



PROUD AMBASSADORS

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗ

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	5
Μαθησιακό Πλάνο 1	7
Μαθησιακό Πλάνο 2	13
Μαθησιακό Πλάνο 3	19
Μαθησιακό Πλάνο 4.....	29
Μαθησιακό Πλάνο 5.....	35
Μαθησιακό Πλάνο 6.....	41
Μαθησιακό Πλάνο 7.....	46
Μαθησιακό Πλάνο 8.....	53
Πηγές.....	59
Ασκήσεις και Απαντήσεις	63
Ενότητα 1 – Κατανοώντας τις ΛΟΑΤΚΙΑ+ Ταυτότητες και την Ορολογία	63
1.1 Άσκηση 1: Αναγνωρίστε την Αντιστοίχιση (αντιστοιχίζοντας τους κύριους όρους με τις έννοιες).....	63
1.2 Άσκηση 2: Έλεγχος Γλώσσας (αναγνωρίζοντας συμπεριληπτικούς εναντίον απαρχαιωμένους όρους)	64
1.3 Άσκηση 3: Εξάσκηση Αντωνυμιών (Εκδοχή Πολλαπλής Επιλογής).....	65
1.4 Άσκηση 4: «Αλήθεια ή Ψέματα».....	67
1.5 Άσκηση 5: Κουίζ «Μύθος ή Πραγματικότητα»	68
Ενότητα 2: “Αναγνωρίζοντας και παρέχοντας υποστήριξη στις εμπειρίες της μη αποδοχής στην ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία”	70
2.1. Βρείτε την Μη-Αποδοχή	70
2.2. Κουίζ Στιγμιότυπου ΕΕ	70
2.3. Παιχνίδι Ρόλων: Απαντώντας στην Γνωστοποίηση.....	72
2.4. Εργαλείο Θεσμικού Προβληματισμού	73
2.5. Προγραμματισμός Δράσης	74
Ενότητα 3: Ψυχική Υγεία– Τεχνικές Αξιολόγησης και Χτισίματος Ανεκτικότητας... ..	75

3.1 Άσκηση Πολλαπλής Επιλογής	75
3.2 Άσκηση, μεταφορά και απόθεση	75
3.3 Πρόληψη Αυτοκτονιών: Αλήθεια ή Ψέματα	76
3.4 Προσωπική Ιστορία (Ελπίδα & Ανάκτηση) Παράδειγμα μελέτης περίπτωσης	76
Ενότητα 4: Συμπεριληπτική Επικοινωνία και Δεξιότητες Γλώσσας Κατά της Βίας	78
4.3 Άσκηση 3: Συμπεριληπτική ή όχι;	79
4.4 Άσκηση 4: Επιλέξτε Την Σωστή Επιλογή (Πολλαπλή Επιλογή)	79
4.5 Άσκηση 5: Σύρετε την Σωστή Λέξη.....	80
Ενότητα 5: Δημιουργώντας Συμπεριληπτικούς και Φιλικούς προς τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ Εργασιακούς Χώρους	83
5.2 Άσκηση	85
5.4 Άσκηση	90
5.5 Άσκηση	91
5.6 Άσκηση (Επιπλέον Παραδείγματα)	92
Ενότητα 6: Νομικά Πλαίσια και Δικαιώματα της ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαίας.....	94
6.1 Άσκηση: Αλήθεια ή Ψέματα	94
6.2 Άσκηση: Πολλαπλή Επιλογή	95
6.3 Άσκηση: Πολλαπλή Επιλογή	97
6.4 Άσκηση: Μεταφορά και Απόθεση!.....	99
6.5 Άσκηση: Άσκηση αντιστοίχισης χρησιμοποιώντας αναπτυσσόμενο μενού	100
6.6 Άσκηση (Επιπλέον Παραδείγματα).....	101
Ενότητα 7. Δημιουργώντας Ασφαλής και Συμπεριληπτικούς Χώρους για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία	103
7.1 Ανασκοπική άσκηση – Ανασκόπηση και σημείωση.....	103
7.2 Πρακτική άσκηση, ανασκόπηση και σημείωση.	103
7.3 Πρακτική άσκηση, ανασκοπική ερώτηση.	103
7.4 Ανασκοπική άσκηση, κανόνες στα πλαίσια σας.....	104
7.5 Πρακτική άσκηση: Κάντε ανασκόπηση μόνος σας.....	104

7.6 Πρακτική άσκηση: Η Μέθοδος του Κόκκινου Φωτός– Ένας Οδηγός Αυτό-Διδασκαλίας.....	105
7.7 Κάντε ανασκόπηση μόνοι σας:	106
7.8 Πρακτικές ασκήσεις, Τελικό Κουίζ.	107
Ενότητα 8: Πρακτικά Εργαλεία και Τεχνικές Καινοτομίας Εκπαίδευσης για την Υποστήριξη την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαίας	108
8.1. Άσκηση Μικρό-Πρακτικής: Ενεργή Ακρόαση για Εργαζόμενους με τους Νέους.....	108
8.2. Το Κρυφό Σκίτσο.....	108
8.3. Ομαδικός Κύκλος: Κοινόχρηστη Παρουσία	109
Σύνοψη	111

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor - MUCF. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Εισαγωγή

Το ακόλουθο έγγραφο με τίτλο Εγχειρίδιο των Proud Ambassadors Εκπαιδευτών, είναι συμπληρωματικό του εγχειριδίου *Proud Ambassadors* που αναπτύχθηκε από τη κοινοπραξία μέσω του έργου Erasmus+ “*Support of the Inclusion and Reporting of LGBTKIA+ Youth and their Mental Well-being in Europe – Proud Ambassadors.*” Το εγχειρίδιο έχει σχεδιαστεί ως ένας πρακτικός οδηγός για να υποστηρίξει τους εκπαιδευτές, τους εργαζόμενους στον τομέα νεολαίας, τους εκπαιδευτικούς, και τους συντονιστές που θα διεκπεραιώσουν το εκπαιδευτικό πρόγραμμα που έχει αναπτυχθεί μέσω του έργου.

Οι εταίροι του έργου Erasmus+ *Proud Ambassadors* έχουν ενώσει δυνάμεις για να παράγουν το Εγχειρίδιο των Εκπαιδευτών, το οποίο εξυπηρετεί ως ένας δομημένος οδηγός για την υλοποίηση του εκπαιδευτικού προγράμματος του Proud Ambassadors. Παρέχει τους συντονιστές με την παιδαγωγική καθοδήγηση, τα εργαλεία μεθοδολογίας, και τις πρακτικές δραστηριότητες που βοηθούν με την μετάφραση του θεωρητικού περιεχομένου του εκπαιδευτικού υλικού σε δραδραστικές μαθησιακές εμπειρίες. Το εγχειρίδιο στοχεύει στην εύστοχη στήριξη των εκπαιδευτών στην παροχή των εκπαιδευτικών συνεδρίων ενώ προωθούν ένα υποστηρικτικό περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς, και με σεβασμό προς τους συμμετέχοντες.

Ως μέρος της ανάπτυξης του εκπαιδευτικού προγράμματος του Proud Ambassadors, το Εγχειρίδιο του Εκπαιδευτή λειτουργεί ως μια συμπληρωματική πηγή στο Εγχειρίδιο και τα εργαλεία της ψηφιακής μάθησης που αναπτύχθηκαν μέσω του έργου. Παρέχει λεπτομερή μαθησιακά πλάνα, καθοδήγηση για τους εκπαιδευτές, και πρακτικές ασκήσεις που υποστηρίζουν τους μαθησιακούς στόχους του προγράμματος. Το εγχειρίδιο είναι σχεδιασμένο για να βοηθά τους εκπαιδευτές στην διευκόλυνση των συζητήσεων, την καθοδηγούμενη ανασκόπηση, και την εφαρμογή συμμετοχικών μεθόδων μάθησης που ενθαρρύνουν ενεργή δέσμευση και κριτική σκέψη μέσω των συμμετεχόντων.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα εστιάζει στην ενδυνάμωση της χωρητικότητας των εργαζομένων στον τομέα της νεολαίας και των επαγγελματιών που συναναστρέφονται με νέους ανθρώπους, ειδικά αυτούς που υποστηρίζουν την νεολαία LGBTKIA+. Μέσω μιας σειράς δομημένων ενοτήτων, το πρόγραμμα

απευθύνεται σε βασικά θέματα όπως οι ταυτότητες και η ορολογία των ΛΟΑΤΚΙΑ+, εμπειρίες μη-αποδοχής και διακρίσεων, ψυχικής υγείας και αντοχής, συμπεριληπτικής επικοινωνίας, ένταξης στον χώρο εργασίας, νομικών πλαισίων και δικαιωμάτων, ασφαλή και συμπεριληπτικών χώρων, και πρακτικών εργαλείων για την παροχή εν συναίσθησης και υποστήριξης με βάση το τραύμα.

Αυτό το Εγχειρίδιο περιέχει μια περιγραφή:

- Λεπτομερών μαθησιακών πλάνων για εκπαιδευτές, συμπεριλαμβανομένου του θεωρητικού υποβάθρου και της παιδαγωγικής καθοδήγησης
- Προτεινόμενων μεθοδολογιών και συμβουλών διευκόλυνσης για την υλοποίηση συμμετοχικών εκπαιδευτικών συνεδριών
- Πρακτικών ασκήσεων και δραστηριοτήτων σχεδιασμένα να υποστηρίξουν την μάθηση και να ενθαρρύνουν την ανασκόπηση
- Πηγές και εξάσκηση με τις απαντήσεις τους που βοηθούν τους εκπαιδευτές στην αξιολόγηση μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Μαθησιακό Πλάνο 1

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 1: Κατανοώντας τις Ταυτότητες και την Ορολογία των ΛΟΑΤΚΙΑ+

Περίληψη των στόχων και σκοπών της Ενότητας

Ο στόχος του μοντέλου είναι να εφοδιάσει τους εργαζόμενους νεολαίας, τους εκπαιδευτικούς, και εκπαιδευτές με βασικές γνώσεις και πρακτικά εργαλεία για την κατανόηση, τον σεβασμό, και την εφαρμογή συμπεριληπτικής ορολογίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην καθημερινή τους εργασία.

Στοχεύει στην ανάδειξη των δεξιοτήτων των συμμετεχόντων στην δημιουργία ασφαλή, συμπεριληπτικών χώρων για όλους τους νέους ανθρώπους μέσω ακριβή, με σεβασμό επικοινωνία και επίγνωση της διατομεακότητας.

Αυτό το μοντέλο ενδυναμώνει τους μαθητευόμενους να αμφισβητήσουν τα στερεότυπα, να αντικαταστήσουν την απαρχαιωμένη γλώσσα, και να ακολουθήσουν συμπεριληπτικές πρακτικές που προωθούν το «να ανήκεις κάπου» και την ψυχική ευεξία.

Το μοντέλο θα παρουσιάσει πρακτικά εργαλεία και γνώση για να ορίσει τους όρους των ΛΟΑΤΚΙΑ+, θα εφαρμόσει συμπεριληπτική γλώσσα, θα αναλύσει διατομεακές εμπειρίες, και θα συμμετέχει σε εργασίες ανασκόπησης που προωθούν την ενσυναίσθηση, τον σεβασμό, και το μετοχικό κεφάλαιο στην εργασία με την νεολαία.

Θέματα του μοντέλου:

1. Το Φάσμα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ Ταυτοτήτων
2. Συμπεριληπτική Γλώσσα και Επικοινωνία με Σεβασμό
3. Διατομεακότητα και Βιωμένες Εμπειρίες

Γενική Προετοιμασία

Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να προετοιμάσουν τις διαφάνειες PowerPoint που συνοψίζουν τις βασικές έννοιες και ορισμούς, να μοιράσουν σημειώσεις για δραστηριότητες αντιστοίχισης και κουίζ, και να διαβεβαιώσουν την πρόσβαση σε

ψηφιακά εργαλεία (π.χ., δημοσκοπήσεις, κοινόχρηστα έγγραφα) για διαδικτυακή παράδοση.

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να ενημερώνονται για βασικούς κανόνες που δίνουν έμφαση στον σεβασμό, την εμπιστευτικότητα, και την ανοιχτόμυαλη συμμετοχή. Ενθαρρύνετε ενεργή διάδραση, τις ερωτήσεις, και την συζήτηση ανασκόπησης.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που εφαρμόζεται σε αυτό το μοντέλο (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα της συνεδρίας):

Οι μαθητευόμενοι που θα δηλώσουν συμμετοχή σε αυτό το μοντέλο θα πρέπει να έχουν βασικές γνώσεις για την διαφορετικότητα, την ισότητα, και τις αρχές συμπερίληψης στην εργασία με την νεολαία. Δεν απαιτείται υπάρχουσα εξειδίκευση σε ΛΟΑΤΚΙΑ+ θέματα, αλλά το να είναι ανοιχτή στην πρακτική ανασκόπηση και την επικοινωνία με βάση τον σεβασμό είναι ουσιώδης.

Διάρκεια του μαθήματος/μοντέλου: 3 ώρες

Σημειώσεις Θεωρίας	Οδηγίες για Εκπαιδευτές: Θεωρία, Εξήγηση, και Εφαρμογή
	Η θεωρητική ενότητα θα πρέπει να εστιάσει στην οικοδόμηση της κατανόησης των συμμετεχόντων, την ενσυναίσθηση, και αυτοπεποίθηση στην χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας και εννοιών σχετικές με τις Ταυτότητες ΛΟΑΤΚΙΑ+. Ξεκινήστε με την παρουσίαση μια σύντομης επισκόπησης των βασικών εννοιών (ΛΟΑΤΚΙΑ+, Λεσβία, Αμφιφυλόφιλο, Τρανς, Μη-δυναδικό, Intersex, Ασεξουαλικό, Queer, Πανσεξουαλικό), χρησιμοποιώντας σαφείς όρους από επίσημες πηγές όπως η GLAAD (2023) και ILGA World (2023). Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να ρωτήσουν ερωτήσεις και να μοιραστούν υπάρχουσα γνώση, ξεκαθαρίζοντας τις κοινές παρανοήσεις με σεβασμό. Στη συνέχεια, εξηγήστε την σημασία της συμπεριληπτικής και υποστηρικτικής επικοινωνίας στην εργασία με την νεολαία. Χρησιμοποιείτε αληθινά παραδείγματα και σύντομα σενάρια περίπτωσης για να δείξουν πως η γλώσσα επηρεάζει το ανήκειν, την ψυχική υγεία, και την αυτοεκτίμηση. Δώστε έμφαση στην αντικατάσταση εκφράσεων απαρχαιωμένων ή που κουβαλάνε στίγμα (π.χ., “σεξουαλική προτίμηση”)

με συμπεριληπτικές εναλλακτικές λύσεις (“σεξουαλικός προσανατολισμός”), και μοντελοποίηση χαιρετισμών ουδέτερους προς τα φύλα στην πράξη.

Συστήστε την έννοια της διατομεακότητας (Crenshaw, 1989) με το να κουβεντιάσετε πως οι πολλαπλές ταυτότητες, όπως το φύλο, η εθνικότητα, η αναπηρία, ή το μεταναστευτικό υπόβαθρο, διαμορφώνουν εμπειρίες συμπερίληψης ή διάκρισης. Χρησιμοποιείτε απλά παραδείγματα (π.χ., ενός νέος Τρανς πρόσφυγας) για να δείξετε πως οι επικαλυπτόμενοι παράγοντες επηρεάζουν τις ανάγκες υποστήριξης.

Καθ’ όλη την συνεδρία, εφαρμόστε μια προσέγγιση διευκόλυνσης: ρωτήστε ερωτήσεις ανοιχτού τύπου (“Πως μπορεί αυτό να φανεί στην καθημερινή σου εργασία;”), προσκαλέστε την ανασκόπηση, και συνδέστε την θεωρία με τις επαγγελματικές έννοιες των συμμετεχόντων. Κοντά στην ενότητα θεωρίας με μια σύντομη ανακεφαλαίωση της βασικής ορολογίας, συμπεριληπτικής γλώσσας, και διατομεακότητας, συνδέστε την κάθε μια απευθείας με τις ανερχόμενες ασκήσεις.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Οι συμμετέχοντες μπορούν να ορίσουν και με σαφήνεια να εξηγήσουν την βασική ορολογία ΛΟΑΤΚΙΑ+.
2	Οι συμμετέχοντες εφαρμόζουν συμπεριληπτική και επιβεβαιωτικής γλώσσας στα πλαίσια εργασίας με την νεολαία.
3	Οι συμμετέχοντες αναγνωρίζουν διατομεακούς παράγοντες που επηρεάζουν τις εμπειρίες της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+.
4	Οι συμμετέχοντες αναγνωρίζουν την “συμπεριληπτική” από την “απαρχαιωμένη” γλώσσα και προκαλούν στερεότυπα.
5	Οι συμμετέχοντες επιδεικνύουν την κατανόηση μέσω εφαρμοσμένων ασκήσεων και ασκήσεων ανασκόπησης.

Προγραμματισμός Μαθημάτων

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια : 2 ώρες
1	Το Φάσμα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ Ταυτοτήτων	Όρισε και περιέγραψε βασικούς όρους, κατανόησε την ποικιλομορφία των ταυτοτήτων.	40
2	Συμπεριληπτική Γλώσσα και Επικοινωνία Με Σεβασμό	Εφάρμοσε συμπεριληπτική ορολογία, αναγνώρισε υποστηρικτικές πρακτικές.	40
3	Διατομεακότητα και Βιωμένες Εμπειρίες	Αναγνώρισε επικαλυπτόμενες ταυτότητες και εφάρμοσε συμπεριληπτικές στρατηγικές.	40

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης (π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια: 50 λεπτά
1	Αντιστοίχιση Ταυτότητας (Αντιστοίχιση)	Ενδυνάμωση της κατανόησης της ορολογίας	10 λεπτά
2	Έλεγχος Γλώσσας	Εντοπισμός και αναγνώριση μεταξύ απαρχαιωμένων και συμπεριληπτικών όρων	10 λεπτά

	(Απαρχαιωμένη /Συμπεριληπτική)		
3	Εξάσκηση Αντωνυμιών (Πολλαπλή Επιλογή)	Εξάσκηση συμπεριληπτικών εισαγωγών και χρήσης αντωνυμιών	10 λεπτά
4	Αλήθεια ή Ψέματα (Διατομεακότητα)	Αξιολογήστε την διατομεακή ενσυναίσθηση	10 λεπτά
5	Κουίζ Μύθου ή Πραγματικότητας	Ξεκαθαρίστε παρανοήσεις με γνώση βασισμένη σε γεγονότα	10 λεπτά

Αξιολόγηση της επίδρασης

Η αξιολόγηση της επίδρασης σε αυτό το μοντέλο θα διεξαχθεί μέσω των εντύπων αξιολόγησης μέσω της μαθησιακής διαδικασίας. Η κατανόηση των συμμετεχόντων θα μετρηθεί μέσω σύντομων κουίζ, δραστηριότητες «αλήθεια ή ψέματα», και ασκήσεις πολλαπλών επιλογών που εξασκούν την κατανόηση της ορολογίας ΛΟΑΤΚΙΑ+, συμπεριληπτικής γλώσσας, και διατομεακότητας. Τα έντυπα αξιολόγησης θα ενθαρρύνουν τους μαθητευόμενους να αξιολογήσουν τις στάσεις τους, να αναγνωρίσουν περιοχές για ανάπτυξη, και να ενώσουν την θεωρία στην πράξη. Οι εκπαιδευτές θα παρέχουν ανατροφοδότηση μετά από κάθε δραστηριότητα, υποστηρίζοντας την ορθή χρήση της ορολογίας, και να αναδείξουν συμπεριληπτικές στρατηγικές επικοινωνίας. Η διάδραση στις

συζητήσεις και η εφαρμογή των εννοιών σε ασκήσεις βασισμένες σε σενάρια θα βοηθήσουν στην αξιολόγηση της απόκτησης γνώσης και της πρακτικής ετοιμότητας. Η συνεδρία θα κλείσει με μια συζήτηση περίληψης, δίνοντας έμφαση στα βασικά αποτελέσματα όπως η σημασία της συμπεριληπτικής γλώσσας, η ενσυναίσθηση της διατομεακότητας, και ο ρόλος των εργαζομένων με την νεολαία στην υποστήριξη ενός συμπεριληπτικού, υποστηρικτικού περιβάλλοντος.

Μαθησιακό Πλάνο 2

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 2: “Αναγνωρίζοντας και παρέχοντας υποστήριξη σε εμπειρίες μη αποδοχής προς την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία”

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Ο σκοπός της μονάδας είναι να αναγνωρίσουν τις λεπτές και εμφανείς φόρμες του αποκλεισμού και της μη-αποδοχής που επηρεάζουν την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία και γνωρίζονται με την έρευνα και τα βασικά δεδομένα για τις εμπειρίες του αποκλεισμού της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην ΕΕ.

Στοχεύει στο να εξερευνήσει την διαφορά μεταξύ απορριπτικών και υποστηρικτικών απαντήσεων και να μάθει να απαντά σωστά και ηθικά, υποστηρίζοντας τους νέους ανθρώπους χωρίς να κάνουν υποθέσεις για την ταυτότητα ή την εμπειρία τους.

Αυτή η μονάδα ενδυναμώνει τους ανθρώπους που δουλεύουν με την νεολαία να προωθούν την θεσμική αλλαγή με το να εξερευνούν τις αλλαγές που κάνουν σε ποίκιλα επίπεδα για να αυξήσουν την συμπεριληπτικότητα στο επαγγελματικό τους περιβάλλον, να ενθαρρύνουν συμπεριληπτικά περιβάλλοντα για όλη την νεολαία.

Αυτή η μονάδα θα παρουσιάσει πρακτικά εργαλεία και γνώση για να μάθουν πως απαντούν υποστηρικτικά στις αναφορές των νέων της ΛΟΑΤΚΙΑ+ για την μη-αποδοχή, αλλά αποφεύγουν υποθέσεις για την εμπειρία τους, όπως και εφαρμόζουν αλλαγές που αυξάνουν το επίπεδο της αποδοχής μέσα στον οργανισμό τους.

Θέματα της μονάδας :

1. Μη-αποδοχή, ανεκτικότητα, και διάκριση
2. Διατομεακότητα και προστατευτικοί παράγοντες
3. Εμπειρικοί δείκτες και αποδείξεις της μη-αποδοχής και των αποτελεσμάτων της

Γενική Προετοιμασία

Είναι προτεινόμενο να εκτελούν αυτές τις ασκήσεις σε πιο μεγάλο χώρο, ιδανικά με πρόσβαση σε μεγάλη οθόνη ή προτζέκτορα, και ιδανικά έναν χώρο όπου οι συμμετέχοντες που είναι διαχωρισμένοι σε ομάδες μπορούν να βρουν κάποια ιδιωτικότητα και να εκτελέσουν κάποιες ασκήσεις μακριά από τις άλλες ομάδες συμμετεχόντων. Είναι επίσης προτεινόμενο να υπάρχει ενός τύπου μηχανή προβολής/ οθόνη διαθέσιμη για προβολή.

Για τις Ασκήσεις 1 και 3, ο διαμεσολαβητής πρέπει να ετοιμάσει μια λίστα κοινών σεναρίων εργασίας με την νεολαία ως φυλλάδια για τις ομάδες για να τις δουλέψουν εκ των προτέρων, ή να δουλέψουν σε πραγματικά που οι συμμετέχοντες μοιράστηκαν από την πραγματική τους εμπειρία.

Για τις Ασκήσεις 4 και 5, οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν πρόσβαση σε στυλό και χαρτί για τις σημειώσεις τους.

Όποτε δουλεύουν με επαγγελματίες που έχουν αληθινές εμπειρίες ή διλήμματα, είναι πάντα προτεινόμενο να σχηματίσουν ειδικά σενάρια που φέρνουν μαζί τους για ασκήσεις ανασκόπησης, οπότε ο προγραμματισμός της συνεδρίας με έναν τρόπο όπου μπορούν πρώτα να μοιραστούν τις πραγματικές τους εμπειρίες και τα διλήμματα.

Ωστόσο, πάντα έχετε μερικά σενάρια προετοιμασμένα εκ των προτέρων σε περίπτωση που οι συμμετέχοντες δεν έχουν καμία εμπειρία ακόμα ή δεν νιώθουν άνετα να μοιραστούν ή να δουλέψουν πάνω στις εμπειρίες που μοιράστηκαν με την ομάδα.

Μερικοί από τους συμμετέχοντες μπορεί να είναι ευαίσθητοι με τα θέματα – φροντίστε να υπάρχει η δυνατότητα να μπορούν να κάνουν διάλειμμα και να μιλήσουν με κάποιον αν νιώσουν άβολα κατά την διάρκεια της άσκησης.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος) :

Οι μαθητευόμενοι που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα θα πρέπει να έχουν βασικές γνώσεις για τα ανθρώπινα δικαιώματα, την ποικιλομορφία, και τις έννοιες συμπερίληψης, όπως και η γενική κατανόηση της ορολογίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα άτομα ΛΟΑΤΚΙΑ+ σε κοινωνικά, εκπαιδευτικά, και επαγγελματικά πλαίσια.

Διάρκεια του μαθήματος/μονάδας : 2 ώρες

Σημειώσεις Θεωρίας	Κύρια θέματα
	Πλαίσιο: Ορίστε την μη-αποδοχή, δείξε την διαφορά μεταξύ μη-αποδοχής και ανεκτικότητας. Βασικά ορόσημα: Δείξτε διαφορετικούς τύπους της μη-αποδοχής (φανερή, συγκαλυμμένη και δομημένη μη-αποδοχή). Εξηγήστε ότι οι επαγγελματίες θα πρέπει αντί αυτού να προσεγγίσουν τον κάθε νέο με διαφάνεια, περιέργεια, και σεβασμό, κάνοντας ερωτήσεις με ευαισθησία όπου είναι απαραίτητο και επιτρέποντας τα άτομα στον αυτό-προσδιορισμό και να μοιράζονται τις εμπειρίες τους με τους δικούς τους όρους. Παραδείγματα : Χρησιμοποιείτε την Ελλάδα, την Σουηδία, την Σλοβενία, και το Βέλγιο για να δείξετε την επίδραση στην πραγματικότητα. Συμμετοχή: Ρωτήστε απλές ερωτήσεις για να ενθαρρύνετε την ανασκόπηση. Γέφυρα στις ασκήσεις : Εξηγήστε ότι οι δραστηριότητες θα βοηθήσουν να θυμάστε και να εφαρμόσετε βασικά θέματα. Συμβουλές: Κρατήστε την γλώσσα απλή, χρησιμοποιείτε οπτικά βοηθήματα, αποσαφήνιση όρων, και διατήρηση μιας ατμόσφαιρας σεβασμού.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Ορίστε και διακρίνετε μεταξύ φανερών, κρυφών, και δομημένων μορφών της μη-αποδοχής
2	Αναγνωρίστε διατομεακούς παράγοντες κινδύνου που συμβάλλουν στον αποκλεισμό και την θυματοποίηση.
3	Μάθετε πως να απαντάτε υποστηρικτικά και αποφύγετε τις υποθέσεις για τις εμπειρίες κανενός.
4	Γνωρίζετε την βασική έρευνα και τα δεδομένα για τις εμπειρίες του αποκλεισμού για την νεολαία της ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην ΕΕ.
5	Υλοποιείτε αλλαγές που αυξάνουν το επίπεδο της αποδοχής μέσω στον οργανισμό.

