



SHELDON

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

“Αγαπητέ/ή μαθητή/τρια

Είναι πολύ ευχάριστο που δέχτηκες να μου μιλήσεις

Θέλουμε να διερευνήσουμε / μάθουμε / κατανοήσουμε τι είδους δυσκολίες υπάρχουν στη ζωή των μαθητών στο σχολείο και πώς είναι αυτές, τι κάνει τη ζωή των μαθητών καλύτερη, πώς αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες και τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους για όλα αυτά. Θα θέλαμε επίσης να μάθουμε τις σκέψεις τους για το μέλλον τους. Χρειαζόμαστε όλες αυτές τις πληροφορίες γιατί θέλουμε τη γνώμη των μαθητών, έτσι ώστε να μπορέσουμε να κάνουμε καλύτερα τα πράγματα στο σχολείο για τους μαθητές.

Η συζήτησή μας θα είναι εμπιστευτική, πράγμα που σημαίνει ότι κανείς δεν θα ξέρει τι έχει μοιραστεί μαζί μου. Θυμήσου ότι δεν χρειάζεται να μιλήσεις για εκείνα τα πράγματα που δεν θέλεις να μιλήσεις.

Θα ήθελες να βοηθήσεις;

Ευχαριστώ πολύ. Έχεις ερωτήσεις;

Θα διαρκέσει περίπου 45 λεπτά. Κατά τη διάρκεια της συζήτησής μας θα πραγματοποιήσω μια ηχογράφιση, ώστε να μην χάσω τις σημαντικές πληροφορίες που θα δώσεις. Συμφωνείς να ηχογραφηθεί; Θα σου δείξω επίσης κάτι σε ένα φύλλο χαρτιού (σε έναν υπολογιστή).

Πριν σε ρωτήσω για τις δυσκολίες και για το τι κάνει τα πράγματα καλύτερα, θα ήθελα να σε γνωρίσω λίγο. Είναι εντάξει αν ρωτήσω κάποια πράγματα για σένα, για τα πράγματα που σε κάνουν ευτυχισμένο/η και σε ενδιαφέρουν για παράδειγμα, για να μπορώ να σε γνωρίσω λίγο; Μπορείς επίσης να ζητήσεις πληροφορίες και για μένα, αν θέλεις, για να γνωρίσεις περισσότερα πράγματα για μένα. ”*

** Οι προηγούμενες προτάσεις είναι μια ιδιαίτερη εισαγωγή που θα βοηθήσει τον ερευνητή να εισαγάγει τις ερωτήσεις της ομάδας 1 (θετικές ερωτήσεις ταυτότητας.) Εάν δεν κάνουμε αυτή την εισαγωγή, μπορεί να υπάρχει κίνδυνος οι ερωτώμενοι - αν και οι ερωτήσεις είναι θετικές - να μην κατανοήσουν το πεδίο εφαρμογής τους και έτσι να μην αισθανθούν εμπιστοσύνη για τη συνέντευξη)**

1. ΘΕΤΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ

Πες μου για την πιο **ευτυχισμένη ημέρα** ή γεγονός στη ζωή σου. Τι είχε συμβεί? Πότε? Πώς αισθάνθηκες εκείνη τη στιγμή;

Τώρα, πες μου 3 πράγματα που σε κάνουν να **αισθάνεσαι χαρούμενος**;

Ποια είναι μερικά από τα πράγματα που σου **αρέσει να κάνεις**;

Ποια είναι τα πράγματα που σε **ενδιαφέρουν**;

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Ποια είναι μερικά από τα πράγματα στα οποία είσαι **καλός**;
Πες μου 3 πράγματα που **σου αρέσουν στον εαυτό σου**;
Πες μου 3 πράγματα που **αγαπούν οι γονείς σου σε σένα**;
Εάν έχεις αδελφό / αδελφή, πες μου 3 πράγματα **για σένα που αρέσουν στον αδελφό / αδελφή σου**;
Πες μου 3 πράγματα **για σένα που αρέσουν στους φίλους σου**;
Πες μου 3 πράγματα **για σένα που αρέσουν στους δασκάλους σου**;
Ποια είναι τα πράγματα που σε κάνουν να αισθάνεσαι **περήφανος για τον εαυτό σου**;
Ποιες είναι μερικές από τις **ικανότητές σου** που σου αρέσουν περισσότερο;

