

## Ενδυναμώνοντας τις ρίζες

### Βασικό μήνυμα

Η κατανόηση των εμπειριών των ριζοσπαστικοποιημένων εφήβων και των νεαρών ενηλίκων είναι καθοριστική για την ανάπτυξη στρατηγικών εξόδου που θα καλύψουν όλες τις ανάγκες τους. Η κατανόηση του μονοπατιού που τους οδηγεί στη ριζοσπαστικοποίηση θα βοηθήσει να χαράξουν πορεία εξόδου τους, μακριά από αυτές τις συμπεριφορές και πεποιθήσεις. Αυτή η άσκηση θα χρησιμοποιεί εικόνες για να μεταφέρει αυτές τις εμπειρίες του παρελθόντος.

**Λέξεις-κλειδιά:** αυτο-προβληματισμός, κίνητρο για ριζοσπαστικοποίηση, πορείες για ριζοσπαστικοποίηση

### Περίληψη:

Αυτή η άσκηση επιτρέπει στους συμμετέχοντες να μοιράζονται το παρελθόν τους και να μιλάνε λίγο για το τι έχει διαμορφώσει την στάση τους στη ζωή. Χρησιμοποιώντας τη δύναμη των εικόνων και συμβόλων, ο συντονιστής ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να δουλεύουν χωρίς λόγια για να μεταφέρουν μερικά ισχυρά μηνύματα σχετικά με τη ζωή τους μέχρι στιγμής.

Κατηγορία	Μέγεθος ομάδας	Ηλικία ομάδας	Διάρκεια
• Στρατηγικές εξόδου	• μικρή ομάδα	• 12 - 15 • 16 - 19 • 20 - 24	• 1 ώρα

### Στόχοι

- Οι συμμετέχοντες να μοιράζονται τις εμπειρίες τους
- Οι συμμετέχοντες να σκέφτονται και να μοιράζονται (αν αισθάνονται άνετα) τα κίνητρα που τους οδήγησαν σε βίαιη ριζοσπαστική και ακραία συμπεριφορά
- Να παρέχει ευκαιρίες για την ανάπτυξη συναισθηματικών δεσμών μέσα στην ομάδα
- Να επικεντρωθούν στα κοινά που έχουν οι ομάδες μελών και να ανακαλύψουν τους τομείς της κοινής εμπειρίας που τους οδήγησαν στο σημείο όπου είναι σήμερα
- Να προσδιοριστούν οι θετικές και αρνητικές ιδιότητες που οι συμμετέχοντες αισθάνονται ότι έχουν αναπτύξει ως απάντηση στις δικές τους καταστάσεις ζωής

### Ομάδα-στόχος

Η δραστηριότητα είναι πιο κατάλληλη για μεγαλύτερους εφήβους και νεαρούς ενήλικες. Είναι ανεξάρτητη φύλλου.

### Περιγραφή

**Βήμα 1:** Ο συντονιστής εισάγει την άσκηση περιγράφοντας πώς το σύμβολο ενός δέντρου θα αντιπροσωπεύει την προσωπική εμπειρία κάθε συμμετέχοντος. Χρησιμοποιώντας μόνο εικόνες και σύμβολα, αυτό το δέντρο θα καταγράψει την ουσία της ζωής τους μέχρι στιγμής. Κάθε

συμμετέχοντας παίρνει ένα μεγάλο φύλλο πίνακα (τύπου flipchart) και μαρκαδόρους.

**Βήμα 2:** Οι συμμετέχοντες καλούνται να ξεκινήσουν σχεδιάζοντας τις ρίζες που αντιπροσωπεύουν το οικογενειακό τους υπόβαθρο και την κατάσταση στην οποία έχουν γεννηθεί. Ήταν ισχυρές αυτές οι ρίζες; Ή μπλεγμένες και μπερδεμένες; Έχουν διαρκή σημασία και εξακολουθούν να τις κρατούν;

Ο κορμός θα αντιπροσωπεύει την ανατροφή τους και το χρόνο τους στο σχολείο. Είναι ο κορμός τους λεπτός, κυματιστός, ισχυρός ή σταθερός;

Τα κλαδιά είναι οι διαφορετικοί τομείς της ζωής τους, όπως η οικογένεια, η εργασία, τα χόμπι, οι φίλοι κλπ. Είναι κάποιοι πιο ισχυροί από τους άλλους; Μήπως εξισορροπούν ο ένας τον άλλον;

Πείτε τους να χρησιμοποιήσουν την εικόνα για να πουν κάτι για τον εαυτό τους. Υπάρχουν λουλούδια, φρούτα ή κισσός που αναπτύσσονται πάνω σε αυτό; Έχουν κάποια αποκομμένα κλαδιά; Το δέντρο τους κλίνει; Υπάρχει κάποιος πάσσαλος για να το υποστηρίξει - οικογένεια, φίλοι, πολιτικά ιδανικά;

Οι συμμετέχοντες καλούνται να σκεφτούν:

- Ποιες είναι οι επιρροές που έχουν μεγάλο αντίκτυπο σε αυτούς;
- Ποια πράγματα ήταν κάποτε σημαντικά, αλλά τώρα δεν είναι;
- Ποια είναι τα βασικά τους κίνητρα;

**Βήμα 3:** Φέρτε τη ομάδα μαζί για να μοιραστούν τα δέντρα τους. Αυτό γίνεται για να επισημάνει τα διαφορετικά χαρακτηριστικά της ομάδας. Ρωτήστε τους συμμετέχοντες για αυτό που έμαθαν σχετικά με τον εαυτό τους και άλλους συμμετέχοντες τους μέσω αυτής της άσκησης. Τι έχετε από κοινού; Ποιες είναι οι σημαντικότερες διαφορές;

**Βήμα 4:** Προσκαλέστε τους συμμετέχοντες να κλείσουν τα μάτια τους και να απεικονίσουν έναν αριθμό από μπουμπούκια που αναπτύσσονται στο δέντρο τους. Πείτε τους ότι αυτά τα μπουμπούκια αντιπροσωπεύουν το μέλλον τους. Τι είδους πράγματα θα ήθελαν να είναι γνωρίσματα στη ζωή τους καθώς προχωρούν;

## Απαιτούμενα υλικά

Μεγάλα φύλλα πίνακα (τύπου flipchart), μαρκαδόροι.

## Μεθοδολογία

Ενδοσκόπηση και συλλογισμός.

Χρήση εικόνων και συμβόλων.

Ανταλλαγή απόψεων και συζήτηση σε επίπεδο μεγάλης ομάδας.

## Συμβουλές για τον εκπαιδευτή

Συμφωνείτε σε μερικούς βασικούς κανόνες σχετικά με την εμπιστευτικότητα και αφήστε τους συμμετέχοντες να γνωρίζουν ότι πρέπει να μοιράζονται μόνο τις πτυχές του δέντρου τους για τις οποίες αισθάνονται άνετα.

## Πηγές / βιβλιογραφία

Πρωτογενές υλικό που αναπτύχθηκε για τους σκοπούς του έργου YCARE.



CC - Αναφορά - Μη Εμπορική Χρήση - Παρόμοια Διανομή  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

*Ενδυναμώνοντας τις ρίζες.* Ανακτήθηκε την Παρασκευή, 10 Ιουλίου 2026 από <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE368/>

<https://www.ycare.eu>

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