

# Επιμορφωτικές ανάγκες και σύγχρονες μέθοδοι επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών

**Δρ. Παναγιώτης Α. Θεοδωρόπουλος**  
Σχολικός Σύμβουλος ΠΕ03  
[e-mail@p-theodoropoulos.gr](mailto:e-mail@p-theodoropoulos.gr)

## Εισαγωγή

Είναι αναμφισβήτητο ότι η ποιότητα στην εκπαίδευση είναι στενά συνδεδεμένη με το έργο και την προσωπικότητα των εκπαιδευτικών. Συνεπώς, η προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη των εκπαιδευτικών αποτελεί σημαντική παράμετρο για την ποιοτική βελτίωση της εκπαίδευσης. Βασικός παράγοντας της επαγγελματικής και προσωπικής ανάπτυξης των εκπαιδευτικών είναι η επιμόρφωσή τους με προγράμματα που στοχεύουν στη βαθύτερη γνώση των μαθημάτων που διδάσκουν ή στην ενημέρωση σε θέματα διδακτικού και παιδαγωγικού ενδιαφέροντος. Επιδίωξη μιας επιμόρφωσης είναι να μπορούν οι εκπαιδευτικοί να στοχάζονται κριτικά σχετικά με το σχολικό περιβάλλον, τη διδασκαλία και τις παιδαγωγικές πρακτικές που προσδιορίζουν την εκπαιδευτική πράξη.

Δυο βασικοί παράγοντες για την επιτυχία ενός επιμορφωτικού προγράμματος εκπαιδευτικών με ορατά αποτελέσματα στην τάξη είναι η επιλογή του θέματος ή των θεμάτων και η μέθοδος που θα ακολουθηθεί για την επιμόρφωση. Η επιλογή των θεμάτων πρέπει να γίνεται σύμφωνα με τις επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών, οι οποίες θα ανιχνεύονται από κάποιον φορέα ή από τον οικείο σχολικό σύμβουλο που θα έχει κατά κύριο λόγο και την ευθύνη της επιμόρφωσης. Σχετικά με την μέθοδο πρέπει να αναφέρουμε ότι η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών έχει τα χαρακτηριστικά της επιμόρφωσης ενηλίκων, τα οποία θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη. Στην παρούσα εργασία αρχικά επισημαίνονται οι σπουδαιότερες επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών καθώς και διάφοροι τρόποι ανίχνευσής τους και στη συνέχεια, αφού γίνει μια γενική αναφορά στα χαρακτηριστικά της επιμόρφωσης των ενηλίκων, περιγράφονται οι σύγχρονες μέθοδοι επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών.

## Επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών

Πολλές φορές οι σχεδιαστές προγραμμάτων επιμόρφωσης εκπαιδευτικών δεν λαμβάνουν υπόψη τους τις επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών με συνέπεια το ενδιαφέρον των εκπαιδευτικών για τις επιμορφώσεις αυτές να είναι μειωμένο, αλλά και να μην υπάρχει το προσδοκώμενο αποτέλεσμα για όσους παρακολουθούν τέτοια προγράμματα. Γι' αυτό επιβάλλεται να γίνεται ανίχνευση των επιμορφωτικών αναγκών των εκπαιδευτικών με διάφορους τρόπους, όπως με τη συμπλήρωση ερωτηματολογίων, με προσωπικές συνεντεύξεις και συζητήσεις, με την παρατήρηση, δηλαδή

με την προσωπική διαπίστωση του σχολικού συμβούλου καθώς και με την ανάλυση γραπτών κειμένων τους (διαγωνίσματα, σχέδια μαθήματος, εκθέσεις, φύλλα εργασίας κλπ.). Θα πρέπει να ακούγονται και να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη οι επιθυμίες των εκπαιδευτικών για κάποιες θεματικές ενότητες επιμόρφωσης, οι οποίες ασφαλώς θα τους ενδιαφέρουν και θα σχετίζονται με το εκπαιδευτικό τους έργο.