Ποιος είναι ο **αγαπημένος σου χαρακτήρας** (από κινούμενα σχέδια, βιβλία, επιστήμες, ταινίες) ή το αγαπημένο σου κατοικίδιο ζώο ή ζώο γενικά; Γιατί σου αρέσει? Τι σου αρέσει σε αυτό; Ποιες είναι οι ιδιότητες αυτού του χαρακτήρα;
Τι θα **άρεσε σ' αυτόν τον χαρακτήρα από σένα**, αν είχε την ευκαιρία να σε γνωρίσει;

2. ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Τι **σου αρέσει** περισσότερο στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που **δεν σου αρέσουν** στο σχολείο;

Ποιες είναι οι **δυσκολίες** που βρίσκεις / έχεις στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **λυπημένος** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να **αγχώνεσαι** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **ένοχος** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **ανήσυχος** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **θυμωμένος** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να νιώθεις **απελπισμένος / αβοήθητος** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι ότι **δεν έχεις νόημα** στο σχολείο;

Ποια είναι τα πράγματα που μερικές φορές μπορεί να σε κάνουν να **δυσκολεύεσαι να μάθεις** στο σχολείο;
Ποια είναι τα πράγματα που μερικές φορές σε κάνουν να **δυσκολεύεσαι να παρακολουθήσεις** στο σχολείο;
Τι κάνεις όταν έχεις κάποια δύσκολα συναισθήματα στο σχολείο; Πώς **βοηθάς τον εαυτό σου**;
Ποιος και πώς **σε βοηθούν οι άλλοι** στο σχολείο;
Τι **λένε οι γονείς σου** όταν μοιράζεσαι μαζί τους τις δυσκολίες στο σχολείο;
Τι **κάνουν οι γονείς σου** όταν μοιράζεσαι μαζί τους τις δυσκολίες στο σχολείο;

Αν μπορούσες να **ξοδέψεις χρόνο** στο σχολείο **όπως θέλεις**, πως θα το έκανες;
Θα προτιμούσες να **μαθαίνεις στο σπίτι μέσω ίντερνετ** ή να πηγαίνεις στο σχολείο; Τι σε κάνει να το πιστεύεις;
Φαντάσου ότι πηγαίνεις **στο καλύτερο σχολείο** στη χώρα: με ποιον τρόπο θα ήταν καλύτερο;

3. ΔΥΝΑΤΑ ΣΗΜΕΙΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Πες μου για την **καλύτερη μέρα** ή γεγονός στο σχολείο. Τι είχε συμβεί; Πότε; Πώς αισθάνθηκες εκείνη τη στιγμή;
Τι είναι αυτό που σε **ελκύει** και σε κάνει να πηγαίνεις στο σχολείο;
Ποια είναι μερικά από τα πράγματα που **σου αρέσει να κάνεις στο σχολείο**;



Ποια είναι μερικά από τα πράγματα που είσαι **καλός** (ικανός) στο σχολείο;

Ποιες χρήσιμες **γνώσεις** έχεις πάρει από το σχολείο;

Ποιες χρήσιμες **δεξιότητες** έχεις αναπτύξει στο σχολείο;

Πώς μπορεί το σχολείο να σε βοηθήσει να **βελτιώσεις** τις δεξιότητές σου;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι **ενδιαφέρον και ενθουσιασμό** όταν είσαι στο σχολείο;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι **χαρούμενος** όταν είσαι στο σχολείο;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι ότι μπορείς να **δρας ανεξάρτητα** στο σχολείο;

Τι σε κάνει να νιώθεις ότι **αγαπάς** στο σχολείο;

Τι σε κάνει να νιώθεις **ευγνώμων** για το σχολείο;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι ότι η μάθηση έχει **νόημα**;

Τι πιστεύεις ότι **εκτιμούν σε σένα οι δάσκαλοι** στο σχολείο;

Τι νομίζεις ότι **εκτιμούν σε σένα οι συμμαθητές** σου στο σχολείο;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με τον εαυτό σου** στο σχολείο;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με τους δασκάλους σου** στο σχολείο;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με τους συμμαθητές σου** στο σχολείο;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με το σχολείο σου**;

Τι σε κάνει να νιώθεις **περήφανος** για τον εαυτό σου στο σχολείο;

Πώς θα **ενθάρρυνες** κάποιον άλλο να συνεχίσει να μαθαίνει και να παρακολουθεί το σχολείο;

Πες μου 3 πράγματα που θα πρότεινες σε κάποιον που σκέφτεται ότι η παρακολούθηση του σχολείου και η συνέχιση της μάθησης δεν είναι χρήσιμη; **Απόδειξε** ότι η συνέχιση της μάθησης και η παρακολούθηση του σχολείου είναι χρήσιμη για τη ζωή.

4. ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

Ποια είναι τα πράγματα που σου **αρέσουν** στα μαθήματα;

Υπάρχουν άλλα πράγματα που σου αρέσουν στα μαθήματα;

Ποια είναι τα πράγματα που **σε δυσκολεύουν** στα μαθήματα;

Εάν το πρόβλημα ήταν ένα ζώο ή κάποιο είδος **χαρακτήρα** (από κινούμενα σχέδια, βιβλία, επιστήμες, ταινίες κ.λπ.), ποιος πιστεύεις ότι θα ήταν; Τι σε κάνει να το πιστεύεις;

Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **λυπημένος** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **άγχος** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **ένοχος** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **ανήσυχος** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να αισθάνεσαι **θυμωμένος** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι τα πράγματα που μπορούν να σε κάνουν να νιώθεις **απελπισμένος / αβοήθητος** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι μερικά πράγματα που μερικές φορές θα μπορούσαν να **δυσκολέψουν τη μάθηση** κατά τη

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι μερικά πράγματα που μερικές φορές **δυσκολεύουν τη συμμετοχή** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι **λένε οι καθηγητές σου** όταν αντιμετωπίζεις δυσκολίες κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι **κάνουν οι καθηγητές σου** όταν αντιμετωπίζεις δυσκολίες στα μαθήματα;

Ποιος και **πώς σε βοηθούν οι άλλοι** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σου δίνει **ενέργεια για να αντιμετωπίσεις** τις δυσκολίες κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

5. ΔΥΝΑΤΑ ΣΗΜΕΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

Μίλησε μου για το **πιο ενδιαφέρον και συναρπαστικό** μάθημα. Ποιο ήταν το θέμα; Τι έχει συμβεί; Πότε;

Πώς αισθάνθηκες εκείνη τη στιγμή;

Ποια είναι τα πράγματα που σου **αρέσει να κάνεις** σε κάθε μάθημα;

Ποια είναι τα πράγματα στα οποία **είσαι καλός** (ικανός) κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποιες χρήσιμες **γνώσεις** μπορείς να αποκτήσεις κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποιες χρήσιμες **δεξιότητες** μπορείς να αναπτύξεις κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Πώς μπορούν τα μαθήματα να σε βοηθήσουν να **βελτιώσεις** τις δεξιότητές σου;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι **ενδιαφέρον και ενθουσιασμένος** σε κάθε μάθημα;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι **χαρούμενος** σε κάθε μάθημα;

Τι σε κάνει να νιώθεις ότι **δρας ανεξάρτητα** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σε κάνει να νιώθεις **αγαπητός** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σε κάνει να αισθάνεσαι **ευγνώμων** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι πιστεύεις ότι οι **εκπαιδευτικοί εκτιμούν** σε σένα κατά τη διάρκεια ενός μαθήματος;

Τι πιστεύεις ότι **οι συμμαθητές σου εκτιμούν** σε σένα κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με τον εαυτό σου** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με τους δασκάλους σου** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σου αρέσει περισσότερο **σχετικά με τους συμμαθητές σου** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Τι σε κάνει να νιώθεις **περήφανος** για τον εαυτό σου κατά τη διάρκεια των μαθημάτων;

Ποια είναι μερικά από τα πράγματα που κάνουν **ενδιαφέροντα** τα μαθήματα;

Ποια είναι μερικά από τα πράγματα που κάνουν τα μαθήματα **να έχουν νόημα**;

Ποια είναι μερικά από τα πράγματα που κάνουν τα μαθήματα **ευχάριστα**;

Εάν **μπορούσες να κάνεις αυτό που θέλεις** κατά τη διάρκεια των μαθημάτων, τι θα ήταν αυτό;

Αν είχες τη δυνατότητα να μαθαίνεις ανεξάρτητα (στο σπίτι) και να μην συμμετέχεις στις δραστηριότητες της τάξης, θα το έκανες αυτό; Τι σε κάνει να το πιστεύεις; Γιατί θα προτιμούσες αυτό;

