

Αριθμός Μαθήματος	3
Τίτλος Μαθήματος	Αντιμετώπιση της προκατάληψης σε επαγγελματικά περιβάλλοντα
Περιγραφή της Ενότητας	Αυτή η ενότητα στοχεύει στην ευαισθητοποίηση σχετικά με τον αντίκτυπο των προκαταλήψεων και των διακρίσεων σε επαγγελματικά περιβάλλοντα. Εντάσσεται στο ευρύτερο μάθημα εξοπλίζοντας τους εκπαιδευόμενους με πρακτικές στρατηγικές για την προώθηση χώρων εργασίας χωρίς αποκλεισμούς. Η ενότητα καλύπτει θέματα όπως η αναγνώριση της ασυνείδητης προκατάληψης, η αντιμετώπιση μικροεπιθέσεων και η ανάπτυξη πολιτικών κατά των διακρίσεων. Μέσω διαδραστικών δραστηριοτήτων, οι εκπαιδευόμενοι θα προβληματιστούν σχετικά με τις δικές τους προκαταλήψεις και θα μάθουν πώς να αμφισβητούν συμπεριφορές που εισάγουν διακρίσεις σε επαγγελματικά περιβάλλοντα.
Μαθησιακά αποτελέσματα	Γ3: Αναγνώριση του αντικτύπου της προκατάληψης και των διακρίσεων σε επαγγελματικά περιβάλλοντα. Δ1: Εφαρμογή στρατηγικών για την αντιμετώπιση των προκαταλήψεων και των διακρίσεων. Ι1: Αναλογισμός των προσωπικών προκαταλήψεων και του αντικτύπου τους στις αλληλεπιδράσεις στο χώρο εργασίας.
Μέτρα τοπικής προσαρμογής και προσβασιμότητας χωρίς αποκλεισμούς	Η ενότητα περιλαμβάνει διάφορα σενάρια και μελέτες περιπτώσεων που σχετίζονται με επαγγελματικούς τομείς, διασφαλίζοντας τη συνάφεια μεταξύ των πολιτισμών. Παρέχονται φυλλάδια και βίντεο για την υποστήριξη διαφορετικών στυλ μάθησης. Οι δραστηριότητες έχουν σχεδιαστεί για να προσαρμόζονται τοπικά, επιτρέποντας επίσης στους μαθητές να συμμετέχουν με τρόπους που ταιριάζουν στις ανάγκες τους, όπως γραπτούς προβληματισμούς ή ομαδικές συζητήσεις. Η ψυχολογική ασφάλεια έχει προτεραιότητα, με επιλογές για ιδιωτικό ημερολόγιο ή εξαίρεση από ευαίσθητες συζητήσεις.
Καινοτομία στις μεθόδους διδασκαλίας που εφαρμόζονται σε δραστηριότητες	Η ενότητα χρησιμοποιεί διαδραστικές παιδαγωγικές μεθόδους όπως παιχνίδια ρόλων, ημερολόγια αναστοχασμού και ανάλυση πολιτικής για την εμπάθυνση της κατανόησης. Δραστηριότητες όπως το

	<p>«Περίπατος Προνομίων» και η «Επαγγελματική Πυραμίδα του Αποκλεισμού» χρησιμοποιούν βιωματική μάθηση για να τονίσουν τις συστημικές προκαταλήψεις. Τα σενάρια του πραγματικού κόσμου και οι ομαδικές συζητήσεις ενθαρρύνουν τη συνεργατική επίλυση προβλημάτων, ενώ οι πόροι πολυμέσων (π.χ. βίντεο) ενισχύουν τη δέσμευση. Η εστίαση σε πρακτικές στρατηγικές, όπως η ανταπόκριση σε μικροεπιθέσεις, διασφαλίζει ότι οι μαθητές μπορούν να εφαρμόσουν τις γνώσεις τους σε επαγγελματικά πλαίσια.</p>
--	---

Αριθμός Δραστηριότητας	Τίτλος Δραστηριότητας	Σύντομη Περιγραφή
1.	Διερεύνηση προσωπικών προκαταλήψεων	Οι μαθητές εντοπίζουν και προβληματίζονται σχετικά με τις ασυνείδητες προκαταλήψεις τους μέσω καθοδηγούμενων ασκήσεων και συζητήσεων σε ζευγάρια, εστιάζοντας στο πώς αυτές οι προκαταλήψεις μπορεί να επηρεάσουν τις αλληλεπιδράσεις στο χώρο εργασίας.
2.	Κύκλος επιρροής	Οι συμμετέχοντες χαρτογραφούν τις κοινωνικές και προσωπικές επιρροές που διαμορφώνουν τις πεποιθήσεις τους σχετικά με τους επαγγελματικούς ρόλους, εξετάζοντας κριτικά πώς οι προκαταλήψεις περιορίζουν τις ευκαιρίες για περιθωριοποιημένες ομάδες.
3.	Επαγγελματική Πυραμίδα Αποκλεισμού	Οι ομάδες αναλύουν πώς η προκατάληψη στο χώρο εργασίας κλιμακώνεται σε πέντε επίπεδα (π.χ. αστεία → διακρίσεις) και αναπτύσσουν παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της προκατάληψης σε πρώιμο στάδιο.
4.	Περίπατος προνομιών	Μια δραστηριότητα προσομοίωσης όπου οι μαθητές προχωρούν προς τα εμπρός/πίσω με βάση συστημικά πλεονεκτήματα/μειονεκτήματα που συνδέονται με φανταστικές ταυτότητες, ενισχύοντας την ενσυναίσθηση και την επίγνωση των ανισοτήτων.
5.	Προοπτικές σε σύγκρουση	Οι μαθητές αναλύουν ένα σενάριο σύγκρουσης στο χώρο εργασίας δύο φορές - πρώτα με περιορισμένες πληροφορίες και μετά με πλήρες πλαίσιο - για να αναγνωρίσουν πώς τα ελλιπή γεγονότα τροφοδοτούν την προκατάληψη.
6.	Αλυσίδες Γιατί-Γιατί-Γιατί	Οι ομάδες εντοπίζουν τις βαθύτερες αιτίες των διακρίσεων στο χώρο εργασίας χρησιμοποιώντας ανάλυση βασισμένη σε

		στοιχεία, κάνοντας διάκριση μεταξύ επαληθευμένων γεγονότων και υποθέσεων.
7.	Κατανόηση των μικροεπιθέσεων	Οι συμμετέχοντες ορίζουν και εντοπίζουν μικροεπιθέσεις σε επαγγελματικά περιβάλλοντα, αναλύοντας τα κενά μεταξύ πρόθεσης και αντίκτυπου μέσω πραγματικών παραδειγμάτων.
8.	Ανταπόκριση σε μικροεπιθέσεις	Οι μαθητές εξασκούνται σε ένα πλαίσιο 3 βημάτων (Προσδιορισμός → Αναπλαισίωση → Εκπαίδευση) για την εποικοδομητική αντιμετώπιση των μικροεπιθέσεων, χρησιμοποιώντας παιχνίδια ρόλων και επαγγελματικά σενάρια.
9.	Προσομοίωση Μεταρρύθμισης Πολιτικής	Μικρές ομάδες επικρίνουν δείγματα πολιτικών στο χώρο εργασίας (π.χ. ενδυματολογικούς κώδικες) για κρυφές προκαταλήψεις και προτείνουν μεταρρυθμίσεις χωρίς αποκλεισμούς που βασίζονται σε νόμους κατά των διακρίσεων.
10.	Πολιτική των συναισθημάτων	Οι ομάδες εφαρμόζουν ένα πλαίσιο βασισμένο σε αξίες (Αξίες → Στατιστικά → Δράση) για να αμφισβητήσουν τις προκατειλημμένες δηλώσεις, εστιάζοντας στον διάλογο και όχι στην αντιπαράθεση.

Αριθμός δραστηριότητας	1
Τίτλος Δραστηριότητας	Διερεύνηση προσωπικών προκαταλήψεων
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Ορισμός της ασυνείδητης προκατάληψης και εντοπισμός 3 κοινών τύπων που σχετίζονται με τα επαγγελματικά πλαίσια • Αναγνώριση του πώς οι προσωπικές προκαταλήψεις μπορεί να επηρεάσουν τις μελλοντικές αλληλεπιδράσεις στο χώρο εργασίας • Αναλογισμός της προέλευσης μιας αυτοπροσδιοριζόμενης προκατάληψης
Απαιτήσεις	<ul style="list-style-type: none"> • Στυλό • Φυλλάδιο εξερεύνησης ασυνείδητης προκατάληψης • Φυλλάδιο άσκησης αναστοχασμού
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Ξεκινήστε με τη δημιουργία ενός ψυχολογικά ασφαλούς, μη επικριτικού περιβάλλοντος μάθησης, πλαισιώνοντας ρητά την ασυνείδητη προκατάληψη ως καθολικό ανθρώπινο χαρακτηριστικό που διαμορφώνεται από πολιτιστικές και κοινωνικές επιρροές και όχι από ατομική αποτυχία. Δώστε έμφαση στον διερευνητικό σκοπό της συνεδρίας: εντοπισμός προτύπων, όχι επίλυση προβλημάτων ή απόδοση ευθυνών. Εάν οι συζητήσεις στραφούν σε αμυντικότητα, εστιάστε εκ νέου τους μαθητές στη συστημική επίγνωση (εντοπίζοντας μοτίβα, όχι κατηγορώντας άτομα). Αγκυροβολήστε αυστηρά όλους τους προβληματισμούς σε επαγγελματικά πλαίσια, ανακατευθύνοντας τις αφηρημένες ανταλλαγές σε συγκεκριμένα εμπορικά σενάρια
Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:	
<p>1. Εισαγωγή (10 λεπτά)</p> <p>Ο Διαμεσολαβητής εισάγει το θέμα ότι όλοι κουβαλάμε κρυφές προκαταλήψεις, αυτόματες σκέψεις για τους ανθρώπους που διαμορφώνονται από την ανατροφή, τα μέσα ενημέρωσης και τον πολιτισμό μας. Σήμερα, θα τα εξερευνήσουμε διακριτικά χωρίς επικριτικότητα. Δεν πρόκειται για ενοχές, αλλά για προετοιμασία για δίκαιους χώρους εργασίας.</p>	

Παράδειγμα: Φανταστείτε ότι είστε επόπτης κατασκευών. Μπορεί ασυνείδητα να υποθέσετε ότι οι ηλικιωμένοι εργαζόμενοι δεν μπορούν να χρησιμοποιήσουν ψηφιακά εργαλεία. Πώς μπορεί αυτό να επηρεάσει τη δυναμική της ομάδας;

2. Ατομική εξερεύνηση (25 λεπτά)

Διανείμετε το φυλλάδιο εξερεύνησης ασυνείδητης προκατάληψης και το φυλλάδιο άσκησης προβληματισμών. Οι μαθητές εργάζονται σιωπηλά:

- Διαβάζουν τις πληροφορίες
- Ολοκληρώνουν το φυλλάδιο άσκησης αναστοχασμού

3. Κοινή χρήση σε ζευγάρια (20 λεπτά)

- Σε ζευγάρια, συζητήστε:
Ποια προκατάληψη είναι πιο οικεία; Πώς μπορεί να εμφανιστεί στον τομέα εργασίας/εμπορίου σας;

4. Δοκιμή από ομοτίμους (10 λεπτά)

Μετά την κοινή χρήση σε ζευγάρια, οι μαθητές παραμένουν σε ζευγάρια. Κάθε μαθητής δοκιμάζει εκ περιτροπής την κατανόηση του ζευγαριού του για τους τρεις τύπους προκατάληψης που σχετίζονται περισσότερο με τον επαγγελματικό του τομέα. Για παράδειγμα:

«Δώσε μου ένα παράδειγμα μεροληψίας επιβεβαίωσης σε ένα εργαστήριο κατασκευών».

