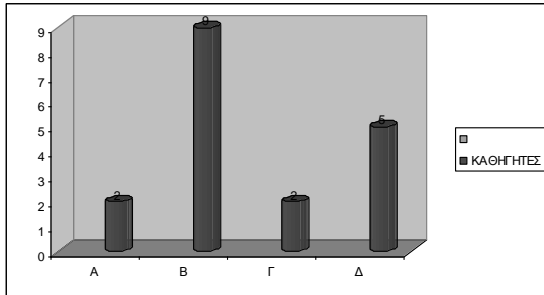
5) Πόσο αναγκαία θεωρείτε τη μη λεκτική επικοινωνία από την πλευρά του διδάσκοντα κατά τη διάρκεια του μαθήματος:

- A) Απολύτως απαραίτητη, γιατί κάνει πιο εποικοδομητικό και ζωντανό το μάθημα"
- B) Απαραίτητη, κατά περίπτωση
- Γ) Ενδιαφέρουσα, αλλά δευτερεύουσας σημασίας
- Δ) Αδιάφορη για την διδασκαλία



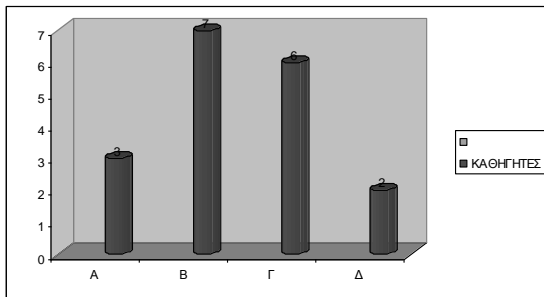
6) Με ποια μη λεκτικά μηνύματα δηλώνετε την διαφωνία σας για κάτι που ισχυρίζονται οι μαθητές σας:

- A) Κουνάω τα χέρια κατά τρόπο αρνήσεις
- B) Δείχνω κάποιες εκφράσεις άρνησης στο πρόσωπο
- Γ) Κουνάω το κεφάλι
- Δ) Σιωπώ και εκφράζομαι με το βλέμμα



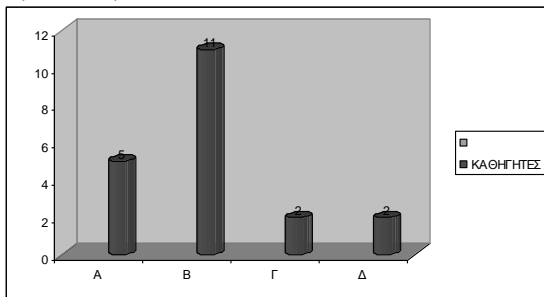
7) Από που διακρίνετε εάν ένας μαθητής σας λέει ψέματα:

- A) Στάση του σώματος (απότομη αλλαγή στάσης)
- B) Κινήσεις χεριών ,ποδιών (αψυχολόγητες κινήσεις)
- Γ) Βλέμμα χαμηλωμένο
- Δ) Χειρονομίες "κάλυψης" -αγγίγματα στο πρόσωπο



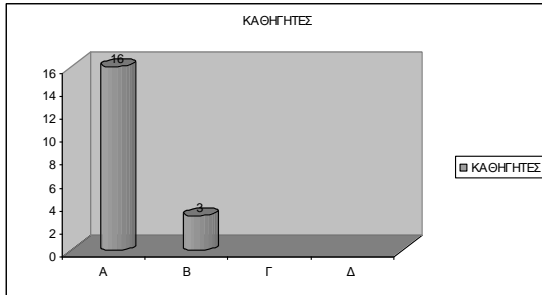
8) Σας αρέσει να χρησιμοποιείτε τη μη λεκτική επικοινωνία εντός της τάξης:

- A) Ναι, την θεωρώ ενδιαφέρουσα
- B) Ναι, όταν είναι απαραίτητη
- Γ) Ναι, απλά τυχαία
- Δ) Όχι, προτιμώ τη λεκτική επικοινωνία



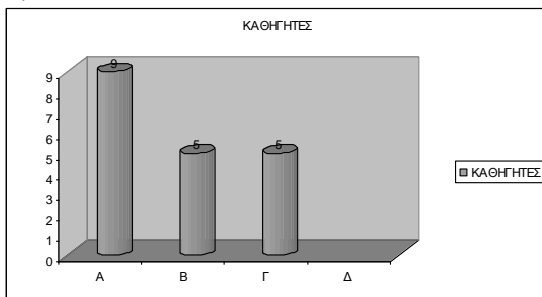
9) Θεωρείτε ότι οι μαθητές σας επηρεάζονται από τα μη λεκτικά μηνύματα που χρησιμοποιείτε στη διδασκαλία;

- A) Ναι, γιατί η εικόνα είναι μέρος της διδασκαλίας
- B) Ναι, ειδικά όταν αδυνατούν να καταλάβουν το λεκτικό μήνυμα.
- Γ) Ναι, ειδικά οι αδιάφοροι κατά την ώρα του μαθήματος
- Δ) Όχι, γιατί γενικότερα είναι αδιάφοροι



10) Θα θέλατε να υπάρξει μάθημα με τη μη λεκτική επικοινωνία;

- A) Ναι, θα ήταν ενδιαφέρον
- B) Ναι, αλλά εμπλεκόμενο με άλλο μάθημα
- Γ) Όχι, δεν το κρίνω απαραίτητο
- Δ) Όχι, γιατί απλά θα γελοιοποιηθεί



ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΜΑΘΗΤΩΝ

Συντάκτες : Μαθητές του 1ου PROJECT

« Η επικοινωνιακή μαγεία του σώματος»

Ερωτηθέντες: Μαθητές

Στόχος: Να εξάγουμε στατιστικά δεδομένα Χρόνος διεξαγωγής : 1-11-2011
έως 30-11-2011

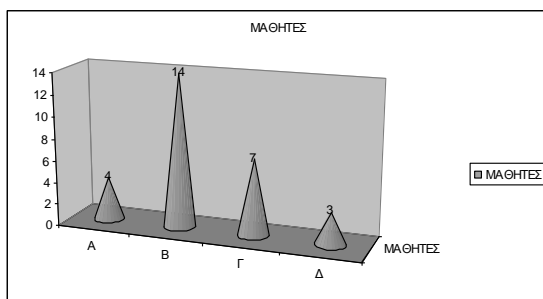
1) Σας αρέσει να χρησιμοποιείτε τη μη λεκτική επικοινωνία;

A) Ναι ,τη θεωρώ ενδιαφέρουσα-την προτιμώ.

B) Ναι ,όταν είναι απαραίτητη.

Γ) Όχι ,απλά τυχαίνει.

Δ) Ναι ,όταν βαριέμαι να μιλάω.



2) Όταν είναι Παρασκευή και μάλιστα τελευταία ώρα τι στάση

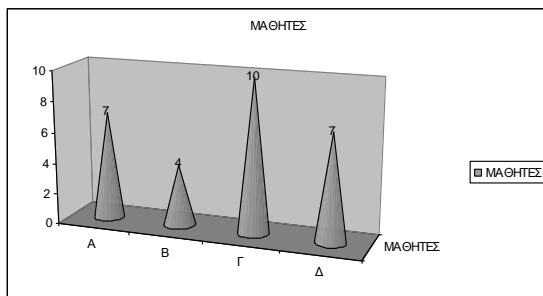
(εξωγλωσσικά μηνύματα) έχετε κατά τη διάρκεια του μαθήματος;

A) Κρατάω το κεφάλι μου " για να μην πέσει"

B) Είμαι σκυφτός ή πάνω στο θρανίο.