6. ΣΚΕΨΕΙΣ > ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ > ΠΡΑΞΕΙΣ ΚΑΙ ΑΛΛΕΣ ΕΠΙΤΠΩΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

Τι **σκέφτεσαι** όταν έρχονται οι Δυσκολίες;

Τι **νιώθεις** όταν σκέφτεσαι έτσι;

Τι **κάνεις** όταν σκέφτεσαι έτσι;

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Τι **σκέφτεσαι για τον εαυτό** σου όταν συμβαίνει αυτό;> Πώς αισθάνεσαι όταν αυτές οι σκέψεις προκύπτουν;> Τι κάνεις τότε;
Τι πιστεύεις ότι οι **δάσκαλοί σου σκέφτονται** όταν συμβαίνουν όλα αυτά;> Πώς αισθάνεσαι όταν δημιουργούνται αυτές οι σκέψεις;> Τι κάνεις τότε;
Τι νομίζεις ότι **σκέφτονται οι συμμαθητές** σου όταν συμβαίνουν όλα αυτά; > Πώς αισθάνεσαι όταν αυτές οι σκέψεις εμφανίζονται;> Τι κάνεις τότε;
Τι νομίζεις ότι **σκέφτεται ο καλύτερος σου φίλος** όταν συμβαίνουν όλα αυτά;> Πώς αισθάνεσαι όταν προκύπτουν αυτές οι σκέψεις;> Τι κάνεις τότε;
Τι **κάνουν οι καθηγητές σου** όταν συμβαίνουν όλα αυτά;> Πώς αισθάνεσαι τότε;> Ποιες είναι οι συνέπειες στις σχέσεις σας;
Τι **κάνουν οι συμμαθητές σου** όταν συμβαίνουν όλα αυτά;> Πώς αισθάνεσαι τότε;> Ποιες είναι οι συνέπειες στις σχέσεις σας;
Τι **κάνει ο καλύτερος σου φίλος** όταν συμβαίνουν όλα αυτά;> Πώς αισθάνεσαι τότε;> Ποιες είναι οι συνέπειες στις σχέσεις σας;

Ποια είναι τα σημαντικά πράγματα στη ζωή που η Δυσκολία / ίες θα μπορούσε να σου στερήσει / να σου κλέψει;

Τι σε κάνει να **υποφέρεις περισσότερο** όταν όλα αυτά συμβαίνουν;

Τι σε κάνει πιο **ανθεκτικό** όταν συμβαίνουν όλα αυτά;

Τι θα σε **βοηθούσε** όταν όλα αυτά συμβαίνουν;

Τι θα **έλεγες στον καλύτερό σου φίλο** εάν ήταν σε αυτή την κατάσταση;

Τι θα **πρότεινες να κάνει ο καλύτερος σου φίλος**, αν ήταν αυτός (αυτή) σε αυτή την κατάσταση;

7. «ΛΑΜΠΕΡΕΣ» ΣΤΙΓΜΕΣ

Πες μου μία περίπτωση (περίσταση) κατά την οποία πρόλαβες ή **αντιμετώπισες** επιτυχώς τις δυσκολίες; Τι είχε συμβεί; Πότε;

Τι **έκανες** και βοήθησε; Πώς το έκανες; Πώς **κατάφερες να το κάνεις**;

Πώς **αισθάνθηκες** όταν το αντιμετώπισες;

Τι **σκεφτόσουν** για τον εαυτό σου όταν το αντιμετώπισες;

Ποια ήταν τα πράγματα που σε έκαναν να νιώθεις **περήφανος** για τον εαυτό σου;

Τι **έκαναν** και βοήθησαν **οι άλλοι**;

Εάν ο αγαπημένος σου **χαρακτήρας** * ήταν εκεί για να σε **υποστηρίξει**, πώς θα μπορούσε να βοηθήσει;

Πώς θα σου μιλούσε ο αγαπημένος σου χαρακτήρας; Ποια θα είναι τα λόγια υποστήριξης του;

8. ΣΚΕΨΕΙΣ > ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ > ΠΡΑΞΕΙΣ ΣΤΙΣ «ΛΑΜΠΕΡΕΣ» ΣΤΙΓΜΕΣ

Τι **σκέψεις** σε έχουν βοηθήσει ή σε βοηθούν να τα βγάλεις πέρα; Πες μου κάθε **χρήσιμη** σκέψη μία προς μία.

