

## 36 – Βασικό λεξιλόγιο για έκφραση απόψεων και συναισθημάτων

**Σκοπός:** Η παροχή μέσων για δραστηριότητες που θα βοηθήσουν τους πρόσφυγες να εκφράζουν βασικές απόψεις και συναισθήματα.

### Η σημασία της έκφρασης απόψεων και συναισθημάτων

Έχει μεγάλη σημασία να μπορούν οι πρόσφυγες να εκφράζουν απόψεις και συναισθήματα στη γλώσσα στόχο. Ωστόσο, συχνά, το να συζητά ή να αποκαλύπτει κάποιος τα συναισθήματά του, ιδιαίτερα μπροστά σε άλλους, είναι αρκετά δύσκολο, τόσο για διαπολιτισμικούς όσο και για προσωπικούς λόγους. Σας συνιστούμε να μη ζητάτε από τους πρόσφυγες να λένε πώς νιώθουν αλλά να τους δίνετε τη δυνατότητα να το κάνουν όταν θέλουν οι ίδιοι. Για παράδειγμα, μια καλή ιδέα είναι να ρωτάτε όλη την ομάδα πώς νιώθει στο τέλος μιας συνάντησης. Είστε ικανοποιημένοι; Νιώθετε μπερδεμένοι; Κουραστήκατε; Έχετε όρεξη να μάθετε κι άλλα πράγματα, κ.λπ. Καλό είναι επίσης να ρωτάτε κάποιον που ενδεχομένως απουσίαζε από αρκετές συναντήσεις, επειδή ήταν άρρωστος, πώς αισθάνεται.

### Εισαγωγή στο λεξιλόγιο των αισθημάτων και των συναισθημάτων

Θα ήταν πολύ χρήσιμο αν ξεκινούσατε με μια πρώτη παρουσίαση κάποιων επιθέτων, όπως «χαρούμενος», «λυπημένος», «έκπληκτος», «μπερδεμένος» και άλλα. Στη συνέχεια οι πρόσφυγες θα επιλέξουν κάποιες εικόνες ή σύμβολα για να δείξουν τα συναισθήματά τους. Τα προσωπάκια «Smiley», τα οποία χρησιμοποιούνται πολύ σε μηνύματα SMS, προσφέρουν μια καλή ευκαιρία για να εισάγετε την ιδέα της συναισθηματικής έκφρασης.

Για παράδειγμα:


- μοιράστε μερικές εικόνες (από αποκόμματα περιοδικών, εφημερίδων, διαδικτύου, κ.λπ.) που δείχνουν πρόσωπα με εκφράσεις ικανοποίησης, χαράς και λύπης και ζητήστε από τους πρόσφυγες να αντιστοιχίσουν τις εικόνες με το κατάλληλο προσωπάκι ή την κατάλληλη λέξη.
- ζητήστε από τους πρόσφυγες να διαλέξουν κι άλλες εικόνες, για να δείξουν αυτά τα συναισθήματα.
- μπορούν όλοι να βοηθούν με επεξηγήσεις, παντομίμα ή χρήση κοινών γλωσσών για την αποσαφήνιση των λέξεων, που ίσως ορισμένοι δεν έχουν καταλάβει ή αναγνωρίσει.
- στη συνέχεια οι πρόσφυγες εξασκούνται περισσότερο, χωρισμένοι σε ζευγάρια, παίρνοντας καρτέλες με τυχαία σειρά, λέγοντας τη λέξη και δείχνοντας την αντίστοιχη άποψη ή συναίσθημα.
- ορισμένα άτομα της ομάδας μπορεί να είναι σε θέση να φτιάξουν απλές προτάσεις (*Είμαι χαρούμενος. Είναι λυπημένη*).

### Η μη λεκτική έκφραση συναισθημάτων


Οι πρόσφυγες που έρχονται για πρώτη φορά σε επαφή με τη γλώσσα-στόχο, την οποία ίσως δυσκολεύονται να μάθουν, μπορούν εύκολα να αποκλειστούν από την ομάδα γλωσσικής υποστήριξης, ενώ οι υπόλοιποι θα σημειώνουν πρόοδο στη μάθησή τους. Γι' αυτό θα πρέπει να εμπλέκετε και αυτούς τους πρόσφυγες, ρωτώντας τους πώς νιώθουν για την όλη διαδικασία. Για παράδειγμα, χρησιμοποιήστε

μια καρτέλα που να δείχνει «ένα ερωτηματικό», ίσως λατινικό (?), για να είναι πιο αναγνωρίσιμο, και δείξτε τη στον πρόσφυγα. Εκφράστε την ερώτησή σας με παντομίμα και δείξτε τα δικά σας συναισθήματα στην εικόνα της καρτέλας - ευχαρίστηση ή κούραση ή ζέστη κ.λπ. Έπειτα δώστε στον πρόσφυγα να καταλάβει ότι θα θέλατε να διαλέξει κι εκείνος μια καρτέλα για να σας εκφράσει τα δικά του συναισθήματα.

## 1. Έκφραση ευχαρίστησης και χαράς

Αυτό είναι υπέροχο Χαίρομαι για σένα Φανταστικό		χαρούμενος
---	---	------------

## 2. Έκφραση λύπης

Είμαι λυπημένος / δυσαρεστημένος Άσχημα τα νέα		λυπημένος
---	--	-----------

Παραδείγματα με προσωπάκια που εκφράζουν διάφορα συναισθήματα:



φόβος



έκπληξη



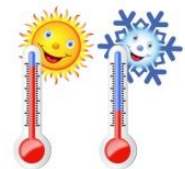
κούραση



θυμός



σύγχυση



ζέστη / κρύο

## Πού μπορείτε να βρίσκετε εικόνες/φωτογραφίες

Τα περιοδικά, οι εφημερίδες (κυρίως αθλητικές φωτογραφίες), τα κόμικς και το διαδίκτυο είναι εξαιρετικές πηγές για άντληση εικόνων και φωτογραφιών που δείχνουν αισθήματα ή συναισθήματα. Όταν σερφάρετε στο διαδίκτυο, ψάξτε για «εκφραστικά πρόσωπα». Μην ξεχνάτε να ελέγχετε τους όρους που αφορούν τα πνευματικά δικαιώματα πριν φωτοτυπήσετε οποιαδήποτε φωτογραφία για να τη χρησιμοποιήσετε στις δραστηριότητές σας με τους πρόσφυγες.

## Πού μπορείτε να βρείτε περισσότερες εκφράσεις

Στο Εργαλείο 33 [Χρήσιμες εκφράσεις για την καθημερινή επικοινωνία](#) θα βρείτε μια καλή συλλογή χρήσιμων εκφράσεων.