

ΠΥΞΙΔΑ

ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΜΩΧΗΣ
ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΩΝ
ΕΚ ΤΩΝ ΕΤΕΡΩΝ ΤΗΣ ΕΤΕΡΗΣ
ΕΚ ΤΩΝ ΕΤΕΡΩΝ ΤΗΣ ΕΤΕΡΗΣ



Πρόγραμμα πρόληψης της επιθετικότητας
και του σχολικού εκφοβισμού
για την πρωτοβάθμια εκπαίδευση

ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ



2η ΑΝΑΘΕΩΡΗΜΕΝΗ ΕΚΔΟΣΗ
ΠΥΞΙΔΑ 2012



2η ΑΝΑΘΕΩΡΗΜΕΝΗ ΕΚΔΟΣΗ ΠΥΞΙΔΑ 2012

Επιμέλεια αναθεωρημένης έκδοσης:

Μαρία Κυριακίδου, Αναπληρώτρια Επιστημονικά Υπεύθυνη, σχολική ψυχολόγος, προσωποκεντρική σύμβουλος,

Συγγραφή κειμένων:

Μαρία Κυριακίδου, Αναπληρώτρια Επιστημονικά Υπεύθυνη, σχολική ψυχολόγος, προσωποκεντρική σύμβουλος, Κυριακή Φυλακτού, κοινωνική ανθρωπολόγος

Επιστημονικά Υπεύθυνη ΠΥΞΙΔΑΣ:

Μάρω Βασσάρα, κλινική ψυχολόγος, ψυχοθεραπεύτρια, σύμβουλος τοξικοεξάρτησης

Γραφιστική επιμέλεια:

Άννα Βλάσκου, κοινωνική επιμελήτρια

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

«Το σπίτι των παιδιών» είναι ένα εκπαιδευτικό υλικό για παιδιά δημοτικού. Επεξεργάζεται θέματα που συνδέονται με την παιδική επιθετικότητα και τον εκφοβισμό, καθώς και την πρόληψη τους. Το υλικό βασίζεται στη βιωματική προσέγγιση και χρησιμοποιεί δραστηριότητες ενεργητικής μάθησης, κατάλληλες για τα παιδιά αυτής της ηλικίας.

Προσπαθεί να προσφέρει ένα φανταστικό πλαίσιο «το σπίτι των παιδιών», στο οποίο τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία μέσα σε ένα κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας να επεξεργαστούν θέματα της καθημερινότητας τους.

«Το σπίτι των παιδιών» είναι ο κόσμος των παιδιών, εκεί όπου τα ίδια τα παιδιά είναι ελεύθερα να εκφραστούν, χωρίς την κριτική των ενηλίκων. Παράλληλα το σπίτι των παιδιών μπορεί να είναι και το σχολείο τους, εκεί που συναντιούνται μεταξύ τους, επικοινωνούν, παίζουν, καβγαδίζουν και κάποιες φορές πληγώνουν το ένα το άλλο.

Τα θέματα παρουσιάζουν μια ακολουθία, που δίνει τη δυνατότητα στα παιδιά να διερευνήσουν όλους εκείνους τους παράγοντες που συνδέονται με την επιθετικότητα και τον εκφοβισμό και να αναζητήσουν τρόπους αντιμετώπισης. Στις πρώτες ενότητες τα παιδιά εξοικειώνονται με τη διαδικασία και το πνεύμα του προγράμματος. Στη συνέχεια συζητούν για την επικοινωνία και τα συναισθήματα και αναζητούν τρόπους ουσιαστικής έκφρασης των συναισθημάτων, ιδιαίτερα του θυμού και του φόβου. Επεξεργάζονται το θέμα της επιθετικότητας που μπορεί να συναντούν στο σχολείο τους, αναζητώντας την προσωπική τους συμβολή και την ευθύνη τους στο σταμάτημα της. Μοιράζονται τις σκέψεις τους για συμπεριφορές και λόγια που τα πληγώνουν, τα προσβάλλουν, τα φοβίζουν και μαθαίνουν για το δικαίωμα τους να αρνηθούν να κάνουν κάτι που τα ενοχλεί ή τα κάνει να νιώθουν άσχημα. Κλείνοντας τα παιδιά μιλούν συνολικότερα για τα δικαιώματά τους και αποχαιρετούν το σπίτι των παιδιών κάνοντας παράλληλα μια αποτίμηση του προγράμματος.



Τα θέματα που περιγράφηκαν αναπτύσσονται σε μια σειρά 13 ενότητων, διάρκειας δύο διδακτικών ωρών η καθεμιά. Οι ενότητες είναι οι ακόλουθες:

Ενότητα 1: Γνωριζόμαστε με την ομάδα - Συμφωνούμε για τους όρους του παιχνιδιού

Ενότητα 2: Κατασκευάζοντας το σπίτι των παιδιών

Ενότητα 3: Φτιάχνοντας ένα σχολείο χωρίς επιθετικότητα

Ενότητα 4: Αναγνωρίζοντας & εκφράζοντας συναισθήματα «Το χαλί των συναισθημάτων»

Ενότητα 5: Εκφράζοντας το θυμό και την τσατίλα μας

Ενότητα 6: Λέξεις που πληγώνουν

Ενότητα 7: «Φοβάμαι και δεν είναι ντροπή! Όλοι φοβόμαστε»

Ενότητα 8: Επικοινωνία: «Ακούει κανείς;»

Ενότητα 9: Η επίσκεψη των ξένων

Ενότητα 10: Επιλύοντας τις διαφορές μας με τους άλλους - Αποφεύγοντας τις συγκρούσεις

Ενότητα 11: «Πράγματα που ζητούν από εμένα οι άλλοι και μ' ενοχλούν»

Ενότητα 12: Τα δικαιώματά των παιδιών

Ενότητα 13: Αποχαιρετώντας την ομάδα αξιολογώντας το πρόγραμμα



Το υλικό έχει τη δυνατότητα προσαρμογής ανάλογα με τις ανάγκες και τα χαρακτηριστικά της ομάδας, αλλά και τις ανάγκες και την εμπειρία του εκπαιδευτικού, γι αυτό και σε κάποιες ενότητες συμπεριλαμβάνονται εναλλακτικές δραστηριότητες.

Είναι απαραίτητο ο/η εκπαιδευτικός που θα το εφαρμόσει να έχει εκπαιδευτεί σχετικά και να έχει σταθερή εποπτεία από το Κέντρο Πρόληψης της περιοχής του, καθώς κατά τη διάρκεια του προγράμματος διακινούνται ευαίσθητα συναισθήματα στα παιδιά, αλλά και στον/ην ίδιο/α.

Ένα πρόγραμμα για την αντιμετώπιση της επιθετικότητας δεν υπόσχεται να εξαφανίσει την επιθετικότητα, ο στόχος είναι να βοηθήσει τα παιδιά να αναγνωρίσουν τις αντιλήψεις τους για την επιθετικότητα, να βρουν άλλους τρόπους έκφρασης των συναισθημάτων τους, να καλλιεργήσει την ενσυναίσθηση των παιδιών για τους άλλους και να εμπνεύσει μian ατμόσφαιρα ομαδικότητας και ενδιαφέροντος.

Το τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας αποτελεί μια αναθεωρημένη επανέκδοση προηγούμενης έκδοσης που βρήκε τη θερμή υποδοχή της σχολικής κοινότητας για 6 συνεχή έτη.

Η παρούσα έκδοση βελτιώνει τις ενότητες που απευθύνονται στα παιδιά και προσθέτει δραστηριότητες που απευθύνονται στους γονείς.

Το βασικό πρόγραμμα που αφορά στα παιδιά εμπλουτίζεται με μια επιπλέον ενότητα, που επεξεργάζεται το φόβο, συναίσθημα που συνδέεται άμεσα με τον εκφοβισμό και συχνά αποτελεί τροχοπέδη στην αντιμετώπιση του. Στο σύνολο του το υλικό αναθεωρείται σύμφωνα με τις παρατηρήσεις των δασκάλων που αξιοποίησαν το εγχειρίδιο όλα αυτά τα χρόνια και υλοποίησαν προγράμματα αγωγής υγείας στα σχολεία τους, προκειμένου να αποτελεί ένα πραγματικά εύχρηστο και βοηθητικό εργαλείο για τους/τις εκπαιδευτικούς.

Σημαντική αλλαγή σε αυτή την έκδοση είναι ο εμπλουτισμός του προγράμματος με μια σειρά 6 δραστηριοτήτων για γονείς. Οι δραστηριότητες αυτές επιδιώκουν την ευαισθητοποίηση των γονέων στο θέμα της πρόληψης της επιθετικότητας και του εκφοβισμού, καθώς και παραγόντων που συνδέονται με αυτά. Οι δραστηριότητες αυτές δίνουν επίσης μια θαυμάσια ευκαιρία για συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων μεταξύ των γονέων και των παιδιών σε θέματα που αφορούν στην ψυχική υγεία και στις διαπροσωπικές σχέσεις των παιδιών.

Οι δραστηριότητες για γονείς ακολουθούν την πορεία του προγράμματος και είναι οι εξής:

Ένα γράμμα (ενημερωτικό) για τους γονείς

Επιθετικότητα στο σχολείο μας: τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε

Το δικό μου χαλί συναισθημάτων

Επικοινωνία «Ακούει κανείς;»

Το μικρό βιβλίο «Δικαίωμα στο όχι»

Αποχαιρετώντας το σπίτι των παιδιών

Οι γονείς που έχουν από την αρχή του προγράμματος ενημερωθεί παίρνουν τις δραστηριότητες στο σπίτι, όπου και καλούνται να τις κάνουν στις περισσότερες περιπτώσεις παρέα με το παιδί τους.

Στην πρόληψη είναι πλέον αναγνωρισμένο πως η ενεργά υποστηρικτική εμπλοκή των γονέων σε ένα πρόγραμμα πρόληψης αυξάνει την αποτελεσματικότητα του στα παιδιά.

Παρά τις ιδιαίτερα ενθαρρυντικές κριτικές που έχει πάρει το συγκεκριμένο πρόγραμμα από παιδιά, γονείς, εκπαιδευτικούς και άλλους επαγγελματίες, η επιτυχία του εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη διάθεση του/της εκπαιδευτικού, αλλά και του σχολείου να το αξιοποιήσει στην κατεύθυνση της πρόληψης της επιθετικότητας και του εκφοβισμού. Καθώς η πρόληψη της επιθετικότητας και του εκφοβισμού στο σχολικό περιβάλλον δεν είναι μια ατομική υπόθεση, αλλά μια προσπάθεια που απαιτεί τη συστράτευση όλων των εμπλεκόμενων μερών της σχολικής κοινότητας, πρωτίστως των εκπαιδευτικών και των γονέων.



Γνωριζόμαστε με την ομάδα - Συμφωνούμε για τους όρους του παιχνιδιού

Στόχος

- Η εξοικείωση των παιδιών με τη διαδικασία της ομάδας
- Η αναγνώριση από πλευράς των παιδιών των στοιχείων που είναι απαραίτητα για την καλή λειτουργία της ομάδας

ΣΚΕΠΤΙΚΟ

Είναι η πρώτη συνάντηση της ομάδας στο πλαίσιο του προγράμματος, και για αυτό είναι καλό να εισάγουμε ομαλά τα παιδιά στο στόχο του προγράμματος και στο πνεύμα των συναντήσεων. Ωστόσο δεν πρόκειται για μια ομάδα που συναντιέται για πρώτη φορά. Τα παιδιά γνωρίζονται μεταξύ τους, έχουν κατά πάσα πιθανότητα καθιερώσει τρόπους επικοινωνίας κι έχουν υιοθετήσει συγκεκριμένους ρόλους στην ομάδα. Σημαντικό θα είναι να τους εισάγουμε στη διαδικασία της ομάδας διευκολύνοντας τους να αναγνωρίσουν το τι βοηθά την καλή λειτουργία μιας ομάδας και το τι την παρεμποδίζει. Αν η ομάδα συναντιέται για πρώτη φορά είναι σημαντικό να δοθεί χρόνος για τη γνωριμία των παιδιών. Σε αυτή την περίπτωση μια ωραία δραστηριότητα γνωριμίας μπορεί να αξιοποιηθεί πριν από οτιδήποτε άλλο.

Διαδικασία

Εισαγωγή

Μιλήστε λιγάκι στα παιδιά για αυτό το πρόγραμμα που πρόκειται να κάνετε όλοι μαζί ως ομάδα, στο οποίο θα έχετε την ευκαιρία να συζητήσετε πολλά ενδιαφέροντα θέματα, αλλά και να παίξετε όλοι μαζί.

Δραστηριότητα «Χαλάρωση»

Σε πρώτη φάση είναι καλό να βοηθήσετε τα παιδιά να στρέψουν την προσοχή τους στην ομάδα και στον εαυτό τους, πριν κληθούν να κουβεντιάσουν για το πώς είναι μια ομάδα. Για το σκοπό αυτό θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε μία από τις παρακάτω δραστηριότητες:

α) Καθοδηγούμενη φαντασία:

Με τη δική σας καθοδήγηση βοηθήστε τα παιδιά να χαλαρώσουν και να κάνουν μέσα από την αφήγηση σας ένα περίπατο φαντασίας. Καλέστε τα παιδιά να φανταστούν μια παρέα παιδιών που παίζει χαλαρά μέσα σε ένα λουλουδιασμένο λιβάδι.

Μπορείτε αν θέλετε, να χρησιμοποιήσετε το κείμενο της καθοδηγούμενης χαλάρωσης που ακολουθεί. (βλ. καρτέλα στο τέλος των οδηγιών της ενότητας 1)

β) Παραμύθι: Μπορείτε να αφηγηθείτε στα παιδιά ένα παραμύθι που μιλά για μια παρέα. Μπορείτε αν θέλετε να βασιστείτε στο κείμενο της καθοδηγούμενης χαλάρωσης και να το διαμορφώσετε ανάλογα.

γ) Σωματική χαλάρωση: Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν ένα μεγάλο κύκλο όρθιοι και να περπατήσουν όλοι μαζί ο ένας πίσω από τον άλλον με τη συνοδεία μουσικής. Αφήστε να κάνουν 1-2 φορές τον κύκλο και στη συνέχεια ζητήστε τους να ανοίξουν τα χεράκια σα φτερά και να τα τινάξουν σα να θέλουν να διώξουν από πάνω τους άμμο. Ένα επόμενο βήμα θα είναι να πατήσουν τα ποδαράκια τους σα να πατούσαν σταφύλια. Και τέλος να αφήσουν το κεφάλι να πέσει μια δεξιά και μια αριστερά σα να είναι μαριονέτες που έχει χαλαρώσει το σκοινί που της κρατά.

δ) Ζωγραφική: Μπορείτε εναλλακτικά να βάλετε χαλαρωτική μουσική και να ζητήσετε από τα παιδιά να ζωγραφίσουν μια παρέα παιδιών είτε ατομικά, είτε σε μικρές ομάδες. Η ζωγραφική μπορεί να ακολουθήσει τη σωματική χαλάρωση.

Από τις παραπάνω δραστηριότητες διαλέξτε αυτή που σας ταιριάζει καλύτερα και στην οποία πιστεύετε πως η ομάδα σας θα ανταποκριθεί καλύτερα, λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία των παιδιών, τα χαρακτηριστικά τους, αλλά και την εμπειρία σας.

Δραστηριότητα «Ομαδική ζωγραφική»

Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν μικρές ομάδες και να συζητήσουν:

A) τι βοηθά μια ομάδα παιδιών να γίνει μια καλή παρέα

B) τι εμποδίζει μια ομάδα παιδιών να γίνει παρέα

Μπορείτε αν θέλετε να τους προτείνετε να καταγράψουν ή και να ζωγραφίσουν τα συμπεράσματά τους σε μεγάλες κόλλες.

Στην ολομέλεια

Ζητήστε από τα παιδιά να παρουσιάσουν ή και να σας δείξουν τα συμπεράσματά τους.

Θέματα προς συζήτηση

-Κατά πόσο τα όσα είπαν μπορούν να ισχύσουν και για την τάξη τους.

-Πόσο σημαντικό θα είναι να φροντίσουν όλα αυτά τα θέματα στη δική τους ομάδα στο πλαίσιο του προγράμματος.

Σε αυτή τη φάση είναι ευκαιρία και για το/ τη δάσκαλο/ α να θυμίσει σημαντικά στοιχεία που ίσως έχουν ξεχαστεί π.χ. να ακούει ο ένας τον άλλον, να μην κοροϊδεύουν κ.α.

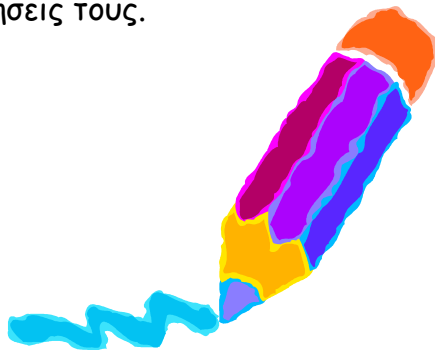
Κλείσιμο

Πώς τους φάνηκε η πρώτη τους συνάντηση. Έμαθαν κάτι για τους εαυτούς τους και τους συμμαθητές τους.

Υλικά που θα χρειαστείτε

Κασετόφωνο και μουσική, αν θέλετε μπορείτε να συνοδεύσετε την πρώτη δραστηριότητα με απαλή μουσική. Η μουσική συχνά βοηθά στη χαλάρωση.

Μεγάλες κόλλες και χρώματα, αν πρόκειται να ζητήσετε από τα παιδιά να καταγράψουν ή να ζωγραφίσουν τις συζητήσεις τους.





Καρτέλα

Δραστηριότητα: Καθοδηγούμενη χαλάρωση
«ένα μικρό ταξίδι στο λιβάδι με τα παιδιά»



Βολευτείτε στις θέσεις σας. Καθίστε αναπαυτικά. Ελπίζω όλοι να είστε άνετα. Κλείστε τα ματάκια και διώξτε κάθε σκέψη μακριά. Ας προσπαθήσουμε να συγκεντρωθούμε στο σώμα μας. Ας ακούσουμε την αναπνοή μας, ο καθένας τη δική του αναπνοή. Μπορείτε να σφίξετε δυνατά τη χούφτα του δεξιού σας χεριού, όσο πιο πολύ μπορείτε, σαν να κρατάτε ένα κομμάτι πλαστελίνη και το ζουλάτε. Αφήστε το να χαλαρώσει. Μπορείτε τώρα να σφίξετε δυνατά τη χούφτα του αριστερού σας χεριού, όσο πιο πολύ μπορείτε. Αφήστε το να χαλαρώσει. Μπορείτε να σφίξετε το δεξί σας πόδι, σαν να πατάτε κάτι δυνατά κάτω στο πάτωμα. Αφήστε το να χαλαρώσει. Μπορείτε τώρα να σφίξετε το αριστερό σας πόδι, σαν να πατάτε κάτι δυνατά κάτω στο πάτωμα. Αφήστε το να χαλαρώσει.

Ας φανταστούμε τώρα ένα βελούδινο μαγικό χαλάκι που έρχεται από μακριά σιγά-σιγά προς το μέρος μας. Στην αρχή είναι μια μικρή κουκίδα κάτω στον ορίζοντα. Καθώς πλησιάζει μεγαλώνει. Τώρα μοιάζει με μικρό μαντηλάκι που πετά ρυθμικά προς το μέρος μας. Όσο πλησιάζει φαίνεται πιο καθαρά ότι είναι ένα βελούδινο χρωματιστό χαλί, ένα μαγικό χαλί.

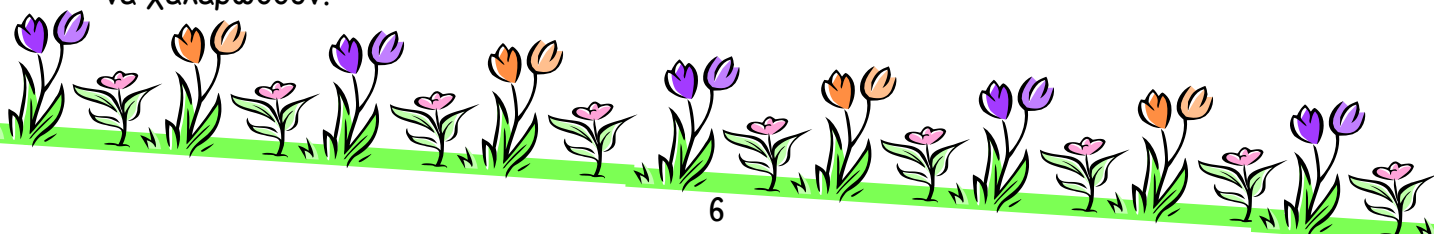
Το μαγικό χαλί είναι μπροστά στα πόδια σας, τα χαϊδεύει απαλά σαν να φοράτε γούνινα καλτσάκια. Μπορείτε να το πατήσετε και να κουνήσετε τα δαχτυλάκια σας. Το μαγικό χαλί σας καλεί να ανεβείτε επάνω του και να ταξιδέψετε με ασφάλεια μαζί του στον κόσμο των παιδιών.

Μπορείτε να καθίσετε αναπαυτικά επάνω του ή ακόμα και να ξαπλώσετε, όπως απλώνεστε πάνω στην άμμο στην παραλία. Περνάτε βουνά, περνάτε ποτάμια, περνάτε θάλασσες. Το ιπτάμενο μαγικό χαλί σας κουβαλά προσεκτικά και με ασφάλεια. Από ψηλά όλα είναι μικρά και πολύχρωμα. Φτάνετε τελικά σε μια όμορφη κοιλάδα, ένα μεγάλο λιβάδι γεμάτο λουλούδια. Κάτω εκεί ακούγονται χαρούμενες φωνές, γέλια και κουβεντούλες. Παιδιά που παίζουν όλα μαζί, γελάνε, τραγουδάνε. Φαίνονται όλα πολύ χαρούμενα και πολύ αγαπημένα. Είναι μια πολυαγαπημένη παρέα. Μπορείτε να τα βγάλετε όσες φωτογραφίες θέλετε για να τις πάρετε μαζί σας φεύγοντας. Οι φωτογραφίες θα σας βοηθήσουν να τα θυμάστε.