Πώς σε κάνει να **αισθάνεσαι** κάθε **χρήσιμη** σκέψη;

Πώς σε κάνει να **συμπεριφέρεσαι** κάθε **χρήσιμη** σκέψη;

Είχες ποτέ χρήσιμες και μη χρήσιμες σκέψεις στην ίδια κατάσταση; Πες μου μια μη χρήσιμη σκέψη.

Πώς σε κάνει να **αισθάνεσαι** η **μη χρήσιμη** σκέψη;

Πώς σε κάνει να **συμπεριφέρεσαι** η **μη χρήσιμη** σκέψη;

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Με ποιους τρόπους **διαφέρουν** οι χρήσιμες και οι μη χρήσιμες σκέψεις; Ποιος είναι ο αντίκτυπός τους;

9. ΝΟΗΜΑ ΤΩΝ «ΛΑΜΠΕΡΩΝ ΣΤΙΓΜΩΝ»

Εάν αντιμετώπισες επιτυχώς τις δυσκολίες στο παρελθόν, **τι λέει αυτό για εσένα;**

Ποιες είναι οι **ικανότητες** και τα δυνατά σου σημεία, που μπορείς να εφαρμόσεις στη ζωή σου;

Τι **θα έλεγες** για ένα άτομο που αντιμετώπισε τις δυσκολίες όπως εσύ;

Τι **λένε οι άλλοι** για τις ικανότητες που έχεις; Σχετικά με το είδος του ατόμου που είστε;

10. ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΔΥΝΑΤΟ ΠΑΡΟΝ

Πες μου για το **καλύτερο δυνατό παρόν που θα μπορούσες να έχεις**. Φαντάσου ότι όλα τα όνειρά σου έγιναν πραγματικότητα σε ένα δευτερόλεπτο! Η ζωή είναι ακριβώς όπως ήθελες να είναι! Τι είναι διαφορετικό **στη ζωή** σου όταν συμβαίνει αυτό;

Ποια είναι τα πράγματα που είναι διαφορετικά **στο σπίτι** με το καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα πράγματα που διαφέρουν **στο σχολείο** με το καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα πράγματα που είναι διαφορετικά στις σχέσεις σου **με τους γονείς σου ή μεταξύ των γονέων** στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα πράγματα που είναι διαφορετικά στις σχέσεις σου **με τους εκπαιδευτικούς** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα πράγματα που είναι διαφορετικά στις σχέσεις σου **με τους συμμαθητές** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα πράγματα που είναι διαφορετικά στις **δεξιότητες** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα πράγματα που είναι διαφορετικά στις **ικανότητές** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι τα διαφορετικά πράγματα που αφορούν τα **συναίσθηματά** και τη **διάθεση** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά τις **σκέψεις** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά τις **συμπεριφορές** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά την **απόδοση** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά την **αυτονομία** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά τις **σχέσεις** και τους **φίλους** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που διαφέρουν σε σχέση με τα **υπάρχοντά** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά διαφορετικά πράγματα όσον αφορά τα **γεύματα** με το καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά διαφορετικά πράγματα σχετικά με τον **ύπνο** στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά την **ξεκούραση** και την **χαλάρωση** στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά την **ερωτική σου ζωή** στο καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που διαφέρουν σε σχέση με την **υγεία** σου με το καλύτερο δυνατό παρόν;

Ποια είναι μερικά πράγματα που είναι διαφορετικά όσον αφορά τις **συνήθειες** σου στο καλύτερο δυνατό παρόν;

11. ΣΗΜΕΙΟ ΕΛΕΓΧΟΥ

Άσκηση έκθεσης (χαρτί, υπολογιστής, tablet):

Αρχή της ιστορίας:

Την Ημέρα-Μήνα-Χρόνο (σημερινή ημερομηνία) στις XX μ.μ. (ΑΜ) (ακριβής χρόνος της παρούσας στιγμής) ο / η X (το όνομά σας) συμμετείχε στη συνέντευξη και απάντησε σε πολλές ερωτήσεις σχετικά με τη ζωή. Εκείνη την περίοδο, πολλές ανάγκες του περίμεναν ακόμη να καλυφθούν (δεν είχαν ακόμη καλυφθεί).

ΕΔΩ, ΠΑΡΑΚΑΛΩ, ΑΦΗΣΕ ΚΕΝΟ ΧΩΡΟ.