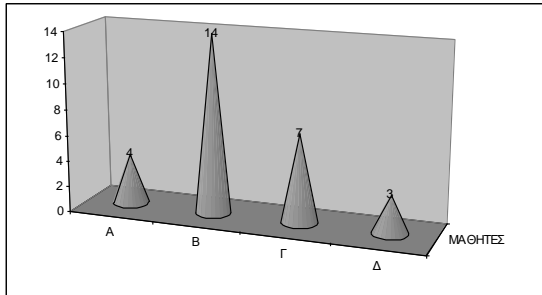
Γ) Παίζω αμήχανα το στυλό ή ό,τι άλλο υπάρχει πάνω στο θρανίο.

Δ) Συμμετέχω ενεργά.



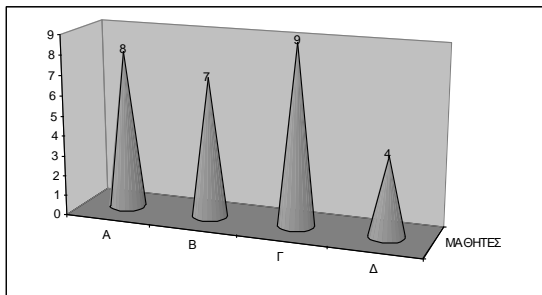
3) Με ποια μη λεκτικά (εξωγλωσσικά) μηνύματα εκφράζετε την αγωνία-το άγχος σας μέσα στην τάξη;

- A) Χτυπάω τα χέρια στο θρανίο.
- B) Παίζω με το συλό.
- Γ) Χτυπάω ρυθμικά τα πόδια μου
- Δ) Όλα τα προηγούμενα.



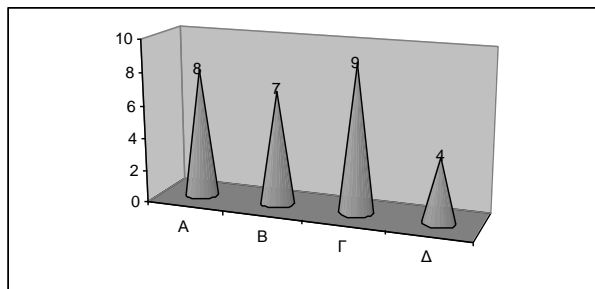
4) Όταν βρεθείτε σε δύσκολη θέση λόγω αδιαβασίας , πως προσπαθείτε να το καλύψετε;

- A) Κρατάω σκυφτό το κεφάλι
- B) Ρίχνω το μολύβι κάτω για να το πιάσω
- Γ) Σηκώνω το χέρι ελαφρά και τελευταίος
- Δ) Κοιτάω απλά προς τα έξω



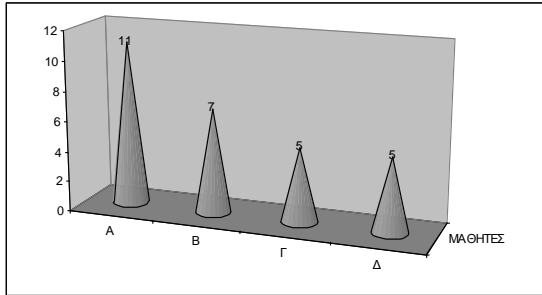
5) Συνηθίζετε να παρατηρείτε και να αξιολογείτε τα μη λεκτικά μηνύματα των καθηγητών και των συμμαθητών σας εντός τάξης;

- A) Αρκετά.
- B) Σε κάποιες περιπτώσεις.
- Γ) Ελάχιστα.
- Δ) Καθόλου.



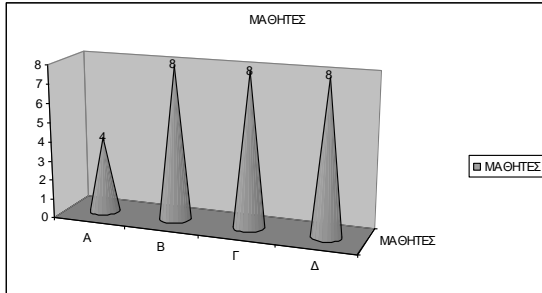
6) Θεωρείτε ότι ο καθηγητής τραβάει περισσότερο την προσοχή των μαθητών όταν χρησιμοποιεί και μη λεκτικά μηνύματα;

- A) Ναι, γιατί γίνεται πιο παραστατικός (μεταδοτικός).
- B) Ναι, γιατί δίνει ζωντάνια.
- Γ) Όχι, δεν με επηρεάζει καθόλου.
- Δ) Ναι, γιατί μου αρέσει να παρατηρώ τις αντιδράσεις.



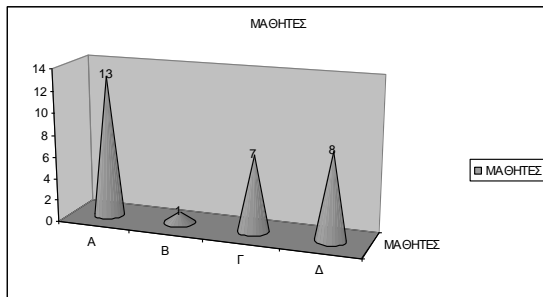
7) Πώς αντιδράτε μέσα στην τάξη όταν έχετε ενοχληθεί με τον καθηγητή ή τους συμμαθητές σας;

- A) Χτυπάω νευρικά το στυλό στο θρανίο.
- B) Παίρνω μια νευριασμένη γκριμάτσα.
- Γ) Κουνάω νευρικά τα πόδια μου.
- Δ) Γυρίζω απλά την πλάτη μου.



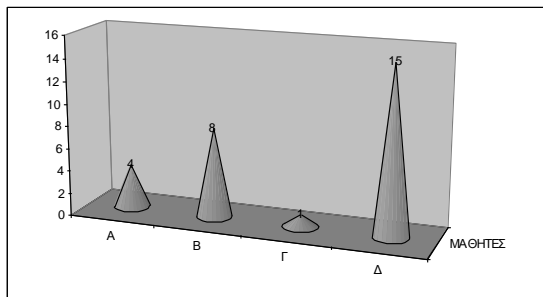
8) Με ποιον "αθόρυβο" τρόπο συνήθως επικοινωνείτε με τους συμμαθητές σας στη διάρκεια ενός διαγωνίσματος, προκειμένου να ανταλλάξετε απαντήσεις;

- A) Νόημα με τα μάτια.
- B) Χτύπημα με το στυλό.
- Γ) Βήξιμο.
- Δ) Νόημα με τα χέρια.



9) Με ποια μη λεκτικά μηνύματα προσπαθείτε να καλύψετε την βαρεμάρα σας την ώρα του μαθήματος;

- A) Απλά κουνάω καταφατικά το κεφάλι.
- B) Έχω το βλέμμα καρφωμένο.
- Γ) Διατηρώ ένα διακριτικό χαμόγελο.
- Δ) Όλα τα παραπάνω.



