



Διδάσκουσα: Δρ. Μόσχου Δ. Καλλιόπη

- Γνωριμία
- Δέσιμο της ομάδας
- Εισαγωγή
- Γνωριμία με το μάθημα: **Ψυχολογία των Ομάδων**
- **1: Εισαγωγή στην Ψυχολογία των Ομάδων**
- Βασικές Έννοιες

❖ *Οι προσδοκίες σας από το μάθημα*

Οι παράγοντες που δένουν τα μέλη μιας ομάδας

- ✓ Οι κοινές εμπειρίες στην ομάδα για κάποιο σχετικά μεγάλο χρονικό διάστημα.
- ✓ Η ανάπτυξη σχέσεων μεταξύ των μελών.
- ✓ Η περηφάνια για την ομάδα και η ικανοποίηση από τη συμμετοχή.
- ✓ Η ανάπτυξη μιας κοινής γλώσσας.
- ✓ Η ανάπτυξη της έννοιας της ευθύνης και της υποχρέωσης.
- ✓ Η θετική ανατροφοδότηση που δέχεται ένα μέλος από άλλα.

- 
- ✓ Η φυσική εγγύτητα με τους άλλους, γεγονός που αυξάνει τις αλληλεπιδράσεις.
 - ✓ Η αναγνώριση κοινών ενδιαφερόντων και σκοπών.
 - ✓ Η ιδέα ότι η ομάδα προσφέρει ασφάλεια από εξωτερικές απειλές.
 - ✓ Η οικειότητα των μελών μιας μικρής ομάδας.
 - ✓ Η ύπαρξη ενός αποτελεσματικού προτύπου επικοινωνίας.
 - ✓ Η αντίληψη ότι η ομάδα είναι αποτελεσματική -ότι λειτουργεί.
 - ✓ Το ιδιαίτερο νόημα που προσδίδουν τα μέλη στην ομάδα.

Douglas, T. (1997). Η επιβίωση στις ομάδες. Εκδ. Ελλ. Γράμματα, Αθήνα.



Δηλώσεις: «Με λένε... και, εάν κυβερνούσα τον κόσμο, θα...».

Παρουσιάστε τον εαυτό σας κ περιγράψτε με λεπτομέρειες τις ιδανικές –
τέλειες διακοπές των ονείρων σας.

Μετρώ μέχρι το 20. Ξεκινήστε να μετράτε όλοι φωναχτά μέχρι το 4 και μετά
από μέσα σας μέχρι το 19 και πείτε το 20 φωναχτά. Προσπαθήστε να
συμπέσετε!

- **Κατανόηση βασικών θεωριών & μοντέλων ψυχολογίας ομάδων**

Μαθαίνουμε τις βασικές ιδέες και θεωρίες που εξηγούν γιατί οι ομάδες λειτουργούν όπως λειτουργούν.

- **Εστίαση στη λειτουργία, ανάπτυξη & δυναμική ομάδων**

Βλέπουμε πώς φτιάχνεται μια ομάδα, πώς εξελίσσεται με τον χρόνο και τι δυνάμεις την κρατούν ενωμένη ή τη δυσκολεύουν.

- **Μελέτη αλληλεπιδράσεων, ρόλων & συναισθημάτων στις ομάδες**

Εξετάζουμε πώς επικοινωνούν τα μέλη μεταξύ τους, ποιοι ρόλοι εμφανίζονται (π.χ. ο αρχηγός, ο υποστηρικτικός) και πώς τα συναισθήματα επηρεάζουν τη συνεργασία.



Μαθησιακά Αποτελέσματα

Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, θα μπορείτε να:

- Εξηγείτε πώς οι ομάδες επηρεάζουν την αντίληψη & συμπεριφορά
- Αναγνωρίζετε φάσεις ζωής μιας ομάδας
- Διακρίνετε συναισθήματα μέσα σε ομάδες
- Συγκρίνετε ατομική vs. συλλογική λήψη αποφάσεων
- Εφαρμόζετε θεωρίες σε εκπαίδευση, εργασία, συμβουλευτική, διοίκηση
- Δουλέψετε σε ρόλο «εμπυχωτή» ομάδας



Τι είναι ομάδα;

- **Ορισμός:** Σύνολο ατόμων που αλληλεπιδρούν με κοινό στόχο, ταυτότητα ή συμφέροντα
- Κύρια χαρακτηριστικά:
 - Αλληλεπίδραση
 - Κοινοί στόχοι
 - Κανόνες & ρόλοι
 - Αίσθημα του «ανήκειν»



Γιατί μελετάμε τις ομάδες;

- Οι ομάδες επηρεάζουν την προσωπικότητα & τη συμπεριφορά
- Καθορίζουν κοινωνικούς κανόνες & ταυτότητα
- Χώροι λήψης αποφάσεων & επίλυσης προβλημάτων
- Καίρια σημασία σε εργασία, εκπαίδευση, κοινωνία



