

Δημιουργική Γραφή

Στοχευμένες μεταγνωστικές δεξιότητες: αναστοχασμός, αυτογνωσία

Πότε να το χρησιμοποιήσετε

- Όταν πρέπει να γράψετε μια σύντομη ιστορία
- Όταν θέλετε να κατανοήσετε τα συναισθήματα ή τις σκέψεις σας
- Όταν θέλετε να εξερευνήσετε προβλήματα με έναν νέο τρόπο.

Τι θα κάνετε

Θα γράψετε μια σύντομη ιστορία.

Μπορεί να διαδραματίζεται σε έναν πραγματικό ή σε έναν φανταστικό κόσμο.

Η ιστορία μπορεί να αφορά τον εαυτό σου, μια κατάσταση που έχεις ζήσει ή να είναι εντελώς φανταστική.

Για να σας βοηθήσει να γράψετε την ιστορία σας, θα βρείτε ένα πρότυπο στην επόμενη σελίδα.

Αρχικά, θα συμπληρώσετε τα κενά στα πρότυπα.

Στη συνέχεια, θα γράψετε ολόκληρη την ιστορία σας.

Τι χρειάζεστε

- Το πρότυπο δημιουργικής γραφής
- Ένα μολύβι και ένα τετράδιο

Πώς να το χρησιμοποιήσετε

1. Διαβάστε κάθε βήμα.
2. Γράψτε την απάντησή σας στις γραμμές.
3. Μόλις συμπληρώσετε όλες τις πληροφορίες, μπορείτε να αρχίσετε να γράφετε την ιστορία σας. Δεν θα πρέπει να είναι μεγάλη- μπορείτε να γράφετε μία πρόταση ανά βήμα.

Αναστοχασμός της σκέψης σας

Τώρα που ολοκληρώσατε τη συγγραφή της ιστορίας σας, απαντήστε στις παρακάτω σύντομες ερωτήσεις:

- Τι ήταν διασκεδαστικό ή εύκολο να γράψετε;

- Ποιο μέρος ήταν δύσκολο ή περίπλοκο;

- Σας θύμισε η ιστορία του χαρακτήρα σας κάτι από τη ζωή σας;

- Τι μάθατε για το πώς σκέφτεστε ή αισθάνεστε;

Πρότυπο δημιουργικής γραφής

Για κάθε βήμα, συμπληρώστε το κενό με μία από τις προτεινόμενες απαντήσεις, ή συμπληρώστε με τις δικές σας.

1

Επιλέξτε μια επιλογή:

Πού διαδραματίζεται η ιστορία σας;
Στο δάσος - Σε ένα κάστρο - Στο διάστημα -
Στο σχολείο :

.....



2

Διαλέξτε τον χαρακτήρα σας:

Ποιος είναι ο κύριος χαρακτήρας σας;
Ένας φοιτητής - Ένας επιστήμονας - Ένας
αστροναύτης - Ένας εξερευνητής - Ο εαυτός
σας:

.....



Προσθέστε ένα συναίσθημα:

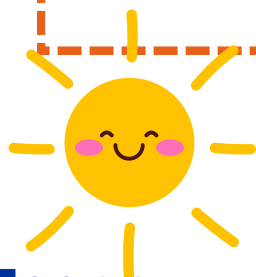
3

Ο χαρακτήρας σας πρέπει να αισθάνεται κάτι ενώ
αντιμετωπίζει μια πρόκληση.

Επιλέξτε ένα:

Ανησυχία - Σύγχυση - Περηφάνια

.....



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.
Code project: 2023-1-FR01-KA220-SCH-000158225

 **CogniQuest**

4

Προσθέστε μια πρόκληση:

Γιατί ο χαρακτήρας σας αισθάνεται αυτό το συναίσθημα; Τι μπορεί να το προκαλέσει;
 Κάτι πήγε στραβά
 Έκαναν ένα λάθος
 Χάθηκαν
 Η ιδέα σας:

.....

5

Τι κάνει ο χαρακτήρας σας όταν τα κατάσταση δυσκολεύει;

- Ρωτήστε τον εαυτό σας: «Τι γνωρίζω ήδη;»
- Ζητήστε βοήθεια
- Κάντε ένα σύντομο διάλειμμα
- Δοκιμάστε έναν διαφορετικό τρόπο
- Ελέγξτε για λάθη
- Η συμβουλή σας:



6

Τελειώστε με μια διαπίστωση

Στο τέλος της ιστορίας, ο χαρακτήρας σας μαθαίνει κάτι σχετικά με τη σκέψη ή τα συναισθήματα:

«Τα λάθη με βοήθησαν».

«Μπορώ να παραμείνω ήρεμος σε δύσκολες στιγμές».

«Το να ζητάς βοήθεια είναι εντάξει».

«Βήμα προς βήμα κάνει τα πράγματα πιο εύκολα».

Η δική σας ιδέα:

.....



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.
 Code project: 2023-1-FR01-KA220-SCH-000158225

 CogniQuest



Μην ξεχάσετε να συμπεριλάβετε όλα τα στοιχεία από το βήμα 1 έως 6 στην ιστορία σας.