Τέλος της ιστορίας:

Τελικά όλες οι επιθυμίες του /της X (εσύ) έγιναν πραγματικότητα και μπορούσε τελικά να ζήσει ευτυχισμένα και χαρούμενα.

Τώρα, στο κενό χώρο απαντήστε σε αυτή την ερώτηση: **ΤΙ ΣΥΝΕΒΗ ΑΝΑΜΕΣΑ;** - ξεκινώντας από την ημέρα που οι ανάγκες δεν πληρούνται ακόμη και τελειώνοντας με την ημέρα που μπορείτε να απολαύσετε τη ζωή στο μέγιστο;

12. ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

Πες μου περισσότερα για το **καλύτερο δυνατό μέλλον σου**.

Τι **κάνεις** στο καλύτερο δυνατό μέλλον;

Περιγράψε τι **κάνεις στο σχολείο** στο καλύτερο δυνατό μέλλον σου; Τι είναι διαφορετικό;

Περιγράψε τι **κάνεις στο σπίτι** σου στο καλύτερο δυνατό μέλλον; Τι είναι διαφορετικό;

Περιγράψε ποιες είναι οι σχέσεις σου με τους **συμμαθητές / φίλους** σου; Τι είναι διαφορετικό;

Περιγράψε ποιες είναι οι σχέσεις σου με τους **γονείς** σου; Τι είναι διαφορετικό;

Περιγράψε ποιες είναι οι σχέσεις σου με τους **δασκάλους** σου; Τι είναι διαφορετικό;

Περιγράψε ποια **δυνατά σου σημεία** θα μπορούσαν να σε βοηθήσουν να επιτύχεις όλα τα καλά πράγματα που θέλεις;

1 χρόνο μετά, τι θέλεις να έχει **αλλάξει**;

5 χρόνια μετά, τι θέλεις να έχεις **επιτύχει**;

10 χρόνια από τώρα, τι θέλεις να έχεις **επιτύχει**; Πες μου για το έργο / τις σπουδές σου, την καθημερινή ζωή, την οικογένεια, το σπίτι, τους φίλους σου, το μισθό.

Περιγράψε **πώς έχεις επιτύχει** όλα αυτά τα καλά πράγματα;

Θα ήθελες να **συνεχίσεις** να έχεις αυτά τα αποτελέσματα;

Τι θα **μπορούσες να κάνεις** για να πάρεις τα πράγματα που θέλεις;

Πώς μπορούν **οι άλλοι να βοηθήσουν** (δάσκαλοι, γονείς, συμμαθητές) για να πάρεις ό, τι θέλεις;

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Αν ο αγαπημένος σου **χαρακτήρας** * είναι εκεί για να σε υποστηρίξει, πώς θα βοηθήσει; Πώς θα σου μιλήσει ο αγαπημένος σου χαρακτήρας *; Ποια θα είναι τα λόγια του;

13. ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΓΙΑ ΣΕΝΑ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ

Υπάρχουν και άλλα παιδιά, στα οποία πήρα συνέντευξη για τη ζωή τους στο σχολείο και για δυσκολίες παρόμοιες με τις δικές σου. Ποιο **μήνυμα** θα ήθελες να τους δώσεις; Ποια νομίζεις ότι θα ήταν μια **καλή συμβουλή** για αυτούς έτσι ώστε να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες, όπως τη Δυσκολία / Δυσκολίες * τις οποίες αντιμετωπίζεις εσύ;

Είναι εντάξει να τους πω για τη συμβουλή σου και το μήνυμά σου; Θα ήθελες να χρησιμοποιώ το όνομά σου όταν μιλάω για τις ιδέες σου ή να μην χρησιμοποιήσω κανένα όνομα;

14. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ

Πώς **σου φάνηκε** η συνέντευξη; Πώς αισθάνεσαι τώρα;

Ποιο ήταν το **πιο ενδιαφέρον** και **χρήσιμο**; Πώς βοήθησε;
Ποιο μέρος ήταν το **λιγότερο χρήσιμο**; Τι το έκανε δύσκολο;

Ποια είναι τα **πράγματα** για τα οποία **θα ήθελες να μιλήσεις** αλλά δεν τα ρώτησα; Θα μπορούσαμε να συναντηθούμε ξανά αν θέλω να διευκρινίσω κάποια πράγματα;

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΠΟΛΥ ΓΙΑ ΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΟΥ!