



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# EMMW

## Ευαισθησία

# Emotional Management for Migrant Women

Migrafrica VJAAD e.V.

Γερμανία



\* Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

<b>1. Εισαγωγή στο Θέμα και τα Υποθέματα .....</b>	<b>2</b>
1.1. Γενικό Πλαίσιο .....	2
1.2. Ορισμός της Έννοιας .....	3
1.3. Διαφορετικές Πολιτισμικές Οπτικές για το Θέμα .....	4
1.4. Προοπτική του Φύλου .....	5
<b>2. Πολιτισμική Ευαισθησία και Διαπολιτισμική Επάρκεια .....</b>	<b>7</b>
2.1. Γενικό Πλαίσιο .....	7
2.2. Ομάδα-Στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας .....	8
2.3. Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας .....	9
2.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας .....	9
2.5. Βιβλιογραφία .....	12
<b>3. Ευαισθησία ως προς το φύλο .....</b>	<b>13</b>
3.1. Γενικό Πλαίσιο .....	13
3.2. Ομάδα-Στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας .....	13
3.3. Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας .....	14
3.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας .....	14
3.5. Βιβλιογραφία .....	17
<b>4. Ευαισθησία στο Τραύμα .....</b>	<b>18</b>
4.1. Γενικό Πλαίσιο .....	18
4.2. Ομάδα-Στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας .....	18
4.3. Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας .....	19
4.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας .....	19
4.5. Βιβλιογραφία .....	21
<b>5. Επίγνωση των Σχέσεων Εξουσίας .....</b>	<b>22</b>
5.1. Γενικό Πλαίσιο .....	22
5.2. Ομάδα-στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας .....	23
5.3. Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας .....	23
5.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας .....	24
5.5. Βιβλιογραφία .....	26
<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι: .....</b>	<b>27</b>
<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ: .....</b>	<b>28</b>

# 1. Εισαγωγή στο Θέμα και τα Υποθέματα

## 1.1. Γενικό Πλαίσιο

Το EMMW είναι ένα σχέδιο κατάρτισης που έχει σχεδιαστεί για την ανάπτυξη και τη διαχείριση συναισθηματικών δεξιοτήτων στο πλαίσιο της μετανάστευσης. Απευθύνεται σε γυναίκες μετανάστριες καθώς και σε κοινωνικούς λειτουργούς και ΜΚΟ. Στόχος του είναι να ενισχύσει την ικανότητά τους να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις που συνδέονται με την προσαρμογή και την ενσωμάτωση σε μια νέα χώρα, προωθώντας τελικά την ψυχολογική ευημερία και την ένταξη στη χώρα στην οποία αρχίζουν να διαμένουν. Το σύστημα κατάρτισης σχεδιάζεται να αναπτυχθεί κατά μήκος αυτών των δύο γραμμών με συμπληρωματικό τρόπο, λαμβάνοντας υπόψη τις διαφορετικές ανάγκες και προσεγγίσεις που απαιτούνται για κάθε ομάδα-στόχο για την ανάπτυξη θεμελιωδών κοινωνικών δεξιοτήτων.

Μετά τη διενέργεια της ανάλυσης κατάστασης ως αρχική δραστηριότητα PR1, η κοινοπραξία προχώρησε στη δεύτερη δραστηριότητα με στόχο την απόκτηση πιο λεπτομερών ποιοτικών αποτελεσμάτων. Στο πλαίσιο αυτό, οι εταίροι διοργάνωσαν μια σειρά από ομαδικές και ατομικές συνεντεύξεις με εμπειρογνώμονες στον τομέα της μετανάστευσης που διαθέτουν εμπειρία με το κοινό-στόχο. Με βάση την ανάλυση των αποτελεσμάτων, οι ακόλουθοι παράγοντες προσδιορίζονται ως εμπόδια στη διαδικασία κοινωνικής ένταξης των μεταναστριών.

- έλλειψη γλωσσικών δεξιοτήτων
- πολιτισμικές διαφορές
- αντιμετωπίζουν διπλές διακρίσεις
- να είναι ο κύριος φροντιστής παιδιών και ηλικιωμένων
- περιορισμένη πρόσβαση στην αγορά εργασίας και μόνο σε χαμηλόμισθους τομείς
- έλλειψη γνώσης των παροχών και των δικαιωμάτων (όπως η παροχή συμβουλών και ομάδων υποστήριξης καθώς και υπηρεσιών υγείας)
- ψυχολογικά θέματα

Προκειμένου να εξοπλίσουν και να υποστηρίξουν τους κοινωνικούς λειτουργούς στη σχέση τους με τις μετανάστριες, καθορίζονται 6 θέματα:

- Ακρόαση & ενσυναίσθηση
- Υπομονή
- Διαχείριση συναισθημάτων / Αυτοέλεγχος
- Ευαισθησία
- Ζητήστε βοήθεια
- Θετική στάση

Αυτή η θεωρητική ενότητα θα επικεντρωθεί στο θέμα της ευαισθησίας.

## 1.2. Ορισμός της Έννοιας

Η ευαισθησία είναι ένα σημαντικό χαρακτηριστικό της προσωπικότητας στην κοινωνική εργασία. Παρόλο που δεν υπάρχει προς το παρόν ένας ενιαίος ορισμός γι' αυτήν στην ψυχολογία και την κοινωνιολογία, να ένας τρόπος για να την ορίσουμε: Η ευαισθησία είναι ένα χαρακτηριστικό της προσωπικότητας που είναι "σε υψηλή εγρήγορση για εξωτερικές πληροφορίες, εύκολο να λάβει στοιχεία και έχει μεγαλύτερη ικανότητα να αντιλαμβάνεται λεπτές αλλαγές". Πολλαπλές μελέτες έχουν δείξει υψηλή συσχέτιση μεταξύ της ευαισθησίας και της συναισθηματικής νοημοσύνης<sup>1</sup>.

Τα ιδιαίτερα ευαίσθητα άτομα τείνουν να παρουσιάζουν υψηλότερη συναισθηματική νοημοσύνη, κατά την οποία φαίνεται να κατανοούν καλύτερα τις συναισθηματικές καταστάσεις του εαυτού τους και των άλλων και να ενεργούν ανάλογα. Για χάρη αυτής της θεωρητικής ενότητας, θα ορίσουμε την ευαισθησία ως τη δυνατότητα να είναι κανείς σε εγρήγορση για τις ιδιαιτερότητες, τις προσωπικότητες, τις ταυτότητες, τους πολιτισμούς και τα συναισθήματα των άλλων και να το συνειδητοποιεί αυτό κατά τη δημιουργία σχέσεων.

Επιλέξαμε τις ακόλουθες ικανότητες ευαισθησίας που φαίνεται να είναι πιο διαδεδομένες στην καθημερινή μας κοινωνική εργασία και προτείναμε μεθόδους για τη βελτίωσή τους εάν υπάρχουν ελλείψεις. Σε αυτή τη θεωρητική ενότητα, θα θίξουμε τα εξής:

- Πολιτιστική Ευαισθησία
- Ευαισθησία ως προς το Φύλο
- Ευαισθησία στο Τραύμα
- Επίγνωση των Σχέσεων Εξουσίας

Ο λόγος για τον οποίο επιλέξαμε αυτά τα θέματα είναι η συχνότητα εμφάνισής τους στις καθημερινές μας επαφές με τις μετανάστριες και η σημασία τους στο συμβουλευτικό μας έργο.

---

<sup>1</sup> Root, S. (2019). The Relationship Between Language, Emotional Intelligence, and Cultural Sensitivity [Master's thesis]. <https://doi.org/10.33015/dominican.edu/2019.HONORS.ST.14>

Όταν εργάζεστε με μετανάστριες, είναι σύνηθες να συναντάτε μετανάστριες που προέρχονται από διαφορετικά πολιτιστικά και θρησκευτικά υπόβαθρα. Η ενημέρωση σχετικά με αυτούς τους διαφορετικούς πολιτισμούς, θρησκείες και τρόπους ζωής αποτελεί βασική πτυχή της συμβουλευτικής διαδικασίας. Θα πρέπει επίσης να είναι κανείς ενημερωμένος και ευαίσθητος σχετικά με τα διαφορετικά φύλα, τα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις. Το τραύμα είναι επίσης ένας από τους πιο διαδεδομένους παράγοντες μεταξύ των μεταναστών, ιδίως μεταξύ των αιτούντων άσυλο και των προσφύγων. Η κατανόηση αυτών των τραυμάτων και η επίδειξη ενσυναίσθησης παίζει σημαντικό ρόλο στις συμβουλευτικές μας υπηρεσίες.

Προσθέσαμε το τελευταίο υποκεφάλαιο, τις σχέσεις εξουσίας στις συμβουλευτικές υπηρεσίες, για να ευαισθητοποιήσουμε τους κοινωνικούς λειτουργούς και τις μετανάστριες γυναίκες σχετικά με τις σχέσεις εξουσίας που συνήθως αναπτύσσονται μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών και των πελατών.