6	Σχεδιάστε και προωθήστε πρακτικές παρεμβάσεις και πολιτικές που ενδυναμώνουν την αποδοχή και την ασφάλεια για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.
---	---

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 40 λεπτά
1	Θέμα 1: Μη-αποδοχή, ανεκτικότητα, και διάκριση	Βλέποντας την μη-αποδοχή ως στάσεις, πράξεις, ή δομές που απορρίπτουν, εξαιρούν, ή ακυρώνουν την ταυτότητα ενός ατόμου. Επισημαίνοντας ότι η αποδοχή μπορεί να μπερδευτεί ως ανοχή. Δείχνοντας τύπους της μη-αποδοχής. Εξηγώντας την αρχή της Αυτό-Ταυτοποίησης.	10 λεπτά
2	Θέμα 2: Διατομεακές Ευπάθειες και Προστατευτικοί Παράγοντες	Εξηγώντας την Διατομεακότητα και την πολυεπίπεδη διάκριση. Εξηγώντας πως οι Προστατευτικοί παράγοντες μπορούν να βελτιώσουν την ευεξία της νεολαίας.	10 λεπτά
3	Θέμα 3: Εμπειρικοί Δείκτες και στοιχεία της μη-αποδοχής και τα αποτελέσματα του	Δείχνοντας τα αποτελέσματα της Έρευνας FRA LGBTIQ Survey (2023) και τα δεδομένα όπως και η επίδραση ότι η μη-αποδοχή έχει στα ΛΟΑΤΚΙΑ+ άτομα	20 λεπτά

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια: 70 λεπτά
------	--	--------------------	-----------------------------

	ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)		
1	Άσκηση Ανασκόπησης: Βρείτε την Μη-Αποδοχή	Οι συμμετέχοντες μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τις λεπτές και φανερές φόρμες του αποκλεισμού.	15 λεπτά
2	Κουίζ EU Snapshot	Οι συμμετέχοντες εξοικειώνονται με την έρευνα και τα δεδομένα για τις εμπειρίες της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην ΕΕ.	10 λεπτά
3	Άσκηση Ανασκόπησης Παιχνίδι Ρόλου: Απαντώντας στην Γνωστοποίηση	Οι συμμετέχοντες εξασκούνται στην διαφορά μεταξύ απορριπτικών και υποστηρικτικών απαντήσεων.	20 λεπτά
4	Άσκηση Ανασκόπησης : Εργαλείο Θεσμικού Προβληματισμού	Οι συμμετέχοντες αναλύουν το επίπεδο αποδοχής του οργανισμού/σχολείου. ινστιτούτου τους.	15 λεπτά
5	Άσκηση Ανασκόπησης : Προγραμματισμός Δράσης	Οι συμμετέχοντες προβληματίζονται σχετικά με τις αλλαγές που μπορούν να κάνουν σε ποίκιλα επίπεδα για να αυξήσουν την συμπεριληπτικότητα στο επαγγελματικό τους περιβάλλον .	10 λεπτά

Αξιολόγηση της επίδρασης

Η πρόοδος του μαθητευόμενου αξιολογείται μετά από κάθε άσκηση με
αξιολογήσεις μικρών ανασκοπήσεων. Όποτε δουλεύουν σε ζευγάρια ή ομάδες,

ενημερώνουν πρώτα ο ένας τον άλλον και μετά το υπόλοιπο των συμμετεχόντων για την ανασκόπηση τους.

Η ανατροφοδότηση παρέχεται από τον συντονιστή μετά από κάθε τέτοια ανασκόπηση και απολογισμό.

Στο τέλος του μαθήματος, οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να μοιραστούν μερικές κύριες στιγμές και τι μάθανε, όπως και ως ανατροφοδότηση για το πόσο καλά τα μαθήματα εκτελέστηκαν.

Μαθησιακό Πλάνο 3

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 3: Ψυχική Υγεία: Αξιολόγηση και Τεχνικές Οικοδόμησης
Ανεκτικότητας

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Η νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ συχνά αντιμετωπίζει μοναδικές προκλήσεις ψυχικής υγείας που συνδέονται με την διάκριση, άγχος διάκρισης, κοινωνικό στίγμα, έλλειψη αποδοχής, και φόβος της απόρριψης από οικογένεια ή ομότιμους. Αυτές οι εμπειρίες αυξάνουν το ρίσκο του άγχους, της κατάθλιψης, του αυτό-τραυματισμού, και των αυτοκτονικών σκέψεων. Υποστηρίζοντας την ψυχική υγεία της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ απαιτεί πρακτικά εργαλεία όπως η συμπεριληπτική γλώσσα, η ενεργή ακρόαση, η επικύρωση της ταυτότητας, και η δημιουργία ασφαλών, υποστηρικτικών περιβαλλόντων όπου οι νέοι άνθρωποι νιώθουν ότι τους βλέπουν και τους σέβονται. Η πρόληψη αυτοκτονίας περιέχει την πρόωρη αναγνώριση προειδοποιητικών σημαδιών, έχοντας ανοιχτές και μη-επικριτικές συζητήσεις για την ψυχική υγεία, διαβεβαιώνοντας πρόσβαση σε κατάλληλες υπηρεσίες υποστήριξης, και γνωρίζοντας πως να απαντήσουν όταν προκύπτουν ανησυχίες. Ως ένας υποστηρικτικός ενήλικας, η ανασκόπηση σε κάποιου τον ρόλο είναι απαραίτητη. Δείχνοντας αποδοχή, αμφισβητώντας την διάκριση, χτίζοντας την εμπιστοσύνη, και όταν είναι ενεργά παρών μπορούν να κάνουν μια σημαντική προστατευτική διαφορά στις ζωές της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας.

Θέματα της μονάδας :

- Κοινές προκλήσεις της ψυχικής υγείας στις ζωές της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας
- Πρακτικά εργαλεία για την υποστήριξη της ψυχικής υγείας της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας
- Στρατηγικές πρόληψης αυτοκτονίας
- Ο ρόλος των ενηλίκων στην παροχή υποστήριξης

Γενική Προετοιμασία

Τα υλικά που χρειάζονται. Παρουσίαση PPT από το Learnify, χαρτί και μολύβι.

Προειδοποίηση ενεργοποίησης: Αυτή η μονάδα παρουσιάζει δύσκολα θέματα = είναι εντάξει να παίρνεις διαλείμματα, να καλείς ή να μιλάς με κάποιον.

- Όταν μαθαίνω θα προσπαθήσω να μην τα κάνω αυτό ως εμπειρία του “άλλου” καθώς δεν γνωρίζω τι εμπειρίες έχει
- **Αν χρειάζεσαι βοήθεια. Παρακαλώ κάλεσε την εθνική σου γραμμή υποστήριξης.**
- **Αν εσύ ή οποιοσδήποτε ξέρεις είναι σε μια κατάσταση έκτακτης ανάγκης καλέστε το ασθενοφόρο, την εθνική γραμμή έκτακτης ανάγκης**

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος:

Οι μαθητευόμενοι δεν χρειάζεται να έχουν βασικές γνώσεις στην ψυχική υγεία και τεχνικές ανθεκτικότητας.

Διάρκεια του μαθήματος/μονάδας :

3,5 ώρες

Σημειώσεις Θεωρίας	Οδηγίες για Εκπαιδευτές: Θεωρία, Εξήγηση, και Εφαρμογή
Η ενότητα 3 αναφέρεται στην έρευνα και την πρακτική που είναι σχετική με την ψυχική υγεία μεταξύ της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+, με μεγάλη εστίαση στην ευπάθεια, το άγχος μειονότητας, τις μικροεπιθέσεις, την ανθεκτικότητα, και τον ρόλο των υποστηρικτικών ενηλίκων. 1. Θεωρία Άγχος Μειονότητας Ένα κεντρικό θεωρητικό πλαίσιο στην μονάδα είναι η Θεωρία Άγχος Μειονότητάς. Εξηγεί πως η νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ αντιμετωπίζει χρόνιο άγχος λόγω του στίγματος, της διάκρισης, του αποκλεισμού, και των επαναλαμβανόμενων αρνητικών εμπειριών στην καθημερινή ζωή. Αυτή η θεωρία αναδεικνύει ότι τα υψηλά επίπεδα του άγχους, της κατάθλιψης, και	

του αυτοκτονικού ιδεασμού μεταξύ της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ δεν συμβαίνει **λόγω των ταυτοτήτων τους**, αλλά από το πως τους φέρεται η κοινωνία.

2. Μικροεπιθέσεις και το Τρίγωνο Βίας

Η μονάδα παρουσιάζει το **Τρίγωνο Βίας** για να εξηγήσει πως η ανεπαίσθητη βλάβη μπορεί να κλιμακώσει με τον καιρό:

- **Μικροεπιθέσεις** (π.χ. υποθέσεις, λάθος φύλο, ακύρωση σχολίων) αποτελούν την βάση.
- Αν δεν απαντηθεί, αυτά μπορούν να κλιμακώσουν σε λεκτική επιθετικότητα.
- Στην κορυφή του τριγώνου είναι η κακοποίηση ή η σωματική βία.

Η **αναλογία του “δαγκώματος κουνουπιού”** απεικονίζει πως μικρές, επαναλαμβανόμενες ζημιές συσσωρεύονται και οδηγούν σε άγχος μειονότητας και καταπνίξη ψυχικής υγείας. Έγκαιρη παρέμβαση ενηλίκων παρουσιάζεται ως ζωτικής σημασίας για την πρόληψη.

3. Ανθεκτικότητα ως Κοινωνική και Σχεσιακή Διαδικασία

Η ανθεκτικότητα πλαισιώνεται όχι μόνο ως ένα ατομικό χαρακτηριστικό, αλλά ως κάτι που **χτίζεται μεταξύ σχέσεων και περιβαλλόντων**. Βασικοί προστατευτικοί παράγοντες περιλαμβάνουν:

- Πρόσβαση σε υποστηρικτικούς και με κατανόηση ενήλικες
- Το να νιώθεις ορατός, πιστευτός, και πως σε σέβονται
- Εκπροσώπηση και θετικά μοντέλα ρόλων
- Ασφαλής χώροι όπου η ταυτότητα επιβεβαιώνεται

Μικρές, καθημερινές πράξεις φροντίδας τονίζονται ως ισχυροί συνεισφέροντες για την ψυχική υγεία.

4. Επίγνωση Κανόνων και Συμπεριληπτικών Πρακτικών

Αυτή η μονάδα ενημερώνεται από **επίγνωση κανόνων και ανασκοπικές προσεγγίσεις**, ενθαρρύνοντας τους ενήλικες να αμφισβητούν τους κυρίαρχους κανόνες σε σχέση με το φύλο και την σεξουαλικότητα.

Οι πρακτικές όπως οι **εθελοντικοί κύκλοι αντωνυμιών** παρουσιάζονται ως

εργαλεία για την προώθηση της συμπερίληψης ενώ σέβονται τα προσωπικά όρια και την ασφάλεια.

5. Πρόληψη Αυτοκτονιών και Αρχική Παρέμβαση

Θεωρητικές πληροφορίες από το άγχος για την **έρευνα πρόληψης αυτοκτονιών** όπου:

- Το να ρωτήσεις ευθέως για τις αυτοκτονικές σκέψεις δεν αυξάνει το ρίσκο
- Το να μιλάς ανοιχτά μπορεί να μειώσει την απομόνωση και την αγωνία
- Πρόωρη αναγνώριση των προειδοποιητικών σημαδιών είναι ουσιώδης

Οι ενήλικες ενθαρρύνονται να ακούσουν χωρίς να προσπαθούν να διορθώσουν, να λαμβάνουν τις ανησυχίες σοβαρά, και να συνδέουν την νεολαία με κατάλληλες υπηρεσίες υποστήριξης.

6. Ο Ρόλος του Υποστηρικτικού Ενήλικα

Ένα βασικό μήνυμα της μονάδας είναι πως **η παρουσία έχει περισσότερη σημασία από τις τέλειες απαντήσεις**. Οι υποστηρικτικοί ενήλικες θεωρούνται γέφυρες για την ασφάλεια και την φροντίδα, όχι ως μόνο για επιλύσεις προβλημάτων.

Η θεωρία επίσης τονίζει την σημασία της **αυτό-φροντίδας και του μοιράσματος της ευθύνης** για να διασφαλιστεί η βιώσιμη υποστήριξη για νεολαία και ενήλικες.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Κατανόηση των βασικών προκλήσεων ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζει η νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην Ευρώπη.
2	Εξήγηση της Θεωρίας του Άγχους της Μειονότητας και πως το στίγμα επηρεάζει την ψυχική υγεία.
3	Αναγνώριση των μικροεπιθέσεων και περιγραφή του πως μπορούν να κλιμακωθούν χρησιμοποιώντας το μοντέλο Τρίγωνο Βίας.
4	Αναγνώριση πρόωρων προειδοποιητικών σημαδιών ψυχικής δυσφορίας και αυτοκτονικού ιδεασμού στην ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.

5	Εφαρμογή οικοδόμησης στρατηγικών ανεκτικότητας που προωθούν την ασφάλεια, την συμπερίληψη, και την συναισθηματική ευεξία.
6	Χρήση επίγνωσης των κανόνων και συμπεριληπτικών πρακτικών (π.χ. εθελοντικών κύκλων αντωνυμιών) για την δημιουργία πιο ασφαλών περιβαλλόντων.
7	Απάντηση με ηρεμία και υποστήριξη σε νέους ανθρώπους που αντιμετωπίζουν δυσφορία, χωρίς να μειώνουν ή να επικρίνουν τις εμπειρίες τους.
8	Να γνωρίζεις πότε και πως να περιλαμβάνεις περισσότερες υπηρεσίες υποστήριξης και να ακολουθούνται οι ρουτίνες διασφάλισης.
9	Ανασκόπηση του δικού τους ρόλου, ορίων, και αυτό-φροντίδας ως ένας υποστηρικτικός ενήλικας ή Proud Ambassador.

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 Θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 3, 5 ώρες
1	Ψυχική Υγεία: Αξιολόγηση και Τεχνικές Οικοδόμησης Ανεκτικότητας	Μέχρι το τέλος αυτής της συνεδρίας, οι συμμετέχοντες θα μπορούν να: - Κατανοήσουν τα βασικά ρίσκα ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζει η νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ - Εξηγούν το άγχος μειονότητας και η επίδραση της μικροεπιθετικότητας	40 λεπτά

		- Χρησιμοποιούν το Τρίγωνο Βίας για να κατανοήσουν την κλιμάκωση της βλάβης - Αναγνωρίζουν τους προστατευτικούς παράγοντες και τις στρατηγικές οικοδόμησης ανθεκτικότητας - Απαντούν με ασφάλεια και υποστηρικτικά στην νεολαία που είναι σε δυσφορία - Κάνουν ανασκόπηση στον δικό τους ρόλο, τα όρια, και την αυτοφροντίδα	
2	Πλαίσιο Ανοίγματος & Ασφάλειας	Δημιουργείτε μια συναισθηματική ασφάλεια και θέστε τις προσδοκίες	(15 λεπτά)
3	Θεωρητική Εισαγωγή: Ψυχική Υγεία & Άγχος Μειονότητας	Χτίστε μια κοινή κατανόηση - Σύντομη Παρουσίαση: - Προκλήσεις ψυχικής υγείας για την νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ - Θεωρία Άγχους Μειονότητας	(30 λεπτά)

		○ Ομάδες υψηλού κινδύνου στην ΛΟΑΤΚΙΑ+ κοινότητα • Ερώτηση ανασκόπησης (ζευγάρια ή μικρή ομάδα): ○ Πως μπορούν οι κοινωνικές νόρμες να δημιουργήσουν άγχος για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία;	
4	Μικροεπιθέσεις & το Τρίγωνο Βίας	• Εισαγωγή: • Μικροεπιθέσεις • Αναλογία τσιμπήματος κουνουπιού • Τρίγωνο Βίας (βάση-μέση-κορυφή) • Ομαδική άσκηση: • Ταιριάξτε παραδείγματα καθημερινών σχολίων με τα επίπεδα του τριγώνου • Συζήτηση ολομέλειας: • Γιατί είναι η πρόωρη παρέμβαση τόσο σημαντική;	(30 λεπτά)

5	Ανθεκτικότητα και Προστατευτικοί Παράγοντες	Μετάβαση από τον κίνδυνο στην δύναμη και την πρόληψη	15 λεπτά
6	Παρατηρώντας την Αγωνία & Πρόληψη Αυτοκτονιών	Σκοπός: Χτίσιμο εμπιστοσύνης στο να ανταποκρίνεσαι - Εισαγωγή: - Προειδοποιητικά σημάδια αγωνίας και αυτοκτονικός ιδεασμός - Μύθοι εναντίον γεγονότων για την αυτοκτονία - Τι να κάνετε/ τι να μην κάνετε	(30 λεπτά)
7	Περίπτωση Μελέτης: Ελπίδα & Ανάκτηση	Σκοπός: Εφαρμογή θεωρίας στην πράξη	(20 λεπτά)
8	Κλείσιμο Προβληματισμού & Συμπεράσματα	Ανασκόπηση και εμπέδωση μάθησης	(10 λεπτά)

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια:50 λεπτά
------	--	--------------------	----------------------------

1	Άσκηση 1: Ενσυναίσθηση του Φυσιολογικού & Αυτό-Ανασκόπηση	Για την αύξηση ενσυναίσθησης των κοινωνικών κανόνων και πως επηρεάζουν την νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ και την ψυχική υγεία.	10-15 λεπτά
2	Άσκηση 2: Πολλαπλή Επιλογή – Προστατευτικοί Παράγοντες Αναφορά Διαφάνειας: Άσκηση – Πολλαπλή Επιλογή	Η ενίσχυση της κατανόησης των προστατευτικών παραγόντων για την ψυχική υγεία της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+.	5 λεπτά
3	Άσκηση 3: Τρίγωνο Βίας & Ανασκόπηση Μικροεπιθέσεων	Η κατανόηση του πως οι μικροεπιθέσεις κλιμακώνονται και επηρεάζουν την ψυχική υγεία με τον καιρό.	15 λεπτά
4	Άσκηση 4: Άσκηση Αντιστοίχισης– Βασικές Εννοιες	Η εδραίωση κατανόησης των βασικών θεωρητικών εννοιών.	5-10 λεπτά
5	Άσκηση 5: Μελέτη Περίπτωσης– Η Ιστορία του Άλεξ	Η εφαρμογή θεωρίας με πραγματικές καταστάσεις και η ανάδειξη της σημασίας του να προσέχεις τις αλλαγές.	20 λεπτά
6	Άσκηση 6: Ανασκόπηση - Παρατηρώντας τους Άλλους	Άσκηση Ανασκόπησης (μετά την ιστορία του Άλεξ) Σκοπός: Η ενδυνάμωση της ικανότητας των συμμετεχόντων να παρατηρούν και να απαντούν στα καθημερινά πλαίσια.	10 λεπτά
7	Άσκηση 7: Αλήθεια ή Ψέματα – Μύθοι Πρόληψης Αυτοκτονιών	Η αμφισβήτηση κοινών μύθων για την αυτοκτονία και η αύξηση της	5 λεπτά

		αυτοπεποίθησης στην ερώτηση ευθέων ερωτήσεων.	
8	Άσκηση 8: Αυτό-Φροντίδα & Ανασκόπηση Ορίων	Η προώθηση βιώσιμης διάδρασης και η πρόληψη συναισθηματικής υπερφόρτωσης.	5 λεπτά
9	Άσκηση 9: Τελική Ανασκόπηση- Βασικά Συμπεράσματα	Συμπερίληψη της μάθησης και ανασκόπηση πάνω στην μονάδα.	5 λεπτά

Αξιολόγηση της επίδρασης

Συμπεριλάβετε διαμορφωτικές αξιολογήσεις κατά την διάρκεια της συνεδρίας (π.χ., κουίζ, δημοσκοπήσεις, ή σύντομες ανασκοπήσεις). Παρέχετε εποικοδομητική ανατροφοδότηση για τους εκπαιδευόμενους βασισμένη στην συμμετοχή και την επίδοσή τους. Συνοψίστε βασικά σημεία και δώστε έμφαση σε συμπεράσματα.

Μαθησιακό Πλάνο 4

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 4: Συμπεριληπτική Επικοινωνία και Δεξιότητες Γλώσσας Κατά της Βίας

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Ο σκοπός της μονάδας είναι η ενδυνάμωση της κατανόησης των συμμετεχόντων και η εφαρμογή των πρακτικών της συμπεριληπτικής επικοινωνίας που προωθούν την ισότητα, ενσυναίσθηση, και τον σεβασμό στην εργασία με νέους ανθρώπους και τα επαγγελματικά περιβάλλοντα.

Στοχεύει στην ανάδειξη της ικανότητας των εργαζομένων με νέα άτομα και τους εκπαιδευτικών να αναγνωρίσουν, αντιμετωπίσουν, και να αναδιατάξουν την προκατειλημμένη ή την γλώσσα αποκλεισμού, για αυτό η προώθηση περιβαλλόντων που υποστηρίζει το ανήκειν και την ψυχολογική ασφάλεια για όλους τους νέους ανθρώπους.

Αυτή η μονάδα ενδυναμώνει τους μαθητευόμενους να εφαρμόσουν αρχές γλώσσας ενάντια στην βία στην προφορική αλλά και γραπτή επικοινωνία, να συμμετέχουν στην ανασκοπική ακρόαση, και να τηρούν ένα μοντέλο διαλόγου με σεβασμό όταν δουλεύουν με άτομα από ΛΟΑΤΚΙΑ+ και ποικιλόμορφων κοινοτήτων.

Η μονάδα θα παρουσιάσει πρακτικά εργαλεία, θεωρητικές βάσεις, και διαδραστικές ασκήσεις για να βοηθήσει τους μαθητευόμενους να αναγνωρίσουν την ασυνείδητη προκατάληψη, να αντικαταστήσουν τους όρους αποκλεισμού με αντίστοιχους συμπεριληπτικούς, και να εξασκηθούν στην συμπεριληπτική, καθοδηγούμενη από ενσυναίσθηση επικοινωνία σε ρεαλιστικά σενάρια.

Θέματα της μονάδας :

1. Η Δύναμη της Γλώσσας στην Συμπερίληψη και το Ανήκειν
2. Αναγνωρίζοντας και Αναμορφώνοντας την Γλώσσα Προκατάληψης στην Πράξη

3. Συμπεριληπτικός Διάλογος και Ανασκοπική Ακρόαση στα Πλαίσια Εργασίας Με την Νεολαία

Γενική Προετοιμασία

Πριν από την συνεδρία, οι εκπαιδευτές θα πρέπει να αξιολογήσουν τα διαθέσιμα υλικά, συμπεριλαμβανομένου των φυλλαδίων, των ορισμών, και των διαφανειών PowerPoint στην συμπεριληπτική γλώσσα. Το μαθησιακό περιβάλλον θα πρέπει να ενθαρρύνει την ανοιχτή συζήτηση και τον αμοιβαίο σεβασμό, διαβεβαιώνοντας ότι οι συμμετέχοντες νιώθουν ασφαλής να μοιραστούν την δική τους οπτική γωνία και να κάνουν ερωτήσεις. Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να ετοιμάσουν παραδείγματα συμπεριληπτικής και προκατειλημμένης επικοινωνίας από καθημερινές αλληλεπιδράσεις στην εργασία με νέους ανθρώπους ή επαγγελματικά πλαίσια. Ψηφιακά εργαλεία όπως το Moodle, Mentimeter, ή Google Forms μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως διαδραστική άσκηση. Οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να μοιραστούν προηγούμενες εμπειρίες ή προκλήσεις που έχουν αντιμετωπίσει σχετικά με την επικοινωνία και την συμπερίληψη.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος:

Οι συμμετέχοντες που εντάσσονται σε αυτήν την μονάδα θα πρέπει να έχουν μια βασική κατανόηση των αρχών ποικιλομορφίας, ισότητας, και συμπερίληψης. Προηγούμενη εμπειρία στην εργασία με τους νέους, την εκπαίδευση, ή την συμμετοχή στην κοινότητα προτείνεται αλλά δεν είναι υποχρεωτικό. Η μονάδα ενδείκνυται για συμμετέχοντες σε ενδιάμεσο επίπεδο, που κατέχουν γενικές επικοινωνιακές δεξιότητες αλλά τείνουν να εκβαθύνουν την ενσυναίσθηση της προκατάληψης και την χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας σε πλαίσια πολυπολιτισμικά και ποικιλόμορφα.

Διάρκεια του μαθήματος/ενότητας :

3 ώρες

Σημειώσεις Θεωρίας	Οδηγίες για Εκπαιδευτές: Θεωρία, Επεξήγηση, και Εφαρμογή
-----------------------	--

Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να καθοδηγήσουν τους συμμετέχοντες μέσω των τριών θεμάτων θεωρίας, χρησιμοποιώντας ουσιαστικά παραδείγματα και να ενθαρρύνουν την ανασκόπηση. Ξεκινήστε με σύντομες παρουσιάσεις που εξηγούν πως η γλώσσα επηρεάζει την αντίληψη, το ανήκειν, και την ψυχική υγεία, υποστηριζόμενη από δεδομένα της FRA (2024) και της UNESCO (2023). Στο θέμα 2, δώστε έμφαση στην πρακτική αναδιατύπωση της προκατειλημμένης γλώσσας, από παραδείγματα της GLAAD (2023) και της WHO (2022). Το θέμα 3 θα πρέπει να περιλαμβάνει επιδείξεις τεχνικών ανασκοπικής ακρόασης και πρακτικές επικοινωνίας με ενσυναίσθηση. Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να ενθαρρύνουν τους συμμετέχοντες να εφαρμόσουν κάθε έννοια απευθείας κατά την διάρκεια των συζητήσεων ή σύντομων ασκήσεων ρόλων.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Αναγνώριση προκατειλημμένης και συμπεριληπτικής γλώσσας στην καθημερινή επικοινωνία.
2	Εφαρμογή τεχνικών επικοινωνίας στις γραπτές και προφορικές ανταλλαγές.
3	Αναδιάταξη εκφράσεων αποκλεισμού ή στιγματισμού σε υποστηρικτικές εναλλακτικές.
4	Επίδειξη της ενσυναίσθησης για την ασυνείδητη προκατάληψη και τις επιπτώσεις της στην αλληλεπίδραση.
5	Συμμετοχή σε καθοδηγούμενο από ενσυναίσθηση διάλογο που υποστηρίζει τις ταυτότητες της ποικιλόμορφης νεολαίας.