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

Η ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

(Σύντομη προβληματική και μεθοδολογία)

Λοιπόν... και η περιήγηση αρχίζει:

1. Πρώτα θελήσαμε να δούμε τι σημαίνει μη-λεκτική επικοινωνία ;
(Χρυσούλα)



2. Αφού διαπιστώσαμε ότι μιλάμε με το πρόσωπο τα χέρια, τα πόδια και γενικά με όλο μας το σώμα, αναρωτηθήκαμε όλοι οι λαοί δηλώνουν το ίδιο πράγμα με το σώμα τους;(Μαρία)

3. Σίγουρα λοιπόν σε κάθε περίπτωση εννοείται και κάτι διαφορετικό! Ωστόσο είναι σίγουρο πως όλοι στα πρώτα χρόνια της ζωής μας δίνουμε δυναμικά τον παρόν μας χωρίς να μιλάμε πως συμβαίνει αυτό; (Χρυσά)

4. Πραγματικά ο κόσμος των παιδιών είναι γεμάτος μυστήριο και ομορφιά. Την ίδια μαγεία μπορεί κάνεις να δει στα κόμικς. Άραγε οι μικροί ήρωες συγκινούν τα παιδιά, χωρίς να μιλούν καν;
(Σουζάνα)

5.Είναι φανερό ότι η τέχνη δουλεύει το σώμα. Τι συμβαίνει λοιπόν με την γλωσσά του σώματος στην παντομίμα, το μαύρο θέατρο και τον βωβό κινηματογράφο; (Ελένη)

6.Νομίζω φάνηκε πως γενικά το θέατρο δίνει έκφραση στην γλωσσά του σώματος. Συμβαίνει μήπως το ίδιο και στην ζωγραφική; (Κατερίνα)

7.Οι πινάκες ενδεικτικά μας έδειξαν την δύναμη των στιγμών και των εκφράσεων. Προς αυτή τη κατεύθυνση μας έφερε η επίσκεψη του ηθοποιού Στέλιου Βέργου που ευχαριστούμε ιδιαίτερως.(Χριστίνα)

(Σπύρος)



8.Εντυπωσιακά ήταν και τα συμπεράσματα που βγάλαμε σχετικά με το πώς εκφράζεται το σώμα στον χορό. (Αλεξάνδρα)

9.Μορφή τέχνης όμως είναι και η διαφήμιση. Ποσό επιτυχημένη είναι η διαφήμιση χωρίς λόγια; (Μαριάννα)

10.Και τώρα η πιο σπουδαία τέχνη... η πολιτική! Εδώ οι ειδικοί επικοινωνιολόγοι δίνουν όλο το βάρος στην γλωσσά του σώματος.

Πως εκφράζονται οι πολιτικοί μας; (Γιώργος)

11. Νομίζω πως...ενθουσιαστήκατε! Τώρα... μην κουνηθείτε... το παιχνίδι «αγαλματάκια ακούνητα» το ξέρετε... για να δούμε τι δηλώνετε με το σώμα σας σε μια στιγμή. Την τεχνική αυτή τη δουλέψαμε αρκετά στην τάξη.

12. Και τώρα θα μιλήσει η λογοτεχνία. Θελήσαμε να βρούμε φράσεις και παροιμίες που να δείχνουν πως μιλάει το σώμα μας. Ποια παραδείγματα κρατήσαμε; (Μαρίνα)

13. Με την ίδια λογική βρήκαμε μαντινάδες και ποιήματα. Ποια; (Μαριάννα)

|

14. Το κορυφαίο δημιούργημα είχε ήδη πάρει το δρόμο του. (ειρήνη)



15. Εκπληκτικο!! Από τις κορυφαίες στιγμές αυτής της συνεργασίας ήταν η επίσκεψη στο θεατρικό σταθμό της Μαρουλιτα. Ο χορός μας πήγε στο παραμύθι και η ευχητήριος μας ξύπνησε το σώμα μας και την ψύχη μας και σ'αυτό την ευχαριστούμε! Τι κρατήσαμε απαλά τα ωραία; (Ελένη)

16. Πραγματικά ήταν λίγο σε σχέση με αυτό που νιώσαμε. Ο τελευταίος σταθμός αυτής της παρουσίασης είναι το γέλιο. Έχετε σκεφτεί ποσό ανάγκη το έχουμε;(Αθήνα)

17. Και τώρα ακουστέ μας έναν-έναν...

και σ'αυτό ΕΛΑ ΚΑΙ ΓΕΛΑ.

ΌΛΟΙ

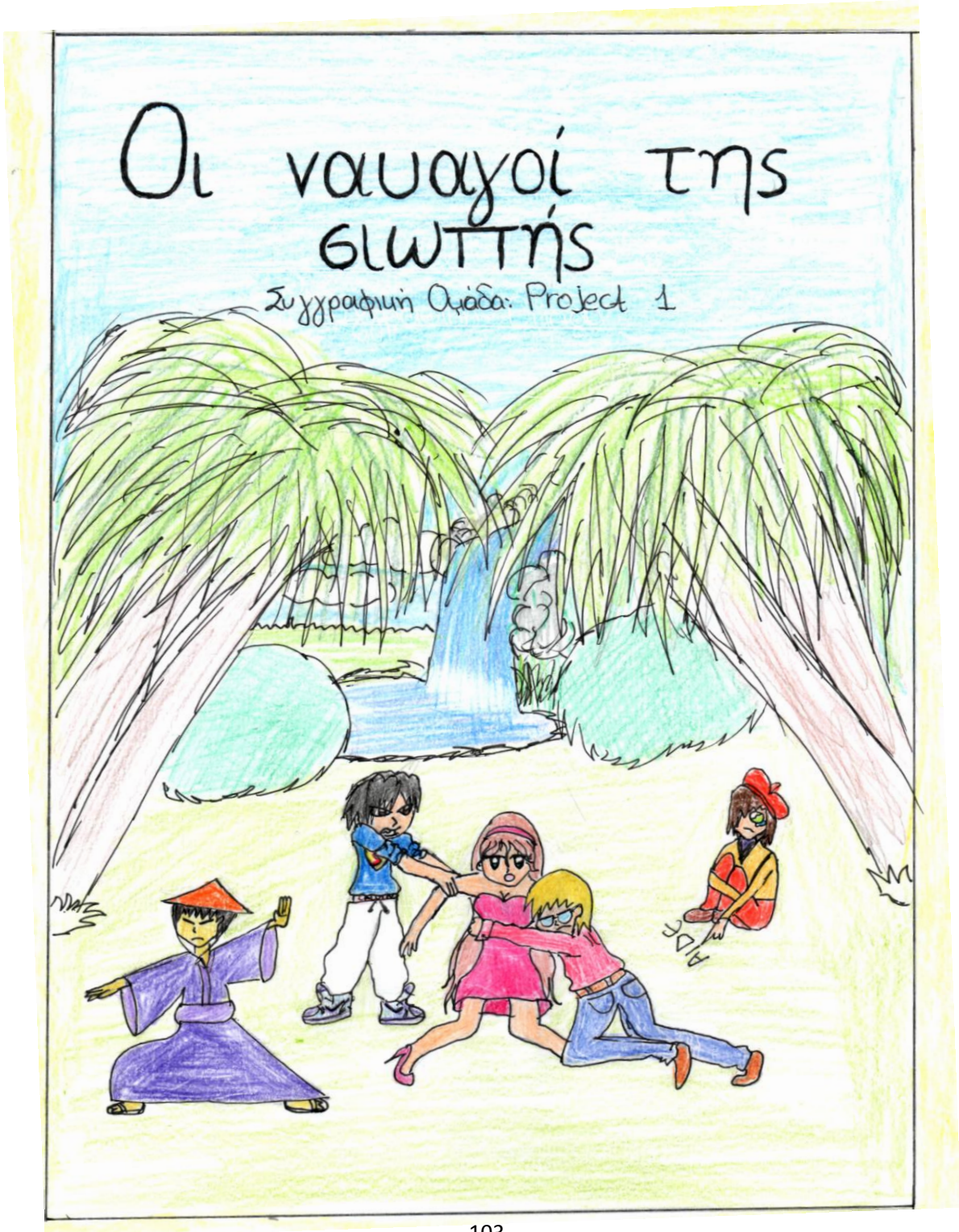
ΜΑΖΙ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ!!!



