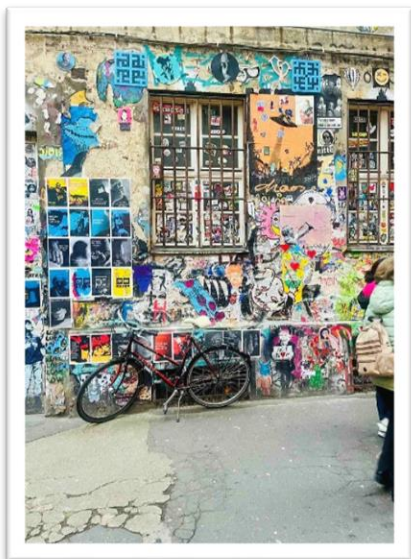


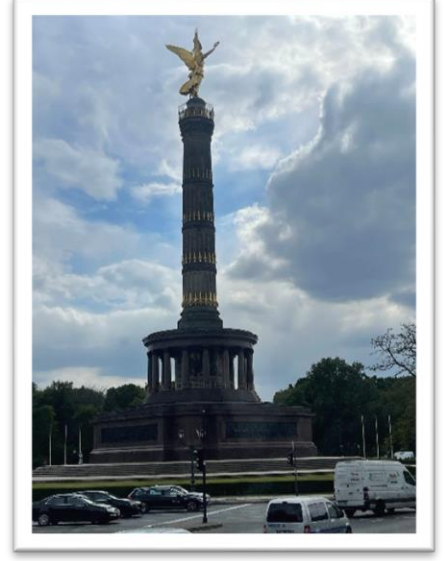
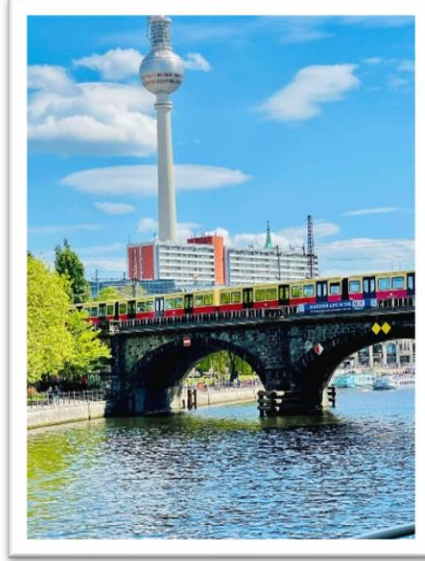
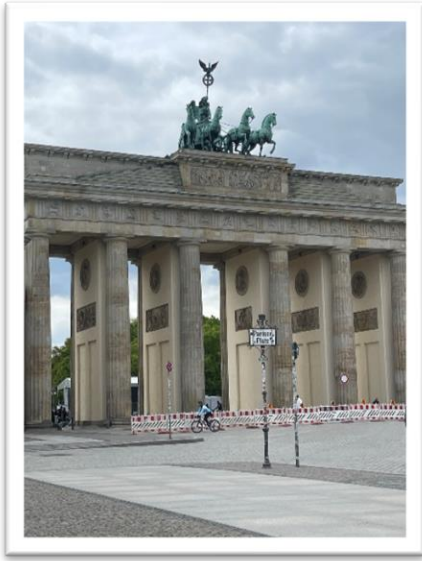
Mindfulness for Teachers: a Hands on approach: Βερολίνο, Γερμανία

Η Χριστιάνα Αχιλλέως επισκέφθηκε τη Γερμανία και συγκεκριμένα το Βερολίνο για να παρακολουθήσει το εκπαιδευτικό σεμινάριο «Ενσυναίσθηση για Δασκάλους: Πρακτικές εφαρμογές».

Το Βερολίνο είναι η πρωτεύουσα της Γερμανίας με πληθυσμό περίπου 3,6 εκατομμύρια κατοίκων. Είναι η μεγαλύτερη σε έκταση και πληθυσμό πόλη της Γερμανίας. Ως προς τον πληθυσμό είναι η μεγαλύτερη πόλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Πρόκειται για μια πολυπολιτισμική πόλη, αφού σύμφωνα με την απογραφή του 2020, περίπου το 20,7% των κατοίκων ήταν ξένης εθνικότητας, προερχόμενοι από 190 διαφορετικές χώρες. Οι μεγαλύτερες εθνικές ομάδες στο Βερολίνο προέρχονται σε φθίνουσα σειρά από την Τουρκία, την Πολωνία, τη Συρία, την Ιταλία, τη Βουλγαρία, τη Ρωσία, τη Ρουμανία, τις ΗΠΑ, τη Σερβία και τη Γαλλία.



Πρόκειται για μια πόλη με μακραίωνη ιστορία, που τοποθετείται σε μεγάλο βαθμό κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου πολέμου. Έχει πολλά αξιοθέατα και αρχαιολογικούς χώρους. Ανάμεσα στα πιο σημαντικά είναι το «Μουσείο του τρόμου», το Μνημείο των Εβραίων και το «Τείχος του Βερολίνου». Αξίζει, επίσης, κάποιος να επισκεφθεί το κτήριο της Γερμανικής Βουλής και την Πύλη του Βρανδεμβούργου. Ο επισκέπτης, μπορεί να απολαύσει τις βόλτες του στα καταπράσινα πάρκα που κοσμούν την πόλη, μια βαρκάδα στον ποταμό Σπρεε και να επισκεφθεί πληθώρα μουσείων και γκαλερί.



Εκτός της κυπριακής συμμετοχής, το σεμινάριο παρακολούθησαν σύνεδροι από την Ελλάδα, την Ισπανία, τη Γαλλία, την Πολωνία, τη Σλοβακία, τη Φινλανδία. Κατά τη διάρκεια του σεμιναρίου αναλύθηκε σε βάθος η έννοια της ενσυναίσθησης, όπως επίσης και οι πυλώνες που τη διέπουν.

Καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να αλληλεπιδράσουν μεταξύ τους, μέσω διαφόρων πρακτικών προσεγγίσεων, με σκοπό την ανάπτυξη της συναισθηματικής τους νοημοσύνης, μέσω της αποδοχής και της εμπιστοσύνης. Οι εν λόγω πρακτικές εφαρμογές μπορούν να χρησιμοποιηθούν, τόσο σε επίπεδο σχολικής μονάδας για την κατανόηση των αναγκών των εκπαιδευτικών, όσο και σε επίπεδο τάξης για την εξομάλυνση των σχέσεων των παιδιών και την αποδοχή τους, ακολουθώντας μια παιγνιώδη μορφή.