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης,	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 2 ώρες

	θεωρία) Μέγιστο: 3 Θέματα		
1	Η Δύναμη της Γλώσσας στην Συμπερίληψη και το Ανήκειν		40
2	Αναγνωρίζοντας και Αναμορφώνοντας την Γλώσσα Προκατάληψης στην Πράξη		40
3	Συμπεριληπτικός Διάλογος και Ανασκοπική Ακρόαση στα Πλαίσια Εργασίας Με την Νεολαία		40

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Ασκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια:50 λεπτά
1	“Οι Λέξεις Έχουν Σημασία” (Δραστηριότητα Αντιστοίχισης- μεταφορά απόθεση)	Αυτή η δραστηριότητα ενδυναμώνει την κατανόηση της συμπεριληπτικής έναντι της απαρχαιωμένης ορολογίας. Οι συμμετέχοντες αντιστοιχούν μη & συμπεριληπτικές φράσεις (π.χ., “σεξουαλική προτίμηση,” “κυρίες και κύριοι”) με τα συμπεριληπτικά αντίστοιχα (“σεξουαλικός	10 λεπτά

		προσανατολισμός,” “όλοι”). Ο σκοπός είναι να ενδυναμώσουν την ενσυναίσθηση της ακρίβειας και συμπερίληψης της γλώσσας.	
2	“Βρείτε την Προκατάληψη” (Κουίζ αλήθεια ή ψέματα)	Οι συμμετέχοντες αναγνωρίζουν αν ο εκάστοτε εργασιακός χώρος ή οι δηλώσεις επικοινωνίας καταδεικνύουν προκατάληψη. Αυτό τους βοηθά να αναγνωρίσουν ρητές και διακριτικές μορφές προκατάληψης και να αντισταθούν στην επίδραση τους στα εργασιακά περιβάλλοντα νέων.	10 λεπτά
3	“Πες Το Συμπεριληπτικά!” (Προσομοίωση ομιλίας)	Σε αυτήν την διαδραστική δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες απαντούν σε σύντομες πραγματικές καταστάσεις (π.χ., ένας συνάδελφος να χρησιμοποιεί λανθασμένες αντωνυμίες ή να δημιουργεί στερεότυπα). Με την διαδικτυακή ή σε ομάδες διεξαγωγή, εξασκούνται στο να λένε συμπεριληπτικές και με σεβασμό απαντήσεις φωναχτά, βελτιώνοντας την αυτοπεποίθηση στην πραγματική επικοινωνία.	10 λεπτά
4	Πες Το Καλύτερα!” (Πρόκληση Συμπεριληπτικής Αναδιατύπωσης)	Οι μαθητευόμενοι παρουσιάζονται με μη συμπεριληπτικές φράσεις εργασιακού χώρου και πρέπει να τις ξαναγράψουν ή να αναδιατυπώσουν προφορικά σε ουδέτερες, θετικές εναλλακτικές. Αυτό ενθαρρύνει την πρακτική εφαρμογή των στρατηγικών αναδιατύπωσης και την ανασκοπική ενσυναίσθηση της επιλογής τόνου και λέξεων.	10 λεπτά

5	“Χτίζοντας Γέφυρες” (Κουίζ Διαδραστικής Ανασκόπησης)	Οι συμμετέχοντες συμπληρώνουν μια διαδραστική αυτό-αξιολόγηση ή δημοσκόπηση ανασκόπησης για την εδραίωση μάθησης. Επιλέγουν ή γράφουν πως θα μπορούσαν να εφαρμόσουν αρχές συμπεριληπτικής επικοινωνίας στο μέλλον. Ο σκοπός είναι να εσωτερικεύσουν τις καθοδηγούμενες από ενσυναίσθηση συνήθειες επικοινωνίας που προωθούν το ανήκειν και τον σεβασμό.	10 λεπτά
---	---	--	----------

Αξιολόγηση της επίδρασης

Η πρόοδος των μαθητευόμενων θα αξιολογηθεί μέσω επίσημων αξιολογήσεων που είναι ενταγμένες σε κάθε άσκηση. Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να χρησιμοποιούν γρήγορες δημοσκοπήσεις ανασκόπησης, κουίζ πολλαπλών επιλογών, ή ζωντανών συζητήσεων για να μετρήσουν την κατανόηση και την συμμετοχή. Επικοινωνιακή ανατροφοδότηση θα παρέχεται μέσω συνεδριών απολογισμού, δίνοντας έμφαση στις δυνάμεις αλλά και στους τομείς που μπορούν να αναπτυχθούν. Στο τέλος της μονάδας, οι συμμετέχοντες θα επισυνάψουν τα κύρια συμπεράσματα, σημειώνοντας πως η ενσυναίσθηση της συμπεριληπτικής επικοινωνίας και η προκατάληψη έχουν εξελιχθεί. Αυτή η αξιολόγηση ανασκόπησης διαβεβαιώνει ότι οι συμμετέχοντες μπορούν να εφαρμόσουν δεξιότητες που αποκτήθηκαν με αυτοπεποίθηση σε μελλοντική εργασία με νεολαία ή σε κοινωνικά πλαίσια.

Μαθησιακό Πλάνο 5

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 5: Δημιουργώντας Συμπεριληπτικούς και Φιλικούς προς τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ Εργασιακούς Χώρους

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Ο σκοπός της μονάδας είναι να παρέχει μια περιεκτική κατανόηση της συμπερίληψης και ποικιλομορφίας του εργασιακού χώρου, με έμφαση στις ταυτότητες και εμπειρίες των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ατόμων.

Στοχεύει στην αύξηση της ενσυναίσθησης των εννοιών όπως η ισότητα, το μετοχικό κεφάλαιο, SOGIESC, και διατομεακότητα, ενώ τονίζει τα νομικά πλαίσια και τις οργανωτικές πρακτικές που υποστηρίζουν τα συμπεριληπτικά περιβάλλοντα.

Αυτή η μονάδα ενδυναμώνει τους επαγγελματίες, τους ηγέτες, και τους υπαλλήλους για να αναγνωρίσουν την διάκριση, την πρόκληση της προκατάληψης, και να συμβάλλουν ενεργά σε εργασιακούς χώρους που έχουν σεβασμό, είναι πρωτοποριακοί, και δίκαιοι.

Αυτή η μονάδα θα παρουσιάσει πρακτικά εργαλεία και γνώση για την υλοποίηση συμπεριληπτικών πολιτικών, την υιοθέτηση συμμαχίας, την προώθηση ψυχολογικής ασφάλειας, και την αξιολόγηση της προόδου μέσω μετρήσιμων δεικτών και συνεχούς μάθησης.

Θέματα της ενότητας :

Γενική Προετοιμασία

Όσον αφορά την προετοιμασία για την παρουσίαση της μονάδας, χρειάζονται ένας υπολογιστής και ένας προτζέκτορας , αφού θα παρουσιαστούν οι διαφάνειες PowerPoint.

Οι προσδοκίες σχετικά με την συμμετοχή, την συμπεριφορά, και την ενεργή συμμετοχή:

- **Ενεργή συμμετοχή:** Οι μαθητευόμενοι αναμένεται να συμμετάσχουν σε συζητήσεις, δραστηριότητες, και ανασκοπήσεις. Το μοίρασμα εμπειριών και οι προοπτικές εμπλουτίζουν το μαθησιακό περιβάλλον για όλους.
- **Συμπεριφορά με Σεβασμό:** Όλοι οι συμμετέχοντες θα πρέπει να φέρονται ο ένας στον άλλο με αξιοπρέπεια και σεβασμό. Γλώσσα διάκρισης, παρενόχληση ή συμπεριφορά αποκλεισμού δεν θα γίνει ανεκτή.
- **Ανοιχτό Μυαλό:** Προσεγγίστε την μονάδα με περιέργεια και με θέληση για μάθηση. Να είστε ανοιχτοί στην πρόκληση υποθέσεων και την εξερεύνηση ποικιλόμορφων απόψεων.
- **Συμπεριληπτική Επικοινωνία:** Χρησιμοποιήστε συμπεριληπτική γλώσσα, τιμήστε τα επιλεγμένα ονόματα και ανωνυμίες, και αποφύγετε υποθέσεις για την ταυτότητα, το υπόβαθρο, ή την εμπειρία.
- **Υποστηρικτικό Περιβάλλον:** Ενθαρρύνετε και ανυψώστε τους άλλους. Ακούστε ενεργά, παρέμβετε εποικοδομητικά όπου χρειάζεται, και συμβάλλεται σε ένα ψυχολογικά ασφαλές χώρο.

Αναφέρεται σύντομα κανόνες ή οδηγίες για την συνεδρία.

- **Σεβασμός και Συμπερίληψη:** Φερθείτε σε όλους τους συμμετέχοντες με σεβασμό. Διάκριση, παρενόχληση, ή συμπεριφορά αποκλεισμού δεν θα γίνουν ανεκτές.
- **Εμπιστευτικότητα:** Τι μοιράζεται σε μια συνεδρία μένει στην συνεδρία. Σεβαστείτε το απόρρητο των άλλων και τις εμπειρίες τους.
- **Ενεργή Συμμετοχή:** Συμμετέχετε σε συζητήσεις, δραστηριότητες, και ανασκοπήσεις. Η φωνή σας μετράει.
- **Ανοιχτός Διάλογος:** Κάνετε ερωτήσεις, μοιραστείτε προοπτικές, και ακούστε ενεργά. Ποικιλόμορφες προοπτικές είναι καλοδεχούμενες.
- **Χρησιμοποιείτε Συμπεριληπτική Γλώσσα:** Να έχετε υπόψιν ανωνυμίες, ταυτότητες, και ορολογία. Αποφύγετε τις υποθέσεις.
- **Ασφαλές Μέρος:** Αυτό είναι ένα μαθησιακό περιβάλλον όπου όλοι μπορούν να νιώσουν ψυχολογικά ασφαλή για να εκφραστούν.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος:

Οι μαθητευόμενοι που θα κάνουν αίτηση για αυτήν την μονάδα θα πρέπει να έχουν βασική γνώση για τις δυναμικές του χώρου εργασίας, τις αρχές των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, και τις γενικές έννοιες της ισότητας και του μη αποκλεισμού, ειδικά σε επαγγελματικά ή οργανωτικά πλαίσια.

Διάρκεια του μαθήματος/ενότητας :

2.5 ώρες

Σημειώσεις Θεωρίας	Τίτλος
	- Ξεκινήστε με σαφήνεια: Εισάγετε σκοπούς της ενότητας, προσδοκίες, και κανόνες. - Χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας: Επικοινωνήστε με σεβασμό και σεβαστείτε τα επιλεγμένα ονόματα/ αντωνυμίες. - Ενθαρρύνετε την συμμετοχή: Διευκολύνετε τον ανοιχτό διάλογο, τις ομαδικές δραστηριότητες, και τις ανασκοπήσεις. - Διαχειριστείτε ευαίσθητα θέματα με προσοχή: Δημιουργήστε έναν ασφαλή χώρο, επικυρώστε τις εμπειρίες, και διαχειριστείτε με σεβασμό την αντίσταση. - Υποστηρίξτε την μάθηση: Χρησιμοποιήστε αληθινά παραδείγματα , νομικές αναφορές, και διαδραστικά εργαλεία. - Επισυνάψτε με ανασκόπηση: Συνοψίστε βασικά σημεία και προσκαλέστε τους μαθητευόμενους για να μοιραστούν συμπεράσματα ή βήματα δράσης.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Ορίστε έννοιες σχετικές με ποικιλομορφία, συμπερίληψη, ισότητα, και SOGIESC.
2	Αναγνωρίστε τα όρια και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα άτομα ΛΟΑΤΚΙΑ+ στον εργασιακό χώρο.

3	Κατανοήστε σχετικά διεθνή νομικά πλαίσια που υποστηρίζουν την διάκριση.
4	Εφαρμόστε στρατηγικές για την υιοθέτηση συμπεριληπτικών περιβαλλόντων σε οργανωτικά, διαπροσωπικά, και ατομικά επίπεδα.
5	Αναγνωρίστε την επίδραση της συμπερίληψης για την ψυχική υγεία ενός υπαλλήλου, την καινοτομία, και την οργανωτική επιτυχία.

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 Θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 2 ώρες
1	Κατανοώντας την Συμπερίληψη και την Ποικιλομορφία στην Εργασία	Αυτό το θέμα παρουσιάζει βασικές έννοιες ισότητας, μετοχικού κεφαλαίου, και συμπερίληψης, εξηγώντας πως οι ποικιλομορφία των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ενδυναμώνει τους εργασιακούς χώρους και τους ενώνει με τις αρχές ανθρώπινων δικαιωμάτων.	40 λεπτά
2	Όρια και Προκλήσεις στον Εργασιακό Χώρο	Αυτό το θέμα εξετάζει τα συστημικά, πολιτιστικά, και διατομεακά όρια που τα άτομα ΛΟΑΤΚΙΑ+ αντιμετωπίζουν σε επαγγελματικές καταστάσεις, τονίζοντας πως η διάκριση και ο αποκλεισμός επηρεάζουν αρνητικά την ψυχική υγεία του υπαλλήλου και την οργανωτική του απόδοση.	40 λεπτά

3	Στρατηγικές Δημιουργίας Συμπεριληπτικούς και Φιλικούς προς τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ Εργασιακούς Χώρους	Αυτό το θέμα εστιάζει σε πρακτικές, ποικίλων επιπέδων στρατηγικές—οργανωτικές, διατομεακές, και ατομικές—για την υιοθέτηση συμπεριληπτικών, ισότητας, και θετικών χώρων εργασίας όπου οι υπάλληλοι ΛΟΑΤΚΙΑ+ μπορούν να διαπρέψουν και να συμβάλλουν αυθεντικά.	70 λεπτά
---	---	--	----------

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια:50 λεπτά
1	Σενάρια Αντιστοίχισης	Οι εκπαιδευτές θα αντιστοιχίσουν τα σενάρια που έχουν γραφτεί με βάση το αν είναι συμπεριληπτικά ή όχι (Θέμα 1)	10 λεπτά
2	Κουίζ Πολλαπλής Επιλογής	Οι εκπαιδευτές θα κατανοήσουν τι είδη δικαιωμάτων διασφαλίζονται με βάση το κεφάλαιο UDHR, ILO, EU (Θέμα 1)	10 λεπτά
3	Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής	Οι εκπαιδευτές θα κατανοήσουν την φύση και τις κατηγορίες των ορίων (Θέμα 2)	10 λεπτά
4	Αντιστοίχιση	Οι εκπαιδευτές θα αντιστοιχίσουν έννοιες με τα αντίστοιχα παραδείγματα /περιγραφές	10 λεπτά
5	Αλήθεια ή Ψέματα	Οι εκπαιδευτές θα μπορέσουν πιο εύστοχα να κατανοήσουν τις	10 λεπτά

		στρατηγικές για την συμπερίληψη των ΛΟΑΤΚΙΑ+ατόμων	
6	Σενάρια Παιχνιδιών Ρόλων	Οι εκπαιδευτές θα είναι πρακτικά μέλη ενός συμπεριληπτικού ή αποκλειστικού εργασιακού χώρου	30 λεπτά

Αξιολόγηση της επίδρασης

Συμπεριλάβετε διαμορφωτικές αξιολογήσεις κατά την διάρκεια της συνεδρίας (π.χ., κουίζ, δημοσκοπήσεις, ή σύντομες ανασκοπήσεις). Παρέχετε εποικοδομητική ανατροφοδότηση στους μαθητευόμενους βασισμένη στην συμμετοχή και την απόδοση τους. Συνοψίστε βασικά σημεία και δώστε έμφαση στα συμπεράσματα.

Μαθησιακό Πλάνο 6

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας : Νομικά Πλαίσια και Δικαιώματα της ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαίας

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Ο σκοπός της μονάδας είναι να παρέχει στους εκπαιδευόμενους με μια σαφή κατανόηση των νομικών πλαισίων, των πολιτικών, και σωστές πρακτικές σχετικές με τα δικαιώματα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην Ευρώπη, εστιάζοντας στη Ελλάδα, Σουηδία, Σλοβενία, Ιταλία, και Βέλγιο.

Στοχεύει στην αύξηση της ενσυναίσθησης των βασικών νομικών ορόσημων, μέτρα κατά των διακρίσεων, και στρατηγικές κοινωνικής συμπερίληψης, τονίζοντας την εξέλιξη των δικαιωμάτων και προστασιών των ΛΟΑΤΚΙΑ+.

Αυτή η μονάδα ενδυναμώνει τους εκπαιδευόμενους να παρουσιάσουν με αυτοπεποίθηση απαραίτητων πληροφοριών για την ισότητα, την συμπερίληψη, και τα ανθρώπινα δικαιώματα, και να διευκολύνει συζητήσεις για πρακτικές εφαρμογές σε εκπαιδευτικά και επαγγελματικά πλαίσια.

Αυτή η μονάδα θα παρουσιάσει πρακτικά εργαλεία και γνώσεις για τις νομικές προστασίας, τα πολιτικά δικαιώματα, τις στρατηγικές ισότητας, και τα εθνικά προγράμματα, παρέχοντας σαφή παραδείγματα πετυχημένων πολιτικών και παρεμβάσεων για την υποστήριξη ατόμων ΛΟΑΤΚΙΑ+.

Θέματα της ενότητας:

Γενική Προετοιμασία

Εξηγήστε υλικά ή πηγές που χρειάζονται για το μάθημα (π.χ. φυλλάδια, διαφάνειες, βοηθήματα). Θέστε προσδοκίες σχετικά με την συμμετοχή , την συμπεριφορά, και την ενεργή συμμετοχή.

Αναφερθείτε σύντομα σε κανόνες ή οδηγίες για την συνεδρία.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος:

Οι μαθητευόμενοι που δηλώνουν συμμετοχή σε αυτή την μονάδα θα πρέπει να έχουν βασικές γνώσεις για τα ανθρώπινα δικαιώματα, την ποικιλομορφία, και τις έννοιες συμπερίληψης, όπως και μια γενική κατανόηση της ΛΟΑΤΚΙΑ+ ορολογίας και των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν τα ΛΟΑΤΚΙΑ+ άτομα σε κοινωνικά, εκπαιδευτικά, και επαγγελματικά πλαίσια.

Διάρκεια του μαθήματος/ενότητας:

2 ώρες

Σημειώσεις	Τίτλος
Θεωρίας	
Πλαίσιο: Εξηγήστε γιατί η συμπερίληψη των ΛΟΑΤΚΙΑ+ μετράει στην κοινωνία, τους εργασιακούς χώρους, τα σχολεία, και τις δημόσιες υπηρεσίες. Βασικά ορόσημα: Εστιάστε στους σημαντικούς νόμους και τις πολιτικές (π.χ., γάμους ίδιου φύλου, κατά της διάκρισης, αναγνώριση φύλου). Παραδείγματα : Χρησιμοποιείτε την Ελλάδα, Σουηδία, Σλοβενία, και Βέλγιο για να δείξετε την πραγματική επίδραση. Συμμετοχή: Κάντε σωστές ερωτήσεις για να ενθαρρύνετε την ανασκόπηση. Γέφυρα στις ασκήσεις : Εξηγήστε τι δραστηριότητες θα βοηθήσουν και εφαρμόστε βασικά σημεία. Συμβουλές: Κρατήστε την γλώσσα απλή, χρησιμοποιείτε οπτικά βοηθήματα, διευκρινίστε τους όρους, και διατηρήστε μια ατμόσφαιρα σεβασμού.	

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Αναγνωρίστε βασικούς νόμους και πολιτικές που υποστηρίζουν τα δικαιώματα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ στην Ευρώπη (Ελλάδα, Σουηδία, Σλοβενία, Βέλγιο).
2	Εξηγήστε την σημασία των μέτρων κατά των διακρίσεων, την αναγνώριση φύλου, και τα οικογενειακά δικαιώματα για τα άτομα ΛΟΑΤΚΙΑ+.

3	Αναγνωρίστε τις προκλήσεις και τα κενά στην υλοποίηση της προστασίας των ΛΟΑΤΚΙΑ+.
4	Εφαρμόστε την γνώση μέσω απλών ασκήσεων (ΑΛΗΘΕΙΑ/ψέμα, κουίζ, μεταφορά και απόθεση) για την ενίσχυση της κατανόησης.
5	Πρωθήστε την ενσυναίσθηση και τις πρακτικές συμπερίληψης στα δικά τους επαγγελματικά ή κοινωνικά πλαίσια.

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 Θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 70 λεπτά
1	Θεωρία: Ελληνικά Νομικά Πλαίσια	Παρουσιάστε την Ελληνική νομοθεσία σχετικά με την αναγνώριση φύλου, τα δικαιώματα υγειονομικής περίθαλψης, και την ενδυνάμωση μέσω γνώσης.	10 λεπτά
2	Θεωρία: Σουηδικά Νομικά Πλαίσια	Παρουσιάστε την Σουηδική νομοθεσία σχετικά με την αναγνώριση φύλου, , τα δικαιώματα υγειονομικής περίθαλψης, και την ενδυνάμωση μέσω γνώσης.	10 λεπτά
3	Θεωρία: Βελγικά Νομικά Πλαίσια	Παρουσιάστε την Βέλγικη νομοθεσία σχετικά με την αναγνώριση φύλου, τα δικαιώματα υγειονομικής περίθαλψης, και την ενδυνάμωση μέσω γνώσης.	10 λεπτά

4	Θεωρία: Ιταλικά Νομικά Πλαίσια	Παρουσιάστε την Ιταλική νομοθεσία σχετικά με την αναγνώριση φύλου, τα δικαιώματα υγειονομικής περίθαλψης, και την ενδυνάμωση μέσω γνώσης.	10 λεπτά
5	Θεωρία: Σλοβενικά Νομικά Πλαίσια	Παρουσιάστε την Σλοβενική νομοθεσία σχετικά με την αναγνώριση φύλου, τα δικαιώματα υγειονομικής περίθαλψης, και την ενδυνάμωση μέσω γνώσης.	10 λεπτά

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια:50 λεπτά
1	Αλήθεια ή Ψέματα	Οι εκπαιδευτές θα κατανοήσουν καλύτερα και θα διαφοροποιήσουν την νομοθεσία της κάθε χώρας.	10 λεπτά
2	Πολλαπλή Επιλογή	Οι εκπαιδευτές θα αντιστοιχίσουν νόμους με χώρες, με χρόνια καθιέρωσης, και με το περιεχόμενο των νόμων.	10 λεπτά
3	Πολλαπλή Επιλογή	Οι εκπαιδευτές θα αντιστοιχίσουν νόμους με χώρες, με χρόνια καθιέρωσης, και με το περιεχόμενο των νόμων.	10 λεπτά

4	Μεταφορά & Απόθεση	Οι εκπαιδευτές θα αντιστοιχίσουν τον νόμο με την χώρα και τις πολιτικές στους τομείς εστίασης τους.	10 λεπτά
5	Άσκηση Ανασκόπησης	Οι εκπαιδευτές θα διαχωριστούν σε ομάδες ανάλογα με την χώρα τους και θα συζητήσουν και μετά παρουσιάσουν μια δύναμη της εθνικής νομοθεσίας και μια πρόκληση που η νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ ακόμα αντιμετωπίζει.	30 λεπτά

Αξιολόγηση της επίδρασης

Συμπεριλάβετε διαμορφωτικές αξιολογήσεις κατά την διάρκεια της συνεδρίας (π.χ., κουίζ, δημοσκοπήσεις, ή σύντομες ανασκοπήσεις). Παρέχεται εποικοδομητική ανατροφοδότηση σε μαθητευόμενους με βάση την συμμετοχή και την απόδοση τους. Ανακεφαλαιώστε βασικά σημεία και δώστε έμφαση σε συμπεράσματα.

Μαθησιακό Πλάνο 7

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 7: Δημιουργώντας Ασφαλής και Συμπεριληπτικούς Χώρους για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Ο στόχος αυτής της μονάδας είναι να δυναμώσει την ικανότητα των συμμετεχόντων να ακούσουν ο ένας τον άλλον, να λαμβάνουν κοινές ευθύνες, και ενεργά να συμβάλλουν σε συμπεριληπτικά περιβάλλοντα όπου πιο πολλοί άνθρωποι νιώθουν σεβασμό και πως ανήκουν. Η μονάδα παρουσιάζει την έννοια των **Ασφαλή Χώρων** ως μια πρακτική και συμμετοχική μέθοδο, όπου οι ηγέτες και τα μέλη της ομάδας καθιερώνουν από κοινού οδηγίες για το πως θέλουν να αλληλοεπιδρούν. Αυτές οι κοινές συμφωνίες βοηθούν στην δημιουργία συνθηκών όπου όλοι νιώθουν ασφαλής για να λάβουν μέρος, να εκφραστούν, και να συμμετέχουν ενεργά.

Αυτή η μονάδα επίσης στοχεύει στο να παρέχει **γερά, πρακτικά εργαλεία** για την δημιουργία πιο ασφαλών και πιο συμπληρωματικών συναντήσεων με ΛΟΑΤΚΙΑ+ άτομα σε καθημερινά πλαίσια. Με το να συνδυάζουν ανασκόπηση, κοινή ευθύνη, και εφαρμόσιμες μεθόδους, η μονάδα υποστηρίζει συμμετέχοντες στην υιοθέτηση διαλόγου με σεβασμού, την πρόληψη αποκλεισμού, και το χτίσιμο περιβαλλόντων με βάση στην φροντίδα, την συμπερίληψη, και την αμοιβαία κατανόηση.

Θέματα της ενότητας :

Εισαγωγή και επεξήγηση της μεθόδου των Ασφαλή Χώρων I

Η νόρμα και η κριτική για την νόρμα

Διαφορετικά είδη νόρμας

Παιδαγωγικό νόρμας

Μονάδα φαναριού

Γενική Προετοιμασία

Χρειάζεστε μόνο πρόσβαση στην μονάδα learnify , σε χαρτί και μολύβι.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος:

Οι μαθητευόμενοι που κάνουν αίτηση για αυτήν την μονάδα δεν χρειάζεται να έχουν προηγούμενη γνώση.