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3

ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΔΙΗΓΗΜΑΤΟΣ



ΟΙ ΝΑΥΑΓΟΙ ΤΗΣ ΣΙΦ ΠΗΣ

Μια ηλιόλουστη μέρα, ένα αεροπλάνο απογειώνεται από τη Γαλλία με προορισμό τη Γερμανία. Ο καιρός στη Γερμανία ήταν μια χαρά, χωρίς σύννεφα και χωρίς άνεμο. Όμως όταν έφτασε στη Γερμανία, ο καιρός άρχισε να χαλάει. Άρχισαν οι αστραπές, οι βροντές και οι δυνατοί άνεμοι.

Το αεροπλάνο αύξησε ταχύτητα για να φτάσει πιο γρήγορα στον προορισμό του, αλλά ήταν άτυχο. Ένας κεραυνός το χτύπησε και το χώρισε στα δύο. Το ένα κομμάτι ποτέ, κανείς δεν έμαθε τι έγινε, και το άλλο έπεσε σε ένα μικρό ακατοίκητο νησί του Ατλαντικού. Εκεί τελικά επέζησαν τέσσερις άνθρωποι, ένας Έλληνας, ένας Γάλλος, ένας Γερμανός κι ένας Κινέζος. Ο καθένας από αυτούς βρέθηκε σε διαφορετική πλευρά του νησιού. Όλοι τους βασίστηκαν στους βασικούς κανόνες επιβίωσης, γι' αυτό και άρχισαν να κάνουν τον κύκλο του νησιού. Μετά από πολλές ώρες περιπλάνησης συναντήθηκαν.

Όλοι άρχισαν να ξεφωνίζουν χαρούμενοι επειδή σώθηκαν. Όμως όταν πλησίασαν ο ένας τον άλλο κατάλαβαν ότι η συμβίωση θα ήταν πιο δύσκολη από ο, τι περίμεναν, διότι κανένας τους δεν μιλούσε αγγλικά. Απογοητευμένοι, ο καθένας μόνος του αποσύρθηκε σε ένα σημείο για να σκεφτεί.

Τελικά αποφάσισαν ότι δεν υπήρχε άλλος τρόπος εκτός από τα νοήματα για να καταλάβουν ο ένας τον άλλο. Άλλωστε έπρεπε να επιβιώσουν !!!

Αγωνιωδώς όλοι ταυτόχρονα με κινήσεις προσπαθούσαν να εκφράσει ο καθένας το δικό του παράπονο · έτσι πέρασαν ώρες άσκοπα και χωρίς κανένα αποτέλεσμα. Ο Έλληνας με κινήσεις όχι μόνο του σώματος αλλά και εκφράσεις του προσώπου έδειξε στους υπόλοιπους ότι πρέπει να ηρεμήσουν και ο λόγος ήταν ότι ήθελε κάτι να τους πει. Είχαν περάσει ώρες χωρίς να κάνουν τίποτα, άρχιζε να νυχτώνει. Γι' αυτό το λόγο ο Έλληνας πήρε ένα κλαδί και σχημάτισε στο έδαφος ένα σπιτάκι. Σκοπός του ήταν να υποδείξει στους υπόλοιπους ότι πρέπει να φτιάξουν ένα κατάλυμα για την νύχτα. Άρχισε λοιπόν η δουλειά!

Ο Γάλλος μάζεψε και έφερε κλαδιά σκορπισμένα διαφόρων μεγεθών και από μπανανιές, φαρδιά και πλατιά φύλλα για την σκεπή. Ο Έλληνας έφερε λάσπη και περισσότερο χώμα για την ένωση των υλικών. Έπειτα ο Κινέζος πήγε στο μισό αεροπλάνο για να βρει σκοινιά και διαφορετικά εφόδια για την κατασκευή του καταφυγίου τους.

Ο Έλληνας αφού έφερε λάσπη και περισσότερο χώμα για την ένωση των υλικών, σκέφτηκε να πάει στο αεροπλάνο μήπως βρει τίποτα πιο ισχυρό για να μην πέσει η καλύβα που ήθελαν να φτιάξουν. Έψαχνε για πολλά λεπτά, αλλά δε βρήκε τίποτα. Τη στιγμή που έβγαινε από τα συντρίμμια είδε στα δεξιά του ένα νεκρό επιβάτη να βαστάει μια βαλίτσα που έγραφε απάνω στην ετικέτα της η εφεύρεση μπρόκον 16x21 του Μπρούς Κούκερ.

Ο Έλληνας προσπάθησε να τη πάρει, αλλά είχαν περάσει πολλές ώρες που ο επιβάτης είχε σκοτωθεί και είχε γίνει πέτρα, τότε αναγκάστηκε να του σπάσει τα χέρια και να πάρει τη βαλίτσα. "Πανευτυχής" άρχισε να τρέχει προς τους άλλους.

Όταν έφτασε εκεί άρχισε να χοροπηδάει, οπότε οι άλλοι κατάλαβαν πως είχε γίνει κάτι καλό και αμέσως ένα χαμόγελο εμφανίστηκε στα πρόσωπά τους. Ο Έλληνας προσπαθούσε να εξηγήσει τι βρήκε με νοήματα. Όταν ο Γάλλος άρχισε να καταλαβαίνει τον Έλληνα ξεκίνησε και εκείνος να χοροπηδάει, ενώ έβγαλαν τις πρόκες από τη βαλίτσα. Τότε συνειδητοποίησαν ότι δεν είχαν εργαλεία για να καρφώσουν τις πρόκες στα ξύλα ώστε να φτιάξουν μια καλύβα για να περάσουν τη νύχτα. Ο Κινέζος κουνούσε τα χέρια του και προσπαθούσε να πει κάτι, ενώ ο Γερμανός κατάλαβε ότι ο Κινέζος είχε βρει τρόπο κατασκευής.

Άρχισε η δουλεία... όλοι δούλευαν σκληρά μέχρι που κατάλαβαν ότι πάλι κάτι έλειπε! Άντε πάλι από την αρχή...και τα νοήματα, οι εκφράσεις του προσώπου ακόμα και οι στάσεις του σώματος τους έδειχναν την αγωνία τους. Προσπαθούσαν και πίστευαν ότι με την στάση του σώματος τους ήταν σαν να έλεγαν αυτό που αισθανόταν ή αυτό που δε μπορούσαν να πουν με λόγια. Διότι βέβαια ξέρουμε ότι ένας Έλληνας, ένας Γάλλος, ένας Γερμανός και ένας Κινέζος αφού δεν ξέρουν καμία κοινή γλώσσα έπρεπε να επιστρατεύσουν τα νοήματα και όλα τα άλλα στοιχεία της μη λεκτικής επικοινωνίας.

Ο Γερμανός σκέφτηκε ότι θα χρειαζόταν τροφή. Έφυγε και πήγε να βρει φαγητό. Όταν μετά από ώρα βρήκε άρχισε να φωνάζει. Ο Κινέζος ένιωσε ότι και εκείνος έπρεπε να πάει για φαγητό. Ώσπου ξανά γύρισε στο αεροπλάνο που βρήκε τρόφιμα, πολύ λίγα βέβαια, αλλά θα περνούσαν δυο μέρες μέχρι να βρουν κάτι άλλο.

Μάζεψαν ο Γερμανός και ο Κινέζος τροφή ενώ ο Γάλλος και ο Έλληνας έφτιαχναν ένα μέρος να περάσουν τη νύχτα. Η νύχτα έφτασε, η καλύβα τελείωσε και άρχισαν να πεινάνε. Οι κοιλιές τους γουργούριζαν και τότε ο Κινέζος με το Γερμανό άρχιζαν να φωνάζουν και να προσπαθούν να πουν ότι έχουν βρει τροφή.

