FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Σκεφτείτε μια στιγμή που κάποιος σας έδωσε ελπίδα ή δύναμη.

Κάθε συμμετέχων μοιράζεται μία σύντομη θετική ανάμνηση (περίπου 5 λεπτά ο καθένας).

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι, ωστόσο, μόνο του/των συγγραφέα/ων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Εκτελεστικού Οργανισμού Ευρωπαϊκής Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη γι' αυτές. Το παρόν έργο διατίθεται με άδεια CC BY-SA 4.0.

Αυτό το έργο διατίθεται με άδεια CC BY-SA 4.0. Για να δείτε ένα αντίγραφο αυτής της άδειας, επισκεφθείτε τη διεύθυνση https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

Μονοπάτια κινήτρων

Τι βοηθά τους ανθρώπους να αισθάνονται πιο δυνατοί;

συνομιλία με άλλους, χόμπι

κίνηση

ομάδες υποστήριξης, εθελοντισμός

μικροί στόχοι

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Αλυσίδα Κινήτρων

Μερικές φορές μια καλή κουβέντα μπορεί να δώσει σε κάποιον δύναμη για μια ολόκληρη μέρα.

Κάθε συμμετέχων δίνει ένα σύντομο θετικό μήνυμα στο άτομο που βρίσκεται δίπλα του.

Κάτι που παρατήρησαν κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης

Μια θετική ιδιότητα που εκτιμούν

Ενθάρρυνση για το μέλλον

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Αλυσίδα Κινήτρων

Αρχικά σημεία προτάσεων:

Εκτιμώ το πόσο ανοιχτά μοιραστήκατε σήμερα.

Παρατήρησα το θάρρος σου σήμερα.

Μου αρέσει το πόσο στοχαστικός/ή είσαι.

Φέρνεις ηρεμία στην ομάδα.

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Αλυσίδα Κινήτρων

Ενθάρρυνση:

Είσαι πιο δυνατός από όσο νομίζεις.

Η φωνή σου έχει σημασία.

Έχετε ήδη διανύσει πολύ δρόμο.

Μικρά βήματα είναι αρκετά.

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Αλυσίδα Κινήτρων

Ανήκοντας:

Δεν είσαι μόνος/η.

Οι άλλοι μπορούν να καταλάβουν τι νιώθεις.

Είναι καλό που είσαι εδώ.

Μπορούμε να στηρίξουμε ο ένας τον άλλον.