Διάρκεια του μαθήματος/ενότητας :

2 ώρες

Σημειώσεις Θεωρίας	Οδηγίες για Εκπαιδευτές: Θεωρία, Εξήγηση, και Εφαρμογή
Η μονάδα 7 έχει βάσεις στην Θεωρία Νόρμας, παιδαγωγική κριτικής νόρμας, και πρακτικές συμμετοχικών ασφαλή χώρων, με τον στόχο της δημιουργίας ασφαλή και πιο συμπεριληπτικών περιβαλλόντων για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία. Μια κεντρική θεωρητική έννοια στην μονάδα είναι ότι η ασφάλεια είναι συνήθως καθολική ή σταθερή, αλλά σχεσιακές και εξαρτημένες από πλαίσια. Τι θεωρείται ασφαλές για ένα άτομο μπορεί να θεωρηθεί μη ασφαλές για κάποιον άλλο, και για αυτό είναι γιατί η ασφάλεια πρέπει να είναι συν δημιουργημένη μέσω διαλόγου, ανασκόπησης, και κοινής ευθύνης, αντί για υποτιθέμενη. Αυτή η μονάδα συστήνει την προσέγγιση Ασφαλή Χώρου, μια μέθοδο συμμετοχής όπου οι συντονιστές και οι συμμετέχοντες ορίζουν μαζί οδηγίες με βάση δύο κύριες ερωτήσεις: <i>Τι χρειαζομαι για να νιώσω αρκετά ασφαλής για να συμμετέχω;</i> και <i>Τι χρειαζόμαστε όλοι μας για να νιώσουμε ασφαλής αρκετά για να συμμετέχουμε;</i> Αυτές οι κοινές συμφωνίες τις αντιλαμβάνονται ως πρακτικές ζωής που χρειάζονται συνεχής φροντίδα από όλους όσους είναι εμπλεκόμενοι. Μια ακόμη κοινή θεωρητική βάση είναι η Θεωρία Νόρμας, η οποία εξηγεί τις νόρμες ως συχνά αόρατων, μη γραμμένων κανόνων που διαμορφώνουν την συμπεριφορά, τις προσδοκίες, και την πρόσβαση στην συμμετοχή. Οι	

νόρμες μπορούν να δημιουργήσουν μια δομή και να ενισχύσουν την ανισότητα με το να κάνουν προνομιούχες κάποιες ταυτότητες ενώ να αποκλείσουν άλλες. Η μονάδα τονίζει πως οι νόρμες που σχετίζονται με το φύλο, την σεξουαλικότητα, την ικανότητα, την εθνικότητα, και τις σχέσεις επηρεάζουν την καθημερινή ασφάλεια, την συμμετοχή, και την ευεξία της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+.

Χτίζοντας πάνω σε αυτό, η μονάδα εφαρμόζει την **παιδαγωγική κριτικής νόρμας**, η οποία μεταφέρει την εστίαση μακριά από την “ανοχή της διαφοράς” και αντί για αυτό εξετάζει τις ίδιες τις νόρμες. Αντί να ρωτάει πως μπορούν τα περιθωριοποιημένα άτομα να προσαρμοστούν, η παιδαγωγική κριτικής νόρμας ρωτάει γιατί μερικές ταυτότητες αντιμετωπίζονται ως προκαθορισμένες και πως οι νόρμες μπορούν να διευρυνθούν για να περιέχουν πιο πολλούς τρόπους ύπαρξης.

Η **Μέθοδος Φαναριού** παρουσιάζεται ως ένα πρακτικό αναλυτικό εργαλείο για να αναγνωρίσει, να κάνει ανασκόπηση, και να αλλάξει νόρμες. Με την κατηγοριοποίηση των πρακτικών ως πράσινες (συμπεριληπτικές), κίτρινες(αβέβαιες), ή κόκκινες (αποκλεισμού), οι συμμετέχοντες υποστηρίζονται στο να μετατρέπουν την ανασκόπηση σε συγκεκριμένη δράση.

Συνολικά, η μονάδα δίνει έμφαση ότι η συμπερίληψη είναι μια **συνεχής διαδικασία**, η νόρμα είναι μια τελική κατάσταση. Η δημιουργία ασφαλών χώρων απαιτεί συνεχή αυτό-ανασκόπηση, ενσυναίσθηση της δύναμης και των νορμών, η προθυμία να κάνεις λάθη, και η ενεργή ευθύνη για αλλαγή.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Κατανοείτε και εξηγήστε την προσέγγιση των Ασφαλών Χώρων και γιατί η ασφάλεια πρέπει να συν-δημιουργείτε μέσω ομάδων.
2	Αναγνωρίστε πως οι νόρμες επηρεάζουν την συμμετοχή, την συμπεριφορά και την ένταξη σε διαφορετικά περιβάλλοντα.

3	Εφαρμόστε κριτική σκέψη νόρμας για να αμφισβητήσετε νόρμες που αποκλείουν και για να διευρύνετε τις πρακτικές χωρίς αποκλεισμούς.
4	Χρησιμοποιείτε την Μέθοδο Φαναριού για την ανάλυση και την ανασκόπηση στις συμπεριφορές συμπερίληψης και αποκλεισμού.
5	Διευκολύνετε τις συζητήσεις που υποστηρίζουν την ψυχολογική ασφάλεια, τον σεβασμό, και την συμμετοχή.
6	Λάβετε ενεργή ευθύνη για την δημιουργία και την διατήρηση ασφαλή και συμπεριληπτικών χώρων για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 Θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 2 ώρες
1	Safer space	Βασική γνώση στους ασφαλής χώρους	10 λεπτά
2	Νόρμα και κριτική νόρμας	Κατανόηση άγραφων κανόνων και πως οι νόρμες δημιουργούν ανισότητα, καθημερινά παραδείγματα	10 λεπτά
3	Σεξουαλικότητα και νόρμες	Πως οι νόρμες ελέγχουν πως εκφράζουμε την σεξουαλικότητα και πως οι νόρμες είναι ορατές μόνο σε αυτούς έξω από την νόρμα, θεωρία και ερώτηση ανασκόπησης	15 λεπτά

4	Ταιριάζει ή Δε Ταιριάζει στην Κυρίαρχη Νόρμα	Θεωρία και ανασκόπηση για τις υπάρχουσες νόρμες στο πλαίσιο σας.	10 λεπτά
5	Κατανοώντας τις νόρμες και τι μας κάνουν	Τσίμπημα κουνουπιού, νόρμες και μικροεπιθέσεις, κατανοώντας πως μπορεί να παρουσιαστεί και τι να γίνει για αυτό	15 λεπτά
6	Δύο διαφορετικές προσεγγίσεις: Παιδαγωγική ανεκτικότητας και παιδαγωγική κριτικής νόρμας	Επεξήγηση των διαφορών και πως να δουλέψεις με αυτό σε ομάδες και συναντήσεις με την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία	10 λεπτά
7	Θεωρία μεθόδου και πρακτική Φαναριού	Πως να δείτε και να αλλάξετε τις νόρμες: Μέθοδος Φαναριού. Η Μέθοδος Φαναριού μας βοηθάει στην ανασκόπηση του τι νιώθουμε ως ασφαλές (πράσινο), αβέβαιο(κίτρινο), ή άβολο (κόκκινο) σε μια ομάδα ή κατάσταση. Είναι ένας απλός τρόπος να κουβεντιάσουμε συμπεριφορές, όρια, και συμπερίληψη χωρίς κριτική. ● Πράσινο: Νιώθεις καλά και πως σε σέβονται ● Κίτρινο: Αβέβαιο ή μικτά συναισθήματα ● Κόκκινο: Νιώθεις λάθος ή άβολα	30 λεπτά

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια:50 λεπτά
1	Safer space	Δοκιμάστε την μέθοδο safer space για να δείτε πως μπορείτε να το εφαρμόσετε στο δικό σας πλαίσιο.	5 λεπτά
2	Σεξουαλικότητα και νόρμες	Ερωτήσεις ανασκόπησης για την σεξουαλικότητα και πως οι νόρμες επηρεάζουν την σεξουαλικότητα μας	5 λεπτά
3	Μεταφορά και απόθεση	Ανασκόπηση και πρακτική για τον ασφαλή χώρο και την κριτική νόρμας	5 λεπτά
4	Άσκηση ανασκόπησης	Ανασκόπηση πάνω στο <i>Ποιος νιώθει ασφάλεια, άνεση, και “σαν το σπίτι του” σε αυτό το πλαίσιο?</i> <i>Ποιος επωφελείται από αυτές τις νόρμες χωρίς να έχουν να σκεφτούν για αυτές;</i> <i>Ποιος μπορεί να νιώθει αόρατος, αποκλεισμένος, ή πιεσμένος για να προσαρμοστεί;</i>	10 λεπτά
5	Άσκηση ανασκόπησης, οι ρουτίνες μου που συνδέονται με τις νόρμες	Να κάνετε ανασκόπηση για σχόλια, ρουτίνες κτλ. που κάνετε χωρίς αμφισβήτηση γιατί το άτομο με το οποίο δουλεύεται είναι μέρος της επικρατούσας νόρμας;	5 λεπτά

6	Πως να δείτε και να αλλάξετε τις νόρμες: Μέθοδος Φαναριού.	Ολοκληρώστε την μονάδα φαναριού: Κάντε ανασκόπηση στο τι έχει την αίσθηση του ασφαλούς (πράσινο), αβέβαιου (κίτρινο), ή άβολου (κόκκινο) σε μια ομάδα ή κατάσταση. Είναι ένας απλός τρόπος να συζητήσετε για συμπεριφορές, όρια, και συμπεριληπτικότητα χωρίς κριτική	30 λεπτά
---	---	---	----------

Αξιολόγηση της επίδρασης

Συμπεριλάβετε διαμορφωτικές αξιολογήσεις κατά την διάρκεια της συνεδρίας (π.χ., κουίζ, δημοσκοπήσεις, ή σύντομες ανασκοπήσεις). Παρέχετε εποικοδομητική ανατροφοδότηση σε μαθητευόμενους με βάση την συμμετοχή και την απόδοση τους. Συνοψίστε βασικά σημεία και δώστε έμφαση σε συμπεράσματα.

Μαθησιακό Πλάνο 8

Σκοποί και στόχοι

Όνομα Ενότητας 8: “Πρακτικά Εργαλεία και Πρωτοποριακές Τεχνικές Εκπαίδευσης για την Υποστήριξη την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαίας”

Περίληψη των σκοπών και στόχων της Ενότητας

Ο σκοπός της μονάδας είναι η οικοδόμηση συναισθηματικής νοημοσύνης και πολιτιστικής ευαισθησίας, διαβεβαιώνοντας ότι οι επαγγελματίες μπορούν να παρέχουν μη επικριτική και συμπεριληπτική υποστήριξη για την νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+.

Στοχεύει να διαβεβαιώσει ότι οι επαγγελματίες εφαρμόζουν ευαισθησία, ενσυναίσθηση, και ενδυνάμωση βασισμένες προσεγγίσεις όταν συναντούν την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία, δίνοντας προτεραιότητα στην ασφάλεια, αυτονομία, και σεβασμό.

Αυτή η μονάδα είναι σχεδιασμένη να εξοπλίσει τους επαγγελματίες, τους εργαζόμενους με την νεολαία, τους μέντορες, και το προσωπικό υποστήριξης με πρακτικά εργαλεία και τεχνικές καινοτόμες εκπαίδευσης για να υποστηρίξει αποτελεσματικά την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.

Η μονάδα θα παρουσιάσει πρακτικά εργαλεία και καινοτόμες τεχνικές εκπαίδευσης για να υποστηρίξει αποτελεσματικά την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία. Εστιάζει στην υιοθέτηση κατανόησης, επικύρωσης, και ενσυναίσθησης μέσω της ανάπτυξης των βασικών διαπροσωπικών και με βάση το τραύμα δεξιοτήτων.

Θέματα της ενότητας :

1. Κατανόηση, Επικύρωση, και Ανταπόκριση με Ενσυναίσθηση
2. Με ενημέρωση για το τραύμα μέθοδος εργασίας
3. Άσκηση και αλληλεπίδραση
4. Γενική Προετοιμασία

Είναι προτεινόμενο να εκτελούνται αυτές οι ασκήσεις σε ένα πιο μεγάλο χώρο, ιδανικά με πρόσβαση σε μια μεγάλη οθόνη προτζέκτορα, και ιδανικά ένα χώρο όπου οι συμμετέχοντες είναι χωρισμένοι σε ομάδες μπορούν να βρουν μια

ιδιωτικότητα και εκτελέσουν κάποιες από τις ασκήσεις μακριά από τις άλλες ομάδες συμμετοχής.

Η άσκηση 2 απαιτεί τους συμμετέχοντες να χρησιμοποιούν στυλό και μολύβι, ιδανικά σε μεγαλύτερο μέγεθος.

Για την άσκηση 3, ο διαμεσολαβητής θα πρέπει να προετοιμάσει μια λίστα κοινών σεναρίων εργασίας με νέους ως φυλλάδια για τις ομάδες να δουλέψουν εκ των προτέρων, ή να δουλέψουν σε πραγματικά σενάρια που θα φέρουν οι συμμετέχοντες

Για την άσκηση 4, ο διαμεσολαβητής θα πρέπει να προετοιμάσει μια λίστα κοινών φράσεων για την εργασία με την νεολαία που είναι ευθύς.

Όποτε δουλεύετε με επαγγελματίες που έχουν πραγματικές εμπειρίες ή διλήμματα, είναι πάντα προτεινόμενο να εφαρμόσουν τα συγκεκριμένα σενάρια που φέρνουν μαζί τους για την άσκηση ανασκόπησης, οπότε ο σχεδιασμός της συνεδρίας με έναν τρόπο όπου μπορούν να μοιραστούν πρώτα τις πραγματικές τους εμπειρίες και τα διλήμματα προτείνεται.

Ωστόσο, πάντα να έχετε προετοιμασμένα σενάρια εκ των προτέρων σε περίπτωση που οι συμμετέχοντες δεν έχουν ακόμα εμπειρίες ή δεν νιώθουν άνετα να μοιραστούν ή να δουλέψουν στις εμπειρίες που μοιράστηκαν με την ομάδα.

Κάποιοι από τους συμμετέχοντες μπορεί να είναι ευαίσθητοι με τα θέματα – βεβαιωθείτε ότι θα έχουν μια επιλογή να κάνουν διάλειμμα και να μιλήσουν με κάποιον αν νιώσουν άβολα κατά την άσκηση.

Επίπεδο επάρκειας των μαθητευόμενων που υποβάλλουν αίτηση για αυτήν την μονάδα (υποδεικνύοντας δεξιότητες και γνώση στο ξεκίνημα του μαθήματος:

Οι μαθητευόμενοι που κάνουν αίτηση σε αυτήν την μονάδα θα πρέπει να έχουν βασική γνώση για τα ανθρώπινα δικαιώματα, την ποικιλομορφία, και τις έννοιες συμπερίληψης, όπως και μια γενική κατανόηση της ορολογίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ και των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν τα άτομα ΛΟΑΤΚΙΑ+ σε κοινωνικά, εκπαιδευτικά, και επαγγελματικά πλαίσια.

Διάρκεια του μαθήματος/μονάδας : 2,5 ώρες

Σημειώσεις	Τίτλος
Θεωρίας	

Πλαίσιο: Κατανόηση, Επικύρωση, και Ανταπόκριση με Ενσυναίσθηση, τα Τέσσερα «Fs» της Ενεργής Ανασκόπησης για την Ενεργή Ακρόαση, Κρατώντας χώρο εναντίον συναισθηματικής μη ακύρωσης, Μέθοδος εργασίας ενημερωμένη από το τραύμα.

Βασικά ορόσημα: Οι συμμετέχοντες θα εξερευνήσουν στρατηγικές ενεργής ακρόασης και μεθόδους συμμετοχής ενημερωμένης από το τραύμα για την δημιουργία πιο ασφαλή, πιο συμπεριληπτικών, και υποστηρικτικών περιβαλλόντων για νέους ανθρώπους ποικίλου σεξουαλικού προσανατολισμού και ταυτοτήτων φύλου. Μέχρι το τέλος της μονάδας, οι συμμετέχοντες θα μπορούν να ενσωματώσουν ενεργή ακρόαση και μεθόδους ενημερωμένης από το τραύμα για να παρέχουν συμπονετική, ασφαλής, και ενδυναμωτική υποστήριξη για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία — με το να κρατήσουν χώρο για ανοιχτό διάλογο, αναγνωρίζοντας συναισθηματικούς ενεργοποιητές, και παρέχοντας ενημερωμένες επιλογές που επικυρώνουν την εμπειρία κάθε νέου ανθρώπου και προωθούν την εμπιστοσύνη, την αυτονομία, και την ευεξία.

Παραδείγματα : Χρησιμοποιείτε την Ελλάδα, την Σουηδία, την Σλοβενία, και το Βέλγιο για να δείξετε πραγματική επίδραση.

Συμμετοχή: Κάνετε απλές ερωτήσεις για να ενθαρρύνετε την ανασκόπηση.

Γέφυρα στις ασκήσεις : Εξηγήστε ότι οι δραστηριότητες θα βοηθήσουν για να θυμάστε και να εφαρμόσετε τα βασικά σημεία.

Συμβουλές: Κρατήστε την γλώσσα απλή, χρησιμοποιείτε οπτικά βοηθήματα, διευκρινίστε τους όρους, και διατηρήστε μια ατμόσφαιρα σεβασμού.

Αρ.*	Μαθησιακά Αποτελέσματα
1	Αναγνωρίστε και αντιμετωπίστε τις προκαταλήψεις, ενισχύοντας την ενσυναίσθηση και συμπερίληψη στην επαγγελματική τους πρακτική.
2	Εφαρμόστε τεχνικές ενεργής ακρόασης για την βελτίωση της επικοινωνίας και της εμπιστοσύνης με νέους ανθρώπους.

3	Χρησιμοποιείτε μια προσέγγιση ενημερωμένη από το τραύμα για να εξασφαλίσετε συναισθηματική ασφάλεια και επικύρωση σε πλαίσια υποστήριξης νεολαίας.
---	--

Προγραμματισμός Μαθήματος

Αρ.*	Όνομα του θέματος (π.χ. μελέτη περίπτωσης, θεωρία) Μέγιστο: 3 Θέματα	Σκοποί του θέματος	Συνολική Διάρκεια: 60 λεπτά
1	Θέμα 1: Κατανόηση, Επικύρωση, και Ανταπόκριση Ενσυναίσθηση	Επιδεικνύοντας την σημασία της κατανόησης και επικύρωσης των μεμπειριών, οι επαγγελματίες μπορούν να μετριάσουν αυτούς τους παράγοντες, ενισχύοντας την ανθεκτικότητα και την συναισθηματική ευεξία. Κατανοώντας την μέθοδο “Τέσσερα Fs της Ενεργής Ανασκόπησης για την Ενεργή Ακρόαση” ως ένα εργαλείο, όπως και το “Κρατώντας χώρο εναντίον συναισθηματικής μη επικύρωσης”.	30 λεπτά
2	Θέμα 2: Μέθοδο εργασίας ενημερωμένης από το τραύμα	Αναγνωρίζοντας σημάδια τραύματος και κατανόησης και κατανοώντας πως το άγχος σχετικό με την ταυτότητα μπορεί να φανεί ως αποχώρηση, θυμός, ή με δυσπιστία. Αποφεύγοντας τον επανατραυματισμό με την απαλή ανταπόκριση, τον σεβασμό αντωνυμιών και ορίων, και επιτρέποντας την νεολαία να ηγηθεί με τον δικό τους τρόπο μοιράσματος.	30 λεπτά

		Προσφέροντας επιλογές και έλεγχο, βοηθώντας τους νέους ανθρώπους να ανακτήσουν αυτενέργεια σε χώρους που μπορεί να έχουν νιώσει αδύναμοι. Χτίζοντας εμπιστοσύνη και συναισθηματική ασφάλεια, που είναι απαραίτητες για την επούλωση, ανθεκτικότητα, και αυτό-αποδοχή.	
--	--	---	--

Προγραμματισμός Ασκήσεων

Αρ.*	Όνομα και είδος της Άσκησης(π.χ. σύρετε & αφήστε, αλήθεια ή ψέμα, κουίζ, πολλαπλών επιλογών, οπτικό τεστ)	Σκοποί της Άσκησης	Συνολική Διάρκεια:80 λεπτά
1	Άσκηση Μικρό-Πρακτικής: Ενεργή Ακρόαση για Εργαζόμενους με Νέους	Εξασκηθείτε με το να ακούτε πραγματικά και να κρατάτε χώρο για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.	5-7 λεπτά
2	Οπτικό τεστ: Το Μυστικό Σχέδιο	Εξασκηθείτε με το να ακούτε πραγματικά και να κρατάτε χώρο για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.	10 λεπτά ανά σχέδιο
3	Άσκηση Ανασκόπησης: Κρατώντας Χώρο σε Πραγματικές Καταστάσεις	Εξασκηθείτε με το να απαντάτε με ενσυναίσθηση και παρουσία, χωρίς να δίνεται αυτόκλητες συμβουλές.	15-20 λεπτά

4	Άσκηση Ανασκόπησης: Χρησιμοποιώντας αυτόνομη υποστηρικτική γλώσσα	Εκπαιδεύστε τους εργαζομένους νεολαίας, τους επαγγελματίες, να επαναδιατυπώσουν οδηγίες σε αυτόνομη υποστηρικτική γλώσσα με βάση την επιλογή.	10 λεπτά
---	--	---	----------

Αξιολόγηση της επίδρασης

Η επίδοση του μαθητευόμενου αξιολογείται μετά από κάθε άσκηση με αξιολογήσεις σύντομων ανασκοπήσεων. Όταν δουλεύουν σε ζευγάρια ή ομάδες, πρώτα ενημερώνουν ο ένας τον άλλο και μετά τους υπόλοιπους συμμετέχοντες για την ανασκόπηση τους.

Η ανατροφοδότηση παρέχεται από τον διαμεσολαβητή μετά από κάθε ανασκόπηση και ενημέρωση.

Στο τέλος του μαθήματος, οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να μοιραστούν κάποια βασικά σημεία και συμπεράσματα που έμαθαν, όπως και την ανατροφοδότηση για το πόσο καλά πήγαν τα μαθήματα που παρουσιάστηκαν.

Πηγές

Αρ. *	
1	American Psychological Association. (2014). <i>Trauma-informed care in behavioral health services</i> (HHS Publication no. SMA 14-4884). https://psycnet.apa.org/record/2014-27453-009
2	Belgian Federal Government. (2003). <i>Same-sex marriage legalization: Overview and Q&A</i> . https://www.belgium.be/en/family/marriage/same_sex_marriage
3	Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. <i>University of Chicago Legal Forum</i> , 1989(1), 139–167. https://chicagounbound.uchicago.edu/uclf/vol1989/iss1/8
4	Euronews Health. (2024, November). <i>Gay, lesbian and queer students are three times more likely to suffer from depression</i> .
5	European Commission. (n.d.). <i>Actions for LGBTIQ equality</i> . https://commission.europa.eu/topics/justice-and-fundamental-rights/equality-and-inclusion-key-actions/actions-lgbtqi-equality_en
6	European Union Agency for Fundamental Rights. (2024). <i>LGBTIQ equality at a crossroads: Progress and challenges</i> . Publications Office of the European Union. https://fra.europa.eu/en/publication/2024/lgbtiq-equality-crossroads-progress-and-challenges
7	European Youth Forum. (2023). <i>Intersectional inclusion in youth work: Policy recommendations</i> . European Youth Forum.
8	Fehrenbach, T., Ford, J., Olafson, E., Kisiel, C., Chang, R., Kerig, P., Khumalo, M., Walsh, C., Ocampo, A., Pickens, I., Miller, A., Rains, M., McCullough, A. D., Spady, L., & Pauter, S. (2022). <i>A trauma-informed guide for working with youth involved in multiple systems</i> . National Child Traumatic Stress Network. https://www.nctsn.org
9	Flores, A. R. (2019). <i>Social acceptance of LGBT people in 174 countries: 1981 to 2017</i> . UCLA School of Law Williams Institute. https://escholarship.org/content/qt5qs218xd/qt5qs218xd.pdf

10	Folkhälsomyndigheten. (2014). <i>Hälsan och hälsans bestämningssfaktorer för homo- och bisexuella personer</i> . https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/a0255680a6684603a08af46bc8f323a9/utv-halsan-bestamningsfaktorer-homo-bi-fina-2014.pdf .
11	Folkhälsomyndigheten. (n.d.). <i>Hälsan och hälsans bestämningssfaktorer för transpersoner</i> . https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/c5ebbb0ce9aa4068aec8a5eb5e02bafc/halsan-halsans-bestamningsfaktorer-transpersoner.pdf
12	Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2023). Minority stress Theory: Application, critique, and continued relevance. <i>Current Opinion in Psychology</i> , 51, 101579. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101579
13	GLAAD. (2023). <i>Media reference guide</i> (11th ed.). GLAAD.
14	Greek Government Gazette. (2006). <i>Law 3500/2006 – Prevention and addressing of domestic violence</i> (Government Gazette A 232/2006). https://www.et.gr/api/DownloadFeksApi/?fek_pdf=2006A0232
15	ILGA-Europe. (2024). <i>Annual review of the human rights situation of lesbian, gay, bisexual, trans and intersex people in Europe and Central Asia</i> . ILGA-Europe
16	ILGA World. (2023). <i>Intersex legal mapping report: Recognition before the law</i> . ILGA.
17	International Labour Organization. (n.d.). <i>AP.RMLEX – International labour standards information system</i> . https://Ap.rmlex.ilo.org
18	MakingCents. (2022). <i>Applying a trauma-informed approach checklist</i> . https://makingcents.com/wp-content/uploads/2022/11/Applying-a-Trauma-Informed-Approach-Checklist_layout_final-ENG-1.pdf
19	Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. <i>Psychological Bulletin</i> , 129(5), 674–697. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674
20	Meyer, I. H. (2023). Minority stress and mental health among sexual and gender minorities. <i>Annual Review of Clinical Psychology</i> , 19, 1–25

	Mirovni institut. (2024). <i>ENACT – National report: Slovenia</i> . Peace Institute. https://www.mirovni-institut.si/wp-content/uploads/2024/03/ENACT_National_Report_SLOVENIA.pdf
21	National Child Traumatic Stress Network. (n.d.). <i>A trauma-informed guide for working with youth involved in multiple systems</i> . https://www.nctsn.org
22	Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2019). Psychotherapy relationships that work III. <i>Psychotherapy</i> , 56(4), 423–432. https://doi.org/10.1037/pst0000233
	Perger, N., Muršec, S., & Štefanec, V. (2018). <i>Vsakdanje življenje mladih LGBTIQ+ oseb v Sloveniji: RaziskovalAp. poročilo</i> . Društvo Parada poAp.sa. https://www.ljubljana pride.org
23	Pranis, K. (2005). <i>The little book of circle processes: A new/old approach to peacemaking</i> . Good Books.
24	Reflection Toolkit. (n.d.). <i>The four F's of active reviewing</i> . University of Edinburgh. https://reflection.ed.ac.uk/reflectors-toolkit/reflecting-on-experience/four-f
25	Rogers, C. R., & Farson, R. E. (1957). <i>Active listening</i> . Wholebeing Institute. https://wholebeinginstitute.com/wp-content/uploads/Rogers_Farson_Active-Listening.pdf
26	Safran, J. D., & Muran, J. C. (2006). Has the Concept of the therapeutic alliance outlived its usefulness? <i>Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training</i> , 43(3), 286–291. https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.3.286
27	Suicide Zero. (n.d.). <i>Facts about suicide and warning signs</i> . https://suicidezero.se/fakta-om-sjalvmord/livsomalstallningar-och-varningssignaler-for-sjalvmord/
28	UNESCO. (2023). <i>Global education monitoring report 2023: Inclusion and education for all</i> . UNESCO.
29	UNESCO & UN Women. (2022). <i>Global guidance on school-related gender-based violence prevention</i> . UNESCO. https://unesdoc.unesco.org
30	United Nations. (n.d.). <i>Universal declaration of human rights</i> . https://www.un.org/en/about-us/universal-declaration-of-human-rights

31	University of Waterloo, Centre for Teaching Excellence. (n.d.). <i>Reflection framework and prompts</i> . https://uwaterloo.ca/centre-for-teaching-excellence
32	Verkuyten, M., Yogeeswaran, K., & Adelman, L. (2020). The negative implications of being tolerated: Tolerance from the target's perspective. <i>Perspectives on Psychological Science</i> , 15(3), 544–561. https://doi.org/10.1177/1745691619897974
33	Verkuyten, M., Yogeeswaran, K., & Adelman, L. (2020). Toleration and prejudice-reduction: Two ways of improving intergroup relations. <i>European Journal of Social Psychology</i> , 50(2), 239–255. https://doi.org/10.1002/ejsp.2624
34	Wilson, C. R. (2021, November 29). <i>What are protective factors in psychology? 36 Examples</i> . PositivePsychology.com. https://positivepsychology.com/what-are-protective-Γεγονότoς/
35	WorkRisen Network. (n.d.). <i>Here are the basics of LGBTQ+ workplace policies and practices</i> . https://www.workrisenetwork.org
36	Yogeeswaran, K., Adelman, L., Verkuyten, M., & Cvetkovska, S. (2021). Being tolerated: Implications for well-being among ethnic minorities. <i>British Journal of Psychology</i> , 112(3), 781–803. https://doi.org/10.1111/bjop.12492
37	Zimmerman, J., & Coyle, V. (2016). <i>The way of council</i> (2nd ed.). Bramble Books.

