



**Δραστηριότητες
για τη δημιουργία επαγγελματικών
κοινοτήτων μάθησης (ΕΚΜ) και τη
διευκόλυνση της έρευνας και του
αναστοχασμού**



ΣΧΕΣΙΑΚΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ

Περπάτα στα παπούτσια μου: Χαρτογράφηση των
συναισθημάτων για την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης

LeaFaP

Leading and Facilitating Professional Learning Communities
in Schools towards an Inquiry-based and Reflective Practice
KA220-SCH - Cooperation partnerships in school education

Σχεσιακή Διάσταση

1. Εστίαση δραστηριότητας	‘Εξερεύνηση της Ενσυναίσθησης μέσω Χαρτογράφησης Συναισθημάτων’: Δημιουργία στάσης των συμμετεχόντων μιας Επαγγελματικής Κοινότητας Μάθησης (ΕΚΜ) σχετικά με την Ενσυναίσθηση
2. Διάρκεια δραστηριότητας	75 λεπτά περίπου
3. Προηγούμενη εμπειρία σε ΕΚΜ	Ορισμένοι συμμετέχοντες έχουν συμμετάσχει σε ΕΚΜ στο παρελθόν και ορισμένοι συμμετέχοντες δεν έχουν προηγούμενη εμπειρία σε ΕΚΜ. Οι συμμετέχοντες είναι στην αρχή της διαδικασίας ίδρυσης μιας ΕΚΜ.
4. Στόχοι της δραστηριότητας	✓ Να ενθαρρύνει την κατανόηση της οπτικής του άλλου μέσα από τις αλληλεπιδράσεις με συναδέλφους. ✓ Να προάγει τη χρήση τεχνικών οπτικοποίησης για την εμβάθυνση στην κατανόηση των συναισθηματικών οπτικών των άλλων ανθρώπων. ✓ Να ενισχύσει την ανάπτυξη αναστοχαστικής επίγνωσης σχετικά με την ενσυναίσθηση, ως δεξιότητα για την επαγγελματική εξέλιξη.
5. Περιγραφή της δραστηριότητας	Αυτή η δραστηριότητα καθοδηγεί τους συμμετέχοντες να αναλύσουν το συναισθηματικό ταξίδι ενός χαρακτήρα σε επιλεγμένα βίντεο. Χρησιμοποιεί δομημένα ερωτήματα, οπτική χαρτογράφηση και αναστοχαστικές συζητήσεις για να αναπτύξει δεξιότητες ενσυναίσθησης που είναι σχετικές με την προώθηση θετικών και εμπιστευτικών σχέσεων μέσα στις Επαγγελματικές Κοινότητες Μάθησης (ΕΚΜ) Η ενσυναίσθηση είναι απαραίτητη για τις ΕΚΜ, καθώς προάγει την εμπιστοσύνη, τη συμπερίληψη και την ουσιαστική συνεργασία. Εκτιμώντας και κατανοώντας τις οπτικές των άλλων, τα μέλη των ΕΚΜ μπορούν να συνεργάζονται πιο αποτελεσματικά για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος που υποστηρίζει την επαγγελματική ανάπτυξη, τους κοινούς στόχους και τη βελτίωση των αποτελεσμάτων Εισαγωγή: Η ενσυναίσθηση είναι η ικανότητα να κατανοούμε τις εμπειρίες και τα συναισθήματα ενός άλλου ατόμου χωρίς κρίση. Είναι σαν να μπαίνεις στα παπούτσια κάποιου άλλου και να βλέπεις τα πράγματα από την οπτική του. (Eisenberg & Strayer, 1990; Clark, 2010; Coplan & Goldie, 2011). Ο/Η Διευκολυντής/τρια (Δ) εισάγει την έννοια της ενσυναίσθησης (τονίζοντας την ενσυναίσθηση ως μια ενεργή, κοινή κατανόηση της οπτικής ενός άλλου ατόμου και τη σημασία της στη δημιουργία εμπιστευτικών σχέσεων μέσα στις ΕΚΜ. Ο/Η Δ εξηγεί ότι οι συμμετέχοντες θα εξερευνήσουν την ενσυναίσθηση αναλύοντας τα συναισθηματικά ταξίδια των χαρακτήρων μέσω βίντεο, εξετάζοντας τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τις πράξεις των χαρακτήρων. Ζέσταμα: Ερμηνεία πιο Υποτονικών Συναισθημάτων (5-7 λεπτά) • Εμφανίστε μια φωτογραφία ή ένα σιωπηλό κλιπ βίντεο που δείχνει ένα υποτονικό συναίσθημα (π.χ. αμηχανία, ήσυχος ενθουσιασμός). • Ο/Η Διευκολυντής (Δ) ρωτάει: ○ "Ποιο συναίσθημα μπορεί να αισθάνεται αυτό το άτομο;" ○ "Ποιες ενδείξεις παρατηρείτε στο πρόσωπό τους, το σώμα τους ή το περιβάλλον τους;" • Ο/Η Δ κάνει μια σύντομη συζήτηση για να τονίσει τη συναισθηματική λεπτομέρεια και τη πολιτισμική ποικιλία στην έκφραση των συναισθημάτων. • Φάση 1 - Παρατήρηση Βίντεο: Ο/Η Δ επιλέγει τέσσερα κλιπ βίντεο από το Παράρτημα 1: Προτεινόμενα Κλιπ Βίντεο (Περιλαμβάνει λίστα με κλιπ βίντεο με περιγραφές) και παρέχει οδηγίες: "Δείτε τα κλιπ, εστιάζοντας στην εμπειρία ενός μόνο χαρακτήρα. Προσέξτε τις λεκτικές και μη λεκτικές ενδείξεις που αποκαλύπτουν τα συναισθήματα ενός χαρακτήρα." ▪ Οι συμμετέχοντες παρακολουθούν τα κλιπ, επικεντρώνοντας την προσοχή τους στην εμπειρία ενός μόνο χαρακτήρα. • Φάση 2 - Χαρτογράφηση Συναισθημάτων: Ο/Η Δ διανέμει το Έγγραφο Χαρτογράφησης Συναισθημάτων (Παράρτημα 2- Περιλαμβάνει ένα δομημένο έγγραφο για την καταγραφή παρατηρήσεων κατά τη διάρκεια της αναστοχαστικής φάσης) για να καθοδηγήσει τον ατομικό αναστοχασμό. Ο/Η Δ παρέχει τις οδηγίες:

Παρακαλώ απαντήστε ατομικά στις ακόλουθες ερωτήσεις για να προσδιορίσετε την οπτική ενός χαρακτήρα: Έγγραφο Χαρτογράφησης Συναισθημάτων - (Παράρτημα 2: Παρέχει δομημένες ερωτήσεις για την καταγραφή παρατηρήσεων). Ο/Η Δ παρέχει ένα ολοκληρωμένο παράδειγμα για σαφήνεια.

- Τι αισθάνεται ο χαρακτήρας; (Παρατηρείστε συναισθηματικά στοιχεία και γλώσσα σώματος.)
- Τι ακούει ο χαρακτήρας; (Εντοπίστε ήχους ή διαλόγους που επηρεάζουν τη διάθεση.)
- Τι λέει ο χαρακτήρας; (Καταγράψτε αξιοσημείωτες φράσεις ή εκφράσεις.)
- Τι κάνει ο χαρακτήρας; (Περιγράψτε ενέργειες που αντικατοπτρίζουν τα συναισθήματα.)

Κάθε συμμετέχων απαντά σε αυτές τις ερωτήσεις ατομικά, προσδιορίζοντας λεκτικές και μη λεκτικές ενδείξεις που μεταδίδουν την οπτική και την εμπειρία του χαρακτήρα.

- Φάση 3 - Οπτική Χαρτογράφηση:

Ο/Η Δ εξηγεί πώς να απεικονίσουν οπτικά το συναισθηματικό ταξίδι του χαρακτήρα χρησιμοποιώντας πρότυπα από το Παράρτημα 2- (Παρέχει λεπτομερή πρότυπα για τη δημιουργία οπτικών χαρτών), επιτρέποντας ευελιξία στην σχεδίαση με βάση τις προτιμήσεις των συμμετεχόντων.

Οδηγίες:

Χρησιμοποιήστε μία από τις παρακάτω μορφές για να αποτυπώσετε το συναισθηματικό ταξίδι του χαρακτήρα:

- Χάρτης Σκέψης: Ξεκινήστε με το κυρίαρχο συναίσθημα στο κέντρο και αναπτύξτε κλαδιά που συνδέονται με σχετικές πράξεις, λέξεις ή εξωτερικές επιρροές.
- Χρονική Ροή: Καταγράψτε πώς εξελίσσονται τα συναισθήματα του χαρακτήρα μέσα στον χρόνο.
- Οπτικοποίηση με Σύμβολα: Χρησιμοποιήστε σχήματα ή σύμβολα (π.χ. καρδιές για συναισθήματα, βέλη για ενέργειες) για να απεικονίσετε το συναισθηματικό του ταξιδιού.

