ΕΡΓΟ ERASMUS+

Εκπαίδευση μέσω της ενσυναίσθησης: Μαζί ενάντια στη βία

Education through Empathy: Together against violence

2025-1-RO01-KA210-SCH-000354805

**1. ΣΕΝΑΡΙΟ**

**Χώρα:** Ελλάδα

**Ηλικιακή Ομάδα:** Τάξεις 9-10 (15-16 ετών)

**Αριθμός Μαθητών:** 20-25

**Διάρκεια:** 2 μαθήματα (90 λεπτά)

**Θέμα:** Κοινωνική & Πολιτική Αγωγή / Εργαστήρια Δεξιοτήτων

**Θέμα:** Μη βίαιη επικοινωνία και διαμεσολάβηση σε συγκρούσεις

**Στόχοι Σεναρίου:** Βλέπε σημείο 2.

**Συγγραφείς Σεναρίου:** Καλλιόπη Ντόλου

**Γλώσσα** : Ελληνικά (μετάφραση στα Αγγλικά για το έργο – Νικόλαος Παπανικολάου )

**2. ΣΤΟΧΟΙ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**α) Γνωστικοί (Γνώση)**

- **Γεγονός έναντι Κρίσης:** Ο μαθητής θα μάθει να διακρίνει μεταξύ αντικειμενικών **«Παρατηρήσεων»** (επαληθεύσιμα γεγονότα) και υποκειμενικών **«Αξιολογήσεων»** (ηθικολογικές κρίσεις). Αυτό τον βοηθά να κατανοήσει πώς η «ταμπέλα» κάποιου συχνά πυροδοτεί άμεση αμυντική στάση.
- **Δομική Κατάκτηση της Μη Βίαιης Επικοινωνίας (ΜΒΕ):** Οι μαθητές θα αποκτήσουν σαφή κατανόηση του **πλαισίου 4 βημάτων της Μη Βίαιης Επικοινωνίας (ΜΒΕ)** — Παρατήρηση, Συναίσθημα, Ανάγκη και Αίτημα. Θα είναι σε θέση να αναγνωρίσουν κάθε στοιχείο σε αντίγραφο ή σε πραγματικό διάλογο.

- **Ανάλυση Κρυφών Αναγκών:** Ο μαθητής θα είναι σε θέση να αναγνωρίσει ότι πίσω από κάθε «βίαιη» ή επιθετική δήλωση κρύβεται μια **ανεκπλήρωτη ανθρώπινη ανάγκη** (π.χ., η ανάγκη για αυτονομία, ένταξη ή ασφάλεια), η οποία αποτελεί το πρώτο βήμα για την επιτυχή διαμεσολάβηση.

**β) Συναισθηματικοί (Συμπεριφορικοί και Συναισθηματικοί)**

- **Ανάληψη ευθύνης για την κουλτούρα του σχολείου:** Ο μαθητής θα αναπτύξει αίσθημα **προσωπικής ευθύνης** για την ατμόσφαιρα της τάξης, αναγνωρίζοντας ότι η επιλογή των λέξεων που κάνει επηρεάζει άμεσα την ασφάλεια και την ευημερία των συνομηλίκων του.
- **Ενσυναίσθηση για τον «Άλλο»:** Οι μαθητές θα καλλιεργήσουν την προθυμία να εκτιμούν την οπτική γωνία ενός αντιπάλου κατά τη διάρκεια μιας σύγκρουσης. Αυτό συνεπάγεται την απομάκρυνση από ένα δίπολο «σωστού έναντι λάθους» και την προσέγγισή τους προς μια κατανόηση της ανθρώπινης αλληλεπίδρασης «βασισμένη στις ανάγκες».
- **Εκτίμηση της Σύνδεσης έναντι της Νίκης:** Ο μαθητής θα δώσει προτεραιότητα στη **διατήρηση της σχέσης** και στον αμοιβαίο σεβασμό έναντι της επιθυμίας να «νικήσει» μια κοινωνική ή λεκτική διαμάχη, ενισχύοντας τη μακροπρόθεσμη συναισθηματική νοημοσύνη.

**γ) Ψυχοκινητικοί ( Δεξιότητες )**

- **Γλωσσική Ακρίβεια:** Ο μαθητής θα εξασκηθεί στη φυσική και λεκτική απόδοση των **«δηλώσεων-εγώ»** (π.χ., «Νιώθω απογοητευμένος όταν…») για να αντικαταστήσει τις κατηγορητικές «δηλώσεις-εσύ» (π.χ., «Πάντα τα κάνεις θάλασσα…»).
- **Μηχανισμοί Ενεργητικής Ακρόασης:** Οι μαθητές θα επιδείξουν **τεχνικές ενεργητικής ακρόασης** , όπως η παράφραση του μηνύματος του ομιλητή και η αντανάκλαση των συναισθημάτων του σε αυτόν, ώστε να διασφαλιστεί η σαφήνεια και η συναισθηματική επιβεβαίωση.
- **Επίδοση Διαμεσολάβησης:** Μέσω παιχνιδιού ρόλων, οι μαθητές θα εξασκηθούν στα **μη λεκτικά σήματα** της διαμεσολάβησης, συμπεριλαμβανομένης της διατήρησης ήρεμης γλώσσας του σώματος, κατάλληλης οπτικής επαφής και ουδέτερου τόνου φωνής ακόμη και σε προσομοιώσεις υψηλής έντασης.

**3. ΒΑΣΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ**

**Επίλυση Συγκρούσεων: Αποκλιμάκωση της Λεκτικής Επιθετικότητας**

- **Τακτική Αποκλιμάκωση:** Οι μαθητές αναπτύσσουν την ικανότητα να αναγνωρίζουν την «κλίμακα κλιμάκωσης» σε λεκτικές ανταλλαγές. Μαθαίνουν να χρησιμοποιούν

ουδέτερη γλώσσα και «παύσεις αποκλιμάκωσης» για να αποτρέψουν μια μικρή διαφωνία από το να μετατραπεί σε μια μεγάλη αντιπαράθεση.

- **Δεξιότητες Διαπραγμάτευσης:** Εστιάζοντας στα αιτήματα και όχι στις απαιτήσεις, οι μαθητές αποκτούν την ικανότητα να προτείνουν λύσεις που είναι επωφελείς για όλες τις πλευρές, όπου ικανοποιούνται οι ανάγκες και των δύο μερών , κάτι που αποτελεί ζωτική δεξιότητα ζωής για την ενήλικη ζωή και τους μελλοντικούς χώρους εργασίας.

- **Ρύθμιση Συναισθημάτων:** Αυτή η ικανότητα περιλαμβάνει τον αυτοέλεγχο που απαιτείται για να παραμένει κανείς ήρεμος υπό πίεση, επιτρέποντας στους μαθητές να επεξεργάζονται τον θυμό τους εποικοδομητικά πριν αντιδράσουν σε άλλους.

**Κοινωνική και Πολιτική Ικανότητα: Επικοινωνία και Κοινότητα**

- **Επίγνωση Επιπτώσεων:** Οι μαθητές κατανοούν ότι η επικοινωνία δεν είναι απλώς μια ιδιωτική υπόθεση, αλλά ένα πολιτικό εργαλείο. Μαθαίνουν πώς οι μεμονωμένες λέξεις μπορούν είτε να οικοδομήσουν μια «κουλτούρα ειρήνης» είτε να συμβάλουν σε ένα τοξικό, σχολικό περιβάλλον αποκλεισμών.

- **Δημοκρατικός Διάλογος:** Με την πρακτική της διαμεσολάβησης, οι μαθητές συμμετέχουν στη δημοκρατική διαδικασία ακρόασης διαφορετικών απόψεων και εύρεσης κοινού εδάφους, κάτι που είναι απαραίτητο για την ενεργό συμμετοχή των πολιτών στα κοινά σε μια πολυπολιτισμική κοινωνία.

- **Προώθηση της Ένταξης:** Αυτή η ικανότητα επικεντρώνεται στη χρήση γλώσσας που σέβεται την ποικιλομορφία και περιλαμβάνει τις περιθωριοποιημένες φωνές, συμβάλλοντας στην πρόληψη της «Ερήμου του Κουτσομπολιού» ή του κοινωνικού αποκλεισμού που αναφέρεται στους γενικούς στόχους του έργου.

**Κριτική Σκέψη: Ανάλυση «Κρυφών Αναγκών»**

- **Ανάλυση Βασικών Αιτιών:** Οι μαθητές προχωρούν πέρα από την επιφανειακή κρίση της συμπεριφοράς (π.χ., «είναι νταής») και στην ανάλυση των υποκείμενων αιτιών (π.χ., «επιδιώκει την προσοχή επειδή νιώθει ότι τον αγνοούν»). Αυτή η μετατόπιση απαιτεί υψηλού επιπέδου γνωστική επεξεργασία και ενσυναίσθηση.