### 1.3. Διαφορετικές Πολιτισμικές Οπτικές για το Θέμα

Οι ευαίσθησιες μπορεί να διαφέρουν μεταξύ διαφορετικών πολιτισμών. Οι διαφορετικοί πολιτισμοί έχουν μοναδικές πεποιθήσεις, αξίες, έθιμα και παραδόσεις, οι οποίες επηρεάζουν τις στάσεις και τις συμπεριφορές τους. Η γλώσσα, η θρησκεία, το φύλο, τα κοινωνικά πρότυπα και οι ιστορικές εμπειρίες είναι μερικοί πολιτισμικοί παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν τις ευαίσθησιες.<sup>2</sup>

Για παράδειγμα, ορισμένοι πολιτισμοί μπορεί να θεωρούν την άμεση οπτική επαφή ως ένδειξη σεβασμού, ενώ σε άλλους πολιτισμούς η αποφυγή της οπτικής επαφής μπορεί να θεωρείται ένδειξη σεβασμού. Σε πολλούς ανατολικούς πολιτισμούς και σε ορισμένους πολιτισμούς της Καραϊβικής, η επαφή με τα μάτια του άλλου μπορεί να θεωρηθεί αγενής ή επιθετική. Σε μια μελέτη του 2013 που δημοσιεύθηκε στο PLOS ONE<sup>3</sup>, οι Ασιάτες ήταν πιο πιθανό από τους Δυτικούς να θεωρήσουν ένα άτομο που κάνει οπτική επαφή ως θυμωμένο ή απρόσιτο. Η μελέτη υπέδειξε επίσης ότι η κατεύθυνση του βλέμματος (άμεσο vs. αποτρεπτικό) θα μπορούσε να επηρεάσει τις αντιλήψεις σχετικά με τη διάθεση ενός άλλου ατόμου. Τα αποτελέσματα αυτά

<sup>2</sup> Matsumoto, D. (2007). Culture and psychology. Thomson Wadsworth.

Hofstede, G. (2001). Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions, and organizations across nations. Sage publications.

Hall, E. T. (1959). The silent language. Anchor Books.

Triandis, H. C. (1995). Individualism & collectivism. Westview Press.

<sup>3</sup> Akechi H, Senju A, Uibo H, Kikuchi Y, Hasegawa T, Hietanen JK. Attention to eye contact in the West and East: autonomic responses and evaluative ratings. PLoS One. 2013;8(3):e59312. doi: 10.1371/journal.pone.0059312. Epub 2013 Mar 13. PMID: 23516627; PMCID: PMC3596353.

υποδηλώνουν ότι οι πολιτισμικές διαφορές στη συμπεριφορά της οπτικής επαφής προκύπτουν από διαφορετικούς κανόνες επίδειξης και πολιτισμικές νόρμες.

Ομοίως, ορισμένοι πολιτισμοί μπορεί να δίνουν μεγάλη αξία στον ατομικισμό, ενώ άλλοι μπορεί να δίνουν έμφαση στον κollectιβισμό.<sup>4</sup> Αυτές οι διαφορές μπορούν να επηρεάσουν τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι επικοινωνούν, αλληλεπιδρούν και εκφράζονται. Είναι σημαντικό να έχετε επίγνωση αυτών των πολιτισμικών διαφορών και να είστε ευαίσθητοι σε αυτές όταν αλληλεπιδράτε με ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην προώθηση της κατανόησης και του σεβασμού, στην αποφυγή παρεξηγήσεων και στη δημιουργία θετικών σχέσεων.

## 1.4. Προοπτική του Φύλου

Υπάρχουν αρκετές μελέτες σχετικά με το φύλο και την ευαισθησία και είναι ευρέως διαθέσιμες στην ακαδημαϊκή βιβλιογραφία.<sup>5</sup>

Προηγούμενες μετα-αναλύσεις και ανασκοπήσεις σχετικά με τις διαφορές φύλου στην αναγνώριση συναισθημάτων έχουν δείξει ένα μικρό έως μέτριο γυναικείο πλεονέκτημα. Ωστόσο, τα αντιφατικά στοιχεία από πρόσφατες μελέτες έχουν εγείρει ερωτήματα σχετικά με τις επιπτώσεις των διαφορετικών μεθοδολογιών, ερεθισμάτων και δειγμάτων. Σε μια πρόσφατη έρευνα που βασίστηκε σε κοινοτικό δείγμα περισσότερων από 5.000 συμμετεχόντων, οι συγγραφείς εξέτασαν την υπόθεση της συναισθηματικής ευαισθησίας, δηλώνοντας ότι οι γυναίκες είναι πιο ευαίσθητες στην αντίληψη λεπτών συναισθηματικών ενδείξεων, δηλαδή ενδείξεων χαμηλής έντασης ή διφορούμενων ενδείξεων. Επιπλέον, συμπεριέλαβαν ένα τεστ αυτοαναφοράς συναισθηματικής νοημοσύνης προκειμένου να εξετάσουν τυχόν αποκλίσεις μεταξύ των αυτοαντιλήψεων και των πραγματικών επιδόσεων τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες.

---

<sup>4</sup> Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions, and organizations across nations*. Sage publications.

<sup>5</sup> Kirmayer, L. J. (2012). Gender and cultural psychiatry. *International Review of Psychiatry*, 24(3), 249-257. Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social role theory. *Handbook of theories of social psychology*, 2, 458-476. Bebbington, P., & Kuipers, L. (eds.) (1994). *The influence of gender on psychiatric diagnosis*. Gaskell. Glick, P., & Fiske, S. T. (1996). The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491-512.

Η έρευνα<sup>6</sup> δεν διαπίστωσε καμία υποστήριξη για τον λογαριασμό της συναισθηματικής ευαισθησίας, καθώς και τα δύο φύλα αξιολόγησαν τα συναισθήματα-στόχους ως εξίσου έντονα και στα δύο επίπεδα έντασης του ερεθίσματος. Οι άνδρες, ωστόσο, αντιλαμβάνονταν πιο έντονα τα συναισθήματα εκτός στόχου σε σχέση με τις γυναίκες. Επιπλέον, διαπίστωσε επίσης ότι οι χαμηλότερες βαθμολογίες των ανδρών στην αυτοαναφερόμενη EI δεν σχετίζονταν με την πραγματική αντίληψη των συναισθημάτων-στόχων, αλλά με την αντίληψη των συναισθημάτων μη-στόχων.

Είδαμε παραπάνω ότι η ευαισθησία γίνεται αντιληπτή με διαφορετικό τρόπο σε διαφορετικούς πολιτισμούς και αυτό ισχύει και για τα δύο φύλα. Ακόμη και αν δεν υπάρχουν αδιάσειστα στοιχεία που να υποστηρίζουν ότι οι γυναίκες είναι ιδιαίτερα ευαίσθητες, η ευαισθησία γίνεται αντιληπτή με διαφορετικό τρόπο σε διαφορετικά φύλα και άτομα. Ένα πράγμα όμως είναι αλήθεια, όλα τα άτομα από οποιουδήποτε πολιτισμούς ή τύπους φύλου μπορούν να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στις ικανότητες ευαισθησίας. Παρακάτω θα περιγράψουμε ορισμένες δραστηριότητες που βοηθούν τους συμμετέχοντες να βελτιώσουν τις ικανότητές τους από αυτή την άποψη.

---

<sup>6</sup> Fischer AH, Kret ME, Broekens J. Gender differences in emotion perception and self-reported emotional intelligence: A test of the emotion sensitivity hypothesis. PLoS One. 2018 Jan 25;13(1):e0190712. doi: 10.1371/journal.pone.0190712. PMID: 29370198; PMCID: PMC5784910.

## 2. Πολιτισμική Ευαισθησία και Διαπολιτισμική Επάρκεια

### 2.1. Γενικό Πλαίσιο

Η γνώση πολλαπλών γλωσσών, το υψηλότερο επίπεδο συναισθηματικής νοημοσύνης και η πολιτισμική ευαισθησία είναι θετικά χαρακτηριστικά που πρέπει να φέρουν στον σημερινό παγκοσμιοποιημένο κόσμο. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα για τους κοινωνικούς λειτουργούς που εργάζονται με μετανάστες και διαφορετικές ομάδες ανθρώπων.