«Πώς μπορεί η προκατάληψη συγγένειας να επηρεάσει τις αναθέσεις βαρδιών στην υγειονομική περίθαλψη;»

Ο ακροατής παρέχει ανατροφοδότηση σχετικά με την ακρίβεια και προτείνει ένα πραγματικό σενάριο όπου θα μπορούσε να εμφανιστεί αυτή η προκατάληψη. Οι συνεργάτες ανταλλάσσουν ρόλους. Αυτό το βήμα δοκιμής από ομοτίμους ενισχύει τη μάθηση και δημιουργεί συλλογική ευθύνη.

5. Ομαδική συγκομιδή (5 λεπτά)

- Οι εθελοντές μοιράζονται ανώνυμες πληροφορίες:
"Ένα πράγμα που συνειδητοποίησα..."
"Μια ερώτηση που έχω τώρα..."

Μετάβαση: Στη συνέχεια, θα δούμε πώς οι μικρές προκαταλήψεις εξελίσσονται σε μεγαλύτερα προβλήματα.

Συνοδευτικό υλικό

Τι είναι η ασυνείδητη προκατάληψη;

Η ασυνείδητη προκατάληψη εμφανίζεται όταν κάνουμε κρίσεις ή αποφάσεις με βάση τις προηγούμενες εμπειρίες μας, τις βαθιά ριζωμένες υποθέσεις ή τις προσωπικές μας ερμηνείες χωρίς να συνειδητοποιούμε ότι το κάνουμε. Αυτές οι αυτόματες νοητικές συντομεύσεις μας βοηθούν να επεξεργαζόμαστε τις πληροφορίες γρήγορα, αλλά συχνά οδηγούν σε άδικα συμπεράσματα. Κατά ειρωνικό τρόπο, αυτή η προκατάληψη είναι υποπροϊόν της αποτελεσματικότητας του εγκεφάλου μας. Είμαστε προγραμματισμένοι να ευνοούμε γνωστά μοτίβα ενώ παραβλέπουμε τις αντιφάσεις.

Η έρευνα δείχνει ότι όλοι πιστεύουμε ότι είμαστε πιο δίκαιοι από τους άλλους, αλλά αυτό είναι από μόνο του μια προκατάληψη! Φυσικά εμπιστευόμαστε άτομα από την «εσωτερική μας ομάδα» (αυτούς που μοιάζουν με εμάς) ενώ νιώθουμε αβέβαιοι για τις «εξωτερικές ομάδες» (αυτούς που είναι διαφορετικοί από εμάς). Αυτό μας οδηγεί να επαναπροσδιορίσουμε ασυνείδητα την αξία ώστε να ταιριάζει με τις προκαταλήψεις μας.

Πώς εκδηλώνεται η ασυνείδητη προκατάληψη;

Οι προκαταλήψεις μας ξεκινούν από την παιδική ηλικία, διαμορφώνονται από πολιτισμικά μηνύματα από την οικογένεια, τα μέσα ενημέρωσης και την κοινωνία, οδηγώντας τον εγκέφαλό μας να αναζητά συνεχώς μοτίβα. Όταν βλέπουμε επανειλημμένα ορισμένες ομάδες σε συγκεκριμένους ρόλους (π.χ. «άνδρες ως μηχανικοί», «γυναίκες ως νοσοκόμες»), τις εσωτερικεύουμε ως «φυσιολογικές». Στη συνέχεια, οι άγνωστοι συνδυασμοί πυροδοτούν επιβλαβή μοτίβα: **τεμπέλικα στερεότυπα** («Οι ηλικιωμένοι εργαζόμενοι δεν μπορούν να μάθουν νέα τεχνολογία»), **άνισες ευκαιρίες** (ανάθεση εργασιών με βάση το φύλο/ηλικία) και **μικροεπιθέσεις** (σχόλια με διπλό νόημα όπως «Μιλάς πολύ καλά για μετανάστης»). Σε επαγγελματικά περιβάλλοντα, αυτό εκδηλώνεται συγκεκριμένα ως παράβλεψη κατάλληλων υποψηφίων για προαγωγές, ανάθεση εργασιών υψηλής ειδίκευσης μόνο σε «οικείες» ομάδες και απόρριψη ιδεών από συναδέλφους που δεν «ταιριάζουν στο καλούπι» υπονομεύοντας τελικά την απόδοση της ομάδας και τη δικαιοσύνη σε επαγγέλματα από τις κατασκευές έως την υγειονομική περίθαλψη.

Κοινοί τύποι προκατάληψης με επαγγελματικά παραδείγματα:

Τύπος μεροληψίας	Τι είναι	Παράδειγμα χώρου εργασίας
Μεροληψία επιβεβαίωσης	Αναζήτηση αποδεικτικών στοιχείων που	Αγνοώντας τα προσόντα ενός πρόσφυγα ηλεκτρολόγου επειδή

Τύπος μεροληψίας	Τι είναι	Παράδειγμα χώρου εργασίας
	υποστηρίζουν τις υπάρχουσες πεποιθήσεις	<i>«τα ξένα πιστοποιητικά είναι αδύναμα»</i>
Μεροληψία συγγένειας	Προτιμώντας άτομα παρόμοια με εσάς	<i>Επιλέγοντας συνεργάτες για μεσημεριανό γεύμα μόνο από τη δική σας κουλτούρα σε ένα εργοτάξιο</i>
Ηλικιακή Μεροληψία	Ικανότητα κρίσης με βάση την ηλικία	<i>Υποθέτοντας ότι οι νέοι μαθητευόμενοι δεν θα ακολουθήσουν τα πρωτόκολλα ασφαλείας</i>
Μεροληψία φύλου	Σύνδεση δεξιοτήτων με το φύλο	<i>Αποκλεισμός των γυναικών από υδραυλικές εργασίες «επειδή δεν έχουν δύναμη»</i>
Εφέ φωτοστέφανου	Επιτρέποντας σε ένα χαρακτηριστικό να υπερισχύει όλων των άλλων	<i>Προώθηση ενός χαρισματικού αλλά ανειδίκευτου εργαζομένου</i>

Άσκηση αναστοχασμού: Διερεύνηση της προκατάληψης σε μαθησιακά περιβάλλοντα

Σκεφτείτε μια εμπειρία από την επαγγελματική σας κατάρτιση, την πρακτική άσκηση ή την κοινότητά σας όπου η διαφορετικότητα έπαιξε ρόλο (π.χ. που σχετίζεται με τη φυλή, το φύλο, την ηλικία, την αναπηρία ή το πολιτισμικό υπόβαθρο). Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει μια συζήτηση που προοριζόταν για αστέιο ή όχι, όπου αργότερα σκεφτήκατε και ευχηθήκατε να είχατε μιλήσει.

1. *Τι συνέβη; Ποιος συμμετείχε;*
2. *Τι έκανες/είπες εκείνη τη στιγμή; Αν έμεινες σιωπηλός, τι σε κράτησε πίσω;*
3. *Ποιες προκαταλήψεις μπορεί να επηρέασαν αυτήν την κατάσταση; (Ανατρέξτε στο φυλλάδιο: επιβεβαίωση, συγγένεια, προκατάληψη φύλου κ.λπ.)*
4. *Πώς μπορεί να επηρεάσει αυτό (την αυτοπεποίθηση του ατόμου που γίνεται στόχος ή τη δυναμική της ομάδας)*

Αριθμός δραστηριότητας	2
Τίτλος Δραστηριότητας	Κύκλος επιρροής
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Προσδιορισμός βασικών επιρροών που διαμορφώνουν τις πεποιθήσεις σχετικά με τους επαγγελματικούς ρόλους, τις βιομηχανίες και τα πρότυπα στον χώρο εργασίας. • Κριτική σκέψη σχετικά με το πώς οι κοινωνικές προκαταλήψεις μπορεί να περιορίσουν τις ευκαιρίες σταδιοδρομίας για περιθωριοποιημένες ομάδες.
Απαιτήσεις	Χαρτί σεμιναρίου, μαρκαδόροι/στυλό, τυπωμένα πρότυπα «Κύκλοι επιρροής»
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Διευκρινίστε ότι αυτή η δραστηριότητα διερευνά πεποιθήσεις και όχι προσωπικές επιθέσεις. Οι συμμετέχοντες μπορούν να εξαιρεθούν από την κοινή χρήση εάν αισθάνονται άβολα. Προσφέρετε εναλλακτικές μεθόδους αναστοχασμού (π.χ. ιδιωτικό ημερολόγιο). Ζητήστε από τους εκπαιδευόμενους να παρουσιάσουν παραδείγματα χωρίς κρίση. Χρησιμοποιήστε φράσεις όπως, μερικοί άνθρωποι βιώνουν... αντί για γενικεύσεις.
<p>Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:</p> <p>1. Εισαγωγή (10 λεπτά)</p> <p>Ξεκινήστε εξηγώντας ότι οι απόψεις μας για την καριέρα διαμορφώνονται από διάφορες επιρροές γύρω μας. Χρησιμοποιήστε έναν πίνακα σεμιναρίου για να σχεδιάσετε το μοντέλο «Κύκλοι επιρροής».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Σχεδιάστε έναν μικρό κύκλο στη μέση μιας σελίδας σεμιναρίου και βάλτε τη λέξη «εγώ» μέσα. • Σχεδιάστε έναν κύκλο γύρω από αυτό και εξηγήστε ότι ανάμεσα σε αυτούς τους δύο κύκλους βρίσκονται εκείνοι που είναι πιο κοντά τους. Π.χ. φίλοι/ οικογένεια/ κ.λπ. • Σχεδιάστε έναν μεγαλύτερο κύκλο έξω από αυτό για να αντιπροσωπεύσετε την κοινότητά τους. Εξηγήστε ότι αυτός ο κύκλος αντιπροσωπεύει εκείνους στην κοινότητά τους που δεν έχουν ήδη αναφερθεί. Π.χ. σχολείο/ εργασία/ πίστη/ επαγγελματίες υγείας κ.λπ. • Τέλος, σχεδιάστε έναν εξωτερικό κύκλο για να αντιπροσωπεύσετε την ευρύτερη κοινωνία. <p>2. Προσωπική χαρτογράφηση (30 λεπτά)</p>	

Συζητήστε με τους μαθητές την έννοια του «αυτοί είναι οι άνθρωποι που επηρέασαν αυτά που πιστεύουμε σήμερα». Ζητήστε τους να δώσουν μερικά παραδείγματα. Για παράδειγμα; «Οι γονείς μου με δίδαξαν ότι η εκπαίδευση είναι το πιο σημαντικό πράγμα στη ζωή». Παρακάτω είναι μερικοί σύνδεσμοι που παρέχουν βίντεο που εξηγούν πώς η κοινωνική προετοιμασία ενισχύει τους υποτιθέμενους κανόνες. Μπορείτε να τα παίξετε στους μαθητές για να υποστηρίξετε τη μάθηση και την επίγνωσή τους για το πώς σκεφτόμαστε τι είναι ο «κανόνας».