Μαζεύτηκαν όλοι μαζί, έφαγαν και κοιμήθηκαν. Όμως στα μέσα της νύχτας ένιωσαν ότι έκανε πολύ κρύο.

Πρώτος ξύπνησε ο Κινέζος από το κρύο, ο οποίος σκέφτηκε ότι ίσως να υπήρχαν σκεπάσματα, κουβέρτες στο αεροπλάνο. Λόγω της νύχτας, όμως έχασε το δρόμο του. Εντωμεταξύ ο Έλληνας που είχε ξυπνήσει και αυτός για τον ίδιο λόγο με τον Κινέζο ανησύχησε και πήγε να τον βρει, χωρίς να τα καταφέρει, με αποτέλεσμα να χαθεί και αυτός. Το ίδιο συνέβη και στους άλλους δύο, το Γάλλο και το Γερμανό. Έτσι περιπλανιόταν όλη νύχτα. Μόνο ο Έλληνας κατάφερε μετά από πολλές ώρες περιπλάνησης να φτάσει στο αεροπλάνο. Οι άλλοι τρεις αποκοιμήθηκαν ψάχνοντας ένα σημάδι που θα τους οδηγούσε στο σημείο εκκίνησής τους.

Όταν επιτέλους ξημέρωσε και κατάφεραν να βρεθούν όλοι στο σπιτάκι που είχαν φτιάξει αφηγήθηκαν όπως μπορούσαν με χειρονομίες, στάση του σώματος και κραυγές αυτά που τους συνέβησαν. Τη χειρότερη νύχτα πέρασε ο Γερμανός.

Στην συνέχεια έμειναν αμίλητοι και σκεπτικοί για μερικές μέρες. Ξαφνικά σηκώνεται ο Έλληνας θυμωμένος εξηγώντας στους υπόλοιπους, όπως μπορούσε, ότι δεν θα άντεχαν έτσι για πολύ καιρό και ότι έπρεπε να κάνουν κάτι, γι' αυτό έτρεξε προς την θάλασσα. Λίγα λεπτά, αργότερα γύρισε κρατώντας μερικές πέτρες. Πήγε μπροστά στους άλλους και έγραψε στην άμμο **SOS** με τις πέτρες που είχε βρει. Οι υπόλοιποι χαμογέλασαν σκεπτόμενοι πως ήταν μια καλή ιδέα και πήγαν όλοι μαζί στη θάλασσα για να βρουν πέτρες. Λίγα λεπτά αργότερα είχαν σχηματίσει πάνω στην άμμο **SOS** με τεράστια γράμματα και ικανοποιημένοι με αυτό που είχαν κάνει γύρισαν στην καλύβα τους.

Πιο μετά ένα "γρρ" ακούστηκε από την κοιλιά του Γερμανού και όλοι άρχισαν να γελάνε. Στο τέλος, όμως, έμειναν σκεπτικοί διότι το μόνο τους φαγητό ήταν μερικά φρούτα τα οποία δεν ήταν ικανά να τους χορτάσουν. Ο Κινέζος βλέποντας ένα κλαδί δέντρου κάπως μυτερό στην άκρη σκέφτηκε κάτι. Το έδειξε σε όλους και τους έκανε σήμα με το δάχτυλο του να τον ακολουθήσουν στη θάλασσα δίνοντας τους μερικά μυτερά κλαδιά που ήταν εκεί. Στη θάλασσα άρχισε να χτυπάει τη μυτερή πλευρά του κλαδιού μες στο νερό προσπαθώντας να τους εξηγήσει έναν τρόπο για να ψαρεύουν. Όταν όλοι κατάλαβαν τι έπρεπε να κάνουν σκορπίστηκαν ψάχνοντας για ψάρια.

Λίγες ώρες αργότερα, γύρισαν όλοι στο αρχικό σημείο απογοητευμένοι και κουρασμένοι διότι δεν είχαν καταφέρει να πιάσουν κανένα ψάρι. Έτσι, μη έχοντας κάτι άλλο να φάνε πήγαν στην καλύβα και έφαγαν μερικά φρούτα, και κουρασμένοι

όπως ήταν τους πήρε ο ύπνος. Όμως ένας παράξενος ήχος τους ξύπνησε λίγο αργότερα . Ήταν ένα ελικόπτερο που πετούσε πάνω από το νησί . Όταν το είδαν σηκώθηκαν χαρούμενοι και άρχιζαν να φωνάζουν κουνώντας τα χέρια τους πάνω-κάτω για να τους δουν από το ελικόπτερο . Όμως, εκείνο συνέχισε την πορεία του χωρίς να αντιληφθεί τους ναυαγούς που φωνάζουν από κάτω. Όταν κατάλαβαν ότι το ελικόπτερο έφυγε άρχιζαν να φωνάζουν θυμωμένοι.

Αργότερα, μη έχοντας τι να κάνουν αποφάσισαν να ξανά προσπαθήσουν να ψαρέψουν. Έτσι, πήραν τα κλαδιά τους και πήγαν προς τη θάλασσα. Αυτή τη φορά στάθηκαν πιο τυχεροί τα κατάφεραν να βρουν ψάρια. Όλοι έπιασαν μερικά εκτός από τον Γερμανό, ο οποίος θύμωσε και συνέχισε να προσπαθεί μαζί με τον Κινέζο. Ο Γάλλος και ο Έλληνας έμειναν έξω όπου καθάρισαν τα ψάρια και άναψαν φωτιά, τρίβοντας πέτρες.

Ο Γερμανός ακολουθώντας ένα ψάρι άρχισε να απομακρύνεται από τον Κινέζο. Ξαφνικά, ο Έλληνας κοιτάζοντας τρομαγμένος προς την θάλασσα σκούνηξε τον Γάλλο και άρχιζαν να φωνάζουν δυνατά στον Γερμανό. Όταν αντιλήφθηκε ότι φώναζαν σ' αυτόν δείχνοντας προς στην θάλασσα κοίταξε μέσα και τρομαγμένος συνειδητοποίησε ότι ένας καρχαρίας πήγαινε προς το μέρος . Άρχισε να κολυμπάει γρήγορα προς τα έξω καθώς ένιωθε το καρχαρία να τον πλησιάζει. Είχε σχεδόν φτάσει όταν ένωσε τα δόντια του καρχαρία στο πόδι του. Άρχισε να φωνάζει πανικόβλητος και να συνεχίζει να κολυμπάει. Ο Κινέζος που ήταν κοντά του τον τράβηξε από τα χέρια και κατάφερε να τον βγάλει έξω.

Ο καρχαρίας όμως είχε προλάβει να τον δαγκώσει κάνοντας του βαθιές πληγές στα πόδια. Ο Γάλλος έτρεξε προς το αεροπλάνο για να βρει κάτι να του δέσει την πληγή, ενώ ο Κινέζος και ο Έλληνας προσπαθούσαν να ηρεμήσουν τον Γερμανό που ούρλιαζε από τον πόνο . Σε λίγο , ο Γάλλος γύρισε από το αεροπλάνο κρατώντας ένα βαλιτσάκι με γάζες και μπενταντίν. Με το μπενταντίν του καθάρισε τις πληγές και μετά τις τύλιξε με τις γάζες για να μην μπουν μικρόβια.