Σύμφωνα με τον Abdulmarof Hamidzay, "Πολιτιστική ευαισθησία σημαίνει να γνωρίζεις ότι οι πολιτιστικές διαφορές και ομοιότητες μεταξύ των ανθρώπων υπάρχουν χωρίς να τους αποδίδεις μια αξία - θετική ή αρνητική, καλύτερη ή χειρότερη, σωστή ή λάθος. Σημαίνει απλώς ότι γνωρίζετε ότι οι άνθρωποι δεν είναι όλοι ίδιοι και ότι αναγνωρίζετε ότι ο πολιτισμός σας δεν είναι καλύτερος από οποιονδήποτε άλλο πολιτισμό".<sup>7</sup>

Όσον αφορά την πολιτισμική ευαισθησία, το πιο προηγμένο μοντέλο πολιτισμικής ευαισθησίας είναι η κλίμακα Bennett, που ονομάζεται επίσης Αναπτυξιακό Μοντέλο Διαπολιτισμικής Ευαισθησίας (DMIS).<sup>8</sup> Οργανωμένο σε έξι στάδια αυξανόμενης ευαισθησίας στη διαφορετικότητα, το DMIS προσδιορίζει τους υποκείμενους γνωστικούς προσανατολισμούς που χρησιμοποιούν τα άτομα για να κατανοήσουν τις πολιτισμικές διαφορές. Κάθε θέση κατά μήκος του συνεχούς αντιπροσωπεύει όλο και πιο σύνθετες αντιληπτικές οργανώσεις των πολιτισμικών διαφορών, οι οποίες με τη σειρά τους επιτρέπουν όλο και πιο εξελιγμένες εμπειρίες άλλων πολιτισμών. Τα στάδια αυτά είναι η Άρνηση της Διαφοράς, η Υπεράσπιση της Διαφοράς, η Ελαχιστοποίηση της Διαφοράς, η Αποδοχή της Διαφοράς, η Προσαρμογή στη Διαφορά και η Ενσωμάτωση της Διαφοράς.

Η βασική υπόθεση του μοντέλου είναι ότι όσο πιο πολύπλοκη γίνεται η αντιληπτική οργάνωση των πολιτισμικών διαφορών, τόσο πιο εξελιγμένη γίνεται η εμπειρία του πολιτισμού και αυξάνεται η δυνατότητα άσκησης ικανότητας στις διαπολιτισμικές σχέσεις. Με την αναγνώριση του τρόπου με τον οποίο βιώνονται οι πολιτισμικές διαφορές, μπορούν να γίνουν προβλέψεις σχετικά με την αποτελεσματικότητα της διαπολιτισμικής επικοινωνίας και να προσαρμοστούν οι εκπαιδευτικές παρεμβάσεις ώστε να διευκολυνθεί η ανάπτυξη κατά μήκος του συνεχούς.

---

<sup>7</sup> Hamidzay, A. (2018, November 17). What is cultural sensitivity? LinkedIn.

<https://www.linkedin.com/pulse/what-cultural-sensitivity-abdulmarof-hamidzay/>

<sup>8</sup> Bennett, M. (1986). A developmental approach to training for intercultural sensitivity. *International Journal of Intercultural Relations* 10, no.2: 179-95.

Το συνεχές DMIS εκτείνεται από τον εθνοκεντρισμό, την εμπειρία του δικού μας πολιτισμού ως "κεντρικού στην πραγματικότητα", στον εθνορελατιβισμό, την εμπειρία του δικού μας και άλλων πολιτισμών ως "σχετικών με το πλαίσιο". Η αναπτυξιακή κίνηση είναι μονόδρομος, μόνιμη και ισχύει για οτιδήποτε ορίζεται ως πολιτισμική διαφορά, αν και μπορεί να υπάρξουν "υποχωρήσεις" από ορισμένες θέσεις. Η μεγαλύτερη ή μικρότερη εξοικείωση με συγκεκριμένους πολιτισμούς δεν αλλάζει το επίπεδο ευαισθησίας κάποιου, αν και επηρεάζει το εύρος των ικανοτήτων που μπορεί να ενεργοποιήσει.

Οι θέσεις κατά μήκος του συνεχούς καθορίζουν τους γενικούς τρόπους με τους οποίους η αντίληψη της πολιτισμικής διαφοράς οργανώνεται στην εμπειρία. Η συγκεκριμένη διαμόρφωση των αντιληπτικών στρατηγικών που χρησιμοποιούνται από κάθε άτομο και ομάδα είναι η κυρίαρχη εμπειρία της διαφοράς: μια θέση είναι κυρίαρχη, αν και οι αντιληπτικές στρατηγικές μπορεί να καλύπτουν διάφορες θέσεις. Με άλλα λόγια, κάθε άτομο ή ομάδα έχει μια μοναδικά σύνθετη εμπειρία της πολιτισμικής διαφοράς, η οποία ωστόσο χαρακτηρίζεται από μία από τις ακόλουθες αναπτυξιακές θέσεις:



Η ακόλουθη δραστηριότητα θα βοηθήσει τους κοινωνικούς λειτουργούς και τις μετανάστριες να αναπτύξουν τις ικανότητές τους όσον αφορά την πολιτισμική ευαισθησία.

## 2.2. Ομάδα-Στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας

Η ομάδα-στόχος της δραστηριότητας είναι όλοι οι επαγγελματίες που εργάζονται με μετανάστριες, όπως

- Μεταφραστές
- Εργαζόμενοι ανθρωπιστικής βοήθειας
- Ειδικοί δημόσιας υγείας
- Εργαζόμενοι και εθελοντές ΜΚΟ
- Εκπαιδευτικοί

- Εργαζόμενοι στην παιδική προστασία
- Εργαζόμενοι στον τομέα της ψυχικής υγείας (ψυχολόγοι, ψυχίατροι)
- Εργαζόμενοι σε καταυλισμούς και καταφύγια
- Σύμβουλοι

Η δραστηριότητα έχει ως στόχο:

- Ευαισθητοποίηση των συμμετεχόντων σχετικά με τις πολιτιστικές ευαισθησίες
- Βελτίωση των διαπολιτισμικών ικανοτήτων των συμμετεχόντων
- Ανάπτυξη της ικανότητας των συμμετεχόντων στη συναισθηματική ρύθμιση.

## 2.3 Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας

Οι συμμετέχοντες παρατηρούν τη συμπεριφορά ενός άνδρα και μιας γυναίκας από μια φανταστική κουλτούρα, τη λεγόμενη "κουλτούρα του νησιού Άλμπατρος". Μοιράζονται τις παρατηρήσεις τους και στη συνέχεια ερμηνεύουν αυτό που βλέπουν. Οι ερμηνείες αξιολογούνται σε έναν γύρο αξιολόγησης. Οι συμμετέχοντες βιώνουν οι ίδιοι πόσο δύσκολο είναι να μην περιλαμβάνουν ερμηνείες καθώς περιγράφουν άλλους πολιτισμούς. Μαθαίνουν ότι ενώ οι πράξεις ερμηνεύονται πάντα στο πλαίσιο της δικής τους πολιτισμικής κοινωνικοποίησης, υπάρχουν και άλλες δυνατότητες ερμηνείας. Οι συμμετέχοντες προβληματίζονται σχετικά με το ποιες πτυχές έχουν επηρεάσει τη δική τους αντίληψη και διευρύνουν την ικανότητά τους να αναλύουν τις πολιτισμικές επικαλύψεις.

## 2.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας

### Ονομασία της Δραστηριότητας:

*Ο πολιτισμός του νησιού Albatros*

### Λειτουργικές Ανάγκες/Λογιστικά Στοιχεία

- Ημικόκλιο καρεκλών
- Πιάτο με φιστίκια
- Μπορεί να οργανωθεί διαδικτυακά με την προβολή του βίντεο ή επιτόπου αναπαριστώντας τους χαρακτήρες
- Για το online χρειάζονται δύο εκπαιδευτές
- Για την επιτόπια εκπαίδευση απαιτούνται δύο ηθοποιοί και δύο εκπαιδευτές.

### Προετοιμασία:

Ένα πιάτο με φαγητό (πιθανώς φιστίκια) θα είναι έτοιμο. Θα επιλεγεί ένας άνδρας και μια γυναίκα ηθοποιός. Αυτή η γυναίκα και ο άνδρας θα είναι εκπρόσωποι του πολιτισμού Albatros.

Ενώ οι ηθοποιοί θα παρουσιάζουν την ερμηνεία τους, οι συμμετέχοντες καλούνται να παρατηρούν προσεκτικά και να κρατούν σημειώσεις.

## Η προσομοίωση βραχείας ερμηνείας:

Ο άνδρας και η γυναίκα εισέρχονται στο δωμάτιο σιωπηλά με φιλικές εκφράσεις στα πρόσωπά τους. Η γυναίκα περπατάει πίσω από τον άνδρα σε απόσταση αναπνοής. Το ζευγάρι παραμένει για λίγο σε κύκλο και κοιτάζει την ομάδα με φιλικό τρόπο. Στη συνέχεια και οι δύο πλησιάζουν με τη σειρά τους τους συμμετέχοντες. Τα σταυρωμένα πόδια των συμμετεχόντων τοποθετούνται απαλά αλλά σταθερά στο πάτωμα. Για όσους σταυρώνουν ξανά τα πόδια τους, η ενέργεια επαναλαμβάνεται αρκετές φορές μέχρι να κρατήσουν τα πόδια τους χωρίς να τα σταυρώσουν. Η γυναίκα αγγίζει μόνο τις γυναίκες συμμετέχουσες και ο άνδρας αγγίζει μόνο τους άνδρες συμμετέχοντες.

Στη συνέχεια, ο άνδρας κάθεται στην προβλεπόμενη καρέκλα και η γυναίκα γονατίζει στο πάτωμα δίπλα του. Η γυναίκα σηκώνει το μπολ με τα φιστίκια. Ο άντρας το παίρνει από το χέρι της πριν εκείνη προλάβει να φάει ένα φιστίκι και τρώει ο ίδιος μερικά φιστίκια με επιδεικτικές κινήσεις μάσησης. Στη συνέχεια, δίνει το μπολ στη γυναίκα, η οποία τρώει τώρα επίσης μερικούς ξηρούς καρπούς και στη συνέχεια αφήνει το μπολ στην άκρη.

Αφού φάει, ο άνδρας βάζει το χέρι του στον ώμο της γυναίκας, η οποία σκύβει κοντά στο έδαφος τρεις φορές. Στη συνέχεια, το ζευγάρι σηκώνεται και, για να το αποχαιρετήσει, περπατά ξανά γύρω από την ομάδα των συμμετεχόντων, με τη γυναίκα να ακολουθεί τον άνδρα, και στη συνέχεια φεύγουν από την αίθουσα. Ακολουθεί ένα παράδειγμα βίντεο:

<https://www.youtube.com/watch?v=AMrJRQDPjk>

## Περιγραφή και ερμηνεία της προσομοίωσης:

Οι συμμετέχοντες καλούνται να περιγράψουν την παρατηρούμενη κατάσταση χωρίς καμία ερμηνεία. Συνήθως, αυτό είναι πολύ δύσκολο για τους συμμετέχοντες, δεδομένου ότι δεν είναι συνηθισμένοι να περιγράφουν τις παρατηρήσεις με ουδέτερο τρόπο.

Στη συνέχεια οι συμμετέχοντες καλούνται να ερμηνεύσουν αυτό που είδαν.

Ορισμένοι από τους συμμετέχοντες θα ερμηνεύσουν τον ρόλο της γυναίκας στην κουλτούρα του Albatros ως εκμεταλλευτικό και ως ενδείξεις αυτού, για παράδειγμα, στη θέση της στον χώρο (στο πάτωμα, πίσω από τον άνδρα) και στη χρονική πορεία της δράσης (πρώτα έρχεται αυτός, μετά αυτή, πρώτα τρώει αυτός, μετά αυτή), ή στη στάση της γυναίκας (σκύβοντας, γονατίζοντας) και στην απτική γλώσσα του σώματος (ο άνδρας αγγίζει τον ώμο της).

Μετά την ερμηνεία της πλοκής, οι συμμετέχοντες λαμβάνουν πληροφορίες σχετικά με την πραγματική κουλτούρα της Albatros.

## Η κουλτούρα του Albatros:

Η ομάδα ενημερώνεται τώρα για το ιστορικό του πολιτισμού της Albatros:

Ο πολιτισμός Albatros είναι ένας μητριαρχικός πολιτισμός στον οποίο η γη λατρεύεται ως μητέρα θεά. Το περπάτημα με γυμνά πόδια είναι μια ιδανική ομορφιά, επειδή επιτρέπουν την καλή επαφή με τη γη. Η δύναμη της μητέρας θεάς μπορεί να αξιοποιηθεί τρώγοντας φιστίκια. Αποτελούν τελετουργική τροφή. Οι επισκέπτες δείχνουν ιδιαίτερο σεβασμό δίνοντας στα πόδια τους όσο το δυνατόν περισσότερη επαφή με το έδαφος.

Επειδή οι γυναίκες, όπως και η Μητέρα Γη, μπορούν να δημιουργήσουν ζωή, έχουν ειδικά προνόμια. Οι άνδρες έχουν καθήκον να δοκιμάζουν το φαγητό των γυναικών και να περπατούν μπροστά τους για να αποτρέψουν τον κίνδυνο. Οι γυναίκες επιτρέπεται να κάθονται στο πάτωμα, ενώ στους άνδρες παρέχονται άβολα καθίσματα που ονομάζονται καρέκλες και τους κρατούν σε απόσταση από τη Μητέρα Θεά. Οι άνδρες ανταμείβονται για τις υπηρεσίες τους με το να τους επιτρέπεται να βάζουν τα χέρια τους στην πλάτη των γυναικών. Αυτές στη συνέχεια γέρνουν προς τη θεότητα, απορροφούν ενέργεια και τη μεταδίδουν μέσω του σώματός τους στον άνδρα. Διαφορετικά, οι άνδρες δεν επιτρέπεται να αγγίζουν τις γυναίκες χωρίς την αίτησή τους.

### Ενημέρωση:

Αφού επιστρέψουν όλοι στον κύκλο, οι συμμετέχοντες θα συζητήσουν για τη δραστηριότητα, την ερμηνεία τους και γενικά για την πολιτιστική ευαισθησία.

### Η Διαδικασία της Δραστηριότητας

N.	Δραστηριότητα	Λεπτομέρειες	Διάρκεια
1	Καλωσόρισμα	Εισαγωγή στο σχέδιο EMMW	5 λεπτά
		Η περίληψη της δραστηριότητας (Υποθέμα 1)	
		Συμφωνία συνεδρίας & συγκατάθεση	
		Γνωριμία των συμμετεχόντων	
		Προσδοκίες	
2	Icebreaker / Δραστηριότητα Προθέρμανσης	<b>Παιχνίδι ονομάτων:</b> συνδέστε το όνομά σας με μια συγκεκριμένη κίνηση και όλοι επαναλαμβάνουν τα ονόματα και τις κινήσεις.	10 λεπτά

3	Παρουσίαση της Πλοκής	Οι δύο ηθοποιοί θα παρουσιάσουν την πλοκή που δείχνει την κουλτούρα του Albatros	15 λεπτά
4	Διάλειμμα για Καφέ	Το διάλειμμα για καφέ χρησιμοποιείται επίσης ως χρόνος περισυλλογής	15 λεπτά
5	Η Παρατήρηση των Συμμετεχόντων	Οι συμμετέχοντες καλούνται να περιγράψουν την παρατηρούμενη κατάσταση χωρίς καμία ερμηνεία.	10 λεπτά
6	Περιγραφή του Πολιτισμού Albatros	Παρουσίαση της πραγματικής κουλτούρας της Albatros από τους διαμεσολαβητές	5 λεπτά
7	Ανοιχτή Συζήτηση	Απολογισμός και μαθησιακά αποτελέσματα της δραστηριότητας	5 λεπτά
8	Αξιολόγηση της Δραστηριότητας	Ομαδικός προβληματισμός	5 λεπτά

## 2.5. Βιβλιογραφία

For more on the above training activity please read the following section of the book,

Sabine Handschuck, Willi Klawe: *Interkulturelle Verständigung in der Sozialen Arbeit. Ein Erfahrungs-, Lern- und Übungsprogramm zum Erwerb interkultureller Kompetenz*, München 2004, S. 97ff.

The book, "Interkulturelle Verständigung in der Sozialen Arbeit " by Sabine Handschuck and Willi Klawe, is written in German and is about developing intercultural competence in social work practice. Chapter 6 of the book, which includes pages 97ff, is focused on practical exercises and activities for developing intercultural competence. The chapter provides case studies and scenarios that social workers may encounter in cross-cultural settings, and offers exercises for improving communication, understanding cultural differences, and developing cultural awareness.

## 3. Ευαισθησία ως προς το φύλο

### 3.1. Γενικό Πλαίσιο

Στην ενότητα ευαισθησίας σε θέματα φύλου, θα θέλαμε να ευαισθητοποιήσουμε τους κοινωνικούς λειτουργούς και τις γυναίκες μετανάστριες σχετικά με το πώς το φύλο παίζει ρόλο στη ζωή μέσω της αντιμετώπισης των άλλων. Οι σχέσεις των φύλων είναι παρούσες σε όλους τους θεσμούς και η ευαισθησία σε θέματα φύλου εκδηλώνεται ιδιαίτερα στην αναγνώριση των προνομίων και των διακρίσεων γύρω από το φύλο- υπάρχει μια γενική αντίληψη ότι οι γυναίκες βρίσκονται σε μειονεκτική θέση στην κοινωνία. Η εκπαίδευση ευαισθησίας σε θέματα φύλου χρησιμοποιείται για την εκπαίδευση των ανθρώπων, συνήθως των εργαζομένων, ώστε να αποκτήσουν μεγαλύτερη επίγνωση και ευαισθησία σε θέματα φύλου στη ζωή τους ή στο χώρο εργασίας τους.

Με τον όρο ευαισθησία σε θέματα φύλου εννοούμε ότι ο σύμβουλος έχει θεωρητικές γνώσεις σχετικά με την κοινωνικοποίηση των φύλων, το σύστημα των φύλων και τη νομοθεσία περί ισότητας. "Ο σύμβουλος κατανοεί ότι ο κόσμος είναι, με πολλούς τρόπους, ένας διαφορετικός τόπος για τους άνδρες και τις γυναίκες και είναι σε θέση να το λαμβάνει υπόψη του αυτό κατά τη συνάντηση με τους πελάτες. Ο σύμβουλος μπορεί επίσης να εντοπίσει τη χρήση της γλώσσας που κατηγοριοποιεί τα φύλα και χρησιμοποιεί γλώσσα που σέβεται τη διαφορετικότητα. Ο σύμβουλος που είναι ικανός για κριτική αξιολόγηση στοχεύει συνεχώς στην αναθεώρηση των δικών του πεποιθήσεων και παραδοχών που σχετίζονται με το φύλο και αμφισβητεί τις δικές του ερμηνείες".<sup>9</sup> Είναι επίσης κρίσιμο ο/η σύμβουλος να έχει επίγνωση των προκαταλήψεων του/της φύλου του/της και πώς αυτό αντανακλάται στην καθημερινή μας γλώσσα. Για το σκοπό αυτό, αναπτύσσεται η ακόλουθη δραστηριότητα και μέρος των συστατικών της προέρχεται από το εργαλείο που αναπτύχθηκε από το Συμβούλιο της Ευρώπης, ο σύνδεσμος είναι διαθέσιμος παρακάτω.

Σε αυτή τη δραστηριότητα, θα θέλαμε να δημιουργήσουμε ένα χώρο για συζήτηση σχετικά με τα ζητήματα φύλου στις κοινότητές μας και πώς μπορούμε να συνειδητοποιήσουμε τις προκαταλήψεις μας ως προς το φύλο.

### 3.2. Ομάδα-Στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας

Η ομάδα-στόχος της δραστηριότητας είναι όλοι οι επαγγελματίες που εργάζονται με μετανάστριες, όπως

---

<sup>9</sup> GOOD PRACTICE BOOKLET on Culture- and Gender-sensitive Guidance and Counselling:  
[https://ec.europa.eu/migrant-integration/sites/default/files/2011-10/doc1\\_23657\\_103644217.pdf](https://ec.europa.eu/migrant-integration/sites/default/files/2011-10/doc1_23657_103644217.pdf)

- Μεταφραστές
- Εργαζόμενοι ανθρωπιστικής βοήθειας
- Ειδικοί δημόσιας υγείας
- Εργαζόμενοι και εθελοντές ΜΚΟ
- Εκπαιδευτικοί
- Εργαζόμενοι στην παιδική προστασία
- Εργαζόμενοι στον τομέα της ψυχικής υγείας (ψυχολόγοι, ψυχίατροι)
- Εργαζόμενοι σε καταυλισμούς και καταφύγια
- Σύμβουλοι

Η δραστηριότητα έχει ως στόχο:

- Κατανόηση της σημασίας εννοιών όπως το φύλο, το φύλο και ο σεξουαλικός προσανατολισμός.
- Προβληματισμός σχετικά με τον τρόπο με τον οποίο οι διάφορες έννοιες που σχετίζονται με το φύλο παρουσιάζονται στο περιβάλλον των συμμετεχόντων και τι αντίκτυπο έχει αυτό στους ανθρώπους και στην κοινωνία γενικότερα
- Ανάδειξη της δυναμικής και πολύπλοκης φύσης των ταυτοτήτων φύλου

### 3.3 Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας

Η δραστηριότητα αυτή συνδυάζει μια αναλυτική διερεύνηση των εννοιών (όρων) που χρησιμοποιούνται στην εργασία γύρω από την ισότητα των φύλων και τον τρόπο με τον οποίο κατανοούνται/χρησιμοποιούνται από τα άτομα ή παρουσιάζονται στα μέσα μαζικής ενημέρωσης και από τις εκπαιδευτικές αρχές. Επιτρέπει στους συμμετέχοντες να προβληματιστούν σχετικά με το ρόλο της γλώσσας στη βία λόγω φύλου. Μπορείτε να βρείτε τους όρους εδώ: <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/about-gender-based-violence><sup>10</sup> και εδώ επίσης <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/glossary><sup>11</sup>.

### 3.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας

**Όνομα της Δραστηριότητας:**

*Σύγχυση φύλου*

**Λειτουργικές Ανάγκες/Λογιστικά Στοιχεία**

- Προετοιμάστε μια σύντομη εισήγηση/παρουσίαση εισήγηση/παρουσίαση σχετικά με την ορολογία που χρησιμοποιείται στις εργασίες γύρω από την ισότητα των φύλων - καλύπτοντας τουλάχιστον όρους όπως φύλο, φύλο,

<sup>10</sup> Gender identity, gender-based violence and human rights. (n.d.). Gender Matters. <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/about-gender-based-violence>

<sup>11</sup> Glossary. (n.d.). Gender Matters. <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/glossary>

τρανσέξουαλ, σεξουαλικός προσανατολισμός, βία λόγω φύλου, διακρίσεις λόγω φύλου.

- Η παρουσίαση μπορεί να γίνει με τη χρήση flip charts ή ως ηλεκτρονική παρουσίαση. Αντιγράψτε τα φυλλάδια - ένα για κάθε ομάδα
- Στυλό και χαρτί
- Κατάλληλα οπτικά βοηθήματα και εξοπλισμός παρουσίασης για την εισήγηση
- Αντίγραφα του πλέγματος για ομαδική εργασία
- Ετοιμάστε ένα φυλλάδιο με τα ακόλουθα αποσπάσματα:

1. Ο όρος:

- α. Πώς το καταλάβατε;
- β. Πώς γίνεται γενικά κατανοητό από τους συνομηλίκους σας/άλλους ανθρώπους;
- γ. Πώς παρουσιάζεται/προωθείται στα μέσα μαζικής ενημέρωσης;
- δ. Πώς παρουσιάζεται/προωθείται επίσημα από τις εκπαιδευτικές αρχές γύρω σας;

## Η Διαδικασία της Δραστηριότητας

1. Πείτε στους συμμετέχοντες ότι σε αυτή τη δραστηριότητα θα έχουν χρόνο να προβληματιστούν σχετικά με το πώς οι διάφοροι όροι που σχετίζονται με το φύλο και την ισότητα των φύλων γίνονται κατανοητοί από τους νέους και από άλλα άτομα ή θεσμούς της κοινωνίας.
2. Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρότερες ομάδες: ο αριθμός των ομάδων θα πρέπει να αντιστοιχεί στον αριθμό των όρων που θα αποφασίσετε να εξερευνήσετε μαζί με τους συμμετέχοντες. Κάθε ομάδα λαμβάνει έναν όρο (π.χ. φύλο) και το πλέγμα για την ομαδική εργασία, το οποίο μπορείτε να βρείτε στο τέλος αυτής της δραστηριότητας. Πείτε στις ομάδες ότι θα πρέπει πρώτα να ξεκινήσουν με την καταγραφή της δικής τους κατανόησης του όρου και στη συνέχεια να ακολουθήσουν κάθε πλαίσιο του πλέγματος: πώς τον κατανοούν άλλοι νέοι, πώς παρουσιάζεται στα μέσα ενημέρωσης και από τις εκπαιδευτικές αρχές.
3. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να βασίσουν τον προβληματισμό τους σε όσα γνωρίζουν, όσα άκουσαν ή παρατήρησαν στο δικό τους περιβάλλον. Πείτε τους ότι δεν είναι πρόβλημα αν δεν γνωρίζουν κάποιες από τις απαντήσεις. Αφήστε περίπου 30 λεπτά για αυτό το μέρος της δραστηριότητας. Μόλις οι ομάδες ολοκληρώσουν την εργασία τους, ζητήστε τους να παρουσιάσουν τα ευρήματά τους. Μπορείτε να αφήσετε λίγο χρόνο για ερωτήσεις μετά από κάθε παρουσίαση. Οι ερωτήσεις, ωστόσο, θα πρέπει να γίνονται μόνο αν κάτι είναι ασαφές.
4. Μην ανοίγετε συζήτηση εδώ. Στο τέλος της διαδικασίας κάντε μια σύντομη παρουσίαση της ορολογίας που χρησιμοποιήθηκε στη δραστηριότητα -

χρησιμοποιήστε την ενότητα Βία με βάση το φύλο του παρόντος δικτυακού τόπου <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/about-gender-based-violence> και το Γλωσσάριο όρων. Μόλις τελειώσει, συνεχίστε με την ενημέρωση και την αξιολόγηση.

N.	Δραστηριότητα	Λεπτομέρειες	Διάρκεια
1	Καλώς ήρθατε	Εισαγωγή του σχεδίου EMMW	5 λεπτά
		Η περίληψη της δραστηριότητας (Υποθέμα 1)	
		Συμφωνία συνεδρίας & συγκατάθεση	
		Γνωριμία των συμμετεχόντων	
		Προσδοκίες	
2	Icebreaker / Δραστηριότητα Προθέρμανσης	Ανθρώπινος κόμπος: <b>βλέπε</b> παράρτημα	10 λεπτά
3	Παρουσίαση της Δραστηριότητας	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Μικρή εισαγωγή της δραστηριότητας</li> <li>- Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρότερες ομάδες</li> <li>- Διανέμετε τα καθήκοντα</li> </ul>	5 λεπτά
4	Ομαδική Εργασία	<p>Δώστε 30 λεπτά στους συμμετέχοντες για να προβληματιστούν σχετικά με τις ορολογίες.</p> <p>Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να βασίσουν τον προβληματισμό τους σε όσα γνωρίζουν, όσα άκουσαν ή παρατήρησαν στο δικό τους περιβάλλον.</p>	30 λεπτά
5	Παρουσίαση των Ορολογιών	<p>Στο τέλος κάντε μια σύντομη παρουσίαση της ορολογίας που χρησιμοποιήθηκε στη δραστηριότητα - χρησιμοποιήστε την ενότητα Βία λόγω φύλου του παρόντος δικτυακού τόπου</p> <p><a href="https://www.coe.int/en/web/gender-">https://www.coe.int/en/web/gender-</a></p>	15 λεπτά

		<a href="#">matters/about-gender-based-violence</a> και το Γλωσσάριο όρων.	
5	Ανοιχτή Συζήτηση	Απολογισμός και συζήτηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων της δραστηριότητας	15 λεπτά
6	Αξιολόγηση της Δραστηριότητας	Ομαδικός προβληματισμός	5 λεπτά

### 3.5. Βιβλιογραφία

You can find more definitions in the Gender Equality Glossary, Council of Europe 2016: <https://edoc.coe.int/en/gender-equality/6947-gender-equality-glossary.html>.

Pilcher, J. & Whelehan, I. (2004). 50 Key Concepts in Gender Studies. London: Sage, p. 7.

For more information about the gender mainstreaming work of the Council of Europe, please visit: <https://www.coe.int/gender-mainstreaming>.

## 4. Ευαισθησία στο Τραύμα

### 4.1. Γενικό Πλαίσιο

Η ευαισθησία στο τραύμα αναφέρεται σε ένα ασφαλές και με σεβασμό περιβάλλον που επιτρέπει στα άτομα που έχουν επιζήσει από το τραύμα να οικοδομήσουν σχέσεις φροντίδας, να αυτορρυθμίσουν τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές τους και να επιτύχουν σε όλους τους τομείς της λειτουργίας τους, υποστηρίζοντας παράλληλα τη σωματική τους υγεία και ευημερία. Στις περισσότερες περιπτώσεις οι επαγγελματίες απαιτείται να είναι σε θέση να εντοπίζουν σημάδια τραυματισμού και εμπειρίας βίας, ακόμη και αν οι γυναίκες δεν μιλούν άμεσα για την εμπειρία τους, καθώς το αίσθημα ντροπής και ο φόβος του στιγματισμού εμποδίζει πολλές γυναίκες να το κάνουν. Στα διάφορα πλαίσια παροχής συμβουλών - ιατρική περίθαλψη, βοήθεια στην εξεύρεση εργασίας ή κατοικίας, νομικές συμβουλές - το προσωπικό μπορεί να εμπλακεί με τις πελάτισσές του με ευαισθησία και ενσυναίσθηση, καθιστώντας έτσι δυνατή την εκμυστήρευση των γυναικών και τη λήψη πρόσθετης υποστήριξης για την αντιμετώπιση του τραύματός τους.

Οι σημαντικότεροι τομείς εστίασης για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος ευαίσθητου στο τραύμα είναι οι εξής

- **Ασφάλεια** - σωματική και συναισθηματική, καταφύγιο, συνέπεια, προβλεψιμότητα, ειλικρίνεια, διαφάνεια, αξιοπιστία, διαθεσιμότητα και συνέχεια,
- **Διαχείριση συναισθημάτων** - εργαλεία που βοηθούν στον προβληματισμό, την ευαισθητοποίηση, την επισήμανση των συναισθημάτων, τη διαπραγμάτευση για την προώθηση ενός πιο ορθολογικού/γνωστικού στυλ επίλυσης προβλημάτων,
- **Απώλεια** - ενσυναίσθηση και υποστήριξη γύρω από τον "πόνο" των πολλαπλών απωλειών (οικογένεια, σπίτι, φίλοι, κοινότητα κ.λπ.),
- **Μέλλον** - γενιά ελπίδας, πίστης, ικανότητας.

Ένα παράδειγμα ευαισθησίας στο τραύμα θα ήταν οι αίθουσες διδασκαλίας με βάση το τραύμα, οι οποίες δημιουργήθηκαν από ανάγκη, για να βοηθήσουν τους μαθητές να αντιμετωπίσουν το τραύμα των πυροβολισμών στα σχολεία.

Η ακόλουθη άσκηση συμβάλλει στην ανάπτυξη ικανοτήτων ευαισθητοποίησης των κοινωνικών λειτουργών σε θέματα τραύματος.

### 4.2. Ομάδα-Στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας

Η ομάδα-στόχος της δραστηριότητας είναι όλοι οι επαγγελματίες που εργάζονται με μετανάστριες, όπως

- Μεταφραστές

- Εργαζόμενοι ανθρωπιστικής βοήθειας
- Ειδικοί δημόσιας υγείας
- Εργαζόμενοι και εθελοντές ΜΚΟ
- Εκπαιδευτικοί
- Εργαζόμενοι στην παιδική προστασία
- Εργαζόμενοι στον τομέα της ψυχικής υγείας (ψυχολόγοι, ψυχίατροι)
- Εργαζόμενοι σε καταυλισμούς και καταφύγια
- Σύμβουλοι

Η δραστηριότητα έχει ως στόχο:

- Ανάπτυξη των ικανοτήτων για την εργασία με μετανάστριες γυναίκες με τραύμα
- Δημιουργία της ευκαιρίας για τους κοινωνικούς λειτουργούς να ανταλλάσσουν πληροφορίες και να μαθαίνουν ο ένας από τον άλλον
- Οικοδόμηση της ενσυναίσθησης και της προοπτικής κατανόησης της κατάστασης των τραυματισμένων προσφύγων και μεταναστών

### **4.3 Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας**

Ο ευαίσθητος στο τραύμα ή ο άνθρωπος που έχει επίγνωση του τραύματος είναι αυτός που έχει μια βασική κατανόηση του τραύματος στο πλαίσιο της κοινωνικής εργασίας. Ένας γιατρός με ευαισθησία στο τραύμα μπορεί να ζητήσει την άδεια ενός ασθενούς πριν τον αγγίξει, για παράδειγμα. Ή ένας κοινωνικός λειτουργός με πληροφόρηση για το τραύμα μπορεί να ρωτήσει έναν μετανάστη αν θέλει την πόρτα ανοιχτή ή κλειστή κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας και να ρωτήσει για την άνετη απόσταση καθίσματος.

Αναμένονται τα ακόλουθα μαθησιακά αποτελέσματα:

- Κατανόηση του τραύματος και των επιπτώσεών του.
- Εξασφάλιση σωματικής και συναισθηματικής ασφάλειας.
- Αξιοπιστία και διαφάνεια.
- Υποστήριξη της επιλογής, του ελέγχου και της ενδυνάμωσης για όλους.
- Εξασφάλιση πολιτιστικής συνείδησης.
- Αξιοποίηση μιας συνεργατικής προσέγγισης.

### **4.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας**

**Ονομασία της Δραστηριότητας/Πρακτικής/Εργαλείου :**

*Παιχνίδι Ρόλων - Τραυματική Ευαισθησία*

**Λειτουργικές ανάγκες/Λογιστικά Στοιχεία**

Προκειμένου να δημιουργηθεί το σκηνικό για το παιχνίδι ρόλων, ο εκπαιδευτής χωρίζει τους συμμετέχοντες σε δύο ομάδες και ζητά από τους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν τα σενάρια που αναφέρονται παρακάτω:

- Θορυβώδες, χαοτικό περιβάλλον.
- Πρόσωπα εξουσίας.
- Ρυθμίσεις περιορισμού
- Επίδειξη ανθυγιεινών σχέσεων εξουσίας (ειδικά με βάση το φύλο)
- Σωματικό άγγιγμα
- Ακατάλληλα αστεία και χιούμορ

## Η Διαδικασία της Δραστηριότητας

1. Για αυτό το παιχνίδι ρόλων, πρέπει να χωρίσουμε την ομάδα σε 2 ομάδες. Κάθε ομάδα θα λάβει ένα τραυματικό έναυσμα για να έχει επίγνωση.
2. Όταν έρθει η σειρά της ομάδας σας, δύο άτομα θα πρέπει να παίξουν την κατάσταση στην οποία θίγεται το τραυματικό έναυσμα.
3. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες θα συζητήσουν για την πυροδότηση του τραύματος, γιατί είναι πυροδότηση και πώς προκαλείται.
4. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες μπορούν να συζητήσουν πώς θα μπορούσε να είχε αντιμετωπιστεί διαφορετικά η κατάσταση.
5. Κατά προτίμηση, κάθε μέλος της ομάδας θα πρέπει να συμμετέχει τουλάχιστον μία φορά στο παιχνίδι ρόλων.

