

# Courage Day 2 • Έρευνα

**Ορισμός RAK:** Θάρρος είναι να είσαι γενναίος όταν αντιμετωπίζεις νέες ή δύσκολες συνθήκες.

Σε αυτό το μάθημα οι μαθητές θα μάθουν περισσότερα για το θάρρος εντοπίζοντας πράξεις θάρρους που συμβαίνουν γύρω τους. Οι μαθητές θα μάθουν τη διαφορά μεταξύ ευπάθειας και υπερβολικής κοινής χρήσης για να κατανοήσουν περαιτέρω τι σημαίνει να είσαι θαρραλέος.

## Εβδομαδιαίοι Στόχοι

Οι μαθητές θα:

- ☐ Προσδιορίστε σύμβολα και πράξεις θάρρους.
- ☐ Αξιολογήστε τη διαφορά μεταξύ ευπάθειας και υπερβολικής κοινής χρήσης.
- ☐ Αξιολογήστε την κοινότητά τους μέσα από το φακό του θάρρους.

## Πόροι / Υλικά

- ☐ **BINTEO:** [Brené Brown: Ευπάθεια, όχι υπερβολική κοινή χρήση \(3:12\)](#)

## Σκεφτείτε / Αξιολογήστε

**Παραδοτέα:**

- ☐ Πόντοι καθημερινής συμμετοχής
- ☐ **Καταχώριση στο περιοδικό Courage:** Αξιολογήστε τις ροές σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, υπάρχουν πράγματα που σας αρέσει να μοιράζεστε υπερβολικά τώρα που καταλαβαίνετε καλύτερα τι σημαίνει oversharing; Τι θα μπορούσατε να αλλάξετε σχετικά με τις συνήθειες ανάρτησής σας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης υπό το φως αυτού του μαθήματος;

## Μερίδιο

**Αρχές συζήτησης:**

- Γιατί οι ποδοσφαιριστές φορούν τακάκια και κράνη;
- Γιατί οι αστυνομικοί φορούν αλεξίσφαιρα γιλέκα;
- Γιατί οι γονείς «προστατεύουν» τα σπίτια τους καλύπτοντας όλες τις αιχμηρές γωνίες με κάτι μαλακό ή μπλοκάροντας σκάλες με παιδικές πύλες;

Τι κοινό έχουν όλα αυτά τα πράγματα; Προστατεύουν τα μέρη του εαυτού μας - τα κεφάλια μας, τα οστά μας, την καρδιά μας - που κινδυνεύουν περισσότερο να τραυματιστούν. Προστατεύουν τους ανθρώπους από πράγματα που μπορούν να τους βλάψουν, όπως τα μωρά που δεν καταλαβαίνουν την ιδέα να πέσουν από τις σκάλες. Όταν αυτά τα μέρη ή τα άτομα δεν προστατεύονται, λέμε ότι είναι ευάλωτα, εκτεθειμένα ή κινδυνεύουν να πληγωθούν.



## Εμπνέω

Είναι ενδιαφέρον ότι το αληθινό θάρρος απαιτεί ευαλωτότητα. Απαιτεί να εκθέτουμε τα συναισθήματά μας, τις ιδέες μας, τα λόγια μας, τις πράξεις μας με τρόπο που να είναι γενναίος και αληθινός, ακόμα κι αν αυτό σημαίνει ότι μπορεί να μην αρέσει στους άλλους ή ακόμα και αν αισθάνονται σκληρά.

**Παρακολουθώ:** [Brené Brown: Ευπάθεια, όχι υπερβολική κοινή χρήση](#)

Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι το να είσαι θαρραλέος δεν είναι το ίδιο με το να λες πάντα «ναι» σε κάτι ή να ολοκληρώνεις κάτι ή να «κερδίζεις». Μερικές φορές το θάρρος μοιάζει με τον καθορισμό υγιών ορίων. Λέγοντας «όχι» όταν δεν θέλετε να κάνετε κάτι ή δεν έχετε χρόνο να αφοσιωθείτε σε αυτό ή ακόμα και χάνοντας με ευγενικό τρόπο. Χρειάζεται θάρρος για να είσαι ειλικρινής και **ευάλωτα**.

**Συζητώ:**

- Ζητήστε από τους εθελοντές να μοιραστούν μια στιγμή που ένιωθαν ευάλωτοι, αλλά «έσκυψαν» στη δυσφορία, όπως συζήτησε η Brené Brown.
- Τι έγινε όταν έμειναν;



Συνεχίζεται...

Η ευπάθεια επίσης δεν είναι ίδια με **υπερμείρασμα**.



**ΠΑΡΑΚΑΛΩ:** Τι πιστεύετε ότι εννοούμε με τον όρο oversharing;

**ΠΑΡΑΚΑΛΩ:** Πού, πώς ή τι πιστεύετε ότι μοιράζονται περισσότερο οι άνθρωποι;

**ΠΑΡΑΚΑΛΩ:** Γιατί πιστεύετε ότι οι άνθρωποι μοιράζονται υπερβολικά;

Ας αφιερώσουμε χρόνο εξετάζοντας τους διαφορετικούς τύπους υπερβολικής κοινής χρήσης και μάθουμε για ποιο λόγο μοιραζόμαστε εξ αρχής.

*Χωρίστε την τάξη σε τρεις ομάδες και αντιστοιχίστε σε κάθε ομάδα το άρθρο που εκχωρείται παρακάτω. Ως ομάδα, πρέπει να διαβάσουν το άρθρο, να το συζητήσουν και να επιστρέψουν στην πλήρη ομάδα με μια περίληψη και βασικά στοιχεία.*

- [Oversharing και Social Media](#)
- [Οι 10 τύποι Overshaers στα Social Media](#)
- [Γιατί η διακριτικότητα των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι ολόένα και πιο σημαντική για την επωνυμία σας](#)

### Συζητώ:

- Ποια είναι η εμπειρία σας με την υπερβολική κοινή χρήση στο διαδίκτυο;  
Είστε oversharer;
- Πιστεύετε ότι είναι δίκαιο για τις επιχειρήσεις η υπερβολική κοινή χρήση, ακόμη και στα προσωπικά τους social media, να επηρεάσει αρνητικά την επιχείρησή τους;
- Πώς διαφέρει η υπερβολική κοινή χρήση από την ευπάθεια σε ένα περιβάλλον μέσων κοινωνικής δικτύωσης;