- **Αποδόμηση Γλώσσας:** Αυτή η ικανότητα περιλαμβάνει την «ακρόαση ανάμεσα στις γραμμές». Οι μαθητές μαθαίνουν να φιλτράρουν τα «κριτικά» μέρη ενός μηνύματος για να βρουν το βασικό μήνυμα ή αίτημα που κρύβεται μέσα σε επιθετικές ή συγκεχυμένες δηλώσεις.

- **Αξιολόγηση Αποτελεσμάτων:** Οι μαθητές εξασκούνται στην πρόβλεψη των συνεπειών διαφορετικών στυλ επικοινωνίας, αξιολογώντας κριτικά ποια προσέγγιση - βίαιη έναντι μη βίαιης - οδηγεί σε ένα πιο βιώσιμο και θετικό μακροπρόθεσμο αποτέλεσμα για όλα τα εμπλεκόμενα μέρη.

**4. ΜΕΘΟΔΟΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**

- **Η Προσομοίωση «Εργαστηρίου Ειρήνης» (Παιχνίδι Ρόλων):** Οι μαθητές δεν συζητούν απλώς για τη σύγκρουση. Εισέρχονται σε αυτήν σε ένα ελεγχόμενο «εργαστηριακό» περιβάλλον. Αναπαριστώντας ρεαλιστικά σενάρια σχολείου — όπως «κλήσεις» στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης ή διαμάχες στην καφετέρια— οι μαθητές βιώνουν σωματικά τη μετατόπιση της έντασης κατά τη μετάβαση από τις «δηλώσεις-Εσύ» στις «δηλώσεις-Εγώ».
    - Αυτή η μέθοδος επιτρέπει την άμεση ανατροφοδότηση από τους συνομηλίκους, μετατρέποντας τα λάθη σε στιγμές μάθησης χωρίς κοινωνικές συνέπειες στον πραγματικό κόσμο.

- **Το Εργαστήριο «Μετάφρασης Μη Βίαιης Επικοινωνίας» (Συνεργατική Ομαδική Εργασία):** Δουλεύοντας σε μικρές «ομάδες μετάφρασης», οι μαθητές λαμβάνουν μια λίστα με κοινές επιθετικές φράσεις («Βίαιη Επικοινωνία») και πρέπει να συνεργαστούν για να τις «αποκωδικοποιήσουν» στα 4 βήματα της Μη Βίαιης Επικοινωνίας.
    - Αυτή η συνεργατική προσέγγιση ενθαρρύνει τους μαθητές να συζητήσουν τη διαφορά μεταξύ συναισθημάτων και σκέψεων, οξύνοντας τη συλλογική τους συναισθηματική νοημοσύνη και τη γλωσσική τους ακρίβεια.

- **Καθοδηγούμενη Σωκρατική Συζήτηση & Καταιγισμός Ιδεών:** Ο/Η εκπαιδευτικός ενεργεί ως συντονιστής (ή «Κύριος Διαμεσολαβητής»), χρησιμοποιώντας ερωτήσεις ανοιχτού τύπου για να οδηγήσει τους μαθητές στην ανακάλυψη του «Παγόβουνου της Σύγκρουσης» από τους ίδιους.
    - Ανταλλάσσοντας ιδέες για τις «Κρυφές Ανάγκες» πίσω από κοινές συμπεριφορές στην τάξη, η τάξη χτίζει ένα κοινό λεξιλόγιο ενσυναίσθησης, διασφαλίζοντας ότι οι κανόνες επικοινωνίας δημιουργούνται *από τους* μαθητές και δεν *τους επιβάλλονται* .

- **Η Μέθοδος Παρατήρησης «Γυάλας»:** Μια μικρή ομάδα εκτελεί μια διαμεσολάβηση στο κέντρο της αίθουσας (τη «γυάλα»), ενώ η υπόλοιπη τάξη παρατηρεί και κρατά σημειώσεις σχετικά με συγκεκριμένες τεχνικές αποκλιμάκωσης που χρησιμοποιούνται.
    - Αυτή η μέθοδος αναπτύσσει δεξιότητες κριτικής παρατήρησης, επιτρέποντας στους μαθητές να δουν τα 4 βήματα της Μη Βίαιης Επικοινωνίας στην πράξη από μια αντικειμενική, οπτική γωνία τρίτου μέρους, προτού τη δοκιμάσουν οι ίδιοι.

- **Διαδραστική Παιχνιδοποίηση (Η Ταξινόμηση με βάση τις «Ανάγκες»):** Χρησιμοποιώντας φυσικές κάρτες ή ψηφιακά εργαλεία, οι μαθητές συμμετέχουν σε ένα γρήγορο παιχνίδι ταξινόμησης όπου πρέπει να κατηγοριοποιήσουν διάφορες λέξεις σε «Συναισθήματα», «Ανάγκες», «Παρατηρήσεις» ή «Αξιολογήσεις».

- Αυτή η παιχνιδοποιημένη προσέγγιση διατηρεί την ενέργεια σε υψηλά επίπεδα και βοηθά στην εδραίωση των γνωστικών ορισμών της Μη Βίαιης Επικοινωνίας με έναν διασκεδαστικό, ανταγωνιστικό και αξέχαστο τρόπο.

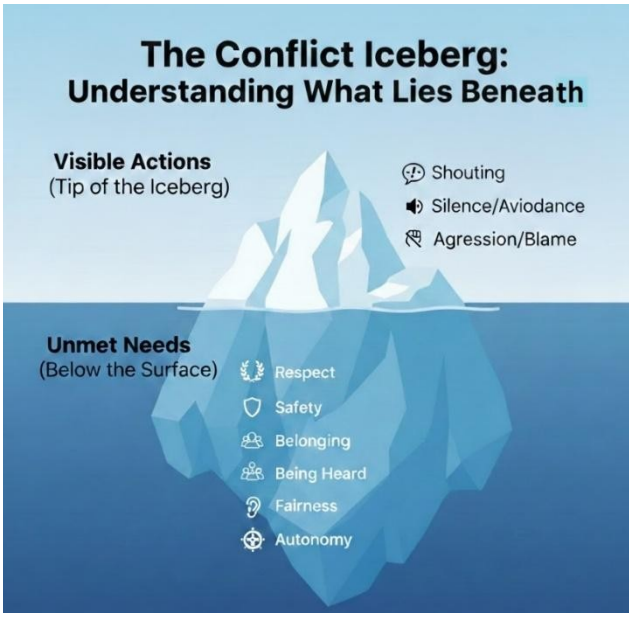
**5. ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΥΛΙΚΑ ΚΑΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ**

- **Η "Πυξίδα" του NVC (Οπτικό Βοήθημα):**




- Μια αφίσα μεγάλου μεγέθους ή μια ψηφιακή διαφάνεια που παρουσιάζει τα **4 Βήματα της Μη Βίαιης Επικοινωνίας** (Παρατήρηση, Συναίσθημα, Ανάγκη, Αίτημα). Αυτό χρησιμεύει ως σταθερό σημείο αναφοράς κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου.
- **Σκοπός:** Να δοθεί στους μαθητές ένας οπτικός χάρτης που θα ακολουθούν όταν «χαθούν» στη ζέστη ενός παιχνιδιού ρόλων.

- **Χάρτης Σύγκρουσης του «Παγόβουνου»:**




- Μια μεγάλη απεικόνιση ενός παγόβουνου όπου η κορυφή αντιπροσωπεύει «Ορατές Ενέργειες» (φωνές, σιωπή, επιθετικότητα) και το βυθισμένο μέρος αντιπροσωπεύει «Ανεκπλήρωτες Ανάγκες» (σεβασμό, ασφάλεια, αίσθηση του ανήκειν).
- **Σκοπός:** Για να καταδείξει οπτικά ότι η διαμεσολάβηση εστιάζει σε ό,τι βρίσκεται «κάτω από το νερό».

- **Παράρτημα 1: Κάρτες με θέμα « Συναισθήματα & Ανάγκες » :**
  - Ένα σετ καρτών με χρωματική κωδικοποίηση. **Οι μπλε κάρτες** απαριθμούν συναισθήματα (π.χ. μοναξιά, καταβεβλημένος, ανυπόμονος) και **οι πράσινες κάρτες** απαριθμούν τις καθολικές ανθρώπινες ανάγκες (π.χ. αυτονομία, συμπερίληψη, εμπιστοσύνη).
  - **Σκοπός:** Οι μαθητές που «δεν έχουν τις λέξεις» μπορούν να πάρουν μια κάρτα για να περιγράψουν την κατάστασή τους κατά τη διάρκεια των προσομοιώσεων.

- **Παράρτημα 2: Το Πρόχειρο του "Σεναρίου Διαμεσολάβησης":**
  - Μια απλοποιημένη, βήμα προς βήμα λίστα ελέγχου για τον μαθητή που ενεργεί ως «Διαμεσολαβητής». Περιλαμβάνει αρχικές φράσεις όπως *«Είμαι εδώ για να σας βοηθήσω να ακούσετε ο ένας τον άλλον»* και τελικές ερωτήσεις όπως *«Ποιο είναι ένα μικρό βήμα στο οποίο μπορείτε να συμφωνήσετε και οι δύο;»*
  - **Σκοπός:** Να μειωθεί το άγχος του μαθητή-διαμεσολαβητή παρέχοντάς του ένα επαγγελματικό «εργαλείο» για να το χειρίζεται.