What is social conditioning? <https://www.youtube.com/watch?v=qAoOU1lIdo>

How the media shapes the way we view the world - BBC REEL:

<https://www.youtube.com/watch?v=kVAztNx0rHQ>

How to Follow Your Heart | Beat Social Conditioning:

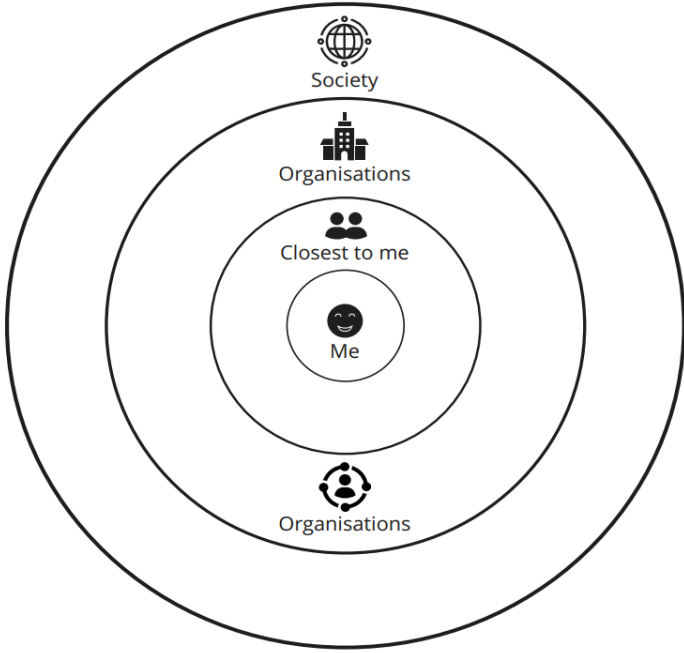
<https://www.youtube.com/watch?v=1J6RGYFRN3Y>

3. Συζήτηση σε μικρές ομάδες (20 λεπτά)

Χωρίστε σε ομάδες των 3-4. Οι συμμετέχοντες μοιράζονται:

- Μια βασική επιρροή από τον χάρτη τους.
- Πώς αυτή η πεποίθηση βοήθησε ή περιόρισε τις επιλογές σταδιοδρομίας τους και αν ταιριάζει με την πραγματικότητα.
- Ενθαρρύνετε ερωτήσεις όπως: *Αμφισβήτησε κανείς αυτές τις πεποιθήσεις;*
- Πώς τα μηνύματα από τα μέσα ενημέρωσης (π.χ. ειδήσεις, διαφημίσεις, ταινίες) έχουν διαμορφώσει τις προσωπικές σας πεποιθήσεις ή συμπεριφορές με τρόπους που ίσως δεν είχατε συνειδητοποιήσει πριν παρακολουθήσετε αυτά τα βίντεο;
- Ποιο είναι ένα βήμα που θα κάνετε για να αμφισβητήσετε τις προκατειλημμένες υποθέσεις;

Κύκλος επιρροής



Αριθμός δραστηριότητας	3
Τίτλος Δραστηριότητας	Επαγγελματική Πυραμίδα Αποκλεισμού
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Προσδιορισμός 5 σταδίων κλιμάκωσης της μεροληψίας στους χώρους εργασίας • Ανάπτυξη παρεμβάσεων για προκαταλήψεις σε πρώιμο στάδιο
Απαιτήσεις	Επαγγελματική Πυραμίδα Αποκλεισμού και Κάρτες Σεναρίων
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	<p>Εξηγήστε ότι η προκατάληψη στο χώρο εργασίας κορυφώνεται με τον θεσμικό αποκλεισμό (Βαθμίδα 5), όχι με τη γενοκτονία. Εξηγήστε ότι είναι προσαρμοσμένη εκδοχή της πυραμίδας μίσους: https://www.holocaustcenterseattle.org/images/PDF/pyramid_of_hate.pdf</p> <p>Αναγνωρίστε την πιθανή δυσφορία και επιτρέψτε τις εξαιρέσεις σιωπηλά. Δώστε προτεραιότητα στις βαθμίδες 1-3 (αστεία → αποφυγή → διακρίσεις) όπου μπορούν να παρέμβουν οι εργαζόμενοι ή οι εργαζόμενοι της επαγγελματικής εκπαίδευσης. Συνδέστε συνεχώς τα σενάρια με τον σχετικό τομέα απασχόλησης των εκπαιδευομένων.</p>
Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:	
<p>1. Εισαγωγή (10 λεπτά)</p> <p>Εμφανίστε την αφίσα της πυραμίδας (δείτε το φυλλάδιο). Εξηγήστε την πυραμίδα δίνοντας παραδείγματα μίσους σε κάθε επίπεδο και περιγράψτε πώς κάθε επίπεδο εξαρτάται από το προηγούμενο. Πείτε στην ομάδα σας ότι θα επικεντρωθείτε στα δύο χαμηλότερα επίπεδα, καθώς αυτός είναι ο τομέας όπου μπορούν να έχουν τον μεγαλύτερο αντίκτυπο στην επίτευξη αλλαγής (π.χ. υπονομεύοντας και αφαιρώντας την υποστήριξη στο κάτω επίπεδο, καταρρέει το μίσος στα ανώτερα επίπεδα).</p>	
<p>2. Ταξινόμηση σεναρίου (35 λεπτά)</p> <p>Χωρίστε την ομάδα σε 4 μικρότερες ομάδες και ζητήστε από κάθε ομάδα να τοποθετήσει 3 έως 4 κάρτες σεναρίων (βλ. φυλλάδιο) στην πυραμίδα. Ενθαρρύνετε τις ομάδες να σκεφτούν παραδείγματα λέξεων και συμπεριφορών μίσους που βλέπουν ή ακούν, εστιάζοντας σε παραδείγματα μίσους από τις χαμηλότερες βαθμίδες της πυραμίδας – π.χ. αστεία, φήμες, στερεότυπα, γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς, χαρακτηρισμούς και απομόνωση ή αποφυγή ομάδων. Συζητήστε ότι θα μπορούσε να συμβεί αυτό σε έναν χώρο εργασίας/στο χώρο εργασίας σας/στο κολέγιό μας και τι κακό θα προκαλούσε. Μπορείτε επίσης να συζητήσετε περαιτέρω: Πώς αυτή η πολιτική αποκλείει τους ανθρώπους; Είναι νόμιμη; Αναφερθείτε στην Οδηγία για την ισότητα στην απασχόληση (2000/78/ΕΚ), η οποία αποτελεί μέρος</p>	

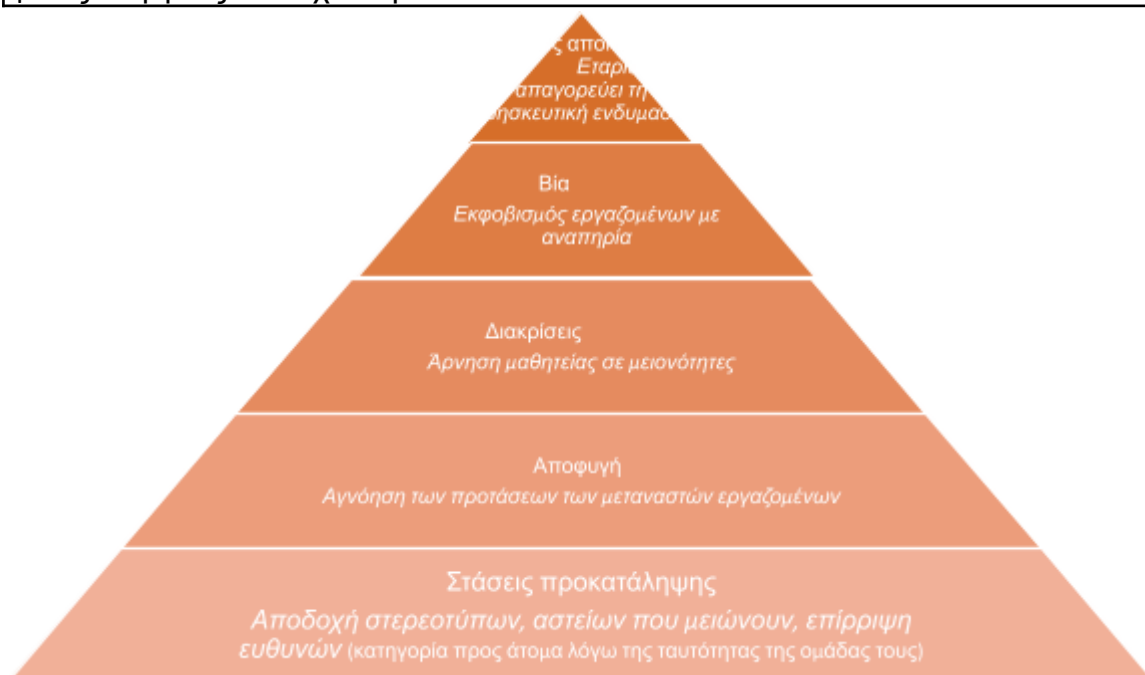
μιας σειράς μέτρων που αποσκοπούν στην **πρόληψη και την καταπολέμηση των διακρίσεων στην Ευρώπη**

https://employment-social-affairs.ec.europa.eu/policies-and-activities/rights-work/tackling-discrimination-work/legislation-employment-equality-directive-200078ec_en

Σημείωση: Είναι σημαντικό να επισημανθούν οι διατομεακές πτυχές των διακρίσεων (που σημαίνει ότι οι άνθρωποι μπορούν να ανήκουν σε περισσότερες από μία ομάδες ταυτότητας και να αντιμετωπίζουν πολλαπλά επίπεδα διακρίσεων).

3. Σχεδιασμός παρέμβασης (15 λεπτά)

Ζητήστε από τις ομάδες να προσθέσουν αυτοκόλλητες σημειώσεις στα επίπεδα 1-3 με τις ενέργειες που έχουν γίνει



Επαγγελματική Πυραμίδα Αποκλεισμού

Κάρτες σεναρίου

Βαθμίδα 1: Στάσεις προκατάληψης (στερεότυπα/αστεία)

1. «Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία εργαζόμενοι δεν μπορούν να μάθουν να χρησιμοποιούν νέες τεχνολογίες»
2. «Οι άνθρωποι από τη [Χώρα Χ] είναι τεμπέληδες εργαζόμενοι»
3. «Οι συνάδελφοι με αναπηρία επιβραδύνουν την παραγωγικότητα»

Βαθμίδα 2: Αποφυγή

4. Τα μέλη της ομάδας αποκλείουν σταθερά τους μετανάστες εργαζόμενους από τα διαλείμματα μεσημεριανού φαγητού
5. Οι προϊστάμενοι αποφεύγουν να αναθέτουν δύσκολες εργασίες σε εργαζόμενους με προφορά
6. Οι συνάδελφοι αρνούνται να συνεργαστούν με μαθητευόμενους από συγκεκριμένα υπόβαθρα

Βαθμίδα 3: Διακρίσεις

7. Η εταιρεία πληρώνει τους εργαζόμενους από μειονοτικές ομάδες χαμηλότερους μισθούς για την ίδια εργασία
8. Ευκαιρίες κατάρτισης που προσφέρονται μόνο σε εργαζόμενους από συγκεκριμένες περιοχές
9. Οι αξιολογήσεις απόδοσης τιμωρούν τους εργαζόμενους που φορούν θρησκευτική ενδυμασία

Βαθμίδα 4: Παρενόχληση/Βία

10. Οι εργαζόμενοι κοροϊδεύουν την αναπηρία ενός συναδέλφου πίσω από την πλάτη του
11. Κάποιος καταστρέφει εξοπλισμό που ανήκει σε αλλοδαπό εργαζόμενο
12. Μέλη της ομάδας απειλούν έναν εργαζόμενο που αναφέρει διακρίσεις

