



EMPOWER IO3

Κομικς –

Εγχειρίδιο για γονείς



EMPOWER
Building Resilience to Address Domestic Violence



Εισαγωγή στο Εγχειρίδιο για Γονείς

Ο στόχος αυτού του σύντομου εγχειριδίου είναι να σας υποστηρίξει, ως γονέα, να ενσωματώσετε τα κόμικς που περιλαμβάνονται στην Εργαλειοθήκη για τις καθημερινές σας δραστηριότητες και να σας βοηθήσει να καλλιεργήσετε και να προωθήσετε θετικές σχέσεις μέσα στην οικογένειά σας. Σε αυτό το σύντομο εγχειρίδιο, θα γνωρίσετε τη σειρά κόμικς και θα σας δοθούν οδηγίες για το πώς να χρησιμοποιήσετε αυτά τα κόμικς σε ένα οικογενειακό περιβάλλον μάθησης.

Εισαγωγή στα κόμικς

Ως μέρος της εργαλειοθήκης, το έργο Empower προσφέρει μια σειρά από κόμικς για παιδιά ηλικίας μεταξύ 8 και 12 ετών. Η εργαλειοθήκη περιλαμβάνει 12 θεματικά κόμικς που ακολουθούν τη ζωή μιας οικογένειας και αποτελούν μια σειρά που ονομάζεται «Μιλώντας, μας κάνει πιο δυνατούς». Από τα 12 κόμικς, 6 κόμικς παρουσιάζουν σενάρια που δείχνουν θετικές δραστηριότητες που μπορούν να κάνουν οι οικογένειες μαζί, και 6 κόμικς παρουσιάζουν ήπιες καταστάσεις συγκρούσεων και πώς αυτές οι συγκρούσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας μπορούν να επιλυθούν ειρηνικά. Υπάρχει επίσης ένα φύλλο δραστηριοτήτων που περιλαμβάνεται στην πίσω σελίδα κάθε κόμικ που ενθαρρύνει τα παιδιά να εκφράσουν τα συναισθήματά τους στις ιστορίες που παρουσιάζονται στα κόμικς.

Γνωριμία με τα κόμικς

Σε αυτήν την ενότητα, θα σας παρέχουμε μια σύντομη εισαγωγή στα κόμικς που περιλαμβάνονται σε κάθε ενότητα και θα συμπεριλάβουμε μερικές συμβουλές και υποδείξεις για το πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ένα οικογενειακό περιβάλλον μάθησης.





Ευτυχισμένη οικογένεια

Υπάρχουν έξι κόμικς με θέμα «Ευτυχισμένη οικογένεια» που δείχνουν ένα υγιές οικογενειακό περιβάλλον και θετικές δραστηριότητες που μπορούν να κάνουν οι οικογένειες μαζί για να προωθήσουν το δέσιμο και την υγιή επικοινωνία:

1. Διασκέδαση γύρω από τη φωτιά

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία μιας οικογένειας που βρίσκεται στην κουζίνα και αποφασίζει τι θέλουν να κάνουν μαζί για την ημέρα. Κάθε μέλος της οικογένειας έχει διαφορετικές προτιμήσεις σχετικά με το τι θα ήθελε να κάνει, αλλά αντί να μαλώνουν, η οικογένεια σέβεται τις επιθυμίες του άλλου και τελικά αποφασίζει τι θα κάνει την ημέρα, χωρίς να προκύψει καμία σύγκρουση.

2. Ας Ψήσουμε

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία δύο οικογενειών που ψήνουν μαζί στο σπίτι. Τα παιδιά της ιστορίας προσπαθούν να αποφασίσουν τι είδους κέικ θα ψήσουν και κάθε παιδί έχει διαφορετική προτίμηση. Προκειμένου να αποφευχθεί η σύγκρουση, ο πατέρας προτείνει στα παιδιά να γράψουν την προτίμησή τους σε ένα κομμάτι χαρτί και εκείνο θα επιλέξει ένα τυχαία, και αυτή θα είναι η γεύση που θα ψήσουν. Όταν επιλέχθηκε ένα από τα παιδιά που προτιμούσαν, για να αποφευχθεί ξανά η σύγκρουση, ο πατέρας προτείνει να διακοσμήσετε την τούρτα με φράουλα και κομματάκια σοκολάτας (η προτίμηση των άλλων παιδιών στη γεύση), έτσι ώστε όλοι να είναι ευχαριστημένοι.





