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

Parents for All

ΚΑ2 Στρατηγική Σύμπραξη για Καινοτομία στην Εκπαίδευση Ενηλίκων

Εκπαιδευτικό υλικό για την ανάπτυξη διαπολιτισμικών δεξιοτήτων σε γονείς

Ενότητα 1: Βασικές διαπολιτισμικές δεξιότητες

Για γονείς των κοινωνιών υποδοχής



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

© Σύμπραξη σχεδίου Parents For All, 2019

http://parents4all.eu

Επιμέλεια κειμένου και γραφιστική επιμέλεια:
Ολυμπιακή Εκπαιδευτική και Συμβουλευτική ΕΠΕ
Soros International House

Συγγραφή:
Soros International House
University of Huelva

Μετάφραση στα ελληνικά και επικοινωνία:
Ολυμπιακή Εκπαιδευτική και Συμβουλευτική ΕΠΕ (συντονιστής σχεδίου),
www.olympiakokek.gr

Η έκδοση αυτή διατίθεται προς χρήση υπό την άδεια Creative Commons Attribution – Non Commercial – No Derivatives 4.0 International License (CC BY-NC-ND 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

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

Το σχέδιο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας δημοσίευσης δεν συνιστά αποδοχή των περιεχομένων, τα οποία αντανακλούν τις απόψεις μόνο των συντακτών της και η Επιτροπή δεν ευθύνεται για τυχόν χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Περιεχόμενα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ 1
ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ ΣΥΜΒΟΛΩΝ 5
ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΡΟΚΑΤΑΡΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ 6
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΤΟΥ ΑΛΛΟΥ 7
Προσωπική ταυτότητα και αυτοαντίληψη 8
Η δύναμη του κοινωνικού περίγυρου 9
Συστατικά της αυτοαντίληψης 12
Αυτοεκτίμηση 15
Ο κύκλος της ταυτότητάς μου 18
Το δέντρο της προσωπικής μου ταυτότητας 20
Κοινωνική αντίληψη 21
Στερεότυπα και προκαταλήψεις 24
Αναστοχασμός στα στερεότυπα 26
Πώς να ανατρέψετε τα στερεότυπα και την προκατάληψη 28
Αναγνώριση στερεοτύπων 30
Ανασκόπηση του Κεφαλαίου 1 31
Προτεινόμενες ομαδικές δραστηριότητες 32
Βιβλιογραφία και δικτυογραφία 35
Τι έμαθα; 36
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ 43
Ανεκτικότητα και κατανόηση σε πολυπολιτισμικές κοινωνίες 44
Τα οφέλη από την ανάπτυξη διαπολιτισμικής κατανόησης 46
Βοηθήστε τα παιδιά να αναπτύξουν ανεκτικότητα και κατανόηση 48
Ανάπτυξη διαπολιτισμικής κατανόησης 50
Συζήτηση με τα παιδιά σας: «ΠΟΥΛΙΑ» 51



Ανασκόπηση του Κεφαλαίου 2 52
Προτεινόμενες ομαδικές δραστηριότητες 53
Βιβλιογραφία και δικτυογραφία 58
Τι έμαθα; 59
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ 62
Σχέση μεταξύ γλώσσας, πολιτισμού και επικοινωνίας 63
Βασικές αρχές της λεκτικής επικοινωνίας 67
Βασικές αρχές της μη λεκτικής επικοινωνίας 69
Η επίδραση της μη λεκτικής επικοινωνίας 72
Χαρακτηριστικά πολιτισμικά πρότυπα επικοινωνίας 74
Αναστοχασμός στο επικοινωνιακό ύφος 77
Άσκηση για την αναγνώριση διαφορετικών στιλ επικοινωνίας 78
Κουλτούρες υψηλού και χαμηλού πλαισίου 79
Μελέτη περίπτωσης: Επιλογή του κατάλληλου επικοινωνιακού ύφους 83
Κουλτούρες προσανατολισμένες στις σχέσεις ή στην εργασία 84
Μελέτη περίπτωσης: Επιλογή της κατάλληλης προσέγγισης 87
Πολιτισμικές διαφορές στη μη λεκτική επικοινωνία 88
Αναγνώριση πολιτισμικών διαφορών στη μη λεκτική επικοινωνία 92
Αρχές διαπολιτισμικής επικοινωνίας 94
Απλές τεχνικές για αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία 97
Αναστοχασμός στην αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία 100
Ανασκόπηση του Κεφαλαίου 3 101
Προτεινόμενες ομαδικές δραστηριότητες 102
Βιβλιογραφία και δικτυογραφία 106
Τι έμαθα; 108
ΜΕΤΑΒΑΣΗ ΣΤΗΝ ΕΝΟΤΗΤΑ 2 116
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 117
Φύλλο απαντήσεων στις δραστηριότητες αξιολόγησης 117



Κεφάλαιο 1 117
Κεφάλαιο 2 119
Κεφάλαιο 3 120
Εικονίδια δραστηριοτήτων – credits 123



Εκπαιδευτικό υλικό για την ανάπτυξη διαπολιτισμικών δεξιοτήτων σε γονείς

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Καλωσορίσατε στο εκπαιδευτικό υλικό του Parents4All!

Ως γονιός σίγουρα επιθυμείτε να δείτε τα παιδιά σας να πετυχαίνουν στη ζωή τους και να την απολαμβάνουν. Αυτό θέλουν όλοι οι γονείς, ανεξάρτητα από την καταγωγή τους. Ωστόσο, μπορεί να έχετε αναρωτηθεί μερικές φορές ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να διαχειριστείτε την αυξανόμενη πολιτισμική ποικιλομορφία που χαρακτηρίζει τη σημερινή κοινωνία. Μήπως θα μπορούσε να βλάψει τα παιδιά σας με κάποιο τρόπο η έκθεση σε αξίες, πολιτισμούς και συνήθειες που διαφέρουν από αυτές της οικογένειάς σας; Είναι η διαφορετικότητα και η ποικιλομορφία καλή για τα παιδιά σας ή θα μπορούσε να αποτελέσει απειλή για αυτά; Πολλοί γονείς ανησυχούν σχετικά με αυτό.

Στην ομάδα του Parents4All πιστεύουμε ότι ο μοναδικός τρόπος για να βοηθήσετε *τα δικά σας* παιδιά να ευημερούν και να επιτύχουν είναι να βοηθήσετε *όλα* τα παιδιά στο περιβάλλον σας προς αυτή την κατεύθυνση. Αυτό το εκπαιδευτικό υλικό εξηγεί πώς αυτό είναι δυνατόν – πώς μπορείτε να συνεργάζεστε με άλλους γονείς και με το διδακτικό προσωπικό του σχολείου προκειμένου να αυξηθεί η διαπολιτισμική κατανόηση στο σχολείο, να καταπολεμηθεί ο ρατσισμός και η προκατάληψη, καθώς και να δρέψετε τα οφέλη, εσείς και τα παιδιά σας. Αυτό το υλικό έχει σχεδιαστεί για να σας ευαισθητοποιήσει, να σας ενδυναμώσει, να σας εμπνεύσει, αλλά και να σας δώσει τα εργαλεία που χρειάζεστε.

Το εκπαιδευτικό υλικό είναι δομημένο σε 2 ενότητες. Η Ενότητα 1, *Βασικές διαπολιτισμικές δεξιότητες*, βοηθά τους γονείς να αποκτήσουν



μεγαλύτερη αυτογνωσία σε πολιτισμικά θέματα, να αναπτύξουν μεγαλύτερη ανεκτικότητα και να καλλιεργήσουν βασικές δεξιότητες διαπολιτισμικής επικοινωνίας. Η Ενότητα 2, *Ο ρόλος των γονέων στην κοινωνική ένταξη και συνοχή*, παρέχει πρακτικές πληροφορίες στους γονείς, οι οποίες θα τους βοηθήσουν να καλλιεργήσουν πιο θετική στάση απέναντι στην ένταξη των μεταναστών και τη διαφορετικότητα και να δουν την ενεργό εμπλοκή των γονέων για την κοινωνική ένταξη ως μια συνεργατική και αμοιβαία ανταμειφτική διαδικασία.

Πιο συγκεκριμένα, σε αυτό το έγγραφο θα βρείτε την Ενότητα 1. Το Κεφάλαιο 1, *Αυτοαντίληψη και αντίληψη του άλλου*, εξηγεί βασικές έννοιες σχετικά με την προσωπική ταυτότητα. Οι γονείς θα κατανοήσουν την επίδραση της κουλτούρας και του κοινωνικού περιβάλλοντος στην αυτοαντίληψη και την αντίληψη του άλλου και θα μάθουν πώς να αναγνωρίζουν και να αμφισβητούν τα δικά τους στερεότυπα. Παρουσιάζονται απλές τεχνικές αυτογνωσίας ώστε να βοηθηθούν οι γονείς να κάνουν πιο βαθιές σκέψεις γύρω από τις αξίες τους, τις στάσεις τους και τις συμπεριφορές τους.

Το Κεφάλαιο 2, *Ανάπτυξη ανεκτικότητας και κατανόησης*, συζητά την έννοια και τη σπουδαιότητα της ανεκτικότητας και της κατανόησης στις πολυπολιτισμικές κοινωνίες της εποχής μας. Οι γονείς μαθαίνουν τρόπους διερεύνησης της ανεκτικότητάς τους και πώς να καλλιεργούν με συνειδητό, στοχευμένο τρόπο τη διαπολιτισμική κατανόηση στα παιδιά τους.

Το Κεφάλαιο 3, *Αρχές διαπολιτισμικής επικοινωνίας*, παρουσιάζει βασικές πληροφορίες για την αλληλεπίδραση μεταξύ πολιτισμού, γλώσσας και επικοινωνίας. Σε αυτό το κεφάλαιο οι γονείς μαθαίνουν για διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας ανάλογα με τον πολιτισμό και βασικούς κανόνες για μια αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία.



Κάθε κεφάλαιο του εκπαιδευτικού υλικού ξεκινά με τα *κύρια σημεία* που θα αναλυθούν και εξηγεί τη *σπουδαιότητα* των όσων θα ακολουθήσουν. Η ύλη είναι δομημένη σε *ποικίλες εκπαιδευτικές δραστηριότητες*, οι οποίες υποκινούν τον αναγνώστη και τον βοηθούν να αποκτήσει γνώση και κατανόηση, να προβληματιστεί βαθύτερα γύρω από ορισμένα θέματα, να εφαρμόσει τις νέες του γνώσεις στην καθημερινή του ζωή και να αλληλεπιδρά με το πολυποίκιλο περιβάλλον του. Σας ενθαρρύνουμε να κάνετε με πραγματικούς ανθρώπους τις ασκήσεις που απαιτούν αλληλεπίδραση και να μην τις κάνετε απλώς υποθετικά στο μυαλό σας. Αυτό θα σας βοηθήσει να αντιληφθείτε τη σπουδαιότητα και τη χρησιμότητα των όσων μαθαίνετε. Στο τέλος κάθε κεφαλαίου υπάρχει μια *ανασκόπηση*, καθώς και *δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης*, οι οποίες σας επιτρέπουν να ελέγχετε τι μάθατε. Οι απαντήσεις σε αυτές τις δραστηριότητες δίνονται στο παράρτημα του εγγράφου.

Το εκπαιδευτικό υλικό του Parents4All έχει σχεδιαστεί ως *υλικό αυτοεκπαίδευσης* και όλες οι δραστηριότητες απευθύνονται στον γονιό-αναγνώστη. Ωστόσο, λαμβάνοντας υπόψη την επιθυμία πολλών γονιών να συζητούν αυτή την ύλη με άλλους γονείς στο πλαίσιο οργανωμένων μαθημάτων, στο τέλος του κάθε κεφαλαίου προτείνονται *ομαδικές δραστηριότητες*. Αυτές οι δραστηριότητες απευθύνονται στους εκπαιδευτές ή συντονιστές των μαθημάτων σε τάξη.

Στο εκπαιδευτικό υλικό έχουν ενσωματωθεί ποικίλες δραστηριότητες αξιολόγησης, οι οποίες αποτελούν μέρος της *Εργαλειοθήκης Αξιολόγησης* που δημιούργησε η κοινοπραξία του Parents4All. Πριν την Ενότητα 1 και μετά το τέλος της Ενότητας 2 θα συναντήσετε συνδέσμους που οδηγούν σε δραστηριότητες αξιολόγησης. Προκειμένου να ωφεληθείτε στον πληρέστερο δυνατό βαθμό, σας προτρέπουμε να κάνετε αυτές τις δραστηριότητες με τη σειρά που προτείνεται και με τον τρόπο που εξηγείται.



Θα συναντήσετε αρκετές φορές τους όρους *γονείς της κοινωνίας υποδοχής* ή *ντόπιοι γονείς* καθώς και *μετανάστες και πρόσφυγες γονείς* (ΜΠΓ) ή *αλλοδαποί γονείς*. Στον όρο *γονείς της κοινωνίας υποδοχείς* δεν περιλαμβάνονται μόνο οι αυτόχθονες γονείς, αλλά και αλλοδαποί γονείς οι οποίοι ζουν ήδη πολλά χρόνια στη χώρα και έχουν πλήρως ενσωματωθεί σε αυτήν ή είναι μετανάστες δεύτερης και τρίτης γενιάς. Ο όρος ΜΠΓ αναφέρεται σε γονείς με ποικίλο υπόβαθρο (μετανάστες, παλιννοστούντες, πρόσφυγες, μέλη μειονοτήτων) οι οποίοι δεν είναι επαρκώς εξοικειωμένοι με τους πολιτισμικούς κανόνες, τη γλώσσα και τις καθημερινές πρακτικές των κοινωνιών υποδοχής. Οι όροι ΜΠΓ και αλλοδαποί γονείς χρησιμοποιούνται ως ταυτόσημοι σε αυτό το εκπαιδευτικό υλικό.

Ελπίζουμε ειλικρινά να απολαύσετε τη μελέτη αυτού του υλικού και να σας βοηθήσει ούτως ώστε να διαχειρίζεστε πιο εύκολα τη διαφορετικότητα, να υποστηρίζετε πιο αποτελεσματικά τα παιδιά σας και να ενισχύετε την κοινωνική συνοχή!



ΕΠΕΞΗΓΗΣΗ ΣΥΜΒΟΛΩΝ

Μπορείτε να αναγνωρίσετε τους διαφορετικούς τύπους εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων από το αντίστοιχο σύμβολο:



Θεωρία – επεξήγηση πληροφοριών



Σκεφτείτε



Επιπρόσθετες εξωτερικές πηγές



Σχετικά βίντεο



Ασκήσεις αναστοχασμού



Εφαρμόστε όσα μάθατε



Ομαδικές δραστηριότητες



Ασκήσεις αυτοαξιολόγησης



ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΡΧΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Προτού ξεκινήσετε τη μελέτη του υλικού, παρακαλούμε αφιερώστε λίγα λεπτά για να κάνετε τις αρχικές δραστηριότητες αξιολόγησης.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΑΥΤΟΑΝΤΙΛΗΨΗ ΚΑΙ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΤΟΥ ΑΛΛΟΥ

Τι θα μάθω;

Βασικά στοιχεία της ατομικής ταυτότητας

Πώς λειτουργούν τα στερεότυπα και πώς να τα αναγνωρίζετε όταν επηρεάζουν την κοινωνική αντίληψη

Η σημασία της κουλτούρας στην αυτοαντίληψη και την κοινωνική αντίληψη

Γιατί είναι σημαντικό;

Προκειμένου να τα πηγαίνουμε καλά με τους άλλους είναι σημαντικό να ξέρουμε ποιοι είμαστε εμείς οι ίδιοι. Ποιοι ή τι είμαστε εξαρτάται από τις αντιλήψεις μας, τις ιδέες μας, τις αξίες και τις πεποιθήσεις μας. Ταυτόχρονα εξαρτάται και από το κοινωνικό και πολιτισμικό μας περιβάλλον, από τις σχέσεις που έχουμε με άλλους. Αυτού του είδους η αυτογνωσία είναι βασική για να καταλαβαίνουμε ο ένας τον άλλον και να μπορούμε να συμβιώνουμε αρμονικά.

Σε αυτό το κεφάλαιο θα μάθετε για κάποιους σύνθετους παράγοντες που διαμορφώνουν την ανθρώπινη συμπεριφορά. Αυτό θα σας βοηθήσει να καταλάβετε καλύτερα όχι μόνο τον εαυτό σας, αλλά και τις διαδικασίες κοινωνικής ένταξης τις οποίες βιώνουν τα παιδιά σας. Θα μπορείτε έτσι να τα υποστηρίζετε καλύτερα και με πιο θετικό τρόπο.



Προσωπική ταυτότητα και αυτοαντίληψη

«Ποιος είσαι;» Μολονότι φαίνεται απλή ερώτηση, είναι από τις πιο δύσκολες που θα μπορούσαν ποτέ να σας κάνουν! Αυτό που λένε ή σκέφτονται οι άλλοι για εσάς μπορεί να είναι εντελώς διαφορετικό από το πώς θα περιγράφατε εσείς τον εαυτό σας. Παρόλο που ακούγεται παράξενο, η αυτογνωσία είναι δύσκολο πράγμα. Ωστόσο, είναι σημαντική: ο τρόπος με τον οποίο αυτοπροσδιορίζεστε (η προσωπική σας ταυτότητα) σχετίζεται άμεσα με τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεστε τον εαυτό σας (αυτοαντίληψη), τον τρόπο με τον οποίο παρουσιάζετε τον εαυτό σας στους άλλους, τη συμπεριφορά σας κλπ. Μόλις συνειδητοποιήσετε πόσο περίπλοκο είναι να αναλύσετε τον εαυτό σας, θα σας είναι ευκολότερο να δεχτείτε ότι και οι άλλοι άνθρωποι δεν είναι πάντα αυτό που φαίνονται με την πρώτη ματιά και ότι χρειάζεται χρόνος για να τους γνωρίσετε πραγματικά. Θα συνειδητοποιήσετε επίσης πόσοι διαφορετικοί παράγοντες επηρεάζουν την ανάπτυξη των παιδιών σας.



Όλοι μας είμαστε αυτό που είμαστε ως αποτέλεσμα της συνδυασμένης επίδρασης τριών πραγμάτων: α) του **κοινωνικού μας περίγυρου** (όπου περιλαμβάνονται εξωτερικές επιρροές που δεχόμαστε από την κουλτούρα μας, την οικογένειά μας, την εκπαίδευση), β) των **μοναδικών προσωπικών μας χαρακτηριστικών** (κατά βάση κληρονομημένων) και γ) των **προσωπικών μας αποφάσεων και στάσεων** απέναντι στον εαυτό μας, τη ζωή και άλλους ανθρώπους. Δεν μπορούμε να κάνουμε και πολλά για να αλλάξουμε τα κληρονομημένα χαρακτηριστικά μας. Ωστόσο, μπορούμε να κάνουμε πολλά για να κατανοήσουμε την επίδραση του

κοινωνικού μας περιβάλλοντος και να συνειδητοποιήσουμε πληρέστερα πώς επεξεργαζόμαστε όλα όσα συμβαίνουν μέσα μας και γύρω μας.



Προτού συνεχίσετε την ανάγνωση, αναρωτηθείτε:

1) *Ποιο είναι ένα χαρακτηριστικό σας που το οφείλετε στον κοινωνικό σας περίγυρο;*
2) *Ποιο είναι ένα χαρακτηριστικό σας που το οφείλετε στα γονίδιά σας;*
3) *Ποιο είναι ένα χαρακτηριστικό σας που το οφείλετε στις προσωπικές σας αποφάσεις ή στάσεις;*

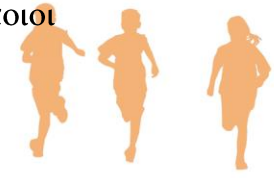
Τώρα σκεφτείτε τους γονείς σας ή κάποιους στενούς σας φίλους: Μπορείτε να εντοπίσετε κάποια χαρακτηριστικά τους που είναι ξεκάθαρα το αποτέλεσμα ενός από αυτούς τους τρεις παράγοντες;



Η δύναμη του κοινωνικού περίγυρου

Θα θέλατε να ταξιδέψετε στον χρόνο; Φανταστείτε ότι μπορείτε να ταξιδέψετε σε οποιαδήποτε εποχή και μέρος της ανθρώπινης ιστορίας – στην αρχαία Αίγυπτο, στην αυτοκρατορία των Αζτέκων, στην κινέζικη αυτοκρατορία του 5ου αιώνα π.Χ. ή όπου αλλού θέλετε. Ας υποθέσουμε ότι μπορείτε να καταλάβετε τη γλώσσα που μιλούν. Παρόλα αυτά, θα αισθανόσασταν εύκολα μέρος εκείνων των κοινωνιών ή θα αισθανόσασταν σαν εξωγήινος; Μάλλον το δεύτερο. Συνήθειες και συμπεριφορές που θεωρούνται φυσιολογικές από εκείνες τις κοινωνίες μπορεί να σας φαίνονταν αποκρουστικές, ενώ πράγματα που εσείς θεωρείτε δεδομένα μπορεί να ήταν αδιανόητα ή ανόητα για εκείνους.

Αυτό το απλό παράδειγμα δείχνει ότι η ιστορική περίοδος, η κοινωνία και η κουλτούρα στην οποία ζούμε επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό το ποιοι



είμαστε: τις αξίες μας, τα πρότυπα σκέψης μας, τις στάσεις μας και τη συμπεριφορά μας. Στην πραγματικότητα, η κουλτούρα είναι πανταχού παρούσα γύρω μας, διαμορφώνοντας τον εγκέφαλο και τη συμπεριφορά μας. Ως αποτέλεσμα, άνθρωποι από διαφορετικούς πολιτισμούς επεξεργάζονται τον κόσμο διαφορετικά. Ενώ κάποιοι πολιτισμικοί παράγοντες είναι φανεροί (όπως η τεχνολογία ή οι διαθέσιμοι πόροι), άλλοι παράγοντες μας επηρεάζουν με πιο ανεπαίσθητο τρόπο, ίσως χωρίς να το αντιλαμβανόμαστε καν. Αυτό το φαινόμενο ονομάζεται συχνά *πολιτισμικό παγόβουνο.*



Για παράδειγμα: Βλέπετε μια μουσουλμάνα που φοράει μαντήλα. Ποια είναι η κορυφή του πολιτισμικού παγόβουνου και ποιος είναι ο κύριος όγκος του;

Ο κοινωνικός περίγυρος περιλαμβάνει επίσης την οικογένεια, την εκπαίδευση, τη γειτονιά και πρακτικές κοινωνικοποίησης. Σταθείτε μια στιγμή και σκεφτείτε σε πόσα πράγματα διαφέρετε από τους άλλους μόνο και μόνο χάρη στην οικογένειά σας. Είναι αρκετά, έτσι δεν είναι;



Σκεφτείτε για λίγο τον πολιτισμό στον οποίο έχετε μεγαλώσει:

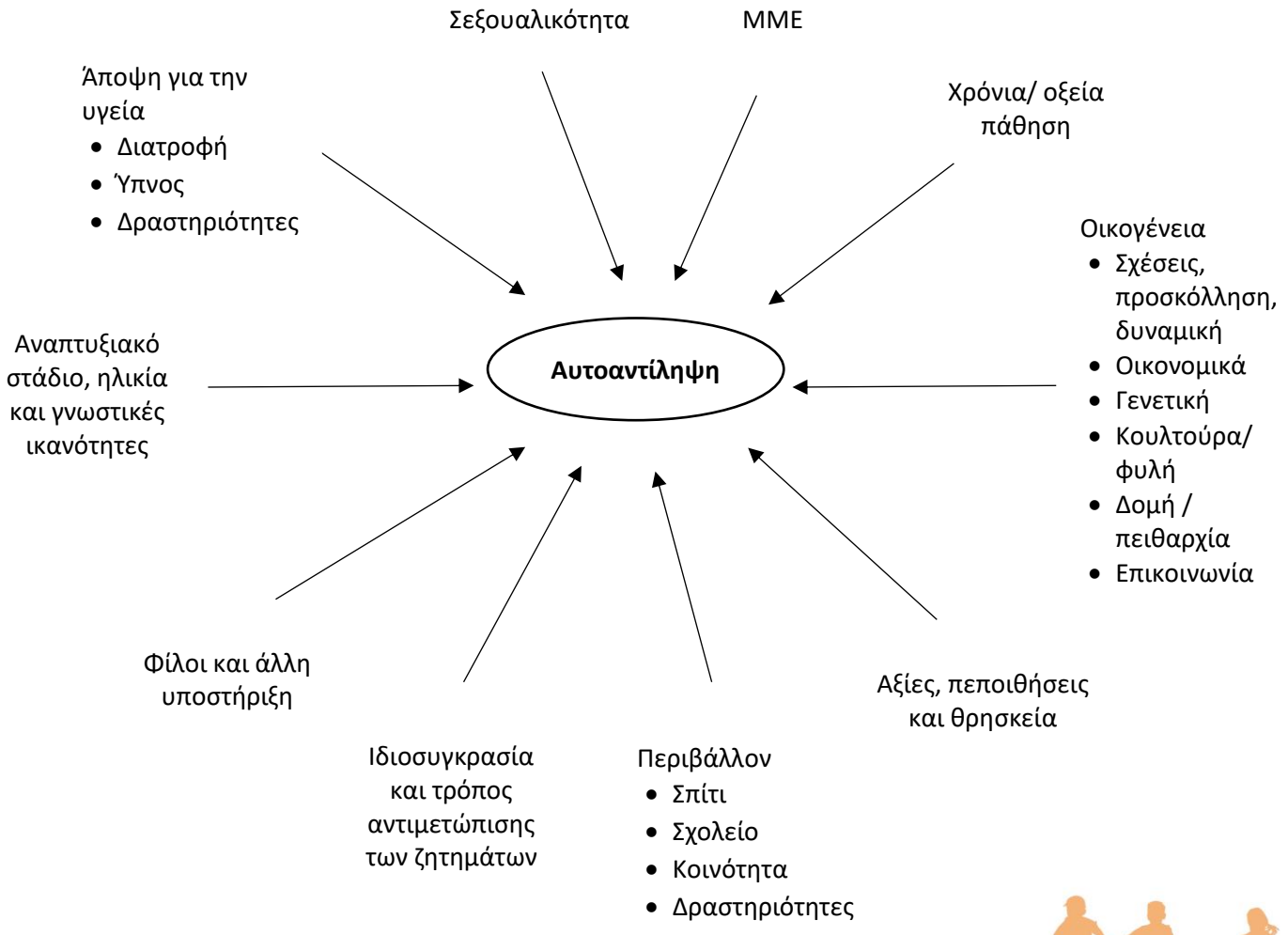
- *Ποια άποψη επικρατεί για την πολιτική; Πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η πολιτική στην καθημερινή ζωή;*
- *Ποια άποψη επικρατεί για τη θρησκεία; Υπάρχει κάποια επικρατούσα θρησκεία; Υπάρχει πραγματική θρησκευτική ελευθερία;*
- *Πώς βλέπει αυτός ο πολιτισμός τα ηλικιωμένα άτομα και πώς τους συμπεριφέρεται;*
- *Ποιος ρόλος αποδίδεται στους γονείς; Πώς είναι ο ιδανικός γονέας;*
- *Ποιος είναι ο ρόλος της γυναίκας;*
- *Υπάρχει περιβαλλοντική συνείδηση; Πόσο ισχυρή είναι αυτή;*

Τώρα συγκρίνετε τις απαντήσεις σας με τις δικές σας στάσεις, αξίες και συμπεριφορές σε αυτούς τους τομείς. Πόσο έντονη είναι η επίδραση του πολιτισμού σας;



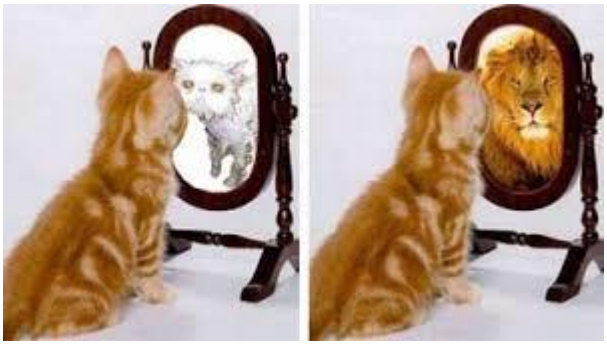
Συστατικά της αυτοαντίληψης

Ας συζητήσουμε τώρα για λίγο γύρω από τις δικές μας στάσεις απέναντι στον εαυτό μας. Θα μιλήσουμε για την αυτοαντίληψη, δηλαδή τη νοερή αναπαράσταση που έχουμε για τον εαυτό μας ή τις στάσεις μας απέναντι στον εαυτό μας (McLeod, 2008). Η αυτοαντίληψη επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες, οι περισσότεροι από τους οποίους σχετίζονται με τον κοινωνικό περίγυρο που αναφέραμε προηγουμένως. Ηθικοί, πνευματικοί, συναισθηματικοί και βιολογικοί παράγοντες επίσης παίζουν κάποιον ρόλο. Το ακόλουθο σχήμα παρουσιάζει μερικούς από αυτούς τους παράγοντες. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι η αυτοαντίληψη είναι κάτι που μαθαίνεται και όχι κάτι εγγενές.



Οι δύο κύριες συνιστώσες της αυτοαντίληψης είναι η αυτοεικόνα (το πώς βλέπουμε τον εαυτό μας) και η αυτοεκτίμηση (ο βαθμός στον οποίο εκτιμούμε τον εαυτό μας).

Η αυτοεικόνα δε σχετίζεται απαραίτητα με την πραγματικότητα. Ρίξτε μια ματιά στις παρακάτω εικόνες που δείχνουν μια μη ρεαλιστική αυτοεικόνα.





Τώρα σκεφτείτε τα εξής:

- *Πώς θα επηρεαστεί κατά πάσα πιθανότητα η συμπεριφορά στις παραπάνω περιπτώσεις από τη διαστρεβλωμένη αυτοαντίληψη;*
- *Πώς μπορούν τα ιδεώδη ομορφιάς να επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο βλέπουμε το σώμα μας;*
- *Πώς διαφέρει η αυτοεικόνα στις παραπάνω περιπτώσεις από αυτό που βλέπουν οι άλλοι; Πώς θα μπορούσε να επηρεάσει αυτό τις σχέσεις με άλλους;*

Υπάρχουν δύο ακόμα σημαντικά κοινωνικά στοιχεία που μπορεί να επηρεάσουν σε μεγάλο βαθμό την αυτοαντίληψή μας:

- Η άποψη που σχηματίζουν οι άλλοι για εμάς (π.χ. τι γνώμη θα έχετε για το σώμα σας όταν οι άλλοι κάνουν θετικά ή αρνητικά σχόλια για αυτό;)
- Η σύγκριση που κάνουμε με άλλους με βάση τις ομοιότητες ή τις διαφορές μας

Και αυτά τα στοιχεία οδηγούν στη δεύτερη συνιστώσα της αυτοαντίληψης, την αυτοεκτίμηση.

«Είναι καλό να βλέπουμε τον εαυτό μας όπως μας βλέπουν οι άλλοι. Όσο και αν προσπαθούμε, ποτέ δεν μπορούμε να γνωρίσουμε πλήρως τον εαυτό μας, ιδιαίτερα την κακή πλευρά του εαυτού μας. Αυτό μπορούμε να το πετύχουμε μόνο αν δε θυμώνουμε με τους επικριτές μας αλλά δεχόμαστε με καλή διάθεση ό,τι κι αν έχουν να πουν.»
Μαχάτμα Γκάντι



Αυτοεκτίμηση

Η αυτοεκτίμηση ή αυτοαξία είναι η συναισθηματική συνιστώσα της αυτοαντίληψής μας. Περιγράφει πόση αξία δίνετε στον εαυτό σας, πόσο πιστεύετε στον εαυτό σας, στις ικανότητές σας και στο ότι αξίζετε την ευτυχία στη ζωή σας (Branden, 1995). Η αυτοεκτίμηση επηρεάζεται από τέσσερις κύριους παράγοντες (Argyles, 2008):

α) Την αντίδραση των άλλων σε εμάς

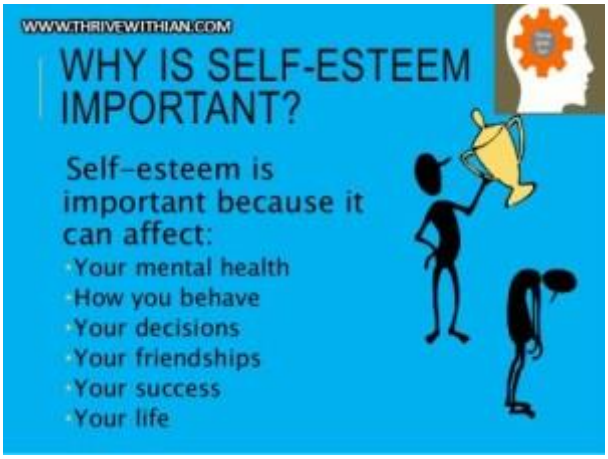
β) Τη σύγκριση με τους άλλους

γ) Τους κοινωνικούς ρόλους

δ) Την ταύτιση (με τους κοινωνικούς ρόλους, τα πρότυπα, τα σχόλια των άλλων κλπ.)

Στην ουσία, συγκρίνουμε τον εαυτό μας με ένα ιδανικό πρότυπο και ανάλογα με την εικόνα που έχουμε για το κατά πόσο ανταποκρινόμαστε σε αυτό το πρότυπο μπορεί να νιώθουμε θετικά ή αρνητικά για τον εαυτό μας. Και πάλι, αυτό δεν έχει κατ' ανάγκη σχέση με την πραγματικότητα. Δύο άνθρωποι με παρόμοιες περιστάσεις και χαρακτηριστικά μπορεί να διαφέρουν πολύ στο πώς αξιολογούν τον εαυτό τους και νιώθουν γι' αυτόν. Μπορεί να είναι εξίσου ευφυείς, να έχουν το ίδιο εισόδημα και επάγγελμα, το ίδιο καλή εμφάνιση κλπ. αλλά ο ένας να αισθάνεται μηδενικό ενώ ο άλλος να αισθάνεται επιτυχημένος ή πολύ ικανοποιημένος με τον εαυτό του.

Οι άνθρωποι με χαμηλή αυτοεκτίμηση τείνουν να νιώθουν πιο αβοήθητοι, να μην είναι ικανοποιημένοι με την απόδοσή τους (όσο καλή και αν είναι), να μην προσαρμόζονται καλά σε στρεσογόνα γεγονότα και γενικότερα να συμπεριφέρονται με πιο προβληματικούς τρόπους. Οι άνθρωποι με υψηλή αυτοεκτίμηση έχουν συνήθως τα αντίθετα βιώματα, αλλά και η υπερβολική αυτοεκτίμηση δεν είναι τόσο θετική, καθώς μπορεί να οδηγήσει σε αλαζονεία ή βία.



Ωστόσο προσοχή! Το πώς νιώθει κάποιος για τον εαυτό του δε φαίνεται πάντα αμέσως. Μερικοί άνθρωποι προσπαθούν να επηρεάσουν συνειδητά το πώς τους βλέπουν οι άλλοι (αυτο-παρουσίαση). Προσπαθούν να επηρεάσουν τις εντυπώσεις των άλλων ώστε να κερδίσουν την επιδοκιμασία τους. Έτσι κρύβουν την πραγματική τους αυτοαντίληψη προκειμένου να φτάσουν στην επιτυχία ή να διαχειριστούν αντικρουόμενες προσδοκίες στο περιβάλλον τους.

Μάθετε περισσότερα για την αυτοαντίληψη και την αυτοεκτίμηση κάνοντας τις παρακάτω ασκήσεις! (Στα αγγλικά)

Me, myself, I — self-concept and self-esteem

Μάθετε περισσότερα για την αυτογνωσία και την αυτοαντίληψη σε αυτό το βίντεο:

Self-Awareness - Αυτογνωσία



Αναστοχασμός στην προσωπική ταυτότητα και στο κοινωνικό ανήκειν

1) Περιγράψτε τις διαφορετικές ομάδες ή τύπους γονέων που παρατηρείτε στο σχολείο του παιδιού σας. Σε ποια από αυτές πιστεύετε ότι ανήκετε και με ποια ταυτίζεστε; Τι σημαίνει αυτή η ομάδα για εσάς;

2) Τώρα σκεφτείτε μια ομάδα γονέων ή μια κοινωνική κατηγορία στην οποία ανήκετε αλλά με την οποία δεν ταυτίζεστε. Για ποιο λόγο δεν ταυτίζεστε με την ομάδα αυτή;

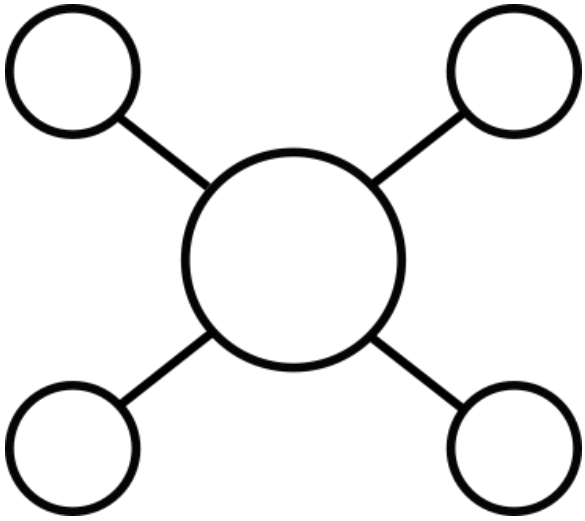
3) Προσπαθήστε να εντοπίσετε τους παράγοντες που επηρεάζουν τον βαθμό στον οποίο ταυτίζεστε με μια ομάδα (π.χ. στάσεις, πεποιθήσεις, οικογενειακή κατάσταση, οικονομική κατάσταση, επάγγελμα κλπ.). Ποιοι παράγοντες είναι οι περισσότερο και ποιοι οι λιγότερο σημαντικοί;



Ο κύκλος της ταυτότητάς μου

Αυτή η δραστηριότητα θα σας βοηθήσει να προσδιορίσετε τις διαστάσεις που θεωρείτε πιο σημαντικές για την ταυτότητά σας.

Πρώτα, γράψτε το όνομά σας στον κεντρικό κύκλο. Στη συνέχεια, συμπληρώστε τους κύκλους που βρίσκονται περιμετρικά με μία διάσταση της ταυτότητάς σας που πιστεύετε ότι είναι από τις πιο σημαντικές (π.χ. γυναίκα, αθλητής, Έλληνας, αδελφός, εκπαιδευτικός, Ευρωπαίος, μεσαία τάξη κλπ.)



Τώρα αναρωτηθείτε:

- Πώς διαφέρουν οι διαστάσεις που επιλέξατε εσείς ως τις πιο σημαντικές από εκείνες στις οποίες εστιάζουν οι άλλοι για να σχηματίσουν μια γνώμη για εσάς;
- Όταν κοιτάζομαι στον καθρέφτη κάθε πρωί βλέπω…
- Ποιοι είναι οι δικοί μου άνθρωποι; Τι βλέπουν εκείνοι στον καθρέφτη;
- Αν έπρεπε να περιγράψω τον εαυτό μου με τέσσερις λέξεις θα έλεγα ότι είμαι: (4 λέξεις)

- Μια εμπειρία που με βοήθησε να σχηματίσω αυτή την περιγραφή του εαυτού μου ήταν…
- Ενας λόγος που νιώθω καλά ή περήφανος/η που είμαι… (συμπληρώστε σύμφωνα με τις απαντήσεις σας παραπάνω) είναι ότι…
- Αναφέρετε ένα στερεότυπο που συνδέεται με κάποια από τις ομάδες με τις οποίες ταυτίζεστε αλλά δεν περιγράφει αυτό που είστε στην πραγματικότητα. Συμπληρώστε την ακόλουθη πρόταση:

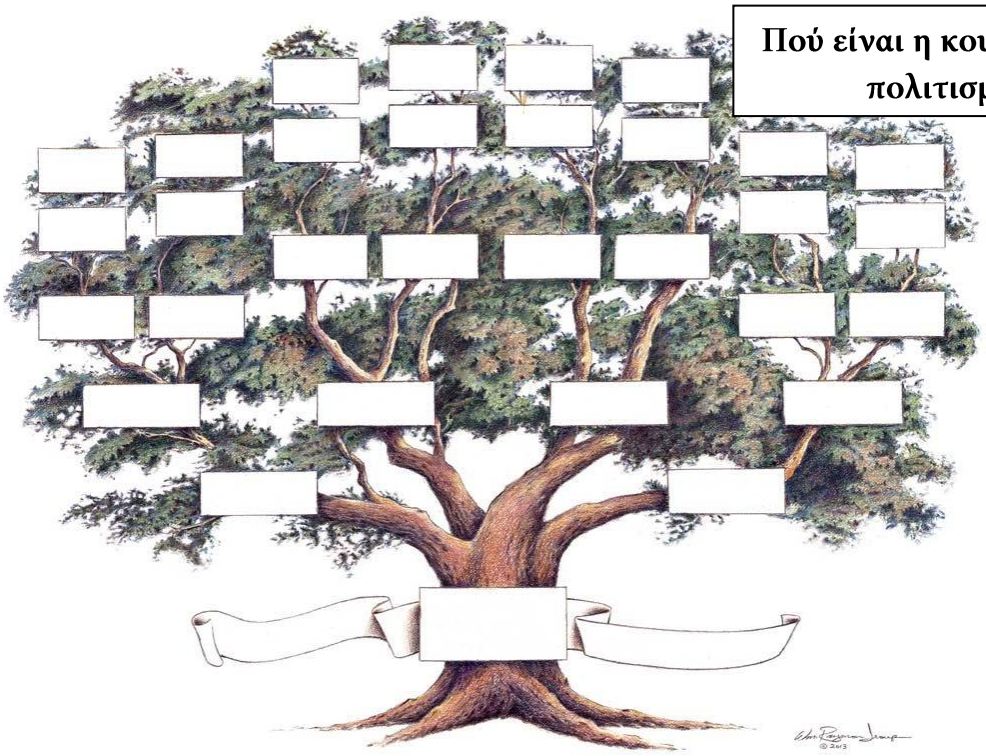
  Είμαι _____ αλλά ΔΕΝ ΕΙΜΑΙ _____.



Το δέντρο της προσωπικής μου ταυτότητας

Ζωγραφίστε το δικό σας δέντρο! Πρώτα ζωγραφίστε το δέντρο όπως εσείς θέλετε και μετά γράψτε ή ζωγραφίστε στο καθένα από τα μέρη του τα ακόλουθα:

- ρίζες = οι πεποιθήσεις σας και οι επιδράσεις που έχουν διαμορφώσει τη ζωή σας
- κορμός = η δομή της ζωής σας και σχετικά σταθερές πτυχές της
- κλαδιά = σχέσεις και διασυνδέσεις, κατευθύνσεις, ενδιαφέροντα, πώς περνάτε τον χρόνο σας
- φύλλα = πληροφορίες, γνώσεις, πόροι
- μπουμπούκια = οι ιδέες και ελπίδες σας για το μέλλον και οι προοπτικές σας
- καρπός = επιτεύγματα
- άνθη = τι σας κάνει ιδιαίτερους, τα δυνατά σας σημεία



Κοινωνική αντίληψη

Κοινωνική αντίληψη είναι η διαδικασία που ακολουθούμε για να σχηματίσουμε εντυπώσεις για τους άλλους και/ή να διατυπώσουμε κρίσεις ή απόψεις για άλλα άτομα ή ομάδες. Με απλά λόγια, η κοινωνική αντίληψη αφορά το πώς αντιλαμβανόμαστε άλλους ανθρώπους και πώς ερμηνεύουμε τη συμπεριφορά τους.

Μολονότι η έννοια της κοινωνικής αντίληψης εφαρμόζεται περισσότερο στις αρχικές εντυπώσεις που σχηματίζουμε για άλλα άτομα, συχνά κορυφώνεται σε σταθερές απόψεις που σχηματίζουμε σταδιακά για άλλους ανθρώπους. Υπάρχουν τρεις κύριοι παράγοντες που μας βοηθούν να σχηματίσουμε εντυπώσεις για άλλους ανθρώπους:

- Ο **ίδιος μας ο εαυτός** (εξοικείωση με το άτομο, στάσεις, διάθεση, αυτοαντίληψη)
- Η **κατάσταση** που περιβάλλει το άτομο (οι συνθήκες στις οποίες λαβαίνει χώρα η αλληλεπίδραση, τυχαίες περιστάσεις)
- Η παρατηρήσιμη **συμπεριφορά** του ατόμου και άλλων χαρακτηριστικών του (εξωτερική εμφάνιση, λεκτική επικοινωνία, γλώσσα του σώματος, οι προθέσεις του έτσι όπως τις εικάζουμε)

Το λεγόμενο «σφάλμα της πρώτης εντύπωσης» αναφέρεται στην τάση μας να σχηματίζουμε σταθερές απόψεις για ένα άτομο με βάση τις αρχικές μας εντυπώσεις.



Σκεφτείτε την ακόλουθη κατάσταση:

Συναντάτε για πρώτη φορά τον δάσκαλο της κόρης σας. Κολλήσατε στην πρωινή κίνηση και φτάσατε πολύ αγχωμένος/-η. Ο δάσκαλος αργεί 15 λεπτά και μουρμουρίζει μια δικαιολογία. Εσείς πρέπει να πάτε στη δουλειά μετά τη συνάντηση και έχετε λίγο μόνο χρόνο. Ο δάσκαλος είναι ένας νέος ψηλός άντρας και τα ρούχα του φανερώνουν έναν εναλλακτικό τρόπο ζωής.

- *Πώς μπορεί να επηρεάσει τις εντυπώσεις σας η διάθεσή σας και ο περιορισμένος σας χρόνος;*
- *Πώς μπορεί η εξωτερική εμφάνιση του δασκάλου να επηρεάσει τις εντυπώσεις σας ανάλογα με τον δικό σας τρόπο ζωής;*
- *Πώς επηρεάζονται οι προσδοκίες σας από το γεγονός ότι αυτή είναι η πρώτη σας συνάντηση με τον δάσκαλο;*

Πέρα από το να σχηματίζουμε εντυπώσεις, **αποδίδουμε** κιόλας στους ανθρώπους ορισμένα κίνητρα ή προθέσεις, ανάλογα με τη συμπεριφορά τους. Αυτό σημαίνει ότι ερμηνεύουμε τη συμπεριφορά τους βγάζοντας συμπεράσματα για την προσωπικότητά τους. Για παράδειγμα, μπορεί να νομίζουμε ότι κάποιος είναι ευγενικός άνθρωπος επειδή χαμογελάει. Τα παιδιά μπορεί να νομίζουν ότι ένας δάσκαλος είναι αυστηρός επειδή επιμένει στην πειθαρχία (PsycholoGenie.com, nd). Είναι ενδιαφέρον ότι έχει παρατηρηθεί πώς οι άνθρωποι συνήθως πιστεύουν για τους άλλους ότι η προσωπικότητά τους είναι εκείνη που τους κάνει να συμπεριφέρονται με έναν συγκεκριμένο τρόπο (ήταν αγενής απέναντί μου επειδή είναι ρατσιστής), αλλά όταν πρόκειται για τους ίδιους, συνήθως αποδίδουν τη συμπεριφορά τους σε περιστασιακά αίτια (ήμουν αγενής επειδή ήμουν τόσο κουρασμένος και αγχωμένος) (eNotes, 2016).

Η κοινωνική μας αντίληψη μπορεί επίσης να επηρεαστεί ή να διαστρεβλωθεί από το πόσο καλά γνωρίζουμε ένα άτομο, από τον πολιτισμό μας, τα στερεότυπα που έχουμε, τις προκαταλήψεις μας κλπ. Θα μάθετε περισσότερα για τα στερεότυπα και τις προκαταλήψεις στην επόμενη ενότητα.

☞ *Μπορείτε να θυμηθείτε μια περίπτωση στην οποία οι δικές σας ιδέες επηρέασαν την αντίληψή σας για κάποιο άλλο άτομο;*

Μάθετε για μια πολύ ενδιαφέρουσα διαστρέβλωση της κοινωνικής αντίληψης, το ***φαινόμενο του φωτοστέφανου***.

Δραστηριότητες για την εξερεύνηση της πολιτισμικής σας επίγνωσης (στα αγγλικά): ***Self-exploratory activities***

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με την επίδραση της κουλτούρας στην κοινωνική μας αντίληψη, δείτε αυτό το 8-λεπτο βίντεο σχετικά με τον ***εθνοκεντρισμό και τον πολιτισμικό σχετικισμό*** (στα αγγλικά).

Στερεότυπα και προκαταλήψεις

Στερεότυπο είναι μια γενικευμένη, υπεραπλουστευμένη άποψη για ομάδες ατόμων, πολιτισμούς, μέρη κλπ. Πρόκειται για υποθέσεις που κάνουμε αυτόματα όταν ακούμε για κάποιον ή κάτι – βάζουμε αυτά τα άτομα ή πράγματα σε κατηγορίες. Αυτές οι γενικευμένες κατηγοριοποιήσεις μπορεί να είναι θετικές, αρνητικές ή ουδέτερες. Σκεφτείτε τα ακόλουθα παραδείγματα: «Οι Ιρλανδοί είναι κοκκινομάλληδες και έχουν φακίδες», «οι μαύροι είναι καλοί στα αθλήματα», «οι ηλικιωμένοι είναι σοφοί», «η Κίνα είναι βρώμικη και μολυσμένη», «οι μουσουλμάνοι είναι φανατικοί».

Στερεότυπα υπάρχουν σε όλο τον κόσμο και δημιουργούνται αυτόματα στο μυαλό μας. Δεν μπορούμε να απαλλαχτούμε πλήρως από αυτά επειδή πηγάζουν από την ανθρώπινη ανάγκη να κατανοούμε τον κόσμο. Όταν κατηγοριοποιούμε άτομα και πράγματα μπορούμε να επεξεργαζόμαστε ταχύτερα τις πληροφορίες και να αποφεύγουμε τη χρονοβόρα, κουραστική ανάλυση πολλών και διάφορων παραγόντων. Μπορεί να λεχθεί ότι με τα στερεότυπα «κόβουμε δρόμο» στη διανοητική επεξεργασία. Ωστόσο, λόγω της φύσης τους τα στερεότυπα μας δίνουν μια ελλιπή και σε μεγάλο βαθμό εσφαλμένη εικόνα της πραγματικότητας.

Η **προκατάληψη** αναφέρεται σε συναισθηματικά φορτισμένες στάσεις που έχουν διαμορφωθεί «απέναντι σε μια συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα ατόμων προτού το άτομο να έχει στη διάθεσή του επαρκείς πληροφορίες βάσει των οποίων να μπορεί να σχηματίσει μια ενημερωμένη άποψη» (Encyclopedia.com). Όταν η προκατάληψη είναι αρνητική παράγει αδικαιολόγητη εχθρότητα, ενώ όταν είναι θετική συμβαίνει το αντίθετο.

Τα στερεότυπα και οι προκαταλήψεις μας αποτελούν πρόβλημα επειδή μπορεί να οδηγήσουν στην ανάπτυξη διακρίσεων – σε αδικαιολόγητες αρνητικές αντιδράσεις απέναντι σε άτομα που ανήκουν σε μία ομάδα, απλώς και μόνο επειδή ανήκουν σε αυτήν. Για παράδειγμα, ένας άνδρας

μπορεί να αντιδρά αρνητικά όταν βλέπει μια γυναίκα να παρκάρει άσχημα ή κάποιος μπορεί να πιάνει πιο σφιχτά την τσάντα του για να μην του την κλέψουν όταν ένας έγχρωμος περνάει από την υπόγεια διάβαση. Και οι δύο αυτές απόψεις, προφανώς, είναι εσφαλμένες, βασίζονται σε στερεότυπα και σε αρνητική προκατάληψη (Stangor, 2011).

Πολλοί κοινωνικοί ψυχολόγοι διακρίνουν 3 επίπεδα στερεοτύπων:

- Δημόσια – τι λέμε στους άλλους για μια ομάδα
- Ιδιωτικά – τι πιστεύουμε συνειδητά αλλά δεν το λέμε στους άλλους
- Ασυνείδητα – ένα σύνολο μαθημένων συνειρμών που μπορεί να καθοδηγούν την κρίση και τις πράξεις μας χωρίς να το καταλαβαίνουμε

Στερεότυπα και προκαταλήψεις

Ρατσιστικά στερεότυπα για τους πρώτους Έλληνες μετανάστες



Αναστοχασμός στα στερεότυπα

Συγκρίνετε τις δύο λίστες με στερεότυπα για τα δύο φύλα και απαντήστε στις ακόλουθες ερωτήσεις:

α) Ποια από αυτά τα στερεότυπα υπάρχουν στον πολιτισμό στον οποίο ανήκετε;

β) Ποια επικρατούν στη χώρα στην οποία ζείτε;

γ) Με ποια από αυτά τα στερεότυπα συμφωνείτε;

δ) Μπορείτε να σκεφτείτε παραδείγματα που αποδεικνύουν ότι αυτά τα στερεότυπα είναι εσφαλμένα;

ε) Πώς μπορεί να επηρεάσουν αυτά τα στερεότυπα (ή η απουσία τους) τις σχολικές δραστηριότητες και τη συμπεριφορά των εκπαιδευτικών;

Άντρες	**Γυναίκες**
Σε όλους τους άντρες αρέσει να μαστορεύουν αυτοκίνητα	Οι γυναίκες είναι νοσοκόμες, όχι γιατροί
Οι άντρες δεν κάνουν δουλειές του σπιτιού και δεν είναι υπεύθυνοι για τη φροντίδα των παιδιών	Οι γυναίκες είναι υπεύθυνες για την ανατροφή των παιδιών
Οι άντρες παίζουν βιντεοπαιχνίδια	Οι γυναίκες πρέπει να μαγειρεύουν και να κάνουν τις δουλειές του σπιτιού
Οι άντρες απολαμβάνουν δραστηριότητες στο ύπαιθρο όπως το κάμπινγκ, το ψάρεμα και η πεζοπορία	Οι γυναίκες έχουν «καθαρές δουλειές», π.χ. γραμματείς, εκπαιδευτικοί, βιβλιοθηκονόμοι
Οι άντρες είναι καλοί στα μαθηματικά	Οι γυναίκες πρέπει να έχουν καλή εμφάνιση και να τραβούν την προσοχή
Οι επιστήμες και τα τεχνικά επαγγέλματα είναι για τους άντρες	Οι γυναίκες δεν έχουν τεχνικές δεξιότητες και δεν είναι καλές σε χειρωνακτικές εργασίες όπως η επισκευή αυτοκινήτων
Οι άντρες είναι οι υπεύθυνοι και αναλαμβάνουν την ηγεσία	Οι γυναίκες χρειάζονται βοήθεια από τους άντρες, ποτέ δεν είναι οι ήρωες που σώζουν την κατάσταση
Ως σύζυγοι, οι άντρες λένε στις γυναίκες τους τι να κάνουν	Οι γυναίκες πρέπει να είναι υποτακτικές και να κάνουν ό,τι τους λένε

Από το List of Gender Stereotypes.





Διαβάστε τα παρακάτω αποσπάσματα ειδήσεων και εντοπίστε πώς τα στερεότυπα και η προκατάληψη οδηγούν σε διακρίσεις.

α. Οι παρουσιαστές του Sky Sports Άντι Γκρέι και Ρίτσαρντ Κις κατηγορήθηκαν για σεξισμό όταν έκαναν επανειλημμένα αρνητικά σχόλια για μια γυναίκα διαιτητή, τη Σάιαν Μάσεϊ. Σχολίασαν το κατά πόσο κατανοεί τον κανονισμό του οφσάιντ σε έναν αγώνα της Πρέμιερ Λιγκ. Οι σχολιαστές νόμιζαν ότι τα μικρόφωνά τους ήταν κλειστά, αλλά ηχογραφήθηκαν σχόλια όπως: «Κάποιος πρέπει να κατέβει να της εξηγήσει το οφσάιντ». «Το διανοείσαι; Γυναίκα επόπτης. Οι γυναίκες δεν ξέρουν τον κανονισμό του οφσάιντ».

β. Ο Τζέημς Παρκ, 22 ετών, είχε βγει έξω ένα βράδυ να διασκεδάσει και κατέληξε να παλεύει για τη ζωή του. Ο Τζέημς, ένας εκπαιδευόμενος αστυνομικός, περνούσε καλά με τους φίλους του (είναι ομοφυλόφιλοι) όταν καμιά 20αριά νεαροί, μερικοί μόλις 14 ετών, άρχισαν να τους βρίζουν λόγω του σεξουαλικού τους προσανατολισμού. Επανειλημμένα γρονθοκόπησαν και κλότσησαν τον Τζέημς στο πρόσωπο και στο σώμα και τον παράτησαν με πολλά κατάγματα στο κρανίο και το πρόσωπο.



Πώς να ανατρέψετε τα στερεότυπα και την προκατάληψη

Δεν είναι εύκολο να αλλάξουν τα στερεότυπα ή η προκατάληψη. Ωστόσο, αν συνειδητοποιήσουμε τα στερεότυπα που έχουμε και αν προσπαθήσουμε να υιοθετήσουμε μια πιο ρεαλιστική άποψη για τους ανθρώπους γύρω μας, αυτό θα μας βοηθήσει πολύ να έχουμε καλύτερες σχέσεις μαζί τους και να απολαμβάνουμε την ποικιλομορφία γύρω μας, αντί να ενοχλούμαστε από αυτήν. Σκεφτείτε για λίγο πώς μπορεί να επηρεάζουν τα πολιτισμικά στερεότυπα τις σχέσεις που διαμορφώνουμε στο σχολικό περιβάλλον:

- Επηρεάζουν το πώς αντιλαμβανόμαστε τους άλλους: Αντιλαμβανόμαστε πιο θετικά ομάδες που μοιάζουν με τη δική μας, όπως τους γονείς που έχουν την ίδια εθνικότητα με εμάς.
- Επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας: Δεν αλληλεπιδρούμε με γονείς που έχουν διαφορετική θρησκεία, εθνικότητα κλπ., δε συνεργαζόμαστε με τους δασκάλους, περνάμε στα παιδιά μας αμυντικές ή εχθρικές συμπεριφορές απέναντι σε συνομηλίκους τους που διαφέρουν με κάποιο τρόπο.
- Επηρεάζουν τη συμπεριφορά των ατόμων που είναι θύμα των στερεοτύπων: Μπορεί να νιώθουν κατώτερα, τα παιδιά να μην έχουν κίνητρο να διαβάζουν για τα μαθήματά τους, να αναπτύσσουν πικρία κλπ.