Βαθμίδα 5: Θεσμικός αποκλεισμός

13. Η πολιτική της εταιρείας απαιτεί γλωσσικές δεξιότητες «μητρικού επιπέδου» για χειρωνακτικές εργασίες
14. Ο ενδυματολογικός κώδικας στο χώρο εργασίας απαγορεύει τα πολιτιστικά/θρησκευτικά είδη ένδυσης
15. Ο σχεδιασμός των κτιρίων στερείται προσβασιμότητας για εργαζόμενους με ανάγκες κινητικότητας

Αριθμός δραστηριότητας	4
Τίτλος Δραστηριότητας	Περίπατος προνομίων
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Προσδιορισμός του πώς τα συστημικά προνόμια και τα εμπόδια (π.χ. ηλικιακός ρατσισμός, αναπηρία, σεξισμός) επηρεάζουν την εξέλιξη της σταδιοδρομίας σε επαγγελματικούς τομείς. • Ανάπτυξη ενσυναίσθησης και εφαρμόσιμων στρατηγικών για την αμφισβήτηση των ανισοτήτων στους χώρους εργασίας ή στο εκπαιδευτικό περιβάλλον.
Απαιτήσεις	Δελτία ταυτότητας και κάρτες σεναρίων
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	<p>Ψυχολογική ασφάλεια: Πριν ξεκινήσετε τη δραστηριότητα, εξηγήστε ότι όλα τα δελτία ταυτότητας αντιπροσωπεύουν φανταστικούς επαγγελματικούς ρόλους. Οι συμμετέχοντες μπορούν να ανταλλάξουν διακριτικά κάρτες εάν ο ρόλος που τους έχει ανατεθεί προκαλεί δυσφορία. Στη συνέχεια, αφιερώστε πέντε λεπτά για σιωπηλό προβληματισμό και δώστε κάρτες εξόδου για όσους χρειάζονται χώρο.</p> <p>Ουδέτερη χορήγηση: Διαβάστε τα σενάρια αμερόληπτα χωρίς σχολιασμό. Αποφύγετε να χαρακτηρίζετε τις κινήσεις προς τα εμπρός/πίσω ως «θετικές» ή «αρνητικές». Διατηρήστε έναν πραγματικό τόνο για να ενθαρρύνετε τον αντικειμενικό προβληματισμό.</p> <p>Χρονομέτρηση: Τηρείτε αυστηρά τις χρονικές κατανομές, ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια του κύκλου προβληματισμού. Ολοκληρώστε τις συζητήσεις αμέσως μετά από 15 λεπτά για να αποτρέψετε τη συναισθηματική κόπωση και να διατηρήσετε την εστίαση.</p> <p>Περιεκτική γλώσσα: Ενσωματώστε όρους από το γλωσσάρι (σελ. 64-68), όπως διατομεακότητα (αλληλεπικαλυπτόμενα μειονεκτήματα) ή ικανότητα/αναπηρία (προκατάληψη κατά των ατόμων με αναπηρία). Διευκρινίστε τις έννοιες εάν χρειάζεται χρησιμοποιώντας τους ορισμούς που παρέχονται.</p>
Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:	
<p>Βήμα 1: Εγκατάσταση & Εισαγωγή Σχεδιασμού Μαθητή (10 λεπτά) Συγκεντρώστε τους συμμετέχοντες σε έναν ανοιχτό χώρο. Αντί ο συντονιστής να διανέμει προγραμμαμένες ταυτότητες, οι εκπαιδευόμενοι εργάζονται σε μικρές ομάδες για να δημιουργήσουν μια πρόσθετη ταυτότητα με βάση τα πραγματικά εμπόδια που έχουν παρατηρήσει στις επαγγελματικές τους τοποθετήσεις. Κάθε ομάδα γράφει μια</p>	

σύντομη φανταστική ταυτότητα (π.χ. «Μαθητευόμενος μερικής απασχόλησης που είναι μόνος πατέρας») και ένα αντίστοιχο σενάριο πλεονεκτήματος/μειονεκτήματος. Στη συνέχεια, ο συντονιστής ανακατεύει όλες τις κάρτες (προγραμμαμένες + δημιουργημένες από μαθητές) και τις διανέμει τυχαία. Αυτό το στοιχείο σχεδίασης υπό την ηγεσία των μαθητών αυξάνει την προσωπική εμπλοκή και τη συνάφεια.

Βήμα 2: Προσομοίωση υπό την καθοδήγηση μαθητών (25 λεπτά)

Αντί ο συντονιστής να διαβάζει όλες τις κάρτες σεναρίων, οι μαθητές διαβάζουν εναλλάξ τις κάρτες (συμπεριλαμβανομένων αυτών που σχεδίασαν). Κάθε μαθητής διαβάζει δυνατά μια κάρτα και η ομάδα κάνει βήματα προς τα εμπρός/πίσω όπως πριν. Ο συντονιστής παρεμβαίνει μόνο για να διευκρινίσει τους κανόνες ή να διαχειριστεί το χρόνο. Μετά από κάθε 3-4 κάρτες, κάντε παύση για 30 δευτερόλεπτα και ζητήστε από έναν διαφορετικό μαθητή να συνοψίσει τα παρατηρούμενα μοτίβα («Ποιος κινήθηκε περισσότερο; Λιγότερο;»). Αυτό μετατοπίζει τη χορήγηση στους συμμετέχοντες.

Βήμα 3: Κύκλος προβληματισμού (15 λεπτά)

Σχηματίστε έναν καθιστό κύκλο. Ξεκινήστε ζητώντας από τους συμμετέχοντες να παρατηρήσουν μοτίβα: Ποιος μετακινήθηκε περισσότερο; Λιγότερο; Σημειώστε τάσεις όπως επαναλαμβανόμενα μειονεκτήματα για ορισμένες ταυτότητες. Στη συνέχεια, συζητήστε τους πραγματικούς παραλληλισμούς σε επαγγελματικούς τομείς και ρωτήστε όλους, πού έχετε παρατηρήσει παρόμοια σενάρια στον επαγγελματικό σας τομέα; Τέλος, σκεφτείτε αλλαγές πολιτικής για τη μείωση των ανισοτήτων (π.χ. ευέλικτο ωράριο για τους γονείς). Σχεδιάστε ιδέες σε έναν πίνακα. Αναγνωρίστε τα συναισθήματα ουδέτερα (π.χ. η απογοήτευση είναι συνηθισμένη όταν αναγνωρίζουμε άδικο συστήματα).

Βήμα 4: Κλείσιμο (5 λεπτά)

Στη μεγαλύτερη ομάδα, κάντε αυτές τις ερωτήσεις απολογισμού

- Γνωρίζατε πόσο σημαντικά διαφέρουν οι επαγγελματικές εμπειρίες με βάση την ταυτότητα;
- Τι σας εξέπληξε; Έχει αλλάξει αυτό την άποψή σας για τις κοινωνικές ανισότητες;
- Πώς οι ρόλοι με πολυεπίπεδα μειονεκτήματα (π.χ. χρήστης αναπηρικού αμαξιδίου της εργατικής τάξης) αντιμετώπισαν μεγαλύτερα εμπόδια;
- Πώς θα μπορούσαν οι επαγγελματικές πρωτοβουλίες (π.χ. επιχορηγήσεις δεξιοτήτων, εκπαίδευση κατά των προκαταλήψεων) να μετριάσουν αυτά τα εμπόδια;

Απολογισμός

Κάντε μια ερώτηση σχετικά με τις κάρτες που έχουν σχεδιαστεί από μαθητές: "Ποια ταυτότητα που δημιουργήθηκε από μαθητές σας εξέπληξε περισσότερο και γιατί;"

Ενισχύστε το μήνυμα ότι η επίγνωση των προνομίων προάγει τη συλλογική ευθύνη, όχι την ενοχή. Ενθαρρύνετε την ομάδα να εντοπίσει ένα εμπόδιο που μπορεί να αντιμετωπίσει ένας συμπαίκτης/συνάδελφος της τάξης κατά τη διάρκεια της εβδομάδας.

Ταυτότητες

Ηλικιωμένος ασκούμενος στις κατασκευές (55+): Οι εργοδότες υποθέτουν ότι δεν έχετε τεχνολογικές δεξιότητες. Σπάνια προσφέρεται εκπαίδευση.	Μετανάστρια νοσοκόμα: Τα διαπιστευτήρια της χώρας καταγωγής δεν αναγνωρίζονται. Περιορίζεται σε χαμηλόμισθους ρόλους.
Ανύπαντρη μητέρα (HVAC Tech): Πληρώνεται λιγότερο από τους άνδρες συνομηλίκους. Καμία υποστήριξη παιδικής μέριμνας για βάρδιες.	Χρήστης αναπηρικού αμαξιδίου (Μηχανικός Αυτοκινήτων): Το συνεργείο δεν είναι προσβάσιμο. Αυτοχρηματοδοτεί προσαρμοσμένα εργαλεία.
Ηλεκτρολόγος από την κοινότητα των Ρομά/εργαζόμενος από εθνοτική μειονότητα: Οι πελάτες ακυρώνουν μόλις μάθουν την εθνικότητα σας. Υφίσταστε κοροϊδία στο χώρο εργασίας.	Κωφός γραφίστας: Οι εργοδότες αρνούνται τους διερμηνείς νοηματικής γλώσσας για συναντήσεις.
Μουσουλμάνα σεφ (που φοράει χιτζάμπ): Απαγορεύεται η είσοδος στις κουζίνες για «λόγους υγιεινής».	Συγκολλητής με προηγούμενες καταδίκες: Οι μαθητείες απορρίφθηκαν λόγω ελέγχων ιστορικού.
Νεαρή Γυναίκα Μηχανικός (22): Ανατέθηκαν διοικητικά καθήκοντα, όχι τεχνικά έργα.	Δυσλεκτικός μαθητευόμενος: Σας αρνήθηκαν επιπλέον χρόνο εξέτασης.

Κάρτες σεναρίων

<p>1. Οι εργοδότες χρηματοδοτούν τα επαγγελματικά προσόντα. <i>Εμπρός:</i> Επιδοτούμενοι εργαζόμενοι. <i>Πίσω:</i> Αυτοχρηματοδοτούμενοι/χαμηλό ύ εισοδήματος εργαζόμενοι.</p>	<p>2. Η εκπαίδευση απαιτεί μετεγκατάσταση πόλεων. <i>Πίσω:</i> Γονείς/εργαζόμενοι με αναπηρία (δεν μπορούν να μετεγκατασταθούν).</p>
<p>3. Ο πελάτης σας αρνείται μετά τη συνάντηση. <i>Πίσω:</i> Εθνοτικές μειονότητες/εργαζόμενοι με εμφανή αναπηρία.</p>	<p>4. Απορρίφθηκαν βιογραφικά σημειώματα με ονόματα που ακούγονται «ξένα». <i>Πίσω:</i> Μετανάστες/εθνοτικές μειονότητες.</p>

<p>5. Εκδήλωση δικτύωσης σε δυσπρόσιτο χώρο. <i>Πίσω:</i> Χρήστες αναπηρικού αμαξιδίου/χρόνια πάσχοντες εργαζόμενοι.</p>	<p>6. Η προαγωγή απαιτεί πανεπιστημιακό πτυχίο. <i>Πίσω:</i> Εργατική τάξη/ηλικιωμένοι εργαζόμενοι (περιορισμένη πρόσβαση στην εκπαίδευση).</p>
<p>7. Δεν υπάρχουν ήσυχα δωμάτια για νευροαποκλίνον προσωπικό. <i>Πίσω:</i> Δυσλεξικοί/αυτιστικοί εργαζόμενοι.</p>	<p>8. Θρησκευτικές αργίες δεν τηρούνται. <i>Πίσω:</i> Μη χριστιανοί εργαζόμενοι.</p>
<p>9. Υποχρεωτικές υπερωρίες με 24ωρη προειδοποίηση. <i>Πίσω:</i> Μονογονείς/φροντιστές (δεν μπορούν να εξασφαλίσουν τη φροντίδα των παιδιών).</p>	<p>10. Η εκπαίδευση σε θέματα ασφάλειας παρέχεται μόνο στα αγγλικά. <i>Πίσω:</i> Μη φυσικοί ομιλητές.</p>

Αριθμός δραστηριότητας	5
Τίτλος Δραστηριότητας	Προοπτικές σε σύγκρουση
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Αναγνώριση του πώς οι ελλιπείς πληροφορίες τροφοδοτούν την προκατάληψη. • Εξάσκηση στη λήψη προοπτικής σε συγκρούσεις στο χώρο εργασίας
Απαιτήσεις	Κάρτες χαρακτήρων, ιστορία, χαρτί και στυλό για τους συμμετέχοντες
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Οι διαμεσολαβητές δείχνουν πώς η μερική πληροφόρηση γεννά προκατάληψη χρησιμοποιώντας μια ιστορία επαγγελματικής σύγκρουσης. Οι συμμετέχοντες αναλύουν τις ενέργειες των χαρακτήρων δύο φορές: πρώτα με περιορισμένα γεγονότα και μετά με πλήρες πλαίσιο. Οι συζητήσεις επικεντρώνονται στις πιέσεις στο χώρο εργασίας (κενά κατάρτισης, πολιτισμικά εμπόδια) αντί να κατηγορούν τα άτομα. Η ανασκόπηση περιλαμβάνει «ερωτήσεις παύσης» για την αποφυγή βιαστικών κρίσεων σε πραγματικές επαγγελματικές καταστάσεις.

Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:

Βήμα 1: Αρχική κατάταξη (10 λεπτά)

1. Διαβάστε δυνατά το Μέρος 1: Αρχική ιστορία.
2. Οι ομάδες κατατάσσουν τους χαρακτήρες από το 1 (περισσότερο υπεύθυνοι) έως το 4 (λιγότερο υπεύθυνοι) για τη σύγκρουση.

Βήμα 2: Αποκάλυψη περιβάλλοντος & Επανακατάταξη (20 λεπτά)

1. Διανείμετε κάρτες «Αποκάλυψη της Αλήθειας». Ζητήστε από τις ομάδες να κατατάξουν εκ νέου τους χαρακτήρες χρησιμοποιώντας νέες πληροφορίες. Συζητήστε: «*Πώς άλλαξε το πλαίσιο την κρίση σας για τον θυμό του George ή την απαίτηση του Tom;*»

Βήμα 3: Εργαστήριο Επαγγελματικής Πολιτικής (30 λεπτά)

1. Συζήτηση σε μικρές ομάδες:
 - *Ποιες κρυφές πιέσεις υπάρχουν στον τομέα μας; (π.χ. γλωσσικά εμπόδια στην υγειονομική περίθαλψη, προθεσμίες πιστοποίησης στις κατασκευές)*
 - *Πώς θα μπορούσαν φήμες όπως «οι νέοι εργαζόμενοι είναι απρόσεκτοι» να ξεκινήσουν από μισές αλήθειες;*
2. Πρόχειρο 3 Ερωτήσεις παύσης:
Χρησιμοποιώντας το πρότυπο, δημιουργήστε ερωτήσεις όπως:
 1. *Ποιες κρίσιμες πληροφορίες μπορεί να λείπουν;*
 2. *Θα μπορούσαν τα κενά εκπαίδευσης να εξηγήσουν αυτή τη συμπεριφορά;*
 3. *Ποιες πιέσεις στο χώρο εργασίας αντιμετωπίζει αυτό το άτομο;*

Πηγή ιστορίας: Η σύγκρουση της προθεσμίας εκπαίδευσης

Χαρακτήρες:

- *Lisa*: Νέα εργαζόμενη φροντίδας από τη Νιγηρία
- *Martin*: Ανώτερος επόπτης
- *Tom*: Εκπαιδευτής ασφαλείας
- *George*: Εργαζόμενος υποστήριξης

Μέρος 1: Αρχική ιστορία (δίνεται πρώτα στους συμμετέχοντες)

Η *Lisa* χρειάζεται την υπογραφή του *Martin* σε μια αναφορά ασφάλειας πελάτη μέχρι τις 3 μ.μ. Όταν πλησιάζει τον *Martin*, λέει: «Όχι τώρα, είμαι απασχολημένος».

Απελπισμένη, η *Lisa* ζητά βοήθεια από τον *Tom*. Ο *Tom* απαντά: «Θα βοηθήσω μόνο αν μείνεις μέχρι αργά απόψε». Η *Lisa* συμφωνεί. Αργότερα, ο *Martin* βρίσκει λάθη στην αναφορά και φωνάζει: «Αυτό είναι απαράδεκτο!» Ο *George* σπρώχνει τον *Martin* και φωνάζει: «Σταμάτα να την εκφοβίζεις!»

Μέρος 2: Αποκάλυψη της Αλήθειας (που θα διανεμηθούν αργότερα)

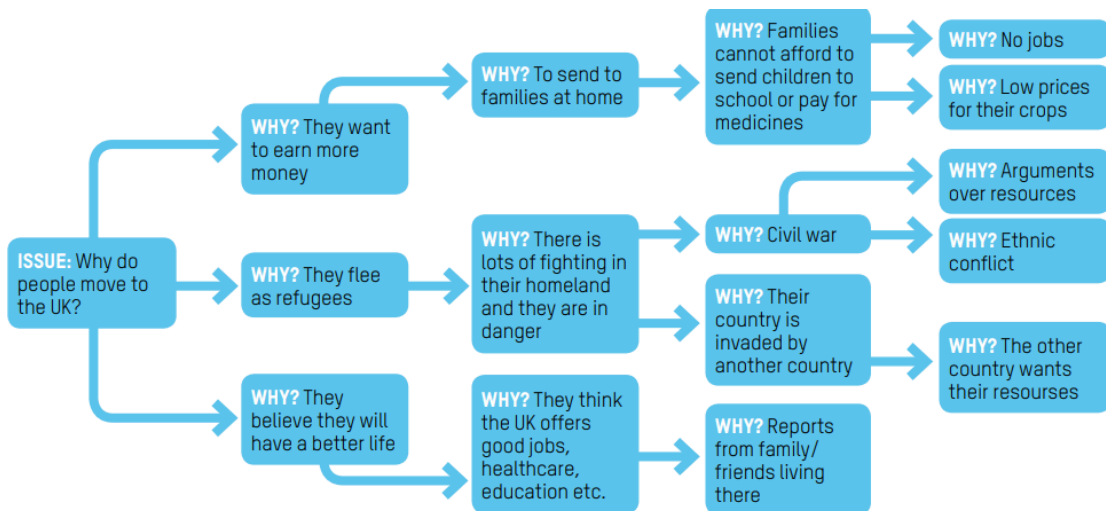
- Ο *Martin* βρισκόταν σε μια έκτακτη συνάντηση σχετικά με τα φάρμακα που λείπουν από έναν πελάτη.
- Ο *Tom* απαίτησε την καθυστερημένη παραμονή της *Lisa* για να ολοκληρώσει την υποχρεωτική πιστοποίηση ασφαλείας.
- Ο *George* έγινε μάρτυρας ενός τραυματισμού πελάτη που προκλήθηκε από βιαστική γραφειοκρατία τον περασμένο μήνα.
- Η *Lisa* παρεξήγησε την «υπογραφή» ως έγκριση (όχι επαλήθευση της ακρίβειας).

Αριθμός δραστηριότητας	6
Τίτλος Δραστηριότητας	Αλυσίδες Γιατί-Γιατί-Γιατί: Αποκαλύπτοντας την προκατάληψη στο χώρο εργασίας
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Διάκριση μεταξύ πραγματικών ερωτήσεων και ερωτήσεων που βασίζονται σε γνώμες σε επαγγελματικά πλαίσια • Εντοπισμός των βαθύτερων αιτίων των συγκρούσεων στο χώρο εργασίας χρησιμοποιώντας ανάλυση βασισμένη σε στοιχεία • Αμφισβήτηση των υποθέσεων σχετικά με τις συμπεριφορές των συναδέλφων
Απαιτήσεις	Κάρτες σεναρίων, flip chart, στυλό, αυτοκόλλητες σημειώσεις
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Παρεμβαίνετε μόνο για να διευκρινίσετε πότε οι λόγοι είναι υποθέσεις και όχι γεγονότα. Βεβαιωθείτε ότι όλες οι φωνές συνεισφέρουν και κρατήστε τις συζητήσεις εστιασμένες στα συστήματα του χώρου εργασίας και όχι στην ατομική ευθύνη. Για ευαίσθητα θέματα όπως οι διακρίσεις, ανακατευθυνθείτε σε διαρθρωτικές λύσεις («Πώς θα μπορούσαν οι πολιτικές να το αποτρέψουν αυτό;» αντί για «Ποιος έκανε λάθος;»)
Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:	
<p>Δώστε σε κάθε ομάδα ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού, χρωματιστά στυλό και μία κάρτα σεναρίου στο χώρο εργασίας (π.χ. «Οι έμπειροι εργαζόμενοι αρνούνται να μοιραστούν δεξιότητες με νέους μαθητευόμενους»). Γράψτε το σενάριο σε ένα πλαίσιο στο αριστερό άκρο του χαρτιού.</p> <p>Βήμα 1: Προσδιορίστε τις άμεσες αιτίες (15 λεπτά)</p> <p>Ζητήστε από τους μαθητές να σκεφτούν άμεσους λόγους για το πρόβλημα. Αυτά θα πρέπει να γραφτούν σε πλαίσια στην πρώτη στήλη στα δεξιά του κύριου ζητήματος, συνδεδεμένα με βέλη. Για παράδειγμα, εάν το σενάριο είναι «Οι μαθητευόμενοι από μειονοτικές ομάδες έχουν λιγότερες ευκαιρίες καθοδήγησης», οι άμεσες αιτίες μπορεί να περιλαμβάνουν «Οι προϊστάμενοι υποθέτουν ότι θα εγκαταλείψουν τη δουλειά σύντομα» ή «Τα γλωσσικά εμπόδια δυσκολεύουν την επικοινωνία». Ενθαρρύνετε τους μαθητές να επικεντρωθούν σε παρατηρήσιμες συμπεριφορές και όχι σε απόψεις.</p> <p>Βήμα 2: Ανίχνευση βασικών αιτιών (30 λεπτά)</p> <p>Για κάθε άμεση αιτία, ζητήστε από τους μαθητές να ρωτήσουν "Γιατί συμβαίνει</p>	

αυτό;" και καταγράψτε τις απαντήσεις στις επόμενες στήλες κινούμενοι δεξιά. Μια άμεση αιτία όπως "Υπάρχουν γλωσσικά εμπόδια" μπορεί να συνδέεται με βασικές αιτίες όπως "Δεν υπάρχουν χρηματοδοτούμενα μαθήματα ESOL" (πραγματικά, με στοιχεία) ή "Οι διευθυντές πιστεύουν ότι η μετάφραση δεν αξίζει το κόστος" (χρειάζεται επαλήθευση). Συνεχίστε να προσθέτετε στήλες έως ότου η ομάδα συμφωνήσει ότι έχει φτάσει σε θεμελιώδεις αιτίες, κάνοντας διάκριση μεταξύ παραγόντων που βασίζονται σε στοιχεία (σημειώστε με TIK) και μη επαληθευμένων υποθέσεων (σημειώστε με ?).