Αργότερα, έψησαν τα ψάρια στην φωτιά, έφαγαν και έκατσαν γύρω για να ζεσταθούν. Είχε αρχίσει να νυχτώνει και ο Έλληνας σκέφτηκε ότι το βράδυ θα έκανε κρύο γι' αυτό πήγε προς το αεροπλάνο για να βρει κάτι για να ζεσταθούν. Εκεί τον ακολούθησε ο Γάλλος και με μια χειρονομία τον ρώτησε που πήγαινε. Ο Έλληνας με νοήματα του απάντησε που πήγαινε, κάτι ήθελε. Κι έτσι ο Γάλλος τον ακολούθησε για να τον βοηθήσει.

Καθώς, έψαχναν στο αεροπλάνο ακούστηκε μια σιγανή φωνή να προσπαθεί να

ψιθυρίσει κάτι. Ο Έλληνας και ο Γάλλος κοιτάχτηκαν απορημένοι και προσπάθησαν να βρουν από που έρχεται αυτή η φωνή. Πρώτος είδε την κοπέλα ο Γάλλος που μη ξέροντας τι να κάνει σκούνηξε τον Έλληνα και του την έδειξε. Η κοπέλα ήταν από την Ιταλία και προσπάθησε να τους εξηγήσει τι είχε γίνει όμως ούτε αυτή ήξερε κάποια κοινή γλώσσα. Έτσι, πήγαν όλοι μαζί στην καλύβα κρατώντας και μερικές ζακέτες που είχαν βρει. Όταν έφτασαν ήλπιζαν μήπως ήξερε κανείς κάποια κοινή λέξη με τον Κινέζο και το Γερμανό αλλά άδικα διότι ούτε αυτοί ήξεραν.

Επειδή ήταν όλοι κουρασμένοι και όταν έφτασαν στην καλύβα είχε νυχτώσει πια, πήγαν να κοιμηθούν, έτσι έσβησαν τη φωτιά, μετέφεραν προσεχτικά το Γερμανό, που δεν μπορούσε να περπατήσει, έφτιαξαν ένα κρεβάτι για την Ιταλίδα, μοιράστηκαν τις ζακέτες και κοιμήθηκαν.

Το πρωί μόλις ξύπνησαν είχαν μια ευχάριστη έκπληξη. Η Ιταλίδα είχε ξυπνήσει νωρίτερα και είχε ψάξει φρούτα για πρωινό. Έτσι έφαγαν όλοι μαζί και μετά η Ιταλίδα σκέφτηκε ότι θα ήταν καλή ιδέα να κάνουν το γύρο του νησιού μήπως βρουν κι άλλους ναυαγούς. Έτσι το ζωγράφισε στην άμμο και όταν κατάλαβαν τι έπρεπε να κάνουν χωρίστηκαν σε ζευγάρια αφήνοντας το Γερμανό μόνο στην καλύβα επειδή δεν μπορούσε να περπατήσει. Η Ιταλίδα πήγε με τον Έλληνα από τα δεξιά και ο Κινέζος με τον Γάλλο ξεκίνησαν από τα αριστερά.

Καθώς προχωρούσαν ο Έλληνας προσπαθούσε με νοήματα να εξηγήσει στην Ιταλίδα τι είχε συμβεί στο Γερμανό και όλα όσα συνέβησαν τις μέρες που ήταν στο νησί. Μετά από περίπου δύο ώρες περπάτημα, ο Έλληνας και η Ιταλίδα είχαν φτάσει στο ένα άκρο του νησιού όπου εκεί έψαξαν να βρουν άλλους ναυαγούς. Μετά από λίγα λεπτά φώναξε η Ιταλίδα τον Έλληνα και έκανε νοήματα ότι είδε έναν άνδρα. Ο Έλληνας παρατήρησε τον άνδρα και είδε πως ήταν ο φίλος του, ο οποίος ήταν Έλληνας. Από την χαρά του να δει το φίλο του δεν είχε καταλάβει ότι ο φίλος του ήταν νεκρός. Όταν δυστυχώς το κατάλαβε έκανε νοήματα στην Ιταλίδα και στενοχωρημένος, ήθελε να γυρίσουν πίσω. Όμως η Ιταλίδα δεν κατάλαβε τι εννοούσε ο Έλληνας και άρχισε να ψάχνει στις τσέπες του πεθαμένου άνδρα μήπως έχει κάτι χρήσιμο.

Ο Κινέζος και ο Γάλλος είχαν περισσότερη τύχη, είχαν βρει μάλιστα ένα κουτί από το αεροπλάνο γεμάτο τρόφιμα που θα αρκούσαν για τρεις μέρες.

Βέβαια άρχισε να νυχτώνει, αποφάσισαν να γυρίσουν πίσω για να δουν τι κάνει ο Γερμανός. Όταν έφτασαν ο Κινέζος και ο Γάλλος στην καλύβα είδαν ότι ο Γερμανός έλειπε. Αλλά επειδή είχε ήδη νυχτώσει είπε ο Γάλλος με νοήματα στον

Κινέζο ότι είναι να ανάψουν φωτιά, έτσι ώστε να μπορούν να τους βρουν οι άλλοι, και να πάνε να κοιμηθούν. Ο Κινέζος άναψε μαζί με το Γάλλο τη φωτιά και κοιμήθηκαν. Όταν ξημέρωσε είχαν φτάσει κι ο Έλληνας με την Ιταλίδα στην καλύβα, αλλά ο Γερμανός δεν είχε γυρίσει ακόμα.

Τότε όλοι πανικοβλήθηκαν, γιατί φοβήθηκαν μήπως του είχε συμβεί κάτι κακό επειδή ήταν τραυματισμένος. Με ψυχραιμία ο Έλληνας προσπάθησε να τους εξηγήσει τι να κάνουν. Τους είπε λοιπόν να χωριστούν σε ζευγάρια και να τον ψάξουν. Ο Κινέζος με το Γάλλο πήγαν από την δεξιά μεριά και ο Έλληνας με την Ιταλίδα από την αριστερή. Καθώς έψαχναν ο Έλληνας και η Ιταλίδα, ο Έλληνας είδε από μακριά ένα φως. Έκανε νόημα στην Ιταλίδα και άρχισαν να κατευθύνονται προς τα εκεί. Όταν έφτασαν στον προορισμό τους βρήκαν τον Κινέζο και το Γάλλο. Με νοήματα τους ρώτησαν που βρήκαν το φακό και τους έδειξαν ότι ο Κινέζος τον βρήκε μερικά κλαδιά και μπαταρίες στο αεροπλάνο και τον έφτιαξε. Μετά από αυτό η Ιταλίδα τους έκανε νόημα να ψάξουν όλοι μαζί για το Γερμανό και αυτό έκαναν. Έψαχναν δύο βράδια ώσπου απελπίστηκαν και αποφάσισαν να επιστρέψουν στην καλύβα. Όμως είχαν απομακρυνθεί πολύ από εκεί και ο φακός είχε σβήσει. Τότε κατάλαβαν ότι είχαν χαθεί. Όμως δεν το έβαλαν κάτω συνέχισαν το περπάτημα μέχρι που ξημέρωσε. Τότε αντιλήφθηκαν ότι ήταν λίγο πιο κάτω από το αεροπλάνο και πήγαν προς τα εκεί. Ο Κινέζος έφτιαξε ακόμα τρεις φακούς, τους μοίρασε και κατευθύνθηκαν προς την καλύβα. Τότε είδαν το Γερμανό ξαπλωμένο να μην μπορεί καν να μιλήσει. Η Ιταλίδα τον ακούμπησε και συμπέρανε ότι είχε πολύ πυρετό. Προσπάθησε να τους το εξηγήσει. Έστειλε τον Έλληνα να φέρει νερό από την θάλασσα και να βρει ένα σκεύος από το αεροπλάνο. ακόμα έστειλε τον Κινέζο και το Γάλλο να προσπαθήσουν να βρουν διάφορα φυτά για να τα βράσουν. Μέχρι να επιστρέψουν αυτοί εκείνη άναψε φωτιά και του έκανε ένα ζεστό ρόφημα μήπως και ηρεμήσει λιγάκι.