3. Το μεγάλο παιχνίδι

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία ενός αγοριού που έχει έναν πολύ σημαντικό ποδοσφαιρικό αγώνα και θέλει και οι δύο γονείς του να παρευρεθούν για να τον στηρίξουν. Δυστυχώς, οι γονείς του αγοριού δεν μπορούν να παρευρεθούν γιατί έχουν μια πολύ σημαντική συνάντηση και εκείνο εκνευρίζεται. Κατά τη διάρκεια του ποδοσφαιρικού του παιχνιδιού, δεν τα πάει τόσο καλά γιατί οι γονείς του δεν είναι εκεί για να τον εμπνεύσουν. Ξαφνικά εμφανίζονται οι γονείς του και ο Τζον πετυχαίνει το γκολ που κερδίζει το παιχνίδι. Ο Γιάννης είναι τόσο ευγνώμων που οι γονείς του ήρθαν να τον στηρίξουν.

4. Εορταστική Διασκέδαση

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία μιας οικογένειας που αποφάσισε να λάβει μέρος στο «μυστικό Άγιο Βασίλη» για τα Χριστούγεννα. Κάθε μέλος της οικογένειας λαμβάνει ένα δώρο που αγαπά και διασκεδάζει πολύ παίζοντας μυστικό Άγιο Βασίλη ως έναν τρόπο να δεθούν μεταξύ τους.

5. Ευθυμία, αγαπούλα μου!

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία ενός κοριτσιού που ψάχνει έναν τρόπο να φτιάξει τη διάθεση της φίλης της, επειδή φαινόταν αναστατωμένη στο σχολείο εκείνη τη μέρα. Ο πατέρας του κοριτσιού βοηθά την κόρη του να φτιάξει τη διάθεση της φίλης της προτείνοντάς της να την καλέσει για ύπνο και να της αγοράσει ένα ωραίο δώρο. Αυτό κάνει τη φίλη της να χαμογελά και μαθαίνει ότι είναι σημαντικό να υποστηρίζει και να βοηθά άλλους που νιώθουν απογοητευμένοι.





6. Σώθηκε από την αδερφή μου

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία ενός αγοριού που παλεύει με τα μαθηματικά και ανησυχεί ότι θα αποτύχει στην τελική του εξέταση. Η αδερφή του προσφέρεται να τον βοηθήσει να μελετήσει ώστε να περάσει τις εξετάσεις, και εκείνος είναι ευχαριστημένος και στο τέλος περνά τις εξετάσεις του. Ο αδελφός έμαθε σε όλη αυτή την ιστορία ότι κάθε άτομο έχει δεξιότητες που μπορεί να είναι χρήσιμες σε άλλους και έμαθε να είναι ευγνώμων για τη βοήθεια της αδερφής του.

Οικογενειακή σύγκρουσης

Υπάρχουν έξι κόμικς με θέμα «Οικογενειακή σύγκρουσης» που παρουσιάζουν ήπιες καταστάσεις σύγκρουσης που μπορεί να συμβούν με μέλη της οικογένειας και πώς αυτή η σύγκρουση μπορεί να επιλυθεί ειρηνικά:

1. Η μικρή Μπάλα του θυμού

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία ενός αγοριού που απογοητεύεται καθώς χρωματίζει και εκτοξεύει το θυμό του στα μέλη της οικογένειας φωνάζοντας στην αδερφή του ότι χρησιμοποιεί τα παιχνίδια του. Η μητέρα του, του δείχνει πώς να αντιμετωπίζει το θυμό του με υγιή τρόπο και το αγόρι μαθαίνει ότι βοηθάει να μιλάει μέσα από τα συναισθήματά του.

2. Συναισθήματα φαναριού

Αυτό το κόμικς αφηγείται την ιστορία ενός αδελφού και μιας αδερφής που τσακώνονται μεταξύ τους. Οι γονείς τους τους συστήνουν μια μέθοδο για να τα βοηθήσουν να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματά τους που ονομάζονται «συναισθήματα φαναριού» και τα βοηθά να ελέγξουν τα συναισθήματά τους και να ξεπεράσουν περαιτέρω συγκρούσεις.