- **Παράρτημα 3: Φύλλο εργασίας "Τοξικό σε Τονωτικό":**
  - Ένα φυλλάδιο με μια λίστα με «Τοξικά» μηνύματα (κρίσεις/αξιολογήσεις) που είναι συνηθισμένα στη ζωή στο λύκειο, με κενά «Τονωτικά» κενά για

να τα ξαναγράψουν οι μαθητές χρησιμοποιώντας τη λογική της Μη Βίαιης Επικοινωνίας (NVC).
    - **Σκοπός:** Να παρέχεται ένα μόνιμο αρχείο της μάθησής τους, το οποίο μπορούν να πάρουν μαζί τους στο σπίτι.

- **Ψηφιακός εξοπλισμός (Προαιρετικός αλλά συνιστάται):**
    - **Smartphone/Κάμερα:** Για την εγγραφή σύντομων κλιπ «Πριν και Μετά » (με γονική συγκατάθεση) που δείχνουν την ίδια σύγκρουση να επιλύεται άσχημα έναντι εκείνης που επιλύεται μέσω διαμεσολάβησης.
    - **Προβολέας/Διαδραστικός Πίνακας:** Για την προβολή αποτελεσμάτων καταιγισμού ιδεών σε πραγματικό χρόνο ή δημοσκοπήσεων " Menti " για τη μέτρηση της συναισθηματικής θερμοκρασίας της τάξης.

- **Φυσικός Χώρος Ρύθμιση :**
    - **Το «Τραπέζι Διαμεσολάβησης»:** Μια συγκεκριμένη περιοχή με τρεις καρέκλες (Μαθητής Α, Μαθητής Β και Διαμεσολαβητής) διατεταγμένες σε τρίγωνο που συμβολίζουν την ισότητα και το ουδέτερο έδαφος.

**6. ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (90 ΛΕΠΤΑ)**

**Φάση 1: Ενεργοποίηση & Η «Γλώσσα των Τζακ» (15 λεπτά)**

- **Το «Άλμα Κρίσης» (5 λεπτά):** Ο/Η εκπαιδευτικός διαβάζει μια λίστα με προτάσεις. Εάν η πρόταση είναι **Παρατήρηση** (γεγονός), οι μαθητές παραμένουν καθισμένοι. Εάν είναι **Αξιολόγηση** (κρίση/άποψη), πηδούν πάνω.
    - *Παράδειγμα:* «Φοράει κόκκινο πουκάμισο» (Κάθονται) έναντι «Είναι ενοχλητικός» (Πηδάνε).
- **Το αγκίστρι του παγόβουνου (10 λεπτά):** Χρησιμοποιώντας τον **χάρτη της σύγκρουσης του παγόβουνου** , ο/η εκπαιδευτικός δείχνει μια φωτογραφία ενός συνηθισμένου σχολικού καβγά.
    - **Εργασία:** Οι μαθητές κάνουν καταιγισμό ιδεών για το ποιες «Αόρατες Ανάγκες» κρύβονται κάτω από το νερό (π.χ., ανάγκη για σεβασμό, ανάγκη για συμπερίληψη, ανάγκη για ειρήνη).

**Φάση 2: Εργαστήριο «Μετάφρασης» για τη Γνώση της Μη Βίαιης Επικοινωνίας (20 λεπτά)**

- **Αποκωδικοποίηση των 4 Βημάτων:** Ο/Η εκπαιδευτικός παρουσιάζει την **Πυξίδα Μη Βίαιης Επικοινωνίας** (Παρατήρηση, Συναίσθημα, Ανάγκη, Αίτημα).
- **Εργαστήριο «Από Τοξικό σε Τονωτικό»:** Οι μαθητές εργάζονται σε ζεύγη με το Φύλλο Εργασίας του **Παραρτήματος 3.** Παίρνουν «Τοξικές» φράσεις όπως *«Πάντα αγνοείς τα μηνύματά μου επίτηδες!»* και τις μεταφράζουν σε «Τονωτικές» δηλώσεις.

- *Στόχος:* Εξασκηθείτε στο να λέτε: «Όταν βλέπω ότι δεν έχετε απαντήσει (Π), ανησυχώ (Σ), επειδή χρειάζομαι απάντηση (Α). Θα ήθελες να μου πεις γιατί είσαι απασχολημένος/η (Α).»

**Φάση 3: Διαμεσολάβηση μεταξύ Ομοτίμων "Γυάλα" (45 λεπτά)**

- **Επίδειξη (10 λεπτά):** Ο/Η εκπαιδευτικός και δύο εθελοντές αναπαριστούν μια σύγκρουση σχετικά με έναν κοινό βαθμό έργου. Ο/Η εκπαιδευτικός χρησιμοποιεί το **Σενάριο Διαμεσολάβησης** για να δείξει πώς να καθοδηγήσει τη συζήτηση.
- **Εναλλαγές Μικρών Ομάδων (25 λεπτά): Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες των τριών (Α**, Β και ο Διαμεσολαβητής). Χρησιμοποιήστε για πρακτική εξάσκηση **Καρτέλες** για **παιχνίδι ρόλων**:
  - **Γύρος 1:** Η «Ακατάστατη» Έκδοση (πώς συνήθως μάχονται).
  - **Γύρος 2:** Η έκδοση "Διαμεσολάβησης" (χρησιμοποιώντας το σενάριο και την NVC).
- **Ο «Κύκλος Ανατροφοδότησης» (10 λεπτά):** Οι διαμεσολαβητές μοιράζονται το πιο δύσκολο μέρος της διαδικασίας. Συνήθως, παραμένουν ουδέτεροι!

**Φάση 4: Στοχασμός & Το «Συμβόλαιο Ειρήνης» (10 λεπτά)**

- **Το Στιγμιαίο της Ησυχίας:** Κάθε μαθητής κοιτάζει τις **Κάρτες Συναισθημάτων & Αναγκών** και επιλέγει μία «Ανάγκη» που θέλει να τιμήσει περισσότερο στην τάξη του.
- **Κλείσιμο:** Οι μαθητές υπογράφουν ένα μεγάλο «Τείχος Ειρήνης» ή έναν ψηφιακό πίνακα, δεσμευόμενοι σε ένα «Αίτημα» Μη Βίαιης Επικοινωνίας (NVC) που θα χρησιμοποιήσουν αυτή την εβδομάδα.
- **Σύνδεση Erasmus+:** Ο/Η εκπαιδευτικός εξηγεί ότι οι «Τονωτικές» μεταφράσεις τους θα κοινοποιηθούν στους εταίρους στην Πορτογαλία, τη Ρουμανία και τη Σλοβακία για τη δημιουργία ενός «Ευρωπαϊκού Λεξικού Ενσυναίσθησης».

**7. ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΑΣΚΑΛΟ (ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗ, ΚΙΝΔΥΝΟΙ)**

- **Διαχείριση του παράγοντα της «ανησυχίας» :**
  - **Ο Κίνδυνος:** Οι μαθητές αυτής της ηλικιακής ομάδας συχνά βρίσκουν τα παιχνίδια ρόλων «ντροπιαστικά» ή «ψεύτικα».
  - **Η Λύση:** Χρησιμοποιήστε την **προσέγγιση του «Σκηνοθέτη»**. Εάν ένας μαθητής είναι πολύ ντροπαλός για να παίξει, αφήστε τον να είναι ο «Προπονητής» ή ο «Σεναριογράφος» για την ομάδα του. Μπορεί να καθίσει πίσω από τους ηθοποιούς και να ψιθυρίσει «μεταφράσεις NVC» στα αυτιά τους. Αυτό τους κρατάει αφοσιωμένους χωρίς την πίεση της εκτέλεσης.
- **Διαχείριση Υψηλής Τάσης Σενάρια :**

- **Ο Κίνδυνος:** Εντάσεις στην πραγματική ζωή μεταξύ των μαθητών ενδέχεται να εμφανιστούν κατά τη φάση της «Διαμεσολάβησης».
- **Η Λύση:** Χρησιμοποιήστε αυστηρά τις **Κάρτες Ρόλων** που παρέχονται. Μην επιτρέπετε στους μαθητές να αναπαραστήσουν «πραγματικές» τρέχουσες συγκρούσεις που συμβαίνουν στην τάξη μέχρι να κατακτήσουν την τεχνική χρησιμοποιώντας φανταστικούς χαρακτήρες. Βεβαιωθείτε ότι ο δάσκαλος παραμένει ένας «αιωρούμενος επόπτης» που θα παρέμβει εάν τα συναισθήματα γίνουν πολύ έντονα.