Βήμα 3: Ανάπτυξη λύσεων (15 λεπτά)

Εστιάστε την προσοχή στα δεξιά πλαίσια που περιέχουν τις βαθύτερες αιτίες. Θέστε δύο βασικά ερωτήματα: Πρώτον, «Είναι αυτή η κατάσταση δίκαιη για όλους τους εργαζόμενους;» Δεύτερον, «Ποια πρακτική αλλαγή θα μπορούσε να το αντιμετωπίσει αυτό;» Για παράδειγμα, εάν μια βασική αιτία είναι «Δεν υπάρχει εκπαίδευση για τη διαφορετικότητα για τους προϊσταμένους», οι λύσεις μπορεί να περιλαμβάνουν «Υποχρεωτικά εργαστήρια ένταξης» ή «Συνεργασίες καθοδήγησης σε διαφορετικές ηλικιακές ομάδες». Κάθε ομάδα μοιράζεται την πιο εφαρμόσιμη λύση της με την τάξη.



Αριθμός δραστηριότητας	7
Τίτλος Δραστηριότητας	Κατανόηση της μικροεπιθετικότητας
Διάρκεια	60 λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Καθορισμός και προσδιορισμός τριών κοινών τύπων μικροεπιθέσεων σε επαγγελματικά περιβάλλοντα. • Αναγνώριση του πώς οι καθημερινές δηλώσεις μπορούν να φέρουν ακούσια αρνητικά νοήματα.
Απαιτήσεις	Φυλλάδια, βίντεο
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Ξεκινήστε εισάγοντας τις μικροεπιθέσεις ως λεπτές, συχνά ακούσιες συμπεριφορές που περιθωριοποιούν τους άλλους, δίνοντας έμφαση στον αντίκτυπό τους στο χώρο εργασίας. Δείξτε το τμήμα βίντεο του BBC Ideas και, στη συνέχεια, συζητήστε πώς ακόμη και τα «ακίνδυνα» σχόλια μπορούν να αποκλείσουν συναδέλφους. Για τη δραστηριότητα αντιστοίχισης, ζητήστε από τους μαθητές να αναλύσουν τις δηλώσεις συνδέοντάς τις με πιθανές ερμηνείες και προθέσεις, χρησιμοποιώντας το φυλλάδιο. Τονίστε ότι αυτή η άσκηση εστιάζει στην αναγνώριση μοτίβων και όχι στην απόδοση ευθυνών. Καθοδηγήστε τις συζητήσεις για να διερευνήσετε τα κενά μεταξύ πρόθεσης και αντίκτυπου και συσχετίστε τα ευρήματα με τα επαγγελματικά περιβάλλοντα. Ολοκληρώστε συνδέοντας αυτή την ευαισθητοποίηση με την εστίαση της επόμενης συνεδρίας στις στρατηγικές απόκρισης.
Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:	
<p>1. Εισαγωγή: Κατανόηση των μικροεπιθέσεων (30 λεπτά)</p> <p>Συζητήστε τι είναι οι μικροεπιθέσεις, πώς συμβαίνουν, τύποι και γιατί έχει σημασία. Ανατρέξτε στο φυλλάδιο παρακάτω (δείτε το φυλλάδιο). Δείξτε αυτό το σύντομο βίντεο:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=wh8Gf18eNzw</p> <p>(Πρώτο μισό: Πώς εκδηλώνονται οι φυλετικές μικροεπιθέσεις).</p> <p>Ερωτήσεις συζήτησης μετά την προβολή:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ποιες μικροεπιθέσεις ξεχώρισαν σε εσάς; 2. Πώς θα μπορούσε κάποιος να εκλογικεύσει αυτά τα σχόλια ως «ακίνδυνα»; 	

3. *Τι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις θα μπορούσαν να έχουν αυτά στη δυναμική της ομάδας;*

2. Αναλύοντας τις μικροεπιθετικές συμπεριφορές (30 λεπτά)

Διαβάστε κάθε δήλωση στη Στήλη Α. Σκεφτείτε, πώς μπορεί κάποιος να αισθάνεται απογοητευμένος από αυτό το σχόλιο. Σχεδιάστε μια γραμμή για να την ταιριάξετε με την πιο κατάλληλη ερμηνεία στη Στήλη Β. Στη Στήλη Γ, γράψτε ποια πιστεύετε ότι μπορεί να ήταν η πρόθεση του ομιλητή. (Δείτε φυλλάδιο και κλειδί απάντησης του συντονιστή)

Βασικά σημεία συζήτησης:

1. Παρατηρήστε πώς τα φαινομενικά θετικά σχόλια μπορούν να έχουν αρνητικές επιπτώσεις
2. Το χάσμα μεταξύ της πρόθεσης του ομιλητή και του αντίκτυπου του ακροατή
3. Πώς αυτά συμβαίνουν καθημερινά στους χώρους εργασίας, συχνά ακούσια

Ενημερωτικό φυλλάδιο Κατανόησης των μικροεπιθέσεων στο χώρο εργασίας

Τι είναι οι μικροεπιθέσεις;

Οι μικροεπιθέσεις είναι διακριτικά, συχνά ακούσια σχόλια ή ενέργειες που επικοινωνούν προκατάληψη προς άτομα με βάση χαρακτηριστικά όπως η φυλή, το φύλο, ο σεξουαλικός προσανατολισμός ή άλλες πτυχές της ταυτότητας. Σε αντίθεση με τις εμφανείς διακρίσεις, είναι έμμεσες και μπορεί να μην πληρούν τους νομικούς ορισμούς της παρενόχλησης, αλλά εξακολουθούν να δημιουργούν ένα εχθρικό ή αφιλόξενο περιβάλλον.

Πώς εμφανίζονται;

- **Μορφές:** Παθητικές παρατηρήσεις, κομπλιμέντα με διπλό νόημα, γλώσσα αποκλεισμού ή ακόμα και μη λεκτικές ενδείξεις (π.χ. αγνόηση κάποιου σε συναντήσεις).
- **Σιωπηρή προκατάληψη:** Αυτές οι συμπεριφορές συχνά προέρχονται από ασυνείδητες υποθέσεις, οι οποίες μπορεί να εμφανιστούν σε γραπτή επικοινωνία, εικόνες ή πολιτικές στο χώρο εργασίας - όχι μόνο σε αλληλεπιδράσεις πρόσωπο με πρόσωπο.
- **Επίπτωση:** Αν και το άτομο μπορεί να μην σκοπεύει να βλάψει, οι μικροεπιθέσεις μπορεί να κάνουν τα άτομα να αισθάνονται υποτιμημένα, στερεοτυποποιημένα ή αποξενωμένα.

Τύποι μικροεπιθετικότητας

Τύπος	Ορισμός	Παράδειγμα χώρου εργασίας
Μικροακύρωση	Απόρριψη της εμπειρίας κάποιου	«Μην είσαι τόσο ευαίσθητος, είναι απλώς πλάκα!» (Κατασκευή)
Στερεότυπα	Εφαρμογή μεροληπτικών υποθέσεων	«Οι μεγαλύτερες νοσοκόμες δεν θα καταλάβουν αυτό το λογισμικό». (Τομέας υγείας)
Ετεροποίηση	Επισήμανση κάποιου ως «διαφορετικού»	«Από πού είσαι πραγματικά;» (Γραφείο πληροφορικής)

Γιατί έχει σημασία αυτό;

Αντιμετωπίζουμε τις μικροεπιθέσεις όχι για νομική συμμόρφωση, αλλά για να προωθήσουμε έναν χώρο εργασίας που βασίζεται στον **σεβασμό, την ένταξη και την ψυχολογική ασφάλεια**. Ακόμη και καλοπροαίρετοι άνθρωποι μπορούν ακούσια να διαιωνίσουν την προκατάληψη - η ευαισθητοποίηση είναι το πρώτο βήμα προς την αλλαγή.

Φύλλο εργασίας μαθητή: Αποσυσκευασία μικροεπιθέσεων

Στήλη Α: Δήλωση	Στήλη Β: Πιθανή ερμηνεία	Στήλη Γ: Πιθανή πρόθεση
Μιλάς τόσο καλά τη γλώσσα για [φυλετική/εθνοτική ομάδα].	Περίμενα από ανθρώπους σαν εσένα να είναι λιγότερο μορφωμένοι.	Κάνω ένα κομπλιμέντο.
Όχι, από πού είσαι πραγματικά;	Δεν ανήκεις εδώ.	Είμαι περίεργος για το υπόβαθρό σου.
Όλοι οι άνθρωποι [φυλετικής ομάδας] είναι καλοί στο [δεξιότητα].	Σε εκτιμούν μόνο για τα στερεότυπα.	Αναγνωρίζω ένα μοτίβο.

Στήλη Α: Δήλωση	Στήλη Β: Πιθανή ερμηνεία	Στήλη Γ: Πιθανή πρόθεση
Δεν συμπεριφέρεσαι όπως άλλοι άνθρωποι [φυλετικής ομάδας].	Είστε εξαίρεση στα αρνητικά στερεότυπα.	Προσπαθώ να σε επαινέσω.
Δεν βλέπω χρώμα.	Οι φυλετικές σας εμπειρίες είναι άσχετες.	Πιστεύω στην ισότητα.
Το όνομά σου είναι πολύ δύσκολο. Θα σε φωνάζω [ψευδώνυμο].	Η ταυτότητά σας δεν είναι βολική.	Θέλω να κάνω τα πράγματα πιο εύκολα.
Πρέπει να είστε εδώ με βίζα. (σε μη λευκό συνάδελφο)	Δεν ανήκεις πραγματικά εδώ.	Κάνω συζήτηση.
Οι άνθρωποι σαν εσένα είστε τόσο ανθεκτικοί.	Οι αγώνες σας είναι αναμενόμενοι/κανονικοποιημένοι.	Θαυμάζω τη δύναμή σου.
Μπορείτε να μας διδάξετε για [πολιτισμικές διακοπές]; (μόνο σε συνάδελφο της μειονότητας)	Είστε υπεύθυνοι για την εκπροσώπηση της κουλτούρας σας.	Είμαι συμπεριληπτικός.
Δεν ακούγεσαι σαν μαύρος στο τηλέφωνο.	Οι μαύροι άνθρωποι έχουν έναν συγκεκριμένο τρόπο ομιλίας.	Είμαι έκπληκτος με θετικό τρόπο.