Ασκήσεις και Απαντήσεις

Ενότητα 1 – Κατανοώντας τις ΛΟΑΤΚΙΑ+ Ταυτότητες και την Ορολογία

1.1 Άσκηση 1: Αναγνωρίστε την Αντιστοίχιση (αντιστοιχίζοντας τους κύριους όρους με τις έννοιες).

Σκοπός: Η προώθηση κατανόησης της ΛΟΑΤΚΙΑ+ ορολογίας και η εξασφάλιση ότι οι συμμετέχοντες μπορούν να ορίσουν και να εφαρμόσουν τους όρους με ακρίβεια.

Δραστηριότητα Αντιστοίχισης: οι συμμετέχοντες λαμβάνουν τους παρακάτω όρους με τους σωστούς ορισμούς

Όροι: α)Λεσβία, β)Πανσέξουαλ, γ) Τρανς, δ) Αμφιφυλόφυλος, ε) Ομοφυλόφιλος, ζ)Intersex, η) Ασεξουαλικός, θ)Queer.

Ορισμοί:

1. Ένας ορισμός ομπρέλα για ανθρώπους των οποίων η ταυτότητα διαφέρει από το φύλο που τους εκχωρήθηκε στην γέννηση. Τρανς είναι μια ταυτότητα, όχι μια ιατρική κατάσταση, δεν επιλέγουν όλοι οι τρανς άνθρωποι ή έχουν πρόσβαση στην ιατρική μετάβαση. Ο όρος θα πρέπει να χρησιμοποιείτε ως επίθετο (“τσανσέξουαλ άνθρωποι,” όχι “τσανσέξουαλ”).
2. Ένας άνθρωπος που βιώνει συναισθηματική, ρομαντική, και/ή σεξουαλική έλξη σε πιο πολλά από ένα φύλο. Αυτό μπορεί να περιέχει έλξη σε ανθρώπους του ίδιου φύλου αι διαφορετικών φύλων, όχι απαραίτητα κατά την ίδια χρονική στιγμή ή σε ίδιο βαθμό.
3. Έναν άνθρωπο που βιώνει εμπειρίες συναισθηματικές, ρομαντικές, και/ή σεξουαλική έλξη σε ανθρώπους άσχετα από την ταυτότητα φύλου ή το φύλο. Τα άτομα Πανσέξουαλ έλκονται από άτομα όλων των φύλων ή των εκφράσεων φύλου. Αυτός ο όρος δίνει έμφαση στην συμπερίληψη πέρα από δυαδικά φύλα.
4. Μια γυναίκα που βιώνει συναισθηματική, ρομαντική, και/ή σεξουαλική έλξη κυρίως για άλλες γυναίκες. Ο όρος “λεσβία” μπορεί να χρησιμοποιηθεί από γυναίκες και μη-δυναδικά άτομα που προσδιορίζονται από την έλξη προς το

ίδιο φύλο. Η χρήση αυτό-ταυτοποίησης είναι κλειδί, καθώς τα άτομα ορίζουν τον δικό τους προσανατολισμό.

5. Ένας όρος ομπρέλα για άτομα γεννημένα με φυσικά σεξουαλικά χαρακτηριστικά (όπως χρωμοσώματα, ορμόνες, ή ανατομία) που δεν ταιριάζουν σε τυπικούς ορισμούς των ανδρικών ή γυναικείων σωμάτων. Οι παραλλαγές Intersex είναι φυσικές μορφές της ανθρώπινης ποικιλομορφίας. Το Intersex είναι διακριτό από την ταυτότητα φύλου ή τον σεξουαλικό προσανατολισμό
6. Ένα άτομο που βιώνει συναισθηματική, ρομαντική, και/ή σεξουαλική έλξη κυρίως για ανθρώπους του ίδιου φύλου. Ο όρος χρησιμοποιείται συχνά για να περιγράψει άνδρες αλλά μπορεί επίσης να εξυπηρετεί ως μια ευρύτερη ομπρέλα για την έλξη προς το ίδιο φύλο.
7. Ένας όρος ομπρέλα που μπορεί να περιλαμβάνει ανθρώπους τους οποίους ο σεξουαλικός προσανατολισμός, η ταυτότητα φύλου, ή η έκφραση διαφέρει από τις κοινωνικές νόρμες. Ιστορικά χρησιμοποιούταν ως βρισιά, ο όρος “queer” έχει ανακτηθεί από πολλά από την ΛΟΑΤΚΙΑ+ κοινότητα ως ένας θετικός, συμπεριληπτικός όρος. Ωστόσο, θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο για αυτό-ταυτοποίηση ή όταν τα άτομα νιώθουν άνεση με αυτό.
8. Ένα άτομο που βιώνει λίγη ή καθόλου σεξουαλική σχέση για άλλους. Η ασεξουαλικότητα υπάρχει σε ένα φάσμα, και τα ασεξουαλ άτομα μπορεί ακόμα να βιώνουν ρομαντική έλξη(π.χ. Ετερορομαντικό, διρορομαντικό). Το να είσαι ασεξουαλ είναι ένας έγκυρος σεξουαλικός προσανατολισμός, όχι μια διαταραχή ή επιλογή.

Σωστές απαντήσεις : α)4, β) 3, γ) 1, δ) 2, ε)6 ζ) 5, η) 8, θ)7.

1.2 Άσκηση 2: Έλεγχος Γλώσσας (αναγνωρίζοντας συμπεριληπτικούς εναντίον απαρχαιωμένους όρους)

Σκοπός: Η ευαισθητοποίηση της συμπεριληπτικής εναντίον της απαρχαιωμένης γλώσσας.

Απαρχαιωμένη ή Συμπεριληπτική Δραστηριότητα: οι συμμετέχοντες θα αναγνωρίσουν μια λίστα φράσεων αν είναι απαρχαιωμένες ή συμπεριληπτικές:

“Σεξουαλική προτίμηση” (απαρχαιωμένη)

“Σεξουαλικός προσανατολισμός” (συμπεριληπτική)

“Ερμαφρόδιτο” (απαρχαιωμένη)

“Άτομο Intersex” (συμπεριληπτική)

“Τρανς” (απαρχαιωμένη)

“Τρανς άνθρωποι” (συμπεριληπτική)

“Γεννημένος στο λάθος σώμα” (απαρχαιωμένη)

“Επιβεβαιώνοντας την ταυτότητα φύλου τους ” (συμπεριληπτική)

“Σύντροφος” (συμπεριληπτική)

“Φυσιολογικό ζευγάρι” (απαρχαιωμένη)

“Και τα δύο φύλλα” (απαρχαιωμένη)

“Άνθρωποι όλων των σεξουαλικών προσανατολισμών και των ταυτοτήτων φύλου” (συμπεριληπτική)

1.3 Άσκηση 3: Εξάσκηση Αντωνυμιών (Εκδοχή Πολλαπλής Επιλογής)

Σκοπός: Να αναπτύξει άνεση και ευχέρεια στην χρήση σωστών αντωνυμιών.

“Διαλέξτε την σωστή απάντηση” Δραστηριότητα: Διαβάστε κάθε ερώτηση και επιλέξτε την σωστή επιλογή (Α ή Β)

1. Ακούς ένας συνάδελφο να προσδίδει λάθος φύλο σε ένα νέο άτομο που δεν είναι εκεί. Ποια είναι η πιο συμπεριληπτική και επαγγελματική απάντηση;

A) “Νομίζω χρησιμοποιούν αυτός/εκείνον αντωνυμίες—ας βεβαιωθούμε πως αναφερόμαστε σωστά σε αυτόν.” *Σωστή απάντηση*

B) Δεν λέτε τίποτα καθώς το άτομο δεν είναι εκεί.

2. Ένας νέος συμμετέχοντας μοιράζεται ιδιωτικά ότι χρησιμοποιούν διαφορετικά αντωνυμίες ανάλογα με την περίπτωση (αυτοί/εκείνοι με φίλους, αυτή/εκείνη στο σπίτι). Πως θα πρέπει να απαντήσετε;

A) “Ευχαριστώ που με ενημέρωσες. Ποιά αντωνυμία θα ήθελες να χρησιμοποιώ σε αυτήν την ομάδα;” *Σωστή απάντηση*

B) “Αυτό ακούγεται πολύπλοκο, θα χρησιμοποιώ αυτή/εκείνη.”

3. Ένας διαμεσολαβητής συστήνει έναν εκφωνητή χρησιμοποιώντας απαρχαιωμένα αντωνυμίες, αν και ο εκφωνητής τους ενημέρωσε πρόσφατα. Ποια είναι η παρέμβαση με πιο πολύ σεβασμό;

- A)** Περιμένετε για μια φυσική παύση και πείτε, “Για να διευκρινίσω, ο Σαμ χρησιμοποιεί αυτοί/εκείνοι αντωνυμίες.” *Σωστή απάντηση*
- B)** Διακόψτε φωναχτά για να διορθώσετε το άτομο κατευθείαν.
- 4.** Ένα νέο άτομο σας εκμυστηρεύεται πως πειραματίζονται με τα αντωνυμίες τους και προτιμούν να το ξέρεις μόνο εσείς για την ώρα. Πως θα έπρεπε να απαντήσετε;
- A)** “Σε ευχαριστώ που μου το είπες. Θα χρησιμοποιώ τα αντωνυμίες που επέλεξες ιδιωτικά, και δεν θα τα αποκαλύψω σε άλλους χωρίς την άδεια σου.” *Σωστή απάντηση*
- B)** “Νομίζω πως πρέπει να το πεις στην ομάδα για αποφυγή σύγχυσης.”
- 5.** Ομότιμος συμμετέχων συνεχίζει να τους αποκαλεί με το λάθος φύλο από συνήθεια, από λάθος. Είναι σαφές ότι προσπαθούν αλλά δυσκολεύονται να προσαρμοστούν. Ποια είναι η καλύτερη μακροχρόνια προσέγγιση;
- A)** Ευγενικά διορθώστε τον ομότιμο όποτε συμβαίνει, χρησιμοποιείστε παραδειγματικά και με συνέπεια τα σωστά αντωνυμίες, και προσφέρετε υποστήριξη αν χρειάζονται βοήθεια για να προσαρμοστούν. *Σωστή απάντηση*
- B)** Τιμωρήστε ή ντροπιάστε τον ομότιμο δημόσια για να σταματήσετε την συμπεριφορά.
- 6.** Κατά την διάρκεια πολύγλωσσής δραστηριότητας, κάποιος δυσκολεύεται να χρησιμοποιήσει τις σωστές αντωνυμίες στα Αγγλικά γιατί αυτές οι αντωνυμίες δεν υπάρχουν στην γλώσσα τους. Πως απαντάτε;
- A)** “Δεν πειράζει να κάνεις λάθος. Ας εξασκηθούμε μαζί η χρήση των σωστών αντωνυμιών είναι σημαντική, και κάνεις το καλύτερο δυνατό.” *Σωστή απάντηση*
- B)** “Αφού είναι δύσκολο για σένα, ας αποφεύγεις να χρησιμοποιείς αντωνυμίες.”
- 7.** Γράφετε μια αναφορά και δεν γνωρίζετε τις αντωνυμίες των συμμετεχόντων. Ποιο είναι το πιο συμπεριληπτικό επόμενο βήμα;
- A)** Ελέγξτε τη φόρμα εγγραφής ή ρωτήστε τον συμμετέχοντα: “Ποιες αντωνυμίες θα ήθελες να χρησιμοποιήσω στην αναφορά;” *Σωστή απάντηση*
- B)** Υποθέστε με βάση την εμφάνιση.
- 8.** Κατά την διάρκεια ομαδικής συνάντησης, ένας συνάδελφος αναφέρετε σε έναν νέο συμμετέχοντα, τον Τζόρνταν, ως “εκείνη,” αλλά ο Τζόρνταν χρησιμοποιεί

αυτός/εκείνοι αντωνυμίες. Ο Τζόρνταν δεν είναι παρών.

Ποιος είναι ο πιο συμπεριληπτικός και επαγγελματικός τρόπος να απαντήσετε;

A) “Νομίζω ότι ο Τζόρνταν χρησιμοποιεί αυτός/αυτοί αντωνυμίες—ας σιγουρευτούμε ότι αναφερόμαστε σε αυτόν/ αυτούς σωστά.” *Σωστή απάντηση*

B) “Δεν λέτε κάτι καθώς ο Τζόρνταν δεν είναι στο δωμάτιο.”

1.4 Άσκηση 4: «Αλήθεια ή Ψέματα»

«Αλήθεια ή Ψέματα» Δραστηριότητα: ο συμμετέχων θα αναγνωρίσει αν οι παρακάτω προτάσεις είναι σωστές (ΑΛΗΘΕΙΑ), ή λάθος (ψέματα).

1. **“Η διατομεακότητα εφαρμόζεται μόνο σε έγχρωμες γυναίκες.” → Ψέματα.**

Η διατομεακότητα είναι ένα πλαίσιο που εφαρμόζεται σε όλα τα άτομα που οι εμπειρίες τους διαμορφώνονται από πολλαπλές ταυτότητες και συστήματα καταπίεσης. Αν και ο όρος ξεκίνησε από Μαύρη φεμινιστική υποτροφία (Crenshaw, 1989), είναι σχετική για ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία σε διαφορετικά υπόβαθρα.

(Πηγή: Crenshaw, 1989; ILGA-Europe, 2024)

2. **“Ένα νέο προσφυγόπουλο ΛΟΑΤΚΙΑ+ μπορεί να υποστεί ξενοφοβία και ομοφοβία.” → Αλήθεια.**

Πολλοί πρόσφυγες ΛΟΑΤΚΙΑ+ βιώνουν πολλαπλά επίπεδα διακρίσεων, που μπορεί μόνο να μειώσει την πρόσβαση στη εκπαίδευση, την στέγαση, και τις υπηρεσίες υποστήριξης.

(Πηγή: FRA, 2024; European Youth Forum, 2023)

3. **“Όλα τα νέα άτομα ΛΟΑΤΚΙΑ+ μοιράζονται τις ίδιες προκλήσεις και ανάγκες.” → Ψέματα.**

Οι εμπειρίες μπορούν να διαφέρουν αρκετά ανάλογα τους παράγοντες ταυτότητας όπως η εθνικότητα, η θρησκεία, ο ταξικός διαχωρισμός, ή η αναπηρία. Συμπεριληπτική πρακτική πρέπει να διαμορφώνεται στην ξεχωριστή κατάσταση του κάθε ανθρώπου.

(Πηγή: UNESCO, 2023; WHO, 2022)

4. **“Η διατομεακότητα εστιάζει μόνο σε μειονεκτήματα, όχι σε δυνατά σημεία.” → Ψέματα.**

Η διατομεακότητα επίσης τονίζει την ανεκτικότητα, την υποστήριξη της κοινότητας, και τα δυνατά σημεία που προκύπτουν από τις ποικίλες πραγματικές εμπειρίες.

(Πηγή: *European Youth Forum, 2023; ILGA-Europe, 2024*)

5. **“Ένας Ρομά τρανς έφηβος μπορεί να βιώσει διάκριση και από έξω αλλά και από την κοινότητα τους.” → Αλήθεια.**

Διπλή διάκριση μπορεί να γίνει αν κάποιος βιώνει προκατάληψη σε πολλαπλές σφαίρες—με βάση την εθνικότητα στην κυρίαρχη κοινωνία και την ταυτότητα φύλου μέσα στην ίδια την κοινότητα τους.

(Πηγή: *FRA, 2024; ILGA-Europe, 2024*)

6. **“Η πολιτιστική δεξιότητα δεν είναι απαραίτητη αν φερθούμε σε όλους το ίδιο.” → Ψέματα.**

Η ισότητα δεν είναι το ίδιο. Η συμπεριληπτική εργασία με νέους απαιτεί την κατανόηση και την αντιμετώπιση των αναγκών του κάθε ατόμου με βάση τον συγκεκριμένο πολιτισμό, κοινωνία και με βάση την ταυτότητα.

(Πηγή: *UNESCO, 2023; WHO, 2022*)

7. **“Η διατομεακότητα βοηθάει τους εργαζόμενους με νέα άτομα να σχεδιάσουν πιο συμπεριληπτικές και αποτελεσματικές στρατηγικές υποστήριξης.” → Αλήθεια.**

Με το να αναγνωρίζετε πως οι ταυτότητες αλληλεπικαλύπτονται, οι επαγγελματίες μπορούν να δημιουργήσουν εξατομικευμένες παρεμβάσεις που προωθούν την πρόσβαση, την εμπιστοσύνη, και το ανήκειν.

(Πηγή: *European Youth Forum, 2023*)

1.5 Άσκηση 5: Κουίζ «Μύθος ή Πραγματικότητα»

Σκοπός: Η αφαίρεση παρερμηνειών και η προώθηση σαφής κατανόησης.

Δραστηριότητα Κουίζ: Οι συμμετέχοντες πρέπει να διαβάσουν την επικεφαλίδα και να αποφασίσουν αν είναι Μύθος ή Πραγματικότητα.

- “Το να ρωτάς για τις αντωνυμίες σε ένα εργασιακό χώρο φέρνει πίεση στους ανθρώπους να αποκαλύψουν προσωπικές πληροφορίες.” → Μύθος. Το να ρωτήσετε για αντωνυμίες δημιουργεί ένα

προαιρετικό χώρο για αυτό-ταυτοποίηση και δείχνει σεβασμό χωρίς την απαίτηση γνωστοποίησης. (UNESCO, 2023; GLAAD, 2023)

- “Δύο νέοι άνθρωποι με την ίδια ταυτότητα φύλου μπορεί να χρειαστούν διαφορετική υποστήριξη ανάλογα με το πολιτιστικό, μεταναστευτικό, ή κοινωνικό-οικονομικό υπόβαθρο τους.” → Πραγματικότητα. Η διατομεακότητα δείχνει πως οι ταυτότητες αλληλεπικαλύπτονται, διαμορφώνοντας μοναδικές εμπειρίες, και ανάγκες υποστήριξης. (Crenshaw, 1989; FRA, 2024; ILGA-Europe, 2024)
- “Αν ένας οργανισμός είναι υποστηρικτικός προς το δικαιώματα των ΛΟΑΤΚΙΑ+, χρησιμοποιώντας απαρχαιωμένους όρους δεν θα επηρεάσει αρνητικά τους συμμετέχοντες.” → Μύθος. Ζημιά μπορεί να προκληθεί ακόμα και με καλές προθέσεις-η ακρίβεια της γλώσσας μπορεί να επηρεάσει απευθείας την εμπιστοσύνη και ασφάλεια. (WHO, 2022; GLAAD, 2023)
- “Η συμπεριληπτική πρακτική εστιάζει στην επίδραση της απόδοσης λάθος φύλου, όχι στην πρόθεση πίσω από αυτό.” → Πραγματικότητα. Η απόδοση του λάθους φύλου αυξάνει το άγχος και την ζημιά άσχετα από το αν ήταν από λάθος. (Meyer Minority Stress Model, 2023; FRA, 2024.)
- “Όταν οι αντωνυμίες είναι άγνωστες, η ουδέτερη γλώσσα είναι η πιο ευσεβής επιλογή μέχρι να δοθεί επεξήγηση.” → Πραγματικότητα. Οι ουδέτεροι όροι αποτρέπουν τις υποθέσεις και βεβαιώνουν ακρίβεια μέχρι η πληροφορία να επιβεβαιωθεί. UNESCO, 2023; ILGA-Europe, 2024.
- “Η συμπεριληπτική γλώσσα ωφελεί μόνο τα άτομα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ και δεν είναι απαραίτητη όταν η ομάδα φαίνεται κυρίως ετεροφυλόφιλη ή cisgender.”

→ Μύθος. Η συμπεριληπτική επικοινωνία βελτιώνει την ασφάλεια, το ανήκειν, και την συμμετοχή όλων των ανθρώπων. UNESCO, 2023; European Youth Forum, 2023.

- “Ο διαχωρισμός των νέων σε ομάδες ‘αγοριών’ και ‘κοριτσιών’ είναι απαρχαιωμένη και μπορεί να αποκλείσει μη-δυναδικούς συμμετέχοντες.” → Πραγματικότητα. Ο δυαδικός διαχωρισμός ενισχύει τις υποθέσεις και δημιουργεί εμπόδια για την μη-δυναδική και την ποικιλόφυλη νεολαία. FRA, 2024; ILGA-Europe, 2024.

Ενότητα 2: “Αναγνωρίζοντας και παρέχοντας υποστήριξη στις εμπειρίες της μη αποδοχής στην ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία”

2.1. Βρείτε την Μη-Αποδοχή

Ομαδική δραστηριότητα για διαδικτυακή ή δια-ζώσης πρακτική.

Σκοπός: Αναγνωρίστε λεπτές και φανερές μορφές αποκλεισμού.

Οδηγίες: Διαχωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες των 2-3 ατόμων. Κάθε ομάδα παίρνει μια εργασία του να διαβάσει ένα σύντομο σενάριο και να συζητήσει τις ιδιαιτερότητες της μη-αποδοχής που έλαβε μέρος.

Παραδείγματα σεναρίων:

- Ένας δάσκαλος αναφέρεται σε “αγόρια και κορίτσια” όταν μιλάει στην τάξη, αφήνοντας ένα η-δυναμικό άτομο να νιώθει αόρατο.
- Ένα κέντρο νεολαίας οργανώνει μια εκδήλωση ραντεβού την μέρα του Αγίου Βαλεντίνου για ‘νέους άνδρες και γυναίκες’.
- Έναν τρανς έφηβο τον ρωτάνε συνεχώς για το “πραγματικό τους όνομα” κατά την διάρκεια μιας συζήτησης με τον κοινωνικό λειτουργό.
- Ένας μαθητής κρύβει την σχέση του με άτομο του ίδιου φύλου μετά από ομοφοβικά αστεία που ακούει από τους ομότιμους του.

Παραδείγματα ερωτήσεων για συμμετέχοντες για την τόνωση της συζήτησης:

- Τι είδη μη-αποδοχής εμφανίστηκαν;
- Τι μπορεί να νιώθει ο εν λόγω ΛΟΑΤΚΙΑ+ νέος;
- Τι θα πρέπει να κάνει ένας υποστηρικτικός ενήλικας ή τι θα πρέπει να κάνουνε διαφορετικά;

Απολογισμός: Μετά που θα κουβεντιάσει η κάθε ομάδα τα σενάρια μεταξύ τους, θα μοιραστούν σύντομα τα παραδείγματα τους και την συζήτηση με τους άλλους συμμετέχοντες.

2.2. Κουίζ Στιγμιότυπου ΕΕ

Ομαδική ή ατομική άσκηση εφαρμοσμένη δια-ζώσης και διαδικτυακά.

Σκοπός: Οι συμμετέχοντες εξοικειώνονται με την έρευνα και τα δεδομένα για τις εμπειρίες της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας στην ΕΕ.

Οδηγίες: Οι συμμετέχοντες λαμβάνουν ένα σημειωματάριο ή ένα χαρτί. Τους υπενθυμίζεται πως ο σκοπός του κουίζ δεν είναι να νικήσουν ή να λάβουν όλες τις σωστές απαντήσεις, αλλά να εξοικειωθούν ή να επανά-εξοικειωθούν με την βασική έρευνα και τα δεδομένα. Ο διαμεσολαβητής τους παρουσιάζει με σύντομες ερωτήσεις και αυτοί γράφουν τις απαντήσεις τους (ή τις εικασίες τους). Αφού κάθε συμμετέχων απαντήσει ξεχωριστά κάθε ερώτηση, ο διαμεσολαβητής παρουσιάζει την σωστή απάντηση, και οι συμμετέχοντες μπορούν να συγκρίνουν πόσο σωστές ή όχι ήταν οι απαντήσεις τους (ή οι εικασίες τους).

Παραδείγματα ερωτήσεων:

Ερώτηση: Τι ποσοστό της ΛΟΑΤΚΙΑ+νεολαίας ηλικίας 15-17 χρονών είναι στην αναφορά παρενόχλησης της ΕΕ;

Απάντηση: Περίπου 70 %.

Ερώτηση: Τι ποσοστό της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας νιώθει εντελώς αποδεκτή στο σχολείο;

Απάντηση: Περίπου 40 % ή λιγότερο.

Ερώτηση: Ποια ομάδα μεταξύ της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας αντιμετωπίζει το μεγαλύτερο ρίσκο του εγκλήματος ρίσκου;

Απάντηση: Τρανς και Intersex νεολαία.

Ερώτηση: Τι ποσοστό νεολαίας αποφεύγει συγκεκριμένα μέρη για λόγους ασφαλείας;

Απάντηση: Περίπου 73 %.

Ερώτηση: Ποιο προστατευτικό γεγονός είναι πιο δυνατά συσχετισμένο με την ευεξία τους;

Απάντηση: Υποστηρικτικοί ενήλικες και συμπεριληπτικό σχολικό κλίμα.

Απολογισμός: Κάνετε ανασκόπηση στις αποκλίσεις μεταξύ των απαντήσεων των συμμετεχόντων και των σωστών.

Μπορείτε να βρείτε όλο το κουίζ εδώ: European Union Agency for Fundamental Rights. LGBTIQ Equality at a Crossroads: Progress and Challenges. Publications Office of the European Union, 2024
(<https://fra.europa.eu/en/publication/2024/lgbtiq-equality-crossroads-progress-and-challenges>)

2.3. Παιχνίδι Ρόλων: Απαντώντας στην Γνωστοποίηση

Ομαδική ή ατομική άσκηση εφαρμοσμένη δια-ζώσης.

Σκοπός: Οι συμμετέχοντες κάνουν εξασκούν τις διαφορές μεταξύ απορριπτικών και υποστηρικτικών απαντήσεων.