- **Διαφοροποίηση για Μαθητές με Διαφορετικό Προφίλ:**
  - **Για μαθητές με Κοινωνικό Άγχος:** Επιτρέψτε τους να εργαστούν στο γραπτό φύλλο εργασίας «Από Τοξικό σε Τονωτικό» (Παράρτημα 3) ατομικά ή ανά ζευγάρια πριν ζητήσετε οποιαδήποτε λεκτική συμμετοχή.
  - **Για Χαρισματικούς/Εξαιρετικά Λεξιλογικούς Μαθητές:** Προκαλέστε τους να λειτουργήσουν ως οι «Κύριοι Διαμεσολαβητές» για όλη την τάξη ή ζητήστε τους να αναλύσουν πιο σύνθετα σενάρια «ανάμεικτων συναισθημάτων» (π.χ., όταν κάποιος αισθάνεται ταυτόχρονα «ανακουφισμένος» και «ένοχος»).
- **Πολιτισμική Ευαισθησία:**
  - **Σημείωση:** Σε μερικές κουλτούρες, η επικοινωνία μπορεί να είναι παθιασμένη και έντονη.
  - **Η Λύση:** Διαφοροποιήστε την **Ένταση** από **τη Βία**. Εξηγήστε ότι η Μη Βίαιη Βία δεν έχει να κάνει με το να μιλάς ήσυχα ή να είσαι «ρομποτικός». Έχει να κάνει με το *περιεχόμενο* του μηνύματος. Μπορείτε να είστε δυνατοί και παθιασμένοι ενώ παράλληλα χρησιμοποιείτε «δηλώσεις-εγώ».
- **Παγίδα της «ουδετερότητας» :**
  - **Σημείωση:** Οι μαθητές-διαμεσολαβητές συχνά θέλουν να «διορθώσουν» το πρόβλημα ή να πάρουν θέση.
  - **Η Λύση:** Υπενθυμίστε τους ότι ένας διαμεσολαβητής είναι σαν **διαιτητής** , όχι κριτής. Η δουλειά του είναι να διασφαλίζει ότι ακολουθούνται οι «κανόνες της ενσυναίσθησης», όχι να αποφασίζει ποιος έχει δίκιο.

---

**8. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ( Αποδεικτικά Στοιχεία Μάθησης)**

Για να αποδείξετε τον αντίκτυπο του εργαστηρίου σας, χρησιμοποιήστε αυτές τις μεθόδους αξιολόγησης:

- **Διαμορφωτικό (Κατά τη διάρκεια):** Το παιχνίδι με άλματα «Παρατήρηση έναντι Αξιολόγησης» (Ενότητα 6) παρέχει άμεσα δεδομένα σχετικά με το πόσοι μαθητές κατανοούν την βασική γνωστική έννοια.

- **Βασισμένο σε προϊόν:** Συλλογή των **Φύλλων Εργασίας «Από Τοξικό σε Τονωτικό»** . Αναζητήστε την ικανότητα να αναγνωρίζετε σωστά μια «Ανάγκη» χωρίς να επιτίθεστε στο άλλο άτομο.
- **Η «Ρουμπρίκα Διαμεσολάβησης»:** Χρησιμοποιήστε μια απλή κλίμακα 3 αστέρων για το παιχνίδι ρόλων:
    1. Χρησιμοποίησαν μια «δήλωση-εγώ»;
    2. Εντόπισε ο διαμεσολαβητής την «Κρυφή Ανάγκη»;
    3. Υποβλήθηκε «Αίτημα» (όχι απαίτηση) ;
- **Τελικό (Μετά):** Ο **τοίχος υπογραφής του «Συμβολαίου Ειρήνης»** . Αυτό χρησιμεύει ως ένα ποιοτικό «εισιτήριο εξόδου» όπου οι μαθητές εκφράζουν τη δέσμευσή τους στις αξίες του έργου.

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ (ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ)**

- **Παράρτημα 1: Η «Πυξίδα» της Μη Βίαιης Επικοινωνίας (NVC) (Φύλλο οδηγιών για μαθητές)** Μια συνοπτική κάρτα αναφοράς που περιγράφει τα τέσσερα βήματα της Μη Βίαιης Επικοινωνίας: Παρατήρηση, Συναίσθημα, Ανάγκη και Αίτημα. Παρέχει «αρχικές φράσεις» για να βοηθήσει τους μαθητές να αναδιαρθρώσουν φυσικά την ομιλία τους σε στιγμές υψηλής πίεσης.
- **Παράρτημα 2: Το σενάριο του διαμεσολαβητή ομοτίμων** Ένας οδηγός βήμα προς βήμα για τον μαθητή που ενεργεί ως το ουδέτερο τρίτο μέρος. Αυτό το σενάριο περιλαμβάνει συγκεκριμένες υποδείξεις για την έναρξη της συνεδρίας, τη διευκόλυνση της ενεργητικής ακρόασης μεταξύ των μερών και την καθοδήγησή τους προς ένα «Συμβόλαιο Ειρήνης» ή αμοιβαία συμφωνία.
- **Παράρτημα 3: Κάρτες Ρόλων για το Λύκειο** Ένα σύνολο τοπικών σεναρίων σύγκρουσης, ειδικά προσαρμοσμένων στις κοινωνικές πραγματικότητες των μαθητών της 9ης και 10ης τάξης. Αυτά καλύπτουν σύγχρονα ζητήματα όπως οι παρεξηγήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, οι εντάσεις μεταξύ ομαδικών έργων και ο αποκλεισμός από συνομηλίκους, παρέχοντας ένα ασφαλές «εργαστήριο» για εξάσκηση.
- **Παράρτημα 4: Το Φύλλο Εργασίας για τη Σύγκρουση «Παγόβουνου»** Ένα εργαλείο οπτικής χαρτογράφησης που χρησιμοποιείται για την αποδόμηση μιας σύγκρουσης. Βοηθά τους μαθητές να εντοπίσουν ορατές «επιφανειακές» συμπεριφορές (επιθετικότητα, σιωπή) και να τις συνδέσουν με τις «βυθισμένες» ανεκπλήρωτες ανάγκες (σεβασμός, ασφάλεια, συμπερίληψη ), καλλιεργώντας βαθιά κριτική σκέψη και ενσυναίσθηση.

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1: Η "ΠΥΞΙΔΑ" του NVC (Φυλλάδιο με οδηγίες)**

*Εκτυπώστε το σε μικρές κάρτες για κάθε μαθητή.*

| Βήμα | Στόχος | Ξεκίνημα Φράσης |
|---|---|---|
| **1. Παρατήρηση** | Περιγράψτε τα γεγονότα χωρίς κρίση. | « Όταν βλέπω / ακούω … » |
| **2. Αίσθημα** | Εκφράστε το συναίσθημά σας (όχι τη γνώμη σας). | « Νιώθω …» |
| **3. Ανάγκη** | Προσδιορίστε την αξία ή την απαίτηση. | « Επειδή χρειάζομαι / εκτιμώ … » |
| **4. Αίτημα** | Ζητήστε μια συγκεκριμένη, θετική ενέργεια. | «Θα ήσουν πρόθυμος να…;» |

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: ΤΟ ΣΕΝΑΡΙΟ ΤΟΥ ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΤΗ**

*Εκτυπώστε το σε ένα πρόχειρο για τον μαθητή που παίζει τον ρόλο του «Διαμεσολαβητή».*

**Βήμα 1: Το άνοιγμα**

- «Σας ευχαριστώ και τους δύο που είστε εδώ. Στόχος μου είναι να σας βοηθήσω να ακούτε ο ένας τον άλλον. Δεν θα πάρω θέση. Έτοιμοι ;

**Βήμα 2: Ακούγοντας τον Μαθητή Α**

- «Μαθητή Α, τι συνέβη (Παρατήρηση); Πώς νιώθεις; Τι χρειάζεσαι;»
- *Προς τον Μαθητή Β:* «Μπορείτε να επαναλάβετε αυτό που ακούσατε να λέει ο Μαθητής Α;»

**Βήμα 3: Ακούγοντας τον Μαθητή Β**

- «Μαθητή Β, ποια είναι η δική σου οπτική γωνία; Πώς νιώθεις; Τι χρειάζεσαι;»
- *Προς τον Μαθητή Α:* «Μπορείτε να επαναλάβετε αυτό που ακούσατε να λέει ο Μαθητής Β;»

**Βήμα 4: Εύρεση της Γέφυρας**

- «Ακούγεται σαν να χρειάζεστε και οι δύο [π.χ. Σεβασμό/Διαύγεια]. Τι μπορούμε να κάνουμε για να συμβεί αυτό;»

**Βήμα 5: Η Συμφωνία**

- «Ποιο είναι ένα μικρό πράγμα που είστε και οι δύο πρόθυμοι να κάνετε σήμερα;»

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 3: ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ ΡΟΛΩΝ (Πλαίσιο Λυκείου)**