Ανεβείτε ξανά πάνω στο ιπτάμενο μαγικό χαλί που σας περιμένει υπομονετικά. Βολευτείτε πάνω του για να σας φέρει σιγά-σιγά πίσω. Περνάτε θάλασσες, ποτάμια, βουνά, πόλεις. Πλησιάζετε προς το μέρος μας. Το χαλί σας φέρνει πίσω σε αυτήν εδώ την αίθουσα. Μπορείτε να κατεβείτε, να το αποχαιρετίσετε και να το αφήσετε να φύγει.

Γυρίσατε πια σε αυτήν εδώ την αίθουσα και μπορείτε σιγά-σιγά να ανοίξετε τα μάτια σας.

Σημείωση: είναι σημαντικό να καθοδηγήσετε τα παιδιά με σταθερή και ήρεμη φωνή. Διανθίστε το κείμενο με μικρές παύσεις ενδιάμεσα, για να δίνετε και το χρόνο στα παιδιά να χαλαρώσουν.



1^η Δραστηριότητα για γονείς:

Ένα γράμμα για τους γονείς

Αγαπητοί γονείς,

Τα παιδιά σήμερα ξεκίνησαν ένα πρόγραμμα αγωγής υγείας με το όνομα «Το σπίτι των παιδιών».

Θα έχουν την ευκαιρία με τη βοήθεια του/ της δασκάλου/ας τους να συζητήσουν για το πώς μπορούν να δημιουργούν και να διατηρούν σχέσεις φιλίας και συνεργασίας με τους συνομηλικούς τους, οι οποίοι θα διαπνέονται από σεβασμό και ενδιαφέρον. Επιπλέον, θα έχουν την ευκαιρία να συζητήσουν πώς μπορούν να αντιμετωπίσουν προβλήματα που προκύπτουν στις σχέσεις τους και πώς θα αποφύγουν να εμπλακούν σε επιθετικές συμπεριφορές είτε ως θύματα, είτε ως θύτες, είτε ως σιωπηλοί παρατηρητές.

Σήμερα τα παιδιά μίλησαν για το τι κάνει μια παρέα παιδιών να είναι μια πραγματικά καλή παρέα.

*Εσείς τι νομίζετε ότι κάνει μια παρέα, καλή παρέα;
Θέλετε να το πείτε στο παιδί σας;*

Ίσως είναι μια καλή ευκαιρία να το συζητήσετε.

Κατασκευάζοντας το σπίτι των παιδιών



Στόχος

- Η αναγνώριση από πλευράς των παιδιών των στοιχείων που είναι απαραίτητα μέσα σε μια ομάδα
- Η αναγνώριση της σπουδαιότητας του καθενός μέσα σε μια ομάδα και του δικαιώματος του να ανήκει σ' αυτήν με ότι ο ίδιος διαθέτει ως άνθρωπος

Σκεπτικό

Σε αυτές τις πρώτες συναντήσεις θέλουμε να ενισχύσουμε τους δεσμούς της ομάδας και να καλλιεργήσουμε ένα κλίμα ζεστασιάς, αποδοχής και επικοινωνίας. Τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να φτιάξουν κάτι όλα μαζί. Καλούνται να συνεργαστούν και να παράγουν έργο όλα μαζί. Σε αυτή την ενότητα γίνεται και η εισαγωγή στο σκηνικό του προγράμματος, «το σπίτι των παιδιών».

Διαδικασία

Εισαγωγή

Ρωτήστε τα παιδιά αν ξέρουν πώς χτίζονται τα σπίτια και αν θα ήθελαν να κάνουν ένα δικό τους σπίτι. Πείτε τους πως σήμερα θα έχουν τη μοναδική ευκαιρία να φτιάξουν το δικό τους σπίτι, το σπίτι των παιδιών και να το κάνουν όπως πραγματικά το θέλουν.

Δραστηριότητα «Κατασκευάζοντας το σπίτι των παιδιών»

Μπορείτε να δημιουργήσετε μικρές ομάδες 4-5 ατόμων. Η κάθε ομάδα θα κληθεί σε συγκεκριμένο χρόνο 15-20 λεπτών να κατασκευάσει ένα σπίτι όπως το θέλει.

A) το σπίτι μπορεί να είναι μια τρισδιάστατη κατασκευή (χάρτινη ή και από άλλα υλικά)

B) το σπίτι μπορεί να ζωγραφιστεί

Εσείς θα επιλέξετε τη μορφή της δραστηριότητας, ανάλογα με το τι θεωρείτε κατάλληλο για εσάς και για τη δική σας ομάδα.

Στην ολομέλεια

Ζητήστε από τα παιδιά να παρουσιάσουν τη δουλειά τους.

Θέματα προς συζήτηση - Ρωτήστε τα παιδιά:

-Πώς δούλεψαν μέσα στις ομάδες, αν μοίρασαν ρόλους, δουλειές ή όχι.

-Τι πήγε και τι δεν πήγε καλά.

-Αν έγιναν αποδεκτές όλες οι προτάσεις ή υπήρξαν κάποιες ιδέες που δεν εισακούστηκαν. Πώς ένιωσαν αυτοί που δεν εισακούστηκαν.

Διευκολύνετε τους να εκφράσουν τα συναισθήματα τους, ευχάριστα ή δυσάρεστα.

Πιθανόν να υπάρχουν κάποιοι απογοητευμένοι γιατί δεν πρόλαβαν να ολοκληρώσουν το σπίτι τους, θυμωμένοι, στεναχωρημένοι, χαρούμενοι κ.α.

Κλείσιμο

-Πώς τους φάνηκε η συνάντηση.

-Αν έμαθαν κάτι για τους εαυτούς τους ή τους συμμαθητές τους.

Μπορείτε να τους ζητήσετε να βαθμολογήσουν τη συνάντηση από το 1 έως το 10.

Υλικά που θα χρειαστείτε

Μεγάλες κόλλες χαρτιού και χρώματα, αν πρόκειται να ζητήσετε από τα παιδιά να ζωγραφίσουν το σπίτι τους.

Πολύχρωμα χαρτόνια, ψαλίδια, κόλλες, αν πρόκειται να ζητήσετε από τα παιδιά να κατασκευάσουν το σπίτι.

Περιοδικά, αν σκέφτεστε να τους προτείνετε την τεχνική του κολάζ.



Φτιάχνοντας ένα σχολείο χωρίς επιθετικότητα

Στόχος

- Να διερευνήσουν τις αντιλήψεις τους για την επιθετικότητα που εκδηλώνεται μέσα στο σχολείο.
- Να συζητήσουν τους παράγοντες που ευνοούν την επιθετικότητα και πώς μπορούν να την αντιμετωπίσουν.
- Να μουν στη θέση των άλλων μελών της σχολικής κοινότητας και να δουν το πρόβλημα από όλες τις πλευρές.

Σκεπτικό

Τα παιδιά σε αυτήν την ενότητα αρχίζουν και προσεγγίζουν το θέμα της επιθετικότητας. Καλούνται να στρέψουν την προσοχή τους στο σχολείο και να σκεφτούν κατά πόσο αυτό τους αφορά. Είναι η πρώτη αναφορά που γίνεται στην επιθετικότητα.

Τα παιδιά στο πλαίσιο αυτής της συνάντησης έχουν την ευκαιρία να προσεγγίσουν το θέμα, σε πρώτη φάση κυρίως γνωστικά, να το παρατηρήσουν, να φανταστούν πώς το βλέπουν οι άλλοι, συμμαθητές/ τριες, γονείς και εκπαιδευτικοί.

Ήδη από αυτή τη συνάντηση μπαίνουν στη διαδικασία αναζήτησης τρόπων αντιμετώπισης της επιθετικότητας, προσπαθώντας να δουν τη δική τους συμβολή, αλλά και πώς οι ίδιοι/ ες μπορούν να προστατεύσουν τον εαυτό τους, τους/ τις συμμαθητές/ τριες τους και το σχολείο τους από την επιθετικότητα.

Διαδικασία

Εισαγωγή

Μια καλή εισαγωγή συνήθως κλέβει το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων και τους κινητοποιεί. Τονίστε λοιπόν στα παιδιά ότι σήμερα θα έχουν τη μοναδική ευκαιρία να πάρουν μέρος σε μια τηλεοπτική εκπομπή όπου θα τους ακούσουν και θα τους δουν όλοι (φίλοι, παππούδες, γείτονες κ.α.)

Εργασία σε μικρές ομάδες

Χωρίστε την ομάδα σε 4 μικρότερες ομάδες: **Γονείς, εκπαιδευτικοί, μαθητές & δημοσιογράφοι**. Εξηγήστε τους τι πρέπει να κάνουν, όπως φαίνεται και στις καρτέλες. Δώστε όσο χρόνο νομίζετε ότι χρειάζεται. Συνήθως 10' -15' για τη συζήτηση στις μικρές ομάδες είναι αρκετά. Εξάλλου ο στόχος μας είναι κυρίως να έχουν τη δυνατότητα να προβληματιστούν και να ανταλλάξουν απόψεις γύρω από το θέμα.

Δραστηριότητα

TALK SHOW «Ένα σχολείο χωρίς επιθετικότητα»

Για τη δραματοποίηση του TALK SHOW ίσως χρειάζεται περισσότερος χρόνος, 20' -25'.

Στο TALK SHOW συμμετέχουν ένας ή δύο εκπρόσωποι από τις μικρές ομάδες ως καλεσμένοι, ενώ οι υπόλοιποι αποτελούν το «φοβερό» κοινό που μπορεί να κάνει τόσο την εκπομπή, όσο και τη συζήτηση πιο πλούσια. Το «φοβερό» κοινό μπορεί να υποβάλλει τις ερωτήσεις του φροντίστε να υπάρξει χρόνος για αυτό.

Από τη στιγμή που θα ξεκινήσει η εκπομπή καλό θα είναι να θυμάστε ότι ο συντονισμός είναι ευθύνη των δημοσιογράφων. Εσείς μπορείτε να τους δείξετε εμπιστοσύνη κι αυτοί με τη σειρά τους να αναλάβουν την ευθύνη. Με λίγα λόγια χαλαρώστε, χαρείτε τη δραστηριότητα και μάθετε μέσα από τις εμπειρίες των άλλων. Πέρα από το πολύ γέλιο που συνήθως υπάρχει εκφράζονται και πολύ ενδιαφέρουσες απόψεις.

Η ίδια δραστηριότητα με μια μικρή προσαρμογή μπορεί να χρησιμοποιηθεί για ενήλικες και παιδιά κι επίσης για πολλά διαφορετικά θέματα. Το θετικό που έχει είναι ότι δίνει τη δυνατότητα να ξεπεραστούν οι γενικότητες και να επικεντρωθούν τα μέλη στο συγκεκριμένο δικό τους περιβάλλον στο οποίο συνυπάρχουν (στην περίπτωση μας το σχολείο). Είναι σημαντικό ότι έχουν τη δυνατότητα να μπουν στη θέση του άλλου και να προσπαθήσουν να καταλάβουν τα πράγματα από την πλευρά του άλλου.

Για τις μικρότερες τάξεις ίσως χρειαστεί να διαφοροποιήσετε τη δραστηριότητα. Αν είναι δύσκολο να μπουν στη θέση των γονιών και των δασκάλων, μπορείτε να τους ζητήσετε να χωριστούν σε ομάδες όπου θα έχουν το ρόλο μαθητών διαφορετικών τάξεων (π.χ. Α', Δ' και ΣΤ' δημοτικού). Και σε αυτή την περίπτωση τα παιδιά θα έχουν τις ίδιες οδηγίες.

Θέματα προς συζήτηση

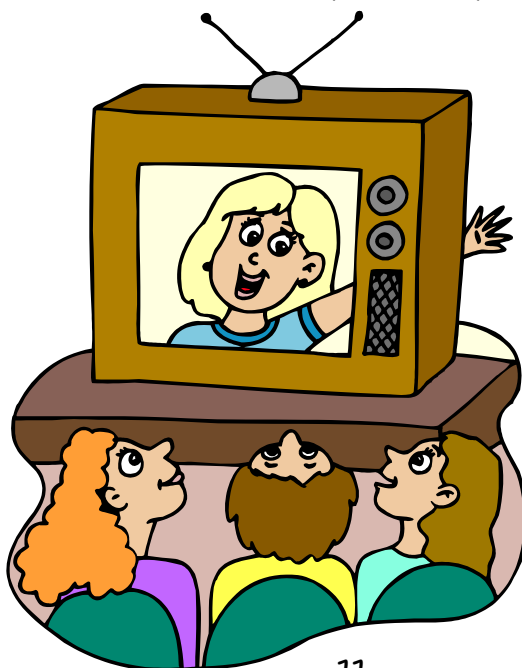
- Πώς τους φάνηκαν οι ρόλοι τους;
- Πως ήταν για αυτούς να παίξουν τους δασκάλους, τους γονείς, τους δημοσιογράφους ή τους συμμαθητές άλλων τάξεων;
- Αν έμαθαν κάτι από αυτή τη δραστηριότητα.

Κλείσιμο

Να σηκωθούν όρθιοι στον κύκλο και να τιναχτούν καλά-καλά για να πέσουν τα «κοστούμια» και οι «μάσκες» από τους ρόλους τους. Στη συνέχεια να περπατήσουν ελεύθερα στο χώρο λέγοντας ποιοι είναι.

Υλικά που θα χρειαστείτε

Απλά υλικά για να φτιάξετε το σκηνικό της τηλεόρασης και κέφι!
Καρτέλες με τις οδηγίες για την κάθε μικρή ομάδα (ακολουθούν).



ΜΑΘΗΤΕΣ & ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ



Είστε μαθητές και μαθήτριες ενός δημοτικού σχολείου και σας καλούμε σε μια κοινωνική εκπομπή ενός τηλεοπτικού καναλιού, ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένου σε κοινωνικά θέματα.

Το θέμα της εκπομπής είναι:

«ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ στο σχολείο μας: τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε;»

Στην εκπομπή θα συμμετέχουν κάποιοι από τους δασκάλους σας και κάποιοι από τους γονείς σας για να πουν κι εκείνοι τη γνώμη τους για όλα αυτά και για να δείτε κι όλοι μαζί τι μπορείτε να κάνετε.

Αν κάποιοι από εσάς διστάζουν και λίγο ντρέπονται να βγουν στην τηλεόραση μπορείτε να διαλέξετε κάποιους που θα σας εκπροσωπήσουν.

Και μην ανησυχείτε! Μπορεί να είστε λίγο μικροί σε σχέση με τους άλλους προσκεκλημένους μας, αλλά κάποια πράγματα τα ξέρετε καλύτερα από όλους τους άλλους για σας και το σχολείο σας.

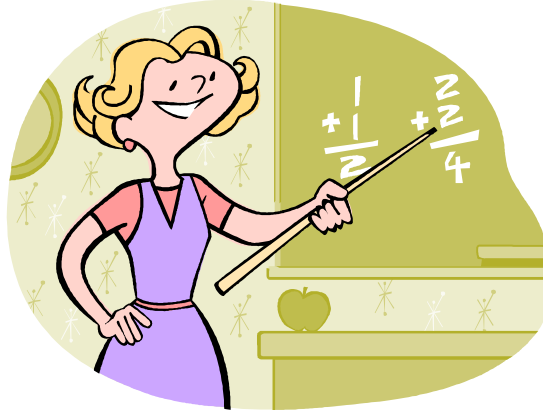
Σας περιμένουμε με ανυπομονησία για να ακούσουμε την πολύτιμη γνώμη σας και τις ιδέες σας.

Σημείωση:

Στη μικρή ομάδα για να επεξεργαστείτε τα θέματα και να προετοιμάσετε τις απαντήσεις σας έχετε 15', ενώ η εκπομπή που θα ακολουθήσει θα διαρκέσει 20'.



δάσκαλοι & δασκάλες



Είστε οι δάσκαλοι & οι δασκάλες ενός δημοτικού σχολείου και σας καλούμε σε μια κοινωνική εκπομπή ενός τηλεοπτικού καναλιού, ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένου σε κοινωνικά θέματα.

Το θέμα της εκπομπής είναι:

«ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ στο σχολείο μας: τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε;»

Στην εκπομπή θα συμμετέχουν κάποιοι από τους/ τις μαθητές/ τριες σας και κάποιοι από τους γονείς τους για να πουν κι εκείνοι τη γνώμη τους για όλα αυτά και για να δείτε κι όλοι μαζί τι μπορείτε να κάνετε.

Κάποιοι από εσάς θα χρειαστεί να βγουν στην τηλεόραση και να εκπροσωπήσουν τους άλλους. Μεταξύ σας θα αποφασίσετε ποιοι θα είναι αυτοί.

Μην αγχώνεστε από τα φώτα της δημοσιότητας! Εσείς είστε ίσως οι καλύτεροι γνώστες της κατάστασης και των συνθηκών που επικρατούν στο σχολείο σας.

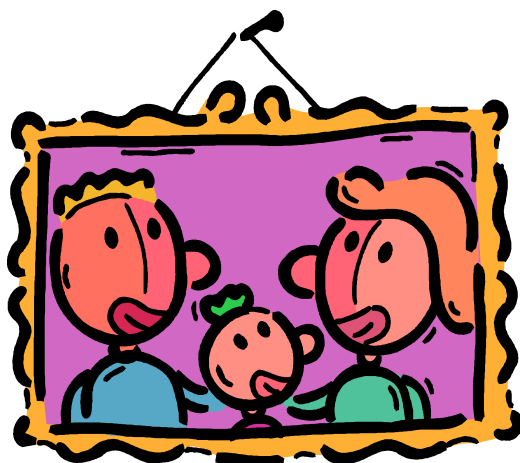
Σας περιμένουμε με ανυπομονησία για να ακούσουμε την πολύτιμη γνώμη σας και τις ιδέες σας.

Σημείωση:

Στη μικρή ομάδα για να επεξεργαστείτε τα θέματα και να προετοιμάσετε τις απαντήσεις σας έχετε 15', ενώ η εκπομπή που θα ακολουθήσει θα διαρκέσει 20'.



ΥΟΝΕΙΣ



Είστε τα μέλη του συλλόγου γονέων ενός δημοτικού σχολείου και σας καλούμε σε μια κοινωνική εκπομπή ενός τηλεοπτικού καναλιού, ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένου σε κοινωνικά θέματα.

Το θέμα της εκπομπής είναι:

«ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ στο σχολείο μας: τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε;»

Στην εκπομπή θα συμμετέχουν κάποιοι από τους δασκάλους του σχολείου και κάποιοι από τους μαθητές και τις μαθήτριες για να πουν κι εκείνοι τη γνώμη τους για όλα αυτά και να δείτε κι όλοι μαζί τι μπορείτε να κάνετε.

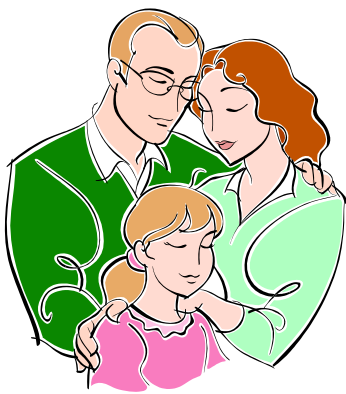
Κάποιοι από εσάς θα χρειαστεί να βγουν στην τηλεόραση και να εκπροσωπήσουν τους άλλους. Μεταξύ σας θα αποφασίσετε ποιοι θα είναι αυτοί.

Μην αγχώνεστε από τα φώτα της δημοσιότητας! Εσείς είστε ίσως οι καλύτεροι γνώστες της κατάστασης και των συνθηκών που επικρατούν στο σχολείο.

Σας περιμένουμε με ανυπομονησία για να ακούσουμε την πολύτιμη γνώμη σας και τις ιδέες σας.

Σημείωση:

Στη μικρή ομάδα για να επεξεργαστείτε τα θέματα και να προετοιμάσετε τις απαντήσεις σας έχετε 15', ενώ η εκπομπή που θα ακολουθήσει θα διαρκέσει 20'.



ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΙ



Είστε οι δημοσιογράφοι, αρχισυντάκτες-παραρσιαστές μιας κοινωνικής εκπομπής ενός τηλεοπτικού καναλιού, ιδιαίτερα ευαίσθητοποιημένου σε κοινωνικά θέματα.

Το θέμα της εκπομπής είναι:

«ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ στο σχολείο μας: τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε;»

Στην εκπομπή της εβδομάδας έχετε στρέψει την προσοχή σας σε ένα συγκεκριμένο δημοτικό σχολείο. Έχετε προσκαλέσει τους μαθητές, τους δασκάλους και τους γονείς του σχολείου για να συζητήσετε μαζί τους τις συνθήκες που ενισχύουν την επιθετικότητα μέσα στο σχολείο και για να αναζητήσετε από κοινού τρόπους αντιμετώπισης.

Μέλη των παραπάνω ομάδων ανταποκρίθηκαν στην πρόσκλησή σας. Έτσι στην εκπομπή έχετε τη χαρά να φιλοξενείτε τόσο στο «πάνελ», όσο και στο ακροατήριο γονείς, εκπαιδευτικούς και μαθητές.

Εσείς θα πρέπει να τους συντονίσετε και να τους βοηθήσετε να εκθέσουν τις απόψεις τους για το τι κατά τη γνώμη τους φταίει, αλλά και να τους ζητήσετε συγκεκριμένες προτάσεις για τη βελτίωση της κατάστασης.

Περιμένουμε με ανυπομονησία τα συμπεράσματα της εκπομπής σας, γιατί ξέρουμε πως η δουλειά που κάνετε διαπνέεται από κοινωνική ευαισθησία.

Σημείωση:

Στη μικρή ομάδα για να επεξεργαστείτε τα θέματα και να προετοιμάσετε τις απαντήσεις σας έχετε 15', ενώ η εκπομπή που θα ακολουθήσει θα διαρκέσει 20'.



TALK SHOW

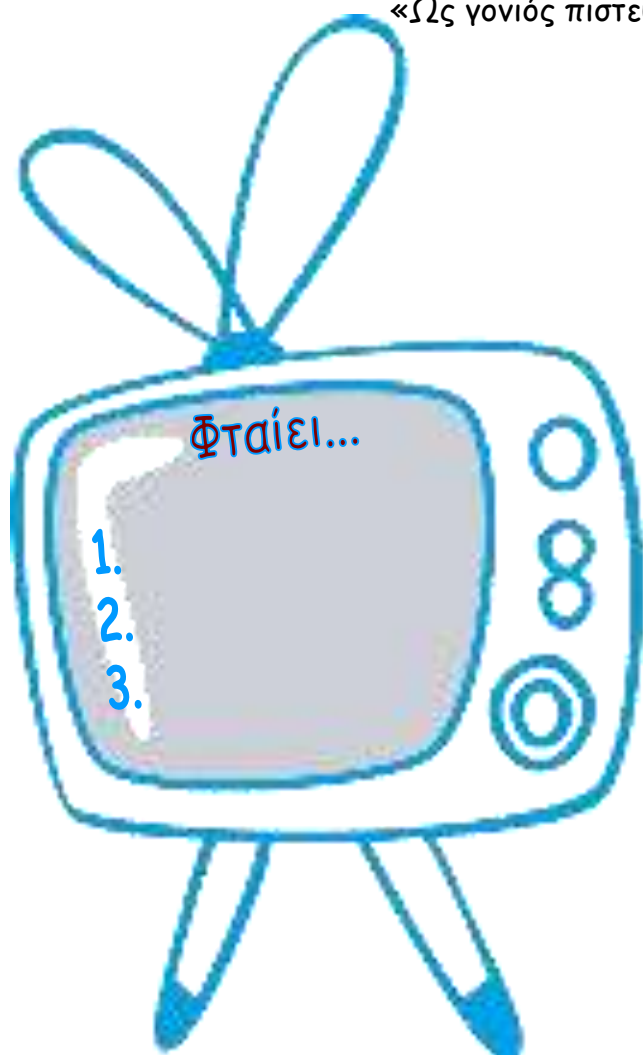
"Επιθετικότητα στο σχολείο μας: Τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε;"

Αγαπητέ/ή κύριε /κυρία,

Φανταστείτε ότι λάβατε μια πρόσκληση να συμμετέχετε σε τηλεοπτική εκπομπή με θέμα:

«ΕΠΙΘΕΤΙΚΟΤΗΤΑ στο σχολείο μας: τι φταίει και τι μπορούμε να κάνουμε;»

Τι θα θέλατε να πείτε σε σχέση με αυτό;
«Ως γονιός πιστεύω ότι από πλευράς μου...»



Συζητήστε με το παιδί σας αυτά που σκεφτήκατε και ρωτήστε τι σκέφτεται εκείνο. Είναι μια καλή ευκαιρία να συζητήσετε γι' αυτό το θέμα. Στη συνέχεια μπορείτε να παίξετε μαζί του, με το παιχνίδι λέξεων που ακολουθεί.

Έχοντας ως άξονα τη λέξη επιθετικότητα μπορείτε να γράψετε οριζόντια λέξεις που σχετίζονται με την επιθετικότητα και ξεκινούν ή περιλαμβάνουν κάποιο από τα γράμματα της λέξης. Βλ.το παράδειγμα

Ε
Π
ΠΙΚΡΑ
Θ
Ε
Τ
Η
Κ
Ο
Τ
Η
Τ
Α



Αναγνωρίζοντας & εκφράζοντας συναισθήματα «Το χαλί των συναισθημάτων»

Στόχος

- Η αναγνώριση του εύρους των συναισθημάτων που μπορούν να νιώσουν
- Η αποδοχή των ευχάριστων, αλλά και των δυσάρεστων συναισθημάτων

Σκεπτικό

Η αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων συνδέονται άμεσα με την ψυχική υγεία των παιδιών και τη συναισθηματική νοημοσύνη τους. Μέσα σε αυτή την ενότητα επιδιώκουμε να βοηθήσουμε τα παιδιά να αναγνωρίσουν σε ένα γνωστικό αρχικά επίπεδο πόσο πολλές και διαφορετικές συναισθηματικές εμπειρίες μπορούν να βιώσουν αλλά και πόσο αποδεκτά είναι όλα τα συναισθήματα και τα ευχάριστα και τα δυσάρεστα.

Διαδικασία

Εισαγωγή

Μια μικρή εισαγωγή στην έννοια του συναισθήματος ίσως είναι απαραίτητη -ιδιαίτερα για τα μικρά παιδιά- για να μπορέσουν στη συνέχεια να κατανοήσουν τις οδηγίες και να δουλέψουν στο πλαίσιο της δραστηριότητας.

Δραστηριότητα «Ο χορός των συναισθημάτων»

Σε έναν κύκλο περπατούν γύρω-γύρω ο ένας πίσω από τον άλλον. Τους ζητάτε να περπατήσουν χαρούμενα, με βαρεμάρα, με θυμό, με λύπη κ.α. Μπορείτε να προσθέσετε και άλλα συναισθήματα, κατά βούληση.

Δραστηριότητα "το χαλί των συναισθημάτων"

Χωρίστε τα παιδιά σε μικρές ομάδες 4-5 ατόμων. Δώστε τους χρωματιστές κόλλες χαρτιού,μπογιές, κόλλες, ψαλιδάκια. Ζητήστε να φτιάξουν ένα μαγικό χαλί για το σπίτι των παιδιών. Η μαγική ιδιότητα αυτού του χαλιού είναι ότι είναι υφασμένο με όλα τα συναισθήματα που νιώθουν οι άνθρωποι. Τα παιδιά μπορούν σε αυτήν τη συνάντηση να γίνουν οι νάνοι που θα υφάνουν αυτό το μαγικό χαλί και θα προσπαθήσουν να βάλουν επάνω όλα τα συναισθήματα.

Στην ολομέλεια ζητήστε από την κάθε ομάδα να παρουσιάσει τη δουλειά της και να σας παρουσιάσει όλα τα συναισθήματα που εντόπισε.

Θέματα προς συζήτηση

- Πώς δούλεψαν μέσα στις ομάδες;
- Ποια συναισθήματα έβαλαν πρώτα πάνω στο χαλί;
- Αν υπάρχουν συναισθήματα που δεν έβαλαν στο χαλί τους και γιατί.

Είναι σημαντικό να μεταφερθεί στα παιδιά ένα πνεύμα καλωσορίσματος όλων των συναισθημάτων, ευχάριστων και δυσάρεστων, για να γίνει κατανοητό ότι όλα τα βιώνουμε.

Κλείσιμο

-Πώς τους φάνηκε η συνάντηση. Μπορείτε να τους ζητήσετε να βαθμολογήσουν τη συνάντηση από το 1 έως το 10.

Υλικά που θα χρειαστείτε

Μεγάλες κόλλες χαρτιού, χρώματα, ψαλίδια, κόλλες



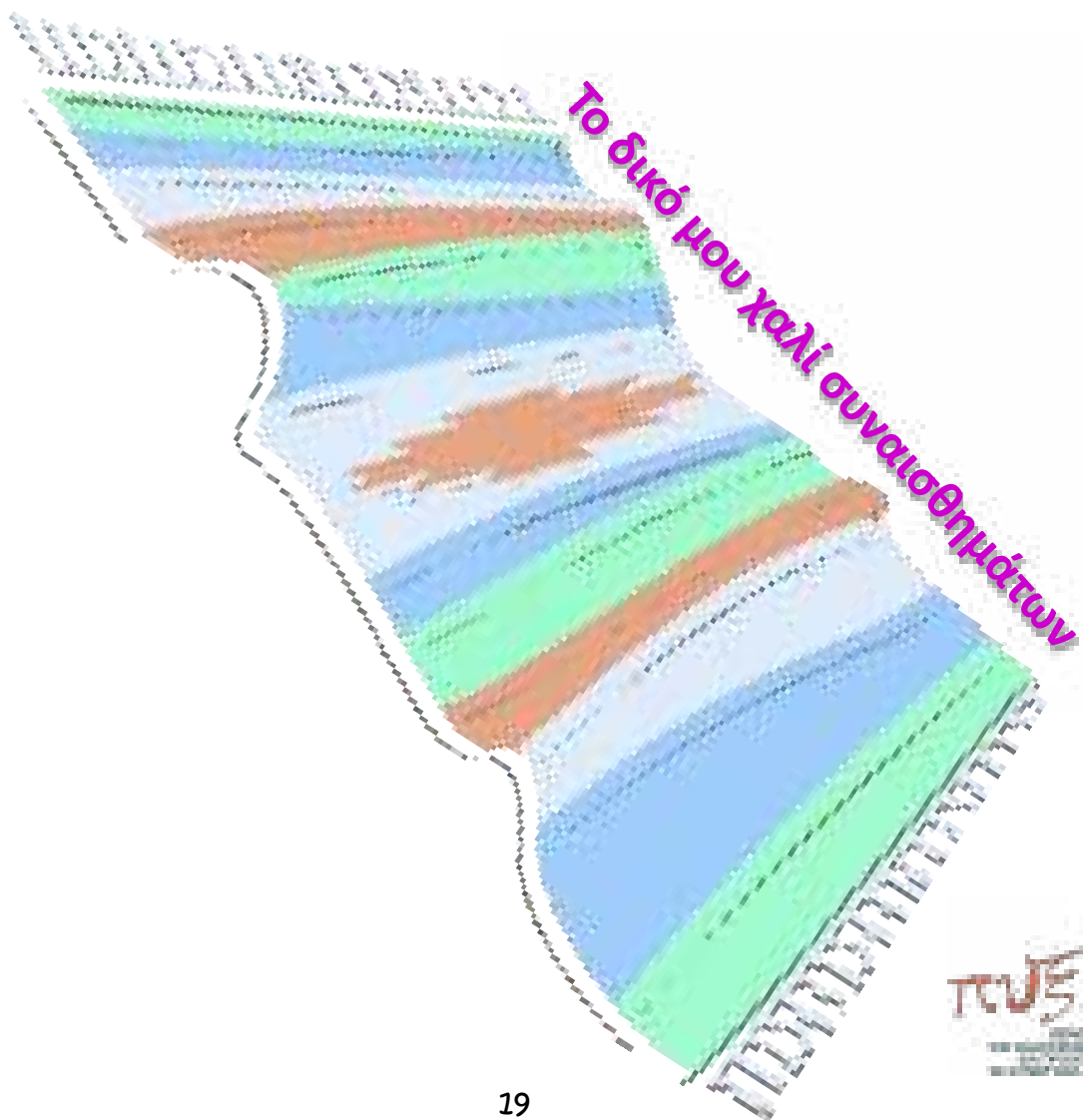
3^η Δραστηριότητα για γονείς:

Αγαπητέ γονιέ,

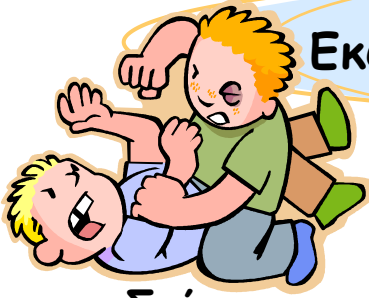
Όπως τα παιδιά έκαναν στο σχολείο, μπορείς κι εσύ να φτιάξεις το δικό σου χαλί με τα συναισθήματα.

Να θυμάσαι ότι όλα τα συναισθήματα χωράνε επάνω στο χαλί σου και τα ευχάριστα και τα δυσάρεστα. Χωρούν όλα, γιατί ούτως ή άλλως όλα τα νιώθουμε και είναι καλό που τα νιώθουμε. Αυτό που μπορούμε να φροντίσουμε είναι μόνο ο τρόπος που θα αντιδράσουμε όταν τα βιώνουμε.

Αυτό είναι ένα θέμα που συζητάμε και με τα παιδιά στο σχολείο, πώς μπορούμε δηλαδή να εκφράζουμε τα συναισθήματά μας και πώς μπορούμε να ελέγχουμε τη συμπεριφορά μας ακόμη και όταν νιώθουμε δυσάρεστα.



Εκφράζοντας το θυμό και την «τσατίλα» μας

**Στόχος**

- Να καταλάβουν τα παιδιά πως βιώνουν το θυμό τους.
- Να καταλάβουν πως αντιδρούν όταν θυμώνουν.
- Να ανταλλάξουν ιδέες για τους υγιείς τρόπους έκφρασης του θυμού.

Σκεπτικό

Στην προηγούμενη ενότητα τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να αναγνωρίσουν ευχάριστα και δυσάρεστα συναισθήματα που βιώνουν οι άνθρωποι. Σε ένα πρώτο επίπεδο είδαν ότι αυτά είναι εξίσου αποδεκτά και δε γίνεται να απαγορέψει κάποιος ορισμένα συναισθήματα, ακόμη και αν αυτά αναστατώνουν τον ίδιο ή τους άλλους.

Σε αυτήν την ενότητα τα παιδιά στρέφονται περισσότερο στα δυσάρεστα συναισθήματα και συγκεκριμένα στο θυμό. Γίνεται μια προσπάθεια να μιλήσουν τα παιδιά για το θυμό τους, να τον αναγνωρίσουν, να αναγνωρίσουν τους τρόπους με τους οποίους αντιδρούν όταν θυμώνουν και να δουν πως αυτός κάποιες φορές συνδέεται με την επιθετικότητα. Επιπλέον τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να διαφοροποιήσουν το συναίσθημα από τη συμπεριφορά και να αναζητήσουν αποδεκτούς τρόπους έκφρασης του θυμού.

Διαδικασία**Εισαγωγή**

Μπορείτε να πείτε στα παιδιά πως σήμερα θα έχουν την ευκαιρία να μιλήσουν για κάτι που παρόλο νομίζουμε πως καμιά φορά είναι κακό, μας αφορά όλους, μικρούς και μεγάλους και αυτό είναι ο θυμός.

Δραστηριότητα «Μελέτη εικόνων»

Η τάξη χωρίζεται σε μικρές ομάδες. Η κάθε ομάδα παίρνει μια από τις εικόνες που ακολουθούν, όπου εμφανίζονται παιδιά αντίστοιχης ηλικίας σε σκηνές έντασης και θυμού. Καλούνται να δουλέψουν ομαδικά και να συζητήσουν τα εξής ερωτήματα:
 Πώς νιώθουν τα πρόσωπα της ιστορίας; Τι σκέφτονται; Πώς αντιδρούν;
 Τι συνέπειες έχει η συμπεριφορά τους για τους ίδιους και τους άλλους;
 Μπορούν επίσης να δώσουν κι έναν τίτλο στη σκηνή τους.
 οι μικρές ομάδες παρουσιάζουν στην ομάδα της τάξης τα συμπεράσματα τους.

Στη συνέχεια όλοι μαζί φτιάχνουν έναν κατάλογο, όπου προτείνουν στα πρόσωπα των ιστοριών τους άλλους πιο βοηθητικούς τρόπους για να εκφράσουν το θυμό τους. Μπορούν να φιλοτεχνήσουν τον κατάλογο τους σαν αφίσα, χρησιμοποιώντας χρώματα και εικόνες.

Θέματα συζήτησης

- Πώς νιώθω το θυμό μου, στο σώμα, στην καρδιά μου, στο μυαλό μου;
- Πώς συνήθως αντιδρώ όταν θυμώνω;
- Ποιες είναι οι συνέπειες της συμπεριφορά μας στους άλλους;
- Τι άλλο μπορούμε να δοκιμάσουμε;

Κλείσιμο

- Πώς τους φάνηκε η συνάντηση;
- Μπορείτε αν θέλετε να τους ζητήσετε να πουν μια λέξη που εκφράζει την εντύπωσή τους από τη συνάντηση.

Υλικά που θα χρειαστείτε

Εικόνες που δείχνουν σκηνές όπου φαίνονται άνθρωποι θυμωμένοι.
 Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις εικόνες που υπάρχουν στο υλικό ή άλλες που νομίζετε ότι είναι καταλληλότερες.



Νιώθω
Σκέφτομαι
Κάνω

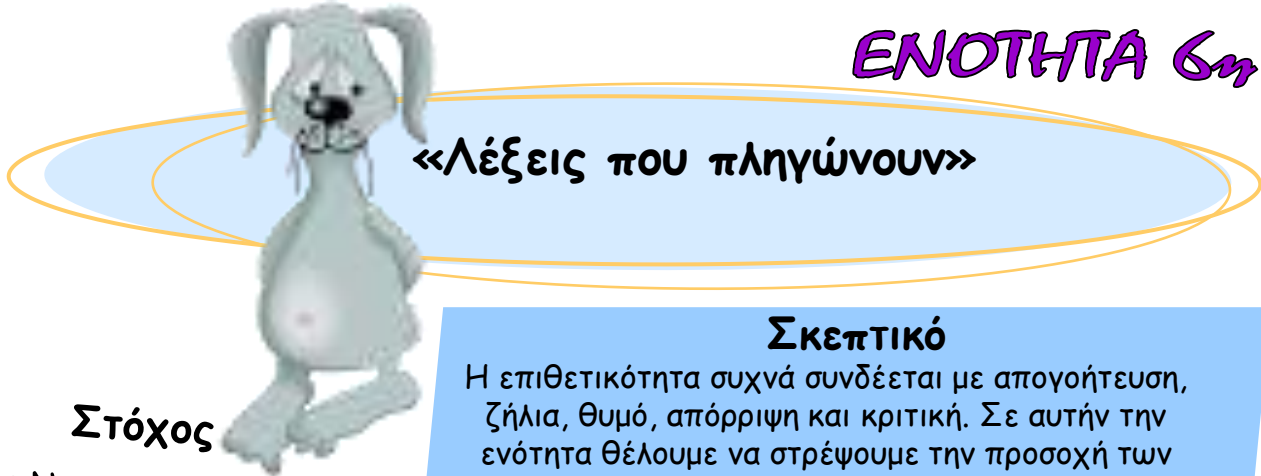
Νιώθω
Σκέφτομαι
Κάνω

Τίτλος:









«Λέξεις που πληγώνουν»

Στόχος

- Να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα που προκαλούνται μέσα τους από τα λόγια των άλλων.
- Να αναγνωρίσουν τους τρόπους με τους οποίους αντιδρούν σε αυτά.
- Να αναζητήσουν εναλλακτικούς τρόπους αντίδρασης.

Σκεπτικό

Η επιθετικότητα συχνά συνδέεται με απογοήτευση, ζήλια, θυμό, απόρριψη και κριτική. Σε αυτήν την ενότητα θέλουμε να στρέψουμε την προσοχή των παιδιών στο πώς εισπράττουν τα λόγια και τις συμπεριφορές των άλλων, ενηλίκων ή συνομηλίκων, να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα που τους προκαλούν τα λόγια αυτά, καθώς και τους τρόπους με τους οποίους αντιδρούν σε αυτά. Είναι σημαντικό τα παιδιά να κατανοήσουν πως επηρεάζονται από τα λόγια των άλλων, ώστε να μπορέσουν να προστατευτούν από αυτά, στο βαθμό που αυτό είναι εφικτό. Επίσης, σημαντικό είναι να πάρουν ένα μήνυμα πως η εικόνα του εαυτού τους δεν ταυτίζεται με τα λόγια και τις κρίσεις των άλλων.

Διαδικασία

Εισαγωγή

Μπορείτε να μιλήσετε στα παιδιά για το θέμα της σημερινής σας συνάντησης, ρωτώντας τους ίσως αν υπάρχουν λόγια που τους λένε οι άλλοι, μεγάλοι ή μικροί, που τους στεναχωρούν, τους ενοχλούν, τους πληγώνουν

Πείτε πως σήμερα στο σπίτι θα κάνετε μια μεγάλη συνέλευση, όπου ο καθένας θα έχει την ευκαιρία να θυμηθεί και να μοιραστεί με τους άλλους τέτοιες εμπειρίες, γιατί υπάρχει ένα παλιό μπουύλο όπου φυλάγονται τέτοιες κουβέντες και ίσως τώρα που έχουν γνωριστεί αρκετά μπορούν να το ανοίξουν όλοι μαζί και να κουβεντιάσουν για αυτά.

Δραστηριότητα

Μέσα σε ένα κουτί μπορείτε να βάλετε χαρτάκια με φρασούλες που πληγώνουν και ενοχλούν. Καλέστε τα παιδιά να διαλέξουν μέσα από το κουτί κάποια φράση. Μπορούν να διαβάζουν τη φράση τους στην ομάδα και να πουν αν ακούνε τέτοιες φράσεις στη ζωή τους. Πώς νιώθουν όταν κάποιος τους λέει κάτι τέτοιο; Πώς συνήθως αντιδρούν σε αυτά τα λόγια; Τι θα ήθελαν να του πουν;

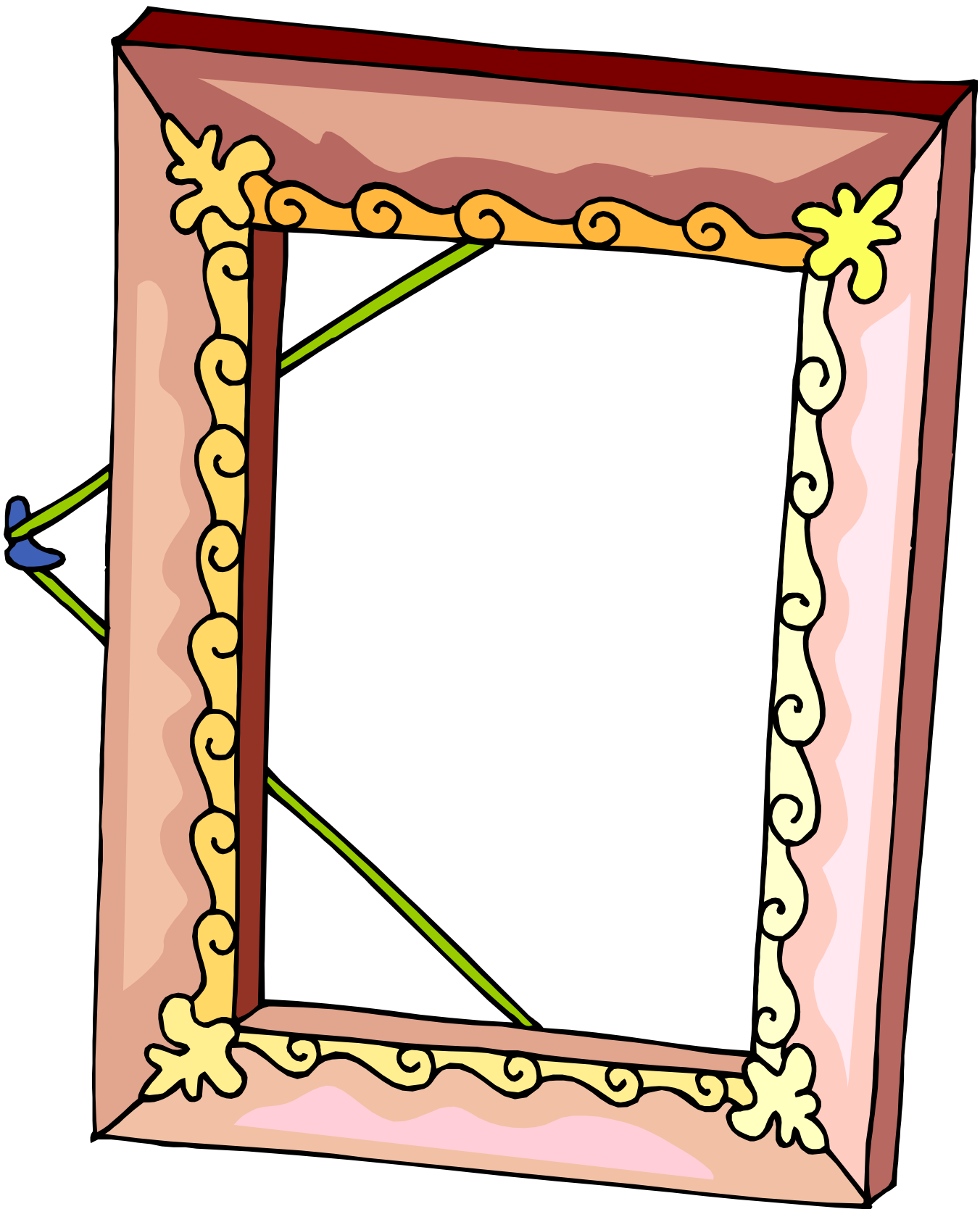
Δραστηριότητα « η κορνίζα μου»

Ζητήστε από τα παιδιά να καταγράψουν σε μια κορνίζα (ακολουθεί το έντυπο) το όνομά τους και ένα τουλάχιστον χαρακτηριστικό τους, για το οποίο είναι περήφανοι για τον εαυτό τους και θα ήθελαν να το πουν και στους άλλους. Αν θέλουν μπορούν και να ζωγραφίσουν τον εαυτό τους.

Μπορούν να βάλουν τις κορνίζες τους στον τοίχο και να τις καμαρώσουν όλοι μαζί.

Κλείσιμο

Καλέστε τα παιδιά, να διαλέξουν ένα χρώμα που εκφράζει τη διάθεση τους και να βάλουν με αυτό τη σφραγίδα τους σε μια μεγάλη κοινή για όλους/ ες κορνίζα.





Ενδεικτικές φράσεις που πληγώνουν

Είσαι χαζή

Έλα ρε χοντρέ

Δε σ' έχω φίλο/ η

Τεμπέλα/ η

Φύγε να μη σε βλέπω μπροστά μου

Δε σ' αγαπώ

Εσύ φταις για όλα

Άχρηστο πλάσμα

«Φοβάμαι και δεν είναι ντροπή, όλοι φοβόμαστε»



ΣΚΕΠΤΙΚΟ

Στόχος

- Να αναγνωρίσουν τα παιδιά τους φόβους τους
- Να συνειδητοποιήσουν ότι όλοι, παιδιά και ενήλικες φοβούνται κάτι
- Να αναζητήσουν τρόπους έκφρασης των φόβων και αντιμετώπισής του

Ο φόβος είναι ένα από τα βασικά συναισθήματα που νιώθουμε μικροί και μεγάλοι. Οι φόβοι μας, δηλαδή τα αντικείμενα του φόβου μας συνήθως διαφοροποιούνται ανάλογα με την ηλικία. Ο φόβος ωστόσο μπορεί να είναι ο λόγος που κάνει κάποια παιδιά να γίνονται θύματα κάποιων άλλων παιδιών ή και ενηλίκων. Ο φόβος είναι επίσης ο λόγος που τα παιδιά δε μιλούν γι' αυτό που τους συμβαίνει. Στην ενότητα αυτή τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία να αναγνωρίσουν μερικούς από τους φόβους τους και να συνειδητοποιήσουν ότι ο φόβος είναι ένα συναίσθημα που το νιώθουν όλοι.

Διαδικασία

Εισαγωγή.

Εισαγάγετε την έννοια του φόβου μ' ένα μικρό παραμύθι που θα φτιάξετε όλοι μαζί στον κύκλο, δίνοντας το λόγο στο ένα παιδί μετά το άλλο. Κάντε εσείς την αρχή: «Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένα παιδάκι, στη δική σας περίπου ηλικία, πήγαινε σχολείο και ήθελε να το αγαπούν και να το θαυμάζουν. Όμως το παιδάκι μας μερικές φορές φοβόταν τα....».

Καλέστε τους να συνεχίσουν την ιστορία λέγοντας ο καθένας μια μικρή φράση.

Κλείνοντας την ιστορία αναγνωρίστε ότι το παιδάκι της ιστορίας, ένα παιδί σαν όλα τα παιδιά του σχολείου, είχε δραστηριότητες, φίλους, υποχρεώσεις και πολλές φορές ένιωθε φόβο, όπως συμβαίνει μ' όλα τα παιδιά, αλλά και τους ενήλικες.

Δραστηριότητα «Το μπαούλο με τους φόβους»

Καλέστε τα παιδιά να καταγράψουν σε μικρά χαρτάκια τους φόβους τους ανώνυμα και να τους ρίξουν μέσα στο μπαούλο/ κουτί που βρίσκεται στη μέση.

Στη συνέχεια διαβάστε δυνατά όλα τα χαρτάκια που βρίσκονται στο μπαούλο, ώστε να τ' ακούσουν όλοι μαζί.

Θέματα προς συζήτηση

- Υπάρχουν φόβοι που ακούσατε πολλές φορές;
- Πώς νιώθετε που ακούτε κι άλλα παιδιά να έχουν τους ίδιους φόβους με εσάς;



Δραστηριότητα «Εκφράζοντας το φόβο»

Καλέστε τα παιδιά να διαλέξουν έναν από τους φόβους τους και να τον ζωγραφίσουν ατομικά σ' ένα χαρτί, διαλέγοντας τα σχέδια και τα χρώματα.

Καλέστε τα παιδιά να δείξουν με μια γκριμάτσα πώς είναι όταν φοβούνται. Εναλλακτικά και εφόσον αισθάνεστε άνετα μ' αυτό, καλέστε τα παιδιά να δείξουν το φόβο τους και με έναν ήχο. (αν είστε εξοικειωμένοι/ ες χρησιμοποιήστε μουσικά όργανα).

Θέματα προς συζήτηση

- Πώς νιώθετε που εκφράσατε το φόβο σας;
- Συνήθως στην καθημερινότητα μπορείτε να μιλάτε για τους φόβους σας;

Κλείσιμο

Καλέστε τα παιδιά να δώσουν μια συμβουλή για το πώς μπορούν να αντιμετωπίσουν τους φόβους τους και συγκεντρώστε στον πίνακα τα όσα προτείνουν.

Κλείνοντας, διαβάστε την παλιά και ιδιαίτερα πετυχημένη συνταγή της γιαγιάς για το φόβο.


(η συνταγή της γιαγιάς ακολουθεί...)




Από το ημερολόγιο της γιαγιάς...

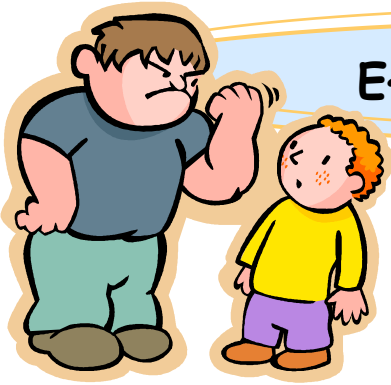
 Δεν είναι ντροπή να φοβάσαι.

 Να ξέρεις ότι όλοι φοβούνται κάτι.

 Μίλα γι' αυτό με τους γονείς σου.

 Μίλα σε κάποιον που εμπιστεύεσαι.

 Ζήτη βοήθεια.



Επικοινωνία: «Ακούει κανείς;»

ΣΚΕΠΤΙΚΟ

Η ενότητα εστιάζει στο θέμα της επικοινωνίας και τα προβλήματα που παρουσιάζονται σε αυτήν. Μέσα από δύο δραστηριότητες προσφέρονται στα παιδιά δύο διαφορετικές συνθήκες προκειμένου να συνειδητοποιήσουν τη σημασία της καλής ακρόασης για την επικοινωνία και τις σχέσεις τους.

Η ανάπτυξη των δεξιοτήτων επικοινωνίας αποτελεί έναν τρόπο πρόληψης των συγκρούσεων και της επιθετικής συμπεριφοράς. Τόσο η έκφραση των προσωπικών συναισθημάτων, όσο και η προσεκτική ακρόαση του άλλου αποτελούν συνθήκες απαραίτητες για ουσιαστικές ανθρώπινες σχέσεις, μεταξύ παιδιών, αλλά και ενηλίκων.

Τα ίδια αυτά στοιχεία μπορούν να λειτουργήσουν καταλυτικά στις περιπτώσεις συγκρούσεων και παρεξηγήσεων και να βοηθήσουν στην ομαλότερη επίλυση προβλημάτων σχέσεων.

Στόχος

- Να αναγνωρίσουν τα παιδιά τα διαφορετικά συναισθήματά που βιώνουν όταν οι άλλοι τους ακούνε με προσοχή και όταν δεν τους ακούνε
- Να αναγνωρίσουν την αναγκαιότητα της προσεκτικής ακρόασης για την επικοινωνία

Διαδικασία

Εισαγωγή.

Εισαγάγετε την έννοια της επικοινωνίας, καλώντας τα παιδιά να σκεφτούν και να απαντήσουν τι τους αρέσει όταν προσπαθούν να μιλήσουν με κάποιον/ α και τι από την άλλη δεν τους αρέσει.

Καλέστε τα να δείτε όλοι μαζί τι μπορεί να συμβεί στην προσπάθειά μας να μιλήσουμε με κάποιον/ α, αλλά και να τον/ την ακούσουμε.

Δραστηριότητα «Ακούει κανείς;»

Καλέστε τα παιδιά να φανταστούν ότι είναι στο σπίτι των παιδιών μέσα σε κάποιο δωμάτιο.

Ζητήστε τα να σηκωθούν και να πλησιάσουν στον τοίχο, να σταθούν όρθια με το πρόσωπό τους να βλέπει τον τοίχο και να αρχίσουν να μιλούν όλα μαζί παράλληλα, χωρίς να έχουν βλεματική επαφή. Μπορούν να πουν ότι θέλουν, όπως πώς περάσανε την προηγούμενη μέρα, να μιλήσουν για ένα θέμα που τους απασχολεί, να πουν ένα ανέκδοτο, ή οτιδήποτε άλλο θέλουν. Ζητήστε τα να μιλήσουν για τρία λεπτά με αυτόν τον τρόπο. Μετά καλέστε τα ξανά στον κύκλο.

Θέματα προς συζήτηση

- Πώς ήταν για σας που μιλούσατε και δεν σας άκουγε κανείς;
- Πώς νιώσατε;
- Υπάρχουν φορές στη ζωή σας που έχετε νιώσει παρόμοια; Θέλει να πει κάποιος/ α ένα παράδειγμα;
- Πώς αλλιώς θα θέλατε να ήταν τα πράγματα;

Δραστηριότητα «Η ιστορία της κολοκυθιάς»

Τα παιδιά καλούνται να φτιάξουν ένα παραμύθι όλα μαζί. Ο μόνος κανόνας είναι να μιλούν με τη σειρά - ο ένας μετά τον άλλον. Δε σχολιάζουν, δε συζητούν, ακούνε αυτό που έχει πει ο προηγούμενος/η και προσθέτουν το δικό τους κομμάτι στο παραμύθι. Ο καθένας έχει την ευκαιρία να βάλει το δικό του στοιχείο στην ιστορία και παράλληλα να το συνδυάσει με τα κομμάτια των υπολοίπων.

Θέματα προς συζήτηση

- Πώς ήταν για σας να φτιάχνετε μια ιστορία όλοι μαζί;
- Πώς ήταν να σας ακούνε οι άλλοι;

Ας συγκρίνουμε τις δύο δραστηριότητες.

- Σε ποια από τις δύο δραστηριότητες αισθανθήκατε καλύτερα;

Κλείσιμο

«Ας καθίσουμε στον κύκλο πιάνοντας τα χέρια των διπλανών μας. Κλείστε τα μάτια σας και θυμηθείτε τις δραστηριότητες της σημερινής μέρας. Σήμερα μιλήσαμε στον τοίχο και στη συνέχεια φτιάξαμε ένα παραμύθι όλοι μαζί ακούγοντας ο ένας/ μία τον άλλο/ άλλη. Ξαναδείτε με τη φαντασία σας την πορεία της συνάντησης από την αρχή ως το τέλος, σαν ταινία...»

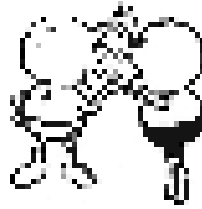
Όποιο από τα μέλη της ομάδας θέλει, μπορεί να πει πώς του φάνηκε η συνάντηση και ποια στιγμή θυμάται πιο έντονα/ περισσότερο.





Ακούει κανείς;

Ευκαιρία να κάνετε ένα μικρό παιχνιδάκι με το παιδί σας, προκειμένου να διαπιστώσετε πόσο καλά ακούτε ο ένας τον άλλον. Αφιερώστε 15' για το σκοπό αυτό.



Το παιχνίδι έχει δύο βασικούς ρόλους του ομιλητή, δηλ. αυτού που θα πει μια μικρή ιστορία και τον ακροατή, δηλ. αυτόν που θα προσπαθήσει να ακούσει χωρίς να διακόπτει ή να ρωτάει.

Μόλις τελειώσει η αφήγηση του ομιλητή ο ακροατής θα προσπαθήσει να γράψει σε ένα χαρτί ότι ακριβώς άκουσε, εναλλακτικά αντί να γράψει μπορεί να ζωγραφίσει. Στη συνέχεια ο ακροατής χρησιμοποιώντας το γραπτό ή τη ζωγραφιά του, θα πει στον ομιλητή, τι κατάλαβε από αυτά που είπε. Ο ομιλητής έχει τη δυνατότητα να τον διορθώσει αν κάτι δεν πρόσεξε ή αν το κατάλαβε λάθος.



Επαναλάβετε το για άλλη μια φορά αλλάζοντας ρόλους. Για σκεφτείτε είναι τελικά εύκολο να ακούς προσεκτικά τους άλλους; Είναι εύκολο να ακούς προσεκτικά το παιδί σου;



«Η επίσκεψη των ξένων»



ΣΚΕΠΤΙΚΟ

Ο καθένας μας είναι διαφορετικός. Μπορεί να υπάρχει διαφορά στην εμφάνιση π.χ. στο χρώμα του δέρματος, του ύψους, σε ανατομικά χαρακτηριστικά, στα χαρακτηριστικά του προσώπου όπως είναι τα αυτιά, η μύτη, τα γυαλιά μυωπίας κλπ. Σε ορισμένες περιπτώσεις τα χαρακτηριστικά αυτά μπορεί να αποτελέσουν το λόγο περιγελου ή περιθωριοποίησης κάποιων παιδιών. Τα παιδιά άλλωστε είναι αυθόρμητα και ο αυθορμητισμός τους μπορεί να τα οδηγήσει σε συμπεριφορές που πληγώνουν.

Η περιθωριοποίηση προκαλεί πολλά συναισθήματα. Μπορεί να πληγώσει, να ντροπιάσει, να θυμώσει, να αγχώσει. Πολλές φορές στο σχολείο δημιουργούνται υποομάδες και είναι πιθανόν κάποια παιδιά να γίνουν «αποδιοπομπαίοι τράγοι». Αυτό έχει ως αποτέλεσμα το σύνολο των παιδιών να εξοικειώνεται με τέτοιου είδους συμπεριφορές και να αρχίσει να τις θεωρεί αποδεκτές.

Η περιθωριοποίηση και η απομόνωση αποτελούν μορφές επιθετικότητας που επηρεάζουν αρνητικά τη συναισθηματική κατάσταση των παιδιών που τις υφίστανται, αλλά και αυτών που την προκαλούν, καθώς επίσης και εκείνων που απλά τις παρακολουθούν.

Στόχος

- Να καταλάβουν τα παιδιά πώς αισθάνεται κάποιος ο οποίος διαφέρει από τους άλλους και πέφτει θύμα περιγελου
- Να συνειδητοποιήσουν τα παιδιά ότι κάποιες συμπεριφορές τους προς τους άλλους που διαφέρουν μπορεί να πληγώνουν
- Να αισθανθούν τα παιδιά ότι όλοι έχουν την ανάγκη να ανήκουν κάπου και να είναι αποδεκτοί όπως είναι

Διαδικασία

Εισαγωγή.

Κάντε μια μικρή εισαγωγή για το τι σημαίνει να είναι κάποιος/ α διαφορετικός/ η. Μπορείτε να ρωτήσετε τα παιδιά ποιον/ α θεωρούν εκείνα διαφορετικό. Κάντε μια μικρή συζήτηση, χωρίς να επεκταθείτε πολύ, καθώς ακολουθεί σχετική άσκηση.

Δραστηριότητα «Η επίσκεψη των ξένων»

Η τάξη χωρίζεται σε μικρές ομάδες. Από την κάθε ομάδα βγαίνει ένας/ μία εθελοντής/ ντρια που θα έχει ένα διαφορετικό ρόλο. Η κάθε ομάδα αποτελεί μια παρέα παιδιών που έχει την οδηγία να παίζει ένα παιχνίδι της αρεσκείας της.

Οι εθελοντές/ ντριες που έχουν βγει έξω από τις μικρές ομάδες, έχουν την οδηγία να παίξουν το ρόλο ενός παιδιού που διαφέρει από τα υπόλοιπα. Μπορεί να είναι μια μη υπαρκτή διαφορετικότητα, πχ. ένας εξωγήινος ή κάποια υπαρκτή, όπως ένα παιδί από άλλη χώρα, ένα παιδί με κάποιο κινητικό πρόβλημα, ή ένα παιδί με ένα ανατομικό ή εμφανισιακό χαρακτηριστικό, διαφορετικό από τα συνήθη. Ούτως ή άλλως αυτό που θέλουμε είναι να δώσουμε την ευκαιρία στα παιδιά να παρατηρήσουν τη συμπεριφορά τους απέναντι σε οποιαδήποτε διαφορετικότητα.

Στους εθελοντές/ ντριες δίνετε ξεχωριστά, από τα υπόλοιπα παιδιά, τις ακόλουθες οδηγίες: Ο/ η καθένας/ μια πρόκειται να πάει σε μια ομάδα. Θα πρέπει να επιδιώξει να ενταχθεί στην ομάδα αυτή και να προσπαθήσει να τον/ την δεχτούν τα παιδιά στην παρέα τους.

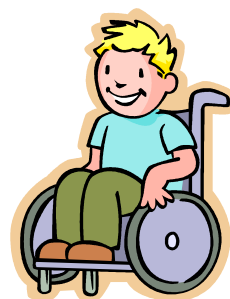
Καλούμε τα μέλη της πρώτης ομάδας να διαδραματίσουν τη σκηνή τους, προτρέποντάς τα να λειτουργήσουν όσο πιο φυσικά γίνεται.

Αφήστε τη δραματοποίηση να εξελιχθεί και όταν θεωρήσετε ότι έχει φτάσει σε ένα ικανοποιητικό σημείο, σταματήστε την.

Σε αυτή τη φάση είναι σημαντικό να βοηθήσετε τα παιδιά να μοιραστούν τα συναισθήματα που βίωσαν και τις σκέψεις τους.

Ερωτήσεις που μπορούν να βοηθήσουν σε αυτό είναι οι ακόλουθες:

- Πώς αισθάνθηκε το παιδί που είχε την ιδιαιτερότητα όσον αφορά τον τρόπο που το δέχτηκαν οι άλλοι;
- Πώς αισθάνθηκαν οι υπόλοιποι;
- Πώς τους φαίνεται το νέο μέλος;
- Παρατήρησε ο καθένας κάτι στη συμπεριφορά του;
- Θα ήθελαν να αλλάξουν κάτι αν ξαναέπαιζαν τη σκηνή;



Αφού τελειώσετε με τα μέλη - ηθοποιούς ρωτήστε τα παιδιά - θεατές, να μοιραστούν μαζί με όλους τι παρατήρησαν στη διαδικασία της συγκεκριμένης ομάδας. Τι έχουν να σχολιάσουν και να προτείνουν;

Συνεχίστε με τον ίδιο τρόπο και με τις υπόλοιπες ομάδες.

Συζήτηση

Καλέστε τα παιδιά να σας πουν (μετά από όλη αυτή τη συζήτηση) τι έχουν να πούνε για τη διαφορετικότητα. Τελικά ποιος είναι ο/ η «διαφορετικός/ ή»; Μήπως υπό κάποιες συνθήκες θα μπορούσαμε να είμαστε όλοι διαφορετικοί; Πώς νιώθει κανείς όταν είναι διαφορετικός; Τι θα είχαν να πούνε τελικά; Θέλουνε κάτι να αλλάξει στη συμπεριφορά τους; Κάτι να διατηρήσουν;

Κλείσιμο

Ζητήστε από τα παιδιά να καθίσουν στην αρχική τους θέση στον κύκλο και να πιάσουν ο ένας το χέρι του άλλου. Καλέστε τα να πουν μια σκέψη για το τι τα κάνει να μοιάζουν με τα άλλα παιδιά. Ζητήστε τα να αποχαιρετιστούν σφίγγοντας το ένα με αγάπη το χέρι του άλλου.



Επιλύοντας τις διαφορές μας με τους άλλους- Αποφεύγοντας τις συγκρούσεις

Στόχος

- Να αναγνωρίσουν τα παιδιά συναισθήματα που τα κάνουν ευάλωτα στις συγκρούσεις
- Να κατανοήσουν πώς εμπλέκονται σε καταστάσεις συγκρούσεων.
- Να ασκηθούν τα παιδιά σε δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων.



Σκεπτικό

Οι συγκρούσεις είναι κάτι ιδιαίτερα σύνηθες στην καθημερινότητα του σχολείου. Τα παιδιά όλων των ηλικιών εμπλέκονται σε συγκρούσεις καθημερινά, επιτίθενται και δέχονται επιθέσεις. Τα παιδιά, όπως και οι μεγάλοι, δυσκολεύονται πολλές φορές να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, καθώς και να οριοθετήσουν τους άλλους, αλλά και τον εαυτό τους. Πολλές φορές αυτή τους η αδυναμία είναι παράγοντας που τους οδηγεί σε συγκρούσεις. Σε αυτήν την ενότητα τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα που βιώνουν, όταν μπαίνουν σε συγκρούσεις, καθώς και το κόστος που έχει αυτό για τους ίδιους, αλλά και για τις σχέσεις τους. Επιπλέον, καλούνται να διερευνήσουν τρόπους αποφυγής των συγκρούσεων καθώς και επίλυσης των διαφορών τους με ήπιο τρόπο.

Διαδικασία

Εισαγωγή

Με καταιγισμό ιδεών, συγκεντρώστε στον πίνακα τους πιο συχνούς λόγους για τους οποίους καβγαδίζουν τα παιδιά μεταξύ τους. Στη συνέχεια επιλέξτε μαζί με την ομάδα της τάξης τις καταστάσεις που θα ήθελαν τα παιδιά να δουλέψουν. Μπορείτε να ετοιμάσετε κι εσείς από πριν κάποιες συνηθισμένες περιπτώσεις διαφωνίας και σύγκρουσης.

Δραστηριότητα

Η τάξη χωρίζεται σε μικρές ομάδες. Η κάθε ομάδα παίρνει μια κατάσταση και ετοιμάζει ένα μικρό παίξιμο ρόλων, δίνοντας τη δική της λύση στην ιστορία.

Στην ολομέλεια

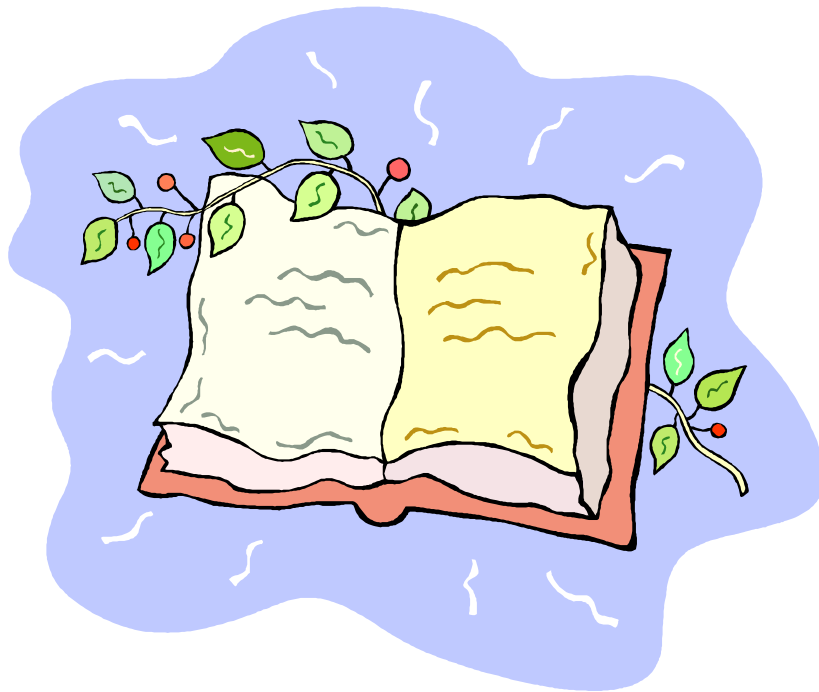
Η κάθε ομάδα έχει το χρόνο να παρουσιάσει το σκετσάκι της στους άλλους. Μετά από την κάθε δραματοποίηση καλέστε τα παιδιά να σκεφτούν και να πουν πώς ήταν για αυτούς το ότι έπαιξαν τους συγκεκριμένους ρόλους, αν μπόρεσαν να καταλάβουν τη θέση του παιδιού που έπαιξαν, τη θέση του άλλου παιδιού ή της ομάδας των παιδιών και τέλος αν έμειναν ικανοποιημένοι από την έκβαση της ιστορίας και τι θα έκαναν διαφορετικά αν ξανάπαιζαν τη σκηνή.

Δραστηριότητα «Χρυσός οδηγός για να τα βγάσουμε πέρα στους καβγάδες».

Σε μια μεγάλη κόλλα τα παιδιά συντάσσουν όλα μαζί έναν οδηγό επίλυσης συγκρούσεων, ξεκαθαρίζοντας τις παγίδες στις συγκρούσεις (π.χ. θυμώνω και βρίζω και αντί να σταματά η σύγκρουση, πιο πολύ μπερδεύονται τα πράγματα) και τις καλές κινήσεις που μπορούν να κάνουν (π.χ. προσπαθώ να συζητήσω με τον άλλον, να δω και τη δική του πλευρά, ψάχνω εναλλακτικές λύσεις)

Κλείσιμο

Να πουν στον κύκλο τι θα ήθελαν να κρατήσουν/ τι έμαθαν από τη σημερινή τους συνάντηση. Τέλος, να βάλουν την υπογραφή τους στην κόλλα με το «χρυσό οδηγό για να τα βγάσουμε πέρα στους καβγάδες».



Πράγματα που ζητούν από μένα οι άλλοι και με ενοχλούν

Σκεπτικό

Πολύ συχνά τα παιδιά έρχονται αντιμέτωπα με αιτήματα και συμπεριφορές που τα κάνουν να νιώθουν άβολα και τα ενοχλούν. Είναι σημαντικό τα παιδιά να αναπτύξουν την αίσθηση του ελέγχου του εαυτού τους, την αίσθηση ότι τα ίδια είναι οι κύριοι τους σώματος και του εαυτού τους. Αυτή η ενότητα εισάγει την ιδέα της αυτοπροστασίας από τα πειράγματα, τα ανεπιθύμητα αιτήματα και χάδια, τις επιθέσεις που μπορεί να προέρχονται από συνομηλίκους και ενήλικες. Πολλές φορές τα παιδιά αισθάνονται αδύναμα μπροστά στους ενήλικους, καθώς νομίζουν πως εκείνοι γνωρίζουν καλύτερα και αισθάνονται υποχρεωμένα να δεχτούν οποιοδήποτε αίτημά τους και να υποστούν οποιαδήποτε συμπεριφορά τους. Η ενότητα αυτή ενισχύει τον αυτοσεβασμό και την εμπιστοσύνη των παιδιών στα δικά τους κριτήρια αξιολόγησης. Τα ενθαρρύνει στο να διαφοροποιούνται από τους άλλους και να τολμούν να αρνούνται κάτι που τους ζητούν, αν αισθάνονται άβολα με αυτό, αλλά και να απομακρύνονται αν κάποιος/α προσπαθήσει να τους επιβάλλει κάτι που τα ίδια δεν θέλουν.

Στόχος

- Η αναγνώριση ότι το σώμα και ο εαυτός τους ανήκει στα ίδια και κανείς δεν έχει το δικαίωμα να τους κάνει κάτι που τα ενοχλεί
- Η αναγνώριση του δικαιώματός τους να λένε «όχι» σε ότι δεν είναι ευπρόσδεκτο για τα ίδια
- Η ενίσχυση του αυτοσεβασμού



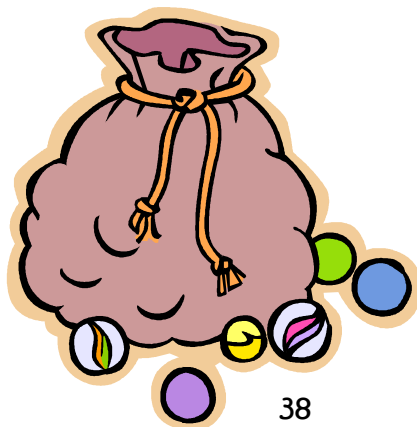
Διαδικασία

Εισαγωγή.

Πολλές φορές οι άλλοι κάνουν πράγματα ή μας ζητούν πράγματα με τα οποία δε συμφωνούμε, αισθανόμαστε άβολα ή ενοχλούμαστε. Καμιά φορά αυτό μπορεί να προέρχεται από άλλα παιδιά ή από τους μεγάλους.

Ας σκεφτούμε τέτοιες περιπτώσεις. Ας πει ο/η καθένας/μια από ένα παράδειγμα, όπου βρέθηκε στη δυσάρεστη θέση να του/της ζητά κάποιος/α κάτι που δεν του/της αρέσει.

Ας συγκεντρώσουμε μέσα σε ένα σακί όλα αυτά τα παραδείγματα.



Δραστηριότητα

Σε μικρές ομάδες δώστε στα παιδιά ορισμένα από αυτά τα θέματα, π.χ. κάποιο παιδί μου ζητά να σπάσω ένα τζάμι, κάποιο παιδί μου επιτίθεται και με χτυπά, ένας μεγάλος μου ζητά να πάω να κάτσω στην αγκαλιά του, ενώ εγώ δε θέλω.

Στις μικρές ομάδες καλούνται να κουβεντιάσουν:

- για το πώς νιώθουν τα παιδιά όταν βρίσκονται σε μια τέτοια θέση
- πώς αντιδρούν
- αν υπάρχει κάτι που νομίζουν ότι θα ήθελαν να πουν, αλλά φοβούνται

Δραστηριότητα «Το βιβλίο του μπορώ να πω όχι».

Τα μέλη της ομάδας φτιάχνουν το βιβλίο του **“Μπορώ να πω όχι”**, όπου περιλαμβάνουν όλες τις ιδέες τους για το πώς μπορούν να πουν όχι σε όσους τους πιέζουν, ενήλικες ή παιδιά. Το κάθε παιδί παίρνει ένα φύλλο χαρτιού και καταγράφει κάποιες περιπτώσεις στις οποίες πιστεύει ότι δικαιούται να πει όχι. Επίσης, μπορεί να καταγράψει και τον τρόπο, την έκφραση με την οποία μπορεί να αρνηθεί. Με τα φύλλα που θα συγκεντρώσετε μπορείτε να φτιάξετε το βιβλίο του **“Μπορώ να πω όχι”**. Στη συνέχεια μπορούν να φιλοτεχνήσουν το βιβλίο τους, να το ζωγραφίσουν και να το κρατήσουν στη βιβλιοθήκη της τάξης τους, για να ανατρέχουν σε αυτό.

Κλείσιμο

Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν όρθια στον κύκλο και μπαίνοντας ένα - ένα με τη σειρά στον κύκλο να δείξουν με μια κίνηση ή μια γκριμάτσα με ποια διάθεση φεύγουν από την ομάδα.



5^η Δραστηριότητα για γονείς:

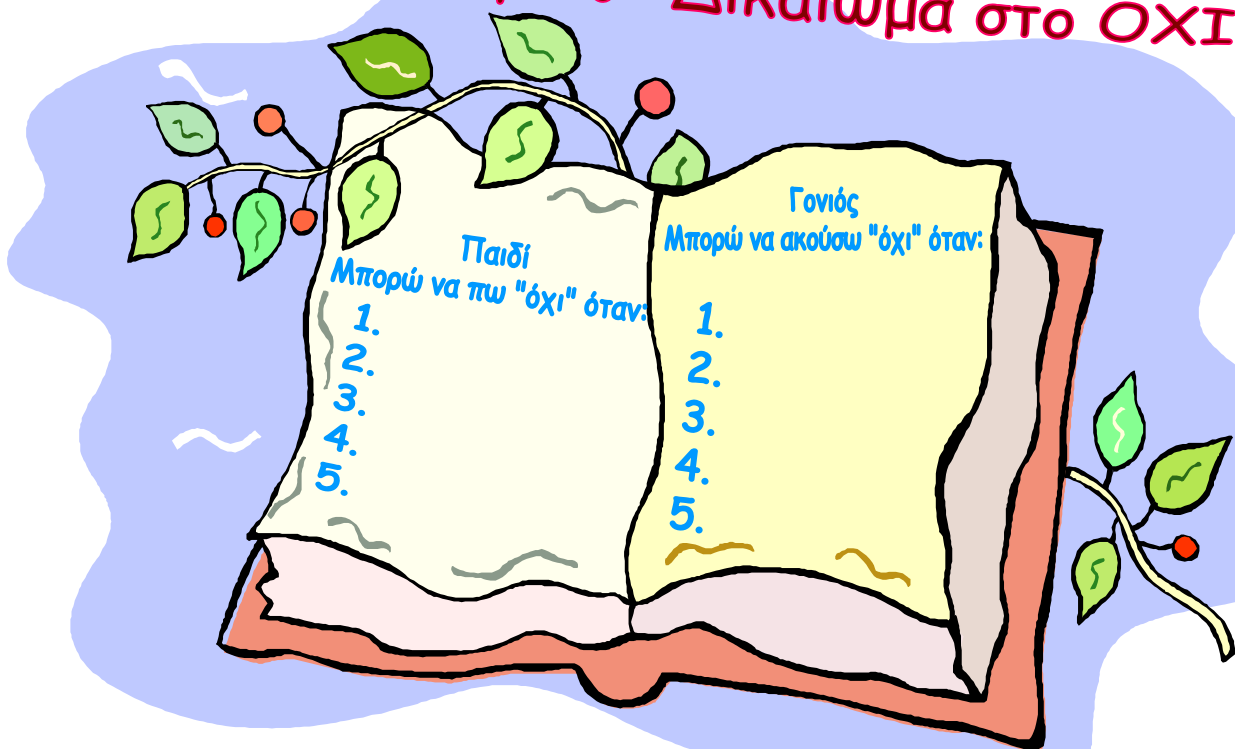
Αγαπητέ γονιέ,

Σήμερα τα παιδιά συζήτησαν για το δικαίωμά τους να αρνούνται κάτι που τα ενοχλεί. Έμαθαν ότι κανείς/ μια δεν μπορεί να τους επιβάλλει να πουν ή να κάνουν κάτι που τα ενοχλεί, τα πληγώνει ή τα προσβάλλει, είτε αυτός είναι ένας συνομήλικος ή ένα μεγαλύτερο παιδί, είτε είναι ένας/ μία ενήλικας.

Ο καλύτερος τρόπος για να διδάξουμε σε ένα παιδί τον αυτοσεβασμό και την αυτοπροστασία είναι να του μάθουμε να λέει «όχι» σε μια προτροπή ή και σε μια πίεση να κάνει κάτι που δεν του αρέσει, σεβόμενοι/ ες πριν απ' όλους εμείς το «όχι» του.

π.χ.: Είναι καλό να ξέρει ότι κανείς/ μια δεν μπορεί να το φιλήσει αν δε θέλει, ακόμη κι αν είναι κάποιος συγγενής ή φίλος, ενήλικας ή παιδί. Είναι καλό να ξέρει ότι κανείς δεν μπορεί να του επιβάλλει να κάνει κάτι που δεν θέλει, όπως να κλέψει ή να καταστρέψει κάτι.

Το μικρό βιβλίο "Δικαίωμα στο ΟΧΙ"



Μπορείτε με τη μορφή παιχνιδιού να συμπληρώσετε μαζί το βιβλίο του «Δικαίωμα στο ΟΧΙ» όπου από τη μια πλευρά θα καλέσετε το παιδί σας να γράψει πότε μπορεί να πει «όχι» κι από την άλλη να γράψετε εσείς πότε μπορείτε να ακούσετε «όχι». Να έχετε στο νου σας ότι η δραστηριότητα εστιάζει στην ενίσχυση της ικανότητάς του παιδιού να προστατεύσει τον εαυτό του.

Τα δικαιώματά μου

Στόχος

- Η ενίσχυση του αυτοσεβασμού
- Η ενημέρωση των παιδιών για τα δικαιώματά τους



Σκεπτικό

Ήδη στην προηγούμενη ενότητα τα παιδιά έχουν εξοικειωθεί με την ιδέα ότι μπορούν να λένε όχι και να αρνούνται κάτι άσχημο που οι άλλοι θέλουν να τους επιβάλλουν. Σημαντικό ωστόσο είναι τα παιδιά να ενημερωθούν για τα δικαιώματά τους και να ευαισθητοποιηθούν γύρω από αυτά.

Διαδικασία

Εισαγωγή με καταιγισμό ιδεών

Ο κάθε άνθρωπος, παιδί ή ενήλικας, έχει κάποια δικαιώματα που κανείς δεν μπορεί να αμφισβητήσει. Ποια νομίζετε ότι είναι αυτά;

Τα δικαιώματα που αναφέρουν τα παιδιά συγκεντρώνονται στον πίνακα.

Εμπλουτίστε τη συζήτηση με τα δικαιώματα των παιδιών που οι μαθητές/τριες δεν ανέφεραν από τη διακήρυξη των ψυχολογικών δικαιωμάτων των παιδιών που ακολουθεί.

Δραστηριότητα «Ζωγραφίζοντας τα δικαιώματά μας»

Σε μικρές ομάδες τα παιδιά αναλαμβάνουν να ζωγραφίσουν ένα από τα βασικά δικαιώματα που συνδέονται με τον αυτοσεβασμό και την αυτοπροστασία, έτσι όπως αυτά αντιλαμβάνονται. Μπορούν στη συνέχεια να κάνουν μια έκθεση με τα έργα τους μέσα στην τάξη.

Δραστηριότητα «Το βαλιτσάκι των πρώτων βοηθειών»

Παροτρύνετε τα παιδιά να φανταστούν ένα παιδί, του οποίου τα δικαιώματα βλέπουν ότι παραβιάζονται, είτε από άλλα παιδιά είτε από κάποιον μεγάλο. Ρωτήστε τα τι μπορούν να κάνουν εκείνα για αυτό το παιδί. Ζητήστε να ετοιμάσουν το «βαλιτσάκι των πρώτων βοηθειών», βάζοντας μέσα όλες τις ιδέες τους για το πώς μπορούν να βοηθήσουν ένα παιδί που είναι σε αυτή τη θέση.

Θέματα προς συζήτηση

- Πόσο σημαντικό είναι να σέβονται όλοι αυτά τα δικαιώματα;
- Πώς μπορούν τα ίδια τα παιδιά να τα διαφυλάξουν;

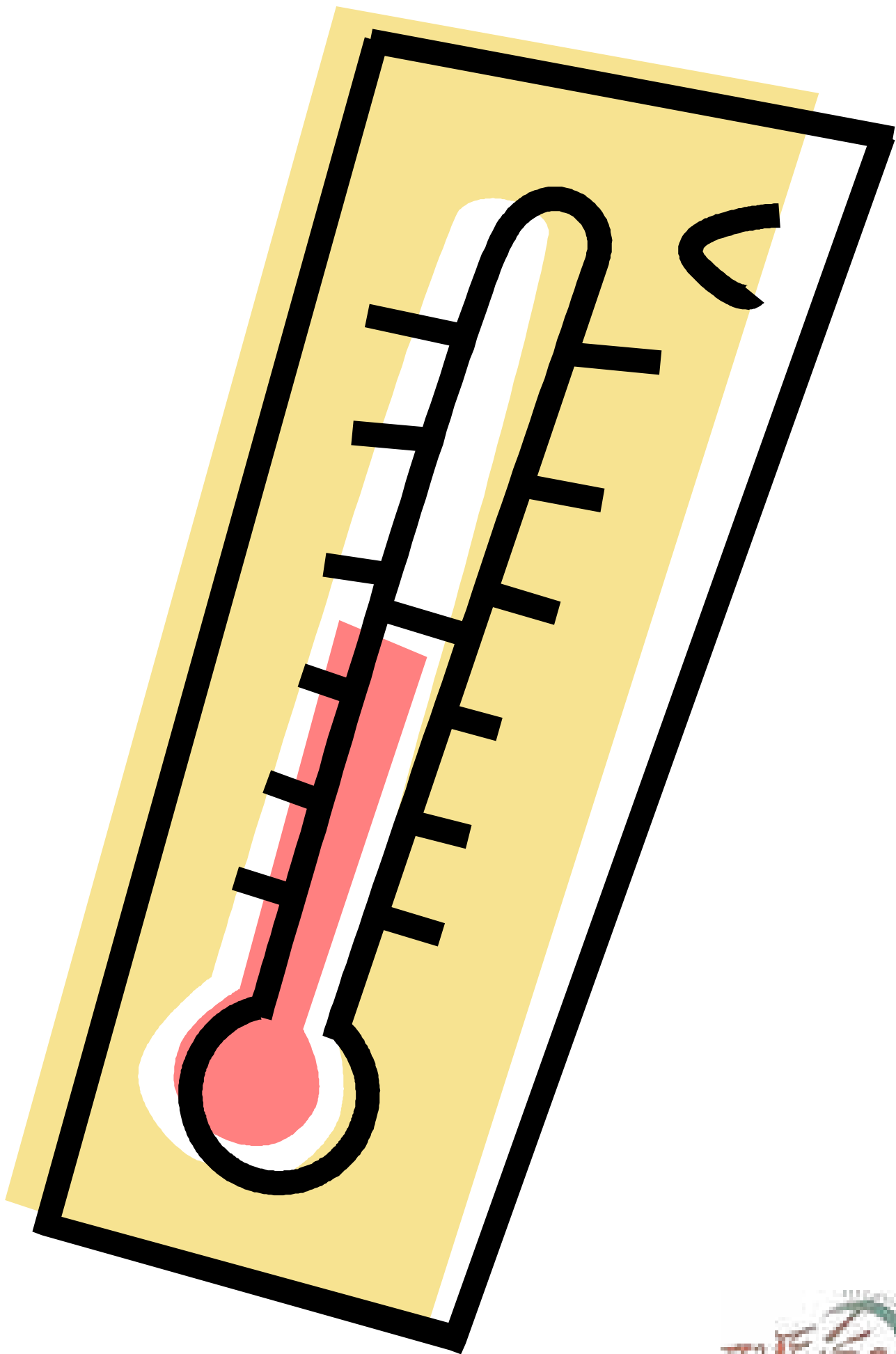
Κλείσιμο

«Πως σας φάνηκε η σημερινή μέρα;»

Καλέστε τα παιδιά να βαθμολογήσουν τη συνάντηση στο θερμόμετρο που ακολουθεί.

Κλείνοντας, ενημερώστε τα παιδιά ότι η επόμενη συνάντηση θα είναι η τελευταία, προκειμένου να τα προετοιμάσετε για την ολοκλήρωση του προγράμματος.)





Η Διακήρυξη των Ψυχολογικών Δικαιωμάτων του Παιδιού

Η Διεθνής Ένωση Ψυχολόγων ISPA, με αφορμή το Διεθνές έτος παιδιού το 1979, πρότεινε και υιοθέτησε τη Διακήρυξη των Ψυχολογικών δικαιωμάτων του παιδιού. Η «Τριάδα των Ψυχολογικών Δικαιωμάτων» αποτελείται από τρεις βασικές κατηγορίες δικαιωμάτων που έχουν σημασία από Ψυχολογική σκοπιά και που είναι θεμελιώδη για την ποιότητα ζωής και την πλήρη, ομαλή ανάπτυξη του παιδιού:

1. Κάθε παιδί έχει Δικαίωμα Στοργής και Προστασίας

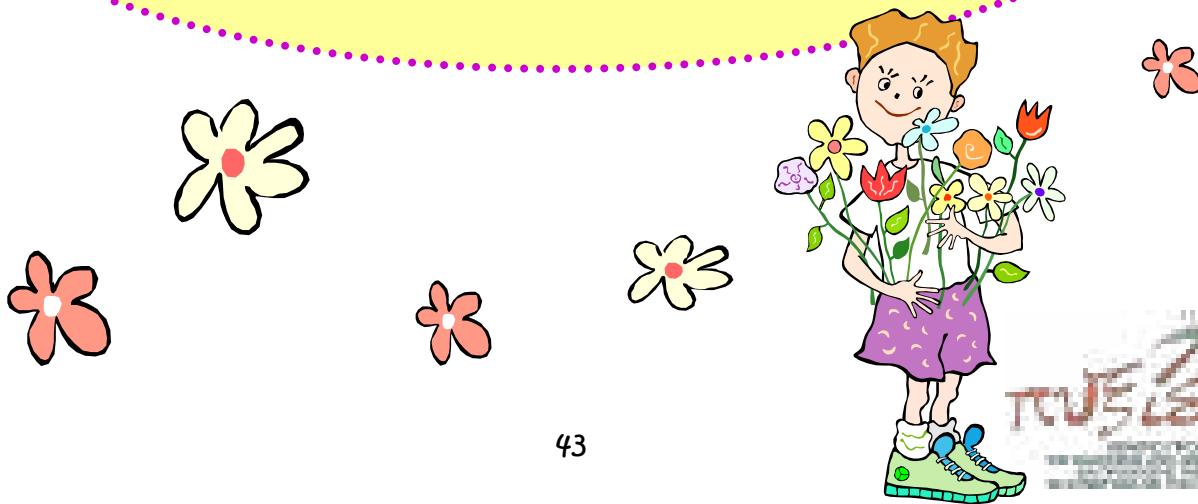
- 1.1 Δικαίωμα να έχει αγάπη, στοργή και κατανόηση.
- 1.2 Δικαίωμα να ζει σε περιβάλλον ελεύθερο από κινδύνους ψυχικού ή σωματικού τραύματος ή κακοποίησης.
- 1.3 Δικαίωμα να έχει προστασία, στήριξη και συνηγορία.

2. Κάθε παιδί έχει Δικαίωμα Προσωπικής, Πνευματικής και Κοινωνικής ανάπτυξης

- 2.1 Δικαίωμα ανάπτυξης προσωπικής ταυτότητας, ανεξαρτησίας και ελευθερία να εκδηλωθεί σε αυτούς τους τομείς.
- 2.2 Δικαίωμα ευκαιριών πνευματικής και ηθικής ανάπτυξης.
- 2.3 Δικαίωμα να έχει ικανοποιητικές διαπροσωπικές σχέσεις και να είναι υπεύθυνο μέλος στις ομάδες.

3. Κάθε παιδί έχει Δικαίωμα Εκπαίδευσης και Παιχνιδιού

- 3.1 Δικαίωμα σχολικής, τυπικής και άτυπης εκπαίδευσης και να έχει όλους τους αναγκαίους και κατάλληλους πόρους καθώς και όλα τα ιδιαίτερα μέσα.
- 3.2 Δικαίωμα για πλήρεις ευκαιρίες για παιχνίδι, ψυχαγωγία και δραστηριότητες με βάση τις επιθυμίες και τα όνειρά του.
- 2.3 Δικαίωμα να έχει άριστες συνθήκες σωματικής και ψυχικής ανάπτυξης, εμπύχωσης και ενδυνάμωσής του σε αυτούς τους τομείς.



«Αποχαιρετώντας το σπίτι των παιδιών»

ΣΚΕΠΤΙΚΟ

Στόχος

- ☉ Να αναγνωρίσουν τα παιδιά τα όσα αποκόμισαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος
- ☉ Να αξιολογήσουν το πρόγραμμα
- ☉ Να αποχαιρετήσουν την ομάδα και «το σπίτι των παιδιών»

Το πρόγραμμα έφτασε στο τέλος του. Η τελευταία συνάντηση είναι συνάντηση ολοκλήρωσης του προγράμματος και αξιολόγησης του τι συνέβη και τι αντίκτυπο είχε στον καθένα. Η ομάδα στις 12 συναντήσεις διήνυσε μια πορεία, έχοντας σα βάση ένα σπίτι, ένα σπίτι που συνυπάρχουν τα παιδιά και το οποίο θα μπορούσε να παραλληλιστεί με το χώρο του σχολείου. Στη διάρκεια του προγράμματος τα παιδιά είχαν την ευκαιρία να γνωριστούν καλύτερα και να θέσουν τα ίδια με τη βοήθεια του συντονιστή/στριας τους όρους λειτουργίας της ομάδας. Κατασκεύασαν το σπίτι τους, έτσι όπως θα ήθελαν να είναι και μίλησαν για θέματα συνεργασίας και επαφής μέσα στην ομάδα. Έθεσαν τις προϋποθέσεις δημιουργίας ενός σχολείου που συμβάλλει στη μείωση της επιθετικότητας. Διερεύνησαν τα συναισθήματα, ευχάριστα και δυσάρεστα και τον τρόπο που εκφράζεται ο εκνευρισμός, ο θυμός, αλλά κι ο φόβος. Συζήτησαν για τις «λέξεις που πληγώνουν» που μπορεί να είναι και η αιτία ή η αφορμή επιθετικών συμπεριφορών. Αναγνώρισαν τη σημασία της επικοινωνίας, ως μέσο επίλυσης διαφορών και διαμόρφωσης καλών σχέσεων. Εστίασαν στη διαφορετικότητα που μπορεί να αποτελέσει αφορμή για κακομεταχείριση ή απομόνωση. Τελικά διερεύνησαν τρόπους με τους οποίους εκφράζονται οι συγκρούσεις και αναζήτησαν άλλους πιο εποικοδομητικούς τρόπους επίλυσης συγκρούσεων. Επίσης, τα παιδιά συζήτησαν για το δικαίωμά τους να λένε «όχι», όταν τους ζητούν κάτι οι άλλοι, που τα ίδια θεωρούν ότι τους ενοχλεί ή τα προσβάλλει, ενώ μίλησαν και για τα άλλα δικαιώματά τους. Η τελευταία συνάντηση δίνει τη δυνατότητα να αξιολογήσει ο καθένας τον αντίκτυπο που είχαν όλες αυτές οι εμπειρίες στον ίδιο και στην ομάδα, να ολοκληρώσει την πορεία που έκανε ως πρόσωπο στο πλαίσιο του προγράμματος, αλλά και να αποχαιρετήσει την ομάδα και το σπίτι των παιδιών.



Διαδικασία

Εισαγωγή

Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι η σημερινή συνάντηση είναι η τελευταία. Μιλήστε τους λιγάκι για το τι έχει προηγηθεί. Δώστε την ευκαιρία στα παιδιά να μοιραστούν τις εμπειρίες τους από το πρόγραμμα. Ζητήστε να σας πουν τι θυμούνται από τις συναντήσεις, αν υπάρχει κάτι που έμαθαν για τους εαυτούς τους και τους συμμαθητές/ τριες τους.

Κάντε μια σύνδεση των όσων έχουν διαδραματιστεί στην ομάδα με το θέμα της επιθετικότητας και ζητήστε τους να σας πουν πώς θα μπορούσαν να χρησιμοποιήσουν τα όσα έμαθαν στο πρόγραμμα για την αντιμετώπιση της δικής τους επιθετικότητας ή των άλλων.

Δραστηριότητα «Η πορεία της ομάδας»

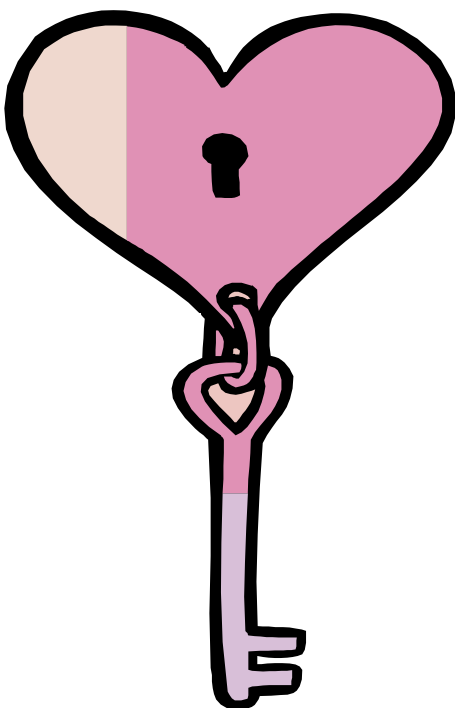
Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες και ζητήστε από κάθε ομάδα να κάνει μια ζωγραφιά που να δείχνει την πορεία της ομάδας, καθώς και το τι έχει γίνει μέχρι τώρα (ό,τι θυμούνται τα παιδιά). Στη συνέχεια καλέστε την κάθε ομάδα να παρουσιάσει τη ζωγραφιά της. Στο τέλος όλοι μαζί λένε τι κοινό υπάρχει στις ζωγραφιές και προσθέτουν αυτό που θεωρούν ότι λείπει από τα σχέδιά τους.

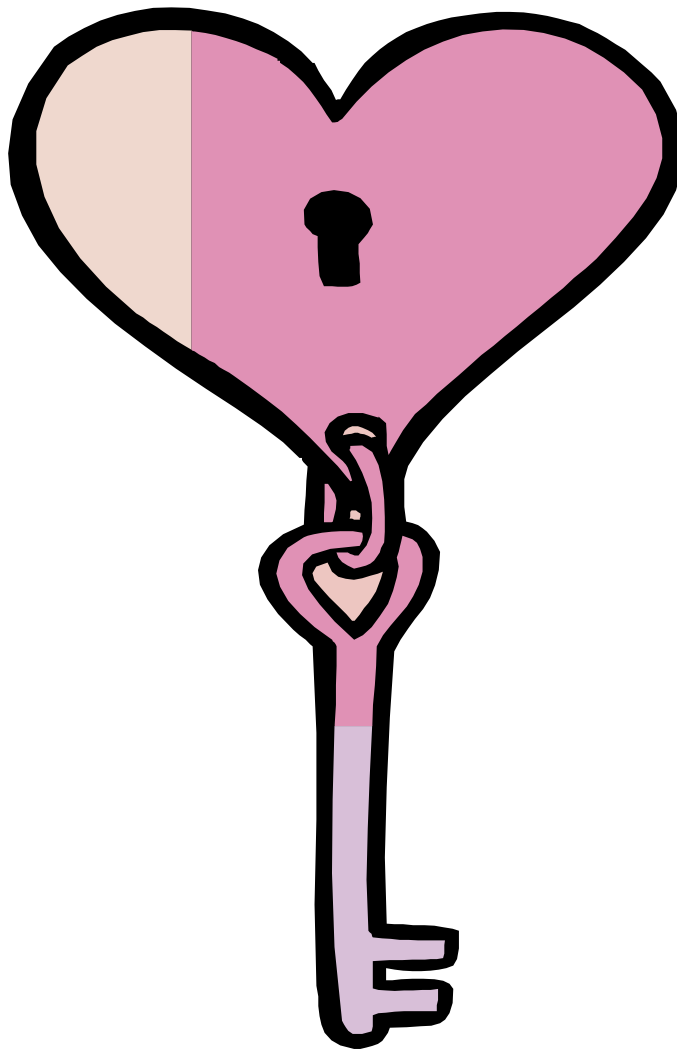
Δραστηριότητα «Τα κλειδιά του σπιτιού»

Δώστε στο κάθε παιδί δύο από τα κλειδιά που θα βρείτε στη συνέχεια. Πείτε τους ότι με αυτά τα κλειδιά θα κλείσουν το σπίτι στο οποίο περάσανε τις 13 αυτές συναντήσεις. Στο ένα κλειδί θα γράψουν κάτι **που κρατάνε** από το πρόγραμμα (π.χ. κάτι που έμαθαν, κάποια σημαντική για αυτά εμπειρία κλπ), ενώ στο άλλο κάτι **που θέλουν να αφήσουν πίσω στο σπίτι** (π.χ. το θυμό τους για κάποιον, μια συμπεριφορά τους ή οτιδήποτε άλλο). Μπορούν να κρατήσουν τα κλειδιά που αναφέρονται σ' αυτό που θέλουν να πάρουν και ν' αφήσουν σε εσάς αυτό που θέλουν να αφήσουν πίσω τους.

Καλέστε τα αν θέλουν να μοιραστούν κάτι με την ομάδα.

Όλοι μαζί στο τέλος βγείτε έξω και κλείστε το «σπίτι» - την αίθουσα.





6^η Δραστηριότητα για γονείς:



Γεια χαρά!!!!

Αγαπητοί γονείς,

Εδώ το πρόγραμμα «Το σπίτι των παιδιών» τελειώνει. Τα παιδιά έκαναν στην ομάδα της τάξης το δικό τους απολογισμό. Είναι σειρά σας να κάνετε το δικό σας.

Κρατάτε στα χέρια σας ένα κλειδί. Στο κλειδί θα γράψετε κάτι που μάθατε για σας ή το παιδί σας ή κάποια σημαντική εμπειρία που είχατε μέσα από την εμπλοκή σας στο πρόγραμμα.

Μπορείτε να το δείξετε στο παιδί σας και να το συζητήσετε μαζί του. Καλέστε το να σας δείξει ή να σας μιλήσει και για τα δικά του κλειδιά.

Παρακαλώ συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο αξιολόγησης που ακολουθεί.



Goodbye



Δραστηριότητα για γονείς:

Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης Προγράμματος «Το σπίτι των παιδιών»

Παρακαλώ πείτε μας τη γνώμη σας κυκλώνοντας έναν αριθμό από το 1 έως το 5

1. Το πρόγραμμα που συμμετείχε το παιδί μου κι εγώ,

α. Ήταν χρήσιμο για το παιδί μου;

<i>Καθόλου</i>	<i>Λίγο</i>	<i>Μέτρια</i>	<i>Πολύ</i>	<i>Πάρα πολύ</i>
1	2	3	4	5

β. Ήταν χρήσιμο για μένα;

<i>Καθόλου</i>	<i>Λίγο</i>	<i>Μέτρια</i>	<i>Πολύ</i>	<i>Πάρα πολύ</i>
1	2	3	4	5

2. Οι δραστηριότητες του προγράμματος μου φάνηκαν ενδιαφέρουσες;

<i>Καθόλου</i>	<i>Λίγο</i>	<i>Μέτρια</i>	<i>Πολύ</i>	<i>Πάρα πολύ</i>
1	2	3	4	5

3. Νομίζω ότι θα εφαρμόσω στη ζωή μου κάποια από τα πράγματα που έμαθα;

<i>Καθόλου</i>	<i>Λίγο</i>	<i>Μέτρια</i>	<i>Πολύ</i>	<i>Πάρα πολύ</i>
1	2	3	4	5

4. Σε ποιο βαθμό συμμετείχατε στο πρόγραμμα; (πχ. Έκανα τις δραστηριότητες για γονείς, παρακολούθησα συζητήσεις)

<i>Καθόλου</i>	<i>Λίγο</i>	<i>Μέτρια</i>	<i>Πολύ</i>	<i>Πάρα πολύ</i>
1	2	3	4	5

5. Πιστεύω ότι πρέπει να υπάρχουν και άλλα παρόμοια προγράμματα στο σχολείο;

<i>Καθόλου</i>	<i>Λίγο</i>	<i>Μέτρια</i>	<i>Πολύ</i>	<i>Πάρα πολύ</i>
1	2	3	4	5

6. Παρακαλώ να καταγράψετε κάτι που πιθανόν δεν σας άρεσε στο πρόγραμμα:



«Η πρόληψη της επιθετικότητας και του εκφοβισμού στο σχολείο»

Μαρία Κυριακίδου, Ψυχολόγος-Προσωποκεντρική Σύμβουλος
Αναπληρώτρια Επιστημονικά Υπεύθυνη ΠΥΞΙΔΑΣ

Επιθετικότητα και εκφοβισμός

Η επιθετικότητα και ο εκφοβισμός είναι προβλήματα που εμφανίζονται από παλιά στο χώρο του σχολείου και απασχολούν αυτούς που πρωταγωνιστούν στη σχολική ζωή. Αντικατοπτρίζουν από την άλλη την πραγματικότητα που επικρατεί στην κοινωνία και, όπως είναι αναμενόμενο, σε περιόδους κρίσης επιδεινώνονται. Απώτερος αυτής της κατάστασης είναι οι συχνές διαμαρτυρίες γονέων και δασκάλων για την επιθετική συμπεριφορά των παιδιών προς τους συνομηλίκους αλλά και τους ενήλικες, όπως συχνές είναι και οι διαμαρτυρίες από πολίτες και ο προβληματισμός που εκφράζουν για βίαιες πράξεις που λαμβάνουν χώρα καθημερινά μεταξύ των ενηλίκων.

Προσπαθώντας να διερευνήσουμε την κατάσταση αυτή χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή για την αποφυγή γενικεύσεων και υπεραπλουστεύσεων, έτσι ώστε πραγματικά να κατανοήσουμε αυτό που συμβαίνει- χωρίς διαστρεβλώσεις- και να μπορέσουμε στη συνέχεια να προχωρήσουμε στο σχεδιασμό παρεμβάσεων πρόληψης και αντιμετώπισης.

Η επιθετικότητα χαρακτηρίζεται από τον Herbert (1998) ως ένα φυσιολογικό, αν και ενοχλητικό, μέρος της διαδικασίας της κοινωνικοποίησης που εμφανίζεται ήδη ως θυμός από τη βρεφική ηλικία. Ωστόσο, καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, οι εκδηλώσεις της επιθετικότητας διαφοροποιούνται. **Η συχνότητα, η ένταση, ο αριθμός των επεισοδίων, η διάρκεια της επιθετικής συμπεριφοράς και η αίσθηση που αφήνει στον επιτιθέμενο αλλά και στον αποδέκτη της προσδιορίζουν και την αναγκαιότητα παρέμβασης από πλευράς των ενηλίκων.**

Οι Parke & Slaby (1983) ορίζουν ως επιθετικότητα μια πράξη κατά την οποία κάποιος πληγώνει ή βλάπτει κάποιον από πρόθεση. Το στοιχείο της πρόθεσης είναι καθοριστικό στο να χαρακτηριστεί μια συμπεριφορά ως επιθετική.

Ιδιαίτερα ανησυχητικό τα τελευταία χρόνια είναι το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού. Ο Farrington (1993) ορίζει το σχολικό εκφοβισμό ως τη φυσική, λεκτική ή ψυχολογική επίθεση ή προσβολή, που έχει πρόθεση να προκαλέσει φόβο, ανησυχία ή πόνο στο θύμα. Περιλαμβάνει μια ανισορροπία ισχύος με το δυνατότερο παιδί να πιέζει το αδύναμο και επαναλαμβάνεται μεταξύ των ίδιων παιδιών με διατήρηση των ρόλων ανισορροπίας για μεγάλη χρονική περίοδο. Επιπλέον, πρόκειται για επιθετική συμπεριφορά που εκδηλώνεται αναίτια, χωρίς να αποτελεί απόκριση σε προηγούμενη πρόκληση από το θύμα. Ο Olweus (1993), τονίζει πως ο σχολικός εκφοβισμός (bullying) συνδέεται με μια ανισότητα δύναμης, σύμφωνα με την οποία οι μαθητές/τριες, που δέχονται τις αρνητικές πράξεις, είναι αδύναμοι/ες να υπερασπιστούν τους εαυτούς τους και αβοήθητοι/ες μπροστά στους επιτιθέμενους/ες.

Ο σχολικός εκφοβισμός και η θυματοποίηση αναφέρονται σε πολλές μορφές βίας που λαμβάνουν χώρα μεταξύ των παιδιών και θα μπορούσαν να κατηγοριοποιηθούν στα εξής:

- Άμεση σωματική επίθεση (ξύλο, χτυπήματα, σπρωξίματα, φτυσίματα)
- Έμμεση σωματική επίθεση (καταστροφή, αποστέρηση προσωπικών αντικειμένων, κλεψιά)
- Άμεση λεκτική επίθεση (βρισιές, προσβλητικά-υποτιμητικά λόγια)
- Έμμεση λεκτική επίθεση (διάδοση φημών)
- Εξαναγκασμός ενός παιδιού να δώσει το κολατσιό του, να κλέψει κάτι, να αγοράσει με δικά του χρήματα κάτι για άλλο παιδί
- Κοινωνικός/ψυχολογικός εκφοβισμός (αποκλεισμός ενός παιδιού από τις παρέες, περιθωριοποίηση)
- Σεξουαλικός εκφοβισμός (ενοχλητικά αγγίγματα ή λόγια, προσβλητικά μηνύματα, γράμματα, εικόνες)
- Ηλεκτρονικός εκφοβισμός (χρήση internet, chat room, ηλεκτρονικών μηνυμάτων, κινητού τηλεφώνου & μηνυμάτων με στόχο την απειλή, την κακοποίηση, την υποτίμηση)

Παρά το ότι ο σχολικός εκφοβισμός εντοπίζεται σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης- ήδη από τον παιδικό σταθμό παρατηρούνται τέτοιου τύπου συμπεριφορές μεταξύ των νηπίων- δυστυχώς αρκετές μορφές επιθετικότητας και εκφοβισμού δεν αναγνωρίζονται ούτε από τα παιδιά αλλά ούτε και από τους ενήλικες.

Ερευνητικά δεδομένα για την έκταση του φαινομένου

Η διερεύνηση του φαινομένου στη χώρα μας εξηγεί την ανησυχία που εκφράζεται:

- Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας 2001-2002 το ποσοστό των μαθητών που εκφοβιζόταν στην Ελλάδα εκείνη την περίοδο έφτανε το 8,7%, ενώ των μαθητών που εκφόβιζαν το 7,45%.
- Σε έρευνα, που διεξήχθη σε σχολεία της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης όλης της χώρας μετά από λίγα χρόνια, φάνηκε ότι το 3-15% των μαθητών/τριων Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης θυματοποιούνται, κυρίως λεκτικά, το 2-3% δηλώνουν ότι υπήρξαν θύτες, ενώ το 14% των μαθητών/τριών φοβάται ή αγωνιά ότι θα υποστεί κάποια μορφή εκφοβισμού (Δεληγιάννη-Κουϊμτζή & Ψάλτη 2006)
- Συνολικότερα στην Ευρώπη εκτιμάται ότι ένα ποσοστό 15% των μαθητών έχουν εμπειρίες εκφοβισμού, που συχνότερα παρουσιάζεται σε παιδιά ηλικίας 8 έως 15 χρονών (Olweus 1995)
- Οι μαθητές του δημοτικού θεωρούν συχνότερο το λεκτικό εκφοβισμό (υβριστικά λόγια, απειλές) και την κοινωνική απομόνωση στο χώρο του σχολείου, ενώ λιγότερο συχνή θεωρούν τη σωματική βία. Τα αγόρια φαίνεται να εμπλέκονται συχνότερα σε σωματικές επιθέσεις, ενώ τα κορίτσια στην περιθωριοποίηση των συνομηλίκων και στη διάδοση φημών (Gumpel & Meadan 2000, Δεληγιάννη- Κουϊμτζή & Ψάλτη 2006⁶)
- Τόσο οι έφηβοι ελληνικής όσο και εκείνοι αλλοδαπής καταγωγής υφίστανται και διαπράττουν εκφοβισμό σε παρόμοια ποσοστά (Κοκκέβη, Σταύρου, Φωτίου & Καναβού 2010)
- Οι έφηβοι θύτες αλλά και οι έφηβοι θύματα αναφέρουν σε σημαντικά χαμηλότερα ποσοστά, συγκριτικά με τους μαθητές που δεν εμπλέκονται σε εκφοβισμό, ότι ανυπομονούν να πάνε στο σχολείο και ότι ευχαριστούνται τις σχολικές δραστηριότητες, καθώς κι ότι αισθάνονται μέλη της σχολικής κοινότητας (Κοκκέβη και συν. 2010⁹)

- Σε έρευνα των Χονδουμάδη & Πατεράκη (2001) σε σχολεία της Αθήνας, όπου διερευνήθηκαν οι απόψεις των μαθητών για τη σχολική επιθετικότητα, φάνηκε ότι κατά τη γνώμη των παιδιών οι δάσκαλοι του δημοτικού σχολείου δε γνωρίζουν την έκταση του προβλήματος στο σχολείο τους.
- Τα περισσότερα θύματα προτιμούν να αναφέρουν τη θυματοποίησή τους στους γονείς και όχι στους δασκάλους (Χονδουμάδη & Πατεράκη 2001¹⁰, Δεληγιάννη-Κουϊμτζή, Ψάλτη 2006⁶)
- Οι γονείς συνήθως δεν επικοινωνούν με το σχολείο, για να σταματήσουν τον εκφοβισμό (Γιαννακοπούλου, Διερεμέ, Σουμάκη, Χατζηπέμου, Ασημόπουλος & Τσιάντης 2010).
- Οι εκπαιδευτικοί, από την άλλη, αναγνωρίζουν κυρίως τη σωματική μορφή του εκφοβισμού, ενώ δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν τις άλλες μορφές του. Τείνουν να του δώσουν μικρότερη προσοχή σε σχέση με τους μαθητές/τριες στην ένταση και τη σοβαρότητα της κατάστασης. Ορισμένοι το θεωρούν ως συμπεριφορά που αγγίζει τα όρια του φυσιολογικού και τους ανησυχεί μόνο όταν προχωρά στην πρόκληση τραυματισμού (Ασημόπουλος, Χατζηπέμος, Διαρεμέ, Γιαννακοπούλου & Τσιάντης).

Παράγοντες που συμβάλλουν στην επιθετικότητα και τον εκφοβισμό

Εκτιμάται ότι πολλοί είναι οι παράγοντες που συμβάλλουν στην επιθετικότητα και τον εκφοβισμό, όπως αυτοί που σχετίζονται με τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας του παιδιού αλλά και του περιβάλλοντός του, συμπεριλαμβανομένων της οικογένειας, του σχολείου και των συνομηλίκων, αλλά και της ευρύτερης κοινωνίας.

Φαίνεται ότι τα παιδιά που εμπλέκονται στον εκφοβισμό, θύματα και θύτες, εμφανίζουν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα (Κοκκέβη και συν. 2010⁹) για την εφηβεία και τη βία, τόσο οι δράστες όσο και τα θύματα του εκφοβισμού αναφέρουν προβλήματα σωματικής και ψυχοκοινωνικής υγείας σε σημαντικά υψηλότερα ποσοστά συγκρινόμενοι με τους συνομηλίκους τους που δεν αναφέρουν εμπειρίες εκφοβισμού. Συγκεκριμένα δράστες και θύματα αναφέρουν συμπτώματα διαταραχής διαγωγής & ελλειμματικής προσοχής/ υπερκινητικότητας, ενώ οι έφηβοι που υφίστανται εκφοβισμό αναφέρουν επιπλέον συμπτώματα διαταραχής συναισθήματος και προβλήματα στις σχέσεις με τους συνομηλίκους, καθώς επίσης έχουν μια κακή εικόνα για την εξωτερική τους εμφάνιση.

Από τις έρευνες φαίνεται πως υπάρχει σημαντική σχέση τόσο μεταξύ της επιθετικής συμπεριφοράς των παιδιών στο σχολείο και της ενδοοικογενειακής ζωής όσο και του τρόπου διαπαιδαγώγησης που ακολουθούν οι γονείς. Οι ενδοοικογενειακές συγκρούσεις και οι καβγάδες επιφορτίζουν συναισθηματικά τα παιδιά και οδηγούν κάποια από αυτά σε επιθετική ή και βίαιη συμπεριφορά προς τους συνομηλίκους τους. Η σωματική τιμωρία από τους γονείς στο σπίτι συνδέεται άμεσα με την επιθετικότητα των παιδιών (Smith, Nika & Parasideri 2004), καθώς αποτελεί για τα παιδιά ένα άμεσο πρότυπο επίλυσης προβλημάτων, που αφορούν στις διαπροσωπικές σχέσεις, και από την άλλη συσσωρεύει πικρία, θυμό κι απογοήτευση στα παιδιά. Η έλλειψη υποστήριξης του παιδιού από την οικογένεια προκαλεί επίσης έντονο θυμό, που μεταφέρεται στο σχολικό περιβάλλον (Fryxell & Smith 2000, Κοκκέβη και συν. 2010⁹). Παράλληλα, η απουσία συναισθηματικού δεσμού με τα παιδιά και η σκληρότητα των γονέων διδάσκουν μian αντίστοιχη στάση στα παιδιά, ενώ η υπερπροστατευτικότητα από την άλλη αφήνει κάποια παιδιά απροστάτευτα και ανεφοδίαστα απέναντι στις επιθέσεις που δέχονται (Κοκκέβη και συν. 2010⁹).

Οι σημαντικότεροι παράγοντες που συνδέονται με τον εκφοβισμό στο χώρο του σχολείου είναι το ψυχολογικό κλίμα του σχολείου και οι στάσεις των εκπαιδευτικών . Παράλληλα, η έλλειψη γνώσεων γύρω από τον εκφοβισμό και άλλα θέματα και προβλήματα των παιδιών, η ελλιπής υποστήριξη των εκπαιδευτικών για την αντιμετώπιση κρίσεων, η απουσία μαθημάτων και διαδικασιών που καλλιεργούν την κοινωνικότητα των παιδιών, δημιουργούν ένα σχολείο απρόσωπο και διδακτικό, που αδυνατεί να εντάξει κάποιους μαθητές και να λειτουργήσει προληπτικά για τέτοια φαινόμενα. Η απουσία υποστηρικτικών σχέσεων εντός σχολείου σε συνδυασμό με τις δυσκολίες που παρουσιάζονται στην επικοινωνία και τη συνεργασία με την οικογένεια (ιδιαίτερα με τις οικογένειες κάποιων παιδιών), δυστυχώς αφήνει τα παιδιά εκτεθειμένα σε πολλούς κινδύνους. Επιπρόσθετα, ο προσανατολισμός στην ακαδημαϊκή επίδοση και η συρρίκνωση του κοινωνικοποιητικού και του παιδαγωγικού χαρακτήρα του σχολείου θέτει εκτός σχολικού πλαισίου μαθητές με χαμηλές επιδόσεις και παράλληλα τους αφήνει εκτεθειμένους σε παραβατικές συμπεριφορές.

Οι σύγχρονες κοινωνικές συνθήκες στην περίοδο της κρίσης οξύνουν το φαινόμενο, καθώς το φαινόμενο της βίας αφορά στην καθημερινότητα παιδιών και οικογενειών, γεγονός που ενισχύεται και από το ρόλο των ΜΜΕ.

Οι συνέπειες της επιθετικότητας και του εκφοβισμού

Τα αποτελέσματα της βίας προς τα παιδιά, δυστυχώς, επηρεάζουν τόσο το παρόν όσο και το μέλλον τους, καθώς οι επιπτώσεις μπορεί να εξακολουθούν να εμφανίζονται πολλά χρόνια αργότερα. Η επιθετικότητα επηρεάζει αρνητικά και επιβαρύνει τόσο τους μαθητές που την υφίστανται, όσο και τους μαθητές που την ασκούν. Εξάλλου φαίνεται πως σε αρκετές περιπτώσεις δεν είναι εύκολο να διακρίνουμε τους θύτες και τα θύματα, καθώς μπορεί μέσα σε διαφορετικό πλαίσιο σχέσης τα παιδιά να αλλάξουν ρόλο. Ο εκφοβισμός επιβαρύνει επίσης και τα παιδιά που τον υφίστανται έμμεσα, παρακολουθώντας τη βία που διαμείβεται μεταξύ συμμαθητών/τριών τους, των σιωπηλών δηλ. παρατηρητών.

Τα παιδιά «θύματα»

Τα παιδιά που γίνονται θύματα εκφοβιστικών συμπεριφορών έχουν συνήθως χαμηλή αυτοεκτίμηση, δεν έχουν επαρκώς αναπτύξει τη διεκδικητικότητα τους, ενώ τείνουν να υποτάσσονται στις εντολές άλλων παιδιών. Είναι συνήθως μοναχικά παιδιά, με ελλιπείς κοινωνικές δεξιότητες, καθώς και με δυσκολίες στην επίλυση προβλημάτων (Olweus 1999). Σε πολλές περιπτώσεις το ρόλο του θύματος έχουν παιδιά με ιδιαίτερες ανάγκες, που διαφέρουν από το σύνολο των συμμαθητών και στιγματίζονται από αυτό.

Τα παιδιά θύματα επιβαρύνονται πολλαπλώς: ενισχύεται η θυματοποίηση τους και ζουν στο περιθώριο του σχολείου, με έντονο άγχος και φόβο για αρνητική αξιολόγηση από τους συνομηλίκους (Slee 1994, Trider 2000). Παιδιά που επανειλημμένα γίνονται αποδέκτες επιθέσεων στο σχολείο αντιμετωπίζουν προβλήματα, όπως σωματική και ψυχολογική καταπόνηση, δυσκολίες συγκέντρωσης και δυσκολίες προσαρμογής στο σχολικό περιβάλλον. Συχνά πλήττεται η ακαδημαϊκή τους επίδοση, ενώ μπορεί να εκδηλώσουν σχολική φοβία. Ο εκφοβισμός σχετίζεται επίσης με χαμηλή αυτοεκτίμηση, έντονο άγχος και συμπτώματα κατάθλιψης (Hawker & Boulton 2000), καθώς και με απόπειρες αυτοκτονιών σε ορισμένες περιπτώσεις.

Τα παιδιά «θύτες»

Όσον αφορά στα παιδιά που έχουν ρόλο δράστη στα επεισόδια εκφοβισμού είναι παιδιά που αδυνατούν να τηρούν κανόνες και όρια, έχουν έντονο παρορμητισμό, μειωμένη ικανότητα αυτοελέγχου και χαρακτηρίζονται από έλλειψη ενσυναίσθησης για τον άλλον και μια υπερεκτίμηση του εαυτού τους. Συνήθως παρουσιάζουν δυσκολίες προσαρμογής στο σχολείο και τείνουν να διακόπτουν τη σχολική τους φοίτηση, ενώ μακροχρόνια αντιμετωπίζουν προβλήματα με το νόμο και μπορεί να έχουν εγκληματική συμπεριφορά, να βιώσουν ανεργία, να εμφανίσουν κατάθλιψη, άγχος, σοβαρές δυσκολίες στη δημιουργία & διατήρηση θετικών σχέσεων στην ενήλικη ζωή (Olweus 1993⁴) και, γενικά, επίπεδα μειωμένης προσαρμοστικότητας και επιτυχίας ως ενήλικες. Σε αρκετές περιπτώσεις οι θύτες έχουν οι ίδιοι προηγουμένως θυματοποιηθεί από συνομηλίκους ή ενήλικες. Τα προβλήματα κατά το Farrington (1993³) δεν είναι μόνο συνεχή, αλλά μεταφέρονται και από γενιά σε γενιά, καθώς οι συνήθειες επιτιθέμενοι είναι πολύ πιθανόν να ασκούν βία στους συντρόφους και τα παιδιά τους, συνθήκη που διαιωνίζει τον κύκλο της βίας και αναπαράγει νέες γενιές επιθετικών παιδιών. Δυστυχώς τα παιδιά αυτά στην καθημερινή πρακτική αντιμετωπίζονται με ποινές και κατασταλτικά μέτρα.

Τα παιδιά «θεατές»

Τα παιδιά θεατές δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν τη δική τους ευθύνη στον εκφοβισμό. Σημαντικότερες ωστόσο είναι οι συνέπειες και για τα παιδιά αυτά, που υφίστανται έμμεσα τη βία, μέσα από τη βία που βλέπουν μπροστά στα μάτια τους να ασκείται σε συμμαθητές τους. Τα παιδιά αυτά μαθαίνουν να ανέχονται συμπεριφορές επιθετικές και προσβλητικές, παθητικοποιούνται και υιοθετούν την αντίληψη ότι το δίκιο είναι του ισχυρού και εξοικειώνονται με πράξεις που προκαλούν πόνο. Οι θεατές με τη σιωπή τους διατηρούν και ενισχύουν τον εκφοβισμό. Πολλά από τα παιδιά που παρακολουθούν σκηνές εκφοβισμού συμμετέχουν τελικά επευφημώντας τον/την εκφοβιστή/στρια, ή τελικά, αλλάζοντας στρατόπεδο, αναλαμβάνουν ενεργό ρόλο στην εκφοβιστική πράξη.

Στο σύνολο τους τα παιδιά επιβαρύνονται, καθώς ο εκφοβισμός δημιουργεί ένα κλίμα ανασφάλειας και φόβου σχεδόν για όλους κι όλες. Οι συνέπειες περιπλέκονται, καθώς τα παιδιά, όπως φαίνεται και από τις έρευνες, σιωπούν και αποκρύπτουν συνήθως από τους γονείς και τους δασκάλους τις εμπειρίες του εκφοβισμού, γιατί φοβούνται ότι θα κατηγορηθούν. Είναι πεπεισμένα ότι κανείς δε θα κάνει κάτι αποτελεσματικό και φοβούνται ότι θα χαρακτηριστούν ως δειλά, ανήμπορα ή «καρφιά». Επιπλέον, φοβούνται και την περαιτέρω αντίδραση των δραστών. Αυτός ο φόβος και η σιωπή τροφοδοτεί το σχολικό εκφοβισμό και το αίσθημα ανημπόριας των θυμάτων.

Πρόληψη της επιθετικότητας και του εκφοβισμού

Η ενασχόληση του σχολείου με το θέμα της επιθετικότητας και του εκφοβισμού, όπως επιβεβαιώνεται και από τα προαναφερόμενα δεδομένα, επιβάλλεται τόσο στην κατεύθυνση της πρόληψης όσο και της αντιμετώπισης.

Η πρόληψη της επιθετικότητας απαιτεί μια συνολική προσέγγιση, που θα κινητοποιεί το σχολείο και την ευρύτερη κοινότητα (Smith 2000¹⁹). Είναι απαραίτητο τέτοιου τύπου προσπάθειες να απευθύνονται όχι μόνο στα θύματα και τους επιτιθέμενους, αλλά επίσης στην οικογένεια, στο σχολείο και στους εκπαιδευτικούς, καθώς και στην ομάδα των συνομηλίκων που γίνονται παρατηρητές τέτοιων σκηνών.

Οποιαδήποτε οργανωμένη προσπάθεια πρόληψης και αντιμετώπισης της επιθετικότητας και του εκφοβισμού προσπαθεί την υιοθέτηση μιας ξεκάθαρης και σαφώς προσδιορισμένης πολιτικής του σχολείου, που θα επιδιώκει να καλλιεργήσει ένα κλίμα ασφάλειας για όλους τους μαθητές και μαθήτριες. Απαιτεί τη δραστηριοποίηση σε πολλά επίπεδα, όπως την ανάπτυξη ενός θετικού σχολικού ήθους, τη συνεχή αναζήτηση και συζήτηση των πολιτικών και στρατηγικών πρόληψης και αντιμετώπισης της βίας στο σχολείο, την προσαρμογή και τον εμπλουτισμό της διδακτέας ύλης, την υποστήριξη και εκπαίδευση των εκπαιδευτικών στη διαμόρφωση του φυσικού περιβάλλοντος και στη συνεργασία με τους γονείς.

Οι Oliver και Candappa (2003²⁰) θεωρούν απαραίτητο μέρος μιας συνολικότερης στρατηγικής το να ακούγονται με προσοχή οι απόψεις των ίδιων των μαθητών για τη σχολική επιθετικότητα και τη βία, ενώ οι Salmivalli, Lagerspertz, Bjorkqvist & Kaukianen (1996²¹) αναδεικνύουν τη δύναμη των θεατών, υποστηρίζοντας ότι είναι ευκολότερο να αλλάξουμε τη συμπεριφορά των θεατών από των δραστών και από εκεί να ξεκινήσει η αλλαγή.

Ένα πρόγραμμα πρόληψης της σχολικής επιθετικότητας χρειάζεται να εντάσσεται στη συνολικότερη πολιτική του σχολείου και να ξεκινά εγκαίρως, ώστε να διαμορφώνει αξίες και στάσεις, να διαπνέει τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών, να βασίζεται στην ενεργό συμμετοχή και να είναι μακρόχρονο, χαρακτηριστικά που χρειάζεται να συνοδεύουν κάθε πρόγραμμα πρόληψης, ώστε να είναι αποτελεσματικό. Το πρόγραμμα πρέπει να προσαρμόζεται στις ηλικίες, το φύλο, την πολιτιστική και την εθνική ταυτότητα των μαθητών/τριων και να αποτελεί προτεραιότητα και όχι πάρεργο της σχολικής ζωής.

Οι εκπαιδευτικοί παίζουν σημαντικότερο ρόλο, καθώς είναι αυτοί που οφείλουν να διασφαλίζουν το κλίμα και την πολιτική του σχολείου και να λειτουργούν σαν φορείς πρόληψης. Χρειάζεται να επιμορφωθούν, προκειμένου να μπορούν να υποστηρίξουν τους μαθητές τους για την αντιμετώπιση τέτοιων καταστάσεων και προβλημάτων, να μπορούν να ακούσουν με την αρμόζουσα προσοχή τραυματικές εμπειρίες εκφοβισμού, ώστε να ασχοληθούν με το πρόβλημα στην ουσία του και να μην περιορίζονται σε κατασταλτικά μέτρα. Χρειάζεται να αποκτήσουν σύγχρονα και έγκυρα εργαλεία, αλλά και μια μεθοδολογία που θα μπορούν να αξιοποιούν προς αυτή την κατεύθυνση.

Από την άλλη πλευρά, **καθοριστικός είναι ο ρόλος της οικογένειας**. Είναι απαραίτητο να ευαισθητοποιηθούν οι γονείς γύρω από το θέμα του εκφοβισμού και να βοηθηθούν να αναγνωρίσουν την επιρροή που ασκεί η δική τους συμπεριφορά στην επιθετικότητα των παιδιών, ώστε να μπορέσουν **μέσω της διαπαιδαγώγησης να προλάβουν την ανεξέλεγκτη επιθετική συμπεριφορά**. Χρειάζεται επίσης να εμπλακούν ενεργά και με σεβασμό στη ζωή του σχολείου και στην προσπάθεια των εκπαιδευτικών να προλάβουν, αλλά και να αντιμετωπίσουν τέτοιες καταστάσεις.

Είναι απαραίτητο οι σημαντικοί ενήλικες, που περιβάλλουν τα παιδιά, οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί τους, να αποτελούν θετικά πρότυπα συμπεριφοράς και παράλληλα πρόσωπα εμπιστοσύνης. Είναι σημαντικό να επικοινωνούν και να συνεργάζονται, προκειμένου να δημιουργήσουν ένα προστατευτικό δίκτυο, στο οποίο τα παιδιά θα βρουν πρωτίστως ενδιαφέρον και αποδοχή αλλά και διάθεση κατανόησης. Τα παιδιά μιλούν σε αυτούς που τα ακούν με προσοχή και κρατούν το στόμα τους κλειστό όταν τα επικρίνουν, τα αποθαρρύνουν ή υποτιμούν τα προβλήματά τους. Το σχολείο και η οικογένεια χρειάζεται να προσφέρουν σε αυτά τις μαθησιακές εμπειρίες που θα τους επιτρέψουν να καλλιεργήσουν το σεβασμό για τον εαυτό τους και το συνάνθρωπο, να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να ελέγξουν την παρορμητικότητά τους και να μάθουν να επιλύουν τις διαφορές τους.

Οι παρεμβάσεις, που απευθύνονται στους ίδιους τους μαθητές και τις μαθήτριες, είναι σημαντικό να ενισχύουν τις ομάδες των συνομηλίκων και τη φιλία μέσα στις τάξεις και στο σχολείο με ποικίλους τρόπους (ομάδες δραστηριοτήτων, προγράμματα ενίσχυσης των διαπροσωπικών σχέσεων κ.α), καθώς φαίνεται ότι η ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων και η καλλιέργεια μιας ατμόσφαιρας αλτρουϊσμού και ενσυναίσθησης λειτουργούν προστατευτικά. Επίσης, σημαντικό είναι τα παιδιά να μάθουν να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους και να μάθουν να ακούν και να σέβονται τα συναισθήματα των άλλων. Χρειάζεται να εκπαιδευτούν στην επίλυση συγκρούσεων, στην αποδοχή της διαφορετικότητας και να ενδυναμώσουν την ικανότητά τους να αυτοπροστατευτούν από τους συνομηλίκους τους αλλά και τους ενήλικες.

Επίλογος

Οι προαναφερόμενοι στόχοι μπορούν να ενταχθούν στο πλαίσιο ενός προγράμματος αγωγής υγείας με επικέντρωση στις διαπροσωπικές σχέσεις των παιδιών και στην προσωπική ανάπτυξη, αλλά δεν μπορούν να περιοριστούν μόνο σε αυτό. Είναι στοιχεία που χρειάζεται να διαπνέουν όλο το κλίμα του σχολείου και τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών. Ο σεβασμός των παιδιών προς τον εαυτό τους και στους άλλους, η επικοινωνία και η συνεργασία, η ενσυναίσθηση και η αποδοχή είναι απαραίτητα για την εύρυθμη λειτουργία του σχολείου αλλά και για ένα ασφαλές σχολείο, που θα διαμορφώνει ανεξάρτητες και υγιείς προσωπικότητες. Γι' αυτό απαιτείται μια συνολικότερη παρέμβαση στο σχολείο, που θα εμπλέκει ενεργά εκπαιδευτικούς, γονείς και παιδιά, ακόμη και το βοηθητικό προσωπικό. Είναι απαραίτητο όλοι οι συμμετέχοντες στη ζωή του σχολείου να είναι ευαισθητοποιημένοι σε αυτό το θέμα και σε άλλα που σχετίζονται με την ασφάλεια των παιδιών, και να έχουν μια σύμπνοια στις απόψεις αλλά και τη συμπεριφορά τους.

Σε αυτήν τη μεγάλη προσπάθεια χρειάζεται να συμβάλλουν και οι υπάρχουσες κοινωνικές υπηρεσίες. Σχολεία και υπηρεσίες χρειάζεται να δημιουργήσουν γέφυρες επικοινωνίας, συνεργασίας και δικτύωσης, για να **μπορέσουν να υποστηρίξουν δασκάλους, μαθητές και γονείς με παρεμβάσεις πρόληψης και να λειτουργήσουν συμβουλευτικά προς τα παιδιά, που εμπλέκονται σε τέτοιου τύπου καταστάσεις και τις οικογένειές τους**✚

Ένα ασφαλές και χωρίς βία σχολείο αποτελεί δικαίωμα όλων των παιδιών και υποχρέωση και προτεραιότητα όλων των ενηλίκων και των θεσμών που τα περιβάλλουν. Ως ενήλικες χρειάζεται να καταβάλλουμε όλες εκείνες τις απαραίτητες προσπάθειες, για να το διασφαλίσουμε.

• Στην Ελλάδα λειτουργεί ένα δίκτυο Κέντρων Πρόληψης της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ που παρέχουν δωρεάν υπηρεσίες συμβουλευτικής, ενημέρωσης και πρόληψης στα σχολεία (www.okana.gr), καθώς και ο «Κύκλος δικαιωμάτων του παιδιού-ο Συνήγορος του πολίτη», με τηλεφωνική γραμμή για ανηλίκους 800.11.32000

• Στην Ελλάδα λειτουργεί ένα δίκτυο Κέντρων Πρόληψης της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ που παρέχουν δωρεάν υπηρεσίες συμβουλευτικής, ενημέρωσης και πρόληψης στα σχολεία (www.okana.gr), καθώς και ο «Κύκλος δικαιωμάτων του παιδιού-ο Συνήγορος του πολίτη», με τηλεφωνική γραμμή για ανηλίκους 800.11.32000

Βιβλιογραφία

1. Herbert, M. (1998). Ψυχολογικά προβλήματα παιδικής ηλικίας, Αθήνα, Ελλ. Γράμματα
2. Parke, R.D. & Slaby, R.G. (1983). The development of aggression. In P.H. Mussen (Ed.) Handbook of child psychology: vol.4.Socialization, personality and social behavior. New York: Wiley).
3. Farrington, D.P. (1993), Understanding and preventing bullying, in M. Tony (ed) Crime and Justice Vol 17 University of Chicago Press
4. Olweus, D.(1993) Bulling at school. What we know and what we can do, Oxford, Blackwell
5. Μελέτη HBSC του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας 2001-2002
6. Δεληγιάννη-Κουίμτζη Β., & Ψάλτη, Α., (2006), Ταυτότητες φύλου, εθνικές ταυτότητες και σχολική βία: Διερευνώντας τη βία και τη θυματοποίηση στο σχολικό πλαίσιο (Πρόγραμμα Πυθαγόρας) - μη δημοσιευμένη εργασία
7. Olweus, D. (1995). Peer abuse or bullying at school: Basic facts and effective intervention programme. Prospects, 25(1), 133-139
8. Gumpel, T.P. & Meadan, H. (2000). Children's perceptions of school based violence. British Journal of Educational Psychology, 70,391-404
9. Κοκκέβη, Α., Σταύρου, Μ., Φωτίου, Α., Καναβού, Ε., (2010). Έφηβοι, Συμπεριφορές και Υγεία (ΕΠΙΨΥ)
- 10.Houndoumadi A. & Pateraki L. (2001), bullying and bullies in Greek elementary schools: Pupils attitudes and teachers' /parents' awareness, Educational Review, Vol. 53, No1, pp.19-26
- 11.Γιαννακοπούλου Δ, Διαρεμέ Σ, Σουμάκη, Ε, Χατζηπέμου Θ, Ασημόπουλος Χ, Τσιάντης Ι. (2010). Καταγραφή αναγκών και ευαισθητοποίηση για το φαινόμενο του εκφοβισμού σε σχολεία της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης στην περιοχή της Αθήνας. Ψυχολογία (17 (2), 156-175.
12. Ασημόπουλος, Χ., Χατζηπέμος, Θ., Διαρεμέ, Σ., Γιαννακοπούλου, Δ., Τσιάντης Γ., (2008). Το φαινόμενο του εκφοβισμού στο δημοτικό σχολείο: απόψεις μαθητών, απόψεις εκπαιδευτικών. Παιδί και Έφηβος. Ψυχική Υγεία και Ψυχοπαθολογία, 10 (1):97-100
13. Smith, P.K., Nika, V., Papasideri, M. (2004). Bullying and violence in schools: An international perspective and finding in Greece
14. Fryxell, D. & Smith D. L. (2000). Personal, social and family characteristics of angry students. Professional School Counselling, 4, 86-94
15. Olweus.D.,1999, "Sweden" in Smith P.K., Morita Y., Junger-Tas J., Olweus D., Catalano R., Slee P. (eds). The nature of school bullying: across national perspective, London and New York Routledge
16. Slee P.T. (1994) Situational and interpersonal correlates of anxiety associated with peer victimization, Child Psychiatry and Human development, 25, pp 97-107
17. Trinder, M. (2000). Bullying: a challenge for our society. Victorian Center News, 3, 3-6
18. Hawker, D.S.J. & Boulton, M.J.(2000), Twenty years research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A metaanalytic review of cross-sectional studies, Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41, 441-455)
19. Smith, P. (2000),Bullying Don't suffer in silence- an anti bullying pack for schools, GOLDSMITH College, University of London
20. Oliver C. & Candappa M.,(2003), Tackling bullying: listening to the views of children and young people Thomas Coram research Unit. Institute of Education 2003
21. Salmivalli, C., Lagerspertz, K., Björqvist,K., Kaukianen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and the correlates to social status with the group. Aggressive Behavior, 22, 1-15

«Το σπίτι των παιδιών», Εκπαιδευτικό υλικό προγράμματος αντιμετώπισης της παιδικής επιθετικότητας για την πρωτοβάθμια εκπαίδευση

**Κική Ξυλακτού, Κοινωνική Ανθρωπολόγος- Εκπαίδευση Ενηλίκων
Επιστημονικό Στέλεχος Κ.Π. «Πυξίδα»**

Η ανάγκη αντιμετώπισης της παιδικής επιθετικότητας, που εμφανίζεται έντονη στα σχολεία, αποτέλεσε την αιτία δημιουργίας του εκπαιδευτικού υλικού: «Το σπίτι των παιδιών». Σχεδιάστηκε από ομάδα της ΠΥΞΙΔΑΣ τον Σεπτέμβριο-Οκτώβριο 2005, με σκοπό να εκπαιδευτούν δάσκαλοι και να εφαρμόσουν στις τάξεις τους πρόγραμμα αντιμετώπισης της παιδικής επιθετικότητας.

«Το σπίτι των παιδιών» δημιουργήθηκε με το εξής σκεπτικό:

Η επιθετικότητα στο χώρο του σχολείου, είναι μια πραγματικότητα που απασχολεί τις δυτικές κοινωνίες και τη χώρα μας.

- Σύμφωνα με έρευνα (Παναγιώτης Καλλιώτης 2005) σε δείγμα 677 μαθητών (349 από δημοτικά, 328 από γυμνάσια) το 20% των παιδιών ανέφεραν ότι μια φορά την εβδομάδα και περισσότερο εκφοβίζονται από τους συμμαθητές, ενώ το 10% των μαθητών του δείγματος ανέφεραν ότι ήταν θύματα σχολικής κακοποίησης.
- Οι εκπαιδευτικοί που έρχονται σε επαφή με την ΠΥΞΙΔΑ εκφράζουν την ανησυχία τους για την εμφάνιση περιστατικών επιθετικότητας στα σχολεία τους και αναγκαιότητα στήριξη τους για την αντιμετώπιση τέτοιων καταστάσεων.
- Η εμπλοκή σε αντικοινωνικές και παραβατικές συμπεριφορές απομακρύνει τα παιδιά από το σχολείο και τα κάνει μακροπρόθεσμα ευάλωτα σε αρνητικές επιρροές και επιρρεπή στην επαφή με τις ψυχοδραστικές ουσίες. Από την άλλη πλευρά η αποδοχή του σχολικού περιβάλλοντος και των κανόνων του, αυξάνει τις πιθανότητες εμπλοκής του παιδιού με συμβατικές κοινωνικές δραστηριότητες και μειώνει την πιθανότητα εμπλοκής σε επικίνδυνες συμπεριφορές, όπως κάπνισμα, χρήση ουσιών κ.α. (McBride et al. 1995)
- Η επιθετικότητα επίσης επηρεάζει αρνητικά και επιβαρύνει ιδιαίτερα τους μαθητές που την υφίστανται. Επηρεάζει αρνητικά την αυτοεικόνα τους, τη συναισθηματική τους ασφάλεια, την κοινωνικότητα τους. Επιπλέον οι εμπειρίες είσπραξης επιθετικής συμπεριφοράς ενισχύουν τη θυματοποίηση των παιδιών και τη συναισθηματική απόσυρση από την ομάδα των συνομηλίκων καθώς πλήττεται η αυτοεκτίμηση τους.
- Υπάρχουν αρκετοί εκπαιδευτικοί που είναι ήδη εκπαιδευμένοι και έμπειροι σε θέματα δυναμικής ομάδας και αγωγής υγείας, που μπορούν με μια επιπλέον εκπαίδευση και υποστήριξη να επεξεργαστούν στο πλαίσιο ενός προγράμματος ευαίσθητα θέματα, όπως η επιθετικότητα.

Στόχοι προγράμματος με τη χρήση του εκπαιδευτικού υλικού «Το σπίτι των παιδιών»:

- ✓ Να αναγνωρίσουν οι μαθητές τις αντιλήψεις τους για την επιθετικότητα
- ✓ Να μάθουν οι μαθητές τρόπους να αντιμετωπίζουν την επιθετικότητα μέσα στην τάξη
- ✓ Να εξοικειωθούν οι μαθητές με την αναγνώριση και έκφραση συναισθημάτων και να εκπαιδευτούν στο να ακούνε τους άλλους

Τι περιέχει

Τα θέματα του εκπαιδευτικού υλικού «Το σπίτι των παιδιών» :

- ✓ Γνωριμία της ομάδας
- ✓ Δέσιμο της ομάδας / Συνεργασία
- ✓ Ατομικότητα / ομαδικότητα
- ✓ Ενσυναίσθηση
- ✓ Η επιθετικότητα και πως αντιμετωπίζεται
- ✓ Τα συναισθήματα
- ✓ Αναγνώριση και έκφραση των συναισθημάτων
- ✓ Έκφραση του θυμού
- ✓ Επικοινωνία
- ✓ Διαφορετικότητα
- ✓ Αποδοχή
- ✓ Οι συγκρούσεις και πως τις επιλύουμε
- ✓ Το δικαιώματα των παιδιών
- ✓ Αποχαιρετισμός και αξιολόγηση

Η δομή του εκπαιδευτικού υλικού «Το σπίτι των παιδιών» :

Η κάθε ενότητα αποτελείται από καρτέλα / καρτέλες. Περιγράφονται οι στόχοι της κάθε ενότητας καθώς επίσης και το σκεπτικό. Στη διαδικασία συνήθως υπάρχει μία εισαγωγική άσκηση, μια ή δύο δραστηριότητες και μια άσκηση κλεισίματος της ενότητας.

Οι δραστηριότητες που χρησιμοποιούνται είναι: χαλάρωση, ζωγραφική, κατασκευές, παίξιμο ρόλων, δημιουργία ιστορίας.

Οι ασκήσεις γίνονται ατομικά, σε υποομάδες και στη μεγάλη ομάδα.

Τα υλικά που χρειάζονται είναι χαρτόνια, περιοδικά και μαρκαδόροι (σε κάποιες συναντήσεις).

Στην επανέκδοση **εμπεριέχονται ασκήσεις για γονείς.**

«**Το σπίτι των παιδιών**» είναι ένα εκπαιδευτικό υλικό για την αντιμετώπιση της παιδικής επιθετικότητας στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση.

Αποτελείται από δώδεκα θεματικές ενότητες οι οποίες υλοποιούνται σε δώδεκα δίωρες διδακτικές συναντήσεις. Είναι σχεδιασμένο ώστε να εφαρμόζεται από εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης στις τάξεις τους.

Στην εφαρμογή του αξιοποιείται η βιωματική προσέγγιση και οι ενεργητικές μέθοδοι μάθησης. Η χρήση της ομάδας της τάξης όχι μόνο αποτελεί βασικό εργαλείο αλλά και απαραίτητη προϋπόθεση, όπως άλλωστε δηλώνει ο πληθυντικός αριθμός του τίτλου: «Το σπίτι των παιδιών». Η δυνατότητα για μάθηση και αλλαγή βρίσκεται στη συνεργασία, στην ομαδικότητα στην αλληλεπίδραση των μελών της ομάδας.

Η επιλογή του τίτλου ως «Το σπίτι των παιδιών» αντί κάποιου άλλου που να παραπέμπει άμεσα στην επιθετικότητα έγινε με το σκεπτικό ότι η επιθετικότητα είναι μέρος της ζωής μας, τη βιώνουμε μέσα από διάφορες μορφές στο οικείο μας περιβάλλον με ποικίλους τρόπους και προέρχεται είτε από εμάς τους ίδιους είτε από τους άλλους γύρω μας. Στο υλικό αυτό η επιθετική συμπεριφορά εκλαμβάνεται ως κάτι που μπορεί να είναι οικείο και καθημερινό, που μπορούμε να την αντιμετωπίσουμε ή όχι και που συχνά δε μας είναι εύκολο να την αναγνωρίσουμε.

«Το σπίτι των παιδιών» είναι το περιβάλλον των μελών της ομάδας, το οποίο και διαμορφώνεται ανάλογα με τις εμπειρίες και τις επιθυμίες τους. Με την έννοια αυτή μπορεί η ομάδα να αποτελεί μια κατασκευή, φέρνει όμως πολλά στοιχεία της πραγματικότητας. Είναι επομένως ένας χώρος που μπορεί να προκληθούν αλλαγές και να εκπαιδευτούν οι μαθητές. Παραπέμπει στο σχολείο όπου εκεί βρίσκονται κυρίως παιδιά, συμβιώνουν, αλληλεπιδρούν, μεγαλώνουν, εκπαιδεύονται.

«Το σπίτι των παιδιών» προσφέρει ένα πλαίσιο στο οποίο τα παιδιά θα έχουν την ευκαιρία μέσα σε ένα κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας να επεξεργαστούν θέματα της καθημερινότητάς τους, θέματα που με την πρώτη ματιά δε σχετίζονται με την έκφραση της επιθετικότητας, που όμως συνδέονται βαθύτερα με το είδος της συμπεριφοράς που υιοθετούν τα παιδιά σε καθημερινές καταστάσεις.

Στο «Σπίτι των παιδιών» η ομάδα ξεκινάει από μια νέα αφετηρία, γίνεται μια νέα γνωριμία των μελών της ομάδας, μπαίνουν τα θεμέλια της κατασκευής του σπιτιού, οι κανόνες που θα το διέπουν. Ακόμη και το ίδιο το σπίτι το κατασκευάζουν τα παιδιά, ώστε να το νιώσουν ως ένα οικείο, φιλικό και επιθυμητό περιβάλλον. Με τον τρόπο αυτό τα παιδιά εξοικειώνονται με τη διαδικασία και το πνεύμα του προγράμματος.

Στο υλικό αυτό δόθηκε ιδιαίτερη σημασία ώστε οι δραστηριότητες να είναι ελκυστικές και να είναι κατάλληλες για τα παιδιά του δημοτικού σχολείου.

Οι ενότητες στο «σπίτι των παιδιών» έχουν συνέχεια, η οποία εξελίσσεται καθώς ακολουθούν οι συναντήσεις η μία την άλλη. Ξεκινάει με την γνωριμία των ενοίκων, συνεχίζει με μια σειρά δραστηριοτήτων ενίσχυσης της συνοχής της ομάδας, όπου και εμφανίζονται τα πρώτα σημάδια διαφωνιών και συγκρούσεων. Ακολουθούν θέματα που συνδέονται άμεσα με την επιθετικότητα, όπως είναι τα συναισθήματα που εκφράζονται ή δεν εκφράζονται, που είναι εμφανή μέσα από συμπεριφορές ή ακόμη και αυτά που δε γίνονται άμεσα ορατά αλλά διαμορφώνουν κάποια μορφή επιθετικότητας.

Το υλικό αυτό επικεντρώνεται στην επιθετικότητα των παιδιών, δίνει βαρύτητα στις εκδηλώσεις της (τις πράξεις και τον λόγο), αναφέρεται σε ένα βαθμό στην επιθετικότητα των ενηλίκων και στο δικαίωμα των παιδιών να την αναγνωρίσουν και να της αντισταθούν.

Γίνεται λόγος για τρόπους επίλυσης των συγκρούσεων, για αποδοχή, για ενσυναίσθηση, για σεβασμό στην ατομικότητα και τη διαφορετικότητα. Το υλικό κλείνει με το «κλειδί» του σπιτιού. Τα παιδιά «κλειδώνουν» το σπίτι παίρνοντας τις αναμνήσεις που αποκόμισαν σε αυτό.

Εκπαίδευση δασκάλων

Απαραίτητη προϋπόθεση για την εφαρμογή του εκπαιδευτικού υλικού «Το σπίτι των παιδιών» είναι η εκπαίδευση των δασκάλων.

Η εκπαίδευση τους αφορά τόσο στο θεωρητικό πλαίσιο ανάπτυξης της παιδικής επιθετικότητας όσο κυρίως στη βιωματική εκπαίδευση στο ίδιο το υλικό.