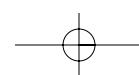


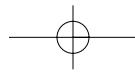
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ

**ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ  
ΚΑΙ  
ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ  
ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ 6 - 8 ΕΤΩΝ

ΑΘΗΝΑ 2007





**ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**  
**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**  
**ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ**

**ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:** Αθανάσιος Ε. Ασκητής,  
Νευρολόγος - Ψυχίατρος, Διδάκτωρ Ψυχιατρικής Πανεπιστημίου Αθηνών,  
Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Αγωγής Ψυχικής & Σεξουαλικής Υγείας

**ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ**

**Αθηναϊς Π. Παπαδοπούλου:** Παιδοψυχίατρος

**Ειρήνη Α. Μηνοπούλου:** Κλινική Ψυχολόγος

**Πηγή Κ. Βεντίκου:** Κλινική Ψυχολόγος, Υπ. Διδάκτωρ Παν/μίου Αθηνών

**Φώτιος Β. Χριστόπουλος:** Απόφοιτος Φιλοσοφικής Σχολής Παν/μίου Ιωαννίνων, κατεύθυνση  
Ψυχολογίας

**Βασιλική Π. Ντούμου:** Ψυχολόγος

**Αικατερίνη Λ. Τσιφιλιτάκου:** Απόφοιτος Κοινωνικής Πολιτικής & Κοινωνικής Ανθρωπολο-  
γίας Παντείου Παν/μίου, κατεύθυνση Κοινωνικής Πολιτικής

**Γεώργιος Β. Λίγκρης:** Ψυχολόγος

**Σταύρος Δ. Σμπόνιας:** Εκπαιδευτικός

**Φιλολογική επιμέλεια:** Ειρήνη Κ. Ζέρβα, Γλωσσολόγος, M.Sc Λογοθεραπείας  
Υπ. Διδάκτωρ Παν/μίου Αθηνών

**Σκίτσα, Μακέτα Εξωφύλλου:** Σπυρίδων Ορνεράκης

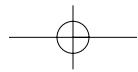
Η δημιουργία του παρόντος υλικού έγινε για λογαριασμό του Υπουργείου Παιδείας  
στα πλαίσια του Γ' Κοινοτικού Πλαισίου Στήριξης.

**ΑΞΟΝΑΣ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑΣ:**

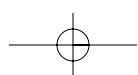
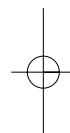
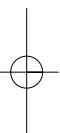
Α2 «Προώθηση & βελτίωση της εκπαίδευσης και της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης στα  
πλαίσια της δια βίου μάθησης», Μέτρο 2.4. Επαγγελματικός προσανατολισμός και σύνδεση με  
την αγορά εργασίας, Ενέργεια 2.4.3. Κατηγορία πράξεων α «Πιλοτικά προγράμματα σχολείων  
(Δημοτικά, Γυμνάσια, Ενιαία Λύκεια, Τ.Ε.Ε.)».

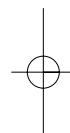
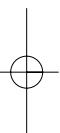
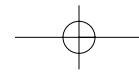
ISBN .....

**Copyright: Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων Δ/νση Συμβουλευτικού  
Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων.**



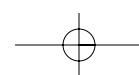
# **ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**

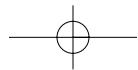




### **Επισήμανση ως προς τη χρήση του εκπαιδευτικού υλικού**

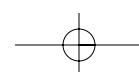
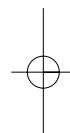
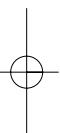
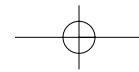
Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό δίδεται προς χρήση του εκπαιδευτικού της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, με την προϋπόθεση ότι θα παρακολουθήσει ειδικό επιμορφωτικό σεμινάριο για την σωστή χρήση του συγκεκριμένου υλικού.

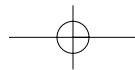




# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ .....	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	9
1n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ - Ελάτε να γνωριστούμε .....	15
2n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ - Ποιος είμαι; .....	19
3n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς είμαι; .....	25
4n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Οικογένεια .....	29
5n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Άλλαγές στην οικογένεια .....	33
6n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Απώλεια και μετανάστευση .....	37
7n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Όταν συναντώ δυσκολίες .....	41
8n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ - Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Άνθρωποι που συναναστρέφομαι .....	45
9n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; - Συναντώ τη διαφορετικότητα .....	49
10n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; - Πώς αισθάνομαι όταν... .....	53
11n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Παιδί και τηλεόραση .....	57
12n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- Έφτασε το τέλος .....	61
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ - ΓΟΝΕΙΣ .....	65
1n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ - ΓΟΝΕΩΝ .....	67
2n ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ - ΓΟΝΕΩΝ .....	73
ΓΕΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ .....	77
Οικογένεια .....	81
Διαζύγιο .....	82
Γέννηση νέου μέλους - Υιοθεσία .....	82
Απώλεια .....	82
Διαπολιτισμικότητα και σχολείο .....	85
Επιθετικότητα και εκφοβισμός .....	86
Παιδί και παιχνίδι .....	87
ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ .....	89
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ Κ.Δ.Α.Υ .....	91
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....	92





## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η προσπάθειά μας να προσεγγίσουμε το θέμα της ψυχικής υγείας και των διαπροσωπικών σχέσεων αποδείχθηκε μια περιπέτεια, καθώς ο σκοπός ήταν να επιτρέψουμε στο παιδί να φανταστεί, να ονειρευτεί, να παραγάγει γνώση, αλλά και να μας μάθει πράγματα για τον τρόπο που σκέφτεται και που εμείς, ως ενήλικες, δεν μπορούμε πάντα να συλλάβουμε. Η προσπάθεια να έρθουμε σε επαφή με την αυθόρυμπη σκέψη του παιδιού δεν ήταν εύκολη, καθώς, σε αντίθεση με τη σκέψη των παιδιών, η σκέψη των ενηλίκων φιλτράρεται συχνότερα μέσα από τα στερεότυπα που προσδιορίζει η κοινωνία.

Για τον εκπαιδευτικό που δουλεύει με παιδιά ηλικίας έξι έως οκτώ ετών, είναι σκόπιμο να μπορέσει να τα προσεγγίσει από μια άλλη οπτική γωνία, βλέποντάς τα όχι απλώς ως μαθητές, αλλά και ως παιδιά με ιδιαίτερο τρόπο σκέψης και αντίδρασης.

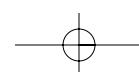
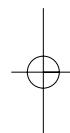
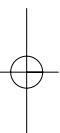
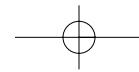
Η ηλικία αυτή στην οποία το παιδί ξεκινά την πορεία του στο δημοτικό σχολείο, είναι εκείνη που θα έχει φτάσει σε ένα βαθμό ωριμότητας σε τέσσερις βασικούς τομείς: κινητική και σωματική ωριμότητα, vontikή ικανότητα, ψυχοσυναισθηματική ωρίμανση και κοινωνική δεξιότητα.

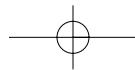
Είναι σημαντικό να λάβουμε υπόψη μας, ότι κάθε παιδί έχει τους δικούς του ρυθμούς εξέλιξης και σε αυτή την ηλικία υπάρχει διαφοροποίηση από παιδί σε παιδί. Το παιδί φεύγει από το προστατευμένο περιβάλλον του σπιτιού και του νηπιαγωγείου προς ένα περιβάλλον που προϋποθέτει περισσότερη συλλογική εργασία με μεγαλύτερες απαιτήσεις. Στο χρονικό αυτής της διαδρομής, κρίνεται για τα λάθη του, ανακαλύπτει τον εαυτό του μέσα από δοκιμές και πλάνες και κατακτά τη θέση του στη μικρή κοινωνία που λέγεται σχολείο.

Το κάθε παιδί βιώνει υποκειμενικά τη δέσμευση ένταξής του στη σχολική κοινότητα και αυτό εξαρτάται από τον τρόπο που ο εκπαιδευτικός διαχειρίζεται την προσαρμογή του παιδιού στο σχολικό πλαίσιο.

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού δεν περιορίζεται μόνο στη μετάδοση γνώσεων, αλλά επεκτείνεται στην ευρύτερη ψυχική και συναισθηματική επαφή. Η σχέση αυτή συντελεί στην ψυχοσυναισθηματική εξέλιξη του παιδιού και συμβάλλει στην ευρύτερη ένταξη και εναρμόνιση εαυτού και περιβάλλοντος.

Η ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα, ώστε οι σχέσεις εκπαιδευτικού-μαθητή και συμμαθητών μεταξύ τους να γίνουν εποικοδομητικές μέσα από την κατανόηση, την εμπιστοσύνη και το σεβασμό του άλλου ως προσωπικότητα.





# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Κεντρικός στόχος της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» είναι η πρωτογενής πρόληψη σε θέματα που αφορούν στην ψυχική υγεία και στις διαπροσωπικές σχέσεις. Είναι μια προσπάθεια στην έκφραση και το συμβολισμό των συναισθημάτων, αλλά και την επαφή και αποδοχή των συναισθημάτων των άλλων.

Η μέθοδος που επιλέχτηκε για να προσεγγιστεί η ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις», στηρίχτηκε στο μαθητοκεντρικό μοντέλο διδασκαλίας. Το μαθητοκεντρικό είναι ένα μοντέλο διδασκαλίας σύμφωνα με το οποίο το επίκεντρο της μάθησης είναι οι ανάγκες των μαθητών και η ενεργός συμμετοχή τους, που αποτελεί και την βάση της διαδικασίας (Johnson, 1975). Η λογική αυτού του μοντέλου είναι να ενισχυθεί η συμμετοχή του μαθητή, ο οποίος με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού θα παραγάγει μόνος του τη γνώση.

## Η συνεργατική μάθηση

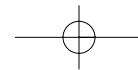
Η μαθητοκεντρική μάθηση διευκολύνεται σημαντικά από τη συνεργατική μάθηση, η οποία, σύμφωνα με τον Piaget (2001) ευνοεί την κοινωνικά αυθόρυμπη γνώση (αξίες, κανόνες, ηθική) μέσω της αλληλεπίδρασης του παιδιού με τους συνομηλίκους. Η συνεργατική μάθηση είναι η οργάνωση της διδακτικής διαδικασίας μέσω μικρών ομάδων με σκοπό τη δημιουργική συνεργασία των μαθητών προκειμένου να φτάσουν στη μάθηση (Johnson, 1993). Η αλληλεπίδραση αυτή αυξάνει τη δυνατότητα για κριτική αντίληψη. Σύμφωνα με τον Freinet (1993), το παιδί αγαπά την ομαδική εργασία εντός μιας ομάδας που συνεργάζεται. Αντίθετα, δεν αγαπά την εργασία σε «κοπάδι», όπου πρέπει να υποκύψει σαν ρομπότ.

Στόχος μας είναι η ανάπτυξη της δημιουργικότητας του παιδιού, η οποία, σύμφωνα με τον Piaget (2001) «είναι η διαδικασία επίλυσης των προβλημάτων, εύρεσης προβλημάτων, είναι εξερεύνηση, πειραματισμός, μια πνευματική ενέργεια που συνεπάγεται σοβαρή, μελετημένη λήψη αποφάσεων». Για να επιτευχθεί ο στόχος, φροντίσαμε να προσαρμόσουμε το υλικό στον τρόπο σκέψης των παιδιών. Η έμφαση δίνεται στη διαδικασία και όχι στο αποτέλεσμα. Αφήνουμε ελεύθερο πεδίο έκφρασης όλων των ειδών απαντήσεων, στερεότυπων και πρωτότυπων.

## Η έννοια της ενεργητικής μάθησης

Η ουσία του μαθητοκεντρικού μοντέλου βρίσκεται στον τρόπο με τον οποίο το παιδί αποκτά την γνώση μέσω της ενεργητικής μάθησης. Με την έννοια της ενεργητικής μάθησης, εννοούμε την άμεση εμπειρία και αλληλεπίδραση του παιδιού με τους ανθρώπους, τις ιδέες και τα γεγονότα. Η έννοια αυτή αντιπαρατίθεται σε εκείνη της παθητικής μάθησης που περιλαμβάνει τη μεταφορά και την αφομοίωση γνώσεων από τον εκπαιδευτικό στον μαθητή.

Η ενεργητική μάθηση βοηθά τα παιδιά στην πρόσληψη εννοιών και τη διαμόρφωση ιδεών μέσα από τη δράση, δηλαδή μέσα από την κίνηση, την ακρόαση, την αναζήτηση, τη δημιουργία και την έκφραση συναισθημάτων. Στο εκπαιδευτικό αυτό υλικό, ο στόχος της μάθησης μέσω της δράσης, επιτυγχάνεται κυρίως μέσα από τις βιωματικές δραστηριότητες που περιλαμβάνονται σε κάθε συνάντηση. Οι δραστηριότητες αυτές, που πραγματώνονται σε ένα κοινωνικό πλαίσιο (τη σχολική τάξη) και με την παρουσία του εκπαιδευτικού που συμμετέχει, διευκολύνουν το παιδί να κατακτήσει τη διαπροσωπική μάθηση.



Στο πλαίσιο της ενεργητικής μάθησης, ο ρόλος του μαθητή από παθητικός γίνεται ενεργητικός και η έμφαση μεταφέρεται από την αποστίθιση στη δημιουργική έκφραση, την επίλυση προβλημάτων και την ενθάρρυνση της ομαδικής εργασίας.

## **Τεχνικές ενεργητικής μάθησης**

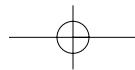
Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ενθαρρύνει την ενεργητική μάθηση μέσα από τεχνικές όπως, είναι οι ακόλουθες :

- Παιχνίδι ρόλων, όπου τα παιδιά ενθαρρύνονται να διαδραματίσουν ρόλους σε ένα φανταστικό ή πραγματικό σενάριο. Οι δραστηριότητες αυτές ενισχύουν τα παιδιά να βιώσουν διαφορετικά συναισθήματα και να πειραματιστούν με συμπεριφορές που εμπειριέχουν οι διάφοροι ρόλοι.
- Παιχνίδια, που σχετίζονται με το θέμα και που μπορούν να ενθαρρύνουν τη συμμετοχή και την έκφραση απόψεων και συναισθημάτων της ομάδας.
- Καταιγισμός ιδεών (brainstorming). Η τεχνική αυτή βασίζεται στην αυτόματη και αυθόρυμπη παραγωγή και έκθεση ιδεών των μελών μιας ομάδας πάνω σε ένα θέμα.
- Παρουσιάσεις, όπου τα παιδιά καλούνται να συγκεντρώσουν και να επεξεργαστούν υλικό και να το παρουσιάσουν στην ομάδα. Η δραστηριότητα αυτή βοηθά τα παιδιά να εξασκηθούν στην οργάνωση πληροφοριών και να εξοικειωθούν με την παρουσίαση του εαυτού τους ενώπιον της ομάδας.
- Καλλιτεχνικές δραστηριότητες, όπως ζωγραφική, θέατρο, κολάζ, γλυπτική και χορός που επιτρέπουν την έκφραση συναισθήματος και ενισχύουν τη συνοχή της ομάδας.

Πολλές παρεμβάσεις τέτοιου είδους, περιέχονται στις συναντήσεις της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις», όπου και περιγράφονται αναλυτικότερα.

## **Προετοιμασία του μαθήματος**

Πολλές από τις βιωματικές ασκήσεις που προτείνονται στο εγχειρίδιο του εκπαιδευτικού, χρειάζονται προετοιμασία, είτε από τον εκπαιδευτικό, είτε από τους μαθητές. Ο εκπαιδευτικός πριν την είσοδό του στην τάξη κρίνεται σκόπιμο να έχει ήδη επιλέξει το ενδεδειγμένο, ανά περίσταση, υλικό. Για παράδειγμα, σε ορισμένες από τις ασκήσεις ζητείται από τα παιδιά να έχουν μαζί τους υλικό από το σπίτι (π.χ. φωτογραφίες). Τις περισσότερες φορές, οι δραστηριότητες απαιτούν τη χρήση υλικών όπως χρώματα, χαρτί, μπογιές, κουκλοθέατρο ή και οπτικοακουστικό υλικό. Η διαθεσιμότητα αυτών των μέσων πριν από την καθορισμένη ώρα, είναι σημαντική, προκειμένου να αξιοποιηθούν σωστά τα πλεονεκτήματα των βιωματικών δραστηριοτήτων.



## Εργασία σε ομάδες

Θεωρείται βονθητικό, τα παιδιά να χωρίζονται σε διαφορετικές και όχι πάντα στις ίδιες υποομάδες, όταν πρόκειται να πραγματοποιηθεί μια βιωματική δραστηριότητα. Με αυτόν τον τρόπο ενισχύεται η ομαδικότητα, προωθούνται οι διεργασίες συνοχής και εξέλιξης της ομάδας και αποθαρρύνεται η δημιουργία «κλειστών» υποομάδων και ο αποκλεισμός ατόμων από την ευρύτερη ομάδα. Ο τρόπος χωρισμού σε υποομάδες θα είναι διαφορετικός κάθε φορά προκειμένου να ενισχυθεί το ενδιαφέρον και η εμπλοκή των παιδιών στη διαδικασία των συναντήσεων (ο τρόπος επιλογής των υποομάδων αναφέρεται αναλυτικά σε κάθε συνάντηση που θα ακολουθήσει).

## Προετοιμασία της αίθουσας

Εξίσου σημαντική είναι και η προετοιμασία της αίθουσας, στην οποία θα γίνονται οι δραστηριότητες και οι ασκήσεις για την ψυχική υγεία και τις διαπροσωπικές σχέσεις. Καλό θα είναι να υπάρχει χώρος για σωματική δραστηριότητα και εύκολη μετακίνηση των μαθητών, ώστε να νιώθουν άνετα στην κίνησή τους χωρίς να υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού. Επιπλέον, μπορεί να δημιουργηθεί και η «γωνιά της ψυχικής υγείας», προκειμένου να γίνει η ανάρτηση πινάκων, χειροτεχνιών, ζωγραφιών και κολλάζ.

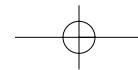
Η διαμόρφωση της αίθουσας αποσκοπεί στην ψυχική προετοιμασία των μαθητών για τη συγκεκριμένη ενότητα δραστηριοτήτων. Έχει αξία τόσο για τον μαθητή όσο και για τον εκπαιδευτικό να νιώσουν ότι η συγκεκριμένη ώρα δεν αποτελεί ακόμα ένα μάθημα, αλλά μια ωφέλιμη και ευχάριστη διαδικασία γνωριμίας, επικοινωνίας και συναισθηματικής έκφρασης.

## Η ώρα του κύκλου

Η πρόταση της συγγραφικής ομάδας για την αξιοποίηση του συγκεκριμένου υλικού περιγράφεται μέσα από την τεχνική της «ώρας του κύκλου» (circle time). Στην ώρα του κύκλου, μαθητές και εκπαιδευτικός τοποθετούν σε μια γωνιά τα θρανία τους και κάθονται κυκλικά, ώστε να έχουν καλύτερη επαφή (βλεμματική και ακουστική) συζητώντας τα θέματα που προκύπτουν κάθε φορά. Προκειμένου να αξιοποιηθούν καλύτερα τα πλεονεκτήματα της τεχνικής αυτής, καλό θα πάντα να μην υπάρχουν θρανία ή οποιαδήποτε άλλα αντικείμενα, τα οποία θα εμπόδιζαν την ομαλή κίνηση και δραστηριότητα των μαθητών. Ιδιαίτερη σημασία θα πρέπει να δοθεί, ώστε η όλη διάταξη του χώρου να διασφαλίζει την καλύτερη οπτική επαφή μεταξύ των μελών της ομάδας. Ο εκπαιδευτικός είναι εγγυητής μιας διαδικασίας που διέπεται από συγκεκριμένους κανόνες. Ο ίδιος είναι μέρος του κύκλου και είναι σημαντικό να κάθεται, όπως και οι άλλοι συμμετέχοντες.

## Ο ρόλος του συντονιστή-εκπαιδευτικού

Παράλληλα, ο ρόλος του εκπαιδευτικού διαφοροποιείται, αφού δεν μεταφέρει μόνο γνώση, αλλά συνάμα εγείρει προβληματισμό και διευκολύνει τα παιδιά να κατακτήσουν τα δικά τους συμπεράσματα για τα θέματα που θίγονται. Πιο συγκεκριμένα, ο εκπαιδευτικός καλείται να διαμορφώσει ένα υποστηρικτικό περιβάλλον εγκαθιδρύοντας το απαραίτητο κλίμα προς ενίσχυση θετικών κοινωνικών αλληλεπιδράσεων. Ο εκπαιδευτικός προετοιμάζει τις βιωματικές δραστηριότητες, ενισχύει τη συμμετοχή των εσωστρεφών μελών της ομάδας, ενθαρρύνει τη συναισθηματική και φαντασιωσική έκφραση, την ανάληψη πρωτοβουλιών και τη λήψη αποφάσεων. Ο εκπαιδευτικός δεν χρησιμοποιεί το εκπαιδευτικό υλικό της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» με στόχο να διδάξει στα παιδιά έννοιες και να τα εμπλέξει σε μια παθητική διαδικασία αφομοίωσης γνώσεων. Αντίθετα, το προτεινόμενο υλικό θα μπορούσε να είναι ιδιαίτερα χρήσιμο στο επίπεδο της πρωτογενούς πρόληψης με στόχο, δηλαδή, να ενισχύσει το παιδί στους διαφορετικούς ρόλους που καλείται να πάρει σήμερα στο σχολείο και μετέπειτα στην κοινωνία.