*Κόψτε τα σε κάρτες. Κάθε ομάδα τραβάει μία.*

- **Κατάσταση 1: Η ομαδική συνομιλία "Seen"** Ο μαθητής Α είναι αναστατωμένος επειδή ο μαθητής Β διάβασε το μήνυμά του στην ομάδα "Good-Friends" στο Whatsapp, αλλά δεν απάντησε για δύο ημέρες. Ο μαθητής Α τον/την αποκάλεσε "αλαζόνα" μπροστά στην τάξη.
- **Κατάσταση 2: Ο Τεμπέλης του Έργου.** Οι μαθητές εργάζονται πάνω σε μια παρουσίαση για το έργο Erasmus+. Ο Μαθητής Α έκανε όλη την έρευνα, ενώ ο Μαθητής Β αφιέρωσε τον χρόνο του εργαστηρίου στο TikTok . Μια αντιπαράθεση. ξεκινά κοντά στους υπολογιστές .
- **Κατάσταση 3: Η «δανεική» φούτερ με κουκούλα** Ο μαθητής Α δανείστηκε μια αγαπημένη μπλούζα από τον μαθητή Β και την επέστρεψε με έναν μικρό λεκέ. Ο μαθητής Β φωνάζει ότι ο μαθητής Α είναι «ασεβής και ακατάστατος».
- **Κατάσταση 4: Το παρεξηγημένο σχόλιο.** Ο μαθητής Α έκανε ένα αστείο για τους βαθμούς του μαθητή Β. Ο μαθητής Β ένιωσε ταπεινωμένος επειδή διάβαζε σκληρά. Τώρα αρνούνται να καθίσουν ο ένας δίπλα στον άλλον.

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 4: ΤΟ ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ «ΠΑΓΟΒΟΥΝΟ»**

*Χρησιμοποιήστε αυτό για τη Φάση 1 (Το αγκίστρι).*

**Η Επιφάνεια (Αυτό που βλέπουμε):** Φωνές, γουρλώματα ματιών, μπλοκάρισμα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, κουτσομπολιό.

**Το Βυθισμένο Μέρος (Τι χρειαζόμαστε):**

- **Αυτονομία** (να επιλέγω μόνος μου)
- **Το** να ανήκεις (να είσαι μέλος της ομάδας)
- **Σαφήνεια** (για να κατανοήσουμε τι συμβαίνει)
- **Αξιοπρέπεια** (πρέπει να αντιμετωπίζεται με σεβασμό)
- **Ενσυναίσθηση** ( να είναι κατανοητό )

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 5: Η ΣΥΜΒΑΣΗ ΕΙΡΗΝΗΣ**

(Εκτυπώστε ένα για κάθε μαθητή σε χαρτί A5)

ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΜΟΥ ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΕΙΡΗΝΗΣ

Επικοινωνία για ένα καλύτερο σχολείο

_____

1. ΣΗΜΕΡΑ ΑΝΑΚΑΛΥΨΑ...

(Σκέψεις για το «Παγόβουνο»)

Ποια είναι μια ανάγκη που συχνά κρύβω πίσω από τον θυμό μου;

_____

2. Η ΥΠΕΡΔΥΝΑΜΗ ΜΟΥ NVC

Ποιο από τα 4 βήματα (OFNR) θεωρώ ευκολότερο;

□ Παρατήρηση □ Συναίσθημα □ Ανάγκη □ Αίτημα

3. Η ΠΡΟΚΛΗΣΗ «ΤΟΝΩΤΙΚΟΥ»

Σκεφτείτε μια φράση «τοξική» που έχετε χρησιμοποιήσει τελευταία.

Ξαναγράψτε το εδώ ως μια σεβαστή «Δήλωση-Εγώ»:

_____

_____

4. Η ΔΕΣΜΕΥΣΗ ΜΟΥ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ

Στην επόμενη σύγκρουση, υπόσχομαι να:

□ Σταματήσω και να αναπνεύσω (Παύση)

□ Χρησιμοποιήσω μια «Δήλωση-Εγώ»

□ Ρωτήσω το άλλο άτομο: «Τι χρειάζεσαι;»

_____

«Η ειρήνη δεν είναι η απουσία σύγκρουσης, αλλά η

ικανότητα αντιμετώπισης συγκρούσεων με ειρηνικά μέσα».

Υπογραφή: _____ Ημερομηνία : _____

**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 6: ΤΟ «ΤΕΙΧΟΣ ΤΗΣ ΕΙΡΗΝΗΣ» (Μεγάλο Μορφότυπο)**

*Αυτή είναι μια συνεργατική δραστηριότητα για το τέλος του εργαστηρίου.*

**Οδηγίες:**

1. Τοποθετήστε ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού (μέγεθος A1 ή flipchart) στον τοίχο.
2. Στο κέντρο, γράψτε τον τίτλο του έργου:

**«Εκπαίδευση μέσω της ενσυναίσθησης: Μαζί ενάντια στη βία: ...Τόπος .. 2026"** .

3. Κάθε μαθητής, αφού υπογράψει το ατομικό του **Σύμφωνο Ειρήνης** , έρχεται στον τοίχο και γράφει μια **Παγκόσμια Ανάγκη** που θέλει να παρέχει το σχολείο του (π.χ. *Ασφάλεια*, *Σεβασμός*, *Ακρόαση*, *Αίσθημα Ανήκειν* ).
4. **Τελική Φωτογραφία:** Τραβήξτε μια ομαδική φωτογραφία με τους μαθητές και τον Τοίχο ως απόδειξη για τη διάδοση του Erasmus+ (με τη συγκατάθεση των γονέων).

**ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΟ ΦΥΛΛΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΑΣΚΑΛΟ**

**Έργο:** Εκπαίδευση μέσω της ενσυναίσθησης: Μαζί ενάντια στη βία

**Σενάριο:** Μη βίαιη επικοινωνία και διαμεσολάβηση σε συγκρούσεις (Ελλάδα)

**Τάξη: _____ Ημερομηνία: _____ Τοποθεσία: _____**

**ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ:**

**1. Ενεργοποίηση - Το «Παγόβουνο» & το Άλμα Κρίσης:**

- **Συμμετοχή μαθητή:** ▢ Υψηλή ▢ Μέση ▢ Χαμηλή
- **Διάκριση μεταξύ Παρατήρησης/Αξιολόγησης:** ▢Άριστη ▢Καλή ▢Χρήζει βελτίωσης

**2. Εργαστήριο « Μετάφρασης » της Μη Βιώσιμης Ομοσπονδίας Τηλεόρασης (NVC) :**

- **Ακρίβεια στη χρήση των 4 βημάτων (OFNR):** ▢ Υψηλή ▢ Μερική ▢ Χαμηλή
- **Δυνατότητα εντοπισμού «Κρυφών Αναγκών»:** ▢Βαθύ ▢Επιφανειακό ▢Δυσκολία

**3. Προσομοιώσεις Διαμεσολάβησης μεταξύ Ομοτίμων (Γυάλα/Ομάδες):**

- **Συμμετοχή των μαθητών σε ρόλους:** ▢ Υψηλή ▢ Μέτρια ▢ Χαμηλή
- **Η ικανότητα του διαμεσολαβητή να παραμένει ουδέτερος:** ▢ Πολύ Ουδέτερος ▢ Κυρίως Ουδέτερος ▢ Πήρε θέση
- **Ποιότητα λύσεων αποκλιμάκωσης:** ▢Ρεαλιστικό & Δημιουργικό ▢Γενικό ▢ Αδύναμο

**4. Αποτελεσματική Χρήση των «Δηλώσεων-Εγώ»:**

- **Γλωσσική ακρίβεια:** ▢ Άριστα ▢ Καλά ▢ Δύσκολα για μαθητές

**5. Σύμβαση Στοχασμού & Ειρήνης :**

- **Βάθος ατομικής δέσμευσης:** ▢ Βαθύ ▢ Επιφανειακό ▢ Αδιάφορο

**ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΕΠΙΠΤΩΣΗ:**

- **Πέτυχε το εργαστήριο τους επιδιωκόμενους στόχους;** ▢Πλήρως ▢Μερικώς ▢'Οχι
- **Θα χρησιμοποιούσα ξανά αυτό το σενάριο διαμεσολάβησης:** ▢Σίγουρα ▢Ίσως ▢Όχι

**Σημειώσεις για το τι λειτούργησε καλά (π.χ. συγκεκριμένα παιχνίδια ρόλων, σημαντικές ανακαλύψεις μαθητών):**

---

**Σημειώσεις σχετικά με το τι πρέπει να βελτιωθεί (π.χ., συγχρονισμός, χειρισμός «άγχους» ή έντασης):**

---

---

**Υπογραφή Δασκάλου: _____**

**ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΑΣΚΑΛΟ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΑ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ**