Οδηγίες: Ο διαμεσολαβητής διαχωρίζει τους συμμετέχοντες σε ζευγάρια. Κάθε ζευγάρι επιλέγει ή σχεδιάζει ένα σενάριο. Οι συμμετέχοντες παίζουν το κάθε σενάριο δύο φορές. Για κάθε σταδιοποίηση, αλλάζουν τους ρόλους του νέου ανθρώπου και του επαγγελματία και προσπαθούν μια διαφορετική απάντηση σε κάθε σταδιοποίηση -την μία φορά, ο επαγγελματίας δίνει μια απορριπτική απάντηση (π.χ., υποθέτοντας μια φάση, μη αποδέχοντας τον φόβο ή την εμπειρία κάποιου κτλ.) και την δεύτερη φορά, ο επαγγελματίας κάνει το καλύτερο δυνατό για να δώσει μια υποστηρικτική απάντηση (διαβεβαιώνοντας, μη κρίνοντας, διατηρώντας την εμπιστευτικότητα).

Παραδείγματα σεναρίων:

- Ένας μαθητής λέει σε έναν κοινωνικό λειτουργό: “Νομίζω ότι είμαι ομοφυλόφιλος, αλλά οι γονείς μου θα με μισούσαν αν ήξεραν.”
- Ένας μαθητής εκφράζει πως σκέφτονται για να δοκιμάσουν ουδέτερες αντωνυμίες φύλου με τον δάσκαλό τους.
- Ένας χρήστης κέντρου νεολαίας ενημερώνει έναν εργαζόμενο με νέους ότι τους αποδόθηκε το λάθος φύλο από έναν άλλο χρήστη.

Απολογισμός: Τα ζευγάρια συμμετεχόντων κάνουν απολογισμό σε όλη την ομάδα για το πως βίωσαν τα σενάρια. Τους έχουν δοθεί επίσης μερικές ερωτήσεις για να τους βοηθήσουν να αναλύσουν πως οι απαντήσεις τους επηρέασαν το νεαρό άτομο στα σενάρια:

- Πως άλλαξε η άνεση της νεολαίας;
- Τι γλώσσα τους βοήθησε να νιώσουν ασφάλεια;

- Πως μπορούμε να αποφύγουμε να κάνουμε υποθέσεις;

*Παρακαλώ σημειώστε πως όταν εξασκείτε την άσκηση με το παιχνίδι ρόλων, κάποια από τα σενάρια μπορεί να προκαλούν ή να είναι ενοχλητικά σε ανθρώπους που μπορεί να έχουν βιώσει κάτι αντίστοιχο. Έχετε υπόψιν να αφήσετε χώρο για να αποχωρήσουν από την δραστηριότητα ή να αρνηθούν να συμμετέχουν για προσωπικούς λόγους.

2.4. Εργαλείο Θεσμικού Προβληματισμού

Η ομαδική ή ατομική δραστηριότητα προορίζεται για τους εργαζομένους και/ή τους εθελοντές που δουλεύουν στο ίδιο ή παρόμοιο οργανισμό/ίδρυμα/πεδίο.

Σκοπός: Οι συμμετέχοντες αναλύουν το επίπεδο αποδοχής του οργανισμού/σχολείου/ιδρύματος τους.

Οδηγίες: Ζητείται από τον κάθε συμμετέχων να αξιολογήσει τον οργανισμό τους σε μια κλίμακα 1-5 (1 να είναι το χειρότερο και 5 να είναι το καλύτερο) σε διαφορετικές κατηγορίες. Κάθε συμμετέχων ενθαρρύνεται να μοιραστεί με τους άλλους σε ποιες περιοχές αξιολογούν πως ο οργανισμός τους αποδίδει καλά και που θα μπορούσαν να βελτιωθούν.

Παραδείγματα κατηγοριών:

- Ορατή συμπεριληπτικότητα (αφίσες, πολιτικές, πρότυπα).
- Χρήση συμπεριληπτικής γλώσσας.
- Πρόσβαση σε ουδέτερες προς το φύλο εγκαταστάσεις (τουαλέτες, αποδυτήρια κτλ.).
- Εκπαίδευση προσωπικού για την συμπερίληψη της ΛΟΑΤΚΙΑ+.
- Υποστήριξη πρωτοκόλλων για αποκάλυψη ή παρενόχληση.

Απολογισμός: Η ομάδα συμμετεχόντων κουβεντιάζει και μοιράζεται με τους άλλους τι δράσεις βελτίωσης μπορούν να πάρουν για να αυξήσουν τα επίπεδα αποδοχής στον οργανισμό τους, και πόσο βραχυχρόνιες ή μακροχρόνιες είναι αυτές οι λύσεις.

2.5. Προγραμματισμός Δράσης

Κατάλληλο για διαδικτυακή αλλά και δια-ζώσης χρήση, σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο.

Σκοπός: Οι συμμετέχοντες κάνουν ανασκόπηση στις αλλαγές που μπορούν να κάνουν σε διάφορα επίπεδα για να αυξήσουν την συμπεριληπτικότητα στο επαγγελματικό τους περιβάλλον.

Οδηγίες: Βασισμένες είτε στις προσωπικές τους εμπειρίες ή σε προηγούμενη άσκηση, κάθε συμμετέχων γράφει ένα σύντομο πλάνο που περιγράφει:

- Μια αλλαγή επιπέδου πολιτικής (π.χ., να προσθέσουν μια πολιτική συμπεριληπτικών αντωνυμιών).
- Μια αλλαγή πρακτικού επιπέδου (π.χ., ενημέρωση εντύπων για να είναι ουδέτερα προς το φύλο, προσθέτοντας μια επιλογή μπάνιου ουδέτερου φύλου, κτλ.).
- Ένας στόχος προσωπικού επιπέδου (π.χ., λαμβάνοντας μέρος σε εκπαίδευση συμμαχίας με ΛΟΑΤΚΙΑ+).

Απολογισμός: Οι συμμετέχοντες είναι χωρισμένοι σε ζευγάρια. Συγκρίνουν τις προτεινόμενες αλλαγές τους και συζητούν τι εμπόδια μπορεί να συναντήσουν στην υλοποίηση τους και πως μπορούν να κερδίσουν πιο πολύ υποστήριξη στην υλοποίηση στον ίδιο οργανισμό τους ή έξω από αυτό.

Ενότητα 3: Ψυχική Υγεία– Τεχνικές Αξιολόγησης και Χτισίματος Ανεκτικότητας

3.1 Άσκηση Πολλαπλής Επιλογής

Ποια από τα παρακάτω είναι ένα προστατευτικό γεγονός για την ψυχική υγεία της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας?

- α) Αποφεύγοντας συζητήσεις για την ταυτότητα
- β) Έχοντας πρόσβαση σε υποστηρικτικούς και με κατανόηση ενήλικες
- γ) Πάντα να πρέπει να εξηγούν την ταυτότητα τους στους άλλους
- δ) Να μην ψάχνουν για επαγγελματική ή ομότιμων υποστήριξη

Σωστή απάντηση : β) Έχοντας πρόσβαση σε υποστηρικτικούς και με κατανόηση ενήλικες

3.2 Άσκηση, μεταφορά και απόθεση

Αντιστοίχισε την ιδέα με την περιγραφή:

Περιγραφή Ιδέας

- 1. Άγχος μειονότητας Α.** Απαλές μορφές ακύρωσης ή ερωτήσεις, όπως ως αστεία, σχόλια, ή ματιές που κάνουν κάποιον να νιώθει αποκλεισμένο ή πως κρίνεται
- 2. Μικροεπιθετικότητα. Β.** Άγχος που προέρχεται από το να ζεις σε μια κοινωνία όπου οι νόρμες και οι στάσεις δημιουργούν διακρίσεις ή πίεση σε ομάδες μειονότητας
- 3. Γύρος αντωνυμιών Γ.** Μια ομαδική εξάσκηση για την βεβαίωση πως απευθύνονται σε όλους με τις σωστές αντωνυμίες ή να τους επιτρέπεται να μην συμμετέχουν αν προτιμούν

Σωστή αντιστοίχιση:

1 → Β

2 → Α

3 → Γ

3.3 Πρόληψη Αυτοκτονιών: Αλήθεια ή Ψέματα

ή Ψέματα :

1. Είναι επικίνδυνο να ρωτάτε για αυτοκτονικές σκέψεις.
2. Αυτοί που μιλάνε για αυτοκτονία θα την πράξουν.

1. Είναι ψέματα!

2. Είναι επίσης ψέματα!

3.4 Προσωπική Ιστορία (Ελπίδα & Ανάκτηση) Παράδειγμα μελέτης περίπτωσης

Όταν οι Άλεξ ήταν 16, βίωσαν συνεχείς μικροεπιθέσεις στο σχολείο— σχόλια, αστεία, και να είναι αποκλεισμένοι. Με τον καιρό, οι Alex σταμάτησαν να συμμετέχουν, απομακρύνθηκαν από φίλους, και ένιωσαν αυξημένα απελπισμένοι.

- Ποια σημάδια άγχους ή απομάκρυνσης έδειξαν οι Alex, και πως θα μπορούσαν οι υπόλοιποι να τα προσέξουν νωρίτερα;
- Πως μπορούν μικρές πράξεις υποστήριξης, όπως το να ρωτήσεις κάποιον πως νιώθει, να συμβάλλει στην ανθεκτικότητα;
- Τι νομίζετε συνέβη;

Ένας ενήλικας πρόσεξε την αλλαγή και ρώτησε ευθέως τους Άλεξ πως στα αλήθεια ένιωθαν. Αυτή η συζήτηση οδήγησε σε υποστήριξη από έναν σύμβουλο και σύνδεση με ένα ασφαλές χώρο ΛΟΑΤΚΙΑ+. Οι Alex λένε σήμερα: *‘Δεν με έσωσε μόνο ένα πράγμα— ήταν κάποιος που πρόσεξε και δεν κοίταξε αλλού.’*

Άσκηση ανασκόπησης

Η ιστορία των Alex τονίζει την δύναμη του να προσέχεις μικρές αλλαγές στην συμπεριφορά κάποιου.

Ανασκόπηση:

- Έχετε βιώσει ανθρώπους γύρω σας που η συμπεριφορά τους άλλαξε τελευταία;
- Τι μικρά σημάδια μπορεί να υποδείξουν ότι χρειάζονται υποστήριξη, ακόμα και αν δεν είπαν κάτι;

- Τι μπορείτε να κάνετε για να δείτε αν χρειάζονται την υποστήριξη σας;
Ποιες ερωτήσεις να κάνετε κτλ.;

Ενότητα 4: Συμπεριληπτική Επικοινωνία και Δεξιότητες Γλώσσας Κατά της Βίας

4.1 Άσκηση 1: Όροι στην Συμπεριληπτική Επικοινωνία (Δραστηριότητα Αντιστοίχισης)

Σκοπός: Η υποστήριξη κατανόησης κυρίων όρων που ενδυναμώνουν την συμπεριληπτική επικοινωνία.

Δραστηριότητα αντιστοίχισης (λέξη ↔ ορισμός).

Όροι: Συμπεριληπτική Γλώσσα,
Προκατάληψη, Μικροεπιθετικότητα, Αντωνυμίες, Διατομεακότητα,
Ενσυναίσθηση, Επικοινωνία Επιβεβαίωσης

Ορισμοί: Δείτε Θέμα 1 στην Θεωρία

4.2 Άσκηση 2: Αλήθεια ή Ψέματα

Σκοπός: Χτίσιμο ενσυναίσθησης της απαλής προκατάληψης στην επικοινωνία.

Δήλωση

Εξήγηση

- | | | |
|---|---------|--|
| 1. Να επαινείς κάποιον για το ότι είναι “καλομίλητος” μπορεί να είναι μικροεπίθεση. | Αλήθεια | Μπορεί να υπονοήσει έκπληξη βασισμένη σε προκατάληψη ή στερεότυπο. |
| 2. Υποθέτοντας τις αντωνυμίες κάποιου με βάση την εμφάνιση είναι αποδεκτό. | Ψέματα | Πάντα ρωτάτε ή χρησιμοποιείται γλώσσα ουδέτερη προς το φύλο μέχρι να ενημερωθείτε. |
| 3. Συμπεριληπτική γλώσσα είναι μόνο απαραίτητη όταν δουλεύεται με ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία. | Ψέματα | Επωφελή τους πάντες και θέτει μια νόρμα σεβασμού. |
| 4. Το να λες “Αυτό είναι τόσο γκέι” ως αστείο είναι αβλαβή. | Ψέματα | Ενδυναμώνει το στίγμα και τους αρνητικούς υποτόνους. |
| 5. Χρησιμοποιώντας ουδέτερους προς τα φύλα όρους όπως “σύντροφε” υποστηρίζει την συμπερίληψη. | Αλήθεια | Ουδέτεροι όροι αποφεύγουν τις υποθέσεις για το φύλο ή την σεξουαλικότητα. |

- | | | |
|---|---------|---|
| 6. Αποφεύγοντας τις αντωναμίες κάποιου λόγω φόβου λαθών είναι συμπεριληψη. | Ψέματα | Συμμετοχικότητα και διόρθωση με σεβασμό δείχνουν φροντίδα και προσπάθεια. |
| 7. Ασυνείδητη προκατάληψη μπορεί να φανεί στον τόνο, την γλώσσα σώματος, και την διατύπωση. | Αλήθεια | Η προκατάληψη επηρεάζει την προφορική και μη προφορική επικοινωνία. |

4.3 Άσκηση 3: Συμπεριληπτική ή όχι;

Σκοπός: Να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να αναγνωρίσουν συμπεριληπτική εναντίον μη-συμπεριληπτικής επικοινωνίας σε ρεαλιστικούς χώρους εργασίας και πλαίσια εργασίας με νέους.

Κουίζ βασισμένο σε σενάριο (δύο επιλογές: Συμπεριληπτική ή Μη Συμπεριληπτική).

1. “Ας χωρίσουμε την ομάδα: άνδρες σε μια μεριά, γυναίκες στην άλλη.” Μη-Συμπεριληπτική
2. Ένας εργαζόμενος με νέους λέει, “Ας ελέγξουμε με όλους πριν ξεκινήσουμε.” Συμπεριληπτική
3. “Θα πρέπει να δώσουμε αυτήν την εργασία σε κάποιον δυνατό, ίσως σε ένα από τα αγόρια.” Μη-Συμπεριληπτική
4. Ένας αρχηγός ομάδας λέει Α, “Οι Άλεξ χρησιμοποιούν αυτοί/εκείνοι αντωναμίες, παρακαλώ να θυμάστε να τις χρησιμοποιείται.” Συμπεριληπτική
5. “Όλοι είναι ευπρόσδεκτοι να παρευρεθούν στην συνάντηση, είτε διαδικτυακά ή δια ζώσης.” Συμπεριληπτική

4.4 Άσκηση 4: Επιλέξτε Την Σωστή Επιλογή (Πολλαπλή Επιλογή)

Ερώτηση 1:

Ποια από τα παρακάτω είναι η πιο συμπεριληπτική εναλλακτική στο “ανθρώπινο δυναμικό”?

- A) Προσωπικό
- B) Εργασιακή Δύναμη
- Γ) Μόνο μέλη του προσωπικού
- Δ) Όλα τα παραπάνω **Σωστή απάντηση**

Ερώτηση 2:

Ποια πρόταση αφαιρεί την προκατάληψη φύλου;

- A) “Έτσι είναι τα κορίτσια.”
- B) “Ο καθένας εκφράζεται διαφορετικά.” **Σωστή απάντηση**
- Γ) “Τα αγόρια δεν κλαίνε.”
- Δ) “Οι Μαμάδες και οι Μπαμπάδες καθοδηγούν όλες τις οικογένειες.”

Ερώτηση 3:

Ένας νέος εκφράζει θυμό που τον παρεξηγήσαν. Η απάντηση με την περισσότερη ενσυναίσθηση είναι:

- A) “Υπερβάλλεις.”
- B) “Μπορώ να κατανοήσω γιατί αυτό μπορεί να είναι δύσκολο.” **Σωστή απάντηση**
- Γ) “Μην ανησυχείς, δεν είναι κάτι τρομερό.”
- Δ) “Άλλοι περνάνε χειρότερα.”

Ερώτηση 4:

Ποια δράση δείχνει ανασκοπική ακρόαση;

- A) Να διακόπτεις για να δώσεις συμβουλή κατευθείαν
- B) Να ρωτάς ανοιχτού τύπου ερωτήσεις για τα συναισθήματα **Σωστή απάντηση**
- Γ) Να αγνοείς τον ομιλητή
- Δ) Να διορθώνεις τα συναισθήματα του ομιλητή

4.5 Άσκηση 5: Σύρετε την Σωστή Λέξη

Ερώτηση 1:

“Διαλέγοντας συνειδητά ____, ακρίβεια, και σεβασμό βοηθάει να μεταμορφώσουμε περιβάλλοντα επικοινωνίας.”

Επιλογές για να σύρετε:

- Ουδετερότητα **Σωστή απάντηση**
- Μεροληψία
- Χιούμορ
- Στερεότυπα
- Κρίση
- Προκατάληψη

Ερώτηση 2:

“Η ανασκοπική ακρόαση περιέχει το να αποδέχεσαι ____, να κάνεις ερωτήσεις ανοιχτού τύπου, και την αποδοχή αυτό-έκφρασης.”

Επιλογές για να σύρετε:

- Αισθήματα **Σωστή απάντηση**
- Γεγονότα μόνα
- Γνώμες μόνο
- Σιωπή
- Κριτική
- Εξουσία

Ερώτηση 3:

“Γλώσσα προκατάληψης συχνά εμφανίζεται απαλά μέσω ____, χιούμορ, ή στερεοτύπων.”

Επιλογές για να σύρετε:

- Καθημερινές εκφράσεις **Σωστή απάντηση**
- Επιστημονικά γεγονότα
- Πολιτικές
- Εγχειρίδια οδηγιών
- Σιωπή
- Έπαινος

Ερώτηση 4:

“Η επικοινωνία με ενσυναίσθηση στην εργασία με νέους υποστηρίζει ____, με το να ελαττώνει το άγχος μειονότητας και την απομόνωση.”

Επιλογές για να σύρετε:

- Ψυχική ευεξία **Σωστή απάντηση**
- Παραγωγικότητα
- Ανταγωνισμός
- Αγνόηση

- Αποκλεισμός
- Σύγκρουση

Ερώτηση 5:

“Η συμπεριληπτική γλώσσα αντικαθιστά διατύπωση αποκλεισμού με ____
εναλλακτικές.”

Επιλογές να σύρετε:

- Με σεβασμό **Σωστή απάντηση**
- Ανεπίσημες
- Σαρκαστικές
- Διφορούμενες
- Επιθετικές

Ενότητα 5: Δημιουργώντας Συμπεριληπτικούς και Φιλικούς προς τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ Εργασιακούς Χώρους

5.1 Άσκηση

Πολλαπλή Επιλογή Quiz

Οδηγίες: Επιλέξτε την σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση.

1. Ποιες είναι οι κύριες διαφορές μεταξύ διαφορετικότητας και συμπερίληψης στον εργασιακό χώρο?
 - α) Η διαφορετικότητα εστιάζει σε αριθμούς, η συμπερίληψη εστιάζει στο ανήκειν ☒
 - β) Η διαφορετικότητα διαβεβαιώνει την ισότιμη πληρωμή, η συμπερίληψη διαβεβαιώνει τις προαγωγές
 - γ) Η διαφορετικότητα σημαίνει να προσλαμβάνεις μόνο μειονότητες
 - δ) Η συμπερίληψη είναι μόνο για την φυσική προσβασιμότητα
2. Ποιο από τα παρακάτω περιγράφει καλύτερα το μετοχικό κεφάλαιο?
 - α) Το να φέρεις σε όλους ακριβώς το ίδιο
 - β) Το να δίνεις σε όλους τα ίδια εργαλεία ανεξαιρέτως αν το χρειάζονται
 - γ) Η παροχή διαφορετικών επιπέδων υποστήριξης για να επιτευχθούν δίκαια αποτελέσματα ☒
 - δ) Το να αγνοείς ατομικές διαφορές
3. Η έννοια του SOGIESC βοηθάει τους οργανισμούς:
 - α) Να αναγνωρίσουν μόνο ορατές διαφορές
 - β) Να κατανοήσουν την διαφορετικότητα στην σεξουαλικότητα και του φύλου πέρα από τα δυαδικά ☒
 - γ) Να περιορίσουν την διαφορετικότητα σε νομικές κατηγορίες
 - δ) Να εξαιρέσουν τα χαρακτηριστικά φύλου από την θεώρηση
4. Με βάση την έρευνα, οι συμπεριληπτικοί χώροι εργασίας συνήθως δείχνουν:
 - α) Χαμηλότερη συμμετοχή από τους εργαζομένους
 - β) Μειωμένη καινοτομία
 - γ) Αυξημένη δημιουργικότητα και συνεργασία ☒
 - δ) Υψηλότερα ποσοστά αλλαγής προσωπικού

5. Άρθρο 23 της Οικουμενικής Διακήρυξης των Ανθρώπινων Δικαιωμάτων επιβεβαιώνει πως:
- α) Η εργασία είναι προνόμιο για συγκεκριμένες ομάδες
 - β) Οι εργοδότες μπορούν να αποφασίσουν ποιος δικαιούται ισότητα
 - γ) Μόνο οι πολίτες προστατεύονται στους χώρους εργασίας
 - δ) Όλοι έχουν το δικαίωμα να δουλεύουν χωρίς διακρίσεις ✓
6. Ποιες δηλώσεις περιγράφουν καλύτερα το Καταστατικό των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της ΕΕ;
- α) Αυτό εφαρμόζεται μόνο σε ιδιωτικούς οργανισμούς
 - β) Δεν έχει νομικό βάρος από το 2009
 - γ) Δεν είναι αναγνωρισμένο μέσω από την Ευρωπαϊκή Ένωση
 - δ) Απαγορεύει διακρίσεις, συμπεριλαμβανομένου για τον σεξουαλικό προσανατολισμό ✓
7. Το Άρθρο 21 έχει αξία γιατί: το Καταστατικό της ΕΕ ειδικότερα:
- α) Επιτρέπει διακρίσεις αν δικαιολογούνται από την παράδοση
 - β) Εφαρμόζεται μόνο ως αναφορά το φύλο και την θρησκεία
 - γ) Ρητά ονομάζει τον σεξουαλικό προσανατολισμό ως προστατευμένο πεδίο ✓
 - δ) Αντικαθιστά όλους τους εθνικούς νόμους ισότητας
9. Το *ILO Convention Art. 111* εξετάζει τις διακρίσεις σε:
- α) Στέγαση και εκπαίδευση
 - β) Πρόσληψη και επάγγελμα ✓
 - γ) Πολιτική αντιπροσώπευση
 - δ) Περιβαλλοντική προστασία
10. Αν και το *ILO Convention Art. 111* δεν κατατάσσει τον σεξουαλικό προσανατολισμό ξεκάθαρα, είναι ακόμα σχετικά με τα ΛΟΑΤΚΙΑ+ δικαιώματα γιατί:
- α) Εφαρμόζεται μόνο σε χώρες που αναφέρονται στους ΛΟΑΤΚΙΑ+ στους νόμους τους
 - β) Περιορίζει τις προστασίες μόνο σε φύλα

- γ) Εξαιρεί τύπους απερχόμενων διακρίσεων
- δ) Η διατύπωση του επιτρέπει μια ευρύ ερμηνεία για να περιλαμβάνει νέα πεδία ☒

11. Γιατί η δημιουργία ενός εργασιακού χώρου συμπεριληπτικού προς τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ θεωρείται ως ένα στρατηγικό πλεονέκτημα ;

- α) Βοηθάει τους οργανισμούς να πετύχουν τις ποσοστώσεις τους
- β) Βελτιώνει μόνο την υπόληψη
- γ) Προωθεί την καινοτομία, την συμμετοχή, και την παραγωγικότητα ☒
- δ) Προλαμβάνει αυτόματα όλες τις νομικές προκλήσεις

5.2 Άσκηση

Κουίζ Πολλαπλής Επιλογής

Οδηγίες: Επιλέξτε την σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση

1. Τι εγγυείται το Άρθρο 23 του UDHR;

- A) Δωρεάν ιατρική περίθαλψη
- B) Δικαίωμα στην εργασία χωρίς διακρίσεις ☒
- Γ) Δικαίωμα ψήφου
- Δ) Ελευθερία έκφρασης

2. Ποιο από τα παρακάτω απαγορεύεται ρητά βάση του Καταστατικού της ΕΕ;

- A) Ηλικιακές διακρίσεις
- B) Διακρίσεις ως προς τον σεξουαλικό προσανατολισμό ☒
- Γ) Διακρίσεις ως προς την γλώσσα
- Δ) Διακρίσεις ως προς τις πολιτικές απόψεις

3. Η ιδέα του SOGIESC βοηθά τους οργανισμούς να:

- a. Αναγνωρίσουν μόνο τις φανερές διαφορές
- b. Ελαττώσουν την διαφορετικότητα σε νομικές κατηγορίες

- c. Κατανοήσουν την διαφορετικότητα για την σεξουαλικότητα και==αι το φύλλο πέρα από τα δυαδικά ☒
- d. Να εξαιρέσουν τα χαρακτηριστικά φύλλου από την θεώρηση
4. ILO Convention Art. 111 εστιάζει σε:
- A) Υγεία και ασφάλεια στους εργασιακούς χώρους
- B) Διακρίσεις στην εργασία και το επάγγελμα ☒
- Γ) Ελάχιστα μισθολογικά πρότυπα
- Δ) Εργασιακές ώρες
5. Ποια ιδέα διαβεβαιώνει δίκαια συμπεράσματα με το να αναγνωρίζει διαφορετικά σημεία εκκίνησης των εργαζομένων;
- A) Ισότητα
- B) Διαφορετικότητα
- Γ) Συμπερίληψη
- Δ) Μετοχικό Κεφάλαιο ☒
6. Συμπερίληψη στον εργασιακό χώρο σημαίνει:
- A) Να διαβεβαιώνεις ενεργά πως όλα τα άτομα νιώθουν σεβασμό και αξία ☒
- B) Να ανέχονται διαφορές
- Γ) Ποσοτώσεις Προσλήψεων
- Δ) Μόνο να προσλαμβάνεις διαφορετικούς υποψηφίους
7. Σχετικά με έρευνες, οι συμπεριληπτικοί χώροι εργασίας τείνουν να δείχνουν:
- A) Μειωμένη συμμετοχή των εργαζομένων
- B) Μειωμένη καινοτομία ☒
- Γ) Αυξημένη δημιουργικότητα και συνεργασία
- Δ) Υψηλότερα ποσοστά εναλλαγής προσωπικού

8. Αν και το ILO Convention Art. 111 δεν αναφέρεται ρητά σε σεξουαλικό προσανατολισμό, είναι συσχετισμένο με τα ΛΟΑΤΚΙΑ+ δικαιώματα γιατί:

A) Εφαρμόζεται μόνο σε χώρες που αναφέρονται στους ΛΟΑΤΚΙΑ+ στους νόμους τους

B) Η διατύπωση του επιτρέπει ευρύ ερμηνεία για να περιλαμβάνει νέα πεδία ☒

Γ) Αποκλείει τύπους ανερχόμενων διακρίσεων

Δ) Περιορίζει τις προστασίες μόνο σε φύλα

9. Τι κάνει το *Καταστατικό των Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της ΕΕ* ιδιαίτερα ισχυρό στην ισότητα στον εργασιακό χώρο;

A) Είναι νομικά δεσμευτικό σε όλα τα ιδρύματα της ΕΕ και τα κράτη μέλη ☒

B) Εφαρμόζεται μόνο σε ιδιωτικές εταιρείες με πάνω από 250 εργαζομένους

Γ) Είναι ένα συμβολικό έγγραφο χωρίς επιβολή

Δ) Αντικαθιστά όλες τις εθνικές νομοθεσίες για την ισότητα

10. Ποιος είναι ο κύριος στόχος της *συμπερίληψης* ως αυτή ορίζεται σε αυτήν την μονάδα?

A) Διαβεβαιώνει την εκπροσώπηση μέσω ποσοστώσεων

B) Δημιουργεί μια κουλτούρα του ανήκειν και του σεβασμού προς όλους ☒

Γ) Αποφεύγει τις συζητήσεις για την διαφορετικότητα για την αποφυγή συγκρούσεων

Δ) Προσφέρει πλεονεκτήματα μόνο σε περιθωριοποιημένους εργαζόμενους

5.3 Άσκηση

Πολλαπλής Επιλογής Ερωτήσεις (10 Ερωτήσεις)

Οδηγίες: Επιλέξτε την σωστή απάντηση(εις) για κάθε ερώτηση.

1. Ποιο από τα ακόλουθα είναι μια φανερή μορφή διάκρισης εργασιακού χώρου κατά των ΛΟΑΤΚΙΑ+ εργαζομένων?

- A. Μικροεπιθετικότητα
- B. Άρνηση προαγωγής ☒
- C. Ετεροκανονικές υποθέσεις
- D. Εξαίρεση από ανεπίσημα δίκτυα
2. Ποιο ποσοστό των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ερωτηθέντων στην ΕΕ διάκριση στην εργασία κατά την διάρκεια του προηγούμενου χρόνου;
- A. 10% ☒
- B. 21%
- C. 35%
- D. 50%
3. Ποιο είναι ένα δομημένο εμπόδιο στους οργανισμούς που επηρεάζει τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ εργαζομένους?
- A. Μικροεπιθετικότητα
- B. Παρενόχληση στον εργασιακό χώρο
- C. Έλλειψη ρητών πολιτικών κατά των διακρίσεων ☒
- D. Πίεση συγκάλυψης ταυτότητας
4. Δυναμικά και ετεροενημερωμένα συστήματα HR συχνά:
- A. Αναγνωρίζουν μόνο αρρενωπές/θηλυκές κατηγορίες ☒
- B. Προσφορά συμπεριληπτικής τουαλέτας
- C. Επιτρέψτε στους εργαζομένους να διαλέξουν τα επιλεγμένα τους ονόματα
- D. Ενθαρρύνετε την διαφορετικότητά στην ηγεσία
5. Ποιο είναι το επακόλουθο μιας διαπροσωπικού ή πολιτιστικού εμποδίου;
- A. Έλλειψη αναφοράς διαδικασιών
- B. Έμμεση προκατάληψη και στερεότυπα ☒
- D. Αδύναμοι νόμοι ισότητας

- E. Κενά οργανωτικής πολιτικής
6. Απόκρυψη του σεξουαλικού προσανατολισμού κάποιου ή της φυλετικής του ταυτότητας στη δουλειά συσχετίζεται με:
- A. Υψηλότερη εργασιακή ευχαρίστηση
 - B. Χαμηλότερα αποτελέσματα ψυχικής υγείας ✓
 - C. Αυξημένη καινοτομία
7. Πιο δυνατή κοινωνική υποστήριξη
8. Ποιο από τα ακόλουθα είναι παράδειγμα ενός *δομημένου ή θεσμικού εμποδίου*;
- A. Αστεία για τους ΛΟΑΤΚΙΑ+ συναδέλφους
 - B. Φόβος αποκάλυψης προτίμησης στην εργασία
 - C. Έλλειψη ρητών πολιτικών κατά των διακρίσεων ✓
 - D. Χαμηλή αυτό-εκτίμηση μεταξύ των εργαζομένων
8. Ποιο είναι το κυρίως πρόβλημα με τα δυαδικά και τα ετεροενημερωμένα HR συστήματα;
- A. Κάνουν την τήρηση αρχείων πιο αποδοτική
 - B. Μπορούν να αποκλείσουν εργαζομένους των οποίων οι ταυτότητες δεν ταιριάζουν στις κατηγορίες “αρσενικό/θηλυκό” ✓
 - C. Βελτιώνουν την συνέπεια στην επικοινωνία
 - D. Εστιάζουν μόνο στην απόδοση και όχι στην ταυτότητα
9. Μειωμένη αντιπροσώπευση των ΛΟΑΤΚΙΑ+ σε θέσεις ηγεσίας μπορεί να οδηγήσει σε:
- A. Μειωμένη ενσυναίσθηση της συμπεριληπτικότητας στην οργανωτική κουλτούρα ✓
 - B. Πιο καινοτόμα λήψη αποφάσεων
 - D. Αυξημένη συμμετοχή εργαζομένων

- E. Καλύτερη επικοινωνία με διαφορετικές ομάδες
10. Μια κουλτούρα εργασιακού χώρου που ανέχεται ομοφοβικά ή τρανφοβικά αστεία είναι παράδειγμα:
- A. Θεσμικών διακρίσεων
 - B. Κουλτούρας εχθρικής εργασιακού χώρου ☒
 - C. Παρερμηνεία πολιτικής
 - D. Ουδέτερης οργανωτικής συμπεριφοράς
11. Τι συμβαίνει συνήθως όταν οι εργαζόμενοι νιώθουν πίεση να κρύψουν την ταυτότητα τους (“μείνετε στην ντουλάπα”);
- A. Η εργασιακή ικανοποίηση και η ψυχική υγεία μειώνονται ☒
 - B. Η παραγωγικότητα και η συμμετοχή αυξάνονται
 - C. Ενσωματώνονται περισσότερο σε ομάδες
 - D. Αντιμετωπίζουν λιγότερες προκλήσεις στην επικοινωνία
12. Ποιο από τα ακόλουθα καλύτερα περιγράφει την σιωπηρή προκατάληψη στον εργασιακό χώρο;
- A. Συνειδητές προσπάθειες να αποκλείσουν κάποιον
 - B. Ανοιχτές πράξεις διακρίσεων
 - C. Ορατές μορφές κακοποίησης
 - D. Κρυφά στερεότυπα που επηρεάζουν τις αποφάσεις χωρίς ενσυναίσθηση ☒

5.4 Άσκηση

Έννοια	Περιγραφή/παράδειγμα
1. Έλλειψη ρητών πολιτικών κατά των διακρίσεων	A. Οι ΛΟΑΤΚΙΑ+ εργαζόμενοι παραβλέπονται για προαγωγές και θέσεις ηγεσίας

2. Διαδικά και ετεροενημερωτικά HR συστήματα	Β. Τα συστήματα αναγνωρίζουν μόνο αρσενικές/θηλυκές κατηγορίες και έχουν έλλειψη συμπεριληπτικών εγκαταστάσεων
3. Κακοποίηση στον εργασιακό χώρο	Γ. Επαναλαμβανόμενα αστεία, βρισιές, ή κουτσομπολιό που στοχεύει σε ΛΟΑΤΚΙΑ+ εργαζομένους
4. Πίεση για απόκρυψη ταυτότητας	Δ. Οι εργαζόμενοι κρύβουν τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό ή την ταυτότητα φύλου τους για να αποφύγουν αρνητικές επιπτώσεις
5. Σιωπηρή προκατάληψη και στερεότυπα	Ε. Υποθέσεις για την “κατάλληλη” εμφάνιση ή την συμπεριφορά επηρεάζουν τις ευκαιρίες
6. Διατομεακότητα	Ζ. Εμπειρία πολλαπλών μορφών διακρίσεων λόγω επικαλυπτόμενων ταυτοτήτων
7. Οργανωτικές επιπτώσεις της μη συμπερίληψης	Η. Μειωμένη παραγωγικότητα, απώλεια ταλέντου, ρίσκο φήμης, και νομική έκθεση

Σωστή απάντηση s: 1-Δ, 2-Ζ, 3-Β, 4-Η, 5-Α, 6-Γ, 7-Ε

5.5 Άσκηση

Αλήθεια ή Ψέματα : Στρατηγικές για ΛΟΑΤΚΙΑ+ Συμπερίληψη

Οδηγίες: Διαβάστε κάθε δήλωση προσεκτικά και υποδείξτε αν είναι **Αλήθεια (Τ)** ή **Ψέματα (F)**.

1. Η συλλογή εθελοντικών, εμπιστευτικών δεδομένων διαφορετικότητας ελέγχει την αντιπροσώπευση των ΛΟΑΤΚΙΑ+ και τα συμπεράσματα συμπερίληψης. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
2. Η χρήση ουδέτερης προς το φύλο γλώσσας στις αγγελίες εργασίας είναι ένα παράδειγμα μιας HR πρακτικής αποκλεισμού . **ΨΕΜΑΤΑ**

3. Ο εορτασμός διεθνών ημερών ενσυναίσθησης όπως η IDAHOBIT ή Μήνας Pride είναι μια εμφανής στρατηγική υποστήριξης ΛΟΑΤΚΙΑ+ εργαζομένων. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
4. Οι μάνατζερ θα πρέπει να αγνοούν την ασυνείδητη προκατάληψη γιατί έχει μικρό αντίκτυπο στην συμπερίληψη στον εργασιακό χώρο. **ΨΕΜΑΤΑ**
5. Η δημιουργία ασφαλών χώρων, δικτύων υποστήριξης, ή ERGs συμβάλλουν μια συμπεριληπτική οργανωτική κουλτούρα. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
6. Η ενθάρρυνση συμμαχιών σημαίνει την εκπαίδευση μη-ΛΟΑΤΚΙΑ+ συναδέλφων να υποστηρίξουν ενεργά και να ενισχύσουν τις περιθωριοποιημένες φωνές. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
7. Η αυτό-ανασκόπηση και η συνεχής εκπαίδευση για τα δικαιώματα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ θεωρούνται στρατηγικές σε ατομικό επίπεδο για συμπερίληψη. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
8. Η δέσμευση ηγεσίας έχει μειωμένη επίδραση στην συμπερίληψη αφού οι πολιτικές από μόνες τους είναι επαρκής. **ΨΕΜΑΤΑ**
9. Η χρήση των σωστών αντωνυμιών και τα επιλεγμένα ονόματα στην επικοινωνία είναι μια μορφή συμπεριληπτικής πρακτικής σε επίπεδο ομάδας. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
10. Ο έλεγχος και η αξιολόγηση της συμπερίληψης είναι αχρείαστος αν οι πολιτικές και οι εκπαιδεύσεις είναι ήδη σε ισχύ. **ΨΕΜΑΤΑ**

5.6 Άσκηση (Επιπλέον Παραδείγματα)



Διαδραστικό Πλάνο Δραστηριότητας:

Το παιχνίδι ρόλων και οι Ομαδικές Ασκήσεις για την Συμπερίληψη και τον Αποκλεισμό

- Οι Εκπαιδευτές μπορούν να διαχωρίσουν ενδεικτικά τις ομάδες τους σε 3 άτομα, ο κάθε ένας από αυτούς θα έχει έναν από τους ακόλουθους ρόλους: **1)** CEO, **2)** HR Manager, **3)** Ένα Νέο άτομο που αντιμετωπίζει διακρίσεις

- Η ομάδα θα παρουσιάσει μια σύντομη σκηνή μιας παρουσίασης εργασιακού χώρου είτε ενός συμπεριληπτικού ή μη-συμπεριληπτικού χώρου εργασίας.
- Θα έχουν 10 λεπτά για την προετοιμασία της σκηνής
- Θα έχουν 3-5 λεπτά για να παρουσιάσουν την “παράστασή” τους
- Κάθε σκηνή θα πρέπει να δείχνει μια ρεαλιστική κατάσταση του εργασιακού χώρου, τονίζοντας την συμπερίληψη ή τον αποκλεισμό, προσφέροντας μια πιθανή λύση ή την καλύτερη πρακτική.

Ενότητα 6: Νομικά Πλαίσια και Δικαιώματα της ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαίας

6.1 Άσκηση: Αλήθεια ή Ψέματα

Οδηγίες: Αποφασίστε αν η κάθε δήλωση είναι Αλήθεια  ή Ψέματα .

1. Η Ελλάδα έγινε η πρώτη χώρα με πλειοψηφία Ορθόδοξων που νομιμοποίησε τον γάμο μεταξύ ίδιου φύλου. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
2. Στην Σουηδία, η αλλαγή φύλου απαιτεί επέμβαση και ψυχολογική αξιολόγηση. **ΨΕΜΑΤΑ**
3. Η διαδικασία αναγνώρισης του νομικού φύλου στην Ιταλία εξακολουθεί να αντιμετωπίζεται μέσω των δικαστηρίων. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
4. Το Βέλγιο νομιμοποίησε τον γάμο μεταξύ ίδιου φύλου πριν παραχωρήσει δικαιώματα υιοθεσίας σε ζευγάρια ίδιου φύλου. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
6. Το Πρόγραμμα Νεολαίας της Σλοβενίας για την περίοδο 2024–2032 περιλαμβάνει συγκεκριμένες δράσεις για την ψυχική υγεία και την ένταξη των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ατόμων. **ΛΑΘΟΣ**
7. Ο Ελληνικός Νόμος 4443/2016 απαγορεύει τις διακρίσεις με βάση τον σεξουαλικό προσανατολισμό και την φυλετική ταυτότητα. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
7. Ο Νόμος Διακρίσεων της Σουηδίας εφαρμόζεται μόνο σε εργατικές υποθέσεις. **ΨΕΜΑΤΑ**
8. Ο Νόμος Αναγνώρισης Φύλου του Βελγίου(2018) επιτρέπει την νομική αλλαγή φύλου χωρίς επέμβαση. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
9. Ο Νόμος Cirinnà(2016) της Ιταλίας νομιμοποίησε τον γάμο μεταξύ ίδιου φύλου. **ΨΕΜΑΤΑ**
10. Και οι πέντε χώρες που μελετήθηκαν δεν επιτρέπουν την υιοθεσία για άτομα του ίδιου φύλου. **ΨΕΜΑΤΑ**
11. Από το 2022, στα Σουηδικά σχολεία είναι υποχρεωτικό να διδάσκεται το μάθημα “Σεξουαλικότητα, Συγκατάθεση και Σχέσεις” ως μέρος ενός εθνικού εκπαιδευτικού προγράμματος. **ΑΛΗΘΕΙΑ**

12. Η Σλοβενία νομιμοποίησε τον γάμο και την υιοθεσία ατόμων του ίδιου φύλου μέσω αποφάσεως ενός Συνταγματικού Δικαστηρίου το 2022. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
13. Η Στρατηγική Ισότητας των ΛΟΑΤΚΙ της ΕΕ 2020–2025 είναι η πρώτη περιεκτική στρατηγική της ΕΕ αφοσιωμένη αποκλειστικά στην ισότητα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ατόμων. **ΑΛΗΘΕΙΑ**
14. Η Στρατηγική της ΕΕ για τα Δικαιώματα του Παιδιού προωθεί ρητά μια συμπεριληπτική εκπαίδευση και προστασία από διακρίσεις για όλα τα παιδιά, συμπεριλαμβανομένων των δικαιωμάτων των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ατόμων. **ΑΛΗΘΕΙΑ**

Σκοπός: Να βοηθήσουν τους εκπαιδευτές να διαφοροποιήσουν την νομοθεσία ανά χώρα και να κατανοήσουν την προοδευτικότητα της κάθε χώρας.

6.2 Άσκηση: Πολλαπλή Επιλογή

Τίτλος: Αναγνωρίστε την Σωστή Απάντηση!

Οδηγίες: Επιλέξτε την σωστή απάντηση .

1. Ποιος Ελληνικός νόμος νομιμοποίησε το Σύμφωνο Συμβίωσης μεταξύ ίδιου φύλου;
α) Νόμος 3500/2006 **β) Νόμος 4356/2015** γ) Νόμος 4443/2016
δ) Νόμος 3896/2010
2. Ποια χώρα σύστησε τον γάμο μεταξύ ίδιου φύλου στο 2003?
α) Ιταλία **β) Βέλγιο** γ) Σουηδία δ) Ελλάδα
3. Σε ποια χρονιά νομιμοποίησε η Ελλάδα τον γάμο μεταξύ ίδιου φύλου;
α) 2015 β) 2017 **γ) 2024** δ) 2010
4. Ποια από τις ακόλουθες επιτρέπει την αλλαγή φύλου μέσω αυτό-προσδιορισμού;
α) Ιταλία β) Σουηδία γ) Βέλγιο **δ) Η β και η γ**
5. Ο Ιταλικός Νόμος Αρ. 164/1982 αφορά:
α) Την ισότητα γάμου β) Εργασιακές διακρίσεις **γ) Αναγνώριση νομικού φύλου** δ) Δικαιώματα υγειονομικής περίθαλψης

6. Η απόφαση του Συνταγματικού Δικαστηρίου της Σλοβενίας το 2022 πέτυχε:
- α) Ισότητα γάμου & υιοθεσίας μεταξύ ίδιου φύλου** β) Μεταρρυθμίσεις στην υγειονομική περίθαλψη των τρανς γ) Μεταρρύθμισή του εκπαιδευτικού νόμου δ) Δικαιώματα Συμφώνου συμβίωσης
7. Ποιος Σουηδικός νόμος προστατεύει από διακρίσεις στην εργασία, την εκπαίδευση, και την υγειονομική περίθαλψη;
- α) Νόμος Ισότητας 2009 **β) Νόμος Διακρίσεων 2008** γ) Νόμος Ταυτότητας Φύλου 2012 δ) Μεταρρύθμιση του Αστικού Κώδικα 2010
8. Ο Βέλγικος Νόμος Αναγνώρισης Φύλου (2018) ήταν σημαντικός γιατί:
- α) Απαιτούσε ιατρική πιστοποίηση β) Σύστησε την μη-δυσαική αναγνώριση **γ) Επέτρεψε την αυτό-διακήρυξη για την αλλαγή φύλου** δ) Κατήργησε την ισότητα στον γάμο
9. Ποια χώρα πέτυχε πρόσφατα την ισότητα γάμου;
- α) Ελλάδα** β) Σουηδία γ) Σλοβενία δ) Βέλγιο
10. Ποιος Ιταλικός νόμος καθιέρωσε την νομική διαδικασία για την αναγνώριση φύλου;
- α) Νόμος 76/2016 **β) Νόμος 164/1982** γ) Διάταγμα 216/2003 δ) Απόφαση του Συνταγματικού Δικαστηρίου 2015
11. Τι πέτυχε η απόφαση του Συνταγματικού Δικαστηρίου του 2022 στην Σλοβενία;
- α) Μόνο δικαιώματα συμφώνου συμβίωσης β) Σύμφωνα συμβίωσης με περιορισμένες προστασίες
- γ) Ισότητα γάμου & υιοθεσίας για ζευγάρια ίδιου φύλου** δ) Ένα εθνικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα ΛΟΑΤΚΙΑ+
12. Ποια είναι η Στρατηγική Ισότητας ΛΟΑΤΚΙ της ΕΕ 2020–2025?
- α) Ένας δεσμευτικός κανονισμός της ΕΕ β) Μια οδηγία απασχόλησης της ΕΕ γ) Ένα εθνικό πλάνο δράσης για τα Κράτη Μέλη **δ) Μια διατομεακή πολιτική στρατηγική της ΕΕ που αντιμετωπίζει διακρίσεις, ασφάλεια, και συμπερίληψη**

Σκοπός: Η ενίσχυση των κύριων ιδεών χωρίς να χρειάζεται βαθιά απομνημόνευση.

6.3 Άσκηση: Πολλαπλή Επιλογή

Τίτλος: Βρείτε την Σωστή Απάντηση!

Οδηγίες: Επιλέξτε την σωστή απάντηση .

1. Ποιος Ελληνικός νόμος διαβεβαιώνει την καθολική πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη για ευάλωτες ομάδες, συμπεριλαμβανομένων των τρανς ανθρώπων;
α) Νόμος 4368/2016 β) Νόμος 4443/2016 γ) Νόμος 4604/2019 δ) Νόμος 5089/2024
2. Ο Σουηδικός Νόμος για τον Ασθενή (2014) εγγυείται:
α) Δωρεάν υγειονομική περίθαλψη μόνο για τις μειονότητες **β) Ίση μεταχείριση και ενημερωμένη συγκατάθεση για όλους** γ) Επεμβάσεις επιβεβαίωσης φύλου για όλους δ) Αυτονομία στην περιφερειακή υγεία
3. Ποια χώρα ελέγχει τα δεδομένα υγείας των ΛΟΑΤΚΙΑ+ μέσω του *Sciensano*;
α) Ιταλία β) Σουηδία **γ) Βέλγιο** δ) Σλοβενία
4. Η Εθνική Υπηρεσία Υγείας της Ιταλίας (SSN) προσφέρει φροντίδα επιβεβαίωσης φύλου:
α) Σε κάθε περιφέρεια **β) Μόνο όπου εγκρίνεται περιφερειακά** γ) Μόνο για ανηλίκους δ) Δεν προσφέρει καθόλου
5. Το University Medical Centre Ljubljana της Σλοβενίας ειδικεύεται σε:
α) Εκπαίδευση ΛΟΑΤΚΙΑ+ **β) Υγειονομική περίθαλψη Τρανς και ψυχολογική υποστήριξη** γ) Νομική υπεράσπιση δ) Έρευνα σπουδών φύλου
6. Τι σημαντική μεταρρύθμισή υλοποίησε η Σουηδία το 2013 σχετικά με την αναγνώριση νομικού φύλου;
α) Θεσπίστηκε η υποχρεωτική εγχείρησή **β) Η απαίτηση στείρωσης καταργήθηκε** γ) Νομιμοποιήθηκε η υιοθεσία από ζευγάρια ίδιου φύλου δ) Δημιουργήθηκαν ουδέτερες προς το φύλο κάρτες υγειονομικής περίθαλψης

7. Η Ολοκληρωμένη Πολιτική Σεξουαλική Εκπαίδευση του 2012 του Βελγίου εστιάζει σε:
- α) Αποχή και οικογενειακές αξίες **β) Φυλετική ταυτότητα, συγκατάθεση, και συμπερίληψη** γ) Ισότητα στην απασχόληση δ) Μόνο αναπαραγωγικά δικαιώματα
8. Οι πρόσφατες πρωτοβουλίες (2020–2024) του Υπουργείου Παιδείας της Ελλάδος στοχεύουν σε:
- α) Εκπαίδευση της αστυνομίας σε εγκλήματα μίσους **β) Προώθηση συμπεριληπτικής σεξουαλικής εκπαίδευσης** γ) Παροχή νομικής υποστήριξης σε ΛΟΑΤΚΙΑ+ ενήλικες δ) Μεταρρύθμισή της πολιτικής ασύλου
9. Η αναφορά MUCF της Σουηδίας αντιμετωπίζει :
- α) Την ισότητα γάμου β) Την χρηματοδότηση υγειονομικής περίθαλψης των τρανς γ) Πολιτική απασχόλησης **δ) Ασφάλεια και ψυχική υγεία της ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαίας**
10. Ποιας χώρας η πολιτική για την νεολαία συμπεριλαμβάνει ρητά την ενδυνάμωση των ΛΟΑΤΚΙΑ+;
- α) Ελλάδα β) Ιταλία **γ) Σλοβενία** δ) Βέλγιο
11. Η κύρια πρόκληση για τις περισσότερες χώρες σήμερα είναι:
- α) Η δημιουργία νέων νόμων **β) Η βελτίωση της επιβολής των νόμων και η ευαισθητοποίηση του κοινού** γ) Η κατάργηση φορέων ισότητας δ) Ο περιορισμός της εκπαίδευσης των νέων
12. Πως παρέχεται η υγειονομική περίθαλψη για την επιβεβαίωση φύλου στην Ιταλία;
- α) Είναι πλήρως συγκεντρωμένη υπό εθνικό νόμο β) Είναι παράνομη σε όλες τις περιφέρειες **γ) Είναι διαθέσιμη αλλά διαφέρει ανά περιφέρεια κάτω από το εθνικό σύστημα υγείας** δ) Παρέχεται μόνο σε ανηλίκους

Σκοπός: Να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να θυμούνται τα κύρια ορόσημα ισότητας του Βελγίου με χρονολογική σειρά

6.4 Άσκηση: Μεταφορά και Απόθεση!

Τίτλος: Αντιστοίχισε τον νόμο με την χώρα και την Πολιτική με την κύρια περιοχή εστίασης

Οδηγίες: Αντιστοίχισε την σωστή χώρα και πολιτική με κάθε δήλωση.

