



age group
18-20

Solving Conflicts



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

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.
Project Number: 2020-1-UK01-KA204-078983



| | |
|--|----------|
| ΕΠΙΛΥΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ | 2 |
| Μαθαίνοντας να αντιμετωπίζετε τις συγκρούσεις | 2 |
| Επίλυση Συγκρούσεων σε Ομάδες Νέων | 3 |
| Διαχείριση θυμού για εφήβους: Επίλυση συγκρούσεων | 4 |
| Δεξιότητα επίλυσης συγκρούσεων στους νέους | 5 |



ΕΠΙΛΥΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ

Μαθαίνοντας να αντιμετωπίζετε τις συγκρούσεις



Εκπαιδευτικό βίντεο. Διδάσκει στους μαθητές πώς να επιλύουν τις συγκρούσεις. Περιγράφει τέσσερα βήματα/στρατηγικές που είναι αποτελεσματικές για την επίλυση συγκρούσεων. Υπάρχει ένα δωρεάν φύλλο εργασίας που υποστηρίζει αυτό το βίντεο στον σύνδεσμο .

[Δες το βίντεο](#)



Επίλυση Συγκρούσεων σε Ομάδες Νέων



Η σύγκρουση από μόνη της δεν είναι πραγματικά καλό ή κακό, το θέμα είναι πώς την αντιμετωπίζεις. Στην πραγματικότητα, εντός των ορίων μιας ομάδας νέων, η σύγκρουση μπορεί να είναι εποικοδομητική και όχι καταστροφική, εάν αντιμετωπιστεί με τον σωστό τρόπο.

[Διαβάστε περισσότερα...](#)



Διαχείριση θυμού για εφήβους: Επίλυση συγκρούσεων



Μερικοί άνθρωποι επιλέγουν να αγνοήσουν ή να συγκρατήσουν τον θυμό, αλλά αυτή η προσέγγιση μπορεί στην πραγματικότητα να προκαλέσει μεγαλύτερη ζημιά επειδή το βασικό πρόβλημα δεν αντιμετωπίζεται ποτέ. Αντίθετα, προσπαθήστε να διαχειριστείτε τον θυμό ώστε να γίνει πιο θετικό συναίσθημα.

[Διαβάστε περισσότερα...](#)



Δεξιότητα επίλυσης συγκρούσεων στους νέους



Αναγνωρίστε και διαχειριστείτε τα συναισθήματά σας. Η συναισθηματική επίγνωση είναι το κλειδί για την κατανόηση του εαυτού σας και των άλλων. Πολλοί άνθρωποι προσπαθούν να αγνοήσουν ή να θεραπεύσουν έντονα συναισθήματα όπως ο θυμός, η λύπη και ο φόβος. Αλλά αν δεν ξέρετε πώς νιώθετε ή γιατί αισθάνεστε έτσι, δεν θα μπορείτε να κατανοήσετε τις δικές σας ανάγκες ή να επικοινωνήσετε αποτελεσματικά για να εξομαλύνετε τις διαφωνίες.

[Διαβάστε περισσότερα...](#)

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