

## ΦΥΛΛΑΔΙΟ

### Στοχαστικές δεξιότητες

### Δραστηριότητα

<b>Οδηγίες:</b> Για κάθε δήλωση σχετικά με την πολιτισμική σας συνείδηση, τις γνώσεις και τις δεξιότητές σας, επιλέξτε τη δήλωση στη στήλη που αντιπροσωπεύει τη γνώμη σας για τις ικανότητές σας. Θα είστε ο μόνος που θα δει τις απαντήσεις σας, εκτός αν αποφασίσετε να τις μοιραστείτε με κάποιον άλλο. Να είστε ειλικρινείς.		<b>Ποτέ</b>	<b>Μερικές φορές/περιστασιακά</b>	<b>Αρκετά συχνά/Καλά</b>	<b>Πάντα/Πολύ καλά</b>
<b>Εκτίμηση της διαφορετικότητας</b>	Βλέπω την ανθρώπινη διαφορά ως θετική και ως αιτία για γιορτή.				
<b>Γνωρίζω τον εαυτό μου</b>	Έχω σαφή αίσθηση της δικής μου εθνικής, πολιτιστικής και φυλετικής ταυτότητας.				
<b>Μοιράζομαι τον πολιτισμό μου</b>	Γνωρίζω ότι για να μάθω περισσότερα για τους άλλους πρέπει να κατανοήσω και να είμαι έτοιμος να μοιραστώ τη δική μου κουλτούρα.				
<b>Γνωρίζω τις περιοχές δυσφορίας/δυσανασχέτησης</b>	Έχω επίγνωση της δυσφορίας μου όταν συναντώ διαφορές στη φυλή, το χρώμα, τη θρησκεία, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, τη γλώσσα και την εθνικότητα.				
<b>Ελέγχω τις αντιλήψεις μου</b>	Γνωρίζω τις αντιλήψεις που έχω για τους ανθρώπους των πολιτισμών που είναι διαφορετικοί από τους δικούς μου.				
<b>Αμφισβητώ τα στερεότυπά μου</b>	Γνωρίζω τα στερεότυπά μου καθώς προκύπτουν και έχω αναπτύξει προσωπικές στρατηγικές για τη μείωση της βλάβης που προκαλούν.				

<b>Αναλογίζομαι πώς η κουλτούρα μου διαμορφώνει την κρίση μου</b>	Γνωρίζω πώς η πολιτισμική μου σκοπιά επηρεάζει την κρίση μου σχετικά με το ποιες είναι «κατάλληλες», «φυσιολογικές» ή «ανώτερες» συμπεριφορές, αξίες και στυλ επικοινωνίας.				
<b>Αποδέχομαι την ασάφεια</b>	Δέχομαι ότι σε διασταυρούμενες πολιτισμικές καταστάσεις μπορεί να υπάρχει αβεβαιότητα και ότι η αβεβαιότητα μπορεί να με κάνει ανήσυχο. Μπορεί επίσης να σημαίνει ότι δεν απαντώ.				
<b>Είμαι περίεργος</b>	Εκμεταλλεύομαι κάθε ευκαιρία για να βάλω τον εαυτό μου σε θέσεις όπου μπορώ να μάθω για τη διαφορετικότητα και να οικοδομήσω σχέσεις.				
<b>Έχω επίγνωση του προνομίου μου εάν είμαι λευκός</b>	Αν είμαι λευκός που εργάζεται με ένα έγχρωμο πρόσωπο, καταλαβαίνω ότι πιθανότατα θα με εκλάβουν ως άτομο με εξουσία και φυλετικά προνόμια και ότι μπορεί να μην με θεωρούν «αμερόληπτο» ή σύμμαχο.				
<b>Προσαρμογή σε διαφορετικές καταστάσεις</b>	Αναπτύσσω τρόπους για να αλληλεπιδρώ με σεβασμό και αποτελεσματικότητα με άτομα και ομάδες.				
<b>Αμφισβήτηση της μεροληπτικής ή/και ρατσιστικής συμπεριφοράς</b>	Μπορώ να παρέμβω αποτελεσματικά όταν παρατηρώ άλλους να συμπεριφέρονται με ρατσιστικό ή/και μεροληπτικό τρόπο.				
<b>Επικοινωνία μεταξύ των πολιτισμών</b>	Μπορώ να προσαρμόσω το στυλ επικοινωνίας μου για να επικοινωνώ αποτελεσματικά με ανθρώπους που επικοινωνούν με τρόπους που είναι διαφορετικοί από τους δικούς μου.				