3. Νέα άφιξη

Αυτό το κόμικ αφηγείται την ιστορία μιας οικογένειας που πρόσφατα είχε μια νέα προσθήκη στην οικογένειά της. Η μεγαλύτερη κόρη ζηλεύει που το νέο μωρό τραβάει περισσότερη προσοχή από τους γονείς της και ξεσπά θυμωμένος. Η μητέρα της τη βοηθά, συμβουλεύοντάς της ότι οι αλλαγές προκαλούν περίεργα συναισθήματα και τη βοηθά να αντιμετωπίζει τα συναισθήματά της με υγιή τρόπο.

4. Ποιοτικός χρόνος

Αυτό το κόμικ αφηγείται την ιστορία ενός αγοριού που θέλει να περάσει περισσότερο χρόνο με τον πατέρα του. Ο πατέρας χτυπάει απότομα τον γιο όταν παραπονιέται ότι δεν περνούν ποτέ χρόνο μαζί και ο γιος είναι πεπεισμένος ότι ο πατέρας του δεν τον αγαπά. Επιλύουν την κατάσταση όταν ο πατέρας ζητά συγγνώμη που είναι τόσο απασχολημένος και συμφωνούν να περνούν περισσότερο χρόνο μαζί.

5. Χρονικό όριο σε θέματα τεχνολογίας

Αυτό το κόμικ αφηγείται την ιστορία ενός αγοριού που λαμβάνει ένα κινητό τηλέφωνο από τους γονείς του ως δώρο. Τα πράγματα ξεφεύγουν όταν το αγόρι αποκτά εμμονή με το τηλέφωνό του και η μητέρα του σύντομα το κατάσχει. Ο Ιωάννης μαθαίνει αφού του πάρουν το τηλέφωνό του, την αξία του να περνάει χρόνο με τους φίλους του.

6. Αγάπη για το κουτάβι!

Αυτό το κόμικ αφηγείται την ιστορία ενός κοριτσιού που είναι αναστατωμένο επειδή οι γονείς της αρνούνται να της πάρουν ένα κουτάβι, καθώς δεν γνωρίζει τις ευθύνες που συνεπάγεται η κατοχή ενός σκύλου. Επιλύουν τη σύγκρουση προτείνοντάς της να φροντίζει τον σκύλο του γείτονά τους μερικές φορές, και με αυτόν τον τρόπο το κορίτσι μαθαίνει τις ευθύνες του να έχει σκύλο πριν το αποκτήσει.





Πώς να εφαρμόσετε αυτούς τους πόρους

Για να εφαρμόσετε αυτά τα κόμικς σε ένα οικογενειακό περιβάλλον, συνιστάται να διαβάσετε κάθε κόμικ μαζί με το παιδί σας και να του δώσετε οδηγίες να χρωματίσουν το τον εικονικό τους φίλο στο φύλλο δραστηριοτήτων που περιγράφει καλύτερα πώς νιώθει. Αφού το κάνουν αυτό, μπορείτε να εργαστείτε για να συζητήσετε μαζί τα συναισθήματα του παιδιού σας και να συζητήσετε θετικές δραστηριότητες που μπορείτε να κάνετε μαζί μέσα στην οικογένειά σας για να προωθήσετε το δέσιμο και να δώσετε προτεραιότητα στον ποιοτικό χρόνο. Είναι επίσης χρήσιμο να σκεφτείτε παραδείγματα άλλων ήπιων καταστάσεων σύγκρουσης που θα μπορούσαν να συμβούν μέσα στην οικογένειά σας, όπως τα σενάρια που παρουσιάζονται στα κόμικς και πώς μπορούν να επιλυθούν ειρηνικά. Θα μπορούσατε επίσης να κάνετε στο παιδί σας μια σειρά από ερωτήσεις αυτοστοχασμού αφού διαβάσει τα κόμικς. Παραδείγματα από αυτά θα μπορούσαν να είναι:

- Τι μάθημα πήρατε από την ιστορία στο κόμικ;
- Πώς έλυσε τη σύγκρουσή της η οικογένεια της ιστορίας;
- Εάν αισθάνεστε πολύ θυμωμένοι, ποιοι είναι μερικοί τρόποι με τους οποίους μπορείτε να αντιμετωπίσετε αυτόν τον θυμό με υγιή τρόπο;



EMPOWER

Building Resilience to Address Domestic Violence



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

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

Project Number: 2020-1-UK01-KA204-079159