



Κλίμακα αυτοαξιολόγησης για τα μέλη της ομάδας

Η ομαδική εργασία είναι μια πολύτιμη μέθοδος εργασίας. Σημαντικότερη όλων είναι η βιωματική μάθηση (μάθηση από τις εμπειρίες μας και από τους άλλους). Τέτοιες μέθοδοι είναι επίσης η διασύνδεση και η εποπτεία. Η μέθοδος αυτοαξιολόγησης δίνει στα μέλη τη δυνατότητα να μάθουν σημαντικές πληροφορίες για τα άλλα μέλη, για την αντίληψή τους για τον εαυτό τους και την ομάδα συνολικά. Σε αυτή τη βάση χτίζονται η διασύνδεση και εμπιστοσύνη.

Ενότητα

• Αυτοφροντίδα

Υποενότητες

• Επιτήρηση

Μέγεθος ομάδας

• Μικρή ομάδα

Διάρκεια

• 60 - 90 λεπτά

Λέξεις-κλειδιά

Ομαδική εργασία, διασύνδεση, εποπτεία, βιωματική μάθηση.

Στόχοι

Στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι τα μέλη της ομάδας να αξιολογήσουν τη συμπεριφορά τους στην ομάδα, να καθορίσουν τα πλεονεκτήματα και τις αδυναμίες τους και να διερευνήσουν προσωπικά τα συναισθήματά τους στα πλαίσια της ομάδας.

Συμμετέχοντες

Μέλη ομάδας διασύνδεσης ή εποπτείας (μικρή ομάδα).

Περιγραφή

Ο στόχος αυτής της δραστηριότητας είναι τα μέλη της ομάδας να αξιολογήσουν τη συμπεριφορά τους στην ομάδα. Καθορίζουν τα πλεονεκτήματα και τις αδυναμίες τους βαθμολογώντας τους εαυτούς τους συγκεκριμένα για αυτή τη στιγμή. Μετά τη συμπλήρωση της κλίμακας από όλους τους συμμετέχοντες, η ομάδα χωρίζεται σε μικρές ομάδες (2-3 ατόμων) και κάθε ομάδα προσπαθεί να συνδέσει αυτά που γνωρίζει περισσότερο. Τα μέλη της ομάδας θα πρέπει στη συνέχεια να αξιολογήσουν την αυτό-αξιολόγηση ενός άλλου ατόμου. Ακολουθεί συζήτηση σε μικρές ομάδες σχετικά με το πώς κάθε άτομο βλέπει τον εαυτό του και πώς τον/την αντιλαμβάνονται οι άλλοι και κατόπιν γίνεται συζήτηση από όλα τα μέλη της ομάδας (κάμε μέλος της ομάδας προσκαλείται να μοιραστεί την εμπειρία του).

Διαδικασία αυτό-βαθμολόγησης:

1. Χρησιμοποιήστε την κλίμακα μεταξύ 1-5:
 1. Αυτό είναι σχεδόν πάντα αλήθεια για εμένα.
 2. Αυτό είναι συχνά αλήθεια για εμένα.
 3. Αυτό είναι κάποιες φορές αλήθεια για εμένα.

4. Αυτό είναι σπάνια αλήθεια για εμένα.
5. Αυτό δεν είναι ποτέ αλήθεια για εμένα.

2. Αξιολογήστε τις δηλώσεις:

1. Μπορώ να εμπιστευτώ τα άλλα μέλη της ομάδας.
2. Οι άλλοι συνήθως με εμπιστεύονται στα πλαίσια μιας ομάδας.
3. Είμαι πρόθυμος/η να εκφράσω ανοιχτά τα συναισθήματά μου για τις αντιδράσεις μου σχετικά με αυτά που συμβαίνουν στην ομάδα.
4. Μπορώ να δίνω άμεση και ειλικρινή ανατροφοδότηση στους άλλους.
5. Είμαι ανοιχτός/ή να δέχομαι ανατροφοδότηση για τη συμπεριφορά μου από τους άλλους.
6. Αποφεύγω να ρωτάω επανειλημμένα τους άλλους, προτιμώ να χρησιμοποιώ άμεσες δηλώσεις όταν θέλω να τους πω κάτι.
7. Ακούω προσεκτικά αυτά που λένε οι άλλοι.
8. Γενικά συμμετέχω ενεργά, δεν είμαι απλά παρατηρητής.

Ολοκληρώνουμε τη δραστηριότητα με μια συζήτηση και ανατροφοδότηση από τους συμμετέχοντες.

Υλικό

χαρτί, μολύβι ή στυλό

Μέθοδος

βιωματική μάθηση, αξιολόγηση

Συμβουλές για τους εκπαιδευτές

Οι εκπαιδευτές θα πρέπει να υπογραμμίσουν στους συμμετέχοντες να είναι ειλικρινείς όταν κάνουν την αυτό-αξιολόγησή τους επειδή έτσι θα μπορέσουν να σχηματίσουν μια ρεαλιστική εικόνα σχετικά με το πώς αισθάνονται στην ομάδα. Είναι πολύ σημαντικό η ομάδα να διατηρεί ένα ασφαλές και αξιόπιστο περιβάλλον.

Πηγή (APA)

Προσαρμογή από: Corey, M., Corey, G., Corey, C. (2010). *Groups: process and practice*. Brooks/Cole, 2010.

Συντελεστής

Integra Institute (Sonja B. Eisenreich).



CC - Αναφορά - Μη Εμπορική Χρήση - Όχι Παράγωγα Έργα
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>

Κλίμακα αυτοαξιολόγησης για τα μέλη της ομάδας. Ανακτήθηκε την

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



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας ιστοσελίδας δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντανακλά τις απόψεις μόνον των δημιουργών, και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν φέρει ουδεμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτό.

<https://posttraumatic-integration.eu/>