<b>Αναζητώ καταστάσεις για να διευρύνω τις δεξιότητές μου</b>	Αναζητώ άτομα που με προκαλούν να διατηρήσω και να αυξήσω τις διαπολιτισμικές δεξιότητες που έχω.				
<b>Ασχολούμαι/εμπλέκομαι</b>	Συμμετέχω ενεργά σε πρωτοβουλίες, μικρές ή μεγάλες, που προωθούν την κατανόηση μεταξύ των μελών διαφορετικών ομάδων.				
<b>Ενεργώ με σεβασμό σε διαπολιτισμικές καταστάσεις</b>	Μπορώ να ενεργήσω με τρόπους που επιδεικνύουν σεβασμό για τον πολιτισμό και τις πεποιθήσεις των άλλων.				
<b>Λειτουργώ ως σύμμαχος</b>	Οι συνάδελφοί μου που είναι μετανάστες ή έγχρωμοι με θεωρούν σύμμαχο και γνωρίζουν ότι θα τους στηρίξω με πολιτισμικά κατάλληλους τρόπους.				
<b>Είμαι προσαρμοστικός</b>	Γνωρίζω και χρησιμοποιώ μια ποικιλία δεξιοτήτων οικοδόμησης σχέσεων για να δημιουργήσω συνδέσεις με ανθρώπους που είναι διαφορετικοί από μένα.				
<b>Κάνω χρήση των social media με ευαισθησία</b>	Πρέπει να μάθω νέες ικανότητες για να χρησιμοποιώ τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και να επικοινωνώ με ευαισθησία σε διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα.				
<b>Είμαι ευέλικτος</b>	Εργάζομαι σκληρά για να κατανοήσω τις προοπτικές των άλλων και να συμβουλευτώ τους διάφορους συναδέλφους μου σχετικά με πολιτισμικά σεβαστά και κατάλληλα βήματα δράσης.				
<b>Κερδίζω από τα λάθη μου</b>	Θα κάνω λάθη και θα μάθω από αυτά.				
<b>Αξιολογώ τα όρια των γνώσεων μου</b>	Θα αναγνωρίσω ότι οι γνώσεις μου για ορισμένες πολιτιστικές ομάδες είναι περιορισμένες και θα δεσμευτώ να				

	δημιουργήσω ευκαιρίες για να μάθω περισσότερα.				
<b>Κάνω ερωτήσεις</b>	Θα ακούσω πραγματικά τις απαντήσεις πριν κάνω μια άλλη ερώτηση.				
<b>Αναγνωρίζω τη σημασία της διαφοράς</b>	Γνωρίζω ότι οι διαφορές στο χρώμα, τον πολιτισμό, την εθνικότητα κ.λπ. είναι σημαντικά μέρη της ταυτότητας ενός ατόμου που εκτιμούν και το ίδιο και εγώ. Δεν θα κρυφτώ πίσω από τον ισχυρισμό της «ίσης αντιμετώπισης ανεξαρτήτως χρώματος».				
<b>Δέσμευση για δια βίου μάθηση</b>	Αναγνωρίζω ότι η απόκτηση πολιτισμικής ικανότητας συνεπάγεται δέσμευση για μάθηση κατά τη διάρκεια μιας ζωής.				
<b>Κατανοώ τις επιπτώσεις του ρατσισμού, του σεξισμού, της ομοφοβίας. . .</b>	Αναγνωρίζω ότι οι στερεότυπες συμπεριφορές και οι μεροληπτικές ενέργειες μπορούν να απανθρωπούν, ακόμη και να ενθαρρύνουν τη βία κατά ατόμων λόγω της συμμετοχής τους σε ομάδες που διαφέρουν από εμένα. Αυτό θα μπορούσε να συμβεί στο διαδίκτυο αλλά και στον εκτός σύνδεσης κόσμο.				
<b>Γνωρίζω τους περιορισμούς μου</b>	Εξακολουθώ να αναπτύσσω την ικανότητά μου να αξιολογώ τομείς στους οποίους υπάρχουν κενά στις γνώσεις μου.				
Όσο περισσότερους βαθμούς έχετε, τόσο πιο ικανοί πολιτισμικά γίνεστε.		1 βαθμός	2 βαθμοί	3 βαθμοί	4 βαθμοί
<p>Ο σκοπός της κλίμακας αξιολόγησης είναι να σας βοηθήσει να αξιολογήσετε τα δυνατά σας σημεία και τους τομείς για βελτίωση κατά τη διάρκεια του ταξιδιού σας προς την πολιτισμική επάρκεια. Λάβετε υπόψη ότι η πολιτισμική ικανότητα είναι μια συνεχής και δια βίου διαδικασία μάθησης. Μέγιστοι βαθμοί: 108</p>					



Coping Strategies Against Information Disorder



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Προσαρμόστηκε από: πολιτιστική ικανότητα-αυτοαξιολόγηση-κατάλογος ελέγχου.pdf