Οι επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών μπορεί να σχετίζονται και με την βασική τους εκπαίδευση, δηλαδή έρχονται να καλύψουν τα κενά της πανεπιστημιακής εκπαίδευσης. Αυτό είναι περισσότερο έντονο στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση, διότι τα παιδαγωγικά στο πανεπιστήμιο διδάσκονται πολύ περιορισμένα με αποτέλεσμα οι νεοδιόριστοι εκπαιδευτικοί να μην είναι επαρκώς εκπαιδευμένοι για την αντιμετώπιση των προβλημάτων και των δυσκολιών που θα συναντήσουν. Η διδασκαλία δεν είναι μόνο θέμα γνώσεων, αλλά και θέμα μεθόδου και επικοινωνίας με τους μαθητές. Επίσης, οι προηγούμενες επιμορφώσεις των εκπαιδευτικών, η διδακτική τους εμπειρία, τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους καθώς και η αντίληψη που έχουν για τον ρόλο του εκπαιδευτικού είναι παράγοντες που καθορίζουν τις επιμορφωτικές τους ανάγκες και θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη από τους σχεδιαστές των προγραμμάτων επιμόρφωσης.

Οι εκπαιδευτικοί στην πορεία της σταδιοδρομίας τους είναι δυνατόν να αντιμετωπίσουν διάφορα προβλήματα στην άσκηση των παιδαγωγικών και διδακτικών καθηκόντων τους, όπως δυσκολία στη διδασκαλία νέων αντικειμένων, προβλήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις με συναδέλφους, με γονείς και με μαθητές, διάφορα προσωπικά προβλήματα, δυσκολίες στη διαχείριση της τάξης και άλλα για τα οποία θέλουν ειδική στήριξη και επιμόρφωση.

Οι επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών μπορούν να ομαδοποιηθούν και να ενταχθούν σε τρεις κυρίως κατηγορίες, που είναι:

- επιμορφωτικές ανάγκες που σχετίζονται με τη λειτουργία του θεσμού σε μια συγκεκριμένη πολιτισμική και τεχνολογική πραγματικότητα, όπως π.χ. η χρήση των διαδραστικών πινάκων στην εκπαίδευση,
- επιμορφωτικές ανάγκες που προκύπτουν από την εισαγωγή διαφόρων καινοτομιών στην εκπαίδευση, όπως π.χ. οι Βιωματικές Δράσεις στα γυμνάσια και τέλος
- επιμορφωτικές ανάγκες που σχετίζονται με την προσωπική και αναπτυξιακή πορεία των εκπαιδευτικών, όπως π.χ. η διεύρυνση γνώσεων και δεξιοτήτων και άλλες.

Ενδεικτικά αναφέρουμε μερικά ειδικά θέματα επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών ανά θεματική ενότητα:

#### A. Γνωστικά αντικείμενα

- Επιστημονικές εξελίξεις.
- Διεπιστημονικές και διακλαδικές συσχετίσεις.
- Επιστημολογικά εμπόδια στη μάθηση.

#### B. Διδακτική μεθοδολογία

- Νέες διδακτικές προσεγγίσεις (ομαδοσυνεργατική μάθηση, μέθοδος project, διερευνητική μάθηση, βιωματική μάθηση κλπ.).
- Οργάνωση μιας διδασκαλίας σύμφωνα με τις θεωρίες μάθησης.
- Αντιμετώπιση μαθησιακών προβλημάτων και δυσκολιών στην τάξη.
- Αξιοποίηση νέων τεχνολογιών στην εκπαίδευση.
- Νέες μορφές αξιολόγησης των μαθητών.

- Ανάπτυξη της κριτικής σκέψης των μαθητών.
- Παραγωγή διδακτικού υλικού.

#### Γ. Ψυχοπαιδαγωγική κατάρτιση

- Ψυχολογικό κλίμα στην τάξη.
- Αντιμετώπιση προβλημάτων συμπεριφοράς (επιθετικότητα, βία κλπ.).
- Ενσωμάτωση μαθητών με ειδικές ανάγκες.

