



Αγωγή στη συγχώρηση- φύλλο εργασίας

Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΘΥΜΟΥ

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΦΑΤΙΜΑ

Συχνά η μαμά λέει πως είμαι αυθόρμητη και μιλάω ακόμα και με τα άγνωστα παιδιά που συναντώ. Η αλήθεια είναι πως μιλάω με τα παιδιά, όχι με όλα τα παιδιά, αλλά με αυτά που μοιάζουν με μένα.

Η μαμά έχει μια συνήθεια να κρύβεται, την έχει από τότε που φύγαμε από την πατρίδα μας, ως πολιτικοί πρόσφυγες. Σε αυτή τη χώρα ήρθαμε για μια καλύτερη ζωή. Τα σπίτια που μένουμε είναι παλιά με σπασμένα τζάμια, οροφές που το χειμώνα στάζουν από τη βροχή και παγώνουν ακόμα και τις καρδιές μας. Με πιάνει μελαγχολία, γι' αυτό χάρηκα όταν άρχισα να πηγαίνω στο σχολείο για να συναντήσω παιδιά ακόμα να μιλήσω και να επικοινωνήσω μαζί τους.

Στην αρχή λοιπόν της σχολικής χρονιάς ήμουν πολύ ενθουσιασμένη όταν βρισκόμουν στο σχολείο. Αυτό μέχρι να καταλάβουν τι γινόταν γύρω μου και ιδιαίτερα στην αυλή κατά τα διαλείμματα. Τα παιδιά δεν με θέλουν κοντά τους. Με σπρώχνουν, με στριμώχνουν και εγώ μένω ακουμπισμένη στον τοίχο. Δεν θέλω να κρυφτώ για να μη νομίζουν ότι τους φοβάμαι. Στην αρχή. Μετά από λίγο όμως θυμώνω. Θυμώνω πολύ. το αίμα ανεβαίνει στο κεφάλι μου. Και κάτι μέσα μου σπάει κρακ από τη λύπη είστε πολύ σκληρά παιδιά σκέφτομαι. Δεν θα σας δώσω τη χαρά να με δείτε να κλαίω. Θυμώνω πολύ. Κάποτε θα εκδικηθώ, σκέφτομαι σιωπηλά πάντα.

Με λένε Φατίμα. Ακόμα και αυτό ακούγεται ξένο στο σχολείο. Τα παιδιά γελούν ακόμα με κοροϊδεύουν. Όλα περίεργα και διαφορετικά σε μένα. Δεν συμμετέχω στο μάθημα για να περνάω απαρατήρητη. Έτσι περνάω καλά. Διαβάζω όσο μπορώ μόνη μου ακόμα καθώς μαθαίνω και τη γλώσσα και άλλα πολλά ... θέλω να πλησιάσω τους καθηγητές να τους μιλήσω. Να τους πω για όσα ξέρω και όσα έκανα στην πατρίδα μου και ήμουν καλή και ξεχωριστή. Ναι ακόμα τώρα ξέρω πως θα δώσω ένα μάθημα στους άλλους γύρω μου. Θα τους νικήσω και θα τους πονέσω, όπως κάνουν αυτοί σε μένα. Μήπως δεν είναι σωστό; Δεν αντέχω την κοροϊδία. Δεν έχει αξιοπρέπεια ο χλευασμός και η υποτίμηση.

Η Μαρία η συμμαθήτριά μου μια μέρα με πλησίασε. Με έβλεπε θλιμμένη και νομίζω ότι με λυπήθηκε. Θέλεις να κάνουμε παρέα και ίσως το απόγευμα να έρθεις στο πάρκο που συχνάζουμε πολλά παιδιά; με προσκάλεσε!

Όχι, της απάντησα, με πολύ θυμό στα μάτια. Το βλέμμα της έσταζε από οίκτο. Όχι έτσι, σκέφτηκα, όχι με αυτόν τον τρόπο. Δεν θέλω καμία σχέση με κανέναν σας.

Γιατί, τι σου έκανα εγώ; απάντησε. Και έσκυψε το κεφάλι. Ένιωσα ότι την πρόσβαλα. Ίσως και να την στεναχώρησα. Δεν πειράζει, να καταλάβει και αυτοί πώς είναι να νιώθεις στο περιθώριο.

Είναι γεγονός ότι η Μαρία δεν μου είχε κάνει κάτι προσωπικά. Ποτέ δεν την θυμάμαι να με κοροϊδεύει μπροστά μου ή να χαιρείται όταν δεν τα κατάφερνα. Μην τα σκέφτεσαι αυτά. Μην σε πιάνει καλοσύνη, είπα στον εαυτό μου. Όλες ίδιες είναι στο σχολείο. Και ο θυμός μεγάλωνε μέσα μου.

Κι όμως ακόμα δεν νιώθω καλά. Στο σχολείο έχω αρχίσει να μην προσέχω, γιατί σκέφτομαι συνέχεια αυτά που συμβαίνουν. Στο σπίτι το ίδιο. Δεν μπορώ να διαβάσω. Χθες τσακώθηκα πάλι με την αδερφή μου χωρίς πραγματικά να μου φταίει σε κάτι. Αρχίζω να νιώθω κακιά και στριμμένη. Μήπως είμαι στ' αλήθεια;

Εδώ κρατάμε σημειώσεις!

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Οδηγίες για τον δάσκαλο:

- Αφόρμηση: Η ιστορία της Φατίμα (ένα κορίτσι πρόσφυγας που βιώνει απόρριψη στο σχολείο και νιώθει θυμό).
- Δεξιότητες που καλλιεργούνται: Συναισθηματική νοημοσύνη, κριτική σκέψη, συνεργασία, αυτογνωσία.

1η Δραστηριότητα: «Το μπουκάλι του θυμού»

Στόχος: Να κατανοήσουν οι μαθητές την ένταση και την εκτόνωση του θυμού, καθώς και τρόπους διαχείρισής του.

Υλικά:

Διάφανα πλαστικά μπουκάλια

Νερό, λάδι, χρώματα ζαχαροπλαστικής, γκλίτερ

Περιγραφή:

Οι μαθητές γεμίζουν το μπουκάλι με νερό (τα συναισθήματα) και προσθέτουν λάδι (διαχείριση θυμού).

Προσθέτουν γκλίτερ, το κλείνουν και το κουνάνε δυνατά.

Βλέπουν το χάος που δημιουργείται και συζητούν πώς μπορούν να ηρεμήσουν το "εσωτερικό τους μπουκάλι".

Διαπίστωση- μεγάλη αλήθεια από το πείραμα: Όταν είμαστε θυμωμένοι, είμαστε τόσο ανακατεμένοι, που δεν μπορούμε να σκεφτούμε τίποτε. Περιμένουμε να ηρεμήσουμε και ύστερα μιλάμε.

2η Δραστηριότητα: «Η υπόθεση Φατίμα – Debate & θεατρικό παιχνίδι»

Στόχος: Να κατανοήσουν οι μαθητές τις διαφορετικές οπτικές γωνίες γύρω από την ένταξη και την απόρριψη.

Περιγραφή:

Χωρίζονται σε δύο ομάδες:

Μία ομάδα θέλει να προσεγγίσει τη Φατίμα.

Η άλλη ομάδα είναι επιφυλακτική.

Κάνουν debate με επιχειρήματα υπέρ και κατά.

Στη συνέχεια, δημιουργούν έναν θεατρικό αυτοσχεδιασμό όπου παίζουν τη δυναμική της σχολικής αυλής.

Συζήτηση: Πώς μπορούν να γεφυρώσουν τις διαφορές;

Ιδέες για τα δύο μέρη του *debate* και παρεμβάσεις του εκπαιδευτικού:

Ομάδα Α – Υπέρ της προσέγγισης της Φατίμα

Η ομάδα αυτή υποστηρίζει ότι η Φατίμα αξίζει μια ευκαιρία να ενταχθεί στην παρέα τους και ότι η φιλία μπορεί να σπάσει τα εμπόδια.

Προτάσεις-επιχειρήματα:

- **«Όλοι αξίζουν μια ευκαιρία!»** – Η Φατίμα δεν έχει κάνει κάτι κακό. Είναι νέα στο σχολείο και χρειάζεται φίλους.
- **«Αν ήμασταν εμείς στη θέση της;»** – Αν μετακομίζαμε σε μια ξένη χώρα και μας φέρονταν έτσι, πώς θα νιώθαμε;
- **«Η διαφορετικότητα δεν είναι απειλή»** – Ο καθένας έχει κάτι μοναδικό να προσφέρει. Μπορούμε να μάθουμε από τη Φατίμα για τη ζωή της, τη γλώσσα της, τις συνήθειές της.
- **«Δεν πρέπει να κρίνουμε κάποιον πριν τον γνωρίσουμε»** – Μπορεί να φαίνεται απόμακρη, αλλά ίσως νιώθει άβολα ή φοβάται να ανοιχτεί.
- **«Η φιλία μπορεί να αλλάξει τα πάντα»** – Αν της δώσουμε μια ευκαιρία, μπορεί να γίνει μια υπέροχη φίλη.
- **«Δεν φταίει η Φατίμα για το ότι είναι πρόσφυγας»** – Οι γονείς της έφυγαν από τη χώρα τους για να ζήσουν καλύτερα. Δεν είναι δική της επιλογή.