Κλειδί απάντησης χορηγητή

Δήλωση	Καλύτερη Ερμηνεία	Κοινή πρόθεση
Μιλάς τόσο καλά τη γλώσσα για...	Προσδοκία κατώτερης εκπαίδευσης	Κάνοντας κομπλιμέντο

Δήλωση	Καλύτερη Ερμηνεία	Κοινή πρόθεση
Όχι, από πού είσαι πραγματικά;	Ετεροποίηση	Δείχνοντας περιέργεια
Όλοι οι [ομάδα] είναι καλοί στο...	Αναγωγή σε στερεότυπο	Παρατηρώντας μοτίβα
Δεν συμπεριφέρεσαι σαν άλλους...	Εξαίρεση στον κανόνα	Επιχειρώντας έπαινο
Δεν βλέπω χρώμα.	Διαγραφή ταυτότητας	Προώθηση της ισότητας
Το όνομά σου είναι πολύ δύσκολο...	Ασέβεια ταυτότητας	Αναζητώντας ευκολία
Πρέπει να είστε εδώ με βίζα.	Αμφισβήτηση του ανήκειν	Κάνοντας κουβέντα
Είστε τόσο ανθεκτικοί.	Ομαλοποίηση της δυσκολίας	Κάνοντας κομπλιμέντο
Μπορείτε να μας διδάξετε για...	Πολιτισμική επιβάρυνση	Προσπάθεια συμπερίληψης
Δεν ακούγεσαι μαύρος...	Φυλετική προσδοκία	Εκφράζοντας έκπληξη

Αριθμός δραστηριότητας	8
Τίτλος Δραστηριότητας	Ανταπόκριση σε μικροεπιθέσεις
Διάρκεια	60 Λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Καθορισμός του πλαισίου 3 βημάτων (Προσδιορισμός → Αναπλαισίωση → Εκπαίδευση) για την αντιμετώπιση μικροεπιθέσεων. • Εφαρμόστε το πλαίσιο σε επαγγελματικά σενάρια μέσω παιχνιδιού ρόλων. • Αναστοχασμός για το χάσμα μεταξύ πρόθεσης και αντίκτυπου στην επικοινωνία στον χώρο εργασίας.
Απαιτήσεις	Φυλλάδιο πλαισίου 3 βημάτων, κάρτες σεναρίων, πίνακας σεμιναρίου
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Επιτρέψτε στους συμμετέχοντες να εξαιρεθούν από τα παιχνίδια ρόλων εάν αισθάνονται άβολα. Χρησιμοποιήστε φανταστική και ουδέτερη γλώσσα. Αφιερώστε λίγο χρόνο για ενημέρωση μετά το παιχνίδι ρόλων.
<p>Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:</p> <p>1. Ανάλυση βίντεο & συζήτηση (25 λεπτά)</p> <p>Το βίντεο του BBC «Tips for dealing with microaggressions at work» https://www.youtube.com/watch?v=wh8Gf18eNzw επιδεικνύει μια προσέγγιση τεσσάρων βημάτων για την αντιμετώπιση μικροεπιθέσεων στα 3:55 λεπτά (δημιουργήστε μια κατάσταση, περιγράψτε αντικειμενικά τη συμπεριφορά και ζητήστε διευκρινίσεις, εξηγήστε τον αντίκτυπο και, τέλος, συνεργαστείτε για να βρείτε λύσεις)</p> <p>Συζητήστε τις ακόλουθες ερωτήσεις με τους μαθητές:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ποια στρατηγική απόκρισης από το βίντεο είχε μεγαλύτερη απήχηση σε εσάς και γιατί; 2. Πώς θα μπορούσαν τα παραδείγματα «θεσμικής αλλαγής» να εφαρμοστούν στον χώρο εργασίας μας; 	

3. Ποια εμπόδια μπορεί να εμποδίσουν κάποιον να μιλήσει σε επαγγελματικά περιβάλλοντα;
4. Πόσο ρεαλιστικές είναι αυτές οι στρατηγικές στο καθημερινό μας εργασιακό περιβάλλον;

2: Εξάσκηση απόκρισης 3 βημάτων (30 λεπτά)

Ζητήστε από τους μαθητές να εφαρμόσουν τη διαδικασία τριών βημάτων μέσω ενός παιχνιδιού ρόλων. Τα τρία εξασκούν την προσέγγιση Προσδιορισμός → Αναπλαισίωση → Εκπαίδευση. Και στο τέλος συγκρίνετε και τις δύο προσεγγίσεις

Ξεκινήστε εξηγώντας με σαφήνεια τη διαδικασία τριών βημάτων για την αντιμετώπιση των μικροεπιθέσεων: **Προσδιορίστε** τη συμπεριφορά αντικειμενικά, **αναπλαισιώστε** τον αντίκτυπο με σεβασμό και **εκπαιδεύστε** για να προωθήσετε τη μακροπρόθεσμη κατανόηση. Διανείμετε φυλλάδια που περιγράφουν τα βήματα με επαγγελματικά παραδείγματα, όπως:

- *Υγειονομική περίθαλψη*: «Επιτρέψτε μου να το ελέγξω με έναν ανώτερο γιατρό» (είπε σε έναν έγχρωμο γιατρό)
- *Κατασκευές*: «Δεν είσαι αυτό που περίμενα» (προς μια γυναίκα ηλεκτρολόγο)

Χωρίστε τους μαθητές σε τριάδες για ασκήσεις παιχνιδιού ρόλων. Κάθε ομάδα εξασκείται στην εφαρμογή των βημάτων:

1. **Προσδιορίστε**: Δηλώστε ήρεμα τι παρατηρήθηκε («*Ζητήσατε να κάνετε διπλό έλεγχο με άλλο γιατρό*»).
2. **Αναπλαισιώστε**: Εξηγήστε την πιθανή βλάβη («*Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι αμφιβάλλετε για την τεχνογνωσία τους*»).
3. **Εκπαιδεύστε**: Προτείνετε εναλλακτικές λύσεις («*Την επόμενη φορά, θα μπορούσατε να ζητήσετε πρώτα την αξιολόγησή τους*;»).

Αξιολόγηση των δεξιοτήτων αντίδρασης μεταξύ ομοτίμων (10 λεπτά)

Αφού οι τριάδες ολοκληρώσουν το παιχνίδι ρόλων τους, κάθε μαθητής καταγράφει ξεχωριστά ένα νέο σενάριο μικροεπιθετικότητας σχετικό με το επάγγελμά του (π.χ. φιλοξενία, εφοδιαστική, πληροφορική). Μεταβιβάζουν το σενάριό τους σε έναν συνεργάτη. Στη συνέχεια, ο συνεργάτης γράφει τη σωστή απάντηση 3 βημάτων (Προσδιορισμός → Αναπλαισίωση → Εκπαίδευση) χωρίς να κοιτάζει σημειώσεις. Ο αρχικός συγγραφέας ελέγχει την απάντηση σε σχέση με το πλαίσιο και παρέχει **εποικοδομητική ανατροφοδότηση από ομοτίμους** χρησιμοποιώντας δύο στελέχη προτάσεων:

- *«Προσδιορίσατε σωστά τη συμπεριφορά όταν είπατε...»*
- *«Για να ενισχύσετε το βήμα αναπλαισίωση, θα μπορούσατε να προσθέσετε...»*

Αυτή η δραστηριότητα αξιολόγησης από ομοτίμους διασφαλίζει ότι οι μαθητές μπορούν να εφαρμόσουν το πλαίσιο σε νέες καταστάσεις, όχι απλώς να κάνουν πρόβες με παραδείγματα.

Απολογισμός

Μετά το παιχνίδι ρόλων, συναντηθείτε ξανά για μια ενημέρωση. Συγκρίνετε τις στρατηγικές του βίντεο με τη δομημένη προσέγγιση 3 βημάτων. Συζητήστε:

- *Ποια μέθοδος ήταν πιο φυσική ή αποτελεσματική σε επαγγελματικά περιβάλλοντα;*
- *Πότε μπορεί να χρειαστεί μια διαφορετική προσέγγιση;*

Μια επικοινωνιακή προσέγγιση για την αντιμετώπιση της προκατάληψης και των μικροεπιθέσεων στο χώρο εργασίας

Όταν παρατηρείτε προκατάληψη ή μικροεπιθετικότητα σε επαγγελματικά περιβάλλοντα, αυτή η μέθοδος τριών βημάτων προάγει την κατανόηση διατηρώντας παράλληλα την αρμονία στο χώρο εργασίας. Η προσέγγιση εξισορροπεί την άμεση παρέμβαση με τη μακροχρόνια εκπαίδευση, αναγνωρίζοντας ότι τα περισσότερα περιστατικά προέρχονται από ασυνείδητα μοτίβα και όχι από κακόβουλη πρόθεση.

Βήμα 1: Προσδιορίστε τη συμπεριφορά

Ξεκινήστε ονομάζοντας αντικειμενικά αυτό που συνέβη, διαχωρίζοντας την παρατήρηση από την ερμηνεία. Για παράδειγμα, εάν ένας συνάδελφος αμφισβητήσει την καταγωγή ενός μέλους της ομάδας που γεννήθηκε στο εξωτερικό («Από πού είσαι πραγματικά;»), μπορείτε να σημειώσετε: «Ζητήσατε ξανά την καταγωγή του αφού απάντησε». Αυτή η πραγματική πλαισίωση αποφεύγει τις υποθέσεις σχετικά με την πρόθεση, ενώ κάνει τη συμπεριφορά ορατή. Σε επαγγελματικά πλαίσια - είτε εργοτάξια, νοσοκομεία ή γραφεία - αυτό το βήμα λειτουργεί καλύτερα όταν γίνεται ήρεμα και έγκαιρα μετά το περιστατικό.

Βήμα 2: Επαναπροσδιορίστε τον αντίκτυπο

Μεταφέρετε τη συζήτηση για να διερευνήσετε πιθανή βλάβη, χρησιμοποιώντας ερωτήσεις ανοιχτού τύπου. Μπορείτε να προσθέσετε: «Όταν επανεξετάζουμε το ιστορικό κάποιου, μπορεί να αισθάνεται ότι η αρχική του απάντηση δεν έγινε αποδεκτή. Πώς θα μπορούσαμε να το διατυπώσουμε διαφορετικά;» Αυτή η τεχνική αποδεικνύεται ιδιαίτερα αποτελεσματική σε εμπορικά περιβάλλοντα όπου εκτιμάται η

άμεση επικοινωνία, καθώς εκπαιδεύει χωρίς να ντροπιάζει. Να θυμάστε ότι ο ομιλητής μπορεί πραγματικά να μην αναγνωρίζει πώς ακούστηκαν τα λόγια του, ειδικά σε καταστάσεις εργασίας υψηλής πίεσης.

Βήμα 3: Δεσμευτείτε στην εκπαίδευση

Μετατρέψτε μεμονωμένα περιστατικά σε ευκαιρίες μάθησης μέσω διαφόρων μεθόδων: ατομική παρακολούθηση με τα εμπλεκόμενα μέρη, ομαδικά εργαστήρια για τη γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς ή ενσωμάτωση εκπαίδευσης για την προκατάληψη σε προγράμματα μαθητείας. Για παράδειγμα, μια ομάδα υγειονομικής περίθαλψης μπορεί να επανεξετάσει πώς οι υποθέσεις σχετικά με τις γλωσσικές δεξιότητες των συναδέλφων επηρεάζουν τις αναθέσεις φροντίδας ασθενών. Η βιώσιμη αλλαγή προέρχεται από την ομαλοποίηση αυτών των συζητήσεων ως μέρος της επαγγελματικής ανάπτυξης και όχι ως τιμωρητικά μέτρα.