Να μερικές ιδέες που μπορούν να μας βοηθήσουν να ανατρέψουμε τα στερεότυπα και την προκατάληψη:

- Αναπτύξτε κατανόηση και ενσυναίσθηση: βάλτε τον εαυτό σας στη θέση του άλλου, αναρωτηθείτε γιατί ενεργούν ορισμένα άτομα με έναν συγκεκριμένο τρόπο, πώς θα νιώσουν αν πέσουν θύμα διακρίσεων κλπ.



- Φανταστείτε το θύμα σε έναν διαφορετικό ρόλο: π.χ. η αυξημένη συμμετοχή μαύρων ηθοποιών σε κωμικές σειρές συνέβαλε στην ένταξή τους, ενώ τηλεοπτικές σειρές που προβάλλουν δυναμικούς γυναικείους χαρακτήρες καταπολεμούν τα στερεότυπα του φύλου κλπ.
- Η αυξημένη επικοινωνία με άλλους γονείς, δασκάλους, την εκπαιδευτική κοινότητα και μεταξύ ομάδων μειώνει την προκατάληψη και τις διακρίσεις.
- Προσπαθήστε να καλλιεργήσετε φιλίες με ανθρώπους που ανήκουν σε διαφορετικές ομάδες, για παράδειγμα με γονείς που προέρχονται από διαφορετικό πολιτισμό.
- Εκπαίδευση βασισμένη στην αποδοχή και την ανεκτικότητα. Από βρεφική ηλικία θα πρέπει να διδάσκονται αξίες και στάσεις που εξυψώνουν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια.

Καταπολέμηση στερεοτύπων:

Τα στερεότυπα και πώς επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας

How to talk to your children

Talking to kids about racial stereotypes

All That We Share. Ενα βίντεο που θα σας βάλει σε σκέψεις!

First Impressions



Αναγνώριση στερεοτύπων

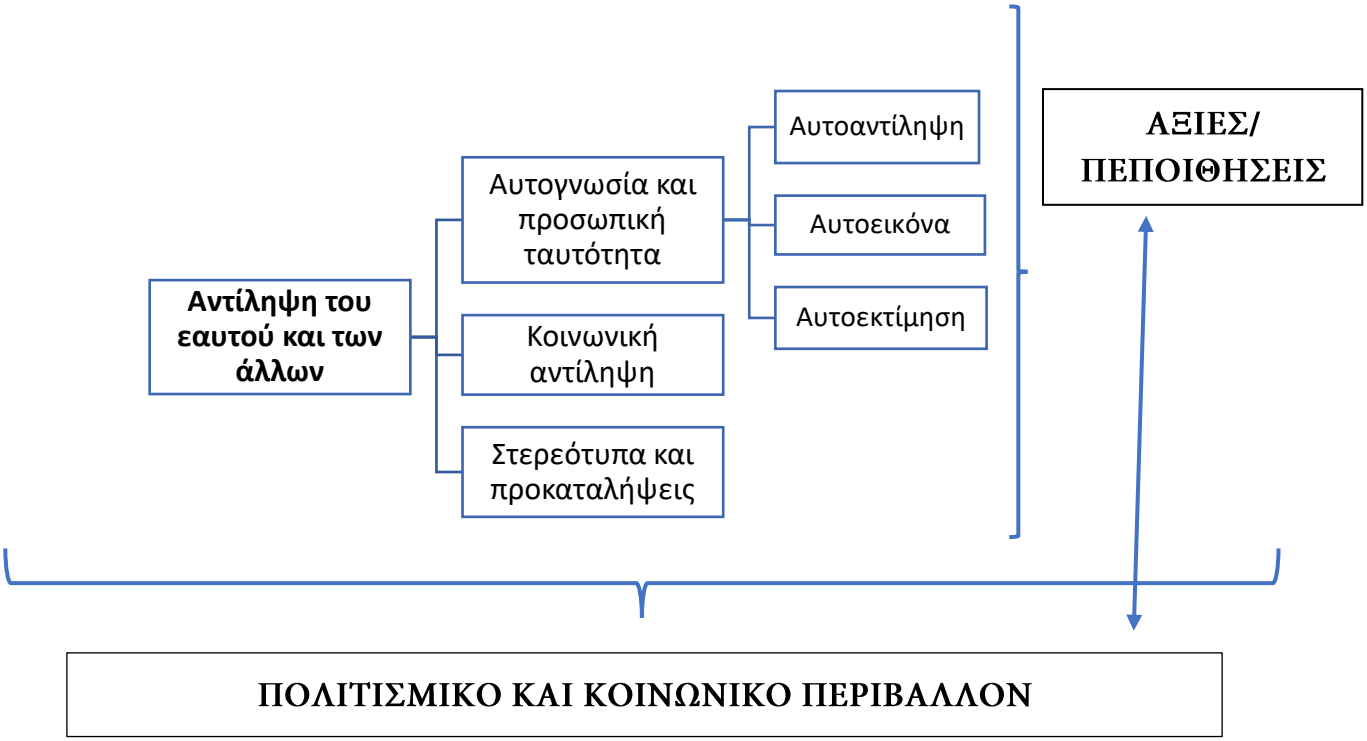
Σκεφτείτε μια περίπτωση στην οποία κάποιος σχημάτισε προκατειλημμένη γνώμη για εσάς ή σας συμπεριφέρθηκε άδικα λόγω της ηλικίας σας, του χρώματος του δέρματός σας, των ρούχων που φορούσατε, του φύλου σας, του τρόπου που μιλάτε, του τόπου κατοικίας σας, πόσα χρήματα έχει η οικογένειά σας ή για κάποιον άλλο λόγο.

Τώρα σκεφτείτε:

- Πώς νιώσατε;
- Γιατί;
- Πώς το χειριστήκατε;



Ανασκόπηση του Κεφαλαίου 1



Προτεινόμενες ομαδικές δραστηριότητες



Δραστηριότητα 1: Οι γραμμές

Οδηγίες:

1. Μην πιέζετε κανέναν να απαντήσει.
2. Κάθε κατηγορία θα έχει κάποιες «γκρίζες ζώνες».
3. Δε μιλάμε, δε διακόπτουμε, δε ρωτάμε.
4. Είναι σημαντικό να είστε όσο το δυνατόν πιο ειλικρινείς, ωστόσο μη μοιραστείτε περισσότερα με τους άλλους από όσα θέλετε πραγματικά να μοιραστείτε. Εσείς αποφασίζετε πόσα θα αποκαλύψετε.
5. Όταν περάσετε μία γραμμή προσέξτε ποιος είναι μαζί σας, ποιος είναι απέναντί σας, ποια είναι τα συναισθήματά σας και μετά γυρίστε στη θέση σας.

Παραδείγματα:

Περάστε τη γραμμή αν…

- Είστε γυναίκα
- Είστε άντρας
- Είστε αριστερόχειρας
- Κατάγεστε από μεγαλούπολη
- Πήγατε με την οικογένειά σας διακοπές αυτό το καλοκαίρι
- Είστε αθλητής
- Γεννηθήκατε εκτός _____
- Οι γονείς σας είναι διαζευγμένοι ή χωρισμένοι
- Είστε Αφρο------
- Νιώθετε ότι γνωρίζετε πολύ λίγα για την πολιτισμική σας κληρονομιά



- Είστε θρησκευόμενο άτομο
- Νιώθετε άσχημα για την κοινωνικο-οικονομική τάξη της οικογένειάς σας
- Νιώθετε μοναξιά
- Πιστεύετε ότι το όριο κατανάλωσης αλκοόλ θα έπρεπε να είναι τα 18
- Εσείς ή κάποιος που γνωρίζετε είναι ομοφυλόφιλος, λεσβία, αμφιφυλόφιλος ή τραβεστί
- Θεωρείτε τον εαυτό σας φεμινίστρια
- Αισθάνεστε άβολα με την εμφάνισή σας

Συζήτηση:

- Πώς νιώθετε αυτή τη στιγμή;
- Υπάρχει κάτι που θα θέλατε να πείτε σχετικά με το γιατί περάσατε τη γραμμή σε μια συγκεκριμένη ερώτηση;
- Πώς νιώθατε όταν περνούσατε μια γραμμή σε σύγκριση με το πώς νιώθατε όταν δε σας αφορούσε μια ερώτηση;
- Υπήρχαν ερωτήσεις στις οποίες ήταν δύσκολο να επιλέξετε απάντηση;
- Πώς νιώθατε όταν υπήρχαν πολλά άτομα στην ίδια μεριά μαζί σας; Πώς νιώθατε όταν υπήρχαν λίγα άτομα από τη μεριά σας;
- Ποιος πιστεύετε ότι ήταν ο σκοπός αυτής της δραστηριότητας;





Δραστηριότητα 2: Ομάδες συζήτησης γύρω από τα στερεότυπα

Κάθε άτομο έχει μια ταμπέλα στην πλάτη του όπου περιγράφονται διαφορετικοί τύποι ανθρώπων (ως προς το επάγγελμα, τη θρησκεία, την αναπηρία κλπ). Οι συμμετέχοντες δε γνωρίζουν τι ταμπέλα έχουν. Κάθε άτομο πρέπει να μαντέψει την ταμπέλα του με βάση τις αντιδράσεις των άλλων απέναντί του. Στη συνέχεια συζητήστε:

1. Τι είναι τα στερεότυπα και πώς επηρεάζουν τη ζωή των ανθρώπων;
2. Μπορείτε να σκεφτείτε περιστατικά της ζωής σας που επηρεάστηκαν από στερεότυπα;
3. Πώς μπορούν τα μέσα ενημέρωσης (εφημερίδες, τηλεόραση, ταινίες) να σας βοηθήσουν να μειώσετε τα στερεότυπα;
4. Πιστεύετε ότι ορισμένες ομάδες υπόκεινται περισσότερο σε στερεότυπα από άλλες; Αν ναι, γιατί;
5. Τι πιστεύετε ότι μπορεί να κάνει ένα άτομο για να συμβάλλει στον περιορισμό της μεροληψίας και των στερεοτύπων;

Αυτή η δραστηριότητα αποτελεί προσαρμογή από το ultimatecampresource.com.



Βιβλιογραφία και δικτυογραφία

Ackerman, C. (2018). What is Self-Concept Theory? A Psychologist Explains. https://positivepsychologyprogram.com/self-concept/ (accessed on: 3/8/2018)

Allik, J., Realo, A., Mõttus, R., Borkenau, P., Kuppens, P., & Hřebíčková, M. (2010). How people see others is different from how people see themselves: A replicable pattern across cultures. *Journal of Personality and Social Psychology,* 99, 870–882. http://dx.doi.org/10.1037/a0020963.

Argyle, M. (2008). Social encounters: Contributions to social interaction. Aldine Transaction

Branden, N. (1995). Six Pillars of Self- Esteem. New York: Random House USA Inc.

Chiao J.Y., Harada T., Komeda H., Li Z., Mano Y., Saito D., Parrish T.B., Sadato N., Iidaka T. (2010). Dynamic cultural influences on neural representations of the self. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(1), 1-11

Crisp, R.J., Turner, R.N. (2007). Essential Social Psychology, Sage

Erasmus+ Diversity in Adult Education Partnership (2016-2018). Module 2, Intercultural Skills.

McLeod, S. A. (2008). Self concept. Retrieved from www.simplypsychology.org/self-concept.html

Patil, R. (2018). A Fundamental Explanation of Social Perception With Examples. https://psychologenie.com/explanation-of-social-perception-with-examples

Stangor C. (2011). Principles of Social Psychology- 1st International Edition, available at: http://pzacad.pitzer.edu/~hfairchi/courses/Spring2015/Psych%20103/Principles-of-Social-Psychology-1st-International-Edition-1415042666.pdf (accessed on 3/8/2018)

"What is social perception?" *eNotes*, 7 Apr. 2016, https://www.enotes.com/homework-help/what-social-perception-67418

Πηγές των εικόνων του κεφαλαίου

Σελίδα 8: https://tomasochdennis.se/106-vem-ar-jag-utan-dig/

Σελίδα 10: Μουσταΐρας, Π., https://slideplayer.gr/slide/3218171/

Σελίδα 12: Μετάφραση από https://obgynkey.com/self-perception-issues/

Σελίδα 13: http://343f11.pbworks.com/w/page/48486309/Self-perception%20theory

Σελίδα 13: www.simplypsychology.org/self-concept.html

Σελίδα 20: https://www.amazon.com/Family-Tree-Chart/dp/B00INIAI0I

Τι έμαθα;



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 1: Προσωπική ταυτότητα και αυτοαντίληψη - βασικές έννοιες

Επιλέξτε το κατάλληλο συμπλήρωμα για τις ακόλουθες δηλώσεις. Μόνο μία επιλογή είναι σωστή.

1. **Είναι σημαντικό να αναλύουμε το πώς αυτοπροσδιοριζόμαστε και το πώς αντιλαμβανόμαστε τον εαυτό μας διότι:**
   α) Αυτό θα μας βοηθήσει να προσαρμοζόμαστε καλύτερα στην τοπική κοινωνία
   β) Αυτό θα μας βοηθήσει να συνειδητοποιήσουμε ότι δεν είναι δυνατόν να κατανοήσουμε τους άλλους ανθρώπους
   γ) Αυτό θα μας βοηθήσει να συνειδητοποιήσουμε τους διάφορους παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη των παιδιών μας
   δ) Αυτό θα μας κάνει καλύτερο άτομο

2. **Η αυτοαντίληψη:**
   α) Είναι εγγενής
   β) Αναφέρεται στις στάσεις που έχουμε απέναντι στον εαυτό μας
   γ) Περιλαμβάνει την αυτοεκτίμηση και την αυτό-παρουσίαση
   δ) Τίποτα από τα παραπάνω

3. **Η προσωπική μας ταυτότητα και η αυτοαντίληψή μας διαμορφώνονται από:**
   α) Τις προσωπικές μας αποφάσεις και στάσεις
   β) Τα μοναδικά ατομικά χαρακτηριστικά μας
   γ) Τον κοινωνικό μας περίγυρο
   δ) Όλα τα παραπάνω

4. **Ένας καλός τρόπος για να ενισχύσετε την αυτογνωσία σας είναι:**
   α) Να αναλύουμε το οικογενειακό μας παρελθόν και τις προσωπικές μας εμπειρίες
   β) Να κάνουμε έρευνα για να κατανοούμε καλύτερα τον πολιτισμό στον οποίο μεγαλώσαμε
   γ) Να προσδιορίζουμε τις αξίες μας και να προσπαθούμε να καταλαβαίνουμε πώς τις υιοθετήσαμε
   δ) Όλα τα παραπάνω





Άσκηση αυτοαξιολόγησης 2: Επίδραση του πολιτισμού και του κοινωνικού περίγυρου στην αυτοαντίληψη

Παρακάτω θα δείτε πέντε δηλώσεις. Είναι σωστές ή λάθος; Αν πιστεύετε ότι μια δήλωση είναι λάθος, σκεφτείτε τον λόγο για τον οποίο το πιστεύετε αυτό.

1. **Αν καταλαβαίνετε μια γλώσσα, θα καταλαβαίνετε και την κοινωνία των ανθρώπων που μιλούν αυτή τη γλώσσα.**

   Σωστό ή λάθος;

2. **Ο πολιτισμός/ κουλτούρα είναι μέρος του κοινωνικού περίγυρου.**

   Σωστό ή λάθος;

3. **Οι άνθρωποι από διαφορετικούς πολιτισμούς αντιλαμβάνονται τον κόσμο διαφορετικά.**

   Σωστό ή λάθος;

4. **Οι αξίες και οι κανόνες της ομάδας βρίσκονται στην κορυφή του πολιτισμικού παγόβουνου.**

   Σωστό ή λάθος;

5. **Η άποψη που σχηματίζουν οι άλλοι για εμάς μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την αυτοαντίληψή μας.**

   Σωστό ή λάθος;





Άσκηση αυτοαξιολόγησης 3: Αναστοχασμός γύρω από τις αξίες και τις πεποιθήσεις σας

Σε μία κλίμακα από το 1 έως το 5 (1=διαφωνώ απόλυτα, 5=συμφωνώ απόλυτα) αποτυπώστε την άποψή σας για τις παρακάτω δηλώσεις. Κυκλώστε τον αριθμό που αντικατοπτρίζει καλύτερα το πώς νιώθετε.

1. **Αν είχα γεννηθεί σε άλλη ήπειρο μερικές εκατοντάδες χρόνια πριν, θα είχα πολύ διαφορετικές θρησκευτικές πεποιθήσεις.**

   1 2 3 4 5

2. **Η άποψή μου απέναντι στην τεχνολογία διαμορφώνεται κυρίως από την προσωπικότητά μου. Ο κοινωνικός μου περίγυρος δεν με επηρεάζει σε αυτόν τον τομέα.**

   1 2 3 4 5

3. **Ο κοινωνικός περίγυρος ασκεί ισχυρή επίδραση, αλλά η προσωπικότητα και οι προσωπικές αποφάσεις μπορούν να ξεπεράσουν την επιρροή του.**

   1 2 3 4 5

4. **Όταν γνωρίζετε τον πολιτισμό στον οποίο ανήκει ένα άτομο γνωρίζετε πολλά και για την προσωπικότητα και τις αξίες του.**

   1 2 3 4 5



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 4: Επίδραση του πολιτισμού και του κοινωνικού περίγυρου στην κοινωνική αντίληψη

Επιλέξτε το κατάλληλο συμπλήρωμα για τις ακόλουθες δηλώσεις. Μόνο μία επιλογή είναι σωστή.

1. **Η κοινωνική αντίληψη αφορά:**
   α) Την ερμηνεία της συμπεριφοράς των άλλων
   β) Τη δημιουργία εντυπώσεων για άλλα άτομα και την ερμηνεία της συμπεριφοράς τους
   γ) Τις πρώτες εντυπώσεις μας για τους άλλους
   δ) Τη στάση μας απέναντι στους άλλους
2. **Συχνά αποδίδουμε στους άλλους κίνητρα και προθέσεις με βάση:**
   α) Τη διάθεσή μας
   β) Τη συμπεριφορά τους
   γ) Τον πολιτισμό μας
   δ) Όλα τα παραπάνω
3. **Τείνουμε να ερμηνεύουμε τη συμπεριφορά μας και τη συμπεριφορά των άλλων:**
   α) Με τον ίδιο τρόπο
   β) Είμαστε υποκειμενικοί με τους άλλους αλλά αντικειμενικοί με τον εαυτό μας
   γ) Συνδέουμε τη συμπεριφορά των άλλων με την προσωπικότητά τους ενώ τη δική μας συμπεριφορά με τις περιστάσεις
   δ) Συνδέουμε τη συμπεριφορά των άλλων με τις περιστάσεις ενώ τη δική μας συμπεριφορά με την προσωπικότητά μας





Άσκηση αυτοαξιολόγησης 5: Τα στερεότυπα και η επίδρασή τους

Αντιστοιχίστε τις έννοιες στα αριστερά με τις δηλώσεις στα δεξιά. Σε κάθε έννοια μπορεί να αντιστοιχούν περισσότερες από μία δηλώσεις.

1. Βρείτε τους σωστούς ορισμούς:

α. Στερεότυπο

β. Προκατάληψη

γ. Διάκριση

1. Συναισθηματικά φορτισμένες στάσεις που έχουν σχηματιστεί απέναντι σε μια συγκεκριμένη κοινωνική ομάδα ή άτομα προτού να έχουμε στη διάθεσή μας επαρκείς πληροφορίες ώστε να σχηματίσουμε μια ενημερωμένη άποψη
2. Θετική ή αρνητική υπόθεση που κάνουμε αυτόματα όταν ακούμε για κάποιον ή για κάτι
3. Παράλογη αντιπάθεια για μια συγκεκριμένη ομάδα ατόμων ή για πράγματα ή η προτίμηση μιας ομάδας ή πραγμάτων έναντι άλλων
4. Μια γενικευμένη, υπεραπλουστευμένη άποψη για άλλες ομάδες ατόμων, πολιτισμούς κλπ.
5. Άδικη μεταχείριση ατόμων που ανήκουν σε μια ορισμένη ομάδα, απλώς και μόνο επειδή ανήκουν σε αυτήν



2. Επίπεδα στερεοτύπων:

α. Δημόσια	1. Αυτό που πιστεύουμε συνειδητά αλλά δεν το λέμε στους άλλους
β. Ιδιωτικά	2. Αυτό που πιστεύουμε υποσυνείδητα και μπορεί να καθοδηγεί τις κρίσεις μας
γ. Ασυνείδητα	3. Αυτό που πιστεύουν πολλοί άνθρωποι
	4. Αυτό που λέμε στους άλλους για μια ομάδα
	5. Αυτό που πιστεύουμε συνειδητά και το υποστηρίζουμε μπροστά στους άλλους

3. Επίδραση των πολιτισμικών στερεοτύπων στη σχολική ζωή:

α. Κοινωνική αντίληψη	1. Απογοήτευση και πικρία
	2. Πιο θετική ερμηνεία της συμπεριφοράς των γονέων με την ίδια καταγωγή
β. Συμπεριφορά	3. Απουσία αλληλεπίδρασης με γονείς από διαφορετικό υπόβαθρο
	4. Χαμηλότερη επίδοση
γ. Αντιδράσεις της άλλης ομάδας	5. Περιορισμένη συνεργασία με τους εκπαιδευτικούς
	6. Υποψίες ότι η συμπεριφορά των άλλων γονέων οφείλεται σε ρατσισμό ή μη ανεκτικότητα





Άσκηση αυτοαξιολόγησης 6: Αναγνώριση και αμφισβήτηση των στερεοτύπων μας

Παρακάτω θα βρείτε δύο ερωτήσεις που ακολουθούνται από κάποιες δηλώσεις. Αποφασίστε αν η κάθε δήλωση αποτελεί σωστή απάντηση στην ερώτηση ή όχι.

1. **Είναι στερεότυπο;**

   Ναι / Όχι

   α) Οι Γερμανοί είναι πολύ καλά οργανωμένοι
   β) Οι γυναίκες δεν είναι καλές οδηγοί
   γ) Δε συμπαθώ ανθρώπους με διαφορετικό χρώμα δέρματος από το δικό μου
   δ) Οι πόλεις στη Μέση Ανατολή είναι θορυβώδεις
   ε) Οι Κινέζοι είναι πολύ εργατικοί
   στ) Μου αρέσει η ιαπωνική κουλτούρα
   ζ) Δε μου αρέσει η πολιτική

2. **Θα βοηθούσαν οι ακόλουθες ενέργειες στην καταπολέμηση των στερεοτύπων και της προκατάληψης;**

   Ναι / Όχι

   α) Το να προσπαθούμε να μπούμε στη θέση του άλλου
   β) Η εγγραφή σε συλλόγους ή κοινότητες ατόμων με την ίδια καταγωγή με εμάς
   γ) Το να φανταζόμαστε άτομα με διαφορετικό υπόβαθρο σε διαφορετικούς ρόλους
   δ) Το να μιλάμε με ανθρώπους με ποικίλο υπόβαθρο
   ε) Να κάνουμε σκέψεις γύρω από την ανθρώπινη αξιοπρέπεια
   στ) Να κάνουμε έρευνα για να κατανοήσουμε καλύτερα τον δικό μας πολιτισμό

Δείτε εδώ το φύλλο απαντήσεων.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗΣ

Τι θα μάθω;

Την έννοια και τη σημασία της ανεκτικότητας και της κατανόησης σε πολυπολιτισμικές κοινωνίες

Να αναλύω τη δική μου συμπεριφορά στην καθημερινότητά μου και να βελτιώνομαι ως προς την ανεκτικότητα και την κατανόηση

Πώς να βοηθώ τα παιδιά μου να αναπτύσσουν ανεκτικότητα και κατανόηση

Γιατί είναι σημαντικό;

Τα τελευταία χρόνια, όλο και περισσότεροι άνθρωποι από διαφορετικά υπόβαθρα, πολιτισμούς και εθνικότητες ζουν στην Ευρώπη, με αποτέλεσμα να συνυπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι ζωής και πεποιθήσεις. Μερικοί άνθρωποι φοβούνται ότι με την ανάπτυξη ανεκτικότητας θα χάσουν την ταυτότητά τους. Αλλά ανεκτικότητα και κατανόηση δε σημαίνει να γίνουμε όπως οι άλλοι. Σημαίνει να μπορούμε να ζούμε ειρηνικά και αρμονικά με άλλους ανθρώπους, παρόλο που είναι διαφορετικοί. Απαιτείται ανεκτικότητα σε όλους τους τομείς της ζωής, σε κάθε επίπεδο και σε κάθε στάδιο, από τη μικρότερη έως τη μεγαλύτερη μονάδα της κοινωνίας.

Λόγω του γεγονότος ότι τα παιδιά μιμούνται τους γονείς τους, η ανεκτικότητα και η κατανόηση μπορούν εύκολα να διδαχθούν από μικρή ηλικία. Όταν τα παιδιά μαθαίνουν να είναι ανοιχτά απέναντι σε διάφορους πολιτισμούς, φαγητά, ανθρώπους και θρησκείες που τα περιβάλλουν, είναι ευκολότερο για αυτά να αποδέχονται τους άλλους όσο μεγαλώνουν.



Ανεκτικότητα και κατανόηση σε πολυπολιτισμικές κοινωνίες

Τι σημαίνει ανεκτικότητα; Κάντε το τεστ!

1. Ανεκτικότητα σημαίνει να έχετε θετική άποψη για όλες τις διαφορετικές πεποιθήσεις, παραδόσεις, τρόπους ζωής και έθιμα.

   Σωστό ή λάθος;

2. Ανεκτικότητα σημαίνει να υιοθετείτε τον τρόπο σκέψης άλλων ανθρώπων και, ως εκ τούτου, να αλλάζετε εσείς οι ίδιοι.
   Σωστό ή λάθος;

3. Εάν είστε ανεκτικοί, συμβιβάζετε τα δικαιώματά σας και ο τρόπος ζωής σας κινδυνεύει.
   Σωστό ή λάθος;

Η ανεκτικότητα ορίζεται ως **«προθυμία να αποδέχεστε συμπεριφορές και πεποιθήσεις που είναι διαφορετικές από τις δικές σας, ακόμα και αν δεν συμφωνείτε με αυτές ή δεν τις εγκρίνετε»** (Cambridge Dictionary).

Όπως μπορείτε να καταλάβετε, με βάση τον ορισμό της ανεκτικότητας όλες οι παραπάνω δηλώσεις είναι λάθος. Όταν είστε ανεκτικοί *δεν* θεωρείτε ότι όλα είναι καλά, *δεν* χάνετε την ταυτότητά σας, *δεν* συμβιβάζετε τα δικαιώματά σας και τον τρόπο ζωής σας. Η ίδια η ουσία της ανεκτικότητας είναι ο **σεβασμός της αξιοπρέπειας και της ελευθερίας των άλλων ανθρώπων**: αναγνωρίζετε το δικαίωμά τους να έχουν τις δικές τους απόψεις και συνήθειες, ακόμα και αν αυτές διαφέρουν από τις δικές σας ή δεν σας αρέσουν. Ταυτόχρονα αναγνωρίζετε ότι δεν έχετε το δικαίωμα να τους επιβάλλετε τις δικές σας πεποιθήσεις και τον τρόπο ζωής σας. Η ανεκτικότητα εξυπηρετεί την ανάγκη να διασφαλιστεί πως αναγνωρίζεται αμοιβαία η ίση αξιοπρέπεια όλων των μελών μιας κοινότητας. Η διαβίωση σε μια ανεκτική κοινωνία προστατεύει και τη *δική σας* ταυτότητα, οπότε ωφελεί και εσάς. Έχει λεχθεί ότι η ανεκτικότητα είναι ο μόνος τρόπος για να εξασφαλιστεί «η

επιβίωση των μικτών κοινοτήτων σε κάθε περιοχή του πλανήτη» (Spinthourakis, 2007). Περιττό να πούμε ότι η ανεκτικότητα, όπως και η ελευθερία, έχει όρια – την παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.



*Παρακολουθήστε αυτό το **βίντεο σχετικά με την ανεκτικότητα**! Μπορεί να εκπλαγείτε!*

Αναστοχασμός στην ανεκτικότητα



1) Αναρωτηθείτε:

- Ποια είδη διαφορετικότητας υπάρχουν στην κοινότητά σας;
- Πόσο ανεκτική είναι η κοινότητα στην οποία ζείτε;
- Τι είδους συγκρούσεις παρατηρείτε μεταξύ διαφορετικών πολιτισμών και / ή τρόπων ζωής;
- Απέναντι σε ποιες πτυχές της διαφορετικότητας σάς είναι πιο δύσκολο να δείξετε ανεκτικότητα; Διαφορετικές φυλές, πολιτισμοί, θρησκείες, πολιτικές πεποιθήσεις, σεξουαλικοί προσανατολισμοί;
- Πώς επωφελείστε από την ανεκτικότητα των άλλων;



2) Μπορούμε να πούμε ότι η ανεκτικότητα είναι ένας τρόπος εφαρμογής του Χρυσού Κανόνα (βλ. πλαίσιο παρακάτω). Πώς ωφελεί η εφαρμογή αυτού του κανόνα εσάς και την κοινότητα; Θα είχε αποτελέσματα αν όλοι περίμεναν τους άλλους να αναλάβουν την πρωτοβουλία;

«Όλα όσα θέλετε να σας κάνουν οι άλλοι άνθρωποι, αυτά να τους κάνετε κι εσείς.»