Ομάδα Β – Επιφυλακτική απέναντι στη Φατίμα

Η ομάδα αυτή εκφράζει τις ανησυχίες και τις προκαταλήψεις που μπορεί να υπάρχουν, ώστε να δοθεί χώρος για συζήτηση και αλλαγή νοοτροπίας μέσα από το *debate*.

Προτάσεις-επιχειρήματα:

- **«Δεν ταιριάζουμε μαζί της»** – Δεν μιλάει καλά τη γλώσσα μας και οι συνήθειές της είναι διαφορετικές. Δεν θα καταλάβει το χιούμορ μας, τα παιχνίδια μας.
- **«Είναι αγενής!»** – Όταν η Μαρία της μίλησε, της απάντησε θυμωμένα. Αν πραγματικά ήθελε να γίνει φίλη μας, δεν θα μας μιλούσε έτσι.
- **«Δεν θέλουμε να αλλάξουμε την παρέα μας»** – Είμαστε ήδη δεμένοι ως ομάδα. Αν έρθει κάποιος καινούργιος, μπορεί να χαλάσει τη δυναμική μας.
- **«Δεν προσπαθεί αρκετά να ενταχθεί»** – Δεν συμμετέχει στο μάθημα, δεν μιλάει πολύ, δεν προσπαθεί να μας πλησιάσει.
- **«Δεν θα μείνει για πάντα εδώ»** – Ίσως η οικογένειά της φύγει σε λίγο καιρό. Γιατί να επενδύσουμε χρόνο σε μια φιλία που μπορεί να διαλυθεί σύντομα;
- **«Φοβόμαστε ότι θα μας απορρίψει»** – Αν την πλησιάσουμε, ίσως μας διώξει όπως έκανε με τη Μαρία.

Ανατροπές και προβληματισμοί για τη συζήτηση

Μετά την αρχική αντιπαράθεση, μπορείς να καθοδηγήσεις τη συζήτηση με ερωτήσεις όπως:

- **Για την Ομάδα Β (υποστηρικτική προς τη Φατίμα):**
 - Είναι δίκαιο να κρίνουμε κάποιον χωρίς να τον γνωρίζουμε;

- ο *Μήπως η αγένεια της Φατίμα είναι στην πραγματικότητα άμυνα;*
- ο *Πώς θα νιώθατε αν ήσασταν στη θέση της;*
- **Για την Ομάδα Α (θετική προς τη Φατίμα):**
 - ο *Πώς μπορείτε να δείξετε στη Φατίμα ότι θέλετε να τη γνωρίσετε, χωρίς να την πιέσετε;*
 - ο *Τι θα λέγατε στα παιδιά που έχουν επιφυλάξεις, ώστε να τα πείσετε να της δώσουν μια ευκαιρία;*
- **Για όλους:**
 - ο *Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε κάποιον που νιώθει θυμό και απόρριψη;*
 - ο *Τι ρόλο παίζει η ενσυναίσθηση στην επίλυση αυτών των καταστάσεων;*

Συνδυασμός με θεατρικό παιχνίδι

Μετά το debate, μπορούμε να ζητήσουμε από κάθε ομάδα να δημιουργήσει έναν **θεατρικό αυτοσχεδιασμό** βασισμένο στα επιχειρήματά της.

Ιδέες για σκηνές:

- Μια σκηνή στην αυλή του σχολείου, όπου τα παιδιά αποφασίζουν αν θα προσεγγίσουν τη Φατίμα ή όχι.
- Μια σκηνή μέσα στην τάξη, όπου η Φατίμα προσπαθεί να μιλήσει και οι συμμαθητές της αντιδρούν διαφορετικά.
- Ένα φανταστικό μέλλον, όπου η Φατίμα είτε έχει ενταχθεί στην ομάδα είτε έχει απομακρυνθεί τελείως – πώς εξελίχθηκαν τα πράγματα;

Μετά τις σκηνές, κάνουμε **ανατροφοδότηση**:

- *Πώς ένιωσαν οι μαθητές στους ρόλους τους;*
- *Άλλαξε η άποψή τους κατά τη διάρκεια του debate και του θεατρικού;*

Συμπέρασμα και κλείσιμο

Τελική συζήτηση:

Ζητάμε από κάθε παιδί να γράψει **μία λέξη ή φράση** που του έμεινε από τη δραστηριότητα.

Δραστηριότητα «Γράμμα στη Φατίμα» (Προαιρετική)

- Ζητάμε από τα παιδιά να γράψουν ένα μικρό γράμμα στη Φατίμα **από την οπτική του χαρακτήρα που υποδύθηκαν** (είτε υπέρ είτε κατά της αποδοχής της).
- Μετά, μπορούμε να τα διαβάσουμε και να δώσουμε χώρο για συναισθηματικές αντιδράσεις.