N.	Δραστηριότητα	Λεπτομέρειες	Διάρκεια
1	Καλωσόρισμα	Εισαγωγή στο σχέδιο EMMW	5 λεπτά
		Η περίληψη της δραστηριότητας (υποθέμα 1)	
		Συμφωνία συνεδρίας & συγκατάθεση	
		Γνωριμία των συμμετεχόντων	
		Προσδοκίες	
2	Icebreaker/ Δραστηριότητα Προθέρμανσης	HI, HA, HO παιχνίδι προθέρμανσης	10 λεπτά
3	Κατανομή Καθηκόντων Δραστηριότητας	Οι ομάδες χωρίζονται σε δύο ομάδες και οι κατανομές των εργασιών	10 λεπτά

4	Μείωση των Συμμετεχόντων	Οι συμμετέχοντες σχηματίζουν ζεύγη για να παίξουν το παιχνίδι ρόλων για την ευαισθησία στο τραύμα.	5 λεπτά
4	Παιχνίδι Ρόλων	Οι ρόλοι παίζονται από τους συμμετέχοντες.	10 λεπτά
4	Ανατροφοδότηση για την Πρώτη είσοδο	Οι συμμετέχοντες παρέχουν ανατροφοδότηση σχετικά με το σκανδαλιστικό τραύμα, γιατί το θεωρούμε σκανδαλιστικό και πώς προκαλείται αυτό το σκανδαλιστικό τραύμα.	10 λεπτά
5	Ανοιχτή Συζήτηση	Ομαδική συζήτηση και ενημέρωση	15 λεπτά
6	Αξιολόγηση της δραστηριότητας	Ομαδικός προβληματισμός	5 λεπτά

## 4.5. Βιβλιογραφία

Social workers and practitioners can get more information on the effectiveness of Trauma Training Through Role-Play on this article:

Horton, E., Interiano-Shiverdecker, C. G., Hughes, C. L., & Stumpf, M. (2022). Engaged Trauma Training Through Role-Play Observations during COVID-19. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 15(2). Retrieved from <https://digitalcommons.sacredheart.edu/jcps/vol15/iss2/18>

## 5. Επίγνωση των Σχέσεων Εξουσίας

### 5.1. Γενικό Πλαίσιο

Μια πτυχή της ευαισθησίας στην κοινωνική εργασία με μετανάστριες είναι η επίγνωση των σχέσεων εξουσίας μεταξύ του κοινωνικού λειτουργού και της πελάτισσας. Η υγιής κατανόηση των σχέσεων εξουσίας μεταξύ του κοινωνικού λειτουργού και των μεταναστριών αποτελεί κλειδί στις διαδικασίες συμβουλευτικής. Σύμφωνα με τους τρόπους εξουσίας και τις σχέσεις εξουσίας, το TEW ανέπτυξε τον ακόλουθο πίνακα που θα μας βοηθήσει να κατανοήσουμε καλύτερα τις σχέσεις εξουσίας. Βλέπε τον ακόλουθο πίνακα:<sup>12</sup>

	Εξουσία πάνω από	Δύναμη μαζί
Παραγωγικοί τρόποι εξουσίας	<b>Προστατευτική ισχύς:</b> Χρήση της εξουσίας για τη διασφάλιση των ευάλωτων ατόμων και των δυνατοτήτων τους για <b>πρόοδο</b>	<b>Συνεργατική δύναμη:</b> Συλλογική δράση, ανταλλαγή, αμοιβαία υποστήριξη και πρόκληση - μέσω της εκτίμησης της ομοιότητας και της διαφορετικότητας
Περιορισμός των τρόπων ισχύος	<b>Καταπιεστική δύναμη:</b> Εκμετάλλευση των διαφορών για την ενίσχυση της δικής σας θέσης και των δικών σας πόρων εις βάρος των άλλων	<b>Συνεργατική δύναμη:</b> Συσπείρωση για τον αποκλεισμό ή την καταστολή της "ετερότητας", εσωτερικής ή εξωτερικής.

Οι κοινωνικοί λειτουργοί μπορούν να ασκήσουν αρνητική προστατευτική δύναμη στους πελάτες τους όταν αναπτύσσουν μια αίσθηση ανθυγιεινής υπερπροστασίας και μια αντίληψη των πελατών τους ως θυμάτων. Σε ορισμένες περιπτώσεις αυτό μπορεί να υπερβάλει και να μετατραπεί σε καταπιεστική εξουσία, κατά την οποία οι κοινωνικοί λειτουργοί απειλούν τους πελάτες τους με τον τερματισμό των υπηρεσιών τους εάν οι πελάτες δεν ακολουθήσουν τις συμβουλές τους. Ο Tew συνιστά τη συνεχή επανεξέταση των σχέσεων εξουσίας και τον προβληματισμό με τους πελάτες για την αντιμετώπιση τέτοιων ζητημάτων πριν οδηγήσουν σε καταχρήσεις εξουσίας και χειραγώγηση.

<sup>12</sup> Tew. (n.d.). Understanding Power and Powerlessness: Towards a Framework for Emancipatory Practice in Social Work. *Journal of Social Work*, 6(1), 33–51. <https://doi.org/info:doi/>

Η ιδανική σχέση θα ήταν η συνεργατική εξουσία, όπου ο κοινωνικός λειτουργός και οι γυναίκες που υποστηρίζουν θέτουν κοινούς στόχους για τη συμβουλευτική διαδικασία και συν-αξιολογούν την επίτευξη αυτών των στόχων. Αυτό που μπορεί να είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τον κοινωνικό λειτουργό είναι να μην γίνεται μέρος τέτοιων συνωμοτικών σχέσεων εξουσίας αναλαμβάνοντας το ρόλο του διασώστη, αλλά να ασκεί την πρακτική του με τρόπο που να εμπλέκεται με τις γυναίκες ως ενεργός εταίρος στην εργασία - δημιουργώντας δυνατότητες για συνεργατική εξουσία, αναγνωρίζοντας και σεβόμενος τις διαφορές ταυτότητας και εξουσίας θέσης. Στο επίκεντρο μιας τέτοιας συμβουλευτικής είναι η ενσυναίσθηση και η ενεργός ακρόαση από την πλευρά του κοινωνικού λειτουργού.

Ταυτόχρονα, είναι σημαντικό να αποφύγουμε να εγκλωβιστούμε είτε στις συνωμοτικές σχέσεις της (κοινής) θυματοποίησης είτε στην εξίσου συνωμοτική αμοιβαία κατασκευή ρόλων θύματος και διασώστη. "Ενώ τέτοιες αμυντικές μορφές συνωμοτικής εξουσίας μπορεί να εξυπηρετούν τον σκοπό της εκμιαύσεως προστασίας από τους άλλους σε μια στιγμή ευαλωτότητας, μπορεί, αν συνεχιστούν μακροπρόθεσμα, να παγιδεύσουν τους ανθρώπους σε συνεχείς θέσεις αδυναμίας".

## 5.2. Ομάδα-στόχος και Στόχος της Δραστηριότητας

Η ομάδα-στόχος της δραστηριότητας είναι όλοι οι επαγγελματίες που εργάζονται με μετανάστριες, όπως

- Μεταφραστές
- Εργαζόμενοι ανθρωπιστικής βοήθειας
- Ειδικό δημόσιας υγείας
- Εργαζόμενοι και εθελοντές ΜΚΟ
- Εκπαιδευτικοί
- Εργαζόμενοι στην παιδική προστασία
- Εργαζόμενοι στον τομέα της ψυχικής υγείας (ψυχολόγοι, ψυχίατροι)
- Εργαζόμενοι σε καταυλισμούς και καταφύγια
- Σύμβουλοι

Η δραστηριότητα έχει ως στόχο:

- Να ευαισθητοποιηθούν οι συμμετέχοντες σχετικά με τις σχέσεις εξουσίας μεταξύ των κοινωνικών λειτουργών και των πελατών τους.
- Βελτίωση της σχέσης μεταξύ των ατόμων που συμμετέχουν στις συμβουλευτικές δραστηριότητες
- Βελτιώνει τη συναισθηματική ρύθμιση των κοινωνικών λειτουργών και των μεταναστριών στις διαδικασίες συμβουλευτικής

## 5.3 Μαθησιακά Αποτελέσματα της Δραστηριότητας

Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τους συμμετέχοντες να κατανοήσουν τη δυναμική της εξουσίας στις συμβουλευτικές σχέσεις και πώς να τη χειριστούν.

