



Εκπαιδευτικός, Επιστημονικός και
Πολιτιστικός Οργανισμός
των Ηνωμένων Εθνών
Organisation des Nations Unies
pour l' éducation,
la science et la culture

ΟΜΙΛΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ UNESCO
ΔΗΜΟΥ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
CLUB POUR L' UNESCO
MUNICIPALITÉ DE MAROUSSI (ΑΤΤΙΚΑ)

- ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΟΜΙΛΩΝ,
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΚΕΝΤΡΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ UNESCO
- MEMBRE DE LA FEDERATION HELLENIQUE
DES CLUBS ASSOCIATIONS ET CENTRES POUR L' UNESCO

Τα ψυχολογικά παιχνίδια στην επικοινωνία και η διεκδικητικότητα μεταξύ των φύλων - Μέρος Α'

Άσκηση

Στόχος: Εξάσκηση και επαναδιατύπωση ψυχολογικών παιχνιδιών
Ενδυνάμωση επικοινωνίας και Μη λεκτικής επικοινωνίας

Οδηγίες: Χωρίζετε σε ομάδες των 4 ατόμων

Στάδιο 1

Θυμηθείτε μια στιγμή στην τελευταία εβδομάδα, που βρεθήκατε στη θέση να εμπλακείτε σε κάποιον από τα ψυχολογικά παιχνίδια, που αναφέραμε.

Γράψτε το περιστατικό και τα συναισθήματα, που είχατε όση ώρα το παιχνίδι έλαβε χώρα.

Στάδιο 2

Διαβάστε στην ομάδα σας, αυτά που γράψαμε. Όση ώρα διαβάζει κάποιος οι υπόλοιποι, ακούν χωρίς να διακόπτουν. Αφού τελειώσει, θα τον διευκολύνετε να αναγνωρίσει:

- ποιό πιθανόν παιχνίδι διαδραματίστηκε;
- ποιά θέση είχε πάρει το κάθε μέλος στη «σκηνή» του ψυχολογικού παιχνιδιού;
- ποιοί παράγοντες τον βοήθησαν ή τον εμπόδισαν να αντιδράσει με τον τρόπο, που αντέδρασε;

Κατερίνα Τζόαν, Dearing, Chartered Psychologist



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας
και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Το υπόεργο εντάσσεται στο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα "ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗ ΜΕΤΑΡΡΥΘΜΙΣΗ 2007-2013" του Υπουργείου Εσωτερικών και αφορά στην υλοποίηση του Σχεδίου Δράσης «Δίκτυο προώθησης της ισότητας των φύλων και αντιμετώπισης της έμφυλης βίας και των κοινωνικών στερεοτύπων» στο πλαίσιο της Πράξης 3.2.4. «Υποστήριξη των Μ.Κ.Ο. (Γυναικείων Οργανώσεων)».

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ
Ειδική Υπηρεσία Συντονισμού, Διαχείρισης και Εφαρμογής Συγχρηματοδοτούμενων Δράσεων του Υπουργείου Εσωτερικών (ΕΥΣΥΔΕ ΥΠΕΣ)

ΟΜΙΛΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ UNESCO ΔΗΜΟΥ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Βασ. Γεωργίου 2-4, Μαρούσι, ΤΚ 15122
2-4, rue Vas. Georgiou, 15122, Maroussi, Athènes

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ / SECRETARIAT
Τηλ/Τέλ: 210-6147002 ❖ φαξ/fax: 210-6147004
url: www.unesco.gr ❖ e-mail: info@unesco.gr



Εκπαιδευτικός, Επιστημονικός και
Πολιτιστικός Οργανισμός
των Ηνωμένων Εθνών
Organisation des Nations Unies
pour l' éducation,
la science et la culture

ΟΜΙΛΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ UNESCO
ΔΗΜΟΥ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
CLUB POUR L' UNESCO
MUNICIPALITÉ DE MAROUSSI (ΑΤΤΙΚΑ)

- ΜΕΛΟΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΟΜΙΛΩΝ,
ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΚΑΙ ΚΕΝΤΡΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ UNESCO
- MEMBRE DE LA FEDERATION HELLENIQUE
DES CLUBS ASSOCIATIONS ET CENTRES POUR L' UNESCO

Στάδιο 3

Κάποιος θα σημειώνει σ' ένα χαρτί, σε δυο στήλες τους παράγοντες, που διαπιστώνουμε ότι μας διευκολύνουν και μας εμποδίζουν να μπαίνουμε στο:

- Παιδικό Εγώ
- Γονεϊκό Εγώ
- Ενήλικο Εγώ

Στάδιο 4

Ας συζητήσουμε τι παρατηρούμε σε σχέση με τους παράγοντες, που επηρεάζουν τις λεκτικές «συναλλαγές» μας και πώς μπορούμε να διασφαλίσουμε τις καλύτερες δυνατές συνθήκες.

- Τι διαφορετικό θα μπορούσε να είχε γίνει, εάν επαναλαμβάναμε το «παιχνίδι»;
- Ποιά συμπεράσματα εξάγω από την άσκηση αυτή;
- Σημειώστε σ' ένα χαρτί τα συναισθήματα σας, ύστερα από την τελευταία ερώτηση.

Κατερίνα Τζόαν, Dearing, Chartered Psychologist



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας
και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Το υπόεργο εντάσσεται στο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα "ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗ ΜΕΤΑΡΡΥΘΜΙΣΗ 2007-2013" του Υπουργείου Εσωτερικών και αφορά στην υλοποίηση του Σχεδίου Δράσης «Δίκτυο προώθησης της ισότητας των φύλων και αντιμετώπισης της έμφυλης βίας και των κοινωνικών στερεοτύπων» στο πλαίσιο της Πράξης 3.2.4. «Υποστήριξη των Μ.Κ.Ο. (Γυναικείων Οργανώσεων)».

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ
Ειδική Υπηρεσία Συντονισμού, Διαχείρισης και Εφαρμογής Συγχρηματοδοτούμενων Δράσεων του Υπουργείου Εσωτερικών (ΕΥΣΥΔΕ ΥΠΕΣ)

ΟΜΙΛΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ UNESCO ΔΗΜΟΥ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Βασ. Γεωργίου 2-4, Μαρούσι, ΤΚ 15122
2-4, rue Vas. Georgiou, 15122, Maroussi, Athènes

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ / SECRETARIAT
Τηλ/Τέλ: 210-6147002 ❖ φάξ/fax: 210-6147004
url: www.unesco.gr ❖ e-mail: info@unesco.gr