Τα οφέλη από την ανάπτυξη διαπολιτισμικής κατανόησης

Όπως συζητήσαμε προηγουμένως, η ανεκτικότητα συνίσταται στην εφαρμογή του Χρυσού Κανόνα για την επίτευξη ομαλής και ειρηνικής συνύπαρξης μεταξύ ανθρώπων από διαφορετικό υπόβαθρο (θρησκευτικό, πολιτισμικό, πολιτικό, εθνοτικό κλπ.). Αλλά η ανεκτικότητα δεν περιλαμβάνει απαραιτήτως κατανόηση. Μπορεί να ανέχεστε κάτι χωρίς να το καταλαβαίνετε. Ωστόσο, η διαπολιτισμική κατανόηση μας δίνει τη δυνατότητα να **διακρίνουμε τους λόγους** πίσω από διαφορετικές νοοτροπίες, έθιμα, συμπεριφορές και αντιδράσεις. Στην καλύτερη περίπτωση, μας επιτρέπει να εκτιμούμε ανθρώπους από διαφορετικές κοινότητες, **να είμαστε ανοιχτοί και ευέλικτοι** απέναντι σε διάφορες μορφές κοινωνικής και πολιτισμικής πολυμορφίας (South Australia Department of Education, 2017; UBC, 2015).

Η κατανόηση είναι μια ενεργή δεξιότητα και χρειάζεται προσπάθεια για να την αποκτήσετε. Για να καταλάβετε άλλους πολιτισμούς ή κοινωνικές ομάδες χρειάζεται **α) να έχετε γνώση γύρω από αυτούς και β) να αλληλεπιδράτε μαζί τους**. Με βάση την κατανόηση που έχετε αποκτήσει για τη δική σας ταυτότητα, πρέπει να διερευνήσετε γιατί ορισμένα πράγματα θεωρούνται τόσο αξιοθαύμαστα, επιθυμητά, ανεπιθύμητα, περιφρονημένα ή είναι τόσο παραμελημένα σε άλλους πολιτισμούς / κοινωνικές ομάδες. Μόλις καταλάβετε τα γιατί θα είστε σε θέση να προσαρμοστείτε επιτυχώς σε ευαίσθητες καταστάσεις στις οποίες η φυλή, η κοινωνική τάξη, το φύλο, ο σεξουαλικός προσανατολισμός, η αναπηρία και ο πολιτισμός επηρεάζουν τις εμπειρίες και τις αντιδράσεις των ανθρώπων. Θα είστε σε θέση να καταλαβαίνετε διαφορετικούς ανθρώπους, να μαθαίνετε από αυτούς και να αμφισβητείτε τα στερεότυπα που έχετε.

Αλλά το ερώτημα είναι: Γιατί να μας απασχολεί να αναπτύξουμε αυτό το είδος κατανόησης; Δεν αρκεί να είμαστε ανεκτικοί; Η απάντηση είναι ότι η διαπολιτισμική κατανόηση μας βοηθά να...



- ✓ Είμαστε πιο ανεκτικοί και προσεκτικοί
- ✓ Είμαστε πιο αντικειμενικοί, λιγότερο προκατειλημμένοι
- ✓ Ωφελούμαστε από την ποικιλομορφία γύρω μας
- ✓ Καλλιεργούμε κοινωνικές σχέσεις γεμάτες νόημα με άτομα που διαφέρουν πολιτισμικά

Αναπτύσσοντας κατανόηση θα μπορέσετε να αντιληφθείτε ότι «η ποικιλομορφία των πολυάριθμων θρησκειών, γλωσσών, πολιτισμών και εθνοτήτων του κόσμου μας δεν αποτελεί πρόφαση για σύγκρουση, αλλά είναι ένας θησαυρός που μας εμπλουτίζει όλους» (Spinthourakis, 2007).



Προτού συνεχίσετε την ανάγνωση αναρωτηθείτε:

- *Σκεφτείτε τη δουλειά και τη γειτονιά σας: υπάρχουν άτομα που ανήκουν σε κοινωνικές ομάδες ή πολιτισμούς που δυσκολεύεστε να καταλάβετε;*
- *Η δυσκολία αυτή προέρχεται από την έλλειψη πληροφόρησης σχετικά με αυτές τις ομάδες ή από τις δικές σας σταθερές πεποιθήσεις / προτιμήσεις; Γιατί θα μπορούσε να έχει σημασία ο λόγος που δυσκολεύεστε;*
- *Θα ήταν δυνατόν να αρνηθούμε να ανεχτούμε ή να αποδεχτούμε κάτι μολονότι καταλαβαίνουμε τους λόγους πίσω από αυτό;*



Βοηθήστε τα παιδιά να αναπτύξουν ανεκτικότητα και κατανόηση

Προκειμένου να ενταχθούν αποτελεσματικά σε μια πολυπολιτισμική κοινωνία, τα παιδιά πρέπει να αναπτύξουν διαπολιτισμικές δεξιότητες. Πρέπει να αναπτύξουν την ικανότητα να ανέχονται, να κατανοούν, να αλληλεπιδρούν αποτελεσματικά και να επικοινωνούν με ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς. Ως γονέας μπορείτε να τους βοηθήσετε με τους ακόλουθους τρόπους[1]:

- Όταν κατανοείτε πώς σας επηρεάζουν οι δικές σας πολιτισμικές αξίες, στάσεις και πεποιθήσεις
- Όταν εκτιμάτε την ποικιλομορφία στη ζωή σας και ενδιαφέρεστε να μάθετε για άλλους πολιτισμούς. Διδάξτε τα παιδιά σας σχετικά με διαφορετικούς πολιτισμούς ή ερευνήστε μαζί τους.
- Δώστε τους το παράδειγμα τι σημαίνει να σέβεται κάποιος διαφορετικούς πολιτισμούς και να αλληλεπιδρά θετικά με ανθρώπους από διαφορετικό υπόβαθρο. Μην αναπαράγετε στερεότυπα και μην κάνετε αρνητικά σχόλια για διάφορους πολιτισμούς ή για άλλα παιδιά στο σχολείο ή στη γειτονιά.
- Αναγνωρίζοντας την ποικιλομορφία στην κοινότητά σας και βοηθώντας τα παιδιά σας να την καταλάβουν.
- Αναγνωρίζοντας την **έλλειψη ποικιλομορφίας** σε κάποιους τομείς.
- Συζητώντας με τα παιδιά το πώς παρουσιάζουν τα μέσα ενημέρωσης διάφορες πολιτισμικές ομάδες.

Και κάτι τελευταίο, πολύ σημαντικό: Κρατήστε ανοιχτές τις γραμμές επικοινωνίας με τα παιδιά σας! Προσπαθήστε να καταλάβετε πώς αντιλαμβάνονται εκείνα τη διαφορετικότητα, πώς αισθάνονται γι' αυτήν,

[1] http://hybridparenting.org/6-ways-to-foster-tolerance-in-a-multicultural-society/; South Australia Department of Education, 2017

πώς τους επηρεάζει και εάν οι σχολικές δραστηριότητες τα βοηθούν να αναπτύξουν κατανόηση ή όχι.

Γνωρίζατε ότι...

«Σε μια πρόσφατη έρευνα πραγματοποιημένη από το World Values Survey με θέμα τη σημασία που δίνουν οι γονείς στη μετάδοση στα παιδιά τους της αξίας του σεβασμού και της ανεκτικότητας, η Ελλάδα κατατάχθηκε τελευταία ανάμεσα σε 69 χώρες.»

Νίκος Μαραντζίδης, Εφημερίδα Καθημερινή, 27.4.2014

Ανεκτικότητα

Ενα βίντεο γύρω από την ανεκτικότητα και την ισότητα: ***We are all people we are all equal***

Διδάξτε τα παιδιά σας γύρω από την ανεκτικότητα και τη διαφορετικότητα: ***5 σύντομες ταινίες*** (στα αγγλικά)



Ανάπτυξη διαπολιτισμικής κατανόησης

Μελετήστε τις ερωτήσεις στον παρακάτω πίνακα και συμπληρώστε τις απαντήσεις:

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ	***ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ***
Τι μάθατε για την ανάπτυξη διαπολιτισμικής κατανόησης;	
Πώς μπορεί να επηρεάσει αυτή η γνώση την καθημερινή σας ζωή;	
Επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο βλέπετε τους ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς;	
Ποιες είναι μερικές πιθανές ενέργειες που μπορεί να κάνετε σύμφωνα με τα όσα μάθατε;	
Ποιες αξίες και στάσεις απαιτούνται για την ανάπτυξη της διαπολιτισμικής κατανόησης;	
Πώς θα μεταδώσετε στα παιδιά σας τα όσα μάθατε; Δώστε πραγματικά παραδείγματα.	
Υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο κομμάτι το οποίο θα θέλατε να τονίσετε;	



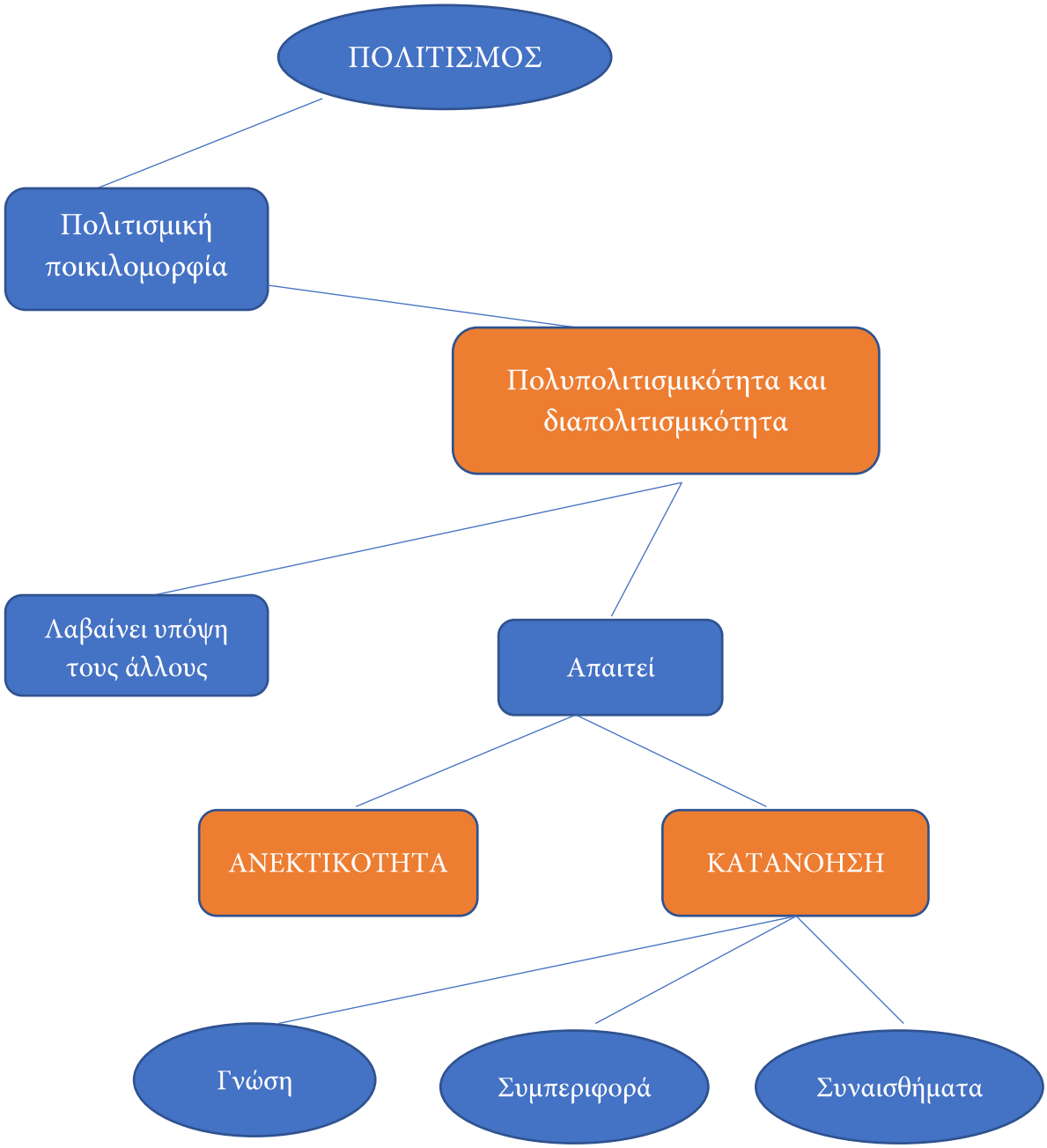
Συζήτηση με τα παιδιά σας: «ΠΟΥΛΙΑ»

Δείτε μαζί αυτή τη σύντομη ταινία και στη συνέχεια σχολιάστε την, βλέποντας τη διαφορετικότητα με ανεκτικότητα και υπό ένα θετικό πρίσμα. Σκεφτείτε εκ των προτέρων πώς θα το κάνετε αυτό και πώς θα μεταφέρετε σωστά το μήνυμα.

Σκεφτείτε κάποια πραγματική κατάσταση όπου αισθανθήκατε το ίδιο με το πουλί στην ταινία.

Για τα πουλιά

Ανασκόπηση του Κεφαλαίου 2





Προτεινόμενες ομαδικές δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1: Παιχνίδια ρόλων

Δώστε στους εθελοντές το σενάριο του ρόλου τους ώστε να το διαβάσουν για 5 λεπτά και να προετοιμάσουν τον διάλογό τους. Αφού οι εθελοντές υποδυθούν τους ρόλους, ενθαρρύνετε όλους τους συμμετέχοντες να κάνουν τις παρατηρήσεις τους. Τα σενάρια που ακολουθούν είναι από το πρόγραμμα CIVET Intercultural Training of Trainers, LLP.

Σενάριο 1

Σε αυτό το σενάριο το βασικό θέμα είναι η θρησκεία. Μια σημαντική θρησκευτική συνήθεια ενός μετανάστη μπορεί να περιορίσει τις κοινωνικές του επαφές και να προκαλέσει προβλήματα με τους συναδέλφους του. Ο στόχος αυτού του σεναρίου είναι να εξετάσει πιθανούς τρόπους διαχείρισης του προβλήματος. Χρειάζονται δύο εθελοντές για να παίξουν τον διάλογο. Ο ένας θα είναι ο Ραούλ και ο άλλος ο προϊστάμενός του, ο Τζιοβάνι.

Ο Ραούλ είναι ένας 22χρονος νέος από τη Συρία. Τους τελευταίους 4 μήνες ζει ως μετανάστης στην ιταλική πόλη Μπάρι. Αφού έψαξε σκληρά για μια δουλειά, τα κατάφερε τελικά και τις τελευταίες 2 εβδομάδες εργάζεται σε μια κατασκευαστική εταιρεία ως οικοδόμος. Είναι πολύ ευχαριστημένος με τη δουλειά του και ο προϊστάμενός του, ο Τζιοβάνι, είναι επίσης πολύ ικανοποιημένος. Ο Ραούλ προσπαθεί να δεθεί με τους συναδέλφους του, μολονότι αυτό είναι κάπως δύσκολο λόγω της γλώσσας. Σε λίγες μέρες πρόκειται να ολοκληρωθεί μια μεγάλη κατασκευή στην οποία εργάζονται και ο προϊστάμενος τους ενημερώνει ότι θα κάνουν ένα πάρτι στο τέλος της βάρδιας τους. Το πρόβλημα είναι ότι ο Ραούλ, ο οποίος είναι μουσουλμάνος, τηρεί το Ραμαζάνι (περίοδος νηστείας στη μουσουλμανική θρησκεία, κατά την οποία οι άνθρωποι απέχουν πλήρως από φαγητό και ποτό από την ανατολή του ηλίου έως τη δύση του). Το πάρτι πρόκειται να γίνει στις 16:00 και συνεπώς δεν θα επιτρέπεται στον Ραούλ να φάει ή να πιει τίποτα. Είναι σε δίλημμα, επειδή θέλει αφενός να έχει καλές σχέσεις με τους συναδέλφους του και αφετέρου να τηρεί τις θρησκευτικές του παραδόσεις.



Σενάριο 2

Σε αυτό το σενάριο το βασικό θέμα είναι ο ρατσισμός και η προκατάληψη. Πρόκειται για μια περίπτωση στην οποία η διαφορετική εμφάνιση ενός ατόμου κάνει τους άλλους να μένουν σε απόσταση. Σκοπός αυτού του σεναρίου είναι να κατανοήσουμε τη ρίζα του προβλήματος και να εργαστούμε για την επίλυσή του.

Η Abosede είναι από τη Νιγηρία και πρόσφατα μετακόμισε στην πόλη της Πάτρας. Είναι 28 ετών και μητέρα δύο παιδιών. Επισκέφτηκε το Συμβούλιο Ένταξης Μεταναστών του Δήμου Πατρέων για να βρει προγράμματα εκμάθησης ελληνικών και διαπίστωσε ότι διεξάγονται μαθήματα μαγειρικής, στα οποία θα μπορούσε να συμμετάσχει. Ενθουσιάστηκε, καθώς της αρέσει πάρα πολύ να μαγειρεύει. Φαντάστηκε ότι παρόλο που δεν μιλάει πολύ καλά ελληνικά, αν πάρει μια πιστοποίηση ως μαγείρισσα μπορεί να βρει και δουλειά. Τα μαθήματα μαγειρικής ξεκίνησαν και η Abosede είναι η μόνη γυναίκα αφρικανικής καταγωγής στην τάξη. Δεν καταλαβαίνει καλά τα ελληνικά, αλλά είναι πολύ πρόθυμη να μάθει τα πάντα για την ελληνική κουζίνα. Κατά τη διάρκεια των μαθημάτων οι εκπαιδευόμενοι δοκιμάζουν ο ένας το φαγητό του άλλου. Ο εκπαιδευτής παρατηρεί ότι πολλοί διστάζουν να δοκιμάσουν το φαγητό της Abosede. Θέλει να δημιουργήσει μια καλή ατμόσφαιρα μεταξύ των εκπαιδευόμενων και έτσι προσπαθεί να δίνει το καλό παράδειγμα δοκιμάζοντας πρώτος τα φαγητά της Abosede. Σε κάθε ευκαιρία, προσπαθεί να ενισχύσει την αυτοπεποίθησή της και τη συγχαίρει για τις προσπάθειές της.

Σενάριο 3

Σε αυτό το σενάριο το βασικό θέμα είναι οι συνήθειες και η παράδοση. Είναι μια περίπτωση στην οποία οι συνήθειες ενός ατόμου δεν είναι απαραιτήτως γνωστές και κατανοητές σε ανθρώπους διαφορετικών πολιτισμών, γεγονός που μπορεί να προκαλέσει προβλήματα και παρεξηγήσεις. Στόχος αυτού του σεναρίου είναι να κατανοήσουμε και να ξεπεράσουμε τις διαπολιτισμικές μας διαφορές.

Η Κατερίνα είναι από την Ελλάδα. Είναι 28 ετών και νιόπαντρη. Πριν από δύο μήνες η ίδια και ο σύζυγός της μετακόμισαν στη Γερμανία. Ο



σύζυγός της μιλάει άπταιστα γερμανικά και βρήκε εύκολα δουλειά ως ηλεκτρολόγος μηχανικός. Εκείνη είχε περισσότερες δυσκολίες στην εξεύρεση εργασίας. Ευτυχώς, βρήκε μια δουλειά που της αρέσει πολύ, σε ένα ζαχαροπλαστείο. Είναι πολύ χαρούμενη και προσπαθεί να εργαστεί σκληρά και να αποδείξει ότι μπορεί να επιτύχει. Ωστόσο τις τελευταίες 3 εβδομάδες βρίσκεται σε δύσκολη θέση. Από τη μία πλευρά είναι πολύ χαρούμενη, καθώς ανακάλυψε ότι είναι έγκυος. Από την άλλη πλευρά, η δουλειά της περιλαμβάνει μετακίνηση βαριών αντικειμένων για πολλές ώρες και φοβάται ότι μπορεί να θέσει σε κίνδυνο την εγκυμοσύνη της. Δεν ξέρει τι να κάνει, καθώς στον ελληνικό πολιτισμό υπάρχει μεγάλη προκατάληψη στην αποκάλυψη μιας εγκυμοσύνης πριν από τον 3ο μήνα και έτσι πιστεύει πως δεν μπορεί να ζητήσει άδεια για να αποφύγει τη βαριά δουλειά. Από όλους τους συναδέλφους της η Κατερίνα είναι πιο κοντά στην Gerta επειδή κάνουν ακριβώς την ίδια δουλειά και συνεργάζονται στενά. Τις τελευταίες ημέρες η Gerta φαίνεται ενοχλημένη γιατί η Κατερίνα αποφεύγει να κάνει ορισμένες βαριές εργασίες. Η Gerta δεν γνωρίζει για την εγκυμοσύνη της Κατερίνας και νομίζει ότι η Κατερίνα αποφεύγει τη δουλειά από τεμπελιά. Μια μέρα η Gerta αποφασίζει να παραπονεθεί στην Κατερίνα.



Δραστηριότητα 2: Παιχνίδι προσομοίωσης πολιτισμών

Σε αυτό το παιχνίδι προσομοίωσης δύο ομάδες συνθέτουν τις δικές τους κουλτούρες. Τους δίνεται χρόνος να συζητήσουν για τις χαρακτηριστικές συμπεριφορές που θα υιοθετήσουν, τον τρόπο επικοινωνίας και αλληλεπίδρασης μεταξύ τους προτού τους επισκεφθεί ένα μέλος της άλλης ομάδας. Στόχος των επισκεπτών είναι να μάθουν όλους τους κανόνες και να μπορέσουν να εξηγήσουν τον άλλο πολιτισμό στη δική τους ομάδα. Στη συνέχεια, θα πραγματοποιηθεί μια δεύτερη ανταλλαγή, αλλά αυτή τη φορά ο επισκέπτης γνωρίζει ήδη κάποιους κανόνες από τις αφηγήσεις του πρώτου επισκέπτη. Οι συμμετέχοντες μπορούν να

επιλέξουν διάφορες κοινωνικές καταστάσεις που είναι σχετικές με το αντικείμενο του έργου Parents4all, όπως γονείς μαθητών, άτομα που δεν γνωρίζουν το εκπαιδευτικό σύστημα κλπ.

Στόχοι του παιχνιδιού:
- να βιώσουν μια νέα κουλτούρα
- να είναι πιο ανοιχτοί προς τους ξένους και την κουλτούρα τους
- να βελτιώσουν την ανεκτικότητα και την κατανόηση
- να σκεφτούν πώς θα μπορούσαν να βοηθήσουν τους ξένους να ενσωματωθούν στον πολιτισμό τους

Το παιχνίδι προσομοίωσης περιλαμβάνει πέντε βήματα:

1. Ο εκπαιδευτής **εξηγεί τους κανόνες** του παιχνιδιού και χωρίζει τους συμμετέχοντες σε δύο ομάδες.

2. **Προετοιμασία**: Σε 20-25 λεπτά οι ομάδες πρέπει να συντάξουν τους κανόνες της νέας κουλτούρας τους.

3. **Προσομοίωση πολιτισμικής ανταλλαγής**: Ενα άτομο από κάθε ομάδα επισκέπτεται την άλλη ομάδα για να γνωρίσει τους κανόνες της και να προσπαθήσει να αλληλεπιδράσει με τους ανθρώπους αυτής της νέας κουλτούρας. Μετά από 5-8 λεπτά οι επισκέπτες επιστρέφουν στη δική τους ομάδα και μιλούν για τις εμπειρίες τους. Στη συνέχεια, ένα άλλο άτομο επισκέπτεται την άλλη ομάδα και προσπαθεί να ενσωματωθεί σε αυτήν. Ανάλογα με τις ικανότητες των συμμετεχόντων, μπορείτε να προσθέσετε και τρίτο επισκέπτη.

4. **Παρουσίαση**: Μετά από άλλα 5-8 λεπτά, οι ομάδες ενώνονται και παρουσιάζουν τους κανόνες και τους τρόπους συμπεριφοράς της άλλης κουλτούρας με βάση τις εμπειρίες των επισκεπτών και τις αφηγήσεις του πρώτου επισκέπτη. Στη συνέχεια, η άλλη ομάδα μπορεί να τους διορθώσει ή να πει πώς είχε ορίσει τους κανόνες της.



5. **Συζήτηση**: Στο τελευταίο βήμα, ο αρχηγός του παιχνιδιού κάνει ερωτήσεις για να ξεκινήσει μια συζήτηση για τον σκοπό αυτής της προσομοίωσης και για να πετύχει τους στόχους της. Ενδεικτικές ερωτήσεις:

- Πώς αισθάνεστε όταν δεν γνωρίζετε τους κανόνες καθώς επισκέπτεστε μια διαφορετική κουλτούρα;
- Πώς αισθάνεστε όταν κάποιος που ανήκει σε διαφορετική κουλτούρα δεν ακολουθεί τους κανόνες της δικής σας κουλτούρας;
- Ποιους κανόνες και προσδοκίες έχετε στην κουλτούρα σας που μπορεί να μην είναι προφανείς σε άλλους ανθρώπους;
- Σας έχει τύχει ποτέ να συμβούν παρεξηγήσεις λόγω πολιτισμικών διαφορών;
- Πώς μπορείτε να διευκολύνετε κάποιον που δεν είναι συνηθισμένος στον πολιτισμό σας ώστε να αισθανθεί άνετα και ευπρόσδεκτος;



Βιβλιογραφία και δικτυογραφία

Australian Council of the Deans of Education (2001). *New Learning: A Charter for Australian Education.* Canberra: ACDE.

Baldwin, J. R., R. M. Coleman, A. Gonzalez, and S. Shenoy-Packer (2014). *Intercultural Communication for Everyday Life.* Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.

Shaules, J. (2007). *Deep Culture: The Hidden Challenges of Global Living.* Buffalo, NY: Multilingual Matters.

Penn State, University Faculty Senate Curriculum Resources, Glossary: http://www.psu.edu/ufs/curriculum_resources/guide/glossary.html (Dec 2011).

South Australia Department of Education (2017). *Intercultural understanding.* Retrieved from https://www.education.sa.gov.au/parenting-and-child-care/your-childs-education/australian-curriculum-general-capabilities/intercultural-understanding

Spinthourakis, J.A. (2007). Multiculturalism, diversity and the need for tolerance and Greek kindergarten teachers. Problemy Wczesnej Edukacji [Problems of Early Education], 1/2(5-6).

Intercultural Understanding at UBC BLOG (2015). What does 'Intercultural Understanding' actually mean? https://blogs.ubc.ca/interculturalu/2015/07/15/what-does-intercultural-understanding-actually-mean/

Μαραντζίδης, Ν. (2014). *Να ανέχεσαι και να σέβεσαι τους άλλους.* Άρθρο στην Καθημερινή, 27.4.2014. Διαθέσιμο στο http://www.kathimerini.gr/764358/opinion/epikairothta/politikh/na-sevesai-kai-na-anexesai-toys-alloys

Τι έμαθα;



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 1: Έννοια και σπουδαιότητα της ανεκτικότητας και της κατανόησης

Επιλέξτε της σωστή απάντηση στα παρακάτω ερωτήματα. Μόνο μία επιλογή είναι σωστή.

1. **Τι είναι ανεκτικότητα;**
   - α) Ανεκτικότητα σημαίνει να θεωρούμε καλές όλες τις διαφορετικές πεποιθήσεις, παραδόσεις, τρόπους ζωής και έθιμα
   - β) Ανεκτικότητα σημαίνει να υιοθετούμε τον τρόπο σκέψης άλλων ανθρώπων
   - γ) Ανεκτικότητα σημαίνει ότι είμαστε πρόθυμοι να αποδεχόμαστε τις συμπεριφορές και πεποιθήσεις που διαφέρουν από τις δικές μας, μολονότι μπορεί να μη συμφωνούμε με αυτές ή να μην τις επιδοκιμάζουμε
   - δ) Ανεκτικότητα σημαίνει να συμβιβάζουμε τα δικαιώματά μας και να βάζουμε σε κίνδυνο τον δικό μας τρόπο ζωής
2. **Γιατί είναι σημαντική η ανεκτικότητα;**
   - α) Ενισχύει τον σεβασμό για την αξιοπρέπεια και την ελευθερία άλλων ανθρώπων
   - β) Προστατεύει την ταυτότητα όλων των μελών της κοινότητας
   - γ) Αποτρέπει τους ανθρώπους από το να επιβάλλουν τις πεποιθήσεις και τον τρόπο ζωής τους στους άλλους
   - δ) Όλα τα παραπάνω
3. **Η διαπολιτισμική κατανόηση:**
   - α) Αποτελεί προϋπόθεση της ανεκτικότητας
   - β) Αναφέρεται στη γνώση γύρω από διάφορους πολιτισμούς, η οποία είναι εύκολο να αποκτηθεί
   - γ) Μας επιτρέπει να διακρίνουμε τις αιτίες πίσω από διαφορετικές στάσεις, έθιμα, συμπεριφορές κλπ.
   - δ) Δε συνδέεται με την αυτοεπίγνωση





Άσκηση αυτοαξιολόγησης 2: Η στάση μου απέναντι σε διαφορετικές κουλτούρες

Σε μια κλίμακα από το 1 έως το 5 (1=διαφωνώ απόλυτα και 5=συμφωνώ απόλυτα) πώς νιώθετε για τις ακόλουθες δηλώσεις; Κυκλώστε τον αριθμό που εκφράζει περισσότερο τα αισθήματά σας.