Όλοι μαζί τον σκέπασαν με τις ζακέτες τους και ο Έλληνας έσκισε το πουκάμισο του σε μικρά κομματάκια και με αυτά του έκανε κομπρέσες. Μετά από λίγο προσπάθησε να εξηγήσει η Ιταλίδα στους άλλους ότι δεν πρέπει να κοιμηθούν όλοι, αλλά ότι πρέπει να έμνε κάποιος ξύπνιος να προσέχει το Γερμανό.

Λίγο αργότερα ο άρρωστος άρχισε να παραμιλάει δυνατά. Έτσι ξύπνησαν όλοι. Φυσικά και δεν καταλάβαιναν τι έλεγε, όμως τη μια στιγμή γελούσαν και την άλλη απορούσαν...

Αιτία γι' αυτό ήταν οι παράξενες εκφράσεις που έκανε το πρόσωπό του και οι

κινήσεις των χεριών του και τους σώματός του. Ο πυρετός του Γερμανού σιγά-σιγά περνούσε με την βοήθεια των άλλων. Προσπαθούσαν να τον βοηθήσουν αλλά και να βρουν φαγητό για την επιβίωση τους και κάποιο τρόπο για να φύγουν από εκεί... Πήγαν και βρήκαν φαγητό, αφήνοντας το Γερμανό να τον προσέχει η Ιταλίδα μέχρι να γυρίσουν. Όταν γύρισαν ο Γερμανός ήταν καλύτερα, χάρη στην φροντίδα της Ιταλίδας. Δεν ήξεραν με ποιο τρόπο να τον ρωτήσουν αν είχε όρεξη να φάει. Μόλις όμως αυτός είδε το φαγητό, το πρόσωπό του έδειξε μία έκφραση λιγούρας και πείνας, και έτσι όλοι κατάλαβαν ότι πεινάει. Έκατσαν και έφαγαν όλοι μαζί, αλλά δεν μπορούσε να φύγει από το μυαλό τους αυτή η σκέψη που τους προβλημάτιζε όλους. Η σκέψη της επιβίωσης τους, πως θα ζούσαν εκεί πέρα, χωρίς φαγητό και χωρίς στέγη.

Τα πράγματα γίνονται όλο και πιο δύσκολα και έπρεπε σύντομα κάτι να σκεφτούν. Μόλις έφαγαν αυτό το λίγο φαγητό που με δυσκολία κατάφεραν και βρήκαν, αποφάσισαν όλοι να κοιμηθούν. Στην προσπάθεια τους αυτή, κανένας δεν τα κατάφερε, όλοι ήταν προβληματισμένοι και σκεφτόταν για την ζωή τους. Τελικά μετά από ώρα κοιμήθηκαν. Την επόμενη μέρα που ξημέρωσε τα πράγματα έγιναν πολύ χειρότερα, ο Γερμανός υποτροπίασε με πολύ υψηλό πυρετό. Αργότερα έβγαλε κόκκινα σημάδια και κόκκινα μεγάλα σπυριά, ενώ έτρεμε ολόκληρος. Αυτό που κατάλαβαν οι άλλοι ήταν ότι μπορεί να πέθαινε. Όλοι έκλαιγαν. Στο πρόσωπό τους υπήρχαν μόνο εκφράσεις λύπης, στενοχώριας, θλίψης και απογοήτευσης. Τον βοηθούσαν όσο μπορούσαν τον καημένο, και έτσι έπεσε λίγο ο πυρετός. Το απόγευμα ο Έλληνας πήγε να βρει φαγητό. Στο δρόμο λοιπόν που προχωρούσε τον δάγκωσε ένα μεγάλο δηλητηριώδες φίδι. Με το ζόρι κατάφερε και πήγε στους άλλους. Δεν έφτανε η στενοχώρια που είχαν, μονό τους βρήκε και αυτό τώρα. Του έδεσαν το πόδι, και με ένα μαχαίρι τον τρύπησαν και του έβγαλαν το δηλητήριο.

Ωστόσο λίγες μέρες αργότερα, προέκυψε κάτι ευχάριστο. Ο Έλληνας και η Ιταλίδα ερωτεύθηκαν παράφορα. Δεν μπορούσαν να συνεννοηθούν, αλλά μιλούσαν με τα μάτια τους και με τις εκφράσεις τους του προσώπου. Άλλωστε ήταν τόσο δυνατό αυτό που ένιωθαν ο ένας για τον άλλον! Μετά, το επόμενο πρωί πέρασε ένα ελικόπτερο, το είδαν και άρχισαν όλοι να κουνάνε τα χέρια τους και να φωνάζουν, όμως ο Έλληνας και η Ιταλίδα ήταν τόσο πολύ ερωτευμένοι, που δεν ήθελαν να φύγουν, ήθελαν να κάτσουν εκεί και να ζήσουν τον έρωτα τους...

Το ελικόπτερο ούτε αυτήν την φορά τους είδε. Όλοι ήταν τόσο θυμωμένοι. Όλοι έκαναν χειρονομίες και έβριζαν. Ήταν όλοι τόσο ταλαιπωρημένοι ! Μετά από λίγες ώρες ο Έλληνας αποφάσισε να πάει για ακόμα μια φορά στο αεροπλάνο.

Πηγαίνοντας μέσα ήθελε να ψάξει για φαρμακευτικά είδη. Βρήκε μια βαλίτσα με διάφορα γιατρικά. Όσπου βρήκε και κάτι χάπια. Πήγε τρέχοντας στην καλύβα. Έδωσε δυο χαπάκια και λίγο νερό στον Γερμανό. Μετά από δυο ώρες ο πυρετός έπεσε και η διάθεση του ανέβηκε στα ύψη. Ο Γερμανός ήταν τόσο χαρούμενος και ευγνώμων στον Έλληνα. Αφού του "έσκασε" ένα μεγάλο χαμόγελο και τον αγκάλιασε τόσο σφιχτά, ο Έλληνας ένιωσε περήφανος!!

Μετά από 2 ώρες, κατά το απογευματάκι, η Ιταλίδα αποφάσισε ότι ήταν ώρα για λίγη διασκέδαση. Έτσι πήρε ένα καλάμι και σχεδίασε στην άμμο ένα χαμόγελο και ανθρώπους που έπαιζαν και τραγουδούσαν. Μόλις το είδαν οι υπόλοιποι άρχιζαν να χαμογελούν . Η Ιταλίδα ζωγράφισε στην άμμο ένα κινούμενο σχέδιο το οποίο προβάλλεται σε όλες τις χώρες του κόσμου και λέγεται (με μετάφραση) " Μίμος ο μουγκός". Σ' αυτό το κινούμενο σχέδιο πρωταγωνιστεί ένας άνθρωπος, ο όποιος χειρίζεται πολύ καλά την παντομίμα .