ΝΟΜΟΣ	ΧΩΡΑ
1. Νόμος 5089/2024 – Γάμος Ομοφυλόφιλων	A. ΒΕΛΓΙΟ
2. Νόμος για την Προστασία από τις Διακρίσεις (ZVarD, 2016)	B. ΣΛΟΒΕΝΙΑ
3. Νόμος 164/1982 – Αναγνώριση Νομικού Φύλου	Γ. ΣΟΥΗΔΙΑ
4. Νόμος Διακρίσεων (2008)	Δ. ΕΛΛΑΔΑ
5. Ομοσπονδιακός Νόμος κατά των Διακρίσεων (2007)	E. ΙΤΑΛΙΑ

Σωστή απάντηση s: 1-Δ, 2-B, 3-E, 4-Γ, 5-A

ΠΟΛΙΤΙΚΗ	ΠΕΡΙΟΧΗ ΕΣΤΙΑΣΗΣ
1. Νόμος 4368/2016 (Ελλάδα)	α. Συμπεριληπτική σχολική εκπαιδευτική ύλη
2. Ολοκληρωμένη πολιτική σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης (Βέλγιο)	β. Στρατηγική περιφερειακής ισότητας στην υγειονομική περίθαλψη, την απασχόληση, την εκπαίδευση
3. Απόφαση του Συνταγματικού Δικαστηρίου για την Ισότητα στον Γάμο και την Υιοθεσία (2022, Σλοβενία)	γ. Αναγνώριση Φύλου
4. MUCF Αναφορά (Σουηδία)	δ. Καθολική πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη

5. Εθνική Στρατηγική για την Ισότητα των ΛΟΑΤΚΙΑ+ (Ελλάδα)	ε. Διατομεακή συμπεριληπτική πολιτική
6. Νόμος 164/1982 – Αναγνώριση Νομικού Φύλου (Ιταλία)	ζ. Νομικά Πλαίσια και Οικογενειακά Δικαιώματα
7. Στρατηγική Ισότητας των ΛΟΑΤΚΙ της ΕΕ 2020–2025	η. Συμπερίληψη, Ισότητα & Ασφάλεια
8. Στρατηγική της ΕΕ των Δικαιωμάτων του Παιδιού (2021–2024)	θ. Προστασία & Ευεξία της Νεολαίας
9. Πλάνο Δράσης Wallonia (Βέλγιο)	ι. Ασφάλεια και ευπάθεια της νεολαίας

Σωστή απάντηση s: 1-δ 2-α 3-ζ 4-ι 5-ε 6-γ 7-η 8-θ 9-β

6.5 Άσκηση: Άσκηση αντιστοίχισης χρησιμοποιώντας αναπτυσσόμενο μενού

Νομοθεσία	Επίπεδο		Θέμα
Ευρωπαϊκή ΛΟΑΤΚΙΑ+ Στρατηγική Ισότητας της ΕΕ για τους των ΛΟΑΤΚΙ 2020–2025	Επίπεδο ΕΕ	Εθνικό Επίπεδο	Αναγνώριση νομικού φύλου
Στρατηγική της ΕΕ για τα Δικαιώματα του Παιδιού (2021–2024)	Επίπεδο ΕΕ	Εθνικό Επίπεδο	Δικαιώματα οικογένειας & συμβίωσης
Ιταλία – Νόμος Αρ. 164/1982 (Αναγνώριση Νομικού Φύλου)	Επίπεδο ΕΕ	Εθνικό Επίπεδο	Ισότητα & μη-διακρίσεις
Σλοβενία — Απόφαση του Συνταγματικού Δικαστηρίου (2022) – Νόμος Τροποποίησης	Επίπεδο ΕΕ	Εθνικό Επίπεδο	Προστασία από εγκλήματα μίσους

του Οικογενειακού Κώδικα			
Οδηγίες για τα Δικαιώματα των Θυμάτων (2012/29/EU)	Επίπεδο ΕΕ	Εθνικό Επίπεδο	Προστασία & ευεξία νέων

Σωστή απάντηση:

1. Στρατηγική Ισότητας της ΕΕ για τους ΛΟΑΤΚΙ 2020–2025

Επίπεδο: Επίπεδο ΕΕ

Θέμα: Ισότητα & μη-διακρίσεις

2. Στρατηγική της ΕΕ για τα Δικαιώματα του Παιδιού (2021–2024)

Επίπεδο: Επίπεδο ΕΕ

Θέμα: Προστασία & ευεξία νέων

3. Ιταλία – Νόμος Αρ. 164/1982 (Αναγνώριση Νομικού Φύλου)

Επίπεδο: Εθνικό Επίπεδο

Θέμα: Αναγνώριση νομικού φύλου

4. Σλοβενία — Απόφαση του Συνταγματικού Δικαστηρίου (2022) – Νόμος Τροποποίησης του Οικογενειακού Κώδικα

Επίπεδο: Εθνικό Επίπεδο

Θέμα: Δικαιώματα οικογένειας & συμβίωσης

5. Οδηγίες για τα Δικαιώματα των Θυμάτων (2012/29/EU)

Επίπεδο: Επίπεδο ΕΕ

Θέμα: Προστασία από εγκλήματα μίσους

6.6 Άσκηση (Επιπλέον Παραδείγματα)

Ανασκόπηση

- Διαχωρίστε σε 5 ομάδες — η κάθε μία αντιπροσωπεύει μία από τις χώρες (3 άτομα ανά ομάδα).
- Κάθε ομάδα αναγνωρίζει:
 1. Μία βασική δύναμη στην συμπερίληψη των ΛΟΑΤΚΙΑ+ (π.χ., υγειονομική περίθαλψη, εκπαίδευση, ή νομική μεταρρύθμισή).
 2. Μία πρόκληση που απομένει που μπορεί οι νέοι ΛΟΑΤΚΙΑ+ άνθρωποι να αντιμετωπίσουν εκεί.

Οι συμμετέχοντες έχουν 5 λεπτά για ανασκόπηση και συζήτηση των πεδίων που αναφέρθηκαν παραπάνω και μετά έχουν 5 λεπτά παραπάνω για να παρουσιάσουν τα σημεία τους.

Ενότητα 7. Δημιουργώντας Ασφαλής και Συμπεριληπτικούς Χώρους για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία

7.1 Ανασκοπική άσκηση – Ανασκόπηση και σημείωση

Τι χρειάζεσαι για να νιώθεις ασφαλής σε μια συνάντηση με ένα νέο/νέα άτομο/ομάδα;

Τι μπορεί να χρειαστούν όλα τα άτομα σε μια ομάδα ή περιβάλλον;

Υπόδειξη: Χρησιμοποιήστε αυτές τις Ανασκοπικές ερωτήσεις όταν συναντάτε μι α ομάδα ή ένα άτομο, για να θέσετε έναν ασφαλή χώρο από την αρχή, τι χρειάζεστε για να νιώσετε ασφαλής και τι χρειαζόμαστε να κάνουμε εμείς ώστε να νιώσουμε ασφαλής;

Αυτό μπορεί να γίνει με διάφορους τρόπους, ομαδική συζήτηση, ιδιωτικές σημειώσεις που μοιράζεται η ομάδα κτλ.

7.2 Πρακτική άσκηση, ανασκόπηση και σημείωση.

Μπορείτε να σκεφθείτε άλλες νόρμες που επηρεάζουν ή ελέγχουν πως εκφράζουμε την σεξουαλικότητα και/ή το φύλο; Αυτές οι νόρμες μπορούν να εμφανίζονται στις οικογένειες, τα σχολεία, τα μέσα, τους εργασιακούς χώρους, ή τα πολιτιστικά και θρησκευτικά πλαίσια.

Πως επηρεάζουν τι αισθανόμαστε ως “αποδεκτό,” ασφαλές, ή εμφανής στην καθημερινή ζωή και ποιος αναμένεται να προσαρμοστεί ή να μείνει σιωπηλός;

Απάντηση: κανόνες ζευγαριού, κανόνες αγάπης, κανόνες ικανότητας, κανόνες καθαρότητας, ετεροκανονικότητα, cisnorm, κανόνες αναπαραγωγής, κανόνες σώματος, κανόνες λευκότητας.

7.3 Πρακτική άσκηση, ανασκοπική ερώτηση.

- Πως οι διαφορετικοί κανόνες εφαρμόζονται σε διαφορετικούς ανθρώπους;
- Πως οι κανόνες θέτουν περιορισμούς;
- Ποιος αποφασίζει τους κανόνες;
- Πως μπορεί κάποιος να αναγκαστεί να παραμείνει μέσα στους κανόνες;

Έννοια ,**Περιγραφή**

- | | |
|---|--|
| 1. Συμφωνίες Ασφαλών Χώρων,
αμφισβήτησης ποιες συμπεριφορές και ταυτότητες θεωρούνται ως “κανόνες” | A. Η διαδικασία της |
| 2. Κανόνες ,
ώστε όλοι να νιώθουν αρκετά άνετα για να συμμετέχουν | B. Κοινόχρηστες οδηγίες που δημιουργήθηκαν |
| 3. Κριτική Σκέψη Κανόνων,
προσδοκίες, το ανήκειν, και την δύναμη | Γ. Άγραφτοι κανόνες που διαμορφώνουν τις |

Σωστή Αντιστοίχιση:

- 1 → Β
- 2 → Γ
- 3 → Α

7.4 Ανασκοπική άσκηση, κανόνες στα πλαίσια σας.

Σκεφτείτε μια ομάδα της οποίας είστε μέλος.

Για παράδειγμα:

- Την ομάδα φίλων σας
 - Τον εργασιακό σας χώρο ή την ομάδα μελέτης σας
 - Την οικογένεια σας
1. Τι κανόνες υπάρχουν σε αυτήν την ομάδα; Λάβετε υπόψιν άρρητους κανόνες για το φύλο, την σεξουαλικότητα, τις σχέσεις, την εμφάνιση, την συμπεριφορά, την γλώσσα, ή τα συναισθήματα.
 2. Ποιος νιώθει ασφάλεια, άνεση, και “σαν το σπίτι του” σε αυτό το πλαίσιο; Ποιος επωφελείται από αυτούς τους κανόνες χωρίς να χρειάζεται να τους σκεφτεί;
 3. Ποιος μπορεί να νιώθει αόρατος, αποκλεισμένος, ή πιεσμένος για να προσαρμοστεί;

"Δεν προσέχουμε τους κανόνες μέχρι κάποιος να τους σπάσει— και αν δεν το δείτε, είναι επειδή είστε μέρος του."

7.5 Πρακτική άσκηση: Κάντε ανασκόπηση μόνος σας

Έχετε τίποτα κανόνες, ρουτίνες, ή τρόπους για να κάνετε πράγματα στην εργασία σας που μπορεί να είναι συμπεριληπτικά για κάποιους αλλά να αποκλείουν κάποιους άλλους;

Έχετε κάνει οι ίδιοι ανασκόπηση για αυτούς, ή το κάνετε χωρίς να το αμφισβητείτε επειδή το άτομο με το οποίο εργάζεστε είναι μέρος του κυρίαρχου κανόνα;

Με την ανασκόπηση των κανόνων, των ρουτινών, και των κανόνων στην ομάδα σας, ξεκινάμε να βλέπουμε πως οι άρρητες προσδοκίες διαμορφώνουν το ποιος νιώθει συμπεριλαμβανόμενος ή αποκλεισμένος. Αυτή είναι η βάση της παιδαγωγικής των κανόνων— μια προσέγγιση που μας βοηθάει να αναγνωρίσουμε αόρατους κανόνες, αναρωτιόμαστε ποιους ωφελούνε, και δημιουργούν συμπεριληπτικά περιβάλλοντα.

7.6 Πρακτική άσκηση: Η Μέθοδος του Κόκκινου Φωτός– Ένας Οδηγός Αυτό-Διδασκαλίας

Βήμα 1: Επιλέξτε που θα εστιάσετε: Διαλέξτε μια ομάδα, έναν χώρο, ή μια κατάσταση για να κάνετε ανασκόπηση. Αυτό μπορεί να είναι:

- Η φιλική σας ομάδα
- Οικογενειακές ρουτίνες
- Το σχολείο σας ή ο χώρος εργασίας σας
- Διαδικτυακές κοινότητες ή μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Αναρωτηθείτε: Ακολουθούν οι άνθρωποι “άρρητους κανόνες”; Ποιες συμπεριφορές αναμένονται ή τεκμαίρονται;

Βήμα 2: Παρατηρήστε και γράψτε κανόνες

Κοιτάξτε πως οι άνθρωποι συμπεριφέρονται , μιλάνε, ή αλληλοεπιδρούν.

- Τι θεωρείτε κανόνας ή αναμένεται;
- Είναι κάποιοι άνθρωποι που πάντα ακούνε ή τους παίρνουν στα σοβαρά;
- Είναι κάποιοι άνθρωποι που μένουν σιωπηλοί ή προσαρμόζουν τους εαυτούς τους για να ταιριάξουν;

Βήμα 3: Αξιολόγηση Φαναριού –Από την Δικιά σας Περίπτωση

Πάρτε την ομάδα, τον χώρο, ή την κατάσταση που επιλέξατε και εξετάστε την χρησιμοποιώντας την μέθοδο του φαναριού:

Πράσινο Φως – Συμπεριληπτικές Πρακτικές

- Ποιες ρουτίνες, κανόνες, ή νόρμες κάνουν τους πάντες να νιώσουν ευπρόσδεκτοι και συμπεριλαμβανόμενοι;
- Παραδείγματα ερωτήσεων για να σας καθοδηγήσουν:
- Ποιος νιώθει ασφάλεια και άνεση εδώ;
- Ποιες συμπεριφορές και πρακτικές βοηθάνε τους ανθρώπους να λαμβάνουν πλήρη συμμετοχή;

Κίτρινο Φως – Πρακτικές που χρειάζονται προσοχή

- Ποιες ρουτίνες ή κανόνες λειτουργούν για κάποιους αλλά μπορεί ακούσια να αποκλείουν άλλους;
- Παραδείγματα ερωτήσεων:
- Ποιος μπορεί να νιώθει άβολα ή πίεση για να προσαρμοστεί;
- Υπάρχουν κάποιοι κρυφοί κανόνες ή υποθέσεις που πρέπει να ακολουθήσουν κάποιοι άνθρωποι για να νιώσουν πως “ανήκουν”;

Κόκκινο Φως – Αποκλεισμός ή επιβλαβείς πρακτικές

- Ποιοι κανόνες ή ρουτίνες δημιουργούν σαφή όρια, αποκλεισμό, ή δυσφορία;
- Παραδείγματα ερωτήσεων:
- Ποιος νιώθει αόρατος ή πως τον παραλείπουν;
- Τι υποθέσεις ή συμπεριφορές ενεργά αποκλείουν την συμπερίληψη;

7.7 Κάντε ανασκόπηση μόνοι σας:

Επωφελούμαι προσωπικά από αυτούς τους κανόνες χωρίς να τους προσέχω;

Πως θα ένιωθε κάποιος σε αυτόν τον χώρο που δεν ταιριάζει με τις κυρίαρχες προσδοκίες;

Ποιες μικρές αλλαγές θα μπορούσαν να κάνουν τις κίτρινες ή κόκκινες πρακτικές πιο συμπεριληπτικές;

7.8 Πρακτικές ασκήσεις, Τελικό Κουίζ.

1. Ποια είναι μια προσέγγιση “πιο Ασφαλούς Χώρου”;

- α) Ένα σύνολο κανόνων που αποφασίζεται μόνο από τον διαμεσολαβητή
- β) Μια κοινόχρηστη συμφωνία που δημιουργήθηκε μαζί για να υποστηρίξει την αίσθηση ασφάλειας όλων
- γ) Μια σιωπηλή δραστηριότητα όπου κανόνες δεν εκφράζει ανάγκες
- δ) Ένα δωμάτιο χωρίς δυνατές γνώμες

2. Ποιο από τα ακόλουθα εκφράζει καλύτερα τους κανόνες;

- α) Προσωπικές γνώμες για την ταυτότητα
- β) Γραπτοί κανόνες που τους βρίσκεις μόνο στην νομοθεσία
- γ) Άγραφες προσδοκίες που διαμορφώνουν πως οι άνθρωποι φέρονται και γίνονται αντιληπτοί
- δ) Προσωρινές τάσεις

3. Ποιος είναι ο στόχος της κριτικής κανόνων παιδαγωγικής;

- α) Να αποδέχονται τους ανθρώπους “παρά” το ότι είναι διαφορετικοί
- β) Να αποφεύγουν να μιλάνε για την ταυτότητα
- γ) Να εξετάζουν και να διευρύνουν τους κανόνες ώστε πιο πολλοί άνθρωποι να ανήκουν
- δ) Να κάνουν τους πάντες να ταιριάζουν στον ίδιο κανόνα

4. Σε έναν ασφαλή χώρο, ποιανού είναι η ευθύνη για να κρατηθούν ζωντανές οι συμφωνίες;

- α) Μόνο οι διαμεσολαβητές
- β) Μόνο οι συμμετέχοντες
- γ) Όλοι μαζί
- δ) Μόνο οι άνθρωποι με την περισσότερη αυτοπεποίθηση

Ενότητα 8: Πρακτικά Εργαλεία και Τεχνικές Καινοτομίας Εκπαίδευσης για την Υποστήριξη την ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαίας

8.1. Άσκηση Μικρό-Πρακτικής: Ενεργή Ακρόαση για Εργαζόμενους με τους Νέους

Σκοπός: Εξασκηθείτε στο να ακούτε πραγματικά και να διαθέτετε χώρο για την ΛΟΑΤΚΙΑ+ νεολαία.

Διάρκεια: 5–7 λεπτά

Οδηγίες: Διαχωρίστε τους ανθρώπους σε ζευγάρια. Ένας άνθρωπος είναι ο ομιλητής, ο άλλος ο ακροατής. Ο ομιλητής μοιράζεται για 2–3 λεπτά μια προσωπική του εμπειρία ή σενάριο (μπορεί να έχει σχέση με ΛΟΑΤΚΙΑ+ θέματα). Ο ακροατής εστιάζει εκ ολοκλήρου στον ομιλητή, χωρίς να διακόπτει, να κρίνει, ή να δίνει συμβουλές. Χρησιμοποιήστε σύντομες φράσεις ανασκόπησης: “Σε ακούω...”, “Ακούγεται σαν να ένιωσες...”, “Αυτό θα πρέπει να ήταν δύσκολο.” Αναστροφή Ρολών: Επαναλάβετε για τον άλλο σύντροφο.

Απολογισμός: Κάθε ζευγάρι μοιράζεται την διορατικότητα τους: 1) Πως ένιωσε που κάποιος τον άκουσε, και 2) Τι τους βοήθησε να παραμείνουν στο παρών και να νιώθουν ενσυναίσθηση.

8.2. Το Κρυφό Σκίτσο

Σκοπός: Να εξασκήσουν καθαρές, σαφείς, και ενεργής δεξιότητες επικοινωνίας, εστιάζοντας στο να δίνουν και να λαμβάνουν οδηγίες χωρίς υποθέσεις ή εικασίες.

Διάρκεια: 10 λεπτά ανά σκίτσο

Οδηγίες: Οι συμμετέχοντες δουλεύουν σε ζευγάρια. Ένα άτομο (ο Περιγραφέας) λαμβάνει μια κάρτα με το όνομα ενός καθημερινού αντικειμένου να αναγράφεται επάνω (π.χ., “βοηθητικό τραπέζι”). Το άλλο άτομο (το Συρτάρι) έχει ένα κενό χαρτί και ένα στυλό ή μολύβι. Ο στόχος είναι για το συρτάρι να σχεδιάσει το αντικείμενο που ο περιγραφέας θα περιγράψει, βασισμένο εξ ολοκλήρου στην προφορική επικοινωνία.

Το συρτάρι δεν πρέπει να δει το σκίτσο.

Ο Ρόλος του Περιγραφέα: Χωρίς να πείτε το όνομα του αντικειμένου ή οποιοδήποτε μέρος του , περιγράψτε το αντικείμενο βήμα-με-βήμα ώστε το Συρτάρι να δημιουργήσει ένα ακριβές σχέδιο. Εστιάστε σε καθαρές, λεπτομερές οδηγίες για σχήματα, μεγέθη, θέσεις, και σχέσεις μεταξύ μερών του αντικειμένου. Αποφύγετε την χρήση ταμπελών ή την ορθή ονομασία του αντικειμένου, αν’

αυτού, περιγράψτε τα χαρακτηριστικά του οπτικά ή χωρικά. Ενθαρρύνετε το Συρτάρι να κάνει διευκρινιστικές ερωτήσεις αν χρειαστεί.

Ο Ρόλος του Συρταριού: Σχεδιάστε ακριβώς ό,τι περιγράφεται, κάνοντας διευκρινιστικές ερωτήσεις μόνο για να κατανοήσετε καλύτερα τις οδηγίες. (π.χ., “Πόσο μακριά θα έπρεπε να είναι αυτή η γραμμή;” ή “Που να τοποθετήσω αυτό το σχήμα;”).

Απολογισμός: Μόλις ολοκληρωθεί το σχέδιο, το ζευγάρι αποκαλύπτει το αντικείμενο και συγκρίνει το σκίτσο με το αληθινό αντικείμενο ή μια εικόνα.

8.3. Ομαδικός Κύκλος: Κοινόχρηστη Παρουσία

Σκοπός: Συλλογική κατοχή, ασφάλεια κοινότητας

Διάρκεια: 20-30 λεπτά

Οδηγίες:

1. Καθήστε σε έναν κύκλο. Καθιέρωση συμφωνιών (εμπιστευτικότητα, επιλογή πάσου, σεβασμός).
2. Προτροπή: “Κάτι που με κάνει να νιώθει πως με υποστηρίζουν όταν δυσκολεύομαι είναι...”
3. Ένα άτομο μιλάει την φορά, καμία απάντηση ή στιχομυθία.

Απολογισμός:

- Πως ήταν η συλλογική ακρόαση;
- Πως θα μπορούσε αυτό να προσαρμοστεί για τι ομάδες νέων ή τις τάξεις;

8.4. Χρησιμοποιώντας αυτόνομη υποστηρικτική γλώσσα:

Σκοπός: Εκπαιδεύστε τις εργαζομένους νεολαίας, τους επαγγελματίες, η αναδιατύπωση οδηγιών σε αυτόνομη υποστηρικτική γλώσσα με βάση την επιλογή.

Διάρκεια: 10 λεπτά

Οδηγίες: Δημιουργείτε μια λίστα κοινών φράσεων για εργασία με νέους που είναι καθοδηγητικές (π.χ., “Κάτσε κάτω,” “Πρέπει να εγγραφείς στην ομάδα,” “Πες μας τις αντωνυμίες σου”). Σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες, προκαλέστε τους

εργαζομένους να επαναδιατυπώσουν κάθε φράση σε μια εναλλακτική με βάση την επιλογή.

Απολογισμός: Μοιραστείτε και συζητήστε με ποιες εκδοχές νιώθουν πιο πολύ σεβασμό ή ενδυνάμωση.

8.5. Η Πρακτική Επισκευής

Σκοπός: Παρουσιάστε και διδάξτε την νεολαία να αναγνωρίζει ακυρωτικές απαντήσεις σε αλληλεπιδράσεις. Πως να τους αντιδράσετε και να επικοινωνήσετε όταν συμβαίνουν. Πως να το διορθώσετε όταν αυτοί διακόπτουν ή ακυρώνουν κάποιον άλλον.

Διάρκεια: 20 λεπτά

Οδηγίες: Κάντε ένα παιχνίδι ρόλων όπου ένας άνθρωπος χωρίς πρόθεση διακόπτει, μειώνει, ή παρεξηγεί.

Εξάσκηση στην επισκευή:

1. Ονομάστε την ρήξη (περιπτώσεις που ακυρώνουν ή διακόπτουν)
2. Επικοινωνήστε με έναν σεβαστό τρόπο όταν συμβαίνει
3. Προσκαλέστε διορθώσεις

Παράδειγμα επισκευής:

“Συνειδητοποιώ πως πήγα στα βαθιά πολύ γρήγορα. Συγγνώμη. Μπορείς να με βοηθήσεις να κατανοήσω τι προσπαθούσες να πεις;”

“Το να με διακόπτεις στη μέση της πρότασης μου με κάνει να δυσκολεύομαι να ολοκληρώσω τις σκέψεις μου και χάνω τον ειρμό μου. Μπορείς να περιμένεις να τελειώσω την πρότασή μου πριν μιλήσεις;”

Απολογισμός:

- Τι έκανε την επισκευή ευκολότερη ή δυσκολότερη;
- Πως μπορεί η επισκευή να χτίσει ασφάλεια με την νεολαία;

Σύνοψη

Το Proud Ambassadors Εγχειρίδιο έχει αναπτυχθεί ως ένας πρακτικός οδηγός για να υποστηρίξει την παράδοση του εκπαιδευτικού προγράμματος Proud Ambassadors και να ενδυναμώσει την ευχέρεια των εργαζομένων με την νεολαία, των εκπαιδευτικών, των εκπαιδευτών, και των επαγγελματιών που δουλεύουν με νέους ανθρώπους στην Ευρώπη. Το εγχειρίδιο είναι συμπληρωματικό του Εκπαιδευτικού Οδηγού Proud Ambassadors και παρέχει τους εκπαιδευτές με ένα δομημένο πρόγραμμα μαθήματος, θεωρητικό υπόβαθρο, οδηγίες διαμεσολάβησης, και πρακτικές ασκήσεις σχεδιασμένες να προωθήσουν τα συμπεριληπτικά και υποστηρικτικά περιβάλλοντα για την νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+.

Μέσω οχτώ μονάδων, το εκπαιδευτικό πρόγραμμα αντιμετωπίζει κύριους τομείς που είναι απαραίτητοι για την κατανόηση και την υποστήριξη της νεολαίας , ΛΟΑΤΚΙΑ+. Αυτοί συμπεριλαμβάνουν θεμελιώδης γνώση των ΛΟΑΤΚΙΑ+ ταυτοτήτων και της ορολογίας, αναγνώριση της μη-αποδοχής και των διακρίσεων, των προκλήσεων ψυχικής υγείας και των τεχνικών χτισίματος ανθεκτικότητας, συμπεριληπτικής επικοινωνίας και γλώσσας κατά της βίας, την ανάπτυξη συμπεριληπτικών χώρων εργασίας, τα νομικά πλαίσια και δικαιώματα στην Ευρώπη, την δημιουργία ασφαλών και συμπεριληπτικών χώρων, και την εφαρμογή πρακτικών εργαλείων και καινοτόμες τεχνικές εκπαίδευσης για την υποστήριξη της νεολαίας.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα δίνει έμφαση στις προσεγγίσεις συμμετοχικής μάθησης που ενθαρρύνουν την ανασκόπηση, τον διάλογο, και το μοίρασμα των επαγγελματικών εμπειριών μεταξύ συμμετεχόντων. Με τον συνδυασμό θεωρητικών γνώσεων με διαδραστικές ασκήσεις, το πρόγραμμα στοχεύει στο να καλυτερέψει την γνώση των συμμετεχόντων, την ενσυναίσθηση, και τις πρακτικές δεξιότητες. Οι εκπαιδευτές ενθαρρύνονται να διευκολύνουν συζητήσεις σε ένα ανοιχτό και με σεβασμό περιβάλλον όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να κάνουν κριτική ανασκόπηση για τους κανόνες, τις προκαταλήψεις, και τις επαγγελματικές πρακτικές.

Ένα κεντρικό μήνυμα σε όλη την εκπαίδευση είναι πως η υποστήριξη της νεολαίας ΛΟΑΤΚΙΑ+ απαιτεί την ενσυναίσθηση αλλά και την δράση. Συμπεριληπτική γλώσσα, ασφαλής χώροι, προσεγγίσεις με βάση το τραύμα, και υποστηρικτικές

σχέσεις μπορούν να βελτιώσουν σημαντικά την ευεξία και την αίσθηση του ανήκειν στους νέους ανθρώπους. Οι εργαζόμενοι με τους νέους, οι εκπαιδευτές, και οι επαγγελματίες παίζουν έναν καθοριστικό ρόλο στην αναγνώριση προκλήσεων, την προώθηση αποδοχής, και το να ενεργείς ως σύμμαχοι που συνηγορούν την ισότητα και την συμπερίληψη.

Τέλος, το εκπαιδευτικό πρόγραμμα Proud Ambassadors στοχεύει να συμβάλει σε πιο δυνατές, πιο συμπεριληπτικές κοινότητες στην Ευρώπη, όπου η διαφορετικότητα είναι σεβαστή και οι νέοι άνθρωποι νιώθουν ενδυναμωμένοι να εκφράσουν τις ταυτότητες τους με ασφάλεια και αυθεντικότητα. Με την εφαρμογή της γνώσης και των εργαλείων που παρουσιάστηκαν σε αυτό το εγχειρίδιο, οι εκπαιδευτές και συμμετέχοντες μπορούν να υποστηρίξουν ουσιώδης αλλαγές στην εργασία με νέους, την εκπαίδευση, και τις κοινοτικές ρυθμίσεις, βοηθώντας την προώθηση περιβαλλόντων όπου η νεολαία ΛΟΑΤΚΙΑ+ μπορεί να διαπρέψει.

Δημιουργώντας Ασφαλήs Χώρους για να Διαπρέψει η ΛΟΑΤΚΙΑ+ Νεολαία