Αριθμός δραστηριότητας	9
Τίτλος Δραστηριότητας	Προσομοίωση Μεταρρύθμισης Πολιτικής
Διάρκεια	60 Λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> • Ανάλυση των υπαρχουσών πολιτικών στο χώρο εργασίας για πιθανές πρακτικές μεροληψίας ή αποκλεισμού. • Ανάπτυξη συστάσεων πολιτικής χωρίς αποκλεισμούς προσαρμοσμένων στα επαγγελματικά περιβάλλοντα.
Απαιτήσεις	<p>Δείγματα πολιτικών στο χώρο εργασίας (π.χ. ενδυματολογικοί κώδικες, κριτήρια προαγωγής).</p> <p>Πίνακες σεμιναρίου, μαρκαδόροι και αυτοκόλλητες σημειώσεις.</p>
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	<p>Ξεκινήστε εξηγώντας πώς οι πολιτικές μπορούν ακούσια να περιθωριοποιήσουν ομάδες, χρησιμοποιώντας παραδείγματα από τον πραγματικό κόσμο (π.χ. άκαμπτοι ενδυματολογικοί κώδικες που θέτουν σε μειονεκτική θέση τη θρησκευτική ενδυμασία). Χωρίστε τους μαθητές σε μικρές ομάδες, αναθέτοντας στον καθένα μια πολιτική για κριτική. Ενθαρρύνετε την ανάλυση βάσει στοιχείων, για παράδειγμα, αμφισβητώντας εάν δικαιολογείται η απαίτηση «ομιλία γλώσσας μητρικού επιπέδου» για χειρωνακτικές εργασίες. Καθοδηγήστε τις συζητήσεις προς εφαρμόσιμες μεταρρυθμίσεις, όπως ευέλικτες ομοιόμορφες πολιτικές ή ανώνυμες προβολές βιογραφικών.</p>
<p>Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:</p> <p>Βήμα 1: Ανάλυση πολιτικής (20 λεπτά)</p> <p>1. Εισαγωγή (5 λεπτά):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ο συντονιστής της δραστηριότητας εξηγεί εν συντομία πώς οι πολιτικές στο χώρο εργασίας (π.χ. ενδυματολογικοί κώδικες, κριτήρια προαγωγής) μπορούν να αποκλείσουν ακούσια περιθωριοποιημένες ομάδες. • Διανείμετε δείγματα πολιτικών (πραγματικών ή φανταστικών) σε μικρές ομάδες. <p>2. Ομαδική κριτική (15 λεπτά):</p>	

- Οι ομάδες εντοπίζουν πιθανές προκαταλήψεις στην πολιτική που τους έχει ανατεθεί χρησιμοποιώντας κατευθυντήριες ερωτήσεις:
 - Αυτή η πολιτική θέτει σε μειονεκτική θέση κάποια ομάδα;
 - Είναι δικαιολογημένη η απαίτηση για τη θέση εργασίας;
 - Πώς θα μπορούσε να μεταρρυθμιστεί αυτή η πολιτική ώστε να είναι πιο συμπεριληπτική;
- Οι ομάδες σχολιάζουν τις πολιτικές με δύο έγχρωμες αυτοκόλλητες σημειώσεις (δίκαιες, χρειάζεται αναθεώρηση).

Βήμα 2: Προτάσεις μεταρρύθμισης (25 λεπτά)

1. Σύνταξη μεταρρυθμίσεων (15 λεπτά):

- Οι ομάδες επανασχεδιάζουν την πολιτική τους για την άρση των εμποδίων, παραπέμποντας στον Νόμο περί ισότητας του 2010 (π.χ. «εύλογες προσαρμογές»).

2. Περιήγηση στη γκαλερί (10 λεπτά):

- Οι ομάδες εμφανίζουν αναθεωρημένες πολιτικές στους πίνακες σεμιναρίου.
- Οι συμμετέχοντες εναλλάσσονται, αφήνοντας σχόλια στους πίνακες σεμιναρίου.

3. Αξιολόγηση των δεξιοτήτων αντίδρασης μεταξύ ομοτίμων (10 λεπτά)

Αφού οι τριάδες ολοκληρώσουν το παιχνίδι ρόλων τους, κάθε μαθητής καταγράφει ξεχωριστά ένα νέο σενάριο μικροεπιθετικότητας σχετικό με το επάγγελμά του (π.χ. φιλοξενία, εφοδιαστική, πληροφορική). Μεταβιβάζουν το σενάριό τους σε έναν συνεργάτη. Στη συνέχεια, ο συνεργάτης γράφει τη σωστή απάντηση 3 βημάτων (Προσδιορισμός → Αναπλαισίωση → Εκπαίδευση) χωρίς να κοιτάζει σημειώσεις. Ο αρχικός συγγραφέας ελέγχει την απάντηση σε σχέση με το πλαίσιο και παρέχει επικοινωνιακή ανατροφοδότηση από ομοτίμους χρησιμοποιώντας δύο στελέχη προτάσεων:

- «Προσδιορίσατε σωστά τη συμπεριφορά όταν είπατε...»
- «Για να ενισχύσετε το βήμα Reframe, θα μπορούσατε να προσθέσετε...»

Αυτή η δραστηριότητα δοκιμής από ομοτίμους διασφαλίζει ότι οι μαθητές μπορούν να εφαρμόσουν το πλαίσιο σε νέες καταστάσεις, όχι απλώς να κάνουν πρόβες με παραδείγματα.

Βήμα 3: Ενημέρωση (15 λεπτά)

- Συζητήστε:
 - *Ποιες προκαταλήψεις ήταν πιο δύσκολο να εντοπιστούν;*
 - *Πώς μπορούμε να διασφαλίσουμε ότι οι πολιτικές επανεξετάζονται τακτικά;*

Σημείωση: Επισημάνετε τη διατομεακότητα

Αριθμός δραστηριότητας	10
Τίτλος Δραστηριότητας	Πολιτική των συναισθημάτων-Αλλαγή προκατειλημμένων απόψεων
Διάρκεια	60 Λεπτά
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<ul style="list-style-type: none"> Εφαρμογή ενός πλαισίου 3 βημάτων (Αξίες → Στατιστικά → Δράση) για να αμφισβητήσετε εποικοδομητικά τις προκαταλήψεις σε επαγγελματικά/κοινοτικά περιβάλλοντα
Απαιτήσεις	Προκατειλημμένες δηλώσεις (π.χ. «Οι μετανάστες παίρνουν τις δουλειές μας»), τοπικά στατιστικά (μπορούν να οργανωθούν από τον συντονιστή ή να ερευνηθούν από τους μαθητές) και χρονόμετρο
Μεθοδολογία και καθοδήγηση	Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να κυκλοφορεί για να καθοδηγεί τις συζητήσεις, να διασφαλίζει διάλογο με σεβασμό και να βοηθά τις ομάδες να αναπτύξουν ισορροπημένες, τεκμηριωμένες απαντήσεις που δίνουν έμφαση στις λύσεις έναντι των επιχειρημάτων, διατηρώντας παράλληλα τη δραστηριότητα εστιασμένη και χρονικά περιορισμένη. Παρέχετε έντυπες στατιστικές αναφορές (αν είναι εφικτό) και ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να πλαισιώσουν τις απαντήσεις τους με ενσυναίσθηση, εστιάζοντας στην αλλαγή των προοπτικών μέσω της κατανόησης και όχι της αντιπαράθεσης.
<p>Αναλυτική Περιγραφή Δραστηριότητας:</p> <p>Βήμα 1: Ρύθμιση περιβάλλοντος (10 λεπτά)</p> <p>Ο εκπαιδευτικός ξεκινά συνοψίζοντας όλη τη μάθηση που απέκτησαν οι εκπαιδευόμενοι κατά τη διάρκεια αυτής της ενότητας, πώς να ορίζουν την προκατάληψη και να αναγνωρίζουν τη συμπεριφορά που εισάγει διακρίσεις, να προβληματίζονται για τις δικές τους προκαταλήψεις, να αντιμετωπίζουν παρατηρήσεις και συμπεριφορές που εισάγουν διακρίσεις, να αναπτύσσουν και να μεταρρυθμίζουν πολιτικές για την αντιμετώπιση συστημικών ζητημάτων. Τώρα ως συμπέρασμα, οι μαθητές θα εξασκηθούν στο να επηρεάζουν τους άλλους συνδέοντας τις αξίες τους, χρησιμοποιώντας στοιχεία και προτείνοντας λύσεις που μπορούν να εφαρμοστούν. Ο εκπαιδευτικός θα εξηγήσει ότι όπως έχετε μάθει η προκατάληψη συχνά πηγάζει από φόβο ή παραπληροφόρηση. Ας μάθουμε να ανταποκρινόμαστε με τρόπο που ανοίγει τον διάλογο, και δεν τον κλείνει.</p> <p>Ο εκπαιδευτικός θα εξηγήσει το πλαίσιο 3 βημάτων ότι για την αποτελεσματική αντιμετώπιση των προκατειλημμένων σχολίων, θα χρησιμοποιήσουμε μια δομημένη</p>	

προσέγγιση που μειώνει την αμυντικότητα και ενθαρρύνει τον προβληματισμό. Δείτε πώς λειτουργεί:

1. Συνδεθείτε με αξίες: όταν κάποιος κάνει ένα προκατειλημμένο σχόλιο, ξεκινήστε προσδιορίζοντας μια κοινή αξία πίσω από την ανησυχία του ατόμου (όπως δικαιοσύνη, οικογένεια ή ασφάλεια εργασίας). Αυτό δείχνει ότι ακούτε, δεν επιτίθεστε. Για παράδειγμα, αν κάποιος πει, «Οι μετανάστες μας παίρνουν τις δουλειές», μπορείτε να απαντήσετε: «Φαίνεται ότι εκτιμάτε το να μπορείτε να παρέχετε στην οικογένειά σας, αυτό είναι σημαντικό και για μένα».
2. Εισαγωγή στατιστικών: Αντιμετωπίστε απαλά τις παρανοήσεις με τοπικά, αξιόπιστα δεδομένα. Τα γεγονότα αποπροσωποποιούν το ζήτημα. Για παράδειγμα: «Στην πραγματικότητα, εδώ στην Ιρλανδία, οι μετανάστες έχουν 15% περισσότερες πιθανότητες να ξεκινήσουν επιχειρήσεις, γεγονός που δημιουργεί θέσεις εργασίας για όλους». (Πηγή: CSO Ireland).
3. Προτείνετε συγκεκριμένη δράση

Προτείνετε ένα εφαρμόσιμο βήμα για να εξανθρωπίσετε το ζήτημα. Αυτό μετατοπίζει τη συζήτηση από την ευθύνη στις λύσεις. Παράδειγμα: «Ας επισκεφτούμε μαζί μια επιχείρηση που διευθύνεται από μετανάστες, θα κανονίσω μια περιήγηση με το Τοπικό Γραφείο Επιχειρήσεων. Βλέποντας τον αντίκτυπό τους μπορεί να αλλάξει η οπτική σας».

Βήμα 2: Οργάνωση ομαδικής δραστηριότητας (5 λεπτά)

1. Χωρίστε τους εκπαιδευόμενους σε 3 μικρές ομάδες.

Αναθέστε σε κάθε ομάδα μια προκατειλημμένη δήλωση:

- «Οι μετανάστες μας παίρνουν τις δουλειές»
- «Οι μετανάστες προκαλούν τη στεγαστική κρίση»
- «Οι μετανάστες δεν συνεισφέρουν στην κοινότητά μας»

Βήμα 3: Το Πλαίσιο 3 βημάτων (35 λεπτά)

Ομαδική εργασία: Να αναπτύξουν μια απάντηση στη δήλωση που τους έχει ανατεθεί χρησιμοποιώντας το πλαίσιο.:

1. Σύνδεση με αξίες: Προσδιορίστε μια κοινή αξία πίσω από την προκατάληψη (π.χ. ασφάλεια εργασίας για τη διατήρηση μιας οικογένειας, πρόσβαση σε στέγαση).
2. Εισαγωγή στατιστικών: Χρησιμοποιήστε τοπικά δεδομένα για να αμφισβητήσετε την εσφαλμένη αντίληψη.
3. Προτείνετε συγκεκριμένη δράση (15 λεπτά): Προτείνετε μια δραστηριότητα για να εξανθρωπίσετε το ζήτημα και να χτίσετε ενσυναίσθηση.

Βήμα 3: Ομαδικές παρουσιάσεις & απολογισμός (20 λεπτά)

1. Κάθε ομάδα παρουσιάζει την απάντησή της σε 3 βήματα.
2. Συζητήστε:
 - «Ποιο μέρος ήταν πιο δύσκολο; Γιατί;»
 - «Πώς θα μπορούσε αυτή η προσέγγιση να λειτουργήσει στο χώρο εργασίας σας;»