#### Δ. Αναπτυξιακές ανάγκες των εκπαιδευτικών

- Ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους.
- Αντιμετώπιση του επαγγελματικού άγχους, της κόπωσης, της απογοήτευσης κλπ.
- Διεύρυνση των γνώσεων σε ορισμένους τομείς.
- Επικοινωνία και ανταλλαγή εμπειριών και απόψεων με συναδέλφους τους.
- Ανάπτυξη σύγχρονων διδακτικών πρακτικών και δεξιοτήτων.

«Τα επιμορφωτικά προγράμματα θα πρέπει να δίνουν τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες εκπαιδευτικούς να συνειδητοποιούν την προσωπική εκπαιδευτική τους θεωρία και συγχρόνως να τους αφήνουν περιθώρια εναλλακτικών θεωρήσεων και επαναπροσδιορισμού των επιλογών τους» (Ματσαγγούρας, 1996).

### **Μέθοδοι επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών**

«Τα ερευνητικά δεδομένα, οι θεωρητικές απόψεις και η συσσωρευμένη εμπειρία συγκλίνουν σε κάποια χαρακτηριστικά που φαίνεται ότι έχουν οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι» (Κόκκος, 2005).

Τα χαρακτηριστικά αυτά της επιμόρφωσης ενηλίκων θα πρέπει να τα λαμβάνει υπόψη του και όποιος σχεδιάζει επιμορφωτικά προγράμματα για εκπαιδευτικούς. Γι' αυτό λοιπόν, πριν παρουσιάσουμε τις σύγχρονες μεθόδους επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών, κρίνεται σκόπιμο να αναφέρουμε τα χαρακτηριστικά που έχουν οι ενήλικες εκπαιδευόμενοι, τα οποία είναι:

**Α. Οι ενήλικες είναι φορείς γνώσεων:** Κάθε ενήλικας επιμορφούμενος διαθέτει ένα σύνολο γνώσεων και εμπειριών που σε κάποιο βαθμό σχετίζονται με το θέμα της επιμόρφωσης. Θα πρέπει λοιπόν να του δίνεται η ευκαιρία να τις εκφράζει γιατί σε διαφορετική περίπτωση θα νομίσει ότι αγνοείται και απορρίπτεται. Επιπλέον, οι εμπειρίες και οι γνώσεις του είναι δυνατόν να αξιοποιηθούν για μια ουσιαστική και εποικοδομητική αλληλεπίδραση μεταξύ των επιμορφούμενων.

**Β. Οι ενήλικες επιζητούν ενεργό συμμετοχή στη διαδικασία:** Οι ενήλικες στην πλειονότητά τους επιζητούν ενεργό συμμετοχή στην επιμορφωτική διαδικασία προτιμώντας τα θέματα της επιμόρφωσης να σχετίζονται με τις ανάγκες τους. Δεν θέλουν να είναι παθητικοί ακροατές, ούτε ο εισηγητής να παρουσιάζεται ως αυθεντία με απόλυτες θέσεις. Αντίθετα, επιθυμούν οι εμπειρίες και οι απόψεις τους να γίνονται σεβαστές και να ακούγονται από τους επιμορφωτές.

**Γ. Οι ενήλικες προσλαμβάνουν την προτεινόμενη γνώση υπό το πρίσμα μιας προσωπικής επαγγελματικής θεώρησης:** Οι ενήλικες επιμορφούμενοι επιζητούν συνήθως πρακτικές γνώσεις που θα τους βοηθήσουν στις επαγγελματικές τους δραστηριότητες με απώτερο στόχο την επαγγελματική τους ανέλιξη.

**Δ. Οι ενήλικες αντιμετωπίζουν συχνά σοβαρά εμπόδια στη μαθησιακή και αναπτυξιακή τους προσπάθεια:** Οι ενήλικες που συμμετέχουν σε ένα επιμορφωτικό πρόγραμμα υπάρχει περίπτωση να αντιμετωπίζουν προσωπικά και οικογενειακά προβλήματα (εξωτερικά εμπόδια) ή και εσωτερικά εμπόδια, όπως άγχος, ανασφάλεια, φόβο κλπ. Παράλληλα με την επιμόρφωση πρέπει να ανταποκρίνονται και σε επαγγελματικές, οικογενειακές και κοινωνικές υποχρεώσεις και έτσι ίσως να μην μπορούν να προσηλωθούν στις επιμορφωτικές απαιτήσεις. Γι' αυτό, οι επιμορφωτές θα πρέπει να τους αντιμετωπίζουν με κατανόηση και ενσυναίσθηση και να τους βοηθούν στην υπέρβαση των προβλημάτων τους, είτε αυτά είναι εσωτερικά είτε εξωτερικά.

«Στην εκπαίδευση ενηλίκων οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται και υποστηρίζονται διεθνώς είναι εκείνες που ενθαρρύνουν την ανταλλαγή εμπειριών, τη συνεργασία, τη διερευνητική μάθηση, την ενεργό συμμετοχή και την ανάπτυξη κριτικού στοχασμού» (Κατσαρού, Δεδούλη, 2008).

Ως συμμετοχικές χαρακτηρίζονται οι μέθοδοι που προωθούν την αλληλεπίδραση μεταξύ επιμορφωτή και εκπαιδευομένων καθώς και την αλληλεπίδραση μεταξύ των επιμορφούμενων. Οι τεχνικές των σύγχρονων μεθόδων επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών οι οποίες ακολουθούν το πνεύμα αυτό περιγράφονται περιληπτικά παρακάτω:

### ***Εμπλουτισμένη Εισήγηση***

Η εισήγηση είναι ο πιο διαδεδομένος τρόπος μετάδοσης πληροφοριών. Για να είναι αποτελεσματική θα πρέπει να μην υπερβαίνει τα 15 – 20 λεπτά, να εμπλουτίζεται με οπτικοακουστικό υλικό και να κεντρίζει το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων. Ακόμη, θα πρέπει να ενθαρρύνονται οι παρευρισκόμενοι για συμμετοχή στη διαδικασία με ερωτήσεις, απαντήσεις και διεξαγωγή ενός εποικοδομητικού και γόνιμου διαλόγου.

### ***Επίδειξη***

Ο επιμορφωτής παρουσιάζει μία δραστηριότητα (π.χ. νέες τεχνολογίες στην εκπαίδευση, πειράματα φυσικής χημείας κλπ.). Στη συνέχεια οι επιμορφούμενοι ασκούνται στην δραστηριότητα αυτή συνήθως με τη φθίνουσα καθοδήγηση του επιμορφωτή.

### ***Παρακολούθηση διδασκαλιών***

Οι συμμετέχοντες παρακολουθούν μία δειγματική διδασκαλία που την πραγματοποιεί ο σχολικός σύμβουλος ή ένας έμπειρος εκπαιδευτικός. Στη συνέχεια ακολουθεί εποικοδομητική συζήτηση σχετικά με τον σχεδιασμό, την οργάνωση και την υλοποίηση της διδασκαλίας. Αναλύονται τα βασικά της μέρη και εξάγονται χρήσιμα συμπεράσματα.

Παραλλαγή της μεθόδου αυτής μπορεί να είναι η παρακολούθηση μιας διδασκαλίας μαγνητοσκοπημένης ή μέσω τηλεδιάσκεψης.

### ***Μικροδιδασκαλίες***

Κάθε επιμορφούμενος αναλαμβάνει την υλοποίηση μιας μικρής διδασκαλίας διάρκειας το πολύ 20 λεπτών και με θέμα της προσωπικής του επιλογής σε επίπεδο προσομοίωσης τάξης. Η διδασκαλία συζητιέται, αναλύεται, κρίνεται και αξιολογείται από τους επιμορφούμενους με σκοπό την ανατροφοδότηση αυτού που την πραγματοποίησε. Μπορεί να μαγνητοσκοπηθεί και να επαναληφθεί μετά από ένα χρονικό διάστημα για νέα ανατροφοδότηση.

### **Προσομοιωτικές διδασκαλίες**

Πραγματοποιούνται με τις προδιαγραφές μιας μικροδιδασκαλίας αλλά στο χρόνο μιας διδακτικής ώρας, οπότε οι εκπαιδευτικοί έχουν την ευχέρεια να οργανώσουν καλύτερα τις διδακτικές τους δραστηριότητες.