- **Προ-μάθημα Προετοιμασία :**
    - **Παραρτήματα 1, 2, 3 και 5** θα πρέπει να εκτυπωθούν σε επαρκείς ποσότητες (ένα ανά μαθητή ή ένα ανά ομάδα, όπως ορίζεται) πριν από την έναρξη του μαθήματος.
    - **Το Παράρτημα 4 (Το Παγόβουνο)** και **το Παράρτημα 6 (Το Τείχος της Ειρήνης)** θα πρέπει να εκτυπωθούν σε **μεγαλύτερη μορφή (μέγεθος A3 ή flipchart)** για να επιτραπεί η συλλογική ανταλλαγή ιδεών και η οπτική επίδραση.
- **Οπτική Προσαρμογή :**
    - Ενώ τα βήματα της Μη Βιώσιμης Ομοσπονδίας Κινδύνων (NVC) είναι δομημένα, οι **Κάρτες Παιχνιδιού Ρόλων (Παράρτημα 3)** μπορούν να ενημερωθούν με ονόματα ή συγκεκριμένες τοποθεσίες που είναι οικείες στους μαθητές σας στην περιοχή σας, ώστε να είναι πιο εύκολα αναγνωρίσιμοι.
    - Βεβαιωθείτε ότι όλα τα υλικά είναι μοντέρνα και οπτικά καθαρά. Για τις μεγάλες τάξεις αποφύγετε τα «παιδικά» clipart και επικεντρωθείτε σε επαγγελματικά σχέδια σε στυλ infographic.
- **Τεχνολογία Ενσωμάτωση :**
    - Εάν η αίθουσα του εργαστηρίου σας διαθέτει προβολέα, διατηρήστε την **Πυξίδα NVC (Παράρτημα 1)** εμφανιζόμενη στην οθόνη καθ' όλη τη διάρκεια της φάσης του παιχνιδιού ρόλων ως «ζωντανή» αναφορά για τους μαθητές που μπορεί να κολλήσουν.
- **Τεκμηρίωση Έργου & Έκθεση :**
    - Μετά το εργαστήριο, το **«Τείχος της Ειρήνης» (Παράρτημα 6)** μπορούν να εκτεθούν στον κοινόχρηστο χώρο του Κέντρου Εργαστηρίων ή στο διάδρομο του συμμετέχοντος σχολείου στο πλαίσιο της διάδοσης του Erasmus+.
    - Τραβήξτε φωτογραφίες υψηλής ποιότητας των ολοκληρωμένων **Φύλλων Εργασίας Iceberg** και των υπογραφών **της Σύμβασης Ειρήνης (εξασφαλίζοντας τη συμμόρφωση με τον GDPR/γονική συναίνεση) για να τις ανεβάσετε στο** TwinSpace ή στον ιστότοπο του έργου .
- **Χαρτοφυλάκια Μαθητών:**
    - Οι μαθητές θα πρέπει να φυλάξουν τα υπογεγραμμένα **Συμβόλαια Ειρήνης (Παράρτημα 5)** . Συνιστούμε να τα καταθέσουν στο "Φορτίο Προσωπικών Δεξιοτήτων" τους ως απόδειξη της εκπαίδευσής τους στη διαμεσολάβηση σε συγκρούσεις και τη συναισθηματική νοημοσύνη.
- **Ρόλος του Δασκάλου :**
    - Λειτουργήστε ως **συντονιστής και καθοδηγητής**, όχι ως λέκτορας. Στη φάση της διαμεσολάβησης μεταξύ ομοτίμων, μετακινηθείτε μεταξύ των ομάδων, αλλά παρεμβαίνετε μόνο εάν μια σύγκρουση γίνει «πραγματική» ή εάν ένας μαθητής-διαμεσολαβητής δυσκολεύεται σημαντικά να παραμείνει ουδέτερος.

ERASMUS+ PROJECT

Education through Empathy: Together against violence

2025-1-RO01-KA210-SCH-000354805

**1. SCENARIO**

**Country:** Greece

**Age Group:** Grades 9-10 (15-16 years old)

**Number of Students:** 20-25

**Duration:** 2 lessons (90 minutes)

**Subject:** Social & Political Education / Skills Labs

**Topic:** Nonviolent Communication and Conflict Mediation

**Scenario Objectives:** See point 2.

**Scenario Authors:** Kalliopi Ntolou

**Language**: Greek (translated into English for the project – Nikolaos Papanikolaou)

**2. LESSON OBJECTIVES**

**a) Cognitive (Knowledge)**

- **Fact vs. Judgment:** The student will learn to distinguish between objective **"Observations"** (verifiable facts) and subjective **"Evaluations"** (moralistic judgments). This helps them understand how "labeling" someone often triggers immediate defensiveness.
- **Structural Mastery of NVC:** Students will gain a clear understanding of the **4-step Nonviolent Communication (NVC) framework**—Observation, Feeling, Need, and Request. They will be able to identify each component in a transcript or real-life dialogue.
- **Analyzing Hidden Needs:** The student will be able to identify that behind every "violent" or aggressive statement is an **unmet human need** (e.g., a need for autonomy, inclusion, or safety), which is the first step in successful mediation.

**b) Affective (Attitudinal and Emotional)**

- **Ownership of School Culture:** The student will develop a sense of **personal responsibility** for the classroom atmosphere, recognizing that their choice of words directly influences the safety and well-being of their peers.
- **Empathy for "The Other":** Students will cultivate the willingness to value the perspective of an opponent during a conflict. This involves moving away from a "right vs. wrong" binary and toward a "needs-based" understanding of human interaction.
- **Valuing Connection Over Victory:** The student will prioritize the **preservation of the relationship** and mutual respect over the desire to "win" a social or verbal dispute, fostering long-term emotional intelligence.

**c) Psychomotor (Skills)**

- **Linguistic Precision:** The student will practice the physical and verbal delivery of **"I-statements"** (e.g., "I feel frustrated when..") to replace accusatory "You-statements" (e.g., "You always mess up...").
- **Active Listening Mechanics:** Students will demonstrate **active listening techniques**, such as paraphrasing the speaker's message and reflecting their feelings back to them to ensure clarity and emotional validation.
- **Mediation Performance:** Through role-playing, students will practice the **non-verbal cues** of mediation, including maintaining calm body language, appropriate eye contact, and a neutral tone of voice even in high-tension simulations.

**3. KEY COMPETENCIES**

**Conflict Resolution: De-escalating Verbal Aggression**

- **Tactical De-escalation:** Students develop the ability to recognize the "escalation ladder" in verbal exchanges. They learn to use neutral language and "de-escalating pauses" to prevent a minor disagreement from turning into a major confrontation.
- **Negotiation Skills:** By focusing on requests rather than demands, students gain the competency to propose win-win solutions where both parties' needs are met, which is a vital life skill for adulthood and future workplaces.
- **Emotional Regulation:** This competency involves the self-control required to remain calm under pressure, allowing students to process their own anger constructively before responding to others.

**Social & Civic Competence: Communication and Community**

- **Impact Awareness:** Students understand that communication is not just a private matter but also a civic tool. They learn how individual words can either build a "culture of peace" or contribute to a toxic, exclusionary school environment.

- **Democratic Dialogue:** By practicing mediation, students engage in the democratic process of hearing diverse viewpoints and finding common ground, which is essential for active citizenship in a multicultural society.

- **Promoting Inclusion:** This competency focuses on using language that respects diversity and includes marginalized voices, helping to prevent the "Desert of Gossip" or social exclusion mentioned in the project's overall goals.

**Critical Thinking: Analyzing "Hidden Needs"**

- **Root Cause Analysis:** Students move beyond judging surface-level behavior (e.g., "he is a bully") to analyzing the underlying causes (e.g., "he is seeking attention because he feels ignored"). This shift requires high-level cognitive processing and empathy.

- **Deconstructing Language:** This competency involves "listening between the lines." Students learn to filter out the "judgmental" parts of a message to find the core message or request hidden within aggressive or confusing statements.

- **Evaluation of Outcomes:** Students practice predicting the consequences of different communication styles, critically assessing which approach—violent vs. nonviolent—leads to a more sustainable and positive long-term outcome for all parties involved.

**4. TEACHING METHODS**

- **The "Peace-Lab" Simulation (Role-Playing):** Students don’t just discuss conflict; they step into it within a controlled "laboratory" setting. By acting out realistic school scenarios—such as social media "call-outs" or cafeteria disputes—students physically experience the shift in tension when moving from "You-statements" to "I-statements."
    - This method allows for immediate feedback from peers, turning mistakes into learning moments without real-world social consequences.

- **The "NVC Translation" Workshop (Collaborative Group Work):** Working in small "translation teams," students are given a list of common aggressive phrases ("Violent Communication") and must work together to "decode" them into the 4 steps of NVC.
    - This collaborative approach encourages students to debate the difference between feelings and thoughts, sharpening their collective emotional intelligence and linguistic precision.

- **Guided Socratic Discussion & Brainstorming:** The teacher acts as a facilitator (or "Chief Mediator"), using open-ended questions to lead students toward discovering the "Iceberg of Conflict" themselves.
    - By brainstorming the "Hidden Needs" behind common classroom behaviors, the class builds a shared vocabulary of empathy, ensuring the rules for communication are created *by* the students, rather than imposed *on* them.