Προκειμένου να ενισχύσει την εμπλοκή αυτή, ο εκπαιδευτικός έχει την επιλογή, να προετοιμάζει τα παιδιά για την επόμενη ενότητα και πολλές φορές να τους ζητά να φέρουν τα απαραίτητα υλικά που χρειάζονται για την επόμενη συνάντηση. Για παράδειγμα, μπορεί να τους ζητήσει να συγκεντρώσουν υλικά, όπως φωτογραφίες ή πληροφορίες ή να καταγράψουν συναισθήματα που βιώνουν και εκτός σχολικού πλαισίου.

## Δομή των συναντήσεων

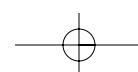
Οι συναντήσεις που προβλέπονται για την ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» για τα παιδιά 6 έως 8 ετών ακολουθούν την παρακάτω δομή:

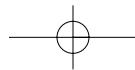
- Προετοιμασία του μαθήματος: Σε πρώτη φάση, τα παιδιά και ο εκπαιδευτικός προετοιμάζουν την αίθουσα και τα υλικά που θα χρειαστούν για τις βιωματικές δραστηριότητες.
- Αφήγηση της ιστορίας: Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά διαβάζουν εναλλάξ το τμήμα της ιστορίας που αντιστοιχεί στη συγκεκριμένη συνάντηση. Στόχος είναι να ενθαρρυνθούν όλα τα παιδιά να διαβάσουν τμήμα της ιστορίας, εφόσον έχουν κατακτήσει το μπχανισμό της ανάγνωσης. Πρέπει να σημειωθεί ότι κάθε κεφάλαιο από την ιστορία του παιδιού δεν αντιστοιχεί απαραίτητα σε μια συνάντηση της ομάδας. Σε ορισμένες συναντήσεις (συγκεκριμένα στην 4η, 5η και 6η συνάντηση), η ιστορία από το τετράδιο του παιδιού («πώς με βλέπουν οι άλλοι») ξαναδιαβάζεται σε κάθε συνάντηση, αλλά η έμφαση δίνεται σε διαφορετικό σημείο της ιστορίας.
- Συζήτηση: Σε αυτό το σημείο, το υλικό που προέρχεται από την ανάγνωση της ιστορίας συνδέεται με τις βιωματικές εμπειρίες του παιδιού.
- Βιωματικές Δραστηριότητες: Ο εκπαιδευτικός προτείνει στα παιδιά τις βιωματικές ασκήσεις που προτείνονται στο εγχειρίδιο.
- Κλείσιμο: Ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο στο τέλος κάθε συνάντησης προκειμένου να ακουστούν οι απόψεις των παιδιών, αλλά και να εκφραστούν τα συναισθήματα που διακινούνται από τα θέματα που συζητούνται κάθε φορά.

## Περιεχόμενα Συναντήσεων

Το εκπαιδευτικό υλικό «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» που απευθύνεται στα παιδιά ηλικίας 6 έως 8 ετών, χωρίζεται σε δώδεκα (12) δίωρες συναντήσεις. Στις συναντήσεις παρουσιάζονται τα ακόλουθα θέματα:

- **1η Συνάντηση - «Ελάτε να γνωριστούμε».** Στη συνάντηση αυτή, στόχος είναι η επαφή των παιδιών με τα θέματα που θα συζητηθούν στο σύνολο των συναντήσεων, αλλά και η γνωριμία με τη μέθοδο με την οποία θα προσεγγιστεί η ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις».
- **«2η Συνάντηση - «Ποιος είμαι;»** Η δεύτερη συνάντηση εστιάζει στη διαδρομή του παιδιού από τη γέννηση έως σήμερα, καθώς και στις έννοιες της μοναδικότητας και της αυτονομίας του κάθε παιδιού.
- **3η Συνάντηση - «Πώς είμαι;»** Η τρίτη συνάντηση έχει ως στόχο να βοηθηθεί το παιδί στην αποδοχή της εμφάνισής του και της διαφορετικότητάς του, καθώς και να εκφράσει τα συναισθήματά του για το πώς είναι και το πώς βιώνει τη διαφορετικότητά του.





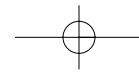
- **4n Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Οικογένεια».** Σε αυτή τη συνάντηση, τα παιδιά μιλούν για τη δική τους οικογένεια και έρχονται σε επαφή με τις οικογένειες των άλλων παιδιών.
- **5n Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Άλλαγές στην Οικογένεια».** Σε αυτή τη συνάντηση, η ομάδα συζητά τις αλλαγές που μπορεί να συμβούν σε μια οικογένεια και τα συναισθήματα που οι αλλαγές αυτές προκαλούν.
- **6n Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Απώλεια και μετανάστευση».** Η πέμπτη συνάντηση, περιλαμβάνει τη συζήτηση για την απώλεια και τις συναισθηματικές αλλαγές που επιφέρει, τη συζήτηση για τη μετανάστευση, αλλά και τους διαφορετικούς πολιτισμούς.
- **7n Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Όταν συναντώ δυσκολίες».** Στόχος στη συνάντηση αυτή, είναι να εκφράσουν τα παιδιά τις δυσκολίες που συναντούν, αλλά και τα συναισθήματα που απορρέουν από αυτές.
- **8n Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Άνθρωποι που συναναστρέφομαι».** Στην ενότητα αυτή, η συζήτηση επικεντρώνεται στον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά σχετίζονται με τους άλλους, αλλά και στα συναισθήματα αποδοχής και απόρριψης που βιώνουν.
- **9n Συνάντηση «Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; - Συναντώ τη διαφορετικότητα».** Στη συνάντηση αυτή, η ομάδα συζητά για τη διαφορετικότητα, τα συναισθήματα που αυτή προκαλεί, αλλά και την εναρμόνιση του «διαφορετικού» παιδιού στην ομάδα.
- **10n Συνάντηση «Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; - Πώς αισθάνομαι όταν...».** Στη συνάντηση αυτή, εκπαιδευτικός και μαθητές μιλούν για τα συναισθήματα που μας δημιουργεί η επιθετικότητα, αλλά και τους εναλλακτικούς τρόπους διαχείρισης του θυμού.
- **11n Συνάντηση «Παιδί και τηλεόραση».** Η ομάδα συζητά θέματα που αφορούν στην τηλεόραση καθώς και στον τρόπο επιλογής τηλεοπτικών προγραμμάτων.
- **12n Συνάντηση - «Έφτασε το τέλος».** Στη συνάντηση αυτή, η ομάδα συζητά το θέμα του αποχωρισμού και τα συναισθήματα που ο αποχωρισμός προκαλεί.

## Γενικά Θέματα ενημέρωσης για τον Εκπαιδευτικό

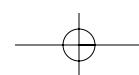
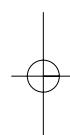
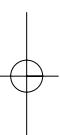
Στο δεύτερο μέρος του εγχειριδίου (Γενικά Θέματα ενημέρωσης για τον Εκπαιδευτικό), ο εκπαιδευτικός μπορεί να βρει χρήσιμες αναφορές για τα θέματα που συζητούνται κάθε φορά. Η παράθεση του υλικού αυτο στόχο έχει να υποστηρίξει τον εκπαιδευτικό σε σχέση με τα θέματα που επεξεργάζεται η ομάδα.

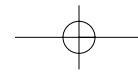
## Συναντήσεις γονέων-εκπαιδευτικού

Η ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» περιλαμβάνει επίσης και δύο δίωρες συναντήσεις του εκπαιδευτικού με τους γονείς των παιδιών της ομάδας. Η πρώτη συνάντηση πραγματοποιείται πριν την έναρξη των συναντήσεων του εκπαιδευτικού με τους μαθητές, με στόχο την ενημέρωση επί του περιεχομένου και του σκοπού της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις», αλλά και προκειμένου να ενθαρρυνθεί η συνεργασία των γονέων με το σχολείο στα πλαίσια της ενότητας αυτής. Η δεύτερη συνάντηση του εκπαιδευτικού με τους γονείς πραγματοποιείται μετά το πέρας των συναντήσεων του εκπαιδευτικού με τους μαθητές και έχει στόχο να ενημερωθούν οι γονείς σχετικά με την πορεία των συναντήσεων στο πλαίσιο



της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις», να συζητηθούν οι δυσκολίες καθώς και τα οφέλη που ενδεχομένως θα προκύψουν. Στην ενότητα του παρόντος εγχειριδίου «Εκπαιδευτικός-Γονείς», περιγράφονται αναλυτικά τόσο ο ρόλος του εκπαιδευτικού, όσο και η διαδικασία των συναντήσεων.





# Ιη Συνάντηση Ελάτε να γνωριστούμε

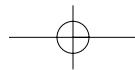
## ΣΤΟΧΟΙ

- Παρουσίαση των θεμάτων προς διαπραγμάτευση.
- Εξοικείωση με την τεχνική της ώρας του κύκλου (circle time).
- Γνωριμία των παιδιών.
- Σύναψη του «συμβολαίου».

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Γνωριμία των παιδιών.
- Παρουσίαση της τεχνικής της ώρας του κύκλου (circle time).
- Παρουσίαση θεμάτων - Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Συμβόλαιο ομάδας.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



# Ιη Συνάντηση

## Προετοιμασία της αίθουσας

5 λεπτα

Η προτεινόμενη τεχνική προσέγγισης των παρακάτω θεμάτων είναι η ώρα του κύκλου (circle time). Οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός τοποθετούν σε μια γωνιά τα θρανία τους, κάθονται κυκλικά, είτε σε καρέκλες είτε στο πάτωμα, έτσι ώστε να έχουν καλύτερη επαφή (βλεμματική και ακουστική). Ο εκπαιδευτικός συστήνεται, καλωσορίζει τα παιδιά και τα καλεί να συστηθούν.

## Γνωριμία των παιδιών

15 λεπτα

Το κάθε παιδί λέει το όνομά του, καθώς και ποιο είναι το αγαπημένο του παιχνίδι.

## Παρουσίαση της τεχνικής της ώρας του κύκλου

20 λεπτα

Σε αυτήν την πρώτη συνάντηση, είναι βοηθητικό να παρουσιάσει ο εκπαιδευτικός τον τρόπο, με τον οποίο η ομάδα θα δουλέψει σε αυτές τις συναντήσεις. Ο εκπαιδευτικός συζητά με τα παιδιά τα παρακάτω:

Στην ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» θα δουλέψουμε κυρίως με βιωματικές δραστηριότητες, δηλαδή με παιχνίδι ρόλων, με κουκλοθέατρο, με καλλιτεχνικές δραστηριότητες, με συζητήσεις στις υποομάδες.

Οι βιωματικές δραστηριότητες βοηθούν στο να γνωρίσουμε ο ένας τον άλλον καλύτερα, να μιλήσουμε για αυτά που νιώθουμε, γι' αυτά που σκεφτόμαστε και για τις σχέσεις μεταξύ μας. Η διαφορά των συναντήσεων αυτών από τα άλλα μαθήματα είναι ότι δεν βαθμολογούμαστε, δεν κρινόμαστε για όσα λέμε και δεν αποστηθίζουμε. Αυτό που έχει σημασία είναι η συνεργασία και η συμμετοχή όλων μας.

Πολλές φορές θα χρειαστεί να προετοιμαστούμε για τις συναντήσεις από την προηγούμενη μέρα, για παράδειγμα να φέρουμε υλικά που θα χρειαστούμε για τις βιωματικές δραστηριότητες.

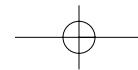
## Παρουσίαση θεμάτων

### Βιωματικές Δραστηριότητες

15 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει στα παιδιά τα βασικά θέματα (ποιος είμαι, πώς είμαι, πώς με βλέπουν οι άλλοι, πώς βλέπω εγώ τους άλλους), τα οποία θα τους απασχολήσουν στις επόμενες συναντήσεις. Μέσα από τη συζήτηση, τα παιδιά ενθαρρύνονται να κάνουν και τις δικές τους προτάσεις για τα θέματα που τους απασχολούν και που θα ήθελαν να αποτελέσουν αντικείμενο των συναντήσεων.

Αφού γίνει η παρουσίαση των θεμάτων, τα παιδιά χωρισμένα σε δυάδες επιλέγουν από ένα θέμα απ' αυτά που παρουσιάστηκαν και το αποδίδουν με μία ζωγραφία. Στη συνέχεια, ζητάμε από τα παιδιά να μοιραστούν την ζωγραφιά τους με τον διπλανό τους και να μιλήσουν για αυτό που σχεδίασαν.



## Συμβόλαιο Ομάδας

25 λεπτα

Όπως έχει ήδη αναφερθεί στο εισαγωγικό κομμάτι, ο εκπαιδευτικός εισάγει στην πρώτη αυτή συνάντηση την έννοια του συμβολαίου της ομάδας.

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την ομάδα των παιδιών σε υποομάδες (4-5 ατόμων). Οι υποομάδες διαμορφώνονται κατά αλφαριθμητική σειρά των επωνύμων των παιδιών. Η κάθε ομάδα επιλέγει ένα παιδί το οποίο θα την εκπροσωπεί στην τάξη. Μετά τη σύνθεση των ομάδων, ο εκπαιδευτικός ζητά από τις ομάδες να προτείνουν μέσω του εκπροσώπου τους, ορισμένους όρους του συμβολαίου, γράφει τους όρους αυτούς στον πίνακα και τους διαβάζει στην ολομέλεια. Αν τα παιδιά δυσκολευτούν να προτείνουν, ο εκπαιδευτικός τους δίνει μερικές ιδέες όρων. Αυτοί οι όροι μπορεί να είναι οι ακόλουθοι:

«Συμφωνούμε να σεβόμαστε ο ένας τον άλλον».

«Συμφωνούμε όλοι να εκφράζουμε ελεύθερα την άποψή μας».

«Συμφωνούμε ότι ο δάσκαλος δεν μας βαθμολογεί και δεν μας κρίνει κατά τη διάρκεια των συναντήσεών μας.»

«Συμφωνούμε να μη μεταφέρουμε τα λεγόμενα των άλλων έξω από την τάξη».

«Συμφωνούμε να συνεργαζόμαστε με την ομάδα στην οποία ανήκουμε κάθε φορά».

«Συμφωνούμε να μην κρίνουμε και να μην σχολιάζουμε τους συμμαθητές μας».

«Συμφωνούμε να μην πιέσουμε κανέναν να μιλήσει, εάν εκείνος δεν το επιθυμεί».

«Συμφωνούμε να ακούμε προσεκτικά όποιον μιλάει και να μην τον διακόπτουμε».

«Συμφωνούμε ότι δεν προσπαθεί ο ένας να επιβάλλει την άποψή του στον άλλο».

Στη συνέχεια, η κάθε υποομάδα συζητά με ποιους από τους όρους του συμβολαίου συμφωνεί και με ποιους διαφωνεί και ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας τους ανακοινώνει στην ολομέλεια.

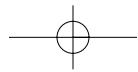
Ο εκπαιδευτικός σημειώνει στον πίνακα τους επικρατέστερους κανόνες του συμβολαίου, όπως αυτοί αποφασίστηκαν από τις υποομάδες. Έπειτα, οι όροι γράφονται σε ένα μεγάλο χαρτί, όπου στο τέλος όλα τα παιδιά και ο δάσκαλος θα υπογράψουν. Το χαρτί αυτό θα αναρτηθεί σε εμφανές σημείο μέσα στην τάξη.

## Κλείσιμο

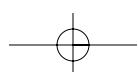
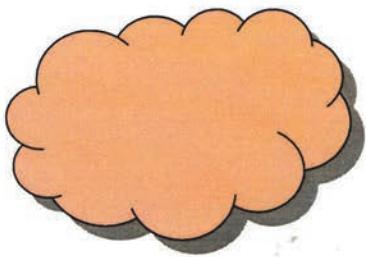
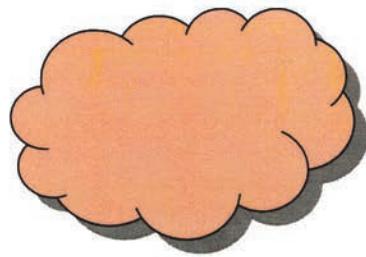
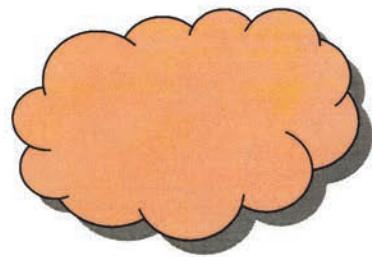
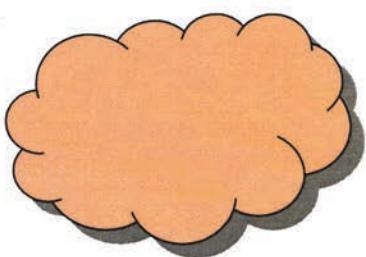
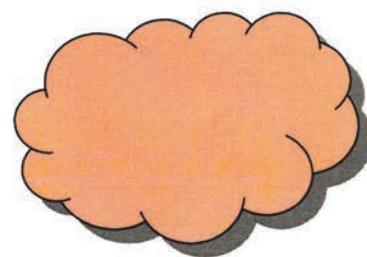
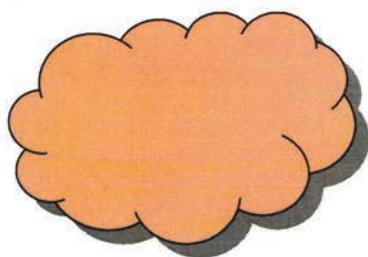
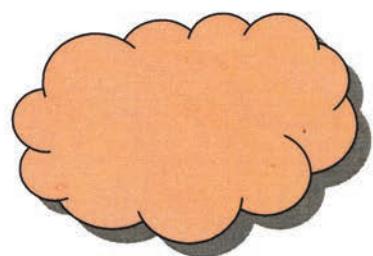
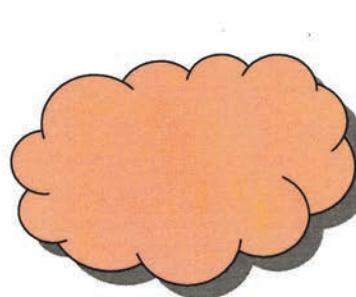
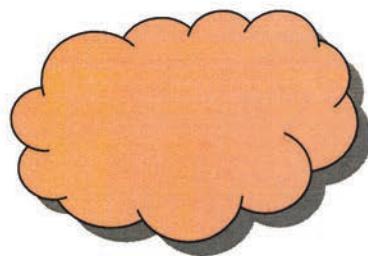
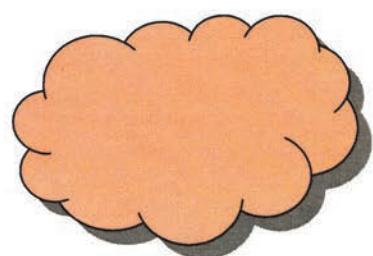
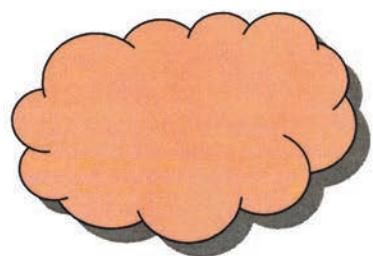
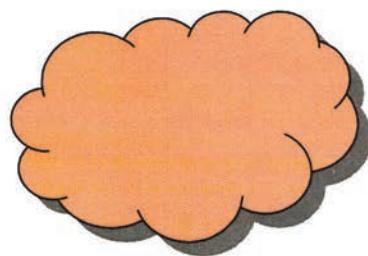
10 λεπτα

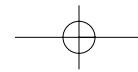
Στο τέλος της ενότητας, ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να γράψουν σε ένα μεγάλο χαρτόνι πέντε λέξεις που εκφράζουν τα όσα συζητήθηκαν σε αυτή την πρώτη συνάντηση. Τους ενημερώνει πως στο τέλος της κάθε συνάντησης θα συμπληρώνουν ένα ανάλογο χαρτόνι με τα βασικά σημεία της κάθε ενότητας, έτσι ώστε να φτιάξουν το ημερολόγιο της ψυχικής υγείας. Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να έχει προμηθευτεί δώδεκα χαρτόνια, όσες και οι συναντήσεις, διαφορετικού χρώματος το καθένα, στα οποία θα αναγράφονται στο τέλος κάθε συνάντησης τα σημεία που έκαναν εντύπωση στην ομάδα. Τα σημεία αυτά θα προτείνονται από τον εκπρόσωπο της κάθε υποομάδας και θα καταγράφονται από τον εκπαιδευτικό στο ημερολόγιο. Μετά το πέρας του προγράμματος, τα παιδιά θα μπορούν να συγκρίνουν το δικό τους ημερολόγιο με τα αντίστοιχα άλλων τάξεων του ίδιου ή άλλου σχολείου μέσω αλληλογραφίας, ώστε να διαπιστώσουν τις ομοιότητες και τις διαφορές που υφίστανται μεταξύ τους.

Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



## ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ





## 2η Συνάντηση Ποιος είμαι;

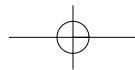
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να μιλήσουν οι μαθητές για την προσωπική τους διαδρομή από τη στιγμή της γέννησής τους μέχρι σήμερα.
- Να συζητηθούν η μοναδικότητα του κάθε παιδιού και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του.
- Να συζητηθεί η αυτονομία του κάθε παιδιού, καθώς και τα συναισθήματα που προκύπτουν λόγω του αποχωρισμού.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Συμβόλαιο.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 2η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Συμβόλαιο

10 λεπτά

Στη δεύτερη αυτή συνάντηση, ο εκπαιδευτικός μπορεί να υπενθυμίσει στα παιδιά το συμβόλαιο και να επιβεβαιώσει τη συμφωνία της ομάδας να λειτουργεί με βάση τους όρους του συμβολαίου αυτού.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός ή όποιο παιδί επιθυμεί και μπορεί, διαβάζει την ιστορία από το «Τετράδιο του Μαθητή».

Η ιστορία ξεκινάει με τον Ορέστη να ετοιμάζεται να πάει πρώτη μέρα στο σχολείο και τον Μπίμπο να αναπολεί τον ερχομό του Ορέστη στον κόσμο .

### Συζήτηση

20 λεπτά

Το παιδί, την ημέρα αυτή, έχει να διαχειριστεί τον αποχωρισμό από το οικογενειακό περιβάλλον, την προσαρμογή του και την ένταξή του στη σχολική ομάδα. Κάθε παιδί έχει την ιδιαιτερότητά του και το δικό του χρόνο να επεξεργαστεί αυτές τις αλλαγές.

Μετά την αφήγηση, ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να χωριστούν σε υποομάδες. Σε ένα κουτί, ο εκπαιδευτικός βάζει χαρτάκια τεσσάρων διαφορετικών χρωμάτων. Για παράδειγμα, σε μια ομάδα 20 παιδιών χρησιμοποιούμε πέντε κόκκινα, πέντε κίτρινα, πέντε πράσινα και πέντε μπλε χαρτάκια. Τα χαρτάκια θα πρέπει να είναι όσα και τα παιδιά της τάξης. Στη συνέχεια, το κάθε παιδί τραβά ένα χαρτάκι μέσα από το κουτί και ανάλογα με το χρώμα που τράβηξε, προσωρεί στην ομάδα που ανήκει.

Αφού διαμορφωθούν οι υποομάδες, ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά να απαντήσουν στις ερωτήσεις που ακολουθούν αφήνοντας σε κάθε ερώτηση χρόνο, πριν υποβάλλει την επόμενη.

«Πώς νομίζετε ότι νιώθει ο Ορέστης;»

«Σε τι μοιάζετε με τον Ορέστη;»

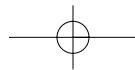
«Πώς ήταν η δική σας πρώτη ημέρα στο σχολείο; Πώς νιώσατε;»

«Τι σας βοήθησε να νιώσετε πιο όμορφα στο σχολείο;»

Ακολούθως, η κάθε ομάδα επιλέγει έναν εκπρόσωπο ο οποίος θα περιγράψει στην ολομέλεια τα συναισθήματα και τις σκέψεις που συζητήθηκαν στην ομάδα του.

Στόχος αυτών των ερωτήσεων είναι να εκφράσουν και να αναγνωρίσουν τα παιδιά τα συναισθήματά τους σε σχέση με τον αποχωρισμό.

Ο εκπαιδευτικός κλείνει τη συζήτηση μιλώντας για το πέρασμα από το οικογενειακό περιβάλλον σε εκείνο του σχολείου. Πιο συγκεκριμένα, ολοκληρώνει τη συζήτηση επισημαίνοντας τα ακόλουθα:



Οι αλλαγές είναι απαραίτητες στη ζωή μας και πολλές φορές γίνονται ακόμα και όταν δεν το θέλουμε. Κάποιες φορές μας κάνουν να νιώσουμε θυμωμένοι, λυπημένοι, αλλά μπορεί και να γίνουν η αιτία να γνωρίζουμε καινούργιους φίλους και να μάθουμε νέα πράγματα.

## Βιωματικές Δραστηριότητες

30 λεπτά

Οι δραστηριότητες που ακολουθούν, έχουν στόχο να ενισχύσουν το παιδί να μιλήσει και να αναγνωρίσει τα στοιχεία που το χαρακτηρίζουν και το κάνουν μοναδικό, μέσα από τις διαδικασίες της ενεργητικής μάθησης.

### Δραστηριότητα (α): ο εαυτός μου.

**Υλικά:** χρωματιστά χαρτόνια, κόλλα, μαρκαδόροι, ψαλίδι με στρογγυλεμένη μύτη, φωτογραφίες των παιδιών.

Το κάθε παιδί ζωγραφίζει από ένα λουλούδι, για παράδειγμα μια μαργαρίτα. Στο κέντρο του λουλουδιού, τα παιδιά βάζουν τη φωτογραφία τους ή ζωγραφίζουν το πρόσωπό τους. Στα πέταλα του λουλουδιού, τα παιδιά γράφουν τα πράγματα που τους αρέσουν. Για παράδειγμα, το αγαπημένο τους χρώμα, το αγαπημένο τους φαγητό, την αγαπημένη τους ασχολία, το αγαπημένο τους παιχνίδι, το αγαπημένο τους πρόσωπο κτλ.

Ο στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι να αναγνωρίσουν και να μιλήσουν τα παιδιά για τα στοιχεία που τα χαρακτηρίζουν. Τα παιδιά χωρίζονται σε ζευγάρια (για παράδειγμα με τον διπλανό τους) και ο κάθε μαθητής ενθαρρύνεται να μιλήσει για το «λουλούδι» που έφτιαξε, με τον συμμαθητή του. Στη συνέχεια, ο καθένας παρουσιάζει στην ολομέλεια το λουλούδι του ζευγαριού του. Η άσκηση αυτή εξυπηρετεί τη γνωριμία των παιδιών μεταξύ τους, ενισχύει το αίσθημα ασφάλειας στην ομάδα και βοηθά στη διαμόρφωση μιας πιο θετικής αυτοεικόνας.

### Δραστηριότητα (β): από τη γέννηση ως σήμερα.

**Υλικά:** Φωτογραφίες από τη βρεφική έως την παιδική ηλικία

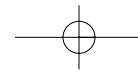
Ο εκπαιδευτικός, από την προηγούμενη συνάντηση, έχει ζητήσει από τα παιδιά να φέρουν φωτογραφίες από τότε που ήταν μωρά και άλλες φωτογραφίες που να δείχνουν την εξέλιξή τους. Τα παιδιά χωρίζονται σε υποομάδες ανάλογα με τον τρόπο που κάθονται. Το κάθε παιδί παρουσιάζει τον εαυτό του στην υποομάδα του και όλα τα μέλη της υποομάδας συζητούν τις αλλαγές που συμβαίνουν όσο μεγαλώνουν. Ο εκπρόσωπος κάθε υποομάδας ανακοινώνει στην ολομέλεια τις βασικές αλλαγές που εντόπισαν τα παιδιά. Ο εκπαιδευτικός, ανακεφαλαιώνοντας, γράφει στον πίνακα τις αλλαγές που ανέφεραν τα παιδιά.

### Δραστηριότητα (γ): το μουσικό παιχνίδι των συναίσθημάτων.

**Υλικά :** ραδιόφωνο ή κασετόφωνο.

Ο εκπαιδευτικός λέει στο αυτί του εκπροσώπου της μιας υποομάδας ένα συναίσθημα π.χ. χαρά. Ο εκπρόσωπος ανακοινώνει μυστικά στα μέλη της ομάδας του το συναίσθημα. Ο εκπαιδευτικός βάζει μουσική και ζητά από την υποομάδα να χορέψει. Έπειτα, κλείνει τη μουσική και αυτόματα τα παιδιά σταματούν να χορεύουν και σαν αγαλματάκια αναπαριστούν το συναίσθημα. Μια άλλη υποομάδα καλείται να μαντέψει το συναίσθημα που εκφράζουν τα παιδιά. Από αυτή τη διαδικασία περνούν όλες οι υποομάδες.

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά πώς χρησιμοποιώντας τα μέλη του σώματός τους (πρόσωπα, χέρια, πόδια, κορμό) μπορούν να δείξουν αυτό που νιώθουν.



### **Στο τέλος της δραστηριότητας ο εκπαιδευτικός επισημαίνει στην ομάδα:**

- Το σώμα μας πολλές φορές λέει περισσότερα από ότι τα λόγια ή οι εκφράσεις μας.
- Υπάρχουν φορές που το σώμα μας «μαρτυρά» αυτό που πραγματικά νιώθουμε ακόμα και αν αυτό είναι κάτι που δεν μπορούμε να εκφράσουμε με τα λόγια.

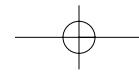
Ο εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει αυτή την άσκηση ως αφορμή για να συζητήσει με τα παιδιά τα συναισθήματα που έχουν τις πρώτες μέρες στο σχολείο, αλλά και το πώς νιώθουν τη συγκεκριμένη στιγμή, αφού τους αναθέσει να συσκεφθούν στα πλαίσια της ομάδας τους.

### **Κλείσιμο**

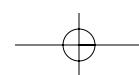


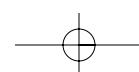
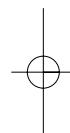
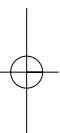
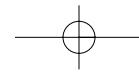
Στο κλείσιμο της συνάντησης αυτής, η ομάδα ανακεφαλαιώνει τα θέματα που συζητήθηκαν. Η κάθε υποομάδα φτιάχνει το δικό της κολλάζ με μία φωτογραφία από κάθε παιδί. Ο εκπρόσωπος της κάθε υποομάδας με μια πρόταση ανακοινώνει τις εντυπώσεις που αποκόμισε η υποομάδα του από τη σημερινή συνάντηση και ο εκπαιδευτικός τις σημειώνει στο κολλάζ. Ο εκπαιδευτικός συγκεντρώνει όλα τα κολλάζ και τα επισυνάπτει στο ημερολόγιο της ψυχικής υγείας, στο χαρτόνι της συγκεκριμένης συνάντησης.

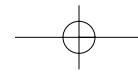
Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης και ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη φορά.



# ΠΟΙΟΣ ΕΙΜΑΙ;







## 3η Συνάντηση Πώς είμαι;

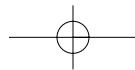
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να βοηθηθεί το παιδί να αποδεχτεί την εμφάνιση και τη διαφορετικότητά του.
- Να εκφράσει το κάθε παιδί τα συναισθήματά του για το πώς είναι και το πώς βιώνει τη διαφορετικότητά του.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 3η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας.

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός ή όποιο παιδί επιθυμεί και μπορεί, διαβάζει την ιστορία από το «Τετράδιο του Μαθητή» όπου ο Ορέστης μπαίνει στην τάξη του και η δασκάλα καλεί τα παιδιά να γνωριστούν και να πουν το όνομά τους.

### Βιωματικές Δραστηριότητες

60 λεπτα

Με αφορμή την αφήγηση της ιστορίας, ο εκπαιδευτικός εισάγει την παρακάτω βιωματική δραστηριότητα.

Η άσκηση αυτή αξιοποιεί το γεγονός ότι στην ελληνική οικογένεια τα ονόματα κληρονομούνται από τους προγόνους (παππού, γιαγιά) ή φέρουν άλλους συμβολισμούς (π.χ. ονόματα αγίων). Η δραστηριότητα αυτή αποτελεί μια αφορμή για να έρθουν τα παιδιά σε επαφή με την οικογενειακή τους ιστορία και την οικογενειακή ιστορία του άλλου. Σε πολλές περιπτώσεις (π.χ. ξένων ονομάτων), υπάρχει και η δυνατότητα γνωριμίας με διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια.

**Δραστηριότητα (α):** γνωρίζω τους συμμαθητές μου.

**Υλικά:** Χαρτί ή χαρτόνι, μαρκαδόροι και ένα μικρό μπαλάκι.

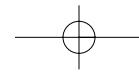
Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να γράψουν το όνομά τους σε ένα μεγάλο κομμάτι χαρτί. Τα παιδιά χωρίζονται σε υποομάδες και συζητούν γιατί τους έδωσαν αυτό το όνομα, αν τους αρέσει το όνομά τους και ποιο όνομα θα τους άρεσε να είχαν.

Στο τέλος της δραστηριότητας, ο εκπρόσωπος κάθε υποομάδας ανακοινώνει στην ολομέλεια τους τρόπους με τους οποίους οι συμμαθητές του πίραν το όνομά τους. Ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει γράφοντας στον πίνακα όλους τους τρόπους που έχουν προταθεί από τα παιδιά.

**Δραστηριότητα (β):** η ώρα του παραμυθιού.

**Υλικά:** Ένα από τα ακόλουθα παραμύθια: «Το ασχημόπαπο», «Ο μάγος του Όζ», «Η πεντάμορφη και το τέρας», «Μύθοι του Αισώπου» (λαγός και χελώνα, ποντίκι και λιοντάρι), χαρτόνια, μαρκαδόροι.

Ο εκπαιδευτικός βάζει σε ένα μεγάλο κουτί χαρτάκια με τα ονόματα όλων των παιδιών. Στη συνέχεια καλεί όποιο παιδί επιθυμεί να τραβήξει μέσα από το κουτί πέντε με έξι χαρτάκια, όσα θα είναι και τα άτομα της κάθε ομάδας. Με αυτό τον τρόπο, χωρίζεται η τάξη σε υποομάδες.



Ο εκπαιδευτικός αφηγείται ένα από τα παραπάνω παραμύθια. Η κάθε ομάδα αποφασίζει τον ήρωα που προτιμά και τον ζωγραφίζει. Τα μέλη της κάθε ομάδας συζητούν μεταξύ τους για τους λόγους που επέλεξαν τον συγκεκριμένο ήρωα, καθώς και για τις ομοιότητες και τις διαφορές με κάποιον άλλο ήρωα του παραμυθιού.

Στη συνέχεια, η κάθε υποομάδα επιλέγει μια από τις ζωγραφιές των μελών της και ο εκπρόσωπός της την παρουσιάζει στην ολομέλεια, εξηγώντας τους λόγους που επέλεξαν τον συγκεκριμένο ήρωα.

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τις ομάδες να συζητήσουν τις ακόλουθες ερωτήσεις, τις οποίες προτείνει προοδευτικά και δίνει σημαντικό χρονικό διάστημα ανάμεσα στην κάθε ερώτηση:

- «Πώς νιώθετε για τον τρόπο που τελείωσε η ιστορία;»
- «Πώς θα θέλατε να τελειώσει η ιστορία;»
- «Τι θα κάνατε στη θέση του ήρωα;»
- «Σε τι μοιάζετε και σε τι διαφέρετε από τους πρωταγωνιστές της ιστορίας;»

Ο εκπαιδευτικός κλείνει τη δραστηριότητα αυτή επισημαίνοντας ότι ο καθένας μας έχει στοιχεία που τον κάνουν διαφορετικό, όπως για παράδειγμα διαφορετικό ύψος, διαφορετικό χρώμα μαλλιών, διαφορετική οικογένεια κτλ. Πολλές φορές, μπορεί να νιώσουμε περίεργα ή δύσκολα, επειδή διαφέρουμε από τους άλλους. Αυτό είναι, όμως, που μας κάνει μοναδικούς.

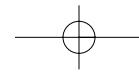
Ο εκπαιδευτικός μαζί με τον εκπρόσωπο της κάθε ομάδας σημειώνουν στον πίνακα την απάντηση στην ερώτηση «Διαφέρουμε από τους άλλους. Τι νιώθουμε για αυτό;» στην οποία κατέληξαν τα μέλη της ομάδας μετά από συζήτηση.

## Κλείσιμο

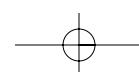
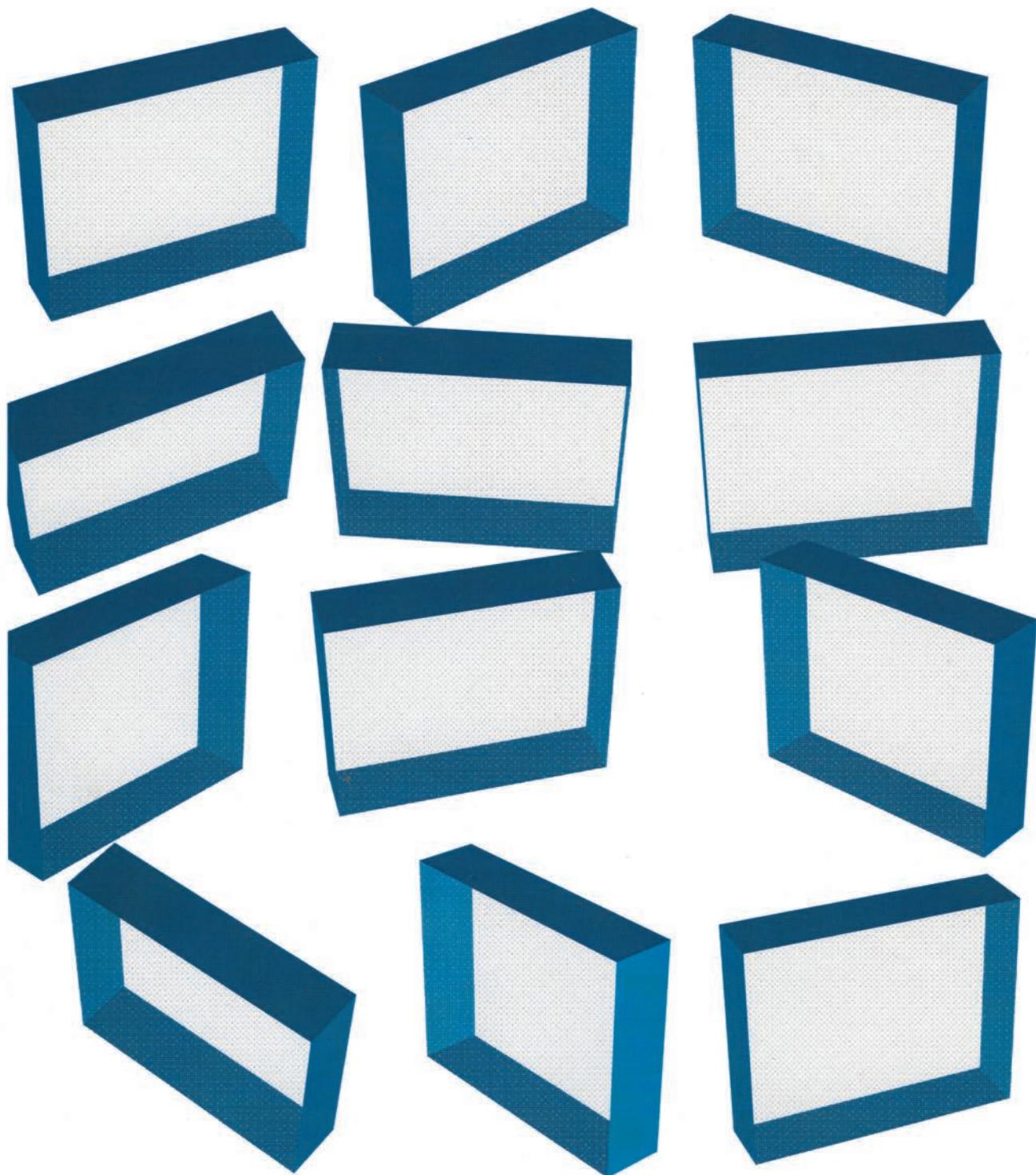
10 ΛΕΠΤΑ

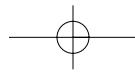
Στο κλείσιμο της συνάντησης αυτής, ο εκπαιδευτικός ζητά από τον εκπρόσωπο κάθε υποομάδας, αφού συζητήσει με τα άλλα μέλη, να προτείνει τρεις λέξεις για το τι σημαίνει διαφορετικότητα. Καταγράφει τις απαντήσεις στο χαρτόνι του ημερολογίου της ψυχικής υγείας.

Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



# ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ





# 4η Συνάντηση

## Πώς με βλέπουν οι άλλοι; Οικογένεια

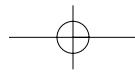
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να εκφράσει το παιδί τα συναισθήματά του για την δική του οικογένεια.
- Να έρθει το παιδί σε επαφή με συνομπλίκους του που ανήκουν σε διαφορετικές οικογένειες.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες (για την οικογένεια).
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 4η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας.



Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)



Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους μαθητές να αναλάβουν το ρόλο του αφηγητή. Στη συγκεκριμένη ιστορία, προτείνεται να αναλάβουν την αφήγηση περισσότερα από ένα παιδιά, αφού υπάρχουν πολλοί πρωταγωνιστές. Με αυτόν τον τρόπο, τα παιδιά εμπλέκονται πιο ενεργά στην διαδικασία της μάθησης.

Στο Τετράδιο του Μαθητή, μέσα από το βλέμμα του Μπίμπο, παρακολουθούμε μια σχολική τάξη, όπου τα παιδιά μιλούν για τα αγαπημένα τους πρόσωπα και αναφέρονται στις οικογένειές τους.

### Συζήτηση



Σε αυτήν την ενότητα, αναφέρεται η βιωματική εμπειρία του κάθε παιδιού σε σχέση με τους άλλους χροσιμοποιώντας το υλικό που φέρνει το ίδιο το παιδί στην ομάδα. Τα θέματα που διαπραγματεύεται το συγκεκριμένο τμήμα του εγχειριδίου αφορούν στην οικογένεια. Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι ο εκπαιδευτικός θα προσαρμόσει το μάθημα στις ανάγκες της τάξης και θα επιλέξει αντίστοιχα σε ποια θέματα θα εστιάσει περισσότερο.

Ο θεσμός της οικογένειας έχει υποστεί διάφορες αλλαγές τις τελευταίες δεκαετίες. Η οικογένεια είναι σημείο αναφοράς για κάθε παιδί. Οι σχέσεις που αναπτύσσονται ανάμεσα στα μέλη δεν είναι συμμετρικές και δεδομένες. Το παιδί τις βιώνει με υποκειμενικό τρόπο.

Προκειμένου να χωρίσει τα παιδιά σε ομάδες, ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να σταθούν σε μια γραμμή. Ζητά από τα δύο πρώτα και τα δύο τελευταία παιδιά της γραμμής να σχηματίσουν μια ομάδα. Η διαδικασία συνεχίζεται μέχρι να μπουν όλα τα παιδιά σε κάποια ομάδα.

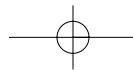
Ο εκπαιδευτικός ζητά από την κάθε ομάδα να συζητήσει τα παρακάτω ερωτήματα σε σχέση με την ιστορία, δίνοντάς της χρόνο για την επεξεργασία κάθε ερώτησης χωριστά. :

«Πώς πιστεύετε ότι νιώθει η Αλίκη;»

«Θα θέλατε να έχετε περισσότερο χρόνο με τους γονείς σας;»

«Σε τι μοιάζουν και σε τι διαφέρουν οι οικογένειες των ηρώων;»

Αφού συζητηθούν τα ερωτήματα στις υποομάδες, ο εκπρόσωπος της κάθε υποομάδας περιγράφει συνοπτικά όσα συζητήθηκαν. Ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τις απόψεις που ακούστηκαν και εξηγεί ότι κάθε οικογένεια είναι διαφορετική.



## Βιωματικές Δραστηριότητες (οικογένεια)

30 λεπτά

### Δραστηριότητα (α): οικογενειακές στιγμές.

Τα παιδιά βγαίνουν από τις υποομάδες τους και χωρίζονται σε δυάδες με το παιδί που κάθεται δεξιά τους. Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να ζωγραφίσουν με πολλά χρώματα μια χαρούμενη στιγμή (πραγματική ή φανταστική) με την οικογένειά τους. Έπειτα, ο εκπαιδευτικός παίρνει όλες τις ζωγραφιές, τις ανακατεύει και τις μοιράζει τυχαία στα παιδιά. Το κάθε παιδί συζητά με το ζευγάρι του για τη ζωγραφιά που έχει στα χέρια του, απαντώντας στα παρακάτω ερωτήματα (είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός να αφήνει χρόνο μετά από κάθε ερώτημα πριν θέσει το επόμενο):

«Σε τι μοιάζει και σε τι διαφέρει η ζωγραφιά που έχετε μπροστά σας με εκείνη που κάνατε εσείς;»

«Πώς αισθάνεστε βλέποντας τη ζωγραφιά που έχετε στα χέρια σας;»

Στο τέλος της δραστηριότητας, το κάθε ζευγάρι κατόπιν συμφωνίας, προτείνει ένα λόγο που κάνει μια οικογένεια χαρούμενη. Αφού ολοκληρώσουν τα ζευγάρια, ο εκπαιδευτικός ανακεφαλιώνει τις απόψεις που ακούστηκαν και δίνει χρόνο για την έκφραση αποριών ή σκέψεων.

### Δραστηριότητα (β): γνωρίζω διαφορετικές οικογένειες.

#### Υλικά: Φωτογραφίες, χαρτόνι

Τα παιδιά χωρίζονται σε διαφορετικές ομάδες με τον ίδιο τρόπο, όπως στην αρχή της συνάντησης. Ο εκπαιδευτικός έχει ζητήσει από τα παιδιά να φέρουν φωτογραφίες από την οικογένειά τους ή από άλλες οικογένειες. Τα παιδιά συγκεντρώνουν τις φωτογραφίες στην ομάδα τους και φτιάχνουν ένα μεγάλο κολλάζ που το αναρτούν σε μια γωνιά της τάξης. Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να συζητήσουν με τα μέλη της ομάδας τους τις ομοιότητες και τις διαφορές από τις οικογένειες που βλέπουν στο κολλάζ.

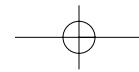
Ο εκπαιδευτικός ολοκληρώνει και τη δεύτερη δραστηριότητα ανακεφαλαιώνοντας τις ομοιότητες και τις διαφορές που επισήμαναν τα παιδιά στις διάφορες μορφές οικογένειας.

### Κλείσιμο

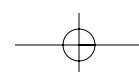
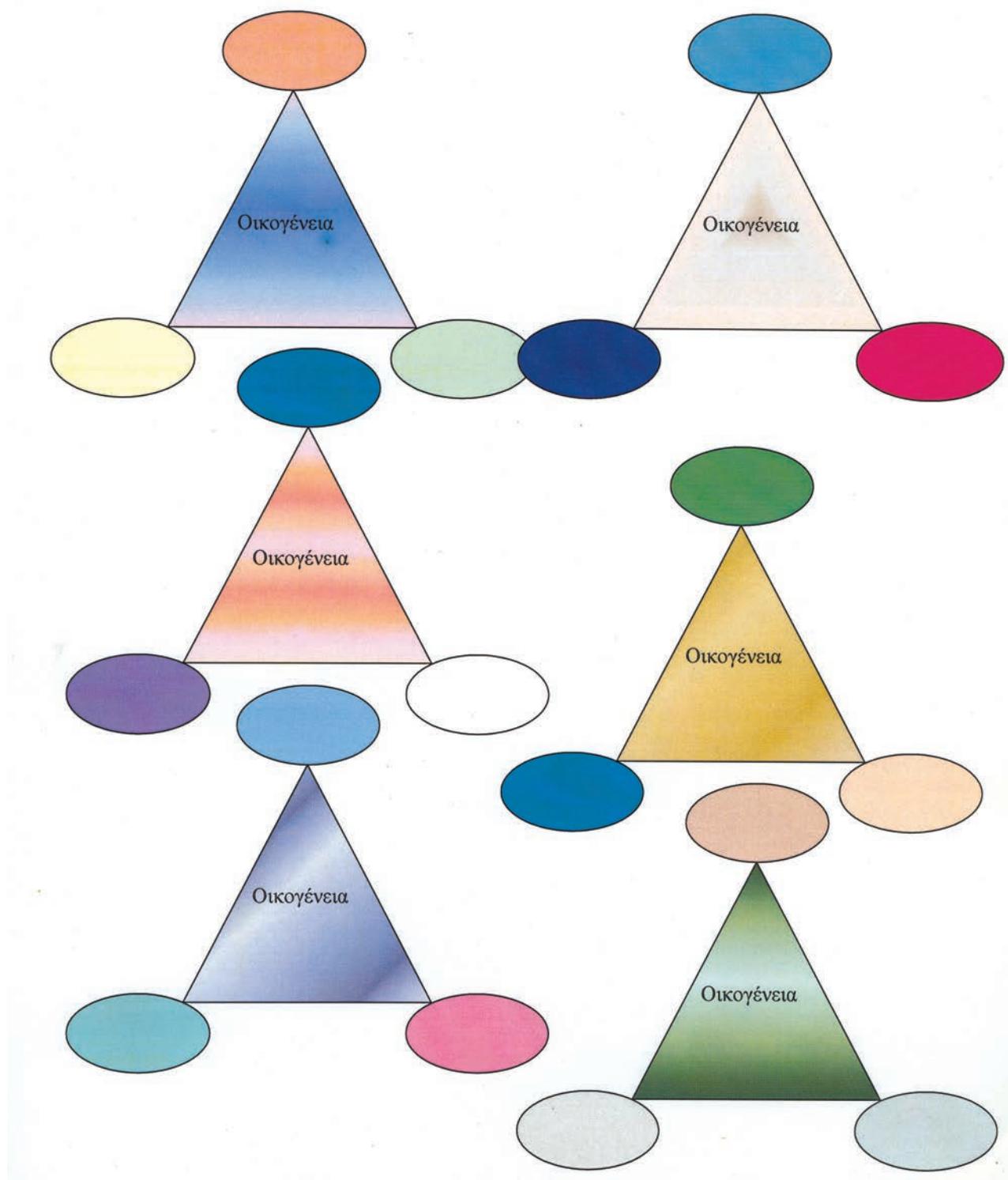
10 λεπτά

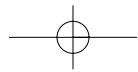
Ο εκπαιδευτικός κλείνει τη συνάντηση αυτή ζητώντας από τα παιδιά να συζητήσουν στις υποομάδες τους για τα συναισθήματα που ένιωσαν μιλώντας για την οικογένειά τους και να σημειώσουν σε μια κόλλα χαρτί τις λέξεις που τους έρχονται στο μυαλό με τη λέξη «οικογένεια». Ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας ανακοινώνει τρεις λέξεις και ο εκπαιδευτικός τις σημειώνει στο χαρτόνι της σημερινής συνάντησης (για το ημερολόγιο της ψυχικής υγείας).

Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



# ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ





# 5η Συνάντηση

## Πώς με βλέπουν οι άλλοι;

### Αλλαγές στην οικογένεια

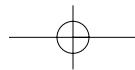
#### **ΣΤΟΧΟΙ**

- Να εκφράσει το παιδί τις σκέψεις και τα συναισθήματα που προκύπτουν από πιθανές αλλαγές που συμβαίνουν στην οικογένειά του (διαζύγιο, υιοθεσία, θάνατος παππού ή γιαγιάς ή οποιαδήποτε άλλη αλλαγή).

#### **ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ**

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες (για τις αλλαγές στην οικογένεια).
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 5η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτα

Στη συνάντηση αυτή, το κομμάτι της ιστορίας «πώς με βλέπουν οι άλλοι» ξαναδιαβάζεται, από διαφορετικά παιδιά. Έμφαση δίνεται στις αλλαγές που συμβαίνουν στην οικογένεια. Τα θέματα αυτά θίγονται μέσα από συγκεκριμένα πρόσωπα της ιστορίας, τα οποία μιλούν για υιοθεσία, διαζύγιο και ανασυσταμένη οικογένεια.

### Συζήτηση

30 λεπτα

Τα θέματα που διαπραγματεύεται η ιστορία αυτή αφορούν στις αλλαγές που συμβαίνουν μέσα στην οικογένεια.

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει τα παιδιά σε υποομάδες με τον εξής τρόπο. Αφού βρει τρία ή τέσσερα τραγούδια που γνωρίζουν όλα τα παιδιά, γράφει από ένα τραγούδι σε μια κάρτα (όσα είναι και τα παιδιά) και μοιράζει τις κάρτες στα παιδιά. Με το σύνθημα του δασκάλου, τα παιδιά αρχίζουν να τραγουδούν τα τραγούδι που έχουν στην κάρτα τους και προσπαθούν να εντοπίσουν τα παιδιά που έχουν το ίδιο τραγούδι με εκείνα.

Η διαδικασία συνεχίζεται μέχρι να διαμορφωθούν όλες οι ομάδες.

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά ότι στη συνάντηση αυτή θα μιλήσουν για τους ήρωες της ιστορίας που έχουν ζήσει κάποια αλλαγή στην οικογένειά τους. Ζητά από την κάθε ομάδα να σκεφτεί και να συζητήσει πιθανές αλλαγές που μπορούν να συμβούν σε μια οικογένεια.

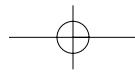
Έπειτα, ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας ανακοινώνει στην ομάδα τις αλλαγές που συζητήθηκαν και ο εκπαιδευτικός τις καταγράφει στον πίνακα. Έπειτα, αξιοποιώντας την τεχνική του καταγισμού ιδεών (brainstorming), τα παιδιά καλούνται να καταθέσουν μέσω του εκπροσώπου τους, ιδέες και συναισθήματα που τους γεννώνται με αφορμή τις αλλαγές αυτές.

Κατόπιν, ο εκπαιδευτικός ζητά από τις υποομάδες να συζητήσουν τα ακόλουθα. Δίνει χρόνο στα παιδιά να σκεφτούν και να απαντήσουν στην κάθε ερώτηση πριν να προτείνει την επόμενη:

- Ποιες από τις αλλαγές που συζητήσαμε προηγουμένως έχουν συμβεί στο παραμύθι;
- Πώς νομίζετε ότι νιώθουν οι ήρωες της ιστορίας με τις αλλαγές που συμβαίνουν μέσα στις οικογένειές τους;
- Πώς θα νιώθατε αν συνέβαινε κάτι ανάλογο στη δική σας οικογένεια;

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τον εκπρόσωπο της κάθε υποομάδας να ανακεφαλαιώσει και να μοιραστεί με την ολομέλεια αυτά που συζητήθηκαν στην κάθε υποομάδα

Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός συνοψίζει τα όσα ειπώθηκαν χωρίς να πάρει θέση. Κλείνει τη συζήτηση λέγοντας στα παιδιά ότι κάθε αλλαγή μέσα στην οικογένεια είναι μια νέα κατάσταση στην οποία προσαρμοζόμαστε. Ο καθένας μπορεί να νιώσει διαφορετικά συναισθήματα. Είναι σημαντικό να τα μοιράζεται με ανθρώπους που νιώθει ότι μπορεί να εμπιστευτεί.



## Βιωματικές Δραστηριότητες (αλλαγές στην οικογένεια)

30 λεπτά

### Δραστηριότητα (α): Η οικογένειά μου αλλάζει

Ο εκπαιδευτικός καλεί την κάθε υποομάδα να φτιάξει και να αφηγηθεί στην τάξη μια φανταστική ιστορία που να αφορά σε αλλαγές που μπορούν να συμβούν σε μια οικογένεια. Αφού οι ομάδες φτιάξουν τις ιστορίες τους, ο εκπαιδευτικός τους ζητά να συζητήσουν μεταξύ τους τα ακόλουθα ερωτήματα:

«Ποιες αλλαγές έχουν συμβεί στην ιστορία των ηρώων σας;»

«Πώς νιώθουν οι ήρωες της ιστορίας που φτιάξατε;»

Στη συνέχεια, η κάθε υποομάδα παρουσιάζει με συνοπτικό τρόπο σε όλη την τάξη την ιστορία που έφτιαξε. Ο εκπρόσωπος μιας άλλης υποομάδας εκφράζει τις σκέψεις της ομάδας του σε σχέση με τα συναισθήματα που νιώθει ο ήρωας της ιστορίας.

Η προτεινόμενη αυτή άσκηση βασίζεται στην υπόθεση ότι τα παιδιά μπορεί να προβάλλουν στις ιστορίες που δημιουργούν τα δικά τους βιώματα και συναισθήματα για αλλαγές που συμβαίνουν στη δική τους οικογένεια. Με τον τρόπο αυτό, συμβολίζονται και αντανακλώνται τα συναισθήματα των παιδιών, χωρίς εκείνα να εκτεθούν άμεσα.

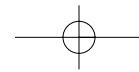
### Κλείσιμο

10 λεπτά

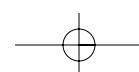
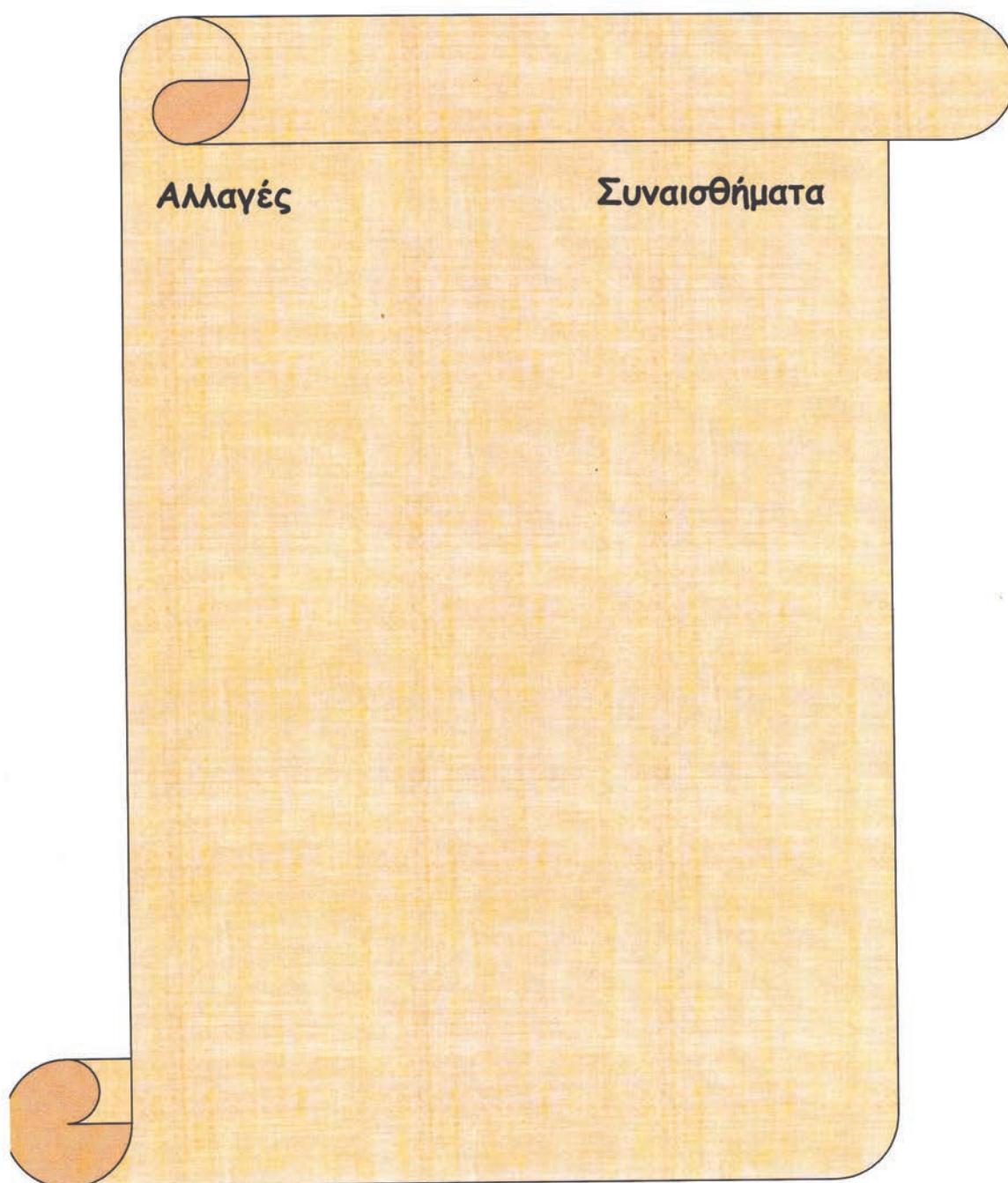
Στο τέλος της συνάντησης, ο εκπαιδευτικός μιλάει για τον χρόνο που χρειάζεται ο καθένας από εμάς για να προσαρμοστεί σε μια νέα κατάσταση και υπενθυμίζει τον ρόλο του ευρύτερου περιβάλλοντος που είναι σημαντικός όταν προκύπτουν δυσκολίες ως αποτέλεσμα των αλλαγών.

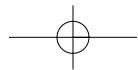
Ο εκπαιδευτικός ζητά από κάθε ομάδα να επιλέξει δύο από τις σημαντικότερες αλλαγές που είναι πιθανό να βιώσει η οικογένεια και τα συναισθήματα που απορρέουν από αυτές, έτοι όπως προέκυψαν από τη βιωματική δραστηριότητα. Καταγράφει τις σκέψεις των παιδιών στο χαρτόνι του ημερολογίου.

Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



# ΠΩΣ ΜΕ ΒΛΕΠΟΥΝ ΟΙ Άλλοι; ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ





# 6η Συνάντηση

## Πώς με βλέπουν οι άλλοι; Απώλεια και Μετανάστευση

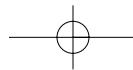
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να συζητηθούν στην τάξη τα θέματα της απώλειας και της μετανάστευσης.
- Να βοηθηθεί το παιδί να αναγνωρίσει και να εκφράσει συναισθήματα που βιώνει σε σχέση με την απώλεια και τη μετανάστευση.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες (απώλεια).
- Βιωματικές Δραστηριότητες (μετανάστευση).
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 6η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός ζητά από όποιο παιδί επιθυμεί να αφηγηθεί την ιστορία που διαβάστηκε στην προηγούμενη συνάντηση. Η ομάδα εστιάζει στους ήρωες της ιστορίας που μιλούν για κάποιο πρόσωπο που έχασαν (Γιάννης) και το παιδί που θυμάται την παλιά του γειτονιά.

### Συζήτηση

20 λεπτά

Με το πέρας της αφήγησης, τα παιδιά χωρίζονται σε 4 ομάδες ανάλογα με τις εποχές που έχουν γεννηθεί. Για παράδειγμα, ο εκπαιδευτικός ρωτά «ποια παιδιά γεννήθηκαν την άνοιξη;» και με αυτό τον τρόπο σχηματίζεται η πρώτη υποομάδα. Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός ζητά από την κάθε ομάδα να συζητήσει τα ακόλουθα ερωτήματα, δίνοντας χρόνο για κάθε ερώτημα χωριστά :

- «Τι πιστεύετε ότι σκέφτονται οι ήρωες;»
- «Τι πιστεύετε ότι σκέφτεται ο Γιάννης;»
- «Πώς πιστεύετε ότι νιώθει το παιδί που άλλαξε γειτονιά;»
- «Έχετε χάσει ποτέ κάτι δικό σας πολύ αγαπημένο;»
- «Θυμάστε πώς νιώσατε;»

Τα μέλη της ομάδας συμφωνούν τι από αυτά που συζήτησαν θα ήθελαν να μοιραστούν με όλη την τάξη και ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας τα ανακοινώνει στην ολομέλεια.

Αφού τα παιδιά εκφράσουν τις σκέψεις τους και πριν περάσουν στις βιωματικές δραστηριότητες, ο εκπαιδευτικός λέει με απλά λόγια :

Το να χάσουμε κάτι που αγαπάμε μπορεί να συμβεί σε όλους μας.

Όταν ζούμε μια τέτοια εμπειρία μπορεί να νιώσουμε άσχημα , μπορεί να θυμάσουμε ή να μη θέλουμε να το συζητάμε , ακόμα και να μη θέλουμε να το θυμόμαστε αρχικά.

Χρειάζεται χρόνος προκειμένου να δεχθούμε αυτό που συνέβη και να αισθανθούμε καλύτερα.

Όταν xάνουμε κάτι, συνεχίζουμε να το διατηρούμε μέσα μας με το να το θυμόμαστε και να το μοιραζόμαστε με τους άλλους.

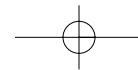
Επειδή το θέμα της απώλειας διακινεί έντονα συναισθήματα, είναι βοηθητικό η ομάδα να επεξεργαστεί το θέμα μέσα από τις βιωματικές δραστηριότητες που ακολουθούν.

### Βιωματικές Δραστηριότητες (απώλεια)

20 λεπτά

**Δραστηριότητα:** Ο πίνακας των συναισθημάτων.

Ο εκπαιδευτικός ζητά από ένα παιδί να φτιάξει στον πίνακα δύο στήλες , η μια με τίτλο «κάτι που έχασα...» και η άλλη «ένιωσα...».Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα μέλη κάθε υποομάδας να θυμηθούν κάτι που έχασαν και να καταγράψουν τα συναισθήματα που βίωσαν από την απώλεια



αυτή. Ο εκπρόσωπος της κάθε υποομάδας καταγράφει στον πίνακα τα συμπεράσματα της συζήτησης της ομάδας, τόσο για την πρώτη στήλη («κάτι που έχασα...»), όσο και στην δεύτερη («ένιωσα...»).

Μετά το πέρας της δραστηριότητας, ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά της κάθε υποομάδας να σκεφτούν πώς ένιωθαν πριν μιλήσουν για αυτό που έχασαν και πώς νιώθουν αφού μοιράστηκαν τα συναισθήματά τους με την ομάδα τους. Ο εκπαιδευτικός «κλείνει» το θέμα της απώλειας, μιλώντας στην ομάδα για το πόσο σημαντικό είναι να μοιραζόμαστε τα συναισθήματά μας. Αναφέρει ότι το μοίρασμα των συναισθημάτων μας βοηθά ώστε να μην αισθανόμαστε μόνοι.

## Βιωματικές Δραστηριότητες (μετανάστευση)

20 λεπτά

**Δραστηριότητα:** Άλλάζω γειτονιά

**Υλικά:** Χαρτί, μαρκαδόροι

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να ζωγραφίσουν την παλιά γειτονιά τους (της περιοχής τους). Όσα παιδιά δεν έχουν παλιά γειτονιά, μπορούν να ζωγραφίσουν τα καινούργια παιδιά που έχουν έρθει στη γειτονιά ή τις αλλαγές που έχουν γίνει στη γειτονιά τους ή πώς φαντάζονται ότι θα αλλάξει η γειτονιά τους στο μέλλον. Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να μιλήσουν στην υποομάδα τους για τη ζωγραφιά τους και να συζητήσουν ένα-ένα τα ακόλουθα ερωτήματα :

«Πώς νιώσατε όταν αλλάξατε γειτονιά; Γιατί αλλάξατε γειτονιά;»

«Ποια γειτονιά σας αρέσει καλύτερα. Γιατί;»

«Πώς νιώθετε όταν έρχονται καινούργια παιδιά στην γειτονιά;»

«Πώς θα θέλατε να είναι η γειτονιά σας;»

Ο εκπρόσωπος κάθε υποομάδας ανακοινώνει μια θετική και μια αρνητική σκέψη που προκύπτει από μια πιθανή αλλαγή γειτονιάς. Ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τις σκέψεις των παιδιών.

Στόχος της άσκησης αυτής είναι να μιλήσουν τα παιδιά για την αλλαγή περιβάλλοντος, τους λόγους που μας κάνουν να αλλάζουμε (να μετακομίζουμε, να μεταναστεύουμε), αλλά και τα συναισθήματα που συνοδεύουν τις αλλαγές. Η άσκηση αυτή απευθύνεται τόσο στο συναίσθημα των παιδιών που έχουν αλλάξει περιβάλλον, όσο και στα παιδιά που βιώνουν αλλαγές στο περιβάλλον στο οποίο ζουν.

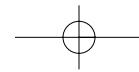
## Κλείσιμο

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός κλείνει τη συζήτηση εστιάζοντας στο γεγονός ότι στη ζωή κάθε ανθρώπου υφίστανται αλλαγές, στις οποίες καλείται να προσαρμοστεί. Όμως, σημαντικό είναι να θυμόμαστε ότι ακόμα και μια αρνητική αλλαγή μπορεί στο μέλλον να επηρεάσει και θετικά τη ζωή μας.

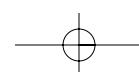
Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα μέλη κάθε υποομάδας να συνεχίσουν την πρόταση «όταν χάνω κάτι ...» και συμπληρώνει τις απαντήσεις στο χαρτόνι της συγκεκριμένης συνάντησης.

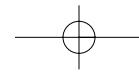
Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



ΠΩΣ ΜΕ ΒΛΕΠΟΥΝ ΟΙ ΆΛΛΟΙ  
ΑΠΩΛΕΙΑ  
ΚΑΙ  
ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗ

Όταν χάνω κάπι...





# 7η Συνάντηση

## Πώς με βλέπουν οι άλλοι; Όταν συναντώ δυσκολίες

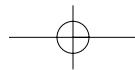
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να εκφράσουν τα παιδιά τις δυσκολίες τους και τα συναισθήματα που απορρέουν από αυτές.
- Να συζητήσουν τα παιδιά με τον εκπαιδευτικό τρόπους που θεωρούν αποτελεσματικούς για την αντιμετώπιση των δυσκολιών τους.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



# 7η Συνάντηση

## Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

## Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους μαθητές να αναλάβουν τον ρόλο του αφηγητή.  
Στο «Τετράδιο του Μαθητή», παρακολουθούμε τη δυσκολία του Ορέστη να τελειώσει τα μαθήματά του.

## Συζήτηση

20 λεπτα

Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες. Ο εκπαιδευτικός δίνει στα παιδιά, με τη σειρά που κάθονται, έναν αριθμό από το 1 έως το 5. Τα παιδιά που έχουν τον ίδιο αριθμό σχηματίζουν ομάδα.

Ο εκπαιδευτικός προτείνει ένα ένα τα παρακάτω ερωτήματα, ζητά από τις ομάδες να τα συζητήσουν και δίνει σημαντικό χρόνο στα παιδιά πριν θέσει την επόμενη ερώτηση:

- «Τι πιστεύετε ότι δυσκολεύει τον Ορέστη;»
- «Τι μπορεί να σκέφτεται;»
- «Έχετε νιώσει ποτέ όπως ο Ορέστης;»
- «Τι κάνετε εσείς όταν συναντάτε δυσκολίες;»
- «Από ποιον ζητάτε βοήθεια;»

Στη συνέχεια, τα μέλη της κάθε ομάδας συμφωνούν τι από αυτά που συζήτησαν θα ήθελαν να τα μοιραστούν με την υπόλοιπη τάξη και ο εκπρόσωπος τα παρουσιάζει στην ολομέλεια. Ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει αναφέροντας ότι ο καθένας μας μπορεί να περάσει δυσκολίες και πως είναι σημαντικό να αναζητούμε τρόπους για να τις αντιμετωπίσουμε. Στο τέλος, ζητά από τον εκπρόσωπο της κάθε ομάδας να γράψει στον πίνακα μία δυσκολία και έναν πιθανό τρόπο αντιμετώπισής της.

## Βιωματικές Δραστηριότητες

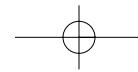
40 λεπτα

**Δραστηριότητα (a):** Το δέντρο του «μπορώ» και το δέντρο του «θέλω»

**Υλικά:** Χαρτί ή χαρτόνι, μαρκαδόροι, χαρτί γλασέ χρωματιστό.

Οι μαθητές κάθε υποομάδας φτιάχνουν με χαρτόνι και χρώματα δυο μεγάλα δέντρα και κόβουν πολλά πράσινα και κίτρινα φύλλα. Στα πράσινα φύλλα, γράφουν τα πράγματα που μπορούν να κάνουν. Παραδείγματα μπορεί να είναι τα εξής:

- Μπορώ να κάνω τους φίλους μου να γελούν.
- Μπορώ να ντύνομαι μόνος /η μου κάθε πρωί.
- Μπορώ να κάνω σωστά την ορθογραφία μου.
- Μπορώ να παιζω καλό ποδόσφαιρο.



Στα κίτρινα φύλλα, γράφουν αυτά που θέλουν ή που θα ήθελαν να κάνουν. Για παράδειγμα :  
Θέλω να είμαι καλύτερος στην αριθμητική.

Θέλω να κάνω ωραία γράμματα.  
Θέλω να μάθω να διαβάζω σωστά.  
Θα ήθελα να έχω πολλούς φίλους.  
Θα ήθελα να ήμουν ψηλός.

Στη συνέχεια, τα παιδιά κολλάνε τα πράσινα φύλλα στο δέντρο «Θέλω» και τα κίτρινα φύλλα στο δέντρο «Μπορώ». Η κάθε υποομάδα καλείται να διαπιστώσει τις διαφορές που υπάρχουν ανάμεσα στα δύο δέντρα και ο εκπρόσωπος τις ανακοινώνει στην ολομέλεια. Με αφορμή την άσκηση αυτή, ο εκπαιδευτικός συζητά με τα παιδιά για τι τα δυσκολεύει αλλά και τι μπορούν να κάνουν καλά στο σχολείο.

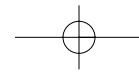
## Κλείσιμο

10 λεπτα

Μετά το πέρας της βιωματικής δραστηριότητας, ο εκπαιδευτικός λέει με απλά λόγια ότι στα δέντρα που φτιάξαμε μπορεί να υπάρχουν διαφορές ανάμεσα σε αυτά που θέλουμε και σε αυτά που μπορούμε. Αυτό σημαίνει ότι ακόμα και αν δεν είμαστε καλοί σε κάτι ή αν κάτι μας δυσκολεύει, δεν σημαίνει ότι δεν τα καταφέρνουμε σε κάτι άλλο που είναι εξίσου σημαντικό. Για παράδειγμα, ένα παιδί που δυσκολεύεται στην αριθμητική μπορεί να είναι καλό στη γυμναστική.

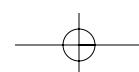
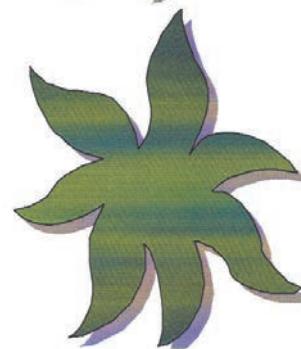
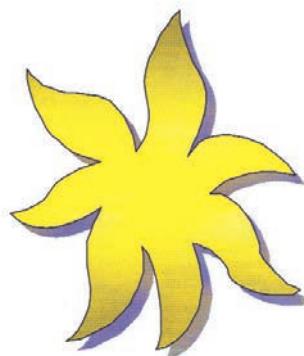
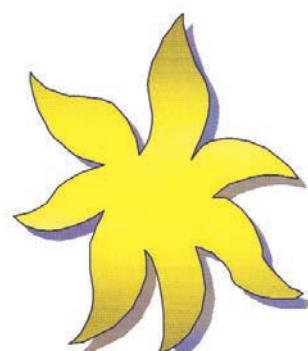
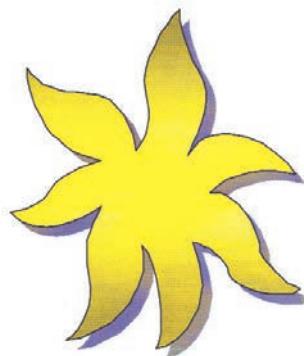
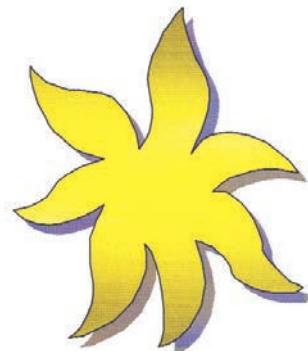
Ο εκπαιδευτικός ζητά από κάθε υποομάδα να σκεφθεί ένα «μπορώ» και ένα «θέλω» που ισχύει για την ομάδα. Κατόπιν, συμπληρώνει τις απαντήσεις στο χαρτόνι της συγκεκριμένης συνάντησης.

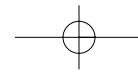
Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



ΜΠΟΡΩ

ΘΕΛΩ





# 8η Συνάντηση

## Πώς με βλέπουν οι άλλοι; Άνθρωποι που συναναστρέφομαι

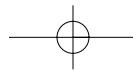
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να συζητηθεί ο τρόπος με τον οποίο σχετιζόμαστε με τους άλλους, πώς διαλέγουμε τους ανθρώπους που συναναστρέφόμαστε, πώς μας διαλέγουν οι άλλοι.
- Να συζητηθεί η έννοια των ορίων και η διάθεση του να μοιράζεσαι ή να προσφέρεις.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 8η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους μαθητές να διαβάσουν δυνατά στην τάξη την ιστορία. Στο Τετράδιο του Μαθητή, βρισκόμαστε στο πάρτι της Άλκηστης. Αναφέρεται ότι δεν έχουν πάει όλα τα παιδιά στο πάρτι.

### Συζήτηση

30 λεπτά

**Υλικά:** Ένα κουτί με καραμέλες τεσσάρων διαφορετικών γεύσεων.

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει τα παιδιά σε ομάδες με τον εξής τρόπο : σε ένα κουτί, τοποθετεί ανά 4 ή 5 καραμέλες διαφορετικών γεύσεων και τα παιδιά επιλέγουν από μία. Το παιδιά που διάλεξαν καραμέλα με την ίδια γεύση προσχωρούν στην ίδια ομάδα.

Η ομάδα εστιάζει στο σημείο του κειμένου (στο Τετράδιο του Μαθητή), όπου αναφέρεται η απουσία ορισμένων παιδιών από τη γιορτή. Πιο συγκεκριμένα, ο εκπαιδευτικός ζητά από τις ομάδες να συζητήσουν μεταξύ τους τα ακόλουθα ερωτήματα, δίνοντας χρόνο στα παιδιά να επεξεργαστούν το καθένα από αυτά:

«Η Άλκηστη κάλεσε όλα τα παιδιά στη γιορτή;»  
 «Καλείτε όλους τους φίλους σας στη γιορτή σας;»  
 «Πώς διαλέγετε τους φίλους σας;»  
 «Είναι σημαντικό για εσάς να έχετε φίλους;»  
 «Πώς νιώθετε όταν κάποιος δεν σας καλεί στο πάρτι του;»

Αφού τα παιδιά συζητήσουν, συμφωνούν τι από αυτά θα ήθελαν να μοιραστούν με όλη την τάξη και ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας τα μεταφέρει στην ολομέλεια.

**Ο εκπαιδευτικός λέει με απλά λόγια ότι:**

- Η φιλία είναι σημαντική και αξίζει να διεκδικούμε τους φίλους μας.
- Είναι πιθανό ένα παιδί να ταιριάζει περισσότερο με συγκεκριμένα παιδιά τα οποία επιλέγει και τον επιλέγουν ως φίλο.
- Δεν είναι δυνατό να γινόμαστε αποδεκτοί από όλους.

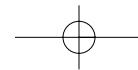
### Βιωματικές Δραστηριότητες

30 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να παίξουν με κουκλοθέατρο όσα συζήτησαν με αφορμή την ιστορία που διαβάστηκε και τη συζήτηση που ακολούθησε.

**Δραστηριότητα (α):** Ο καινούργιος συμμαθητής

**Υλικά:** Κούκλες, κουκλοθέατρο



Στην άσκηση αυτή, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να παίξουν σε κουκλοθέατρο δύο διαφορετικές ιστορίες. Στην πρώτη ιστορία (ιστορία του «Παρεούλη»), τα παιδιά καλούνται να φτιάξουν και να παίξουν ένα σενάριο, όπου ένας συμμαθητής / συμμαθήτρια είναι καλοδεχούμενος/η από την τάξη. Στο άλλο σενάριο (ιστορία του «Μοναχούλη»), τα παιδιά καλούνται να φτιάξουν και να παίξουν μια ιστορία, όπου ο καινούργιος μαθητής/μαθήτρια δεν γίνεται αποδεκτός/η από τα παιδιά της τάξης.

Τα παιδιά που θα παίξουν στην κάθε ιστορία επιλέγονται με κλίρωση, δηλαδή όλα τα ονόματα των παιδιών μπαίνουν σε ένα κουτί και ένα μέλος από την ομάδα τραβάει κλήρο. Επιλέγονται πρώτα τα παιδιά που θα παίξουν την πρώτη ιστορία και μετά τα παιδιά που θα παίξουν τη δεύτερη ιστορία.

Μετά από κάθε ιστορία, τα παιδιά ξανασχηματίζουν τις υποομάδες και συζητούν για το πώς ένιωσαν. Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός τους ζητάει να διαλέξουν ποια ιστορία προτιμάνε. Αν τα παιδιά προτιμήσουν την ιστορία του «Παρεούλη», τότε η ιστορία του «Μοναχούλη» μπορεί να ξαναπαίχτει ζητώντας από τα παιδιά να αλλάξουν το τέλος της.

Στη δραστηριότητα αυτή, τα παιδιά ενθαρρύνονται να μιλήσουν για τη φιλία, τους φίλους τους, τους λόγους που κάνουν ή δεν κάνουν παρέα με κάποια παιδιά, αλλά και τους λόγους που κάποιοι άνθρωποι μπορεί να είναι πιο μοναχικοί από τους άλλους.

**Δραστηριότητα (Β):** Τα πράγματα που μοιράζομαι

**Υλικά:** Χαρτί, μαρκαδόροι, δύο μεγάλα κουτιά (ένα πράσινο και ένα κόκκινο).

Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να ζωγραφίσουν σε πολλά χαρτιά τα αγαπημένα αντικείμενα που θα ήθελαν να μοιραστούν με τους συμμαθητές τους (π.χ. το παιχνίδι μου, η κούκλα μου, οι ζωγραφιές μου), αλλά και τα αγαπημένα τους αντικείμενα που δεν θα ήθελαν να μοιραστούν με τους συμμαθητές τους (το ημερολόγιο μου, την μπλούζα μου, το ρολόι μου). Τα παιδιά ρίχνουν τις ζωγραφιές με τα αντικείμενα που θέλουν να μοιραστούν σε ένα μεγάλο πράσινο κουτί και τις ζωγραφιές με τα αντικείμενα που δεν θέλουν να μοιραστούν σε ένα μεγάλο κόκκινο κουτί. Αφού τα ανακατέψουν καλά, ο εκπρόσωπος κάθε υποομάδας διαβάζει τέσσερα αντικείμενα που «μοιραζόμαστε» και τέσσερα που δεν «μοιραζόμαστε».

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός με τη βοήθεια ενός παιδιού γράφουν στον πίνακα τα σημαντικότερα πράγματα που μοιραζόμαστε και που δεν μοιραζόμαστε, όπως προέκυψε από τη δραστηριότητα.

Η δραστηριότητα αυτή μπορεί να γίνει με αφορμή το σημείο (στο Τετράδιο του Μαθητή), όπου ο αδερφός της Άλκηστης ανοίγει το συρτάρι.

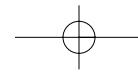
Στο τέλος της βιωματικής δραστηριότητας, ο εκπαιδευτικός επισημαίνει την έννοια των ορίων και του σεβασμού της ιδιοκτησίας των άλλων.

## Κλείσιμο

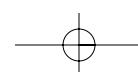
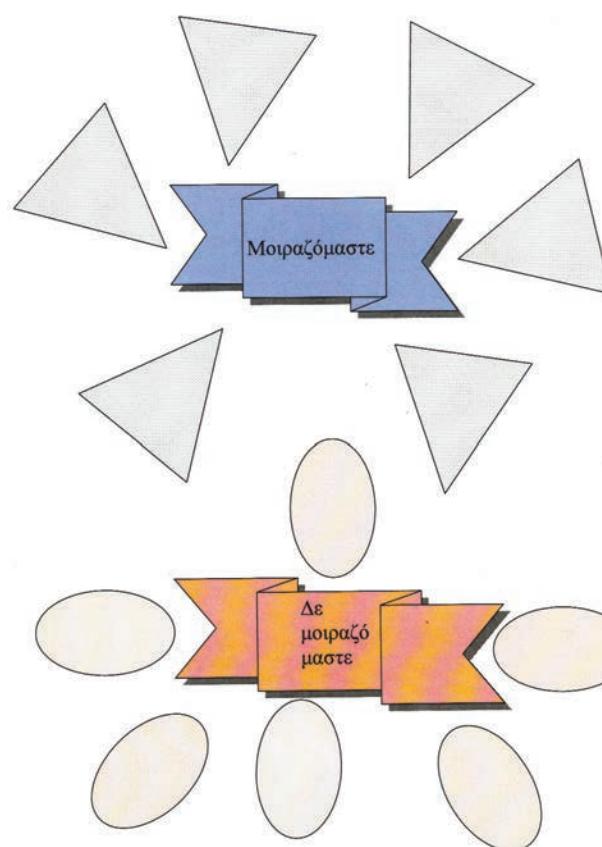
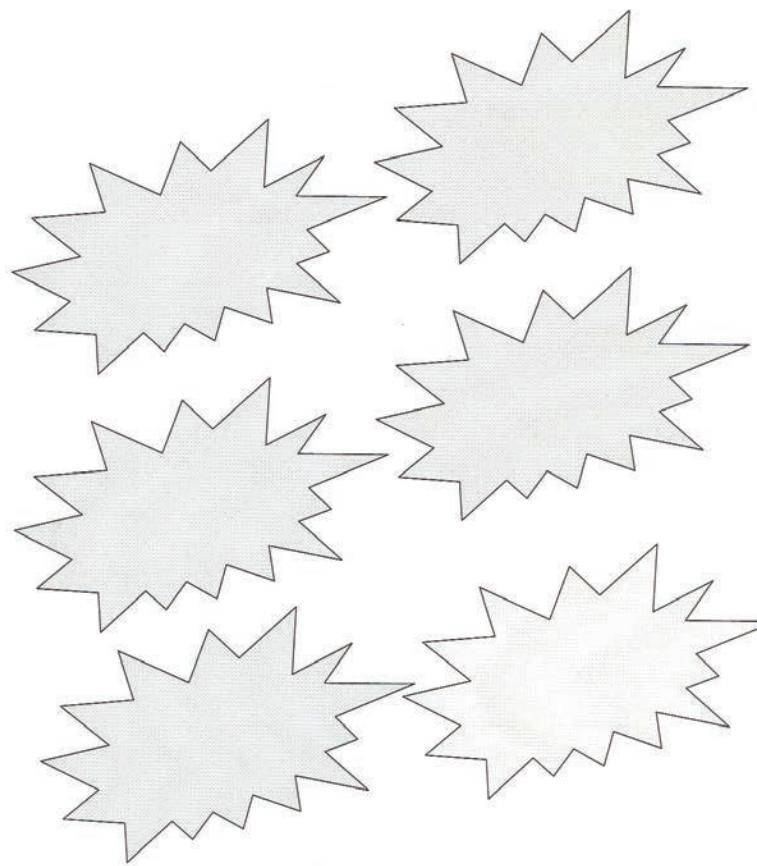


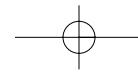
Στο κλείσιμο αυτής της συνάντησης, ο εκπαιδευτικός καλεί κάθε υποομάδα να σκεφτεί και να προτείνει τι είναι παρέα, καθώς και κάτι που μοιράζεται και κάτι που δεν μοιράζεται με άλλες ομάδες. Ακολούθως, συμπληρώνει το ημερολόγιο της ψυχικής υγείας με τις απαντήσεις των παιδιών.

Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



# ΠΑΡΕΑ ΕΙΝΑΙ





# 9η Συνάντηση

## Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; Συναντώ τη διαφορετικότητα

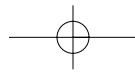
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να μιλίσουν τα παιδιά για τη διαφορετικότητα και τα συναισθήματα που τους δημιουργεί.
- Να συνειδητοποιήσουν τα παιδιά τη σημασία της εναρμόνισης του διαφορετικού παιδιού στην ομάδα.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 9η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 ΛΕΠΤΑ

Στο Τετράδιο του Μαθητή, παρακολουθούμε την ομάδα των παιδιών που παίζει βόλεϊ. Στην ομάδα βλέπουμε παιδιά με διαφορετικές σωματικές αναλογιές, διαφορετική σωματική έκφραση και διαφορετικές δραστηριότητες.

### Συζήτηση

30 ΛΕΠΤΑ

Μετά την αφήγηση, ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να χωριστούν σε υποομάδες με έναν από τους τρόπους που έχουν προαναφερθεί (π.χ. αλφαριθμητικά, με χαρτάκια διαφορετικών χρωμάτων, καραμέλες κ.λ.π.).

Με αφορμή την εικόνα, προτείνει στα παιδιά ένα ένα τα ακόλουθα ερωτήματα, δίνοντάς τους τον χρόνο που χρειάζονται για να απαντήσουν στο καθένα από αυτά.

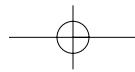
«Τι κοινό έχουν όλα τα παιδιά που βλέπετε στην εικόνα;»  
 «Τι διαφορετικό έχουν τα παιδιά που βλέπετε στην εικόνα;»  
 «Σε τι μοιάζετε με τα παιδιά της εικόνας; Σε τι διαφέρετε;»  
 «Σε τι μοιάζετε και σε τι διαφέρετε με τους φίλους σας;»

Στη συνέχεια, ο κάθε εκπρόσωπος της ομάδας αναφέρει τις ομοιότητες και τις διαφορές που εντόπισαν τα παιδιά ανάμεσα στους ήρωες της ιστορίας, αλλά και τις διαφορές και τις ομοιότητες που έχουν εκείνα μεταξύ τους.

**Αφού ακουστούν οι απόψεις των παιδιών, ο εκπαιδευτικός λέει με απλά λόγια ότι:**

- Είναι φυσιολογικό να είμαστε διαφορετικοί.
- Αυτό που έχει σημασία είναι να αγαπάμε και να αποδεχόμαστε τον εαυτό μας, αλλά και να σεβόμαστε τη διαφορετικότητα του άλλου.
- Μπορεί να είμαστε διαφορετικοί, αλλά εξακολουθούμε να έχουμε κοινά σημεία, όπως για παράδειγμα η επιθυμία του να ανίκουμε σε μια ομάδα, να συμμετέχουμε σε ομαδικά αθλήματα, να ταυτιζόμαστε με ήρωες και πρότυπα.

Μετά τη συζήτηση, προτείνεται στα παιδιά να παίξουν το ακόλουθο παιχνίδι ρόλων για να δουν όλοι μαζί πώς είναι να είσαι διαφορετικός.



## Βιωματικές Δραστηριότητες

30 λεπτά

**Υλικά:** Μαντήλια, Βαμβάκι

**Δραστηριότητα:** Γνωρίζω τη διαφορετικότητα.

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά κάθε υποομάδας να κάνουν μια σειρά από δραστηριότητες περιορίζοντας κάποιες από τις βασικές τους ικανότητες. Από τα παιδιά της μίας υποομάδας ζητά να γράψουν μια πρόταση έχοντας το «καλό» τους χέρι πίσω από την πλάτη. Τα παιδιά της δεύτερης υποομάδας προσπαθούν να κάνουν μια δραστηριότητα (για παράδειγμα να βάλουν τα βιβλία στην τσάντα τους ή να βρουν τον δρόμο για την πόρτα), έχοντας δέσει τα μάτια τους με μια κορδέλα. Τα παιδιά της τρίτης υποομάδας προσπαθούν να συζητήσουν με τον διπλανό τους έχοντας κλείσει τα αυτιά τους με βαμβάκι. Τα παιδιά της τέταρτης υποομάδας προσπαθούν να περπατήσουν με το ένα πόδι πίσω.

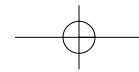
Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τη συζήτηση για τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν τα παιδιά όταν περιορίστηκαν οι δεξιότητές τους. Τα παιδιά καλούνται να φανταστούν πώς μπορεί να νιώθει κάποιος που έχει ειδικές ανάγκες και συζητούν για τα συναισθήματά που τους δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκεια της άσκησης. Ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας ανακοινώνει στην ολομέλεια τις δυσκολίες που αντιμετώπισε η ομάδα του και εκφράζει τα συναισθήματα που τους δημιούργηθηκαν.

## Κλείσιμο

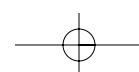
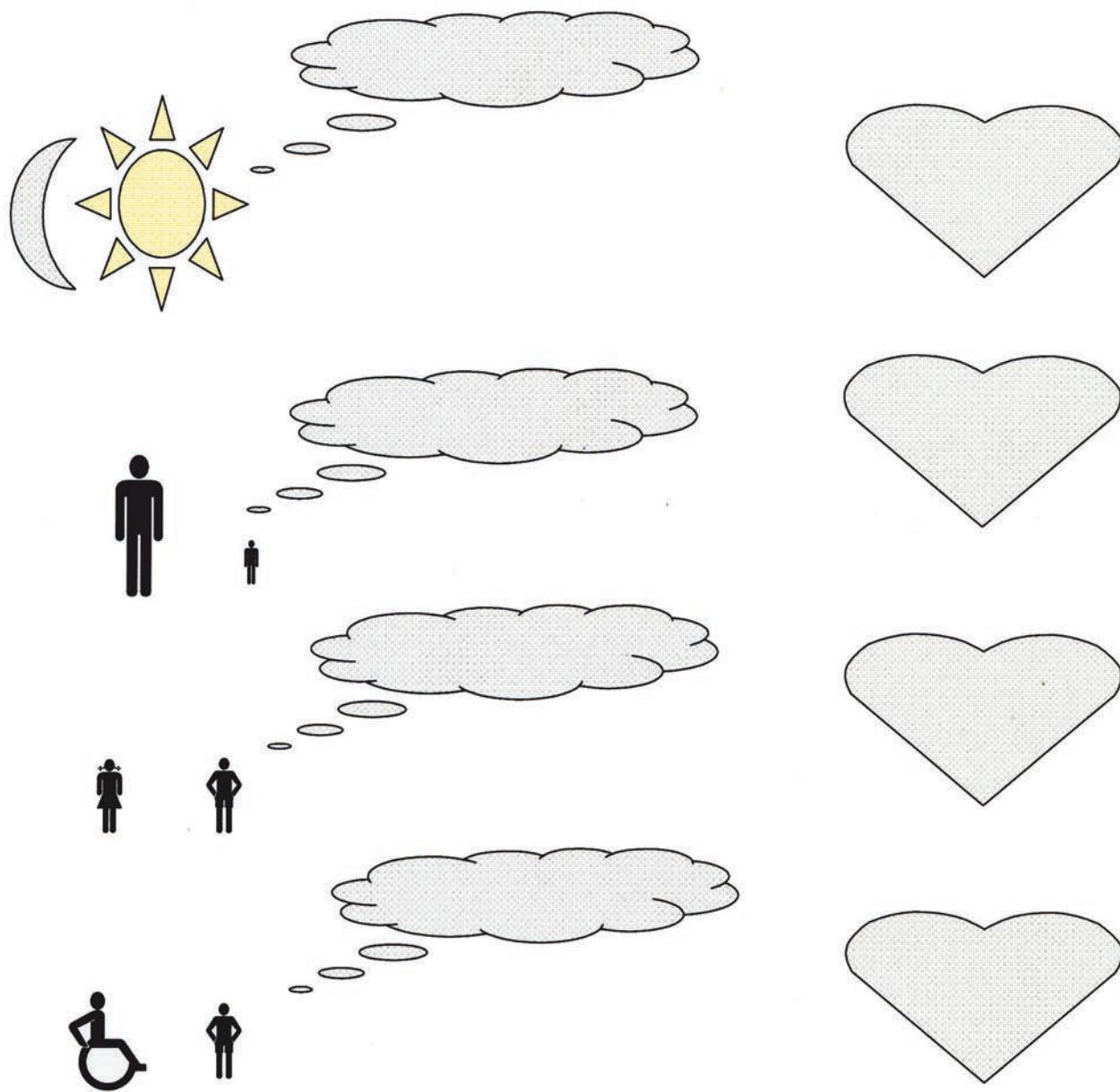
10 λεπτά

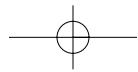
Στο κλείσιμο αυτής της συνάντησης, ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τις απόψεις που ακούστηκαν για τη διαφορετικότητα και τα συναισθήματα που προκαλεί στα παιδιά. Στο ημερολόγιο της ψυχικής υγείας, καταγράφει μία σκέψη και ένα συναίσθημα από την κάθε υποομάδα για το θέμα της διαφορετικότητας.

Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



# ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΤΗΤΑ ΝΙΩΘΩ





# ΙΟη Συνάντηση

## Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; Πώς αισθάνομαι όταν...

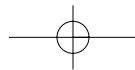
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να μιλήσουν τα παιδιά για τα συναισθήματα που προκαλεί η επιθετικότητα καθώς και για το τι νιώθουν είτε όταν την εκφράζουν, είτε όταν τη δέχονται.
- Να ενισχυθεί το παιδί στην αναζήτηση διαφορετικών τρόπων διαχείρισης του θυμού του.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



# 10η Συνάντηση

## Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

## Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτά

Στη συνάντηση αυτή, την αφήγηση αναλαμβάνουν περισσότεροι μαθητές που θα εναλλάσσονται με τον ίδιο τρόπο που εναλλάσσονται και οι ήρωες της ιστορίας. Στο Τετράδιο του Μαθητή, παρακολουθούμε μια παρέα τριών παιδιών να πλοσιάζει με προκλητικό τρόπο τον φίλο του Ορέστη.

## Συζήτηση

30 λεπτά

Είναι σκόπιμο για τον εκπαιδευτικό να γνωρίζει ότι στην αφήγηση θίγονται θέματα όπως είναι ο εκφοβισμός, η επιθετικότητα και η κακοποίηση. Η επιθετικότητα μπορεί να εκφραστεί με σωματική βία (χτυπήματα, κλωτσιές, σπρώξιμο, μικροκλοπές), αλλά και με λεκτικό τρόπο (βρισιές, απειλές, σαρκασμός) και μπορεί να έχει διαφορετικές συνέπειες στον ψυχισμό και στη συμπεριφορά του παιδιού.

Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες με έναν από τους τρόπους που έχουν προαναφερθεί (π.χ. αλφαριθμητικά, με χαρτάκια διαφορετικών χρωμάτων, καραμέλες κ.λ.π.).

Αφού γίνει ο χωρισμός των ομάδων, ο εκπαιδευτικός δίνει χρόνο στα παιδιά να σκεφθούν καθένα από τα παρακάτω ερωτήματα:

- «Πώς φαντάζεστε ότι νιώθει ο Αλία;»
- «Πώς φαντάζεστε ότι νιώθουν και σκέφτονται τα άλλα τρία παιδιά;»
- «Τι θα κάνατε αν ήσαστε στη θέση του Αλία;»
- «Ποιος θα ήταν ο καλύτερος τρόπος να τελειώσει η ιστορία;»

Αφού τα παιδιά συζητήσουν, συμφωνούν τι από αυτά που είπαν θα ήθελαν να μοιραστούν με την ομάδα. Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τη συζήτηση στον κύκλο και ζητά από τον εκπρόσωπο κάθε ομάδας να μιλήσει συνοπτικά για όσα η ομάδα θα ήθελε να μοιραστεί και να προτείνει έναν τρόπο αντίδρασης σε αντίστοιχες καταστάσεις. Κατόπιν, ανακεφαλαιώνει τις σκέψεις των παιδιών.

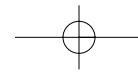
## Βιωματικές Δραστηριότητες

30 λεπτά

**Δραστηριότητα:** Μαθαίνω να λύνω τις διαφορές μου.

**Υλικά:** Χαρτί και μολύβι

Στην άσκηση, οι μαθητές χωρίζονται με κλήρο σε δύο ομάδες, τους κόκκινους και τους πράσινους. Η κάθε ομάδα παίρνει μια κάρτα που αναγράφει έναν πιθανό λόγο σύγκρουσης. Τέτοιοι λόγοι μπορεί να είναι:



### **Δύο μαθητές μαλώνουν:**

«Εγώ θα είμαι ο αρχηγός της ομάδας!»

### **Δύο αγόρια και δύο κορίτσια μαλώνουν:**

«Εμείς θα καθίσουμε στο πρώτο θρανίο!»

Η «κόκκινη» ομάδα αναλαμβάνει να γράψει και να υποδυθεί στην τάξη ένα σενάριο, όπου η σύγκρουση γίνεται με ένταση και θυμό. Η «πράσινη» ομάδα αναλαμβάνει να γράψει και να παίξει το σενάριο, όπου η διαφωνία επιλύεται με ήρεμο τρόπο. Στην συνέχεια, ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας τραβά καινούργια κάρτα με άλλο λόγο σύγκρουσης και αλλάζουν ομάδα.

Όταν ολοκληρωθεί η άσκηση, οι μαθητές εκφράζουν διαμέσου του εκπροσώπου τους τα συναισθήματα που τους γεννήθηκαν όταν έπαιξαν στην ομάδα των πράσινων και όταν έπαιξαν στην ομάδα των κόκκινων. Ο εκπαιδευτικός τα σημειώνει στον πίνακα.

Στόχος της άσκησης είναι να διευκολυνθούν τα παιδιά στην αναγνώριση των συναισθημάτων που μπορεί να αναδυθούν από μια σύγκρουση και να αναζητήσουν τρόπους διαχείρισής τους.

### **Κλείσιμο**

10 ΛΕΠΤΑ

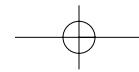
Ο εκπαιδευτικός λέει με απλά λόγια ότι:

Το συναισθήμα του θυμού και η έκφρασή του είναι κάτι φυσιολογικό, εφόσον γίνεται με τρόπο που δεν προσβάλλει τον άλλον.

Αυτό που έχει αξία δεν είναι να καταπιέσουμε το συναισθήμα του θυμού, αλλά να το εκφράσουμε με τρόπους που μας φέρνουν πιο κοντά στη λύση του προβλήματος.

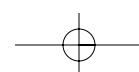
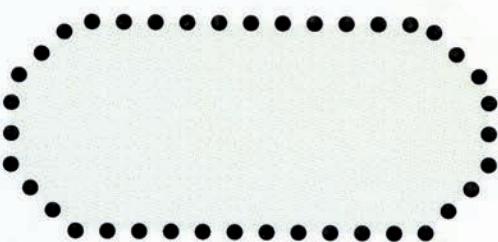
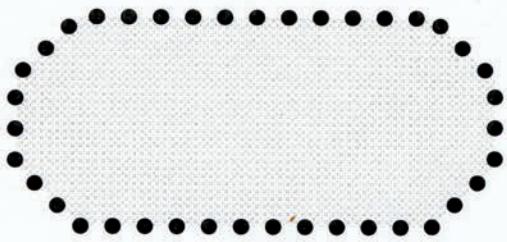
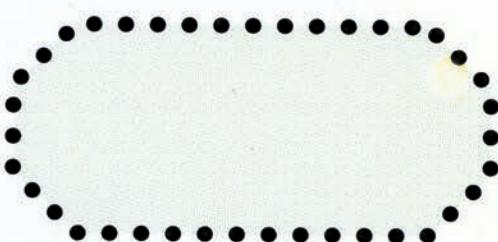
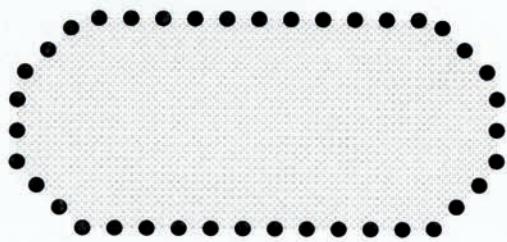
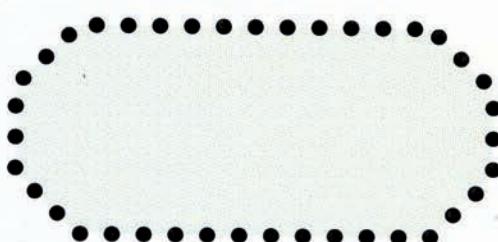
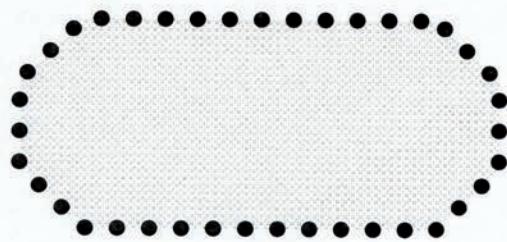
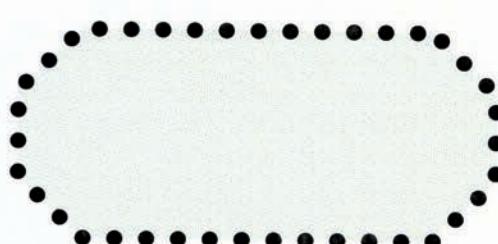
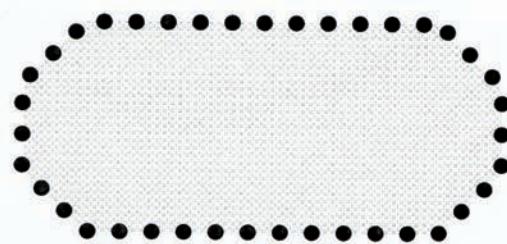
Καλεί τα παιδιά να σκεφθούν και να προτείνουν μια σκέψη σχετική με το τι κάνουν και τι θα μπορούσαν να κάνουν όταν θυμώνουν. Στη συνέχεια, συμπληρώνει το ημερολόγιο της ψυχικής υγείας.

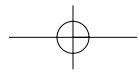
Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



ΤΙ ΚΑΝΩ  
ΟΤΑΝ ΘΥΜΩΝΩ

ΤΙ ΆΛΛΟ ΜΠΟΡΩ  
ΝΑ ΚΑΝΩ  
ΟΤΑΝ ΘΥΜΩΝΩ





# Η Η Συνάντηση Παιδί και τηλεόραση

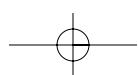
## ΣΤΟΧΟΙ

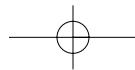
- Να εστιαστεί η ομάδα στη χρήση του τηλεοπτικού μέσου και στη διαχείριση θεμάτων που μπορεί να προκύψουν μέσα από την πληθώρα ερεθισμάτων που το παιδί δέχεται.
- Να συζητηθεί ο τρόπος με τον οποίο τα παιδιά επιλέγουν τηλεοπτικά προγράμματα.

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή).
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα





## ΙΙη Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας (Τετράδιο του Μαθητή)

10 λεπτά

Στο Τετράδιο του Μαθητή, παρακολουθούμε τον Ορέστη να προσκαλεί τον φίλο του Αλία για να παίξουν, ενώ εκείνος παρακολουθεί τηλεόραση.

### Συζήτηση

30 λεπτά

Αφού διαβαστεί η ιστορία, τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες με έναν από τους τρόπους που έχουν προαναφερθεί (π.χ. αλφαριθμητικά, με χαρτάκια διαφορετικών χρωμάτων, καραμέλες κ.λ.π.).

Στη συνέχεια, συζητούν στις ομάδες τους ένα ένα τα ερωτήματα που περιγράφονται παρακάτω. Ο εκπαιδευτικός δίνει χρόνο για το κάθε ερώτημα πριν θέσει το επόμενο.

«Γιατί ο Αλία δεν θέλει να παίξει;»

«Πώς αισθάνεται ο Ορέστης που ο φίλος του δεν θέλει να τον ακολουθήσει στο παιχνίδι;»

«Εσείς ποιο από τα δύο θα προτιμούσατε να κάνετε; Να δείτε τηλεόραση ή να παίξετε;»

«Τι σας αρέσει περισσότερο στην τηλεόραση;»

Τα παιδιά κάθε υποομάδας συμφωνούν τι από αυτά που συζήτησαν θα θέλαν να μοιραστούν με την τάξη και τα σημειώνουν σε ένα χαρτί. Ο εκπρόσωπός τους τα διαβάζει δυνατά στην τάξη. Ο εκπαιδευτικός μαζί με τη βοήθεια των εκπροσώπων των ομάδων γράφουν στον πίνακα τα κυριότερα σημεία της συζήτησης.

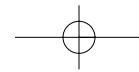
### Βιωματικές Δραστηριότητες

30 λεπτά

#### Δραστηριότητα (α): Χαρούμενες και λυπητερές ιστορίες της τηλεόρασης

Πριν ξεκινήσει η δραστηριότητα, τα παιδιά επιλέγουν πέντε τίτλους ταινιών (που προτείνει ο εκπαιδευτικός), που όλοι έχουν δει στην τηλεόραση. Έπειτα, η μια ομάδα επιλέγει μια από τις ταινίες αυτές και με παντομίμα προσπαθεί να δείξει στην άλλη ομάδα για ποια ταινία πρόκειται. Όταν η άλλη ομάδα το ανακαλύψει, ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να θυμηθούν και να γράψουν στον πίνακα τον τίτλο της ταινίας, τι συναίσθημα τους προκάλεσε η ταινία αυτή και σε ποιες στιγμές γέλασαν, χάρηκαν, θύμωσαν ή φοβήθηκαν. Στη συνέχεια, την παντομίμα αναλαμβάνει να παίξει άλλη ομάδα, αναπαριστώντας μια άλλη ταινία και η δραστηριότητα επαναλαμβάνεται όπως και πριν.

Στόχος της άσκησης είναι να ενισχυθεί η κριτική σκέψη απέναντι στην τηλεόραση, αλλά και να μπορέσουν τα παιδιά να κάνουν τη σύνδεση ανάμεσα στο συναίσθημα (που μπορεί να είναι φόβος, χαρά, λύπη, θυμός) και το ερέθισμα (τηλεόραση).



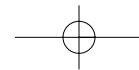
**Δραστηριότητα (β):** Όταν κλείνω την τηλεόραση  
**Υλικά:** Χρωματιστό χαρτόνι, τετράδιο και μαρκαδόρους

Τα παιδιά κάθε ομάδας συζητούν και καταγράφουν τι κάνουν όταν δεν βλέπουν τηλεόραση. Σε ένα μεγάλο χρωματιστό χαρτόνι, τα παιδιά φτιάχνουν το «χάρτη της δράσης», στον οποίο αποτυπώνουν με ζωγραφιές ή με λέξεις μια ή παραπάνω δραστηριότητες που κατέγραψαν κατά τη διάρκεια της εβδομάδας. Στη συνέχεια, η κάθε ομάδα συζητά και μοιράζεται με την τάξη τι άλλο μπορεί να κάνει αντί να δει τηλεόραση και συμπληρώνει τον χάρτη της με πολλές καινούργιες ιδέες. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να αξιοποιήσει το «συμβόλαιο» και να συμφωνήσει με τους μαθητές να κλείσουν για μια ώρα την τηλεόραση στο σπίτι και να δοκιμάσουν μια καινούρια δραστηριότητα από αυτές που σκέφτηκαν.

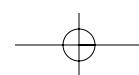
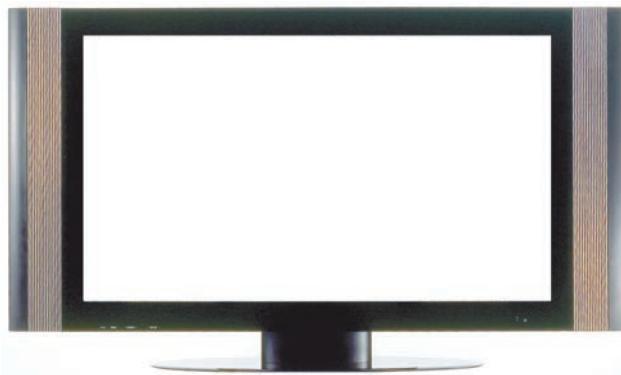
## Κλείσιμο

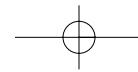
⌚ 10 λεπτα

Στο κλείσιμο της συνάντησης αυτής, ο εκπαιδευτικός συνοψίζει μιλώντας για τη σπουδαιότητα της πρωτοβουλίας στην επιλογή τηλεοπτικών προγραμμάτων, ώστε το παιδί να μην αποτελεί παθητικό δέκτη των μηνυμάτων της τηλεόρασης, που δεν μπορεί πάντα να διαχειρίζεται. Καλεί τα παιδιά να προτείνουν, δια μέσου του εκπροσώπου τους, δύο χαρακτηρισμούς για το ιδανικό τηλεοπτικό πρόγραμμα και δύο συναισθήματα που θα προκαλούσε. Στη συνέχεια, καταγράφει τα λεγόμενα των παιδιών στο ημερολόγιο. Ο εκπαιδευτικός υπενθυμίζει στην ομάδα την ώρα και την ημέρα της επόμενης συνάντησης. Ανακοινώνει στα παιδιά τα υλικά που θα χρειαστούν για την επόμενη συνάντηση.



# ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ





# 12η Συνάντηση Έφτασε το τέλος

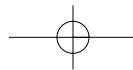
## ΣΤΟΧΟΙ

- Να εκφραστούν τα συναισθήματα που δημιουργεί ο αποχωρισμός.
- Να εκφραστούν τα συναισθήματα που βίωσε το παιδί κατά τη διάρκεια των συναντήσεων.

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήνονται.
- Συζήτηση.
- Βιωματικές Δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 12η Συνάντηση

### Προετοιμασία της αίθουσας

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός και τα παιδιά προετοιμάζουν την αίθουσα όπως και στην προηγούμενη συνάντηση.

### Αφήγηση της ιστορίας

10 λεπτά

Η ομάδα διαβάζει το τελευταίο τμήμα της ιστορίας :«Επίλογος». Στο σημείο αυτό, βρισκόμαστε στην τελευταία μέρα του σχολείου, όπου τα παιδιά και η δασκάλα βιώνουν τα συναισθήματα που προκαλεί ο αποχωρισμός.

### Συζήτηση

30 λεπτά

Τα παιδιά χωρίζονται σε υποομάδες με έναν από τους τρόπους που έχουν προαναφερθεί (π.χ. αλφαριθμητικά, με χαρτάκια διαφορετικών χρωμάτων, καραμέλες κ.λ.π.).

Στη συνέχεια ο εκπαιδευτικός ζητά από τις ομάδες να συζητήσουν τις ακόλουθες ερωτήσεις, δίνοντας το χρόνο που χρειάζονται τα παιδιά για καθεμία από αυτές:

- «Πώς νιώθετε που τελειώνει η σχολική χρονιά;»
- «Άλλες φορές έχετε νιώσει έτσι;»
- «Τι πιστεύετε ότι θα σας λείψει περισσότερο;»
- «Τι θυμάστε περισσότερο από τις συναντήσεις μας;»
- «Τι θα θέλατε να ήταν διαφορετικό στις συναντήσεις μας;»

Αφού τα παιδιά συζητήσουν, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας μεταφέρει τις απόψεις της ομάδας στο σύνολο της τάξης. Ο εκπαιδευτικός με τη βοήθεια ενός παιδιού καταγράφει στον πίνακα τα κυριότερα συμπεράσματα.

### Βιωματικές Δραστηριότητες

20 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να ζωγραφίσουν κάτι που τους έκανε περισσότερο εντύπωση από την ιστορία που διαβάστηκε κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς. Τα παιδιά παρουσιάζουν τη ζωγραφιά τους στην ομάδα τους. Συζητούν τους λόγους που επέλεξαν να ζωγραφίσουν το συγκεκριμένο θέμα, τα συναισθήματα που τους προκάλεσε, αλλά και το τι αποκόμισαν από την ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις».

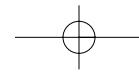
Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τη συζήτηση στον κύκλο και ζητά από κάθε ομάδα να αναφέρει συνοπτικά αυτά που συζήτησαν μεταξύ τους.

### Κλείσιμο

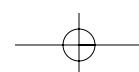
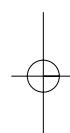
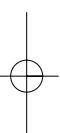
20 λεπτά

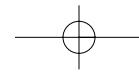
Ο εκπαιδευτικός λέει με απλά λόγια ότι το συναισθήμα του αποχωρισμού μπορεί να το νιώσουμε πολλές φορές στη ζωή μας. Εξηγεί πως όλοι μας αποχωρίζόμαστε ευχάριστες ή δυσάρεστες καταστάσεις με αποτέλεσμα, συχνά, να νιώθουμε άγχος ή αγωνία για το «καινούργιο» που έρχεται, έστω και αν αυτό είναι κάτι που αναμένουμε με ιδιαίτερη χαρά και ενθουσιασμό.

Ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τα βασικά θέματα που τους απασχόλησαν κατά την διάρκεια των συναντήσεων και καλεί τα παιδιά να εκφράσουν τα συναισθήματά τους για την ολοκλήρωση.

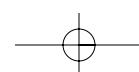
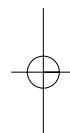
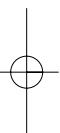


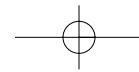
στη σχολικής χρονιάς. Ο καθένας φτιάχνει μια ζωγραφιά με τον τίτλο «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις». Ο εκπαιδευτικός συγκεντρώνει τις ζωγραφιές για να τις επισυνάψει στο ημερολόγιο. Στη συνέχεια, επιστρέφει στην πρώτη σελίδα του ημερολογίου και ζητά από την κάθε υποομάδα να προτείνει μία λέξη που να σχετίζεται με τη λέξη που αναγράφεται σε κάθε συννεφάκι και τη συμπληρώνει από κάτω. Το ημερολόγιο της ψυχικής υγείας έχει ολοκληρωθεί.



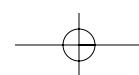


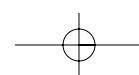
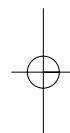
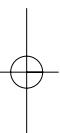
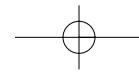
A decorative graphic element featuring a large, stylized Greek word "Εργασε το τέλος!" (Ergase to telos!) written in a colorful, rainbow gradient font. The word is partially cut off on the right side. To the left of the main text, there is a graphic of a piece of paper with a folded bottom-left corner, set against a light blue background.

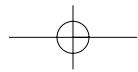




# ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ - ΓΟΝΕΙΣ







# Ιη Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων

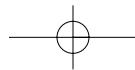
## ΣΤΟΧΟΙ

- Να ενημερωθούν οι γονείς για την αξία, τους στόχους και το περιεχόμενο του προγράμματος «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις».
- Να συζητήσουν για τη σπουδαιότητα της συνεργασίας εκπαιδευτικού-γονέα.

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Υποδοχή των γονέων.
- Ενημέρωση.
- Κλείσιμο – Συζήτηση.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



# Η Συνάντηση Εκπαιδευτικού – Γονέων

## Υποδοχή των γονέων

10 λεπτά

Ο εκπαιδευτικός υποδέχεται τους γονείς, τους προτείνει να καθίσουν σε κύκλο, ώστε να διευκολυνθεί η ενημέρωση και η συζήτηση που ακολουθεί. Στη συνέχεια συστήνονται μεταξύ τους.

## Ενημέρωση

60 λεπτά

### Ενημέρωση των γονέων:

Για την αξία και τους στόχους του προγράμματος.

Σε αυτό το σημείο, ο εκπαιδευτικός καλείται να ενημερώσει τους γονείς για την ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις».

Η ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» αποτελεί ένα πεδίο έκφρασης και συμβολισμού των συναισθημάτων, αλλά και επαφής και αποδοχής των συναισθημάτων των άλλων.

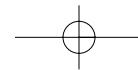
Ο ρόλος της ενότητας αυτής είναι να διαπραγματευτεί θέματα που σχετίζονται με το ηλικιακό φάσμα στο οποίο ανήκουν τα παιδιά με στόχο την ενίσχυση της προσωπικότητάς τους και τη διευκόλυνση της ένταξής τους στη σχολική κοινότητα και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Η προσέγγιση αυτή δεν αποτελεί μια προσπάθεια προσαρμογής των παιδιών σε κανόνες ή πρότυπα συμπεριφοράς. Το βασικό σκεπτικό πάνω στο οποίο στηρίζεται η προσπάθεια αυτή είναι να καταστήσει το σχολείο ένα υποστηρικτικό σύστημα προς το παιδί, που θα το βοηθήσει να ενισχύσει τα θεμέλια της εμπιστοσύνης στον εαυτό του και τους άλλους.

Είναι σημαντικό να ειπωθεί εξ' αρχής από τον εκπαιδευτικό ότι βασικός στόχος της ενότητας αυτής είναι η πρωτογενής πρόληψη, η οποία αφορά στη δράση που καλύπτει όλες τις δραστηριότητες, οι οποίες στόχο έχουν να περιορίσουν και να προλάβουν τις περιπτώσεις παθογένειας σε έναν πληθυσμό.

Στο σχολικό πλαίσιο, ο ρόλος της είναι να εντοπίσει τους παράγοντες και τις συνθήκες εκείνες που θα μπορούσαν δυνητικά να παρεμποδίσουν την ψυχοσυναίσθηματική ανάπτυξη των παιδιών, αλλά κυρίως να αναπτύξει τις δεξιότητες και ικανότητες εκείνες, που θα διευκολύνουν και θα υποστηρίξουν τα παιδιά στη σχέση τους με τον εαυτό τους, την οικογένειά τους, το σχολείο και την κοινωνία.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός θα ήταν απαραίτητο να μιλήσει στους γονείς για το ρόλο που θα έχει ο ίδιος μέσα στις συναντήσεις της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις». Ο ρόλος του εδώ δεν είναι η μετάδοση γνώσεων, αλλά η διαμόρφωση σχέσης με το παιδί, η οποία συμβάλλει στην ευρύτερη ένταξη και εναρμόνιση εαυτού και περιβάλλοντος. Ο ίδιος καλείται να ενισχύσει τη συνεργασία όλων των παιδιών της ομάδας και να ενθαρρύνει την έκφραση διαφορετικών απόψεων, στηριζόμενος στο μαθητοκεντρικό μοντέλο πρόσληψης γνώσεων.