### **Εργαστήρια**

Στην επιμόρφωση των εκπαιδευτικών μπορούν να πραγματοποιηθούν ποικίλα εργαστήρια, όπως σχεδιασμού και οργάνωσης μιας διδασκαλίας, σύνταξης ενός σχεδίου διδασκαλίας ή ενός φύλλου εργασίας, βαθμολόγησης γραπτών, σύνταξης ενός διαγωνίσματος κλπ. που στοχεύουν στην αλληλεπίδραση και ανταλλαγή απόψεων μεταξύ των συμμετεχόντων.

### **Ομαδοσυνεργατική μέθοδος**

Η ομαδοσυνεργατική μάθηση χρησιμοποιείται πολύ στην εκπαίδευση ενηλίκων και φυσικά και στην επιμόρφωση των εκπαιδευτικών. Η ανταλλαγή απόψεων σε μια μικρή ομάδα μεταξύ των ατόμων ενισχύει τη συνοχή της ομάδας και καλλιεργεί διαπροσωπικές σχέσεις και αμοιβαία κατανόηση.

«Είναι γεγονός ότι οι εκπαιδευτικοί αναπτύσσονται επαγγελματικά όταν έχουν την δυνατότητα να πειραματίζονται να ερευνούν και να συνεργάζονται δημιουργικά με τους συναδέλφους τους μέσα σε κατάλληλο συναισθηματικό κλίμα που δημιουργεί η ομάδα.» (Κατσαρού, Δεδούλη, 2008).

### **Σχέδια εργασίας**

Η ανάπτυξη ενός σχεδίου εργασίας σε μια επιμορφωτική διαδικασία ακολουθεί τις φάσεις μια ερευνητικής διαδικασίας που είναι: η επιλογή του θέματος, ο προβληματισμός και η ανάπτυξη ερευνητικών ερωτημάτων, η δημιουργία ομάδων, η διερεύνηση, η παρουσίαση και τέλος ο αναστοχασμός και η ανατροφοδότηση.

Τα σχέδια εργασίας προσφέρουν ερευνητική εμπειρία στους εκπαιδευόμενους εκπαιδευτικούς και συνδέουν τη μάθηση με τα ενδιαφέροντά τους.

### **Μελέτη περίπτωσης**

Ο επιμορφωτής παρουσιάζει ένα περιστατικό (μία περίπτωση) που βρίσκεται κοντά στις επαγγελματικές δραστηριότητες των επιμορφούμενων και δίνει διευκρινήσεις και οδηγίες για τη μελέτη και τη διερεύνηση της περίπτωσης αυτής. Οι επιμορφούμενοι συνεργάζονται σε μικρές ομάδες και καταγράφουν τις απόψεις και τα συμπεράσματά τους. Οι απόψεις όλων των ομάδων παρουσιάζονται και συζητούνται στην ολομέλεια και καταβάλλεται προσπάθεια για μια δημιουργική σύνθεσή τους.

### **Βιωματικές ασκήσεις**

Προτείνονται μόνο από ψυχολόγους ή ειδικά εκπαιδευμένους επιμορφωτές και υλοποιούνται προγράμματα ευαισθητοποίησης των εκπαιδευτικών στις ανθρώπινες σχέσεις, προγράμματα συμβουλευτικής των εκπαιδευτικών, προγράμματα ενθάρρυνσης της δημιουργικής έκφρασης των ίδιων των εκπαιδευτικών και άλλα.

### **Παιχνίδι ρόλων**

Οι συμμετέχοντες στο παιχνίδι ρόλων υποδύονται ρόλους πάνω σε μια δεδομένη δραστηριότητα αναπαράγοντας μια κατάσταση της πραγματικής ζωής. Με το παιχνίδι

ρόλων τα άτομα αναπτύσσουν ενσυναίσθηση, δηλαδή μπαίνουν στη σκέψη και τα συναισθήματα των ατόμων που υποδύονται. Απαραίτητη προϋπόθεση για την επιτυχή έκβαση της τεχνικής αυτής είναι η εκδήλωση κλίματος εμπιστοσύνης μέσα στην ομάδα.

