<table>
<tr><td>Τίτλος δραστηριότητας: Προοπτική - Πρακτική Αποδοχής</td><td colspan="2">Στόχος: Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων μέσω της ενθάρρυνσης της ενσυναίσθησης, ενθαρρύνοντας τους/τις εκπαιδευτικούς και τους γονείς να κατανοούν τα συναισθήματα των εφήβων και να ανταποκρίνονται με ενσυναίσθηση σε δύσκολες καταστάσεις.</td></tr>
<tr><td>Χρόνος και αριθμός συνεδριών: 30 λεπτά, 1 συνεδρία</td><td>Ομάδα-στόχος:

Εκπαιδευτικοί / γονείς (σε ομάδα)</td><td>Υλικό: Στυλό και χαρτί ή ψηφιακές εφαρμογές γραφής, παραδείγματα ενσυναίσθησης.</td></tr>
<tr><td colspan="3">Οδηγίες: Οι εκπαιδευτικοί και γονείς αναλογίζονται μια αλληλεπίδραση με έναν/μια έφηβο/-η, εντοπίζουν τα υποκείμενα συναισθήματα και εξετάζουν τις εύλογες αντιδράσεις. Μπορούν να χρησιμοποιήσουν πραγματικά ή φανταστικά παραδείγματα ενσυναίσθησης για να επεξηγήσουν τα επιχειρήματά τους.

Παραδείγματα: Οι συμμετέχοντες ξεκινούν συζητώντας πραγματικά ή φανταστικά παραδείγματα ενσυναίσθησης. Αυτό θα βοηθήσει στο να προετοιμαστεί το σκηνικό για τη δραστηριότητα και να παραχθούν συγκεκριμένα παραδείγματα ενσυναίσθησης.

Στοχασμός: Οι συμμετέχοντες σκέφτονται μια προηγούμενη αλληλεπίδραση με έναν/μια έφηβο/-η, όπου εντόπισαν υποκείμενα συναισθήματα και αντέδρασαν με ενσυναίσθηση. Βήματα:
• Ποια ήταν η κατάσταση;
• Ποια συναισθήματα εξέφρασε ο/η έφηβος/-η;
• Πώς αντιδράσατε;
• Πώς επηρέασε τον/την έφηβο/-η η ενσυναίσθησή σας;

Συζήτηση: Οι συμμετέχοντες/-ουσες μοιράζονται τις εμπειρίες τους με την ομάδα. Αυτό μπορεί να γίνει σε ζευγάρια ή σε μικρές ομάδες για να δημιουργηθεί ένα υποστηρικτικό περιβάλλον. Αυτό θα βοηθήσει τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες να μάθουν ο/η ένας/μια από τις εμπειρίες του/της άλλου/-ης και να αποκτήσουν νέες προοπτικές. Μπορούν επίσης να μοιραστούν πραγματικά ή φανταστικά παραδείγματα ενσυναίσθησης για να εμπλουτίσουν τη συζήτηση.

Μελλοντικός σχεδιασμός: Οι συμμετέχοντες/-ουσες εξετάζουν πώς μπορούν να αποτελέσουν παράδειγμα ενσυναίσθησης για τους/τις εφήβους/-ες σε μελλοντικές αλληλεπιδράσεις. Βήματα:
• Ποιες καταστάσεις μπορεί να απαιτούν ενσυναίσθηση;
• Πώς μπορείτε να αντιδράσετε με ενσυναίσθηση;</td></tr>
</table>

- Πώς μπορείτε να υποστηρίξετε τους/τις εφήβους/-ες στην ανάπτυξη ενσυναίσθησης;

Συμπέρασμα: Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα συνοψίζοντας τα βασικά σημεία και τονίζοντας τη σημασία του συνεχούς αναστοχασμού και της προσαρμογής. Οι συμμετέχοντες/-ουσες θα πρέπει να συνεχίσουν να εξασκούν την ενσυναίσθηση στην καθημερινότητά τους.

Αυτή η δραστηριότητα θα βοηθήσει τους/τις εκπαιδευτικούς και τους γονείς να αναλογιστούν τις δικές τους εμπειρίες και να δείξουν την ενσυναίσθηση στους/στις εφήβους/-ες, καλλιεργώντας ένα περιβάλλον κατανόησης και υποστήριξης.