Πρώτος ξεκίνησε ο Κινέζος κάνοντας το δάσκαλο! Πήρε κλαδιά και σχημάτισε γυαλιά, τα φόρεσε! Άρχιζε να παραδίδει μάθημα (χωρίς να μιλάει). Μετά από λίγη ώρα ο Γερμανός το βρήκε και σηκώθηκε αυτός για να κάνει το δικό του "σόου". Έτσι ο Γερμανός άρχιζε να κυλιέται στην βρεγμένη άμμο και να κάνει διάφορους μορφασμούς και ιδιαίτερα χρησιμοποιώντας τη μύτη του. Τότε ο Έλληνας το κατάλαβε και ζωγράφισε ένα γουρούνι στην άμμο. Μόλις ο Γερμανός ένευσε καταφατικά και σήκωσε τον αντίχειρα του από το δεξί χέρι προς τα πάνω. Σηκώθηκε αμέσως ο Έλληνας και έκανε το ναυαγοσώστη. Πήρε μια σανίδα (από ξύλο)και άρχιζε να τρέχει πάνω κάτω στην παραλία. Όλοι είχαν ξεκαρδιστεί στα γέλια. Η Ιταλίδα όμως δεν ήξερε τι να κάνει! Έτσι αποφάσισε να τραγουδήσει. Τραγούδησε ένα ιταλικό τραγούδι και όλοι είχαν μαγευτεί από την φωνή της.

Ο Έλληνας βρήκε την ευκαιρία, αφού δεν έβλεπαν οι άλλοι, γιατί ήταν απορροφημένοι, να σηκωθεί και να πάει στο αεροπλάνο. Πήρε κρυφά ένα φακό και άρχισε. Μπαίνοντας μέσα ξεκίνησε να ψάχνει για ένα κυλινδρικό, μικρό δαχτυλίδι. Βρήκε ένα με μια όμορφη γαλάζια πέτρα .Το σήκωσε από κάτω βγήκε έξω και κατευθυνόταν τρέχοντας προς το μέρος της γαλανομάτας Ιταλίδας .Έτσι όλοι στράφηκαν προς το μέρος του. Αυτός μόλις έφτασε γονάτισε στην Ιταλίδα και έβαλε το χέρι του πάνω στο στήθος του. Η έκφραση του τα έλεγε όλα. Η Ιταλίδα με δάκρυα στα μάτια ένευσε καταφατικά και τον φίλησε. Όλοι είχαν μείνει με το στόμα ανοιχτό.

Μετά από λίγο, αφού έφαγαν όλοι μαζί τα φρούτα που είχαν περισσέψει,

έπεσαν για ύπνο.... Όλοι κοιμήθηκαν ως αργά. Όσα είχαν γίνει το προηγούμενο βράδυ τους είχαν κουράσει. Το πρωί που ξύπνησαν ο Γερμανός ήταν ακόμα καλύτερα και έτσι αποφάσισε να διεκδικήσει αυτό που του είχαν πάρει μέσα από τα χέρια του! Την Ιταλίδα που τόσο αγαπούσε κι όμως λόγω της αδυναμίας του με το χτύπημα, δεν είχε προλάβει να της το δείξει. Ο Έλληνας και η Ιταλίδα φαινόταν τόσο ευτυχισμένοι. Ο Γερμανός αποφάσισε να εξηγήσει στον Κινέζο με χειρονομίες και με το πρόσωπο πόσο ερωτευμένος ήταν με την Ιταλίδα .Ο Κινέζος όμως δεν συμφωνούσε, γιατί ο Έλληνας ήταν φίλος του. Τότε θυμωμένος χτύπησε το πόδι του κάτω στην άμμο και έφυγε. Όλοι ασχολούνταν με τους έρωτες και είχαν ξεχάσει ότι έπρεπε να φύγουν από το νησί, όσο πιο σύντομα γινόταν γιατί τα τρόφιμα είχαν στερέψει και το βράδυ έκανε πολύ κρύο πια, ενώ η καλύβα δεν τους κάλυπτε. Από κοινού αποφάσισαν λοιπόν να πάνε να εγκατασταθούν μέσα στο μισό αεροπλάνο.

Όλοι μαζί άρχισαν να περπατάνε για να φτάσουν στο αεροπλάνο. Όταν τελικά έφτασαν όλοι κοιμήθηκαν αμέσως, γιατί είχαν εξαντληθεί. Το επόμενο πρωί ο Γερμανός αποφάσισε να κάνει την σκέψη του για την Ιταλίδα πράξη. Όλο το πρωί την κοιτούσε επίμονα, κάνοντας εκφράσεις με το πρόσωπο του. Όμως ο Έλληνας το κατάλαβε και θυμωμένος όρμισε στον Γερμανό. Πήγε να τον χτυπήσει λέγοντας υβριστικά λόγια που κανένας, όμως άλλος δεν μπορούσε να καταλάβει, τη στιγμή που τον σταμάτησε η Ιταλίδα. Προσπάθησε να τον ηρεμήσει και τον αγκάλιασε.

Ο Έλληνας θυμωμένος πήγε στο αεροπλάνο και Ιταλίδα τον ακολούθησε. Όταν όμως εκείνη πήγε να κάτσει μαζί του εκείνος της έκανε μια χειρονομία με το δείκτη για να βγει έξω. Εκείνη έφυγε κλαίγοντας. Ο Γερμανός τότε την πλησίασε για να την κάνει να νιώσει καλύτερα, αλλά εκείνη αρνήθηκε. Εκείνη η μέρα πέρασε χωρίς να υπάρχουν άλλες εντάσεις. Το επόμενο πρωί ο Έλληνας ζήτησε συγνώμη στην Ιταλίδα και τα ξαναβρήκαν. Αποφάσισαν οι δυο τους να πάνε στο δάσος να βρουν κάτι φαγώσιμο, ενώ ο Κινέζος, ο Γάλλος και ο Γερμανός ψάρευαν .

Καθώς ψάρευαν οι τρεις τους είδαν ένα ελικόπτερο να πετάει, αυτή τη φορά χαμηλότερα από τα άλλα που είχαν προηγηθεί. Μάλλον έψαχνε γι' αυτούς, σκέφτηκαν. Αμέσως άρχισαν να φωνάζουν και να κουνάνε τα χέρια τους πάνω - κάτω. Το ελικόπτερο, αυτή τη φορά τους είδε και προσγειώθηκε. Όμως δεν ήταν εκεί ο Έλληνας και η Ιταλίδα.

Οι τρεις τους προσπάθησαν να εξηγήσουν στους διασώστες, οι οποίοι μιλούσαν αγγλικά και δεν μπορούσαν να καταλάβουν τι έλεγαν, με νοήματα. Τελικά μετά από ώρα που έψαχναν βρήκαν τον Έλληνα με την Ιταλίδα, και πάλι με

χειρονομίες προσπάθησαν να τους εξηγήσουν πως είχαν έρθει για να τους πάρουν από εκεί.

Ο Έλληνας από τη χαρά του, φίλησε την Ιταλίδα και αγκάλιασε τους άλλους. Πλέον είχε ξεχάσει αυτό που είχε κάνει ο Γερμανός και αγκάλιασε και εκείνον. Όλοι μαζί με τεράστια χαμόγελα στα πρόσωπα τους, έτρεχαν προς το ελικόπτερο. Όμως ένιωθαν και μια λύπη που θα χώριζαν, μετά από όλα αυτά που είχαν περάσει μαζί. Άλλα αποφάσισαν τελικά όταν φτάσουν πίσω να κανονίσουν να ξανασυναντηθούν. Έφυγαν όλοι από εκεί πέρα έχοντας αποκτήσει ο καθένας κάτι σπουδαίο. Είχαν μάθει, να συνεργάζονται, απέκτησαν μια άλλη γνώμη για τη μη λεκτική επικοινωνία που τους ήταν τόσο χρήσιμη και ο Έλληνας είχε αποκτήσει τον έρωτά του, τη γυναίκα του!!

ΤΕΛΟΣ

Συγγραφική ομάδα: 1^ο Project Γενικού Λυκείου Γαζίου