### **Καταγισμός ιδεών**

Ζητείται από τους επιμορφούμενους να εκφράσουν ελεύθερα τις σκέψεις και τις ιδέες τους σχετικά με ένα προτεινόμενο θέμα. Αφού καταγραφούν οι ιδέες αυτές, συζητούνται, σχολιάζονται και επιχειρείται μια σύνθεση όλων όσων εκφράστηκαν και συζητήθηκαν.

### **Εξ αποστάσεως επιμόρφωση**

Μία άλλη μορφή σύγχρονης μεθόδου επιμόρφωσης των εκπαιδευτικών πολύ διαδεδομένης είναι η εξ αποστάσεως επιμόρφωση στο πλαίσιο μιας ανοικτής εκπαίδευσης σε κάποιο εκπαιδευτικό ίδρυμα, η οποία συνήθως καταλήγει στην εκπόνηση μιας ερευνητικής εργασίας. Ο εκπαιδευτικός διαμορφώνει μόνος του το πρόγραμμα σύμφωνα με τους δικούς του ρυθμούς και χρόνους. Η επικοινωνία επιμορφωτή και επιμορφούμενου ή μεταξύ επιμορφούμενων για ανταλλαγή απόψεων, εμπειριών και σκέψεων διευκολύνεται με την βοήθεια του ηλεκτρονικού υπολογιστή (ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, ιστότοποι, τηλεδιασκέψεις, forum κλπ.) συνήθως χωρίς χρονικό περιορισμό. Η εξ αποστάσεως επιμόρφωση και η επικοινωνία μέσω των υπολογιστών δεν υποκαθιστά την δια ζώσης επικοινωνία. Είναι όμως μια μορφή επιμόρφωσης στο πλαίσιο της δια βίου μάθησης των εκπαιδευτικών και παρουσιάζει ξεχωριστό ενδιαφέρον.

### **Επίλογος**

Ανακεφαλαιώνοντας, αναφέρουμε ότι η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών είναι αναγκαία και επιβεβλημένη και αποβλέπει στην προσωπική και επαγγελματική στήριξη και ανάπτυξη των εκπαιδευτικών. Για την επιμόρφωση των εκπαιδευτικών πρέπει να λαμβάνονται υπόψη τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα της επιμόρφωσης των ενηλίκων. Τα επιμορφωτικά προγράμματα θα πρέπει να συνδέουν θεωρία και πράξη και να ανταποκρίνονται στις επιμορφωτικές ανάγκες των εκπαιδευτικών. Θα πρέπει να είναι καλά σχεδιασμένα και να υλοποιούνται με αξιόπιστο τρόπο από επιμορφωτές με επάρκεια, οι οποίοι θα επιλέγουν ανάλογα με τους στόχους της επιμορφωτικής ενότητας, τη βαθμίδα των εκπαιδευτικών, τις υποδομές και τις δυνατότητες την κατάλληλη μέθοδο και τεχνική. Η ενθάρρυνση της αναστοχαστικής διεργασίας, η δημιουργία κατάλληλου συναισθηματικού κλίματος και η ενεργός συμμετοχή των εκπαιδευόμενων θα πρέπει να είναι στις επιδιώξεις κάθε επιμορφωτή.

### **Βιβλιογραφία**

- [1] Κατσαρού, Ε. – Δεδούλη, Μ. (2008). *Επιμόρφωση και Αξιολόγηση στο χώρο της Εκπαίδευσης*. Αθήνα: Π.Ι.
- [2] Κόκκος, Α. (2005). *Εκπαίδευση ενηλίκων. Ανιχνεύοντας το πεδίο*. Αθήνα: Μεταίχμιο.
- [3] Ματσαγγούρας, Η. (1996). *Θεωρία της διδασκαλίας. Η προσωπική θεωρία ως πλαίσιο στοχαστικοκριτικής ανάλυσης*. Αθήνα: Συμμετρία.