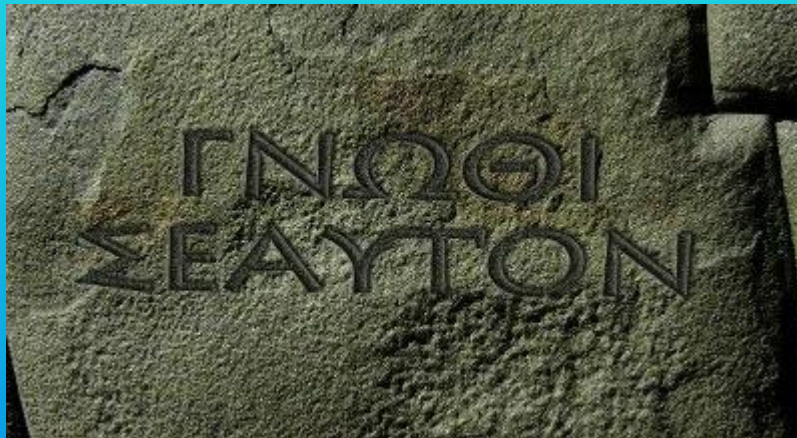


ΤΙΤΛΟΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:
« Γνωρίζω τον εαυτό μου »

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ (ΠΕ)	ΔΙΑΤΙΘΕΜΕΝΕΣ ΩΡΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΣΕ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΕΤΗ (ΝΑΙ/ΟΧΙ)	ΣΧΕΤΙΚΗ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ (ΦΟΡΕΑΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ)

Περίληψη

Το να γνωρίσει κανείς τον εαυτό του είναι μια διαρκής και επίπονη διαδικασία που δεν τελειώνει ποτέ.



Ξεκινώντας από την αρχή, ότι στόχος της παιδείας είναι όχι η απόκτηση στείων γνώσεων ικανών να βοηθήσουν το άτομο να ολοκληρωθεί στον τομέα της εξειδίκευσης, αλλά η απόκτηση γενικής κουλτούρας και η διαμόρφωση μιας προσωπικότητας που να είναι σε θέση να ανταποκριθεί σε όλες τις απαιτήσεις της ζωής, επιλέχθηκε το συγκεκριμένο θέμα για την ερευνητική μας εργασία.

ΣΚΟΠΟΣ

Να προσπαθήσουν οι μαθητές να απαντήσουν στα παρακάτω ερωτήματα:

- Ποιος είμαι;
- Ποια είναι τα όρια μου;
- Μέχρι που μπορώ να φτάσω;
- Ποια είναι τα δυνατά- αδύνατα σημεία μου;
- Μπορώ να διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου;





ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Ακουμπήσαμε τα παραπάνω ερωτήματα μέσα από μια σειρά δραστηριοτήτων που περιείχαν λόγο, κίνηση, ζωγραφική.

Συγκεκριμένα ασχοληθήκαμε με:

- Το κουτί με τα ονόματα (γνωριμία)
- Ιστορίες ονομάτων (δέσιμο ομάδας)
- Συμβόλαιο ομάδας (δέσιμο ομάδας)
- Πες το με μια κίνηση(γλώσσα σώματος)
- Κέντρο προσοχής (διαχείριση συναισθημάτων)

- Προσωπικό έμβλημα (ποιος είμαι)
- Φόβοι – προσδοκίες (δυνατά- αδύνατα σημεία)
- Κάρτες επιβίβασης στην ομάδα(ποιος είμαι)
- Δώρα στην ομάδα (αναγνώριση συναισθημάτων)
- Πόσο αποφασιστικός είμαι τώρα (διαχείριση συναισθημάτων)

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

- Ο εαυτός μας είναι ο καλύτερος φίλος μας ή ο χειρότερος εχθρός μας. Η κόλαση δεν είναι οι άλλοι αλλά ο ίδιος μας ο εαυτός.
- Οι άνθρωποι έχουμε μια αντιστοίχιση με τις τρεις κορυφές ενός ισόπλευρου τριγώνου:



- α. Τι νομίζουν οι άλλοι για μας.
- β. Τι νομίζουμε εμείς για τον εαυτό μας.
- γ. Ποιοι είμαστε.

Το παιχνίδι της συμπεριφοράς κρίνεται από την απόφασή μας σε ποια κορυφή θα τοποθετήσουμε τον εαυτό μας. (Δημήτρης Νανόπουλος)

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Το ταξίδι το οποίο ξεκινήσαμε είναι δύσκολο. Έχει ευχάριστες και δυσάρεστες στιγμές. Είμαστε ακόμα λιγάκι διστακτικοί και αμήχανοι όταν καλούμαστε να βάλουμε τον εαυτό μας απέναντι.

Είναι εύκολο και συχνά διασκεδαστικό το να ασχολούμαστε με τους άλλους. Μήπως χρειάζεται να δώσουμε και λίγο ουσιαστικό χρόνο στον εαυτό μας;