1. **Όταν ακούω ανθρώπους να μιλούν διαφορετική γλώσσα στη χώρα μου εκνευρίζομαι**

   1 2 3 4 5

2. **Θα ήθελα να έχω φίλους μετανάστες**

   1 2 3 4 5

3. **Όταν μιλώ με ανθρώπους από διαφορετικές χώρες προσπαθώ να καταλάβω γιατί ενεργούν με τον τρόπο που ενεργούν**

   1 2 3 4 5

4. **Είμαι πρόθυμος να ρωτήσω ανθρώπους από άλλες θρησκείες για τα έθιμα και τις πεποιθήσεις τους**

   1 2 3 4 5

5. **Όταν είσαι ανεκτικός σε έναν τομέα (π.χ. θρησκεία) είσαι ανεκτικός σε όλους (π.χ. σεξουαλικός προσανατολισμός)**

   1 2 3 4 5

6. **Η ανεκτικότητα και η κατανόηση είναι απαραίτητες και όταν αλληλεπιδρούμε με συμπατριώτες μας**

   1 2 3 4 5





Άσκηση αυτοαξιολόγησης 3: Τρόποι ανάπτυξης της ανεκτικότητας και της κατανόησης

Διαβάστε τις ακόλουθες δηλώσεις και επιλέξτε εκείνες που αφορούν τρόπους για την ανάπτυξη μεγαλύτερης ανεκτικότητας και κατανόησης από εσάς και τα παιδιά σας.

1) ☐ Να κατανοείτε την επίδραση που ασκούν οι δικές σας πολιτισμικές αξίες, στάσεις και πεποιθήσεις
2) ☐ Να μαθαίνετε για άλλους πολιτισμούς και να αναζητάτε σχετικές πληροφορίες μαζί με τα παιδιά σας
3) ☐ Να εκδηλώνετε μια στάση σεβασμού απέναντι στους διαφορετικούς πολιτισμούς και να αλληλεπιδράτε θετικά με ανθρώπους από ποικίλο υπόβαθρο
4) ☐ Να σχολιάζετε τα άλλα παιδιά στο σχολείο ή στη γειτονιά
5) ☐ Να έχετε επίγνωση της διαφορετικότητας που υπάρχει στην τοπική σας κοινωνία και να βοηθάτε τα παιδιά σας να την κατανοούν
6) ☐ Να συζητάτε γύρω από το πώς αντιπροσωπεύονται οι διάφορες πολιτισμικές ομάδες στα ΜΜΕ
7) ☐ Να ρωτάτε τους εκπαιδευτικούς κατά πόσο οι σχολικές δραστηριότητες βοηθούν τα παιδιά σας να αναπτύξουν κατανόηση
8) ☐ Να συζητάτε με τα παιδιά σας πώς νιώθουν εκείνα για τη διαφορετικότητα και πώς τα επηρεάζει

Δείτε εδώ το φύλλο απαντήσεων.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Τι θα μάθω;

Για τη σχέση μεταξύ πολιτισμού, γλώσσας και επικοινωνίας

Για διαφορετικά πρότυπα επικοινωνίας ανάλογα με τον πολιτισμό, περιλαμβανομένης της μη λεκτικής επικοινωνίας

Τους βασικούς κανόνες της διαπολιτισμικής επικοινωνίας

Γιατί είναι σημαντικό;

Καθώς ο κόσμος έχει γίνει μικρότερος χάρη στις πιο φτηνές πτήσεις, στο διαδίκτυο, στη χρήση των αγγλικών ως διεθνούς γλώσσας και, φυσικά, στη μετανάστευση, οι αναπτυγμένες δεξιότητες διαπολιτισμικής επικοινωνίας έχουν γίνει απαραίτητες, διότι μας επιτρέπουν να συνδιαλεγόμαστε με ανθρώπους διαφόρων πολιτισμών. Οι δεξιότητες διαπολιτισμικής επικοινωνίας είναι εξαιρετικά σημαντικές όταν επικοινωνούμε με άτομα από το πολυπολιτισμικό σχολικό περιβάλλον των παιδιών μας, είτε πρόκειται για άλλους γονείς, για εκπαιδευτικούς ή για το βοηθητικό προσωπικό του σχολείου. Το γεγονός ότι ο κόσμος έχει γίνει μικρότερος δε σημαίνει ότι ο κόσμος έχει γίνει παντού ο ίδιος, αλλά σημαίνει ότι ερχόμαστε όλο και συχνότερα σε επαφή με ανθρώπους που διαφέρουν πολιτισμικά από εμάς. Η ικανότητα να διαχειριζόμαστε αυτές τις πολιτισμικές διαφορές όχι μόνο ειρηνικά, αλλά και δημιουργικά και καινοτόμα, αποκτά ιδιαίτερη σημασία. Μας επιτρέπει να ευημερούμε σε μια παγκοσμιοποιημένη κοινωνία ως πολίτες, ως μέλη της κοινότητάς μας και ως γονείς. Το να μιλάμε αγγλικά ή τη γλώσσα της χώρας, καθώς και το να εξοικειωνόμαστε με διάφορα ήθη και έθιμα δεν είναι αρκετό – χρειάζεται επίσης να καταλαβαίνουμε τους τρόπους μη λεκτικής επικοινωνίας στους διάφορους πολιτισμούς. Γιατί τελικά:

«Το πιο σημαντικό στην επικοινωνία είναι να ακούς τα όσα δεν λέγονται»– Peter Drucker

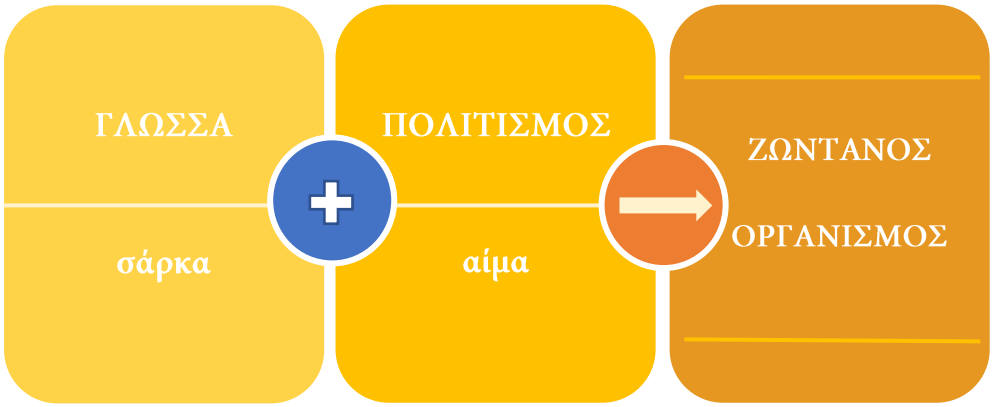


Σχέση μεταξύ γλώσσας, πολιτισμού και επικοινωνίας

Είναι γενικά αποδεκτό ότι η γλώσσα αποτελεί μέρος του πολιτισμού και παίζει πολύ σημαντικό ρόλο σε αυτόν. Μερικοί κοινωνικοί επιστήμονες θεωρούν ότι χωρίς γλώσσα ο πολιτισμός δε θα μπορούσε να υπάρχει. Η γλώσσα αντανακλά τον πολιτισμό, ενώ ταυτόχρονα επηρεάζεται και διαμορφώνεται από αυτόν. Με την ευρύτερη έννοια, η γλώσσα αποτελεί και τη συμβολική αναπαράσταση ενός λαού, καθώς συμπυκνώνει το ιστορικό και πολιτισμικό του υπόβαθρο, τη στάση του απέναντι στη ζωή και τον τρόπο που ζει και σκέφτεται. Ο Brown (2008:171) περιγράφει τα δύο αυτά στοιχεία ως εξής: «Η γλώσσα είναι μέρος του πολιτισμού και ο πολιτισμός είναι μέρος της γλώσσας – αυτά τα δύο είναι στενά συνυφασμένα ώστε δεν μπορεί κάποιος να τα διαχωρίσει χωρίς να χαθεί η σημασία είτε της γλώσσας είτε του πολιτισμού». Με δυο λόγια, γλώσσα και πολιτισμός είναι άρρηκτα συνδεδεμένα.

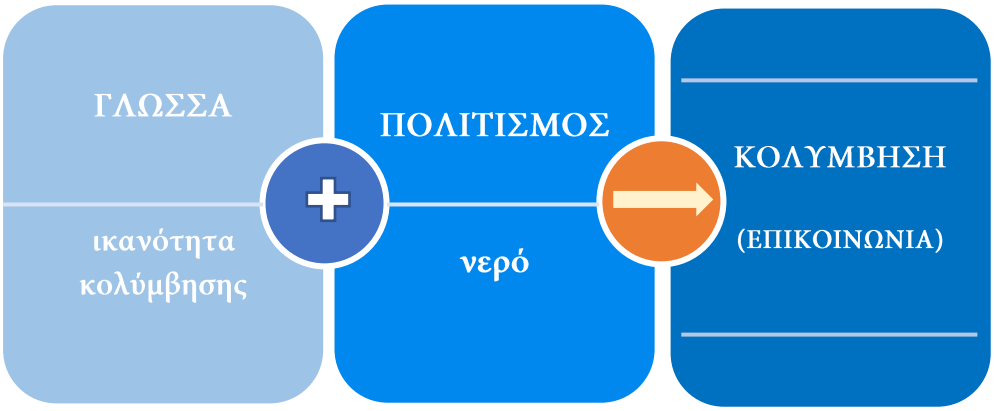
Μερικοί συγγραφείς κατέδειξαν τη σχέση γλώσσας, πολιτισμού και επικοινωνίας χρησιμοποιώντας ορισμένες μεταφορές. Μερικοί λένε ότι η γλώσσα είναι ο καθρέφτης του πολιτισμού, με την έννοια ότι οι άνθρωποι μπορούν να δουν έναν πολιτισμό μέσα από τη γλώσσα που τον εκφράζει. Άλλοι παρομοιάζουν τη γλώσσα και τον πολιτισμό με παγόβουνο – το ορατό τμήμα είναι η γλώσσα, με ένα μικρό μέρος πολιτισμού, ενώ το μεγαλύτερο τμήμα που κρύβεται κάτω από το νερό είναι οι μη ορατές πτυχές του πολιτισμού. Ο Brown χρησιμοποίησε τις ακόλουθες τρεις μεταφορές για να εκφράσει το πώς κατανοεί εκείνος τη σχέση γλώσσας και πολιτισμού.

Από φιλοσοφική σκοπιά:



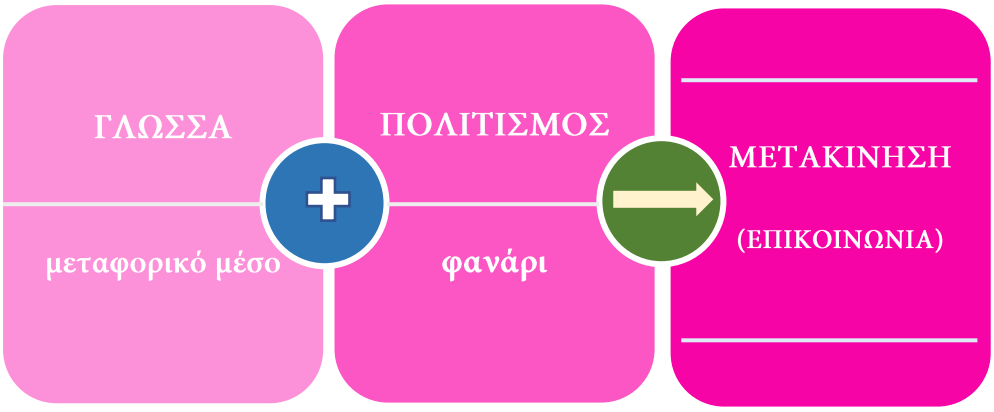
Η γλώσσα και ο πολιτισμός αποτελούν έναν ζωντανό οργανισμό – η γλώσσα είναι η σάρκα και ο πολιτισμός είναι το αίμα. Χωρίς τον πολιτισμό η γλώσσα θα ήταν νεκρή, χωρίς τη γλώσσα ο πολιτισμός δε θα είχε μορφή.

Από επικοινωνιακή σκοπιά:



Η επικοινωνία είναι το κολύμπι, η γλώσσα είναι η ικανότητα κολύμβησης και ο πολιτισμός είναι το νερό. Χωρίς τη γλώσσα, η επικοινωνία θα παρέμενε σε πολύ περιορισμένο επίπεδο (σε πολύ ρηχά νερά), χωρίς τον πολιτισμό δεν θα υπήρχε καθόλου επικοινωνία.

Από χρηστική σκοπιά:



Η επικοινωνία είναι σαν τη μετακίνηση: η γλώσσα είναι το μεταφορικό μέσο και ο πολιτισμός είναι το φανάρι. Η γλώσσα καθιστά την επικοινωνία ευκολότερη και ταχύτερη, ενώ ο πολιτισμός ρυθμίζει την επικοινωνία, άλλοτε ενθαρρύνοντας και άλλοτε εμποδίζοντάς την.

Με λίγα λόγια, παρά τις διαφορές τους, η γλώσσα και ο πολιτισμός σχηματίζουν ένα σύνολο.

Πώς η γλώσσα επηρεάζει τον τρόπο σκέψης μας

The Relationship between Language and Culture

Εάν θέλετε να αφιερώσετε λίγο περισσότερο χρόνο για να ακούσετε παραδείγματα για το πόσο πολύ μπορεί η γλώσσα να επηρεάσει τον τρόπο σκέψης μας, δείτε αυτό το 14΄ βίντεο: ***Πώς η γλώσσα διαμορφώνει τον τρόπο που σκεφτόμαστε***



- Μπορείτε να σκεφτείτε κάποιες χαρακτηριστικές εκφράσεις στα ελληνικά που φέρουν μεγάλο πολιτισμικό φορτίο; Πόσο εύκολο είναι να τις μεταφράσετε σε κάποια άλλη γλώσσα;
- Μπορείτε να σκεφτείτε κάποια ξένη λέξη που χρησιμοποιούμε επειδή καμία λέξη στη γλώσσα μας δεν περιγράφει με ακρίβεια αυτό το αντικείμενο ή την έννοια;
- Διαβάστε πώς περιγράφει μια Ινδή φοιτήτρια τα διαφορετικά πρότυπα επικοινωνίας που συνάντησε στις Ηνωμένες Πολιτείες. Είχατε ποτέ κάποια παρόμοια εμπειρία καθώς μιλούσατε με ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς;

  Μια μεταπτυχιακή φοιτήτρια από την Ινδία παρατήρησε τα πρότυπα χαιρετισμού στις Ηνωμένες Πολιτείες (Rothlauf, 2015, σ. 95). Στον δικό της πολιτισμό, οι άνθρωποι χαιρετούν μόνο όσους γνωρίζουν. Αρχικά, εξεπλάγη από τη συχνότητα με την οποία οι Αμερικανοί χαιρετούν ο ένας τον άλλον, αργότερα όμως απογοητεύτηκε:

  Νόμιζα ότι πραγματικά ενδιαφέρονται για το πώς είμαι. Μετά … «Είμαι καλά, εσύ;» Τότε συνειδητοποίησα ότι τους ανθρώπους δεν τους ενδιαφέρει πραγματικά η απάντηση. Είναι απλώς ένας τρόπος να δείχνουν ότι αναγνωρίζουν την παρουσία σου.



Βασικές αρχές της λεκτικής επικοινωνίας

Η λεκτική επικοινωνία, δηλαδή οι λέξεις που προφέρουμε και ακούμε, μας βοηθά να εκφραζόμαστε και να κατανοούμε τους άλλους. Τη χρησιμοποιούμε για να κάνουμε ερωτήσεις ώστε να λάβουμε πληροφορίες. Επίσης τη χρησιμοποιούμε για να περιγράφουμε αντικείμενα, ανθρώπους και ιδέες. Οι λέξεις μας βοηθούν να ενημερώνουμε, να πείθουμε και διασκεδάζουμε τους άλλους. Οι προσωπικές μας σχέσεις διαμορφώνονται μέσα από τις προφορικές μας εκφράσεις. Τα όσα λέμε μας βοηθούν να μοιραστούμε τις παρατηρήσεις μας, τις σκέψεις μας, τα αισθήματά μας και τις ανάγκες μας.

Υπάρχουν τρεις σημαντικοί παράγοντες που πρέπει να λαβαίνουμε υπόψη κατά την προφορική επικοινωνία:

Διατύπωση: Εχω διατυπώσει το μήνυμά μου με *ξεκάθαρο* και *πλήρη* τρόπο; Έχει *συνοχή*; Περιλαμβάνονται ευδιάκριτα όλες οι σημαντικές πληροφορίες;

Το **μέσο**: Είναι σημαντικό να προσέχουμε να έχουμε καθαρή και σωστή *προφορά* και *άρθρωση*, να χρησιμοποιούμε σωστή *γραμματική* και *συντακτικό* και να εκφραζόμαστε με *ευχέρεια*.

Ο **δέκτης**: Είναι το επίπεδο *περιπλοκότητας* και *ευγένειας* κατάλληλο για τον συγκεκριμένο δέκτη στο δεδομένο πλαίσιο; Λαμβάνονται υπόψη οι *απόψεις*, το *υπόβαθρο* και η *νοοτροπία* του δέκτη;

Ιδιαίτερα όταν επικοινωνούμε με ανθρώπους από άλλους πολιτισμούς, είναι πολύ εύκολο να μας παρανοήσουν λόγω των διαφορών στις γλωσσικές δεξιότητες, στην αίσθηση του χιούμορ και στη νοοτροπία. Γι' αυτό τον λόγο είναι ιδιαίτερα σημαντικό να αποφεύγουμε ορισμένους αρνητικούς τρόπους λεκτικής επικοινωνίας, οι οποίοι θα μπορούσαν να καταστρέψουν τις διαπροσωπικές σχέσεις:

- **Γενικοί χαρακτηρισμοί.** Μην χαρακτηρίζετε κανέναν ανεύθυνο, αναξιόπιστο, εγωιστή ή τεμπέλη. Τέτοιες επικρίσεις και γενικεύσεις το μόνο που κάνουν είναι να επιδεινώνουν την κατάσταση.



- **Σαρκασμός**. «Όχι, δεν έχασες τίποτε που δεν ήρθες στο μάθημα την Τετάρτη. Απλώς καθόμασταν εδώ και κοιταζόμασταν». Μολονότι ο σαρκασμός έχει πολλές φορές τη μορφή του χιούμορ, συνήθως οι άνθρωποι εκφράζουν αρνητικά αισθήματα μέσω αυτού.
- **Αναμοχλεύουμε το παρελθόν.** Όταν δεν θέλουν να συζητήσουν ένα τρέχον πρόβλημα πολλοί άνθρωποι αναμοχλεύουν ένα άσχημο περιστατικό από το παρελθόν («μου είπες», «μου έκανες»). Αυτό μπορεί να σημαίνει επίσης ότι κρατούν μνησικακία.
- **Αρνητικές συγκρίσεις.** Όταν συγκρίνουμε κάποιον με άλλους αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αισθήματα κατωτερότητας ή εχθρότητας. Οι γονείς και οι δάσκαλοι ορισμένες φορές συγκρίνουν άδικα τα παιδιά με τα αδέλφια τους.
- **Απειλές**. Οι απειλές για βία συνήθως σηματοδοτούν το τέλος μιας παραγωγικής επικοινωνίας. Αποκαλύπτουν επίσης την ανασφάλεια ενός ατόμου.

Ανασκοπήστε τα είδη αρνητικών μηνυμάτων που παρουσιάστηκαν εδώ. Ποια από αυτά πιστεύετε ότι μπορούν να χωρίσουν περισσότερο τους ανθρώπους μεταξύ τους; Γιατί;

Ποιο από τα παραπάνω σας είναι πιο δύσκολο να αποφύγετε όταν μιλάτε σε άλλους; Γιατί;

Στο ακόλουθο άρθρο θα βρείτε μια λεπτομερή εξήγηση των αρχών της λεκτικής επικοινωνίας και κάποιες ασκήσεις αυτοαξιολόγησης (στα αγγλικά): ***Oral Communication: Some Basic Principles***

Βασικές αρχές της μη λεκτικής επικοινωνίας

Τα λεκτικά μηνύματα αποτελούν φυσικά σημαντικό μέρος της επικοινωνίας, αλλά ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούμε μη λεκτικά είναι εξίσου, και μερικές φορές περισσότερο, σημαντικός. Η μη λεκτική επικοινωνία περιλαμβάνει τα ακόλουθα:

- Τόνος της φωνής
- Ρυθμός και ένταση ομιλίας
- Άρθρωση των λέξεων
- Επιτονισμός και έμφαση σε λέξεις
- Εκφράσεις του προσώπου
- Ο βαθμός βλεμματικής επαφής
- Χειρονομίες/ άγγιγμα
- Γλώσσα και στάση του σώματος



Πτυχές της μη λεκτικής επικοινωνίας

Η μη λεκτική επικοινωνία:

- Μπορεί να **συμπληρώνει**, να **ενισχύει**, να **υποκαθιστά** ή να **αντιφάσκει** με τα λεκτικά μηνύματα
- Επηρεάζει τους άλλους
- **Ρυθμίζει τη ροή της συζήτησης** σηματοδοτώντας την εναλλαγή των ομιλητών
- **Επηρεάζει τις σχέσεις,** καθώς τη χρησιμοποιούμε για να εκφράσουμε συναισθήματα
- **Εκφράζει την ταυτότητά μας,** καθώς το ποιοι είμαστε αποκαλύπτεται από τον τρόπο με τον οποίο διαμορφώνουμε τους χώρους όπου ζούμε και εργαζόμαστε, από τα ρούχα που φοράμε, από τον τρόπο που παρουσιάζουμε τον εαυτό μας και από τον τόνο της φωνής μας.

Ερευνες δείχνουν ότι όταν εκφράζουμε **συναισθήματα** και **στάσεις,** σημαντικό μέρος του συνολικού μηνύματος αποτελείται από τη γλώσσα του σώματος και από τον τόνο της φωνής. Τα μη λεκτικά μηνύματα, σε αντίθεση με τα λεκτικά, είναι πιο συχνά ακούσια, αυθόρμητα ή και πέρα από τον συνειδητό μας έλεγχο (όπως η διαστολή της κόρης των ματιών). Για τον λόγο αυτό, πολλοί άνθρωποι τείνουν να δίνουν μεγαλύτερη σημασία στα μη λεκτικά σήματα παρά στα λόγια.

Γλώσσα του σώματος σε διαφορετικούς πολιτισμούς: ***Cultural curiosities***

Ενα άρθρο για τη σημασία της βλεμματικής επαφής στον δυτικό κόσμο: ***Γιατί η οπτική επαφή είναι τόσο δυνατή;***

Σε αυτό το άρθρο μπορείτε να μάθετε πώς να βελτιώσετε τις μη λεκτικές σας ικανότητες:
Reading Body Language and Improving Your Nonverbal Skills



Τώρα σκεφτείτε τις ακόλουθες ερωτήσεις:

- *Όταν κάποιος σας λέει κάτι αλλά τα λεκτικά με τα μη λεκτικά μηνύματα είναι αντικρουόμενα, σε ποια θα δώσετε μεγαλύτερη σημασία; Γιατί;*
- *Το παρουσιαστικό μας, το στιλ που ντυνόμαστε, καθώς και το περιβάλλον μας, όπως το διαμέρισμά μας, το αυτοκίνητό μας ή το γραφείο μας, εκπέμπουν μη λεκτικά μηνύματα για το ποιοι είμαστε. Αναλύστε μερικά από τα μη λεκτικά μηνύματα που εκπέμπει το παρουσιαστικό σας ή το περιβάλλον σας. Τι λένε για το ποιοι είστε; Δημιουργούν την εντύπωση που θα θέλατε;*
- *Μπορείτε να αναγνωρίστε συγκεκριμένους χαρακτηριστικούς τρόπους μη λεκτικής επικοινωνίας που αντιπροσωπεύουν την ελληνική κουλτούρα και τους οποίους χρησιμοποιείτε στην καθημερινή σας ζωή;*
- *Σκεφτείτε δύο εκπαιδευτικούς των παιδιών σας. Με ποιον από τους δύο αισθάνεστε πιο άνετα να συζητήσετε για την επίδοση των παιδιών σας και με ποιον δεν αισθάνεστε καθόλου άνετα; Τι σας κάνει να νιώθετε έτσι; Είναι η γλώσσα του σώματός τους; Ο τρόπος που εκφράζονται; Κάτι άλλο;*



Η επίδραση της μη λεκτικής επικοινωνίας

Διαβάστε την ακόλουθη μελέτη σχετικά με την επίδραση της θετικής μη λεκτικής επικοινωνίας.

Οι Hyunwoo Jung και Euichang Chai (2014) διεξήγαν μια μελέτη κατά την οποία παρατήρησαν επί οχτώ μήνες και για δύο ώρες κάθε εβδομάδα τη μη λεκτική επικοινωνία ενός καθηγητή φυσικής υγείας με τα παιδιά της τάξης του. Παρατηρήθηκε πως ο δάσκαλος «Λι» ήταν ένα πολύ αισιόδοξο άτομο που είχε μεγάλη συμπόνια για τα παιδιά της τάξης. Κατά τη διάρκεια των 8 μηνών κρατήθηκαν σημειώσεις για τη μη λεκτική επικοινωνία του Λι, όπως οι εκφράσεις του προσώπου του, οι ενδυματολογικές του επιλογές, ο τόνος της φωνής του, το άγγιγμα και το ενδιαφέρον που έδειχνε.

Μετά την έναρξη της οχτάμηνης περιόδου λήφθηκαν συνεντεύξεις από τους μαθητές και χρησιμοποιήθηκε ένα ημερολόγιο παρατήρησης, στο οποίο καταγράφονταν οι αλληλεπιδράσεις των μαθητών στην τάξη και αλλαγές στη συμπεριφορά τους κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου. Από τα αποτελέσματα που συνέλεξε ο παρατηρητής έγινε φανερό ότι οι μαθητές είχαν αρχίσει να μιμούνται τον Λι. Οι μαθητές έδειχναν συμπόνια και σεβασμό μεταξύ τους, ενθάρρυναν ο ένας τον άλλον, συνεργάζονταν και ήταν ειλικρινείς. Κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων φάνηκε γενικά πώς είχαν μια πολύ θετική στάση απέναντι στο μάθημα και πολλοί πίστευαν ότι αυτό οφειλόταν στον τρόπο με τον οποίο τους είχε διδάξει, συμπεριφερθεί και ενθαρρύνει ο Λι με τη θετική, αισιόδοξη και φιλική προσωπικότητά του.

Όταν ολοκληρώθηκε η μελέτη περίπτωσης έγινε φανερό πως η μη λεκτική επικοινωνία του Λι είχε συμβάλει στην ανάπτυξη των αξιών και της ηθικής των μαθητών. Παρατηρώντας τον Λι διδάχθηκαν πώς να δείχνουν σεβασμό και να νοιάζονται ο ένας για τον άλλον και επίσης ανέπτυξαν εμπιστοσύνη στην ικανότητά του να διδάσκει

αποτελεσματικά την ύλη του μαθήματος, λόγω της επαγγελματικής του συμπεριφοράς σε συνδυασμό με τη βαθιά γνώση του.

Τώρα σκεφτείτε τα εξής:

- Εκανε ο Λι κάποιο προφορικό μάθημα στα παιδιά σχετικά με τη θετική μη λεκτική επικοινωνία;
- Αναλογιστείτε τις δικές σας συνήθειες μη λεκτικής επικοινωνίας. Μήπως μιμείστε κάποιον ασυναίσθητα (γονιό, δάσκαλο, κάποιον άλλον);
- Τι επίδραση θα μπορούσε να έχει το στιλ της μη λεκτικής επικοινωνίας σας στα παιδιά σας; Είναι όντως αυτό που επιθυμείτε;



Χαρακτηριστικά πολιτισμικά πρότυπα επικοινωνίας



Η επικοινωνία, ή ακριβέστερα, η κακή επικοινωνία αποτελεί μια βασική αιτία συγκρούσεων μεταξύ εθνών, περιοχών και μέσα στην ίδια την οικογένεια. Η εξήγηση που ακολουθεί για τα διάφορα στιλ επικοινωνίας θα καταδείξει πώς μπορεί να ανακύψουν προβλήματα στην επικοινωνία. Θα περιγράψουμε τα βασικότερα στιλ λεκτικής επικοινωνίας που έχει εντοπίσει ο κλάδος της Διαπολιτισμικής Επικοινωνίας:

- άμεσο / έμμεσο
- αναλυτικό / ακριβές / περιληπτικό
- προσωπικό / συγκυριακό
- λειτουργικό / συναισθηματικό

Αυτά τα διαφορετικά στιλ παρατηρούνται σε όλους τους πολιτισμούς και η χρήση του καθενός εξαρτάται από την κατάσταση και το δεδομένο πλαίσιο. Από πολιτισμικής άποψης, ένα στιλ ή ύφος μπορεί να θεωρείται καταλληλότερο από κάποιο άλλο σε μια δεδομένη κατάσταση.