## 5.4. Περιγραφή της Δραστηριότητας

### Όνομασία της Δραστηριότητας/Πρακτικής/Εργαλείου:

Χαρτογράφηση ισχύος

### Λειτουργικές ανάγκες/Λογιστικά Στοιχεία:

Διαδικτυακά ή επιτόπου

Ένας εκπαιδευτής με/χωρίς συν-εκπαιδευτή

### Υλικά:

Πίνακας ή χαρτί flipchart

Μαρκαδόροι

Φύλλο εργασίας Χαρτογράφησης ισχύος (βλ. παρακάτω)

### Φύλλο Εργασίας Χαρτογράφησης Ισχύος:

1. Ποιος έχει τη δύναμη στη συμβουλευτική σχέση;
2. Ποιοι είναι ορισμένοι από τους παράγοντες που συμβάλλουν σε αυτή τη δυναμική εξουσίας (π.χ. ηλικία, φύλο, φυλή, κοινωνικοοικονομική κατάσταση);
3. Πώς επηρεάζει αυτή η δυναμική εξουσίας τη συμβουλευτική σχέση;
4. Τι μπορεί να κάνει ο σύμβουλος για να διαχειριστεί αυτή τη δυναμική εξουσίας;
5. Τι μπορεί να κάνει ο πελάτης για να διαχειριστεί αυτή τη δυναμική εξουσίας;

Σημείωση: Μπορείτε να τροποποιήσετε το Φύλλο Εργασίας Χαρτογράφησης Ισχύος με βάση το συγκεκριμένο πλαίσιο της εκπαίδευσής σας και το επίπεδο γνώσεων και εμπειρίας των συμμετεχόντων.

## Η Διαδικασία της Δραστηριότητας

### Οδηγίες:

1. Παρουσιάστε την έννοια των σχέσεων εξουσίας στη συμβουλευτική και γιατί είναι σημαντικό να τις γνωρίζουν οι κοινωνικοί λειτουργοί που εργάζονται με γυναίκες πρόσφυγες.
2. Διανείμετε στους συμμετέχοντες το φύλλο εργασίας Χαρτογράφησης ισχύος και εξηγήστε τις οδηγίες.
3. Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες να σκεφτούν μια συμβουλευτική συνεδρία στην οποία έχουν συμμετάσχει (είτε ως σύμβουλος είτε ως πελάτης). Θα πρέπει

- να σκεφτούν τις δυναμικές εξουσίας που έπαιζαν σε εκείνη τη συνεδρία και πώς επηρέασαν τη σχέση μεταξύ συμβούλου και πελάτη.
4. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν ατομικά το φύλλο εργασίας της χαρτογράφησης ισχύος.
  5. Μόλις οι συμμετέχοντες συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας, χωρίστε τους σε μικρές ομάδες και βάλτε τους να συζητήσουν τις απαντήσεις τους.
  6. Ενθαρρύνετέ τους να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις γνώσεις τους μεταξύ τους.
  7. Ζητήστε από κάθε ομάδα να μοιραστεί τα βασικά της συμπεράσματα με την ευρύτερη ομάδα.
  8. Καταγράψτε τα στον πίνακα ή στο χαρτί flipchart. Διευκολύνετε μια ομαδική συζήτηση γύρω από τα βασικά συμπεράσματα.
  9. Ρωτήστε τους συμμετέχοντες πώς μπορούν να χρησιμοποιήσουν αυτή τη γνώση για να διαχειριστούν τις σχέσεις εξουσίας στις συμβουλευτικές τους σχέσεις με τις γυναίκες πρόσφυγες.

N.	Δραστηριότητα	Λεπτομέρειες	Διάρκεια
1	Καλωσόρισμα	Εισαγωγή στο σχέδιο EMMW	5 λεπτά
		Η περίληψη της δραστηριότητας (υποθέμα 1)	
		Συμφωνία συνεδρίας & συγκατάθεση	
		Γνωριμία των συμμετεχόντων	
		Προσδοκίες	
2	Icebreaker/ Δραστηριότητα Προθέρμανσης	Δύο αλήθειες και ένα ψέμα: βλ. παράρτημα	10 λεπτά
3	Εισαγωγή	- Εισαγωγή της έννοιας των σχέσεων εξουσίας στη συμβουλευτική	5 λεπτά
4	Χαρτογράφηση Ισχύος	- Διανείμετε το φύλλο εργασίας Χαρτογράφηση ισχύος - Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες να σκεφτούν μια συνεδρία συμβουλευτικής - Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν το φύλλο εργασίας της χαρτογράφησης ισχύος	20 λεπτά

5	Ανταλλαγή Εμπειριών	- Οι συμμετέχοντες θα ανταλλάξουν εμπειρίες μεταξύ τους	
6	Ανοιχτή Συζήτηση	Ζητήστε από κάθε ομάδα να μοιραστεί τα βασικά της συμπεράσματα με την ευρύτερη ομάδα.	10 λεπτά.
7	Αξιολόγηση της Δραστηριότητας	Οι συμμετέχοντες αναστοχάζονται σχετικά με την προστιθέμενη αξία της δραστηριότητας και τους τρόπους μελλοντικής βελτίωσης (εάν χρειάζεται).	5 λεπτά.

## 5.5. Βιβλιογραφία

Ακολουθούν ορισμένες αναφορές για να διαβάσετε περισσότερα σχετικά με τη χαρτογράφηση ισχύος στις συμβουλευτικές υπηρεσίες:

Gerard, N. (2016). The use of power mapping in clinical practice. *Journal of Creativity in Mental Health*, 11(3-4), 399-408.

Jungers, C. M., & Underwood, L. A. (2013). Power dynamics in counseling: Understanding oppression and privilege. *Journal of Counseling & Development*, 91(2), 224-231.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι:

### Ενεργοποιητές:

Όνομα: **Ανθρώπινος Κόμπος**

#### Στόχος:

Ενεργοποίηση των συμμετεχόντων και ενθάρρυνση της ομαδικής εργασίας και της επικοινωνίας.

#### Οδηγίες:

1. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σταθούν σε έναν κύκλο, ώμος με ώμο, με το βλέμμα στραμμένο προς τα μέσα.
2. Ζητήστε από όλους να απλώσουν το χέρι τους και να πιάσουν το χέρι κάποιου απέναντί τους (όχι του διπλανού τους).
3. Χωρίς να αφήσει το χέρι κανενός, η ομάδα πρέπει να συνεργαστεί για να ξεμπερδέψει από τον κόμπο που δημιούργησε.
4. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να επικοινωνούν μεταξύ τους και να μετακινούνται για να βοηθήσουν να λυθεί ο κόμπος.
5. Ο στόχος είναι να καταλήξουμε σε έναν κύκλο όπου όλοι στέκονται ώμος με ώμο και κανείς δεν κρατάει το χέρι του με κάποιον που αρχικά ήταν δίπλα του.

#### Παραλλαγές:

- Μπορείτε να αυξήσετε το επίπεδο δυσκολίας ζητώντας από τους συμμετέχοντες να κάνουν τη δραστηριότητα με δεμένα μάτια ή με το ένα χέρι δεμένο πίσω από την πλάτη τους.
- Μπορείτε να χρονομετρήσετε τη δραστηριότητα και να προκαλέσετε τους συμμετέχοντες να ξεμπερδέψουν όσο το δυνατόν γρηγορότερα.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ II:

### Ενεργοποίησης:

Όνομα:: **Δύο Αλήθειες και ένα Ψέμα**

### Στόχος:

Να ενεργοποιήσει τους συμμετέχοντες και να ενθαρρύνει την αλληλεπίδραση και την ενεργή ακρόαση.

### Οδηγίες:

1. Ζητήστε από κάθε συμμετέχοντα να σκεφτεί τρεις δηλώσεις για τον εαυτό του - δύο από τις οποίες είναι αληθείς και μία ψευδής.
2. Με τη σειρά του, κάθε συμμετέχων θα πρέπει να μοιραστεί τις τρεις δηλώσεις του με την ομάδα.
3. Η υπόλοιπη ομάδα θα πρέπει στη συνέχεια να προσπαθήσει να μαντέψει ποια δήλωση είναι ψευδής.
4. Αφού ο καθένας μοιραστεί τις απόψεις του, αποκαλύψτε την ψευδή δήλωση και ζητήστε από τον συμμετέχοντα να μοιραστεί περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με τις δύο αληθείς δηλώσεις.

### Παραλλαγές:

- Μπορείτε να ζητήσετε από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις δηλώσεις τους σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες για να ενθαρρύνετε βαθύτερες συζητήσεις.
- Μπορείτε να το μετατρέψετε σε μια δραστηριότητα ομαδικής ανάπτυξης, βάζοντας τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις δηλώσεις τους σε μικρές ομάδες και στη συνέχεια βάζοντας την ομάδα να προσπαθήσει να μαντέψει ποια δήλωση ανήκει σε κάθε άτομο της ομάδας.

\*Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.