

Σύνθεση και διαχωρισμός του υλικού που παράχθηκε από το πρόγραμμα Erasmus+ DSH Positive Choices για τη χρήση του σε σεμινάριο εκπαιδευτικών, καθώς και στις ομάδες εφήβων.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ. ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΟΜΑΔΑΣ ΚΑΙ ΚΑΘΟΡΙΣΜΟΣ ΠΛΑΙΣΙΟΥ.

Βιωματική άσκηση 1 «Σπάσιμο Πάγου»

Βιωματική Άσκηση 2 «Παιχνίδι γνωριμίας»

Προσδοκίες Ομάδας

Κανόνες ομάδας (καταγραφή)

Σύντομη εισαγωγή για την ΕΚΨ Π. Σακελλαρόπουλος και το περιεχόμενο και το πρόγραμμα

Βιωματική άσκηση «Μυστικός Φίλος»

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Συνάντηση 1^η:

Βιωματική Άσκηση «Ναρκοπέδιο»

Θεωρητικό υλικό: Τι είναι η επικοινωνία - επικοινωνιακές δεξιότητες

Συνάντηση 2^η:

Θεωρητικό υλικό: «Η διαδικασία της επικοινωνίας και η αποτελεσματική επικοινωνία»

Βιωματική Άσκηση «Ενεργητική Ακρόαση»

Εργαστήριο: «Εκπαίδευση στην απόκτηση κοινωνικών δεξιοτήτων – αντιμετωπίζοντας αποτελεσματικά την κριτική»

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 2: ΕΦΗΒΕΙΑ

Συνάντηση 1^η:

Θεωρητικό υλικό «Τα χαρακτηριστικά της εφηβείας»

Δραστηριότητες

Βιωματική Άσκηση «Οι ρόλοι της ζωής μας»

Συνάντηση 2^η:

Θεωρητικό υλικό: «Σωματικές και ψυχολογικές αλλαγές στην εφηβεία»

Εργαστήριο: «Μαθαίνοντας να διαχειρίζομαι τα συναισθήματα των εφήβων»

Συνάντηση 3^η:

Θεωρητικό υλικό «Διαταραχές συμπεριφοράς στην εφηβεία και τρόποι διαχείρισης» / «Το φαινόμενο του εκφοβισμού στο σχολικό πλαίσιο»

Βιωματική Άσκηση:

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 3: ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Συνάντηση 1^η:

Θεωρητικό υλικό «Αναγνώριση συναισθημάτων»

Εικαστική Δραστηριότητα «Το Δένδρο των συναισθημάτων»

Βιωματική άσκηση «Κατανοώντας τα συναισθήματα»

Εργαστήριο «Χρησιμοποιώντας την φωτογραφία για να εκφράσεις συναισθήματα»

Συνάντηση 2^η:

Θεωρητικό υλικό «Σύνδεση σκέψης, συναισθήματος και συμπεριφοράς»

Παράδειγμα – Συζήτηση

Θεωρητικό υλικό «Άγχος»

Ασκήσεις χαλάρωσης

Συνάντηση 3^η:

Θεωρητικό υλικό «Κεντρικές Πεποιθήσεις»

Θεωρητικό υλικό «Διαχείριση θυμού»

Εργαστήριο «Πρακτικές δραστηριότητες για κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη»

Συνάντηση 4^η:

Θεωρητικό υλικό «Ενσυναίσθηση»

Δραστηριότητες

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 4: ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ.

Βιωματική Άσκηση «Το Λεμόνι»

Θεωρητικό υλικό: Στίγμα και διάκριση

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ 5: ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

Αποθήκη Βιωματικών Ασκήσεων

Κλείσιμο σεμιναρίου