Άμεσο / έμμεσο ύφος

Στο **άμεσο** επικοινωνιακό ύφος τόσο ο ομιλητής όσο και ο ακροατής αναμένουν μια ξεκάθαρη προφορική έκφραση των προθέσεων, επιθυμιών κλπ. (π.χ. «πεινάω», «σ' αγαπώ»). Στο **έμμεσο** επικοινωνιακό ύφος ο ομιλητής εκφράζει συγκαλυμμένα τις σκέψεις του, χρησιμοποιώντας συχνά υπαινιγμούς ή εκφράσεις όπως «ίσως» και «ενδεχομένως». Αναμένεται από τον ακροατή να παρατηρήσει και να λάβει υπόψη του τη μη λεκτική επικοινωνία και να αποκωδικοποιήσει τις έμμεσες ενδείξεις προκειμένου να κατανοήσει το πραγματικό νόημα των όσων λέγονται.

Αναλυτικό / ακριβές / περιληπτικό ύφος

Κριτήρια για το αναλυτικό (elaborate), ακριβές (exact) και περιληπτικό (succinct) ύφος είναι η ποσότητα του λόγου και η εκφραστικότητα. Η ομιλητικότητα και η περίτεχνη γλώσσα χαρακτηρίζουν για παράδειγμα τις καθημερινές συζητήσεις στους πολιτισμούς της Μέσης Ανατολής. Η χρήση μεταφορών, ιδιωματισμών και παροιμιών είναι συνηθισμένη.

Το ακριβές επικοινωνιακό ύφος είναι πιο συνηθισμένο στις κουλτούρες της Βόρειας Αμερικής και της Βόρειας Ευρώπης. Για τη διατύπωση ενός μηνύματος ο ομιλητής χρησιμοποιεί εκείνες μόνο τις λέξεις που περιγράφουν επακριβώς τις προθέσεις του – δεν χρειάζονται ούτε περισσότερα ούτε λιγότερα. Δεν χρειάζονται πολλές διευκρινίσεις ή παράφραση του μηνύματος. Φυσικά υπάρχουν και εδώ παραλλαγές στους εν λόγω πολιτισμούς, ανάλογα με το συγκεκριμένο επικοινωνιακό πλαίσιο και το άτομα.

Στο περιληπτικό ύφος το προφορικό μήνυμα θεωρείται απλώς μέρος του μηνύματος. Σημαντικό μέρος της πληροφορίας μεταβιβάζεται μέσω της σιωπής, της εμμεσότητας, των παύσεων και του σχήματος λιτότητας (π.χ. «δεν είναι άσχημο» όταν εννοούμε στην πραγματικότητα «είναι υπέροχο»). Το περιληπτικό ύφος είναι χαρακτηριστικό της ιαπωνικής κουλτούρας.

Προσωπικό / συγκυριακό ύφος

Το **προσωπικό** επικοινωνιακό ύφος είναι ανεπίσημο και τονίζει την ισότητα στις διαπροσωπικές σχέσεις. Είναι περισσότερο προσωποκεντρικό καθώς χρησιμοποιείται συχνά η αντωνυμία «εγώ». Το **συγκυριακό** ύφος (contextual style) καθορίζεται από το στάτους και τον ρόλο του ατόμου. Τονίζει συχνά την επισημότητα μιας περίστασης και τη διαφορά εξουσίας μεταξύ των ατόμων. Δεν χρησιμοποιούνται συχνά οι προσωπικές αντωνυμίες και δεν χρειάζεται να εκφραστούν άμεσα όλες οι πληροφορίες.



Η ιαπωνική, η κινεζική και η ινδική κουλτούρα προσαρμόζουν το επικοινωνιακό ύφος με βάση τους κοινωνικούς ρόλους. Το διαφορετικό κοινωνικό στάτους καθορίζει τον βαθμό επισημότητα που πρέπει να χρησιμοποιηθεί. Οι κουλτούρες που χρησιμοποιούν περισσότερο το προσωπικό επικοινωνιακό ύφος παρουσιάζουν μικρότερο βαθμό τυπικότητας στις σχέσεις, εστιάζουν στο άτομο και παραβλέπουν τις διαφορές στο κοινωνικό στάτους.

Λειτουργικό / συναισθηματικό ύφος

Το λειτουργικό (instrumental) και το συναισθηματικό (affective) επικοινωνιακό ύφος συνδέονται αφενός με τον βαθμό ατομικότητας ή συλλογικότητας μιας κοινωνίας και αφετέρου με το αν πρόκειται για καταστάσεις χαμηλού ή υψηλού πλαισίου (βλέπε τη σχετική ενότητα για επεξήγηση των όρων). Το **λειτουργικό** ύφος είναι προσανατολισμένο στην εργασία που πρέπει να επιτελεστεί και εστιάζει στον ομιλητή, ενώ αντίθετα το **συναισθηματικό** ύφος είναι προσανατολισμένο στη διαδικασία της επικοινωνίας (δηλ. τα συναισθήματα που αυτή προκαλεί) και εστιάζει στον ακροατή. Ως προς την εκφορά του λόγου το λειτουργικό ύφος είναι άμεσο ενώ το συναισθηματικό είναι έμμεσο. Το λειτουργικό ύφος επικρατεί σταδιακά στις διεθνείς επιχειρηματικές σχέσεις και σε άλλα επαγγελματικά πλαίσια, ιδιαίτερα στον δυτικό κόσμο.

Δύο άρθρα στα αγγλικά εξηγούν αναλυτικότερα την επίδραση της κουλτούρας στην επικοινωνία:

Influence of Socio-cultural Domains on Communication

Verbal Communication Styles and Culture



Αναστοχασμός στο επικοινωνιακό ύφος

1) Ποιο επικοινωνιακό ύφος επικρατεί στη χώρα από την οποία κατάγεστε; Διαφέρει από το ύφος που επιλέγετε εσείς προσωπικά;

2) Αναλύστε τον ακόλουθο πίνακα και προσθέστε το επικοινωνιακό ύφος που επικρατεί στη χώρα σας.

Χώρα	άμεσο / έμμεσο	αναλυτικό / ακριβές / περιληπτικό	προσωπικό / συγκυριακό	λειτουργικό/ συναισθη-ματικό
Δανία	*άμεσο*	*ακριβές*	*προσωπικό*	*λειτουργικό*
Αίγυπτος	*έμμεσο*	*αναλυτικό*	*συγκυριακό*	*συναισθηματικό*
Αγγλία	*άμεσο*	*ακριβές*	*προσωπικό*	*λειτουργικό*
Ιαπωνία	*έμμεσο*	*περιληπτικό*	*συγκυριακό*	*συναισθηματικό*
Σαουδική Αραβία	*έμμεσο*	*αναλυτικό*	*συγκυριακό*	*συναισθηματικό*
Σουηδία	*άμεσο*	*ακριβές*	*προσωπικό*	*λειτουργικό*
ΗΠΑ	*άμεσο*	*ακριβές*	*προσωπικό*	*λειτουργικό*

3) Τι συμπεράσματα μπορείτε να βγάλετε συγκρίνοντας το επικοινωνιακό ύφος που επικρατεί στη χώρα σας με εκείνο άλλων χωρών;



Άσκηση για την αναγνώριση διαφορετικών στιλ επικοινωνίας

Για να κατανοήσετε καλύτερα τη διαφορά ανάμεσα στα επικοινωνιακά στιλ και τις καταστάσεις στις οποίες χρησιμοποιούνται, προσπαθήστε να βρείτε σε ποιο στιλ επικοινωνίας αντιστοιχούν οι ακόλουθες φράσεις:

1. Κυρία Γεωργίου, βρίσκομαι εδώ για να συζητήσω το περιστατικό που συνέβη χθες στο διάλειμμα ανάμεσα στον γιο μου και ένα άλλο παιδί.

Άμεσο ή έμμεσο;

2. Κυρία Γεωργίου, ήθελα να σας ρωτήσω αν συνέβη τίποτα χθες, διότι όταν ο γιος μου γύρισε σπίτι, μου φάνηκε αναστατωμένος.

Άμεσο ή έμμεσο;

3. Κυρία Γεωργίου, είμαι εδώ λόγω του χαμηλού βαθμού που πήρε ο γιος μου στο τελευταίο τεστ μαθηματικών.

Αναλυτικό, ακριβές ή περιληπτικό;

4. Κυρία Γεωργίου, χθες ο γιος μου ήρθε διστακτικά να μου δείξει τον βαθμό που πήρε στο τελευταίο τεστ μαθηματικών. Έτσι σκέφτηκα ότι θα ήταν πολύ καλύτερο να έρθω η ίδια να ρωτήσω για την απόδοσή του και τι θα μπορούσαμε να κάνουμε ως γονείς για να τον βοηθήσουμε στα μαθήματά του.

Αναλυτικό, ακριβές ή περιληπτικό;

5. Κυρία Γεωργίου, θα πρέπει να είμαστε πολύ προσεκτικοί όταν συζητάμε με παιδιά γύρω από τη σεξουαλική υγεία και την αναπαραγωγή.

Προσωπικό ή συγκυριακό;

6. Κυρία Γεωργίου, ξέρω καλύτερα πώς πρέπει να εκπαιδεύσω το παιδί μου.

Προσωπικό ή συγκυριακό;[2]

[2] 1 άμεσο, 2 έμμεσο, 3 ακριβές, 4 αναλυτικό, 5 συγκυριακό, 6 προσωπικό.

Κουλτούρες υψηλού και χαμηλού πλαισίου

Τι είναι οι κουλτούρες υψηλού και χαμηλού πλαισίου;

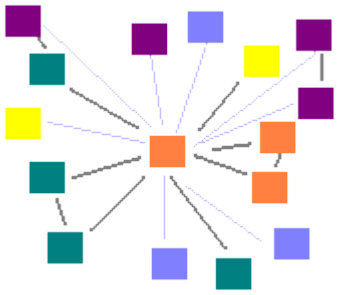
Οι όροι **κουλτούρες υψηλού πλαισίου** και **κουλτούρες χαμηλού πλαισίου** χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν πόσο ξεκάθαρα και άμεσα διατυπώνουν οι άνθρωποι τα μηνύματά τους και πόσο επηρεάζει το δεδομένο πλαίσιο τον τρόπο διατύπωσης του μηνύματος.

Σύμφωνα με τον εμπνευστή των όρων, τον διάσημο ανθρωπολόγο Edward T. Hall:

- Τα μηνύματα που ανταλλάσσονται σε μια κουλτούρα υψηλού πλαισίου φέρουν έμμεσα νοήματα με περισσότερες πληροφορίες από τα ρητά διατυπωμένα μέρη
- Στις κουλτούρες χαμηλού πλαισίου τα μηνύματα έχουν σαφές νόημα, χωρίς να κρύβεται τίποτα πίσω από τις λέξεις που χρησιμοποιούνται



Επικοινωνία υψηλού πλαισίου

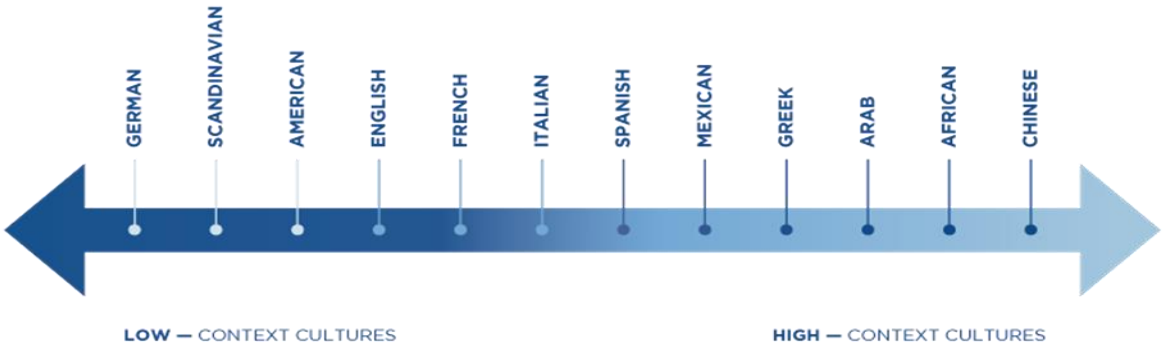


Επικοινωνία χαμηλού πλαισίου

Οι **κουλτούρες υψηλού πλαισίου** περιλαμβάνουν το Αφγανιστάν, τις αφρικανικές και τις αραβικές χώρες, το Βιετνάμ, τη Βραζιλία, το γαλλόφωνο τμήμα του Καναδά, τη Γαλλία, την Ελλάδα, την Ιαπωνία, την Ινδία, την Ινδονησία, την Ιταλία, την Ισπανία, την Ιρλανδία, το Ιράν, την Κίνα, την Κορέα, τη Λατινική Αμερική, το Νεπάλ, την Ουγγαρία, το

Πακιστάν, την Πορτογαλία, τη Ρωσία, την Ταϊλάνδη, την Τουρκία, τις Φιλιππίνες, τη Χαβάη, καθώς και τις δυτικές και νότιες σλαβόφωνες χώρες.

Οι **κουλτούρες χαμηλού πλαισίου** περιλαμβάνουν την Αγγλία, την Αυστραλία, το αγγλόφωνο τμήμα του Καναδά, τις σκανδιναβικές χώρες, τη Γερμανία, την Ελβετία, τις Ηνωμένες Πολιτείες, το Ισραήλ, τη Νέα Ζηλανδία και την Ολλανδία.



Επικοινωνιακές καταστάσεις υψηλού και χαμηλού πλαισίου

Πέρα από τον προτιμώμενο τρόπο επικοινωνίας σε κάθε πολιτισμό, υπάρχουν και διαφορετικές επικοινωνιακές καταστάσεις οι οποίες μπορεί να υπαγορεύουν την ανάγκη για περισσότερες ή λιγότερες διευκρινιστικές πληροφορίες. Για παράδειγμα, μια οικογενειακή συγκέντρωση, μια συζήτηση ή ένα πάρτι με φίλους, ένα ακριβό γκουρμέ εστιατόριο, εστιατόρια της γειτονιάς με τακτική πελατεία, φιλίες μεταξύ συμφοιτητών κλπ. αποτελούν επικοινωνιακές καταστάσεις υψηλού πλαισίου, ανεξάρτητα από τον πολιτισμό στον οποίο ανήκει κάποιος. Ο λόγος για αυτό είναι ότι οι εν λόγω ομάδες ατόμων έχουν πολλά κοινά μεταξύ τους και δεν χρειάζεται να διατυπώσουν το καθετί ξεκάθαρα για να συνεννοηθούν. Δεν είναι εύκολο για κάποιον που δεν είναι μέλος της ομάδας να παρακολουθήσει μια τέτοια συζήτηση, διότι δεν γνωρίζει το

πλαίσιο και επίσης δεν μπορεί να δημιουργήσει αυτόματα στενές σχέσεις με τα άτομα της ομάδας.

Αντιθέτως, είναι εύκολο για κάποιον τρίτο να παρακολουθήσει μια συζήτηση χαμηλού πλαισίου διότι παρέχονται πολλές πληροφορίες που του επιτρέπουν συμμετέχει και επίσης μπορεί να δημιουργήσει σύντομα σχέσεις. Επικοινωνιακές καταστάσεις χαμηλού πλαισίου είναι π.χ. η επικοινωνία με υπαλλήλους σε μεγάλα αεροδρόμια, σε αλυσίδες σουπερμάρκετ, σε καφετέριες, σε αθλητικές συναντήσεις όπου εξηγούνται σαφώς οι κανονισμοί κλπ. Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις η σαφήνεια έχει μεγάλη σημασία και δεν αναμένεται από τους ανθρώπους να μαντέψουν το νόημα των όσων λέγονται.

Να θυμάστε ότι **σε κάθε πολιτισμό και σε κάθε επικοινωνιακή κατάσταση μπορεί να συναντήσετε στοιχεία υψηλού και χαμηλού πλαισίου**. Για παράδειγμα, ένας σύλλογος γονέων και κηδεμόνων είναι κατά κανόνα μια κατάσταση χαμηλού πλαισίου: κάθε γονιός μπορεί να συμμετάσχει, όλοι γνωρίζουν πότε γίνονται οι συναντήσεις, ποιος είναι ο πρόεδρος του συλλόγου, τι θα συζητηθεί κλπ. και είναι αρκετά ξεκάθαρο πώς μπορεί να συμμετέχει ένας γονιός στις συναντήσεις. Ωστόσο, αν πρόκειται για μια μικρή πόλη είναι πιθανό οι γονείς που συμμετέχουν στον σύλλογο να γνωρίζονται καλά μεταξύ τους και να έχουν πολλά κοινά ενδιαφέροντα. Μπορεί να «συμφωνούν» για το τι πρέπει να συζητηθεί ή τι θα πρέπει να γίνει χωρίς να μιλήσουν για αυτό, καθώς μπορεί να έχουν υποσυνείδητες, μη εκπεφρασμένες αξίες οι οποίες επηρεάζουν τις αποφάσεις τους. Άλλοι γονείς που είναι καινούριοι στην πόλη ίσως να μην κατανοούν πώς λαμβάνονται οι αποφάσεις. Έτσι, ένας τέτοιος σύλλογος γονέων εξακολουθεί γενικά να υπάγεται στις καταστάσεις χαμηλού πλαισίου, αλλά ενέχει μια υποομάδα υψηλού πλαισίου η οποία αποτελεί μέρος της κοινωνίας υψηλού πλαισίου της μικρής πόλης.



Για να μάθετε περισσότερα δείτε δύο σύντομα βίντεο στα αγγλικά για τη διαφορά ανάμεσα στις κουλτούρες υψηλού και χαμηλού πλαισίου:
Understanding Cultural Communication Differences
What Is The Difference Between a High-Context and Low-Context Culture?

Παρανοήσεις που μπορεί να προκύψουν ανάμεσα σε άτομα που ανήκουν στον ινδικό πολιτισμό και σε δυτικούς πολιτισμούς:
Intercultural Communication: Misunderstandings

Για περαιτέρω μελέτη, αυτός ο ιστότοπος περιέχει αναλυτικές πληροφορίες και χρήσιμα βίντεο:
High and Low Context Communication



Μελέτη περίπτωσης: Επιλογή του κατάλληλου επικοινωνιακού ύφους

Φανταστείτε ότι συμμετέχετε σε μια συνάντηση του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων και πολλά μέλη επιμένουν ότι όλοι οι γονείς θα πρέπει να συμβάλουν ενεργά στο θεατρικό που θα παιχτεί στο τέλος της σχολικής χρονιάς ετοιμάζοντας τις στολές των παιδιών και τα σκηνικά του έργου και καλύπτοντας τα σχετικά έξοδα. Εσείς είστε διατεθειμένοι να συμμετέχετε, αλλά ο χρόνος σας είναι περιορισμένος λόγω αυξημένου φόρτου εργασίας και επίσης αντιμετωπίζετε οικονομικές δυσκολίες. Αναλογιστείτε τις εξής ερωτήσεις:

- Πώς θα αρνηθείτε τη συμμετοχή σας στο θεατρικό; Θα εκφράσετε ευθέως τις προθέσεις σας και τα προβλήματα που αντιμετωπίζετε ή θα προσπαθήσετε να βρείτε μια κατάλληλη δικαιολογία;
- Ποιο είναι το πολιτισμικό πλαίσιο της κοινωνίας στην οποία ζείτε; Επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο αντιδράτε και αποκρίνεστε σε όσα λένε οι άλλοι;
- Πιστεύετε ότι η απάντησή σας θα γίνει αποδεκτή από τον Σύλλογο στο δεδομένο το πολιτισμικό πλαίσιο;



Κουλτούρες προσανατολισμένες στις σχέσεις ή στην εργασία

Αναρωτηθήκατε ποτέ τα ακόλουθα;

- *Γιατί οι Αμερικανοί και οι Βρετανοί σπάνια απαντούν την ερώτηση «πώς είσαι»;*
- *Γιατί οι Ινδοί σχεδόν ποτέ δε λένε όχι όταν τους ρωτάτε «μπορείς να το κάνεις αυτό»;*
- *Γιατί οι Κορεάτες και οι Κινέζοι κάνουν πάντα παρέα με τους συναδέλφους τους και εκτός εργασίας;*

Η απάντηση βρίσκεται σε μια βασική διαφορά μεταξύ των πολιτισμών – **ορισμένοι πολιτισμοί εστιάζουν περισσότερο στις σχέσεις ενώ άλλοι στην εργασία που πρέπει να επιτελεστεί. Ορισμένες κουλτούρες αποδίδουν μεγάλη αξία στην αποτελεσματική επιτέλεση μιας εργασίας ενώ σε άλλες έχει μεγαλύτερη σημασία η διατήρηση μακροχρόνιων καλών σχέσεων με τους ανθρώπους παρά η εργασία που επιτελείται εκείνη τη στιγμή.**

Φυσικά, καμία χώρα δε βρίσκεται στο ένα άκρο ή στο άλλο. Συνήθως βρίσκεται κοντά στη μέση, προσεγγίζοντας σε διαφορετικό βαθμό το ένα ή το άλλο άκρο. Η Γερμανία, το Ηνωμένο Βασίλειο, οι ΗΠΑ και η Ολλανδία, για παράδειγμα, είναι κουλτούρες προσανατολισμένες στην εργασία, ενώ η Ελλάδα, η Ινδία, η Ισπανία, η Ιταλία και η Κίνα είναι κουλτούρες που εστιάζουν στις σχέσεις.

Ποια είναι η διαφορά;

Οι κουλτούρες που είναι προσανατολισμένες στην εργασία βλέπουν την αφοσίωση για την ολοκλήρωση μιας εργασίας ως έναν τρόπο να δείξουν σεβασμό, επαγγελματισμό και προθυμία να αποτελούν μέλος της ομάδας. Οι σχέσεις οικοδομούνται όταν αποδεικνύετε ότι κάνετε πράγματα για την ομάδα. Οποιεσδήποτε διακοπές στη διαδικασία θεωρούνται

περισπασμοί ή έλλειψη δέσμευσης, πράγμα που αποτρέπει τη δημιουργία μιας ουσιαστικής φιλίας.

Στον αντίποδα, οι κουλτούρες που είναι προσανατολισμένες στις σχέσεις, επιτρέπουν να τους διακόπτουν στην εργασία τους επειδή δεν θέλουν να είναι αγενείς ή να πληγώσουν τους άλλους μη ανταποκρινόμενοι στις ανάγκες τους. Η κουβέντα για πράγματα εντελώς άσχετα με την εκάστοτε εργασία είναι ουσιώδης για τη δημιουργία σχέσεων πέρα από το εργασιακό περιβάλλον. Οι κοινωνικές σχέσεις αποτελούν σημαντικό μέρος της εργασίας. Στην Ινδία, ακόμα και σε συναντήσεις της τελευταίας στιγμής ή σε σημαντικές συναντήσεις θα διαπιστώσετε ότι το φαγητό αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της συνάντησης. Πολλές φορές η δουλειά που σχετίζεται με ένα συγκεκριμένο έργο γίνεται εκτός των ωρών εργασίας ενώ οι συναντήσεις αξιοποιούνται για τη δημιουργία σχέσεων.

Προσανατολισμός στην εργασία	Προσανατολισμός στις σχέσεις
Έμφαση στη διευκόλυνση της εργασίας	Έμφαση στη διευκόλυνση της αλληλεπίδρασης
Εστιάζει στη δομή, τους ρόλους και τα καθήκοντα	Εστιάζει στις σχέσεις, την ευημερία και την υποκίνηση
Προτεραιότητα στην παραγωγή των επιθυμητών αποτελεσμάτων	Προτεραιότητα στην ενίσχυση των καλών σχέσεων
Έμφαση στη στοχοθεσία και στην ύπαρξη κατάλληλου σχεδίου για την επίτευξη των στόχων	Έμφαση στα μέλη της ομάδας και στην επικοινωνία μεταξύ τους
Αυστηρή χρήση χρονοδιαγραμμάτων και πλάνων βήμα-βήμα, συστήματα τιμωρίας/κινήτρων	Διευκόλυνση της επικοινωνίας, φιλική αλληλεπίδραση και συχνές ομαδικές συναντήσεις

Σύντομες συμβουλές

Αν συνεργάζεστε με κάποιον από μια κουλτούρα προσανατολισμένη στην εργασία:

- Βεβαιωθείτε ότι ολοκληρώνετε έγκαιρα την εργασία σας.



- Προετοιμαστείτε ώστε στις συναντήσεις σας να δείχνετε την πρόοδο που έχει γίνει σε σχέση με την εργασία.
- Συνδέστε οτιδήποτε λέτε με την εν λόγω εργασία, την παραγωγικότητα και την αποτελεσματικότητα.

Αν συνεργάζεστε με κάποιον από μια κουλτούρα προσανατολισμένη στις σχέσεις:

- Ρωτήστε τον οπωσδήποτε στην αρχή κάθε συνάντησης πώς είναι, ακούστε την απόκριση και, το πιο σημαντικό, απαντήστε κατάλληλα!
- Επιδιώξτε τις κοινωνικές σχέσεις και την κουβέντα μαζί του τόσο στη διάρκεια της εργασίας όσο και μετά.
- Για να ανεβείτε στην υπόληψή του θυμηθείτε τα γενέθλιά του, τα ονόματα των παιδιών του και τις προτιμήσεις του.

Intercultural Communication: Do I Focus On The Task Or The Relationship?

Είναι ο πολιτισμός της χώρας σας προσανατολισμένος στις σχέσεις ή στην εργασία;

Εσείς προσωπικά σε τι εστιάζετε περισσότερο;

Μελέτη περίπτωσης: Επιλογή της κατάλληλης προσέγγισης

Μετακομίσατε πρόσφατα σε μια νέα χώρα επειδή βρήκατε εκεί καλύτερη δουλειά. Ως νέο μέλος του Συλλόγου Γονέων στο σχολείο των παιδιών σας θέλετε να συστηθείτε στην επόμενη συνάντηση. Στο καινούριο σχολείο υπάρχουν και αρκετά άλλα παιδιά από άλλες χώρες, αλλά κανένας από τους γονείς τους δε συμμετέχει στον Σύλλογο Γονέων. Εχετε πολλές ιδέες για την οργάνωση εξωσχολικών δραστηριοτήτων καθώς συμμετείχατε ενεργά στα σχολικά θέματα στο προηγούμενο σχολείο των παιδιών σας. Αναλογιστείτε τα εξής:

- Είναι η χώρα στην οποία μετακομίσατε προσανατολισμένη στην εργασία ή στις σχέσεις; Διαφέρει αυτό από την κουλτούρα στην οποία ανήκετε;
- Ποια στρατηγική θα ακολουθήσετε για να γίνετε αποδεκτός/-ή από τους άλλους γονείς και από το προσωπικό τους σχολείου; Πώς θα επηρεάσει το πολιτισμικό πλαίσιο τη στρατηγική σας;
- Πώς θα παρουσιάσετε τον εαυτό σας στους άλλους γονείς;
- Πώς θα παρουσιάσετε στους άλλους γονείς τις ιδέες σας και τις γνώσεις σας γύρω από την οργάνωση εξωσχολικών δραστηριοτήτων;

Πολιτισμικές διαφορές στη μη λεκτική επικοινωνία

Μορφές μη λεκτικής επικοινωνίας

Η μη λεκτική επικοινωνία μπορεί να λάβει πολλές μορφές. Για να επικοινωνείτε αποτελεσματικά με ανθρώπους από άλλες κουλτούρες είναι πολύ σημαντικό να καταλαβαίνετε όχι μόνο τα όσα λένε αλλά και τα όσα εκφράζουν με τη γλώσσα του σώματός τους. Ακολουθούν παραδείγματα για εφτά μορφές μη λεκτικής επικοινωνίας με συγκεκριμένα παραδείγματα από διάφορους πολιτισμούς.

Οπτική επαφή

Η οπτική επαφή έχει μεγάλη σημασία σε όλους τους πολιτισμούς – είναι σημαντικό αν υπάρχει, ποιος την επιδιώκει και πόσο κρατά. Σε πολλές ασιατικές κουλτούρες η αποφυγή της οπτικής επαφής θεωρείται σημάδι σεβασμού. Ωστόσο, στη Λατινική και στη Βόρεια Αμερική η οπτική επαφή θεωρείται σημαντική γιατί δείχνει ότι οι άνθρωποι είναι ίσοι. Στην Γκάνα, αν ένα μικρό παιδί κοιτάξει έναν ενήλικο στα μάτια αυτό θεωρείται πράξη ανυπακοής.