- **The "Fishbowl" Observation Method:** A small group performs a mediation in the center of the room (the "fishbowl") while the rest of the class observes and takes notes on specific de-escalation techniques used.
    - This method develops critical observation skills, allowing students to see the 4 steps of NVC in action from an objective, third-party perspective before they try it themselves.

- **Interactive Gamification (The "Needs" Sort):** Using physical cards or digital tools, students participate in a fast-paced sorting game where they must categorize various words into "Feelings," "Needs," "Observations," or "Evaluations."
    - This gamified approach keeps energy high and helps solidify the cognitive definitions of NVC in a fun, competitive, and memorable way.

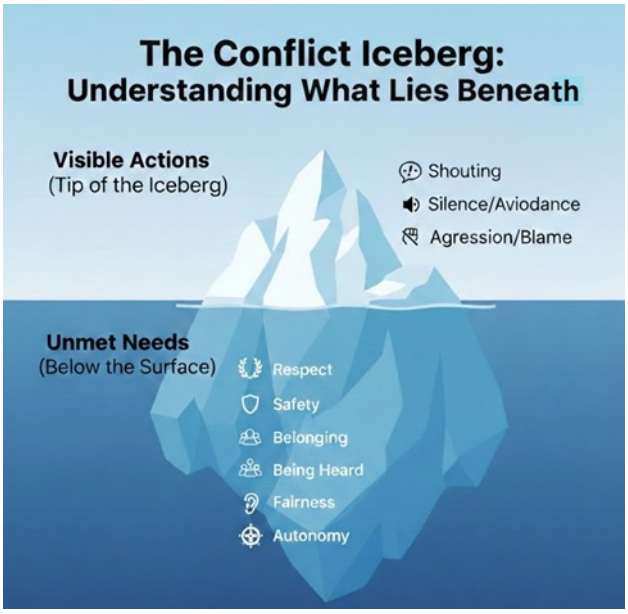
**5. REQUIRED MATERIALS AND EQUIPMENT**

- **The NVC "Compass" (Visual Aid):**




  - A large-format poster or digital slide displaying the **4 Steps of Nonviolent Communication** (Observation, Feeling, Need, Request). This serves as a constant reference point during the workshop.
  - **Purpose:** To give students a visual map to follow when they "get lost" in the heat of a role-play.

- **The "Iceberg" Conflict Map:**




- A large illustration of an iceberg where the tip represents "Visible Actions" (shouting, silence, aggression) and the submerged part represents "Unmet Needs" (respect, safety, belonging).
- **Purpose:** To visually demonstrate that mediation focuses on what is "under the water."

- **Appendix 1: "Feelings & Needs" Flashcards:**
  - A set of color-coded cards. **Blue cards** list feelings (e.g., lonely, overwhelmed, impatient) and **Green cards** list universal human needs (e.g., autonomy, inclusion, trust).
  - **Purpose:** Students who "lack the words" can physically pick up a card to describe their state during simulations.
- **Appendix 2: The "Mediation Script" Clipboard:**
  - A simplified, step-by-step checklist for the student acting as the "Mediator." It includes opening phrases like *"I am here to help you both hear each other,"* and closing prompts like *"What is one small step you can both agree on?"*
  - **Purpose:** To reduce the anxiety of the student mediator by giving them a professional "tool" to hold.
- **Appendix 3: "Toxic to Tonic" Worksheet:**
  - A handout featuring a list of "Toxic" messages (judgments/evaluations) common in high school life, with empty "Tonic" spaces for students to rewrite them using NVC logic.
  - **Purpose:** To provide a permanent record of their learning that they can take home.
- **Digital Equipment (Optional but Recommended):**

    - **Smartphone/Camera:** To record short "Before and After" clips (with parental consent) showing the same conflict resolved poorly vs. resolved via mediation.
    - **Projector/Interactive Whiteboard:** To display real-time brainstorming results or "Menti" polls to gauge the classroom's emotional temperature.
- **Physical Space Setup:**
    - **The "Mediation Table":** A specific area with three chairs (Student A, Student B, and Mediator) arranged in a triangle to symbolize equality and neutral ground.

**6. STRUCTURE AND COURSE OF THE LESSON (90 MINUTES)**

**Phase 1: Activation & The "Language of Jacks" (15 min)**

- **The "Judgment Jump" (5 min):** The teacher reads a list of sentences. If the sentence is an **Observation** (fact), students stay seated. If it is an **Evaluation** (judgment/opinion), they jump up.
    - *Example:* "He is wearing a red shirt" (Sit) vs. "He is being annoying" (Jump!).
- **The Iceberg Hook (10 min):** Using the **Iceberg Conflict Map**, the teacher shows a photo of a common school argument.
    - **Task:** Students brainstorm what "Invisible Needs" are hiding under the water (e.g., a need for respect, a need to be included, a need for peace).

**Phase 2: The NVC "Translation" Workshop (20 min)**

- **Decoding the 4 Steps:** The teacher introduces the **NVC Compass** (Observation, Feeling, Need, Request).
- **The "Toxic to Tonic" Lab:** Students work in pairs with the **Appendix 3 Worksheet**. They take "Toxic" phrases like *"You always ignore my messages on purpose!"* and translate them into "Tonic" NVC statements.
    - *Goal:* Practice saying: "When I see you haven't replied (O), I feel worried (F), because I need connection (N). Would you be willing to tell me why you're busy? (R)."

**Phase 3: Peer Mediation "Fishbowl" (45 min)**

- **Demonstration (10 min):** The teacher and two volunteers act out a conflict over a shared project grade. The teacher uses the **Mediation Script** to show how to guide the conversation.
- **Small Group Rotations (25 min):** Students divide into groups of three (A, B, and the Mediator). They use the **Role-Play Cards** to practice:
    - **Round 1:** The "Messy" Version (how they usually fight).
    - **Round 2:** The "Mediation" Version (using the script and NVC).
- **The "Feedback Loop" (10 min):** Mediators share the hardest part of the process. Usually, it's staying neutral!

**Phase 4: Reflection & The "Peace Contract" (10 min)**

- **The Quiet Minute:** Each student looks at the **Feelings & Needs Flashcards** and picks one "Need" they want to honor more in their class.
- **Closing:** Students sign a large "Peace Wall" or digital board, committing to one NVC "Request" they will use this week.
- **Erasmus+ Connection:** The teacher explains that their "Tonic" translations will be shared with the partners in Portugal, Romania, and Slovakia to create a "European Dictionary of Empathy."

**7. NOTES FOR THE TEACHER (DIFFERENTIATION, RISKS)**

- **Handling the "Cringe" Factor:**
    - **The Risk:** Students in this age group often find role-playing "embarrassing" or "fake."
    - **The Solution:** Use the **"Director" approach**. If a student is too shy to act, let them be the "Coach" or "Scriptwriter" for their group. They can sit behind the actors and whisper "NVC translations" into their ears. This keeps them engaged without the pressure of performing.
- **Managing High-Tension Scenarios:**
    - **The Risk:** Real-life tensions between students might surface during the "Mediation" phase.
    - **The Solution:** Strictly, use the **Role-Play Cards** provided. Do not allow students to act out "real" current conflicts happening in the classroom until they have mastered the technique using fictional characters. Ensure the teacher remains a "floating supervisor" to step in if emotions get too high.
- **Differentiation for Diverse Learners:**

    - **For Students with Social Anxiety:** Allow them to work on the "Toxic to Tonic" written worksheet (Appendix 3) individually or in pairs before asking for any verbal participation.
    - **For Gifted/Highly Verbal Students:** Challenge them to act as the "Master Mediators" for the whole class, or ask them to analyze more complex "mixed-feeling" scenarios (e.g., when someone feels both "relieved" and "guilty").
- **Cultural Sensitivity:**
    - **The Note:** In some cultures, communication can be passionate and high-volume.
    - **The Solution:** Differentiate between **Volume** and **Violence**. Explain that NVC isn't about speaking quietly or being "robotic"; it's about the *content* of the message. You can be loud and passionate while still using "I-statements."
- **The "Neutrality" Trap:**
    - **The Note:** Student mediators often want to "fix" the problem or take a side.
    - **The Solution:** Remind them that a mediator is like a **referee**, not a judge. Their job is to make sure the "rules of empathy" are followed, not to decide who is right.

---

**8. ASSESSMENT (Evidence of Learning)**

To prove the impact of your workshop, use these evaluation methods:

- **Formative (During):** The "Observation vs. Evaluation" jump game (Section 6) provides immediate data on how many students understand the core cognitive concept.
- **Product-Based:** Collection of the **"Toxic to Tonic" Worksheets**. Look for the ability to correctly identify a "Need" without attacking the other person.
- **The "Mediation Rubric":** Use a simple 3-star scale for the role-play:
    1. Did they use an "I-statement"?
    2. Did the mediator identify the "Hidden Need"?
    3. Was a "Request" (not a demand) made?
- **Summative (After):** The **"Peace Contract" signature wall**. This serves as a qualitative "exit ticket" where students express their commitment to the project's values.

**APPENDIXES (CONTENT PROPOSALS)**

- **Appendix 1: The NVC "Compass" (Student Cheat Sheet)** A compact reference card outlining the four steps of Nonviolent Communication: Observation, Feeling, Need, and Request. It provides "phrase starters" to help students physically restructure their speech during high-pressure moments.

- **Appendix 2: The Peer Mediator's Script** A step-by-step guide for the student acting as the neutral third party. This script includes specific prompts for opening the session, facilitating active listening between parties, and guiding them toward a "Peace Contract" or mutual agreement.
- **Appendix 3: High School Role-Play Cards** A set of localized conflict scenarios specifically tailored to the social realities of 9th and 10th graders. These cover modern issues like social media misunderstandings, group project tensions, and peer exclusion, providing a safe "laboratory" for practice.
- **Appendix 4: The "Iceberg" Conflict Worksheet** A visual mapping tool used to deconstruct a conflict. It helps students identify visible "surface" behaviors (aggression, silence) and link them to the "submerged" unmet needs (respect, safety, inclusion), fostering deep critical thinking and empathy.

**APPENDIX 1: THE NVC "COMPASS" (Cheat Sheet)**

*Print this on small cards for every student.*

| Step | Goal | Phrase Starter |
|---|---|---|
| **1. Observation** | Describe the facts without judgment. | "When I see/hear..." |
| **2. Feeling** | State your emotion (not your opinion). | "I feel..." |
| **3. Need** | Identify the value or requirement. | "Because I need/value..." |
| **4. Request** | Ask for a specific, positive action. | "Would you be willing to...?" |

**APPENDIX 2: THE MEDIATOR'S SCRIPT**

*Print this on a clipboard for the student playing the "Mediator" role.*

**Step 1: The Opening**

- "Thank you both for being here. My goal is to help you hear each other. I won't take sides. Ready?"

**Step 2: Hearing Student A**

- "Student A, what happened (Observation)? How do you feel? What do you need?"
- *To Student B:* "Can you repeat back what you heard Student A say?"

**Step 3: Hearing Student B**

- "Student B, what is your perspective? How do you feel? What do you need?"
- *To Student A:* "Can you repeat back what you heard Student B say?"

**Step 4: Finding the Bridge**

- "It sounds like you both need [e.g., Respect/Clarity]. What can we do to make that happen?"

**Step 5: The Agreement**

- "What is one small thing you are both willing to do today?"

**APPENDIX 3: ROLE-PLAY SITUATIONS (High School Context)**

*Cut these into cards. Each group draws one.*

- **Situation 1: The Group Chat "Seen"** Student A is upset because Student B read their message in the "Good-Friends" Whatsapp group but didn't reply for two days. Student A called him/her "arrogant" in front of the class.
- **Situation 2: The Project Slacker** Students are working on a presentation for the Erasmus+ project. Student A did all the research, while Student B spent the workshop time on TikTok. A confrontation starts near the computers.
- **Situation 3: The "Borrowed" Hoodie** Student A borrowed a favorite sweatshirt from Student B and returned it with a small stain. Student B is shouting that Student A is "disrespectful and messy."
- **Situation 4: The Misunderstood Comment** Student A made a joke about Student B's grades. Student B felt humiliated because they have been studying hard. Now they are refusing to sit next to each other.

**APPENDIX 4: THE "ICEBERG" WORKSHEET**

*Use this for Phase 1 (The Hook).*

**The Surface (What we see):** Shouting, eye-rolling, social media blocking, gossip.

**The Submerged Part (What we need):**

- **A**utonomy (to choose for myself)
- **B**elonging (to be part of the group)
- **C**larity (to understand what is happening)
- **D**ignity (to be treated with respect)
- **E**mpathy (to be understood)

**APPENDIX 5: THE PEACE CONTRACT**

(Print one for each student on A5 paper)

---

MY PERSONAL PEACE CONTRACT

Communication for a Better School

---

1. TODAY I DISCOVERED...

(Reflecting on the "Iceberg")

What is a need I often hide behind my anger?

_____

2. MY NVC SUPERPOWER

Which of the 4 steps (OFNR) do I find easiest?

□ Observation □ Feeling □ Need □ Request

3. THE "TONIC" CHALLENGE

Think of a "Toxic" phrase you've used lately.

Rewrite it here as a respectful "I-Statement":

_____

_____

4. MY COMMITMENT TO THE TEAM

In the next conflict, I promise to:

□ Stop and breathe (Pause)

□ Use an "I-Statement"

□ Ask the other person: "What do you need?"

_____

"Peace is not the absence of conflict, but the

ability to handle conflict by peaceful means."

Signed: _____ Date: _____

**APPENDIX 6: THE "PEACE WALL" (Large Format)**

*This is a collaborative activity for the end of the workshop.*

**Instructions:**

1. Place a large sheet of paper (A1 or flipchart size) on the wall.
2. At the center, write the project title:

   **"Education through Empathy: Together against violence: ...Place.. 2026"**.

3. Each student, after signing their individual **Peace Contract**, comes to the wall and writes one **Universal Need** they want their school to provide (e.g., *Safety*, *Respect*, *Listening*, *Belonging*).
4. **Final Photo:** Take a group photo with the students and the Wall as evidence for your Erasmus+ dissemination (with parental consent).

**PROPOSED EVALUATION SHEET FOR THE TEACHER**

**Project:** Education through Empathy: Together against violence

**Scenario:** Nonviolent Communication and Conflict Mediation (Greece)

**Class: _____ Date: _____ Location: _____**

**ACTIVITY EVALUATION:**

**1. Activation - The "Iceberg" & Judgment Jump:**

- **Student participation:** ▢ High ▢ Medium ▢ Low
- **Distinction between Observation/Evaluation:** ▢ Excellent ▢ Good ▢ Needs improvement

**2. NVC "Translation" Workshop:**

- **Accuracy in using the 4 steps (OFNR):** ▢ High ▢ Partial ▢ Low
- **Ability to identify "Hidden Needs":** ▢ Deep ▢ Superficial ▢ Struggled

**3. Peer Mediation Simulations (Fishbowl/Groups):**

- **Student engagement in roles:** ▢ High ▢ Medium ▢ Low
- **Mediator's ability to remain neutral:** ▢ Very Neutral ▢ Mostly Neutral ▢ Took Sides
- **Quality of de-escalation solutions:** ▢ Realistic & Creative ▢ General ▢ Weak

**4. Effective Use of "I-Statements":**

- **Linguistic precision:** ▢ Excellent ▢ Good ▢ Difficult for students

**5. Reflection & Peace Contract:**

- **Depth of individual commitment:** ▢ Deep ▢ Superficial ▢ Uninterested

**OVERALL IMPACT:**

- **Did the workshop reach the intended objectives?** ▢ Fully ▢ Partially ▢ Not yet
- **I would use this mediation scenario again:** ▢ Definitely ▢ Maybe ▢ No

**Notes on what worked well (e.g., specific role-plays, student breakthroughs):**

---

**Notes on what to improve (e.g., timing, handling "cringe" or tension):**

---

---

**Teacher's Signature: _____**

**INSTRUCTIONS FOR THE TEACHER REGARDING APPENDICES**

- **Pre-Lesson Preparation:**
  - **Appendices 1, 2, 3, and 5** should be printed in sufficient quantities (one per student or one per group as specified) before the session begins.
  - **Appendix 4 (The Iceberg)** and **Appendix 6 (The Peace Wall)** should be printed in a **larger format (A3 or flipchart size)** to allow for collective brainstorming and visual impact.
- **Visual Customization:**
  - While the NVC steps are structured, the **Role-Play Cards (Appendix 3)** can be updated with names or specific locations familiar to your Kavala students to make them more relatable.
  - Ensure all materials are modern and visually clean; for Grades 9-10, avoid "childish" clip art and focus on professional, infographic-style designs.
- **Technology Integration:**
  - If your workshop room has a projector, keep the **NVC Compass (Appendix 1)** displayed on the screen throughout the role-play phase as a "live" reference for students who may get stuck.
- **Project Documentation & Exhibition:**
  - After the workshop, the **"Peace Wall" (Appendix 6)** can be displayed in the common area of the Workshop Center or the participating school's hallway as part of the Erasmus+ dissemination.
  - Take high-quality photos of the completed **Iceberg Worksheets** and the **Peace Contract** signatures (ensuring GDPR compliance/parental consent) to upload to the project's TwinSpace or website.
- **Student Portfolios:**
  - Students should keep their signed **Peace Contracts (Appendix 5)**. We recommend they file them in their "Personal Skills Portfolio" as evidence of their training in conflict mediation and emotional intelligence.
- **The Teacher's Role:**
  - Act as a **facilitator and coach**, not a lecturer. In the peer mediation phase, move between groups but only intervene if a conflict becomes "real" or if a student mediator is significantly struggling to stay neutral.