

ΠΡΟΣΘΕΤΗ ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ "ΩΣ ΕΔΩ ΚΑΙ ΜΗ ΠΑΡΕΚΕΙ..." (10 ')

Σκοπός της άσκησης είναι τα παιδιά να μάθουν να προστατεύουν τα όριά τους, διεκδικώντας τον προσωπικό τους χώρο.

Περιγραφή

Χωρίζετε σε δύο υποομάδες που κάθονται η μία απέναντι στην άλλη, σε δύο ευθείες. Η μία ομάδα είναι οι Α και οι άλλοι οι Β. Στους Β φοράτε ένα καπέλο που γράφει τη σχέση τους με τον απέναντι Α: στενός συγγενής, φίλος, γνωστός, άγνωστος. Αυτοί δεν ξέρουν τι γράφει το καπέλο τους και προσπαθούν με αργές κινήσεις να πλησιάσουν τον απέναντι τους όσο γίνεται περισσότερο και να τον ακουμπήσουν. Αυτός πρέπει να παραμείνει ακίνητος και να βρει τρόπο να τους επιτρέψει να πλησιάσουν μέχρι εκεί που θα αισθανόταν άνετα, ανάλογα με τη σχέση του μαζί τους. Οι Β πρέπει να προσπαθούν να καταλάβουν μέχρι πού τους επιτρέπει ο άλλος να πλησιάσουν και να σέβονται την επιθυμία του. Μερικοί μπορεί να προσπαθήσουν με μεγαλύτερη επιμονή να ξεπεράσουν το όριο.

Μεταξύ των δύο υποομάδων κάνετε τρεις ευθείες γραμμές στο πάτωμα με αυτοκόλλητες χαρτοταινίες. Η μία (η Γ1) είναι σε απόσταση μισού μέτρου από την ομάδα Α, η άλλη (η Γ2) σε απόσταση ενός μέτρου. Και η τρίτη, (η Γ3) σε απόσταση ενάμιση μέτρου. Τους εξηγείτε ότι: Στους πολύ δικούς μας ανθρώπους, στενούς συγγενείς και φίλους επιτρέπουμε ακόμη και να μας ακουμπήσουν ή να μας αγκαλιάσουν. Στους γνωστούς επιτρέπουμε να μας πλησιάσουν μέχρι μισό μέτρο. (Μέχρι τη γραμμή Γ1). Τους υπόλοιπους (αγνώστους ή ανθρώπους με τους οποίους δεν θέλουμε οικειότητα) τους κρατάμε σε απόσταση πάνω από ένα μέτρο. (Μέχρι τη γραμμή Γ3). Επιτρέπεται να χρησιμοποιήσουν μόνο τη γλώσσα του σώματος, το βλέμμα και την έκφραση του προσώπου, για να δείξουν από ποιο σημείο και μετά δεν επιτρέπουν την προσέγγιση. Η άσκηση διαρκεί 2-3 λεπτά.

Συζήτηση στην ολομέλεια:

Ρωτάτε με τη σειρά πρώτα τους Α:

Ήταν εύκολο να κρατήσετε τον άλλο σε απόσταση, δηλαδή να βάλετε τα όριά σας και να υπερασπιστείτε τον προσωπικό σας χώρο;

Πώς το πετύχατε;

Ρωτάτε τους Β: Ήταν εύκολο να καταλάβετε τα όρια του άλλου;

Πώς τα καταλάβατε;

Ποια νομίζετε ότι ήταν η σχέση σας με τον Α;

Πώς την κατάλαβατε;

Έχει σημασία να μπορούμε να βάζουμε τα όριά μας;

Είναι πάντα εύκολο;

Παραβίασε κάποιος το όριο σας;

Πώς αισθανόμαστε όταν ο άλλος εισβάλλει στον προσωπικό μας χώρο¹ χωρίς τη θέλησή μας;².

Για να καταλάβουν καλύτερα την έννοια του προσωπικού χώρου, καλείτε έναν εθελοντή να καθίσει στο κέντρο και οι υπόλοιποι να σχηματίσουν γύρω του τους τρεις ομόκεντρους κύκλους.

¹ Προσωπικός χώρος είναι ο φυσικός χώρος γύρω από τον εαυτό μας, σαν μία προέκταση του. Σαν τρεις κύκλοι ομόκεντροι κύκλοι γύρω μας με κέντρο τον εαυτό μας. Ο ένας έχει ακτίνα μισού μέτρου, για τους πολύ οικείους, ο άλλος ενός για τους γνωστούς και ο άλλος ενάμιση για τους αγνώστους.

² Άβολα. Σαν να θέλει να μας επιβληθεί.