Άγγιγμα

Το άγγιγμα μεταφέρει πολλά μηνύματα που διαφέρουν ανάλογα με τον πολιτισμό. Στην Αμερική, για παράδειγμα, μια δυνατή χειραψία είναι ο κατάλληλος τρόπος να χαιρετήσετε έναν άγνωστο ή κάποιον επαγγελματία. Στη Γαλλία, ωστόσο, είναι συνηθισμένο να χαιρετούν κάποιον φιλώντας τον στα δυο μάγουλα. Στη Βόρεια Αμερική δεν υπάρχει κανένα πρόβλημα όταν ακουμπάτε το κεφάλι ενός παιδιού. Όμως στην Ασία αυτό θεωρείται εντελώς ακατάλληλο, διότι το κεφάλι θεωρείται ιερό μέρος του σώματος. Στη Μέση Ανατολή το αριστερό χέρι χρησιμοποιείται συνήθως για την προσωπική υγιεινή. Ως εκ τούτου, θεωρείται εξαιρετικά αγενές να χαιρετάτε κάποιον ή να δέχεστε ένα δώρο με το αριστερό. Υπάρχουν επίσης πολλές πολιτισμικές διαφορές ως προς

τους κανόνες που αφορούν το άγγιγμα ή την επαφή ανάμεσα σε άτομα του ίδιου ή του αντίθετου φύλου.



Χειρονομίες

Οι χειρονομίες μπορεί να σημαίνουν εντελώς διαφορετικά πράγματα. Στις ΗΠΑ ενώνουν τον αντίχειρα με τον δείκτη για να δηλώσουν ότι κάτι είναι «τέλειο» ή ΟΚ. Στην Ιαπωνία, η ίδια χειρονομία σημαίνει «χρήματα». Στην Αργεντινή, στο Βέλγιο, στη Γαλλία και στην Πορτογαλία αυτή η χειρονομία σημαίνει «μηδέν» ή «τίποτα». Σε άλλες χώρες στην Ανατολική Ευρώπη θεωρούν τη χειρονομία προσβλητική.

ΧΕΙΡΟΝΟΜΙΕΣ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΟΔΗΓΗΣΟΥΝ ΣΕ ΣΟΒΑΡΕΣ ΠΑΡΕΞΗΓΗΣΕΙΣ

Χειρονομία στις ΗΠΑ	*Σημασία σε άλλες χώρες*
Αντίο	Έλα εδώ (Ιαπωνία)
Καλή τύχη	Ερωτικός σύντροφος (Ιαπωνία)
Άντε χάσου	Δε σε πιστεύω (Ουρουγουάη)
ΟΚ	Χρήματα (Ιαπωνία), Σεξ (Μεξικό), Ομοφυλόφιλος (Αιθιοπία)
Θα σου κόψω το λαρύγγι	Απώλεια εργασίας (Ιαπωνία)

Προέλευση: D. Archer, (1997), "Unspoken Diversity: Cultural Differences in Gestures", Qualitative Sociology, 20: 81.

Προσωπικός χώρος

Στις πυκνοκατοικημένες χώρες ή περιοχές οι άνθρωποι γενικά νιώθουν λιγότερο την ανάγκη για προσωπικό χώρο από ό,τι στις πιο αραιοκατοικημένες. Οι Ιάπωνες π.χ. είναι λιγότερο πιθανό να αντιδράσουν έντονα σε ένα τυχαίο άγγιγμα από κάποιον ξένο από ό,τι οι Αμερικανοί. Λιγότερο προσωπικό χώρο διεκδικούν και οι άνθρωποι στη Λατινική Αμερική ή, όταν πρόκειται για συζητήσεις ένας προς έναν, στη Μέση Ανατολή.

Εκφράσεις του προσώπου

Το κλείσιμο του ματιού μπορεί να έχει πολύ διαφορετικές σημασίες. Στη Λατινική Αμερική θεωρείται συχνά ερωτικό νεύμα. Οι Γιορούμπα στη Νιγηρία κλείνουν το μάτι στα παιδιά τους όταν θέλουν να τους πουν να φύγουν από το δωμάτιο. Οι Κινέζοι πάλι θεωρούν αυτό το νεύμα αγενές.

Στάση του σώματος

Η στάση του σώματος μπορεί να φανερώνει σχέσεις εξουσίας, στάσεις ή το επίπεδο ευγένειας. Το καμπούριασμα στην Ταϊβάν θεωρείται ένδειξη έλλειψης σεβασμού, ενώ σε άλλα μέρη του κόσμου δεν του αποδίδουν κάποια ιδιαίτερη σημασία. Στην Αμερική το να στέκεται κάποιος με τα χέρια στη μέση μπορεί να υποδηλώνει εξουσία ή υπερηφάνεια, αλλά στην Αργεντινή μπορεί να υποδηλώνει θυμό ή πρόκληση.

Σε πολλούς πολιτισμούς οι άνθρωποι δυσανασχετούν όταν κάποιος αφήνει να φανεί η σόλα του παπουτσιού, που θεωρείται βρώμικη. Γι' αυτό, στις αραβικές χώρες δε θα πρέπει να κάθεστε βάζοντας το πόδι στο άλλο γόνατο.



Δείτε αυτό το βίντεο που εξηγεί τη μη λεκτική επικοινωνία με παραδείγματα: ***Non-verbal communication***

Παραδείγματα πολιτισμικών διαφορών στη μη λεκτική επικοινωνία: ***Non-verbal communication***

Παρεξηγήσεις που μπορούν να προκύψουν από πολιτισμικές διαφορές στη μη λεκτική επικοινωνία: ***Non-verbal Communication across Cultures: How to Offend and Confuse People Around the World Without Saying a Word***

https://nonverbal.ucsc.edu/

Μία ιστοσελίδα από το Πανεπιστήμιο California-Santa Cruz, η οποία σας δίνει την ευκαιρία να δοκιμάσετε τις ικανότητές σας στην αποκωδικοποίηση της μη λεκτικής επικοινωνίας. Η ιστοσελίδα περιλαμβάνει βίντεο που εξετάζουν μη λεκτικούς κώδικες, όπως ο προσωπικός χώρος και οι χειρονομίες, ώστε να γίνουν πιο κατανοητές οι προκλήσεις που περιλαμβάνει η επικοινωνία μεταξύ ατόμων από διαφορετικές κουλτούρες.

Αναγνώριση πολιτισμικών διαφορών στη μη λεκτική επικοινωνία

Δραστηριότητα 1

Διαβάστε την ακόλουθη πραγματική ιστορία σχετικά με το πώς το ντύσιμό μας μεταφέρει μη λεκτικά μηνύματα. Αφού τη διαβάσετε, προσπαθήστε να θυμηθείτε κάποιο αντίστοιχο περιστατικό στη ζωή σας.

Όταν σπούδαζα στο εξωτερικό, και πιο συγκεκριμένα στο Λονδίνο, το ντύσιμό μας μας πρόδιδε κατευθείαν ότι είμαστε από την Αμερική, χωρίς να πούμε λέξη. Ντυνόμασταν πολύ πιο κάζουαλ, φορούσαμε πιο χρωματιστά ρούχα και τα μπλουζάκια μας έγραφαν κάτι επάνω. Αυτό από μόνο του έλεγε αρκετά – δε χρειαζόταν να μιλήσουμε για να αποκαλύψουμε ότι είμαστε Αμερικανοί. (Martin, Nakayama, 2010, p. 268)

Δραστηριότητα 2

Διαβάστε την ακόλουθη αληθινή ιστορία που αφορά την προσφορά δώρων. Τι θα θεωρούνταν ακατάλληλο δώρο στον δικό σας πολιτισμό; Κάνατε ποτέ κάποια λάθος επιλογή δώρου για ένα άτομο από διαφορετικό πολιτισμό;

Η προσφορά δώρων φαίνεται να αποτελεί παγκοσμίως τρόπο για να ευχαριστήσουμε κάποιον, αν το δώρο είναι κατάλληλο. Ένας συνάδελφός μου, ο Νίσεχς, προσπάθησε κάποτε να εντυπωσιάσει το αφεντικό μας, τον Τζο. Ο Νίσεχς έφρεε ένα καλά τυλιγμένο δώρο στον Τζο όταν συναντήθηκαν για πρώτη φορά. Ο Τζο χάρηκε πραγματικά όταν έλαβε το δώρο από τον Νίσεχς, αλλά το χαμόγελό του χάθηκε γρήγορα μόλις άνοιξε το δώρο. Ο Τζο ρώτησε θυμωμένα τον Νίσεχς: «Γιατί είναι πράσινο;» Σοκαρισμένος και άφωνος, ο Νίσεχς μουρμούρισε: «Τι πρόβλημα υπάρχει με ένα πράσινο καπέλο;»

Αυτή η παρεξήγηση προέκυψε από τις πολιτισμικές διαφορές μεταξύ τους. Ο Νίσεχς είναι Ινδός, ενώ ο Τζο είναι Κινέζος. Για τους Κινέζους ένα πράσινο καπέλο σημαίνει ότι η γυναίκα κάποιου έχει εξωσυζυγική σχέση. (Martin, Nakayama, 2010, p. 279)



Δραστηριότητα 3

Σε αντιστοιχία με τις παραπάνω ιστορίες, προσπαθήστε να σκεφτείτε άλλα περιστατικά όπου συνέβησαν παρεξηγήσεις λόγω διαφορών στην κουλτούρα ή διαφορές που παρατηρήσατε καθώς μιλούσατε με γονείς από άλλους πολιτισμούς, για παράδειγμα στους ακόλουθους τομείς:

- ανταλλαγή φαγητών και συνταγών
- άθληση
- τόνος της φωνής και εκφραστικότητα
- εργασία
- ανταλλαγή τεχνογνωσίας/ παροχή οδηγιών
- επιχειρηματολογία



Αρχές διαπολιτισμικής επικοινωνίας

Η συγγραφέας Αναΐς Νιν είπε: **«Δε βλέπουμε τα πράγματα όπως είναι, βλέπουμε τα πράγματα όπως είμαστε εμείς»**. Συχνά δε συνειδητοποιούμε ότι βλέπουμε τον κόσμο μέσα από ένα φίλτρο. Μερικές φορές αντί απλώς να παρατηρούμε μια συμπεριφορά και να σταματάμε να σκεφτούμε τι θα μπορούσε να σημαίνει, βγάζουμε γρήγορα συμπεράσματα και νιώθουμε προσβεβλημένοι. Η επικοινωνία με ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς είναι πολύ πιο ανταμειφτική όταν είμαστε σε θέση να κατανοήσουμε ο ένας τον άλλον, να προλάβουμε τις συγκρούσεις και να εκφράσουμε εμπιστοσύνη και καλή θέληση. Μολονότι δεν υπάρχει μια γενική συνταγή για την αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία, θα βρείτε εδώ μερικές βασικές αρχές. Αυτές οι αρχές επιτρέπουν την ανταλλαγή ουσιαστικής και ξεκάθαρης πληροφορίας παρά τις πολιτισμικές διαφορές, με τρόπο που εξασφαλίζει τον αμοιβαίο σεβασμό και ελαχιστοποιεί την εχθρότητα.



1. **Να αναγνωρίζετε τους πολιτισμικούς κανόνες επικοινωνίας**
   - Χρησιμοποιήστε τη γνώση που αποκτήσατε στις προηγούμενες ενότητες για να προσδιορίσετε αν το άλλο άτομο προέρχεται από μια κουλτούρα υψηλού ή χαμηλού πλαισίου, προσανατολισμένη στις σχέσεις ή στην εργασία και αν επικοινωνεί με αναλυτικό, ακριβή ή περιληπτικό τρόπο.

2. **Να εστιάζετε στην κατανόηση**
   - Να κάνετε ερωτήσεις ανοιχτού τύπου
   - Μην κρίνετε
   - Μην εκφράζετε αμέσως τη διαφωνία σας

- Να έχετε υπόψη ότι τα πράγματα μπορεί να μην είναι όπως φαίνονται ή όπως παρουσιάζονται
- Να ακούτε τους άλλους και να τους δίνετε χρόνο να που αυτό που θέλουν με τον δικό τους τρόπο και με τα δικά τους λόγια
- Πιθανόν οι άλλοι να θέλουν πρώτα να αποκτήσουν κάποια εμπιστοσύνη στο πρόσωπό σας προτού σας αποκαλύψουν τις ευαισθησίες τους ή τα τρωτά τους σημεία

3. **Να αναγνωρίζετε και να σέβεστε τις πολιτισμικές διαφορές αντί να τις υποβαθμίζετε**
   - Να μαθαίνετε γύρω από πολιτισμικές/ εθνοτικές/ φυλετικές διαφορές και να τις αναγνωρίζετε
   - Αν είναι κατάλληλο ρωτήστε τον συνομιλητή σας αν πιστεύει ότι θα πρέπει να γνωρίζετε κάτι για το πολιτισμικό/ εθνοτικό/ φυλετικό τους υπόβαθρο
   - Ρωτήστε τους συνομιλητές σας αν υπάρχει κάτι που θα ήθελαν να γνωρίζουν σχετικά με τον δικό σας πολιτισμό ώστε να καταλάβουν καλύτερα τις απόψεις σας

4. **Να εστιάζετε στις ομοιότητες**
   - Εργασία
   - Οικογενειακή ζωή
   - Δραστηριότητες αναψυχής

5. **Να φέρεστε σε όλους με αξιοπρέπεια και σεβασμό**
   - Να είστε ανοιχτόμυαλοι
   - Να μιλάτε απλά
   - Να μιλάτε ευγενικά
   - Αποφύγετε τις κρίσεις και τις υποθέσεις





Ποιες από τις αρχές της αποτελεσματικής διαπολιτισμικής επικοινωνίας πιστεύετε ότι εφαρμόζετε ήδη και σε ποιες χρειάζεται να εργαστείτε περισσότερο;

Προσδιορίστε πώς γίνατε τόσο ικανοί στην πρώτη κατηγορία και μερικούς τρόπους για να βελτιωθείτε στη δεύτερη.



Learn about cultural differences in 6 minutes

How Culture Drives Behaviours



Χρήσιμες συμβουλές για αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία: ***Intercultural Communication Tips***

Μια συλλογή από μελέτες περιπτώσεων στη διαπολιτισμική επικοινωνία σε τέσσερις γλώσσες (αγγλικά, γαλλικά, ιταλικά και γερμανικά): ***https://miccases.wordpress.com/***

Ενα ηθικό δίλημμα που αντιμετωπίζεται πολύ διαφορετικά ανάλογα με τον πολιτισμό: ***Who do you save?***



Απλές τεχνικές για αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία

Όπως είδαμε, κάθε κουλτούρα έχει τα δικά της πρότυπα για την κατάλληλη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Ακόμα και όταν δεν υπάρχει γλωσσικός φραγμός, η διαπολιτισμική επικοινωνία μπορεί να παρουσιάζει προκλήσεις. Ακολουθούν 10 πολύ χρήσιμες συμβουλές ώστε να επικοινωνείτε αποτελεσματικά σε ένα πολυπολιτισμικό πλαίσιο (προσαρμοσμένο από το Chrysos.org):

1. Ακολουθήστε τους καλούς τρόπους

Πολλές κουλτούρες ακολουθούν αυστηρούς κανόνες ή πρωτόκολλα σχετικά με τους καλούς τρόπους στην επικοινωνία. Προτού συναντηθείτε με κάποιον από άλλον πολιτισμό, κάντε μια μικρή έρευνα γύρω από την εν λόγω κουλτούρα ή, αν το επιτρέπει ο χρόνος, εκπαιδευτείτε λίγο στη διαπολιτισμική επικοινωνία. Για παράδειγμα, σε πολλούς πολιτισμούς αναμένεται κάποιος βαθμός επισημότητας στην αρχή της επικοινωνίας μεταξύ ατόμων. Κάθε πολιτισμός έχει τον δικό του τρόπο να εκφράσει αυτή την επισημότητα: στη Γερμανία χρησιμοποιούν το 'Herr' και 'Frau', στην Κίνα προσφωνούν πρώτα με το επώνυμο και μετά με το μικρό όνομα, στην Ιαπωνία χρησιμοποιούν 'san' μετά από ένα ανδρικό ή γυναικείο όνομα κλπ. Βεβαιωθείτε ποιος είναι ο κατάλληλος τρόπος να προσφωνήσετε κάποιον και αποφύγετε να χρησιμοποιήσετε απευθείας το μικρό όνομα του συνομιλητή σας εκτός αν σας δείξει ότι κάτι τέτοιο θα ήταν κατάλληλο.



2. Αποφύγετε ιδιωματισμούς και αργκό

Ακόμα και ένας ξένος που έχει μάθει άριστα την ελληνική ή κάποια άλλη γλώσσα δεν είναι δυνατόν να γνωρίζει πλήρως την αργκό, τους

ιδιωματισμούς και τις παροιμίες. Μπορεί να κατανοεί τις μεμονωμένες λέξεις που λέτε αλλά όχι το νόημα. Ως αποτέλεσμα, μπορεί να τον μπερδέψετε ή, ακόμα χειρότερα, να τον προσβάλετε.

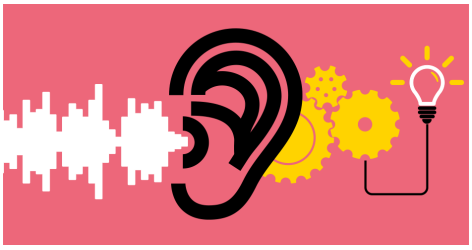
3. Μιλήστε αργά

Ακόμα και όταν τα αγγλικά είναι η κοινή γλώσσα επικοινωνίας σε μια πολυπολιτισμική ομάδα, δεν είναι καλή ιδέα να μιλάτε με τον συνηθισμένο σας ρυθμό. Θα βοηθήσει πολύ να επιβραδύνετε τον ρυθμό σας και να μιλάτε καθαρά. Σπάστε τις προτάσεις σας σε μικρά τμήματα και δώστε στους ακροατές σας την ευκαιρία να μεταφράζουν και να αφομοιώνουν τα όσα λέτε. Αλλά μη μιλάτε τόσο αργά ώστε να φαίνεται πως πατρονάρετε τους συνομιλητές σας. Αν ο συνομιλητής σας μιλάει πολύ γρήγορα ή η προφορά του σας δυσκολεύει, μη διστάσετε να του ζητήσετε ευγενικά να μιλάει πιο αργά.

4. Μιλήστε απλά

Δε χρειάζεται να δυσκολεύετε τα πράγματα χρησιμοποιώντας μεγάλες ή δύσκολες λέξεις. Κρατήστε τη συζήτηση απλή. Όσο πιο σύντομη είναι μια λέξη τόσο πιο εύκολα γίνεται αντιληπτή. Αντί να πείτε π.χ. «πρέπει να προβείτε σε άμεσες ενέργειες» πείτε «πρέπει να το κάνετε γρήγορα».

5. Να ακούτε ενεργά



Μια πολύ αποτελεσματική στρατηγική για τη βελτίωση της διαπολιτισμικής επικοινωνίας είναι η ενεργητική ακρόαση. Να επαναλαμβάνετε με άλλα λόγια ή να συνοψίζετε τα όσα λέει το άλλο άτομο, ώστε να βεβαιωθείτε ότι το καταλάβατε σωστά. Να κάνετε επίσης συχνές ερωτήσεις. Αυτό βοηθάει στη δημιουργία μιας καλής σχέσης και διασφαλίζει ότι δεν χάνονται ή παρανοούνται σημαντικές πληροφορίες.

6. Περιμένετε τη σειρά σας να μιλήσετε

Βοηθήστε τη ροή της συζήτησης περιμένοντας τη σειρά σας να μιλήσετε. Πείτε ένα σημείο και στη συνέχεια ακούστε την απάντηση του άλλου ατόμου. Ιδιαίτερα όταν οι συνομιλητές μας μιλούν μια γλώσσα που τους είναι ξένη, είναι καλύτερα τα μηνύματά μας να είναι σύντομα παρά να κάνουμε έναν μακροσκελή μονόλογο που θα δυσκολευτούν να παρακολουθήσουν.

7. Γράψτε τι εννοείτε

Αν δεν είστε βέβαιοι ότι το άλλο άτομο σας κατάλαβε σωστά, γράψτε το για να βεβαιωθείτε. Αυτό βοηθάει ιδιαίτερα όταν συζητάτε για μεγάλους αριθμούς. Για παράδειγμα, η ίδια λέξη στα αγγλικά, *billion*, σημαίνει ένα δισεκατομμύριο στο Ηνωμένο Βασίλειο (1.000.000.000), ενώ στις ΗΠΑ σημαίνει ένα τρισεκατομμύριο (1.000.000.000.000).

8. Αποφύγετε ερωτήσεις κλειστού τύπου

Μη ρωτάτε με τρόπο που ο άλλος θα υποχρεωθεί να απαντήσει *ναι* ή *όχι*. Σε πολλές κουλτούρες είναι δύσκολο ή προκαλεί αμηχανία το να απαντήσει κάποιος αρνητικά, με αποτέλεσμα να σας απαντούν πάντα *ναι* ενώ η πραγματική απάντηση είναι *όχι*. Να κάνετε ερωτήσεις ανοιχτού τύπου στις οποίες το άτομο μπορεί να απαντήσει όπως θέλει.

9. Να χρησιμοποιείτε το χιούμορ προσεκτικά

Σε πολλές κουλτούρες η εργασία είναι κάτι πολύ σοβαρό και θεωρείται σημαντικό να διατηρείται πάντα ο επαγγελματισμός και να ακολουθείται το πρωτόκολλο. Συνεπώς, δεν εκτιμώνται τα αστεία και το χιούμορ στο πλαίσιο της εργασίας. Αν αποφασίσετε να κάνετε ένα αστείο βεβαιωθείτε ότι δεν θα προσβάλει κανέναν αλλά ότι θα γίνει αντιληπτό και θα εκτιμηθεί από τα άτομα διαφορετικής κουλτούρας.

10. Να είστε ενθαρρυντικοί

Η αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία κάνει όλους τους συμμετέχοντες να νιώθουν άνετε. Όταν μιλάτε με κάποιον που δε μιλάει



τόσο καλά τη γλώσσα σας, συμπεριφερθείτε του με σεβασμό, κάνετε το καλύτερο που μπορείτε να επικοινωνείτε με σαφήνεια και ενθαρρύνετέ τον όταν απαντά. Αυτό θα τους βοηθήσει να σας εμπιστευτούν.

Effective Intercultural Communication

Αναστοχασμός στην αποτελεσματική διαπολιτισμική επικοινωνία

Στον δικό σας πολιτισμό, ποια είναι η ενδεδειγμένη συμπεριφορά στις ακόλουθες καταστάσεις;

1. Όταν χτυπά το τηλέφωνό σας σε μια συνάντηση (επαγγελματική, κοινωνική, επίσημη, ανεπίσημη)
2. Θα μιλήσετε διαφορετικά σε ένα άτομο ανάλογα με το φύλο του, την ηλικία του, τη θέση εργασίας του κλπ;
3. Όταν ζητείται η γνώμη σας σε μια συνάντηση (π.χ. συνάντηση γονέων)

Γνωρίζετε άλλες κουλτούρες που ακολουθούν διαφορετικούς κανόνες συμπεριφοράς;

Δοκιμάστε το εξής: Στην επόμενη συνάντηση γονέων ρωτήστε 2 ή 3 γονείς από διαφορετική κουλτούρα να σας πουν τους κανόνες συμπεριφοράς της κουλτούρας τους στις παραπάνω περιπτώσεις.

Ανασκόπηση του Κεφαλαίου 3

Σε αυτό το κεφάλαιο μάθατε για τη στενή σχέση μεταξύ γλώσσας, πολιτισμού και επικοινωνίας. Ο τρόπος επικοινωνίας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τον πολιτισμό στον οποίο έχει ανατραφεί κάποιος, και το ύφος επικοινωνίας όπως μάθαμε μπορεί να διαφέρει σημαντικά ανάλογα με τον πολιτισμό. Υπάρχουν κουλτούρες χαμηλού ή υψηλού πλαισίου, κουλτούρες προσανατολισμένες στις σχέσεις ή στην εργασία. Εφαρμόζοντας βασικές αρχές διαπολιτισμικής επικοινωνίας μπορούμε να απολαμβάνουμε καλές σχέσεις με ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς και να προλαμβάνουμε τις συγκρούσεις.



Προτεινόμενες ομαδικές δραστηριότητες



Δραστηριότητα 1

Μια βασική λειτουργία της λεκτικής επικοινωνίας είναι να εκφράζουμε την ταυτότητά μας. Ζητήστε από την ομάδα των γονέων να επιλέξουν ιδιότητες, τίτλους ή λέξεις που είναι σημαντικές για την ταυτότητά τους σε καθέναν από τους παρακάτω τομείς: επαγγελματικό (π.χ. διευθυντής), ακαδημαϊκό (π.χ. μεταπτυχιακός φοιτητής), προσωπικό (π.χ. μεμονωμένη μητέρα) και στη δράση τους ως πολίτες (π.χ. εθελοντής).

Τώρα ζητήστε από τους γονείς να συγκρίνουν τις απαντήσεις τους. Παρατήρησαν κάποια διαφορά στην επιλογή των λέξεων ή στη σημασία που προσδίδεται σε ορισμένες ταυτότητες ανάλογα με το πολιτισμικό υπόβαθρο του εκάστοτε ατόμου;



Δραστηριότητα 2

Σκοπός: Να αποκτήσουν οι γονείς προσωπική εμπειρία από την επίδραση της μη λεκτικής επικοινωνίας.

Διαδικασία:

- Επιλέξτε ένα ταίρι ή ο εκπαιδευτής θα ορίσει ένα ταίρι για εσάς.
- Επιλέξτε ένα θέμα για το οποίο αισθάνεστε και οι δύο ότι μπορείτε να μιλήσετε. Θα μιλάτε μεταξύ σας για αρκετή ώρα, οπότε είτε επιλέξτε ένα καλό θέμα είτε επιλέξτε περισσότερα (π.χ. κινηματογράφος; εστιατόρια;)
- Καθώς μιλάτε μεταξύ σας, πάρτε τις ακόλουθες θέσεις (περίπου 2-3 λεπτά ο καθένας):
  - Σταθείτε σε αρκετή απόσταση
  - Σταθείτε πολύ κοντά, πρόσωπο με πρόσωπο (σχεδόν να ακουμπάτε)



- Καθίστε και οι δύο
- Το ένα άτομο στέκεται και το άλλο κάθεται (φροντίστε να γίνει εναλλαγή στους ρόλους)
- Το ένα άτομο μιλάει ενώ το άλλο άτομο δείχνει με μη λεκτικά σήματα ότι δεν προσέχει (φροντίστε να γίνει εναλλαγή στους ρόλους)
- Το ένα άτομο μιλάει ενώ το άλλο άτομο δείχνει με μη λεκτικά σήματα ότι ακούει ενεργά (φροντίστε να γίνει εναλλαγή στους ρόλους)

Επεξεργασία/Συζήτηση:

Αυτό το μέρος μπορεί να γίνει είτε προφορικά στην τάξη είτε ο εκπαιδευτής μπορεί να ζητήσει από τους γονείς να γράψουν τις απαντήσεις τους στις παρακάτω ερωτήσεις. Αν είναι γραπτή εργασία, οι γονείς θα πρέπει να σκεφτούν προσεκτικά όλα τα τμήματα της κάθε ερώτησης, χρησιμοποιώντας παραδείγματα (1 παράγραφος τουλάχιστον για κάθε ερώτηση).

- *Υπήρχε κάποια θέση στην οποία νιώσατε πολύ άβολα κατά τη συζήτηση; Γιατί; (ή γιατί όχι;)*
- *Συγκεκριμένα, πώς νιώθατε όταν καθόσασταν καθώς μιλούσατε στο ταίρι σας, το οποίο ήταν όρθιο; Πιστεύετε ότι άλλοι άνθρωποι θα ένιωθαν το ίδιο; Γιατί ναι ή γιατί όχι;*
- *Όταν προσπαθήσατε να δείξετε ότι δεν προσέχετε τον συνομιλητή σας, ποια μη λεκτικά σήματα χρησιμοποιήσατε; Πιστεύετε ότι μετέδωσαν πειστικά την (υποτιθέμενη) αδιαφορία σας; Τι έκανε ο συνομιλητής σας εκείνη την ώρα που σας έκανε να πιστέψετε ότι τα μη λεκτικά σήματα αδιαφορίας ήταν αποτελεσματικά (ή μη αποτελεσματικά);*



- *Όταν προσπαθήσατε να δείξετε ότι ακούτε ενεργά τον συνομιλητή σας, ποια μη λεκτικά σήματα χρησιμοποιήσατε; Πιστεύετε ότι μετέδωσαν πειστικά το (γνήσιο) ενδιαφέρον σας; Τι έκανε ο συνομιλητής σας εκείνη την ώρα που σας έκανε να πιστέψετε ότι τα μη λεκτικά σήματα ενδιαφέροντος ήταν αποτελεσματικά (ή μη αποτελεσματικά);*
- *Τι σας δίδαξε αυτή η εμπειρία; Τι βρίσκετε χρήσιμη για την προσωπική ή την επαγγελματική σας ζωή; Γιατί ναι ή γιατί όχι;*



Δραστηριότητα 3

1. Χωρίστε τους εκπαιδευόμενους σε ζευγάρια.
2. Επιλέξτε έναν εκπαιδευόμενο σε κάθε ζευγάρι ως Εκπαιδευόμενο Α και έναν ως Εκπαιδευόμενο Β.
3. Δώστε σε κάθε εκπαιδευόμενο ένα αντίγραφο από το παρακάτω σενάριο.
4. Ο Α θα διαβάσει τα λόγια του μεγαλόφωνα, αλλά ο Β θα εκφράσει τον ρόλο του με μη λεκτικό τρόπο.
5. Δώστε στον Β ένα χαρτάκι το οποίο θα γράφει κάποιον συναισθηματικό περισπασμό που δεν τον γνωρίζει ο Α. Π.χ. ο Β μπορεί να βιάζεται, να βαριέται ή να νιώθει ένοχος.
6. Αφού κάνουν τον διάλογο, ρωτήστε κάθε Εκπαιδευόμενο Α να μαντέψει τι συναίσθημα επηρέαζε το ταίρι του.

Διάλογος:

Α: Είδες πουθενά το βιβλίο μου; Δε θυμάμαι πού το έβαλα.

Β: Ποιο;

Α: Η υπόθεση μυστηρίου με τον φόνο. Αυτό που δανείστηκες.

Β: Αυτό είναι;

Α: Όχι. Είναι αυτό που δανείστηκες.

Β. Δεν το δανείστηκα!



Α: Ίσως είναι κάτω από την καρέκλα. Μπορείς να δεις;

Β: Εντάξει, δώσε μου μόνο ένα λεπτό.

Α: Θα σου πάρει πολλή ώρα ακόμα;

Β: Εε, γιατί είσαι τόσο ανυπόμονος. Δε μου αρέσει όταν γίνεσαι αυταρχικός.

Α: Ξέχνα το. Θα το βρω μόνος μου.

Β: Περίμενε—το βρήκα!



Βιβλιογραφία και δικτυογραφία

Brown, H. D. (2008). *Principles of language learning and teaching* (Fifth ed.). White Plains, NY: Pearson Longman.

Burrus, K. (2017, January 12). Why is intercultural communication important to know? Summary from the interview with Dr. Milton Bennett. Retrieved June 12, 2018, from http://mkbconseil.ch/intercultural-communication-important-know-summary-interview-dr-milton-bennett/

Ingo Neuling (Author), 1999, Differences in communication styles between cultures, Munich, GRIN Verlag, https://www.grin.com/document/104380

Jiang, W. (2000). The relationship between culture and language. *ELT Journal, 54*(4), 328-334. doi:10.1093/elt/54.4.328

Martin, J. N., & Nakayama, T. K. (2010). Intercultural communication in contexts (Fifth ed.). New York: McGraw-Hill Higher Education.

Matthew McKay, Martha Davis, and Patrick Fanning, *Messages: Communication Skills Book*, 2nd ed. (Oakland, CA: New Harbinger Publications, 1995)

Managing Mental Health Matters. (n.d.). Retrieved from https://www.workplacestrategiesformentalhealth.com/mmhm

(n.d.). Retrieved from http://www.culture-at-work.com/highlow.html

Osborne, R., & Lithuania Tribune. (2017, March 02). Understanding Lithuania. Retrieved from https://en.delfi.lt/lithuania/society/understanding-lithuania.d?id=73704734

Sharland, A. (2015, July 09). STILL Believing Communication is 7% words, 38% tone of voice, 55% body language? Retrieved from https://www.linkedin.com/pulse/still-believing-communication-7-words-38-tone-voice-55-alan-sharland/

Task Oriented vs. Relationship Oriented Cultures. (2016, March 11). Retrieved from http://manasikakade.com/blog/2015/04/decode-a-culture-task-oriented-vs-relationship-oriented/

Task-oriented and relationship-oriented leadership. (2018, July 10). Retrieved from https://en.wikipedia.org/wiki/Task-oriented_and_relationship-oriented_leadership

Top Ten Tips for... Effective Cross-Cultural Communication. (n.d.). Retrieved from https://www.chrysos.org.uk/blog/top-ten-tips-for-effective-cross-cultural-communi

Rothlauf, J. (2015). *A Global View on Intercultural Management: Challenges in a Globalized World.* Berlin/Boston: De Gruyter.



Πηγές των εικόνων του κεφαλαίου

Σελίδα 69: Μετάφραση από http://1.bp.blogspot.com/-CMIqypi2Hco/U4vRZKIpnMI/AAAAAAAAIaY/6RPPqL4v29g/s1600/NonVS.gif
Σελίδα 74: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Greetings_Cross_Cultural_Communication.jpg
Σελίδα 79: https://i.pinimg.com/originals/c6/7b/7a/c67b7a2d6eca6a89b92cf70344a47f09.jpg
Σελίδα 80: https://online.seu.edu/high-and-low-context-cultures/
Σελίδα 89: https://translationsinlondon.com/cultural-differences-in-non-verbal-communication/
Σελίδα 94: https://www.toppr.com/guides/business-communication-and-ethics/intro-to-business-communication/effective-oral-communication/
Σελίδα 97: https://ncadvertiser.com/97470/a-question-of-etiquette-so-what-are-good-manners/
Σελίδα 98: https://www.seek.com.au/career-advice/3-reasons-why-active-listening-is-a-must-have-skill
Σελίδα 101: Μετάφραση από https://www.businesscommunicationarticles.com/importance-of-cross-cultural-communication/

Τι έμαθα;



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 1: Η σχέση γλώσσας, πολιτισμού και επικοινωνίας

Ακολουθούν τέσσερις δηλώσεις. Είναι σωστές ή λάθος; Αν πιστεύετε ότι είναι λάθος, σκεφτείτε το γιατί.

1. **Η γλώσσα δεν συνδέεται με τον πολιτισμό.**

   Σωστό ή λάθος;

2. **Μερικοί ισχυρίζονται ότι χωρίς γλώσσα δεν θα υπήρχε ούτε πολιτισμός.**

   Σωστό ή λάθος;

3. **Αν παρομοιάσουμε την επικοινωνία με τη μετακίνηση, τότε η γλώσσα είναι το φανάρι και ο πολιτισμός το μεταφορικό μέσο.**

   Σωστό ή λάθος;

4. **Αν παρομοιάσουμε τη γλώσσα και τον πολιτισμό με παγόβουνο, το ορατό τμήμα είναι η γλώσσα με ένα μικρό μέρος πολιτισμού, ενώ το μεγαλύτερο μέρος που κρύβεται κάτω από την επιφάνεια του νερού είναι οι μη ορατές πτυχές του πολιτισμού.**

   Σωστό ή λάθος;



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 2: Βασικές αρχές λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας

Ακολουθεί μια σύντομη παράγραφος γύρω από τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία. Υπάρχουν ορισμένα λάθη στο κείμενο τα οποία καλείστε να εντοπίσετε. Μπορείτε να υπογραμμίσετε ή να κυκλώσετε τα σημεία που πιστεύετε ότι είναι λάθος.

Η λεκτική επικοινωνία δεν μας βοηθάει να εκφραζόμαστε και να κατανοούμε τους άλλους. Είναι σημαντικό να διατυπώνουμε τα μηνύματά μας με ασαφή, ασυνάρτητο και ελλιπή τρόπο. Ιδιαίτερα όταν επικοινωνούμε με ανθρώπους από άλλες κουλτούρες, είναι δύσκολο να μας παρανοήσουν, διότι οι άνθρωποι στους περισσότερους πολιτισμούς έχουν τις ίδιες γλωσσικές δεξιότητες, την ίδια αίσθηση του χιούμορ και την ίδια νοοτροπία. Οι παρακάτω συμπεριφορές μπορούν να μας βοηθήσουν να αναπτύξουμε ισχυρές διαπροσωπικές σχέσεις: ο σαρκασμός, το να αναμοχλεύουμε το παρελθόν και οι απειλές. Ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούμε σε μη λεκτικό επίπεδο δεν είναι και τόσο σημαντικός σε σύγκριση με τη λεκτική επικοινωνία. Η μη λεκτική επικοινωνία περιλαμβάνει στοιχεία όπως ο τόνος της φωνής μας, οι εκφράσεις του προσώπου, οι χειρονομίες, η γλώσσα του σώματος και οι λέξεις που χρησιμοποιούμε. Ερευνες δείχνουν πως όταν εκφράζουμε αισθήματα και στάσεις η γλώσσα του σώματός μας και ο τόνος της φωνής μας δεν έχουν καμία σημασία. Τα μη λεκτικά μας μηνύματα είναι πάντοτε εκούσια και προσχεδιασμένα, σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι τα λόγια μας. Για τον λόγο αυτό, πολλοί άνθρωποι τείνουν να εμπιστεύονται σε μια συνομιλία περισσότερο τα μη λεκτικά σήματα παρά τα λόγια.



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 3: Χαρακτηριστικά στιλ επικοινωνίας που επηρεάζονται από την κουλτούρα

Στην άσκηση αυτή θα πρέπει να αντιστοιχήσετε τα στιλ επικοινωνίας στα αριστερά με τη σωστή εξήγηση στα δεξιά.

1. **Άμεσο ύφος**	α) Ο ομιλητής εκφράζει τις σκέψεις του συγκαλυμμένα ή χρησιμοποιώντας φράσεις όπως «ίσως», «πιθανόν». Ο ακροατής αναμένεται να παρατηρεί και να αντιλαμβάνεται τα μη λεκτικά μηνύματα και να λαβαίνει υπόψη του το ευρύτερο πλαίσιο για να κατανοήσει την πραγματική έννοια των λεγομένων.
2. **Έμμεσο ύφος**	β) Το λεκτικό μήνυμα θεωρείται μόνο μέρος του μηνύματος. Μεγάλο μέρος της πληροφορίας διαβιβάζεται μέσω σιωπής, εμμεσότητας, σχημάτων λιτότητας και παύσεων. Αυτό το στιλ επικοινωνίας είναι χαρακτηριστικό της ιαπωνικής κουλτούρας.
3. **Περιληπτικό ύφος**	γ) Τόσο ο ομιλητής όσο και ο ακροατής αναμένουν να διατυπώνονται ξεκάθαρα με τα λόγια οι προθέσεις, οι ελπίδες, οι προσδοκίες κλπ. (π.χ. «πεινάω», «σ' αγαπώ»).



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 4: Κουλτούρες χαμηλού και υψηλού πλαισίου

Δείτε τη λίστα με τα παρακάτω σκηνικά. Πρόκειται για καταστάσεις χαμηλού ή υψηλού πλαισίου;

1. **Μια οικογενειακή συγκέντρωση όπου η θεία σας σχολιάζει τη δουλειά του ανιψιού της. Καθώς το κάνει αυτό, σηκώνει το ένα φρύδι και όλοι γελάνε.**

   Χαμηλού ή υψηλού πλαισίου;

2. **Πληρωμή εισιτηρίου για το λεωφορείο.**

   Χαμηλού ή υψηλού πλαισίου;

3. **Επίσκεψη στο ταχυδρομείο για αποστολή ενός γράμματος σε έναν φίλο που ζει στο εξωτερικό.**

   Χαμηλού ή υψηλού πλαισίου;

4. **Συμμετοχή σε μια συνάντηση γονέων και κηδεμόνων στο σχολείο της γειτονιάς.**

   Χαμηλού ή υψηλού πλαισίου;



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 5: Προσανατολισμός στις σχέσεις ή στην εργασία

Ακολουθούν μερικά παραδείγματα. Καλείστε να αποφασίσετε ποιες συμπεριφορές είναι χαρακτηριστικές για τον προσανατολισμό στην εργασία και ποιες για τον προσανατολισμό στις σχέσεις.

Χαρακτηριστικά	**Προσανατολισμός στην εργασία ή στις σχέσεις;**
1. Εμφαση στη διευκόλυνση της εργασίας	
2. Εστίαση στις σχέσεις, την ευημερία και την υποκίνηση	
3. Εστίαση στις δομές, τους ρόλους και τα καθήκοντα	
4. Εμφαση στη διευκόλυνση της αλληλεπίδρασης	



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 6: Πολιτισμικές διαφορές στη μη λεκτική επικοινωνία

Από τις παρακάτω προτάσεις λείπουν σημαντικές πληροφορίες. Συμπληρώστε τα κενά με το κατάλληλο συμπλήρωμα από τις επιλογές που σας δίνονται.

1. _____, όταν ένα μικρό παιδί κοιτάζει έναν ενήλικα στα μάτια αυτό θεωρείται πράξη ανυπακοής.
    α) Στις ΗΠΑ
    β) Στη Γκάνα
    γ) Στη Βραζιλία



2. Πολλές πολιτισμικές διαφορές αφορούν την αποδεκτή _____. Στη Γαλλία, για παράδειγμα, συνηθίζεται να φιλούν κάποιον όταν τον χαιρετούν στα δύο του μάγουλα.
    α) Βλεμματική επαφή
    β) Στάση του σώματος
    γ) Σωματική επαφή

3. Η ίδια χειρονομία μπορεί να σημαίνει εντελώς διαφορετικά πράγματα σε διαφορετικές χώρες. Στις ΗΠΑ κάνουν τη χειρονομία "ΟΚ" για να δείξουν ότι κάτι είναι αποδεκτό. Στην Ιαπωνία η ίδια χειρονομία σημαίνει "_____".
    α) Χρήματα
    β) Αγάπη
    γ) Προσβολή

4. Στις πυκνοκατοικημένες χώρες οι άνθρωποι έχουν γενικά μικρότερη ανάγκη για _____ από ό,τι στις λιγότερο πυκνοκατοικημένες. Οι Ιάπωνες, για παράδειγμα, είναι λιγότερο πιθανό να αντιδράσουν έντονα σε ένα τυχαίο άγγιγμα από έναν ξένο σε σύγκριση με τους Αμερικανούς.
    α) Ησυχους χώρους
    β) Προσωπικό χώρο
    γ) Χώρους κατοικίας

5. _____ είναι μια έκφραση του προσώπου με πολύ διαφορετική σημασία ανάλογα με τον πολιτισμό. Στη Λατινική Αμερική, για παράδειγμα, αυτή η κίνηση θεωρείται έκφραση ρομαντικού/ ερωτικού ενδιαφέροντος. Οι Γιορούμπα στη Νιγηρία _____ στα παιδιά τους όταν θέλουν να τους πουν να βγουν από το δωμάτιο. Οι Κινέζοι πάλι θεωρούν αυτή την κίνηση αγενή.
    α) Το χαμόγελο / χαμογελούν
    β) Το κλείσιμο του ματιού / κλείνουν το μάτι
    γ) Το να βγάζει κάποιος τη γλώσσα έξω / βγάζουν τη γλώσσα



6. Η στάση του σώματος μπορείς να φανερώνει σχέσεις εξουσίας, στάσεις και καλούς τρόπους. Στην _____, το να στέκεται κάποιος με τα χέρια στη μέση μπορεί να υποδηλώνει εξουσία ή υπερηφάνεια, αλλά _____ μπορεί να υποδηλώνει θυμό ή πρόκληση.
    α) Γερμανία / στην Ινδία
    β) Νιγηρία / στο Πακιστάν
    γ) Βόρεια Αμερική / στην Αργεντινή



Άσκηση αυτοαξιολόγησης 7: Αρχές διαπολιτισμικής επικοινωνίας

Ακολουθούν οχτώ δηλώσεις σχετικά με ορισμένες αρχές διαπολιτισμικής επικοινωνίας. Είναι σωστές ή λάθος; Αν πιστεύετε ότι μια δήλωση είναι λάθος, σκεφτείτε τον λόγο που το πιστεύετε αυτό.

1. **Δείχνετε αξιοπρέπεια και σεβασμό σε όλους τους ανθρώπους όταν είστε ανοιχτόμυαλοι, μιλάτε ευγενικά και αποφεύγετε τις κρίσεις και τις υποθέσεις.**

    Σωστό ή λάθος;

2. **Είναι καλή ιδέα να προσπαθείτε να ελαχιστοποιείτε τις πολιτισμικές διαφορές και να κάνετε σαν να μην υπάρχουν.**

    Σωστό ή λάθος;

3. **Ένας καλός τρόπος για να χτίσετε γέφυρες είναι να εστιάζετε στα κοινά στοιχεία, όπως η εργασία, η οικογενειακή ζωή και οι δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου.**

    Σωστό ή λάθος;

4. **Είναι σημαντικό να εστιάζετε στην κατανόηση: μην εκφράζετε αμέσως τη διαφωνία σας, να ακούτε τους άλλους προσεκτικά και να τους αφήνετε να σας λένε την ιστορία τους με τον δικό τους τρόπο.**

    Σωστό ή λάθος;



5. **Όταν μιλάτε με ανθρώπους από διαφορετικούς πολιτισμούς δε χρειάζεται να δυσκολεύετε τα πράγματα χρησιμοποιώντας μεγάλες λέξεις. Μιλήστε απλά.**

   Σωστό ή λάθος;

6. **Είναι καλή ιδέα να χρησιμοποιείτε την ανεπίσημη, λαϊκή γλώσσα (π.χ. ιδιωματισμούς ή λέξεις της αργκό) για να μην μπερδεύονται οι ακροατές σας.**

   Σωστό ή λάθος;

7. **Ποτέ δε θα νιώσει κάποιος προσβεβλημένος αν πείτε κάτι χιουμοριστικό σε μια επαγγελματική συνάντηση.**

   Σωστό ή λάθος;

8. **Η ενεργή ακρόαση είναι μια πολύ αποτελεσματική στρατηγική για τη βελτίωση της διαπολιτισμικής επικοινωνίας.**

   Σωστό ή λάθος;



ΜΕΤΑΒΑΣΗ ΣΤΗΝ ΕΝΟΤΗΤΑ 2

Συνεχίστε στην Ενότητα 2, ***Ο Ρόλος των Γονέων στην Κοινωνική Ένταξη και Συνοχή.*** Εκεί θα δείτε τα εξής θέματα:

Κεφάλαιο 1: Ένταξη μεταναστών: Τι σημαίνει και τα οφέλη για την κοινωνία

Κεφάλαιο 2: Οφέλη για τα παιδιά που βιώνουν την ποικιλομορφία

Κεφάλαιο 3: Επιπτώσεις της προκατάληψης και του ρατσισμού στα παιδιά

Κεφάλαιο 4: Κατανόηση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι ξένοι γονείς

Κεφάλαιο 5: Βασικές πληροφορίες για άλλα εκπαιδευτικά συστήματα

Κεφάλαιο 6: Υποστήριξη των σχολικών δραστηριοτήτων για την ανάπτυξη της διαπολιτισμικότητας



ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Φύλλο απαντήσεων στις δραστηριότητες αξιολόγησης

Κεφάλαιο 1

Άσκηση 1

1. γ) Το να έχετε επίγνωση του αυτοπροσδιορισμού και της αυτοαντίληψής σας μπορεί να σας βοηθήσει να προσαρμοστείτε καλύτερα στην τοπική κοινωνία και να γίνετε καλύτερος άνθρωπος, αλλά αυτό εξαρτάται από τις επιλογές που θα κάνετε. Η δήλωση ότι δεν είναι δυνατόν να καταλάβουμε τους άλλους ανθρώπους είναι υπερβολική.
2. β) Η αυτοαντίληψη μαθαίνεται και δύο από τα βασικά της στοιχεία είναι η αυτοεκτίμηση και η αυτοεικόνα.
3. δ)
4. δ)

Άσκηση 2

1. Λάθος. Οι κοινωνίες διαμορφώνονται από πολλούς παράγοντες (όπως η ιστορική εποχή, οι αξίες και οι κοινές εμπειρίες) οι οποίοι δεν μπορούν να γίνουν αντιληπτή απλώς και μόνο με τη χρήση της γλώσσας της εκάστοτε κοινωνίας.
2. Σωστό
3. Σωστό
4. Λάθος. Οι αξίες και οι κανόνες της ομάδας αποτελούν μέρος του κρυμμένου τμήματος του πολιτισμικού παγόβουνου.
5. Σωστό



Άσκηση 3

Αν επιλέξατε:

4 ή 5 στη δήλωση 1,

1 ή 2 στις δηλώσεις 2 και 4,

3 στη δήλωση 3,

τότε έχετε αποκτήσει καλή κατανόηση για τους σημαντικούς παράγοντες που διαμορφώνουν τον εαυτό μας και τη σχετικότητα ορισμένων χαρακτηριστικών που μπορεί να έχουμε.

Άσκηση 4

1. β) 2. δ) 3. γ)

Άσκηση 5

1. α: 2 και 4, β: 1 και 3, γ: 5
2. α: 4, β: 1, γ: 2
3. α: 2 και 6, β: 3 και 5, γ: 1 και 4

Άσκηση 6

1. α) ναι, β) ναι, γ) όχι, είναι προκατάληψη, δ) όχι, είναι γεγονός ότι οι πόλεις είναι θορυβώδεις και ότι οι πόλεις στη Μέση Ανατολή τείνουν να είναι πιο θορυβώδεις από ό,τι στην Ευρώπη, ε) ναι, στ) όχι, είναι θέμα προσωπικής προτίμησης, ζ) όχι, είναι θέμα προσωπικής προτίμησης
2. α) ναι, β) όχι, αυτό μπορεί να ενισχύσει την πολιτισμική σας ταυτότητα αλλά μάλλον δε θα σας βοηθήσει να αμφισβητήσετε τα στερεότυπά σας, γ) ναι, δ) ναι, ε) ναι, στ) όχι, αυτό θα σας βοηθήσει να αυξήσετε την πολιτισμική σας αυτοεπίγνωση

Επιστροφή στις δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης του Κεφαλαίου 1

Κεφάλαιο 2

Άσκηση 1

1. γ) 2. δ) 3. γ)

Άσκηση 2

Οι απαντήσεις που δείχνουν υψηλότερα επίπεδα ανεκτικότητας είναι:

1. 1 & 2
2. 4 & 5

Οι απαντήσεις που δείχνουν υψηλότερα επίπεδα πολιτισμικής κατανόησης είναι:

3. 4 & 5
4. 4 & 5

Οι απαντήσεις που δείχνουν ότι έχετε επίγνωση των πιο λεπτών ζητημάτων που περιλαμβάνονται στην ανεκτικότητα και την πολιτισμική κατανόηση είναι:

5. 1-3
6. 4 & 5

Άσκηση 3

Οι τρόποι ανάπτυξης περισσότερης ανεκτικότητας και κατανόησης είναι οι δηλώσεις:

1, 2, 3, 5, 6, 8.

Επιστροφή στις δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης του Κεφαλαίου 2

Κεφάλαιο 3

Άσκηση 1

1. Λάθος: Η γλώσσα και ο πολιτισμός συνδέονται στενά μεταξύ τους.
2. Σωστό
3. Λάθος: Ισχύει το ανάποδο – η γλώσσα είναι το μεταφορικό μέσο και ο πολιτισμός τα φανάρια. Η γλώσσα καθιστά την επικοινωνία ευκολότερη και ταχύτερη ενώ ο πολιτισμός ρυθμίζει την επικοινωνία, κάποιες φορές την ενθαρρύνει και κάποιες την παρεμποδίζει.
4. Σωστό

Άσκηση 2

Ακολουθεί το διορθωμένο κείμενο (οι διορθώσεις είναι *με κόκκινο*).

Η λεκτική επικοινωνία *μας βοηθάει* να εκφραζόμαστε και να κατανοούμε τους άλλους. Είναι σημαντικό να διατυπώνουμε τα μηνύματά μας με *σαφή, συνεκτικό και πλήρη* τρόπο. Ιδιαίτερα όταν επικοινωνούμε με ανθρώπους από άλλες κουλτούρες, είναι *πολύ εύκολο* να μας παρανοήσουν, διότι οι άνθρωποι στους περισσότερους πολιτισμούς *διαφέρουν στις γλωσσικές δεξιότητες, στην αίσθηση του χιούμορ και στη νοοτροπία*. Οι παρακάτω συμπεριφορές *το καθιστούν δύσκολο* να αναπτύξουμε ισχυρές διαπροσωπικές σχέσεις: ο σαρκασμός, το να αναμοχλεύουμε το παρελθόν και οι απειλές. Ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνούμε σε μη λεκτικό επίπεδο είναι *εξίσου σημαντικός* με τη λεκτική επικοινωνία *και μερικές φορές σημαντικότερος*. Η μη λεκτική επικοινωνία περιλαμβάνει στοιχεία όπως ο τόνος της φωνής μας, οι εκφράσεις του προσώπου, οι χειρονομίες, η γλώσσα του σώματος ~~*και οι λέξεις που χρησιμοποιούμε*~~. Ερευνες δείχνουν πως όταν εκφράζουμε αισθήματα και στάσεις *σημαντικό μέρος του συνολικού μηνύματος εκφράζεται μέσω της γλώσσας του σώματός μας και του τόνου της φωνής μας*. Τα μη λεκτικά μας μηνύματα είναι *συχνά ακούσια και αυθόρμητα*, σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι τα λόγια μας. Για τον λόγο αυτό, πολλοί



άνθρωποι τείνουν να εμπιστεύονται σε μια συνομιλία περισσότερο τα μη λεκτικά σήματα παρά τα λόγια.

Άσκηση 3

1. γ) 2. α) 3. β)

Άσκηση 4

1. Κατάσταση υψηλού πλαισίου.
2. Κατάσταση χαμηλού πλαισίου.
3. Κατάσταση χαμηλού πλαισίου.
4. Κατάσταση χαμηλού και υψηλού πλαισίου ταυτόχρονα: ενώ ο καθένας μπορεί να συμμετάσχει στον σύλλογο γονέων και κηδεμόνων και οι συναντήσεις είναι ανοιχτές σε όλους τους γονείς, μπορεί να υπάρχει μια σιωπηλή συμφωνία ως προς τα θέματα που πρέπει να συζητηθούν ή το πώς θα πρέπει να διεξάγεται μια συνάντηση.

Άσκηση 5

1. Προσανατολισμός στην εργασία
2. Προσανατολισμός στις σχέσεις
3. Προσανατολισμός στην εργασία
4. Προσανατολισμός στις σχέσεις

Άσκηση 6

1. β) Στη Γκάνα
2. γ) Σωματική επαφή
3. α) Χρήματα
4. β) Προσωπικό χώρο
5. β) Το κλείσιμο του ματιού / κλείνουν το μάτι
6. γ) Βόρεια Αμερική / στην Αργεντινή



Άσκηση 7

1. Σωστό
2. Λάθος: Να αναγνωρίζετε και να σέβεστε τις πολιτισμικές διαφορές αντί να υποβαθμίζετε τη σημασία τους. Μπορείτε π.χ. να μαθαίνετε για τυχόν πολιτισμικές/εθνοτικές/φυλετικές διαφορές και να τις λαβαίνετε υπόψη, να ρωτάτε (αν είναι κατάλληλο) αν οι συνομιλητές σας πιστεύουν ότι θα έπρεπε να γνωρίζετε κάτι για το πολιτισμικό/εθνοτικό/φυλετικό τους υπόβαθρο και να ρωτάτε αν υπάρχει γενικά κάτι που θα ήθελαν να γνωρίζουν για τη δική σας κουλτούρα ώστε να κατανοήσουν καλύτερα την άποψή σας.
3. Σωστό
4. Σωστό
5. Σωστό
6. Λάθος: Ακόμα και ένα πολύ μορφωμένο άτομο δεν μπορεί να γνωρίζει σε μια ξένη γλώσσα όλους τους ιδιωματισμούς, την αργκό και τις παροιμίες. Οι συνομιλητές σας μπορεί να κατανοούν τις μεμονωμένες λέξεις που χρησιμοποιείτε αλλά να μην καταλαβαίνουν το συνολικό νόημα. Ως αποτέλεσμα, μπορεί να τους μπερδέψετε ή, ακόμα χειρότερα, να τους προσβάλετε.
7. Λάθος: Σε πολλές κουλτούρες η εργασία είναι πολύ σοβαρή υπόθεση και οι άνθρωποι το θεωρούν σημαντικό να συμπεριφέρονται με επαγγελματισμό και να ακολουθούν πάντα το πρωτόκολλο. Συνεπώς δεν εκτιμούν το χιούμορ και τα αστεία σε επαγγελματικές συναντήσεις. Αν αποφασίσετε να κάνετε κάποιο αστείο, βεβαιωθείτε ότι θα γίνει αντιληπτό και θα εκτιμηθεί από τα άτομο διαφορετικού πολιτισμού, χωρίς να προσβάλει κανέναν.
8. Σωστό

Επιστροφή στις δραστηριότητες αυτοαξιολόγησης του Κεφαλαίου 3

Εικονίδια δραστηριοτήτων – credits

1. Θεωρία – επεξήγηση πληροφοριών

https://www.iconfinder.com/icons/103411/book_information_text_icon

2. Σκεφτείτε

https://www.iconfinder.com/icons/2588764/idea_research_seo_think_icon

3. Επιπρόσθετες εξωτερικές πηγές

https://www.iconfinder.com/icons/1608686/external_link_icon

4. Ασκήσεις αναστοχασμού

https://www.iconfinder.com/icons/3993860/brain_generator_idea_mind_power_youtube_icon

5. Ομαδικές δραστηριότητες

https://www.iconfinder.com/icons/3790071/activity_community_group_recreation_social_society_icon

6. Ασκήσεις αυτοαξιολόγησης

https://www.clipartmax.com/middle/m2i8i8m2i8d3m2i8_512-x-512-do-list-icon-png/