Βασικές Έννοιες

- **Ομαδική δυναμική:** οι αλληλεπιδράσεις & διαδικασίες που συμβαίνουν εντός ομάδας
- **Συνοχή:** δύναμη που κρατά τα μέλη ενωμένα
- **Ρόλοι:** λειτουργικές θέσεις/καθήκοντα των μελών
- **Κανόνες:** γραπτοί ή άγραφοι κανόνες συμπεριφοράς

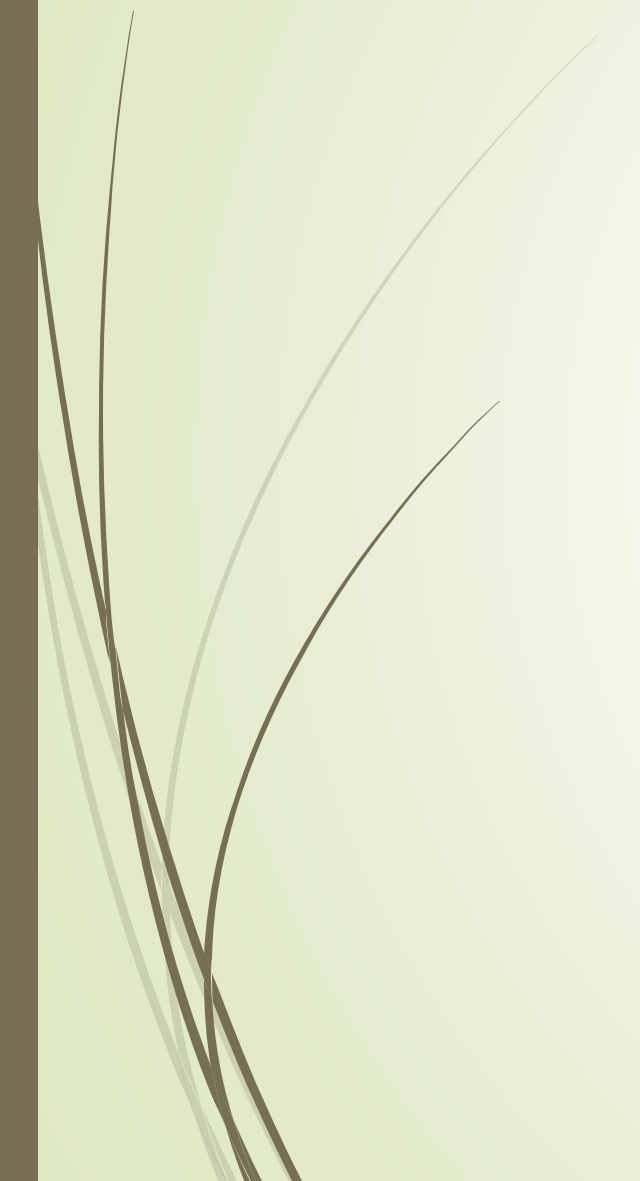


Τύποι Ομάδων

- **Τυπικές vs. Άτυπες** (π.χ. ομάδα εργασίας vs. παρέα φίλων)
- **Πρωτογενείς** (οικογένεια, στενοί φίλοι) vs. **Δευτερογενείς** (συνεργάτες, επαγγελματικές ενώσεις)
- **Μικρές vs. Μεγάλες** ομάδες
- **Διαδικτυακές/εικονικές** ομάδες (σημαντικές στο σήμερα)



Σκεφτείτε:

- Σε ποιες ομάδες ανήκετε;
 - Πώς σας επηρεάζουν;
 - Τι κοινό έχουν και τι διαφορές;
- 



Άσκηση αναστοχασμού – «Η καλύτερη ομάδα που συμμετείχα»

•**Δραστηριότητα:** Ατομικά, γράφετε για μια θετική εμπειρία από μια ομάδα (π.χ. σχολείο, αθλητισμός, εργασία).

•**Feedback:** Τι έκανε αυτή την ομάδα «καλή».
Συλλογή λέξεων στον πίνακα (π.χ. συνεργασία, εμπιστοσύνη, επικοινωνία).

Έτσι φαίνεται η σημασία των συναισθημάτων και της αλληλεπίδρασης.



Βασική Προτεινόμενη Βιβλιογραφία

«Εγχειρίδιο Κοινωνικής Ψυχολογίας: Διεργασίες Ομάδας» των **Hogg, A. Michael & Tindale, S.**,
επιμέλεια Παπαστυλιανού Αντωνία, μετάφραση
Κουλεντιανού Μαργαρίτα.



H/W:

Αυτοπαρουσίαση: Σε μία παράγραφο ετοίμασε μια περιγραφή του εαυτού σου: εξωτερική εμφάνιση, ενδιαφέροντα, ταλέντα, φιλοδοξίες...

Παρουσίασε τον εαυτό σου στην ομάδα με ένα ύφος που θα κάνει όλους να θέλουν να γίνουν φίλοι σου / να σε γνωρίσουν καλύτερα.

Μπορείς να ετοιμάσεις και μια ηλεκτρονική αυτοπαρουσίαση με φωτογραφίες και ό,τι άλλο σε εκφράζει.