Οι συμμετέχοντες μεταφέρουν τις ιδέες τους σε μια οπτική μορφή για να δημιουργήσουν έναν “χάρτη” της συναισθηματικής πορείας του χαρακτήρα, συμπεριλαμβάνοντας βασικές σκέψεις, συναισθήματα και δράσεις που μεταφέρουν την ενσυναίσθηση.

- Ο/Η Δ παρέχει δείγματα οπτικής αναπαράστασης και υπογραμμίζει ότι οι συμμετέχοντες μπορούν να χρησιμοποιήσουν ψηφιακές ή αναλογικές μορφές.
- Φάση 4 - Συζήτηση Δυάδας:

Ο/Η Δ χωρίζει σε ζευγάρια τους συμμετέχοντες για μια συζήτηση δυάδας ώστε να ανταλλάξουν οπτικούς χάρτες και ιδέες χρησιμοποιώντας το Παράρτημα 4: Ερωτήσεις Συζήτησης Δυάδων (Περιλαμβάνει προτροπές για την καθοδήγηση ουσιαστικών ανταλλαγών απόψεων).

Οδηγίες:

- Μοιραστείτε τον οπτικό σας χάρτη και συζητήστε:
 - Ποιες ομοιότητες ή διαφορές παρατηρήσατε στις παρατηρήσεις σας σε σύγκριση με αυτές του συνεργάτη σας;
 - Πώς επηρέασαν τα συναισθήματα του χαρακτήρα τις δράσεις του;
 - Νιώσατε ενσυναίσθηση προς τον χαρακτήρα; Γιατί;
 - Ποιες νέες ιδέες σας παρέχει η παρατήρηση του συνεργάτη σας σχετικά με την εμπειρία του χαρακτήρα;

Κάθε συμμετέχων διαβάζει επίσης τον αναστοχασμό από το ζευγάρι που συνεργάστηκε, σημειώνοντας οποιαδήποτε νέα ιδέα κέρδισε από την ερμηνεία του άλλου ατόμου.

- Φάση 5 - Συζήτηση Όλης της Ομάδας:

	Ο/Η Δ προτρέπει τους συμμετέχοντες να μοιραστούν αναστοχασμούς από τις ατομικές και δυαδικές εργασίες, υπογραμμίζοντας την αξία της ενσυναίσθησης. Ερωτήσεις για την καθοδήγηση του αναστοχασμού: • Ποια νέα ιδέα σας δόθηκε από το άτομο που συνεργαστήκατε; • Τι σας εξέπληξε σε αυτή τη διαδικασία; • Πώς σας βοηθά αυτό να κατανοήσετε την ενσυναίσθηση στον ρόλο σας ως εκπαιδευτικού ή επαγγελματία ή μέσα σε μια επαγγελματική ομάδα; • Ποιες νέες ιδέες αποκτήσατε για την ενσυναίσθηση μέσω αυτής της δραστηριότητας; • Τι μπορούμε να μεταφέρουμε από αυτή την άσκηση στην κατανόηση και εφαρμογή της ενσυναίσθησης στις καθημερινές μας αλληλεπιδράσεις; • Ποια πρακτικά βήματα μπορείτε να κάνετε για να εφαρμόσετε τις δεξιότητες ενσυναίσθησης στις καθημερινές σας αλληλεπιδράσεις; • Πώς μπορεί η χαρτογράφηση της ενσυναίσθησης να γίνει εργαλείο για επαγγελματική και προσωπική ανάπτυξη; • Πώς μπορεί αυτή η εμπειρία να ενημερώσει τις αλληλεπιδράσεις σας εντός των ΕΚΜ; Κλείσιμο: Ο/Η Δ ζητά από κάθε συμμετέχοντα να μοιραστεί έναν τρόπο που μπορεί να εφαρμόσει τη χαρτογράφηση ενσυναίσθησης στην μελλοντική τους πρακτική και συνοψίζει τους αναστοχασμούς της ομάδας, τονίζοντας το αποτέλεσμα που ανέπτυξε η ομάδα από τη δραστηριότητα και τη σχεσιακή σημασία της ενσυναίσθησης στην συνεργατική εργασία, υπογραμμίζει τη σημασία της εφαρμογής αυτών των δεξιοτήτων για την προώθηση της κατανόησης και συνεργασίας.
6. Διαστάσεις υποστήριξης ΕΚΜ	Σχεσιακή διάσταση: Προώθηση της ενσυναίσθησης, του σεβασμού και της οικοδόμησης εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών των ΕΚΜ.
7. Μαθησιακά αποτελέσματα για τους συμμετέχοντες	Γνώσεις: - ο Στρατηγικές οικοδόμησης εμπιστοσύνης και ενσυναίσθησης και η σημασία τους σε ομάδες. • Δεξιότητες: - ο Επίδειξη διαπροσωπικών δεξιοτήτων, συμπεριλαμβανομένης της ενσυναίσθησης και του σεβασμού, μέσω λεκτικών και μη λεκτικών σημάτων. - ο Ανταπόκριση σε συναισθηματικά σήματα που επικοινωνούνται από τα μέλη της ομάδας κατάλληλα. - ο Διεξαγωγή δραστηριοτήτων που ενθαρρύνουν τον σεβασμό και την ανοικτότητα μεταξύ των μελών των ΕΚΜ. - ο Δημιουργία και διατήρηση ασφαλούς χώρου μέσα στην κοινότητα. • Στάσεις: - ο Δέσμευση στην προώθηση θετικών και αξιόπιστων σχέσεων.
8. Μορφή δραστηριότητας	Ατομικές, ζευγάρια, ομαδικές δραστηριότητες
9. Υλικά & εργαλεία	Εργαλείο 1: Ερωτήσεις αναστοχασμού για τη συναισθηματική χαρτογράφηση. Εργαλείο 2: Φύλλα παρατηρημάτων. Εργαλείο 3: Χαρτόνι, μαρκαδόροι ή ψηφιακά εργαλεία για την οπτική χαρτογράφηση.
10. Χώρος & προετοιμασία	Διαρρυθμίστε το δωμάτιο σε σχήμα U για να υποστηρίξετε τις συζητήσεις δυάδας και ομάδας. Προετοιμάστε τα υλικά για τη χαρτογράφηση και βεβαιωθείτε ότι το βίντεο είναι προσβάσιμο.
11. Διαστάσεις της συμπερίληψης	Ο/Η Δ διασφαλίζει ότι όλες οι ερμηνείες γίνονται σεβαστές, με τους συμμετέχοντες να ενθαρρύνονται να ακούν ενσυναίσθητα και να εκτιμούν τις διαφορετικές οπτικές. Η δραστηριότητα προάγει ένα πλήρως συμπεριληπτικό περιβάλλον όπου οι συμμετέχοντες νιώθουν σεβαστοί, πολύτιμοι και ενδυναμωμένοι να συμβάλλουν, ανεξαρτήτως των ικανοτήτων τους στην ενσυναίσθηση, επίπεδα αυτοπεποίθησης ή τρόπου επικοινωνίας. 1. Δίκαιη Συμμετοχή: Ο/Η Δ διασφαλίζει ότι όλες οι φωνές ακούγονται παρακολουθώντας τις συζητήσεις και προσκαλώντας το πιο ήσυχο συμμετοχής: “Ας ακούσουμε κάποιον που δεν έχει μιλήσει ακόμη· κάθε οπτική προσθέτει στην κατανόησή μας”. 2. Προσαρμογή σε Διάφορα Επίπεδα Ενσυναίσθησης: Ο/Η Δ παρέχει καθοδήγηση για να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να συμμετέχουν ουσιαστικά κατά τις φάσεις της δραστηριότητας:

	ο Για αρχάριους: “Επικεντρωθείτε σε χειρονομίες, τόνο ή εκφράσεις—μικρές λεπτομέρειες συχνά αποκαλύπτουν συναισθήματα.” ο Για προχωρημένους συμμετέχοντες: “Πώς θα μπορούσαν αυτά τα συναισθήματα να συνδεθούν με μη λεκτικά κίνητρα;” 3. Σεβασμός στο Στυλ/Τρόπο Επικοινωνίας: Εργαλεία όπως πρότυπα οπτικής αναπαράστασης και φύλλα χαρτογράφησης επιτρέπουν στους συμμετέχοντες να εκφράσουν ιδέες με διάφορους τρόπους. Ο/Η Δ επιβεβαιώνει τις συνεισφορές λέγοντας: “Ας τιμήσουμε όλους τους τρόπους που δίνουμε νόημα στην πορεία του χαρακτήρα- λέξεις, οπτικά ή σύμβολα.” 4. Ασφαλής, Αναστοχαστικός Χώρος: Ο/Η Δ υιοθετεί μοντέλα ανοικτής, μη επικριτικής γλώσσας και αντιμετωπίζει τις οπτικές ουδέτερα: “Αυτή είναι μια ενδιαφέρουσα οπτική· ας ακούσουμε πώς φτάσατε σε αυτή την παρατήρηση.” Ας αφήσουμε [το όνομα του συμμετέχοντα] να ολοκληρώσει πριν απαντήσουμε. 5. Εκτίμηση της ποικιλομορφίας: Ο/Η Δ συνοψίζει περιληπτικά για να αναδείξει τις ποικιλόμορφες οπτικές. Μερικοί από εμάς παρατηρήσαμε τη γλώσσα του σώματος, άλλοι τον τόνο ή τις ενέργειες — αυτό δείχνει πώς η ενσυναίσθηση είναι πολυδιάστατη.
12. Προώθηση δημοκρατικών αξιών και πρακτικών	Η δραστηριότητα προάγει ενεργά δημοκρατικές αξίες όπως η δικαιοσύνη, ο ανοικτός διάλογος, η συνεργασία και η κοινή λήψη αποφάσεων, προωθώντας ένα σεβαστό και συμμετοχικό περιβάλλον. 1. Δικαιοσύνη και Συμμετοχή: Ο/Η Δ εξισορροπεί τις συνεισφορές προσκαλώντας πιο ήσυχες φωνές: Ας σταματήσουμε και ακούσουμε τις σκέψεις αυτών που δεν έχουν μιλήσει ακόμα — κάθε οπτική έχει σημασία. 2. Ανοικτός Διάλογος και Αλληλεπίδραση με Σεβασμό: Ο/Η Δ ενθαρρύνει την εξερεύνηση παρά τη συζήτηση και αντιμετωπίζει τις διαφωνίες με εποικοδομητικό τρόπο: Δεν κρίνουμε ποιος είναι σωστός ή λάθος. Ας εξερευνήσουμε και τις δύο προοπτικές για να εμπλουτίσουμε την κατανόησή μας. 3. Συλλογικός Αναστοχασμός: Ο/Η Δ διευκολύνει τη διαδικασία δημιουργίας κοινού νοήματος συνοψίζοντας περιληπτικά: Όταν μοιραζόμαστε τις παρατηρήσεις μας, έχουμε δει πώς μπορεί να κατανοηθεί η ενσυναίσθηση με πολλούς τρόπους. 4. Διαφάνεια και Συνεχής Βελτίωση: Ανταλλάσσεται εποικοδομητική ανατροφοδότηση χωρίς επίκριση: Ποιες νέες θεωρήσεις σας έδωσε ο αναστοχασμός του συνεργάτη σας; Ο/Η Δ αναδεικνύει την κοινή ευθύνη: Ακούγοντας όλες τις προοπτικές, έχουμε δημιουργήσει μια συλλογική κατανόηση — ας αναλογιστούμε πώς θα την εφαρμόσουμε στην καθημερινότητά μας. 5. Ειρηνική Επίλυση Συγκρούσεων: Ο/Η Δ μοντελοποιεί ουδέτερη γλώσσα για να ενθαρρύνει την εκμάθηση μέσα από τις διαφορές: Είναι εντάξει να βλέπουμε τα πράγματα διαφορετικά; Τι μπορούμε να μάθουμε εξερευνώντας και τις δύο προοπτικές μαζί;
13. Προσαρμογή σε ψηφιακές ΕΚΜ	Τα βίντεο κλιπ και οι οπτικοακουστικές χαρτογραφήσεις μπορούν να κοινοποιηθούν ψηφιακά. Οι αίθουσες για την δημιουργία ομάδων (breakout rooms) διευκολύνουν τις συζητήσεις σε ζευγάρια, και εργαλεία όπως το Padlet ή οι ψηφιακοί νοητικοί χάρτες επιτρέπουν τη συνεργατική χαρτογράφηση.
14. Αναφορές & προτεινόμενες πηγές	Barrett, L. F., & Russell, J. A. (2015). Κατανόηση της ενσυναίσθησης και του ρόλου της στην εκπαίδευση. https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1373293.pdf Costantini, G. (2019). Η ενσυναίσθηση στην εκπαίδευση: ο επιτυχής δάσκαλος. Στο Empathy: Συναισθηματικές, ηθικές και επεξηγηματικές αφηγήσεις (σ. 73-81). Brill https://brill.com/display/book/edcoll/9789004398122/BP000006.xml Jalongo, M. R. (2014). Ανθρώπινη εκπαίδευση και ανάπτυξη ενσυναίσθησης στην πρώιμη παιδική ηλικία: Ορισμοί, αιτιολογία και αποτελέσματα. Διδάσκοντας συμπόνια: Ανθρώπινη εκπαίδευση στην πρώιμη παιδική ηλικία, 3-21. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-007-6922-9_1 McGowan, K., Christenson, L. A., & Muccio, L. (2021). Συνεργατική επαγγελματική μάθηση: Μια εξερεύνηση της ενσυναίσθησης στην εκπαίδευση δασκάλων πρώιμης παιδικής ηλικίας. Journal of Research in Childhood Education, 35(1), 111-121 https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02568543.2020.1801537
15. Παράρτημα που ακολουθεί	ναι

Παράρτημα

Παράρτημα 1. Λίστα Βίντεο - Για Χρήση από τους Διευκολυντές

Αυτή η κατηγορηματική μορφή υποστηρίζει την προσεκτική επιλογή κλιπ με βάση την συναισθηματική προσβασιμότητα, το βάθος και την πολιτισμική/κοντεξτουαλική πολυπλοκότητα.

Τύπος Συναισθήματος	Κλιπ & Σκηνή	Συναισθηματική Εστίαση
Καθολικά / Εύκολα Σχετιζόμενα Συναισθήματα	Spider-Man (2002) - Ο Πίτερ ανακαλύπτει ότι ο Θεός Μπεν έχει πεθάνει	Ενοχή, θλίψη και ευθύνη
	Jurassic Park (1993) - Σκηνή επίθεσης T-Rex	Φόβος, πανικός και ενστικτώδης επιβίωση
	Frozen (Disney) - Η Έλσα τραγουδά "Let It Go"	Φόβος κρίσης, συναισθηματική απελευθέρωση, αυτοαποδοχή
	Wonder Woman (2017) - Η Δάνα διασχίζει τη Γη χωρίς άνδρες	Θάρρος, συμπόνια και ηθική ευθύνη
Μετασχηματιστικά / Ενδυναμωτικά Στιγμιότυπα	Batman Begins (2005) - Ο Μπρους Γουέιν αντιμετωπίζει τον φόβο του στη σπηλιά	Ευαλωτότητα, φόβος, προσωπική ανάπτυξη
	Game of Thrones (S1E10) - Η Νταϊνέρις περπατά στη φωτιά με τα αυγά του δράκου	Θλίψη, αναγέννηση, μεταμόρφωση σε ηγεσία
	X-Men (2000) - Η Ρόγκ και ο Λόγκαν συζητούν για τη μετάλλαξή της	Απομόνωση, επιθυμία για σύνδεση, φόβος για τον εαυτό
Λεπτές / Πολιτισμικά Εξαρτώμενες Συναισθηματικές συνθήκες	Friends (S5E14) - Η Φοίβη προσπαθεί να seduce τον Τσάντλερ ("To Επεισόδιο όπου όλοι το μαθαίνουν")	Χιούμορ, αμηχανία, δυσφορία, κακή επικοινωνία
	Τανγκλ (Disney) - Η Ραπουνζέλ βλέπει τα πλωτά φαναράκια για πρώτη φορά	Θαυμα, χαρά, εσωτερική σύγκρουση, συναισθηματική ένταση
	Τζόκερ (2019) - Η κατάρρευση του Άρθουρ στον σταθμό του μετρό	Αποξένωση, εσωτερικός χαμός, συναισθηματική καταπίεση, κοινωνική πίεση
Μη λεκτικά / Χωρίς διάλογο αποσπάσματα (για προθέρμανση ή πρακτική συναισθηματικής νότας)	Pixar Στιγμή: Πάιπερ (2016)	Θάρρος, περιέργεια, ανάπτυξη, δυναμική γονέα-παιδιού
	Pixar Στιγμή: Λα Λούνα (2011)	Γενεαλογικοί ρόλοι, θαυμασμός, ταυτότητα
	Pixar Στιγμή: Το Δώρο (2014) από τον Τζέικομπ Φρέι	Έκπληξη, αποδοχή, ενσυναίσθηση, μεταμόρφωση
	Εσωτερικά Συναισθήματα (Disney) - Σκηνή σιωπηλής μνήμης (π.χ., η Λυπημένη παρηγορεί τον Μπινγκ Μπονγκ)	Νοσταλγία, συμπόνια, συναισθηματική υποστήριξη

Παράρτημα 2: Έγγραφο Χαρτογράφησης Συναισθημάτων

Οδηγίες:

1. Μετά την παρακολούθηση του βίντεο, αφιερώστε λίγο χρόνο για να αναλογιστείτε την εμπειρία του χαρακτήρα.
2. Χρησιμοποιήστε τις προτροπές παρακάτω για να καθοδηγήσετε την αναστοχαστική διαδικασία και να καταγράψετε τις παρατηρήσεις σας.

Προτροπή	Σημειώσεις Συμμετέχοντος
Τι αισθάνεται ο χαρακτήρας;	Παρατηρήστε και σημειώστε συναισθηματικά σημεία, γλώσσα σώματος κ.ά.
Τι ακούει ο χαρακτήρας;	Προσδιορίστε λέξεις ή ήχους που επηρεάζουν τη διάθεση του χαρακτήρα.
Τι λέει ο χαρακτήρας;	Καταγράψτε εκφράσεις ή φράσεις που χρησιμοποιεί ο χαρακτήρας.

Παράρτημα 3: Έγγραφο Οπτικής Χαρτογράφησης

1. Επιλέξτε ένα από τα παρακάτω πρότυπα που να ταιριάζει καλύτερα στο στυλ ανάλυσής σας.
 2. Μεταφέρετε τις παρατηρήσεις σας από το Έγγραφο Χαρτογράφησης Συναισθημάτων σε οπτική μορφή.
-
- **Γνωστικός χάρτης:** Τοποθετήστε το κύριο συναίσθημα (π.χ., λύπη, χαρά, φόβος) στο κέντρο και χρησιμοποιήστε κλαδιά για να συνδέσετε σχετικές σκέψεις, ενέργειες, λέξεις και περιβαλλοντικές επιρροές.

 - **Ροή Διαγράμματος:** Δείξτε την πρόοδο των συναισθημάτων του χαρακτήρα, καταγράφοντας κρίσιμες στιγμές που επηρεάζουν την εμπειρία του. Χρησιμοποιήστε βέλη για να δείξετε τις μεταβάσεις μεταξύ συναισθημάτων και κρίσιμων στιγμών.

 - **Διάγραμμα με Σύμβολα:** Χρησιμοποιήστε σχήματα ή σύμβολα (π.χ. καρδιές για συναισθήματα, βέλη για ενέργειες) για να απεικονίσετε την συναισθηματική πορεία.

Παράρτημα 4: Αναστοχαστικές Ερωτήσεις για Δυάδα και Ομαδική Συζήτηση

1. Συνεργαστείτε με άλλο συμμετέχοντα και ανταλλάξτε τους οπτικούς χάρτες σας.
 2. Χρησιμοποιήστε τις ερωτήσεις παρακάτω για να καθοδηγήσετε την συζήτησή σας.
-
- Ποιες ομοιότητες ή διαφορές παρατηρήσατε στους οπτικούς σας χάρτεςσε σύγκριση με αυτές του ατόμου που συνεργαστήκατε;

 - Πώς επηρεάσαν τα συναισθήματα του χαρακτήρα τις δράσεις του;

 - Νιώσατε ενσυναίσθηση προς τον χαρακτήρα; Γιατί;

 - Ποιες νέες ιδέες σας παρείχε η παρατήρηση του ατόμου που συνεργαστήκατε σχετικά με την εμπειρία του χαρακτήρα;

Leafap

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Co-funded by
the European Union

Erasmus+

Enriching lives, opening minds.

Αυτό το έργο χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται ανήκουν αποκλειστικά στους συγγραφείς και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Εκτελεστικής Υπηρεσίας Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και η EACEA δε φέρουν καμία ευθύνη για αυτές.