Σε αυτήν την προσπάθεια, σπουδαίο ρόλο κατέχει η τεχνική προσέγγισης των θεμάτων που θα μας απασχολήσουν κατά τη διάρκεια των συναντήσεων της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις». Η προτεινόμενη τεχνική είναι η ώρα του κύκλου (circle time) στην οποία οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός τοποθετούν σε μια γωνιά τα θρανία τους, κάθονται κυκλικά, είτε σε καρέκλες, είτε στο πάτωμα, έτσι ώστε να έχουν καλύτερη επαφή (βλεμματική και ακουστική). Η σημαντικότητα της κυκλικής διάταξης στο χώρο έγκειται στο γεγονός ότι μπορεί να



αποτελέσει το έναυσμα για καλύτερη επαφή μεταξύ των μαθητών, επικοινωνία, ανταλλαγή απόψεων και αλληλεπίδραση. Με αυτόν τον τρόπο, τα παιδιά συμμετέχουν, συζητούν θέματα εξωσχολικού ενδιαφέροντος και τους δίνεται κοινός «χώρος» προς επίλυση θεμάτων που προκύπτουν μεταξύ τους.

### **Ενημέρωση των γονέων:**

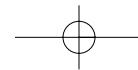
Για το περιεχόμενο του προγράμματος «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις».

Σε αυτό το σημείο, ο εκπαιδευτικός καλείται να ενημερώσει τους γονείς για το περιεχόμενο της ενότητας.

Η ενότητα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» που απευθύνεται στα παιδιά ηλικίας 6 έως 8 ετών, χωρίζεται σε 12 διώρες συναντήσεις.

### **Στις συναντήσεις, παρουσιάζονται τα ακόλουθα θέματα:**

- **1η Συνάντηση «Ελάτε να γνωριστούμε».** Στη συνάντηση αυτή, στόχος είναι η επαφή των παιδιών με τα θέματα που θα συζητηθούν στο σύνολο των συναντήσεων, αλλά και η γνωριμία με τη μέθοδο με την οποία θα προσεγγιστεί η ενότητα της «Ψυχικής Υγείας και των Διαπροσωπικών Σχέσεων».
- **2η Συνάντηση «Ποιος είμαι;»** Η δεύτερη συνάντηση εστιάζει στη διαδρομή του παιδιού από τη γέννησή του έως σήμερα, καθώς και στις έννοιες της μοναδικότητας και της αυτονομίας του κάθε παιδιού.
- **3η Συνάντηση «Πώς είμαι;»** Η τρίτη συνάντηση έχει ως στόχο να βοηθηθεί το παιδί στην αποδοχή της εμφάνισής του και της διαφορετικότητάς του, καθώς και να εκφράσει τα συναισθήματά του για το πώς είναι και το πώς βιώνει τη διαφορετικότητά του.
- **4η Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Οικογένεια».** Σε αυτή τη συνάντηση, τα παιδιά μιλούν για τη δική τους οικογένεια και έρχονται σε επαφή με τις οικογένειες των άλλων παιδιών.
- **5η Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Αλλαγές στην Οικογένεια».** Σε αυτή τη συνάντηση, η ομάδα συζητά τις αλλαγές που μπορεί να συμβούν σε μια οικογένεια και τα συναισθήματα που οι αλλαγές αυτές προκαλούν.
- **6η Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Απώλεια και μετανάστευση».** Η πέμπτη συνάντηση, περιλαμβάνει τη συζήτηση για την απώλεια και τις συναισθηματικές αλλαγές που επιφέρει, τη συζήτηση για τη μετανάστευση, αλλά και τους διαφορετικούς πολιτισμούς.
- **7η Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Όταν συναντώ δυσκολίες».** Στόχος στη συνάντηση αυτή, είναι να εκφράσουν τα παιδιά τις δυσκολίες που συναντούν, αλλά και τα συναισθήματα που απορρέουν από αυτές.

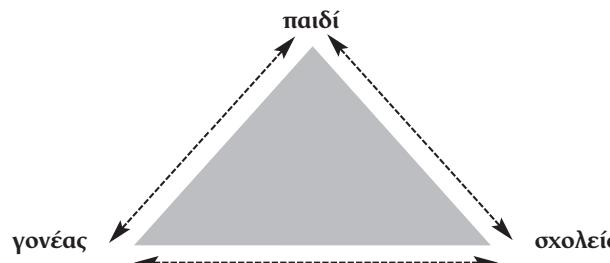


- **8η Συνάντηση «Πώς με βλέπουν οι άλλοι; - Άνθρωποι που συναναστρέφομαι».** Στην ενότητα αυτή, η συζήτηση επικεντρώνεται στον τρόπο με τον οποίο τα παιδιά σχετίζονται με τους άλλους, αλλά και στα συναισθήματα αποδοχής και απόρριψης που βιώνουν.
- **9η Συνάντηση «Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; - Συναντώ τη διαφορετικότητα».** Στη συνάντηση αυτή, η ομάδα συζητά για τη διαφορετικότητα, τα συναισθήματα που αυτή προκαλεί, αλλά και την εναρμόνιση του «διαφορετικού» παιδιού στην ομάδα.
- **10η Συνάντηση «Πώς βλέπω εγώ τους άλλους; Πώς αισθάνομαι όταν...»** Στη συνάντηση αυτή, εκπαιδευτικός και μαθητές μιλούν για τα συναισθήματα που μας δημιουργεί η επιθετικότητα, αλλά και τους εναλλακτικούς τρόπους διαχείρισης του θυμού.
- **11η Συνάντηση «Παιδί και τηλεόραση».** Η ομάδα συζητά θέματα που αφορούν στην τηλεόραση καθώς και στον τρόπο επιλογής τηλεοπτικών προγραμμάτων.
- **12η Συνάντηση «Έφτασε το τέλος».** Στη συνάντηση αυτή, η ομάδα συζητά το θέμα του αποχωρισμού και τα συναισθήματα που ο αποχωρισμός προκαλεί.

Αφού ο εκπαιδευτικός μιλήσει στους γονείς για τη σπουδαιότητα, την αξία και τους στόχους του προγράμματος, τους επισημαίνει ότι η προσπάθεια αυτή θα ήταν ημιτελής χωρίς τη συνδρομή τους.

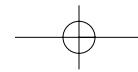
Η ενεργοποίηση των γονέων και η συνεργασία τους με τον εκπαιδευτικό είναι ιδιαίτερα σημαντική αφού οι γονείς, ο εκπαιδευτικός και το παιδί αποτελούν ένα δυναμικό σύστημα, τα μέλη του οποίου αλληλεπιδρούν συνεχώς. Με απλά λόγια, η οποιαδήποτε παρέμβαση και δράση προς όφελος του παιδιού προϋποθέτει και ενισχύεται μέσα από τη συνεχή συνεργασία γονέα και εκπαιδευτικού.

### Το σύστημα «παιδί, σχολείο, γονείς»



Η οικογένεια, ανεξάρτητα από τη δομή της, είναι ένα σύστημα που εξ' ορισμού αποτελείται από μέλη που βρίσκονται σε καθημερινή συναλλαγή και αλληλεπίδραση. Οι αξίες, οι ρόλοι και ο βαθμός ψυχοσυναισθηματικής συναλλαγής των μελών της παίζουν άμεσο ή έμμεσο ρόλο στη διατήρηση ή όχι της ομοιόστασης της οικογένειας.

Τα τρία αυτά βασικά στοιχεία επηρεάζουν το σύστημά της και την προσαρμοστικότητά της μέσα στην κοινωνία. Είναι πολύ σημαντικό οι γονείς να έχουν πρώτα ξεκαθαρίσει τα δικά τους προσωπικά όρια, να νιώθουν ασφαλείς σχετικά με αυτά, ώστε να βοηθήσουν το παιδί τους, να οριοθετήσει τον εαυτό του. Με παρόμοιο τρόπο, γονείς που έχουν ξεκαθαρίσει τα δικά τους όρια και αισθάνονται ασφαλείς ως προς την ταυτότητά τους, αυτόματα δημιουργούν σχέσεις, μέσω των οποίων το παιδί μπορεί να ορίσει τον εαυτό του, ακόμα και χωρίς κάποια συνειδητή προσπάθεια.



Αξίζει να σημειωθεί ότι η ανάγκη για τη συνεργασία αυτή γίνεται ακόμα πιο επιτακτική στη σημερινή εποχή που χαρακτηρίζεται από συνεχείς και ραγδαίες αλλαγές, οι οποίες επηρεάζουν σημαντικά τη λειτουργία και τη συνοχή της οικογένειας.

Το πιο δύσκολο, όμως, στοιχείο των διαδικασιών αυτών εντοπίζεται στο γεγονός ότι ο σημερινός άνθρωπος πολύ σπάνια έχει τον χρόνο και την διάθεση να τις αναγνωρίσει, να τις κατανοήσει και να τις επεξεργαστεί. Για τον λόγο αυτό, η ανάγκη για περισσότερη επικοινωνία και επεξεργασία των θεμάτων που σχετίζονται με την οικογένεια και το παιδί είναι σήμερα πιο έκδηλη από ποτέ. Πρέπει να σημειωθεί ότι οι μεμονωμένες και περιορισμένες παρεμβάσεις δεν επαρκούν και ότι χρειάζεται μια συστηματική προσπάθεια στο επίπεδο της πρωτογενούς πρόληψης.

Ο εκπαιδευτικός είναι απαραίτητο να επισημάνει ότι μέσα στο πλαίσιο της προσπάθειας αυτής εντάσσονται και οι δύο δίωρες συναντήσεις του με τους γονείς.

Οι συναντήσεις αυτές αποτελούν ουσιαστικά ένα κάλεσμα του εκπαιδευτικού και του σχολείου προς τους γονείς προκειμένου να τους ενημερώσει και να τους ευαισθητοποιήσει σε σχετικά ζητήματα ψυχικής υγείας και διαπροσωπικών σχέσεων, αλλά και να ζητήσει τη «συμμαχία» τους στη διαχείριση τους.

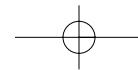
## Κλείσιμο - Συζήτηση

20 ΛΕΠΤΑ

Στο τέλος αυτής της πρώτης συνάντησης, αφού ο εκπαιδευτικός παρουσιάσει στους γονείς τη σπουδαιότητα, την αξία και τους στόχους του προγράμματος, τους καλεί να εκφράσουν τις σκέψεις, τις απορίες που ενδεχομένως έχουν γι' αυτό, καθώς και τα συναισθήματα που τους διακινήθηκαν κατά τη διάρκειά της. Τους ζητά να σημειώσουν ανώνυμα σε ένα χαρτί τις σκέψεις τους και να το τοποθετήσουν σε μια κάλπη που θα έχει ετοιμάσει για αυτό το σκοπό.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός δίνει στους γονείς ένα ερωτηματολόγιο που καλούνται να συμπληρώσουν ανώνυμα. Το ερωτηματολόγιο αυτό έχει στόχο να διερευνήσει τις στάσεις των γονέων απέναντι στο εκπαιδευτικό υλικό και απέναντι στη μεθοδολογία που θα ακολουθηθεί.

Στόχος του ερωτηματολογίου είναι να συγκεντρώσει στοιχεία για τις στάσεις και τις απόψεις των γονέων απέναντι στο εκπαιδευτικό υλικό πρίν την έναρξή του. Οι απόψεις αυτές εφόσον αξιολογηθούν μπορούν να βοηθήσουν στη βελτίωση του προγράμματος.



**«Θα ήταν πολύ χρήσιμο να έχουμε τη γνώμη καθώς και τις παρατηρήσεις για την εμπειρία σας στην ομάδα: Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις. Οι πληροφορίες που θα μας δώσετε θα μας βοηθήσουν στη βελτίωση του προγράμματος».**

<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις θα βοηθήσει το παιδί μου σε προσωπικό επίπεδο (συναισθηματικό και πνευματικό).</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις θα βοηθήσει το παιδί μου στις σχέσεις του με τους άλλους και το σχολείο.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις θα βοηθήσει τη σχέση μου με το παιδί μου.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι τα θέματα που θίγονται στο εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις είναι κατάλληλα για το παιδί μου.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις θα βοηθήσει τη συνεργασία γονέα - σχολείου.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Θα ήθελα να αλλάξει το περιεχόμενο του προγράμματος.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Θα ήθελα να αλλάξει η μορφή του προγράμματος.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Θα ήθελα να συμμετέχω πιο ενεργά στο πρόγραμμα.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>

Λοιπές παρατηρήσεις:

---



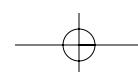
---

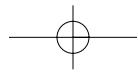


---



---





## 2η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων

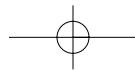
### ΣΤΟΧΟΙ

- Να ενημερωθούν οι γονείς για την εξέλιξη των συναντήσεων καθώς και για το πώς τα παιδιά δέχτηκαν το πρόγραμμα.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Υποδοχή των γονέων.
- Ενημέρωση και Συζήτηση.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sub>1/2</sub> ώρα



## 2η Συνάντηση Εκπαιδευτικού – Γονέων

### Υποδοχή των γονέων.

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός υποδέχεται τους γονείς και τους προτείνει να καθίσουν σε κύκλο, ώστε να διευκολυνθεί η ενημέρωση και η συζήτηση που θα ακολουθήσει.

### Ενημέρωση και Συζήτηση

70 λεπτα

Εφόσον έχει ολοκληρωθεί ο κύκλος των συναντήσεων «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις», ο εκπαιδευτικός καλείται να ενημερώσει τους γονείς για την έκβαση του προγράμματος.

Το κύριο θέμα συζήτησης στη συνάντηση αυτή προκύπτει από το δυναμικό της εξέλιξης της συνολικής διαδρομής ως την τελευταία συνάντηση. Αξίζει να σημειωθεί ότι κάθε τάξη έχει το δικό της δυναμικό και η ανταπόκριση των παιδιών στα θέματα της ενότητας ποικίλει.

Ο εκπαιδευτικός, μέσα από τη συμμετοχή του στις συναντήσεις, συνοψίζει στοιχεία, όπως το πώς δέχτηκαν τα παιδιά το πρόγραμμα και εκφράζει δυσκολίες που ενδεχομένως παρουσιάστηκαν κατά τη διάρκεια των συναντήσεων, καθώς και οφέλη που προέκυψαν.

Σε αυτή τη συνάντηση, εκπαιδευτικός και γονείς ανταλλάσσουν απόψεις, σκέψεις και συναισθήματα για τα θέματα που συζητήθηκαν.

Στην περίπτωση που ο εκπαιδευτικός αισθανθεί ότι υπάρχουν θέματα για τα οποία οι γονείς δυσκολεύονται να μιλήσουν ανοικτά, θα ήταν χρήσιμο να τους προτείνει να θέτουν τις ερωτήσεις γραπτώς και ανωνύμως (μια κόλλα χαρτί περνά στους γονείς) και στη συνέχεια να ακολουθεί συζήτηση.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι ο εκπαιδευτικός θα δουλέψει με τους γονείς στο «εδώ και τώρα». Αυτό συνεπάγεται ότι ο ρόλος του εκπαιδευτικού στο πλαίσιο της ενότητας «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις» πρέπει να έχει σαφή και ξεκάθαρα όρια. Με άλλα λόγια, ο εκπαιδευτικός δεν εμπλέκεται στη διαδικασία ως ειδικός ψυχικής υγείας με στόχο να προσφέρει ψυχολογική υποστήριξη στο γονεϊκό υποσύστημα.

Σε περίπτωση που ο γονέας χρειάζεται υποστήριξη ή εξειδικευμένη βοήθεια, ο εκπαιδευτικός έχει τη δυνατότητα να παραπέμψει στις κατάλληλες υπηρεσίες (βλέπε παράρτημα: ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ Κ.Δ.Α.Υ.).

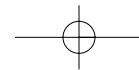
### Κλείσιμο

10 λεπτα

Ο εκπαιδευτικός κλείνει τη συνάντηση ευχαριστώντας τους γονείς για τη συμμετοχή και τη συνεργασία τους στην προσπάθεια αυτή. Στη συνέχεια, τους ζητά να εκφράσουν τις εντυπώσεις και τα σχόλια που έχουν όσον αφορά στο πρόγραμμα «Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις».

Στο τέλος της συνάντησης, ο εκπαιδευτικός δίνει στους γονείς ένα ερωτηματολόγιο που καλούνται να συμπληρώσουν ανώνυμα.

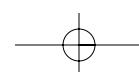
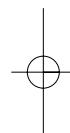
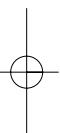
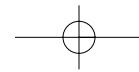
Στόχος του ερωτηματολογίου είναι να συγκεντρώσει στοιχεία για τις στάσεις και τις απόψεις των γονέων απέναντι στο εκπαιδευτικό υλικό μετά την ολοκλήρωσή του. Οι απόψεις αυτές εφόσον αξιολογηθούν μπορούν να βοηθήσουν στη βελτίωση του προγράμματος.

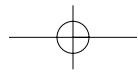


«Θα ήταν πολύ χρήσιμο να έχουμε τη γνώμη καθώς και τις παρατηρήσεις για την εμπειρία σας στην ομάδα: Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις. Οι πληροφορίες που θα μας δώσετε θα μας βοηθήσουν στην βελτίωση του προγράμματος»

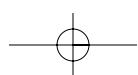
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις βοήθησε το παιδί μου σε προσωπικό επίπεδο (συναισθηματικό και πνευματικό).</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις βοήθησε το παιδί μου στις σχέσεις του με τους άλλους και το σχολείο.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις βοήθησε τη σχέση μου με το παιδί μου.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι τα θέματα που θίγονται στο εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις ήταν κατάλληλα για το παιδί μου.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Πιστεύω ότι το εκπαιδευτικό υλικό που αφορά στην Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές Σχέσεις βοήθησε τη συνεργασία γονέα – σχολείου.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Θα ήθελα να αλλάξει το περιεχόμενο του προγράμματος.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Θα ήθελα να αλλάξει η μορφή του προγράμματος.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>
<p>Θα ήθελα να συμμετέχω πιο ενεργά στο πρόγραμμα.</p>	<p>πολύ</p>	<p>μέτρια</p>	<p>λίγο</p>	<p>δεν ξέρω/ δεν απαντώ</p>

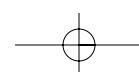
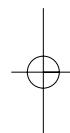
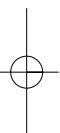
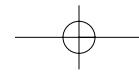
Λοιπές παρατηρήσεις:

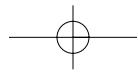




# **ΓΕΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ**



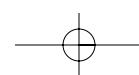
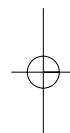
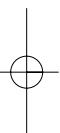
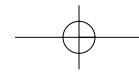


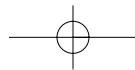


## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η επιλογή των Γενικών Θεμάτων Ενημέρωσης για τον Εκπαιδευτικό έγινε με στόχο να διευκολύνει τον εκπαιδευτικό στο σύνολο του προγράμματος και σε σχέση με τα θέματα που πρόκειται να διαπραγματευτεί με τους μαθητές του στις συναντήσεις. Τα Γενικά Θέματα Ενημέρωσης για τον Εκπαιδευτικό περιλαμβάνουν βασικά σημεία των θεματικών ενοτήτων του προγράμματος, από όπου ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να αντλήσει πληροφορίες για να διευκολυνθεί κατά την διεξαγωγή των συναντήσεων.

Συστίνουμε ο εκπαιδευτικός να διαβάσει τα Θέματα Ενημέρωσης πριν την διεξαγωγή του προγράμματος, προκειμένου να αξιοποιήσει καλύτερα όσα θα διαπραγματευτεί στις συναντήσεις, αλλά και να μπορέσει να διαχειριστεί πιθανές απορίες και ερωτήματα των παιδιών, που μπορεί να προκύψουν στην τάξη.





## Θέματα ενημέρωσης

### Οικογένεια

Αξίζει να σημειωθεί ότι οι αλλαγές που έχουν λάβει χώρα στην ελληνική κοινωνία τα τελευταία χρόνια έχουν μεταβάλλει τη δομή της ίδιας της οικογένειας, ακολουθώντας τις ευρύτερες κοινωνικοοικονομικές αλλαγές που προσδιορίζουν τον σύγχρονο τρόπο ζωής. Οι συνηθέστεροι τύποι οικογένειας που προκύπτουν είναι οι ακόλουθοι: πυρηνική, ανασυσταμένη, εκτεταμένη, μονογονεϊκή, υιοθεσία, ανάδοχη, ίδρυμα.

Η παραδοσιακή πυρηνική οικογένεια αποτελείται από ένα παντρεμένο ζευγάρι και τα βιολογικά τους παιδιά. Η πυρηνική οικογένεια αποτελείται από δύο γονείς που δεν είναι απαραίτητα παντρεμένοι και τα παιδιά τους. Ο γονέας μπορεί να είναι βιολογικός πατέρας ή μπτέρα, πατριός ή μπτριά, γονέας που προκύπτει από υιοθεσία ή ανάδοχη.

Η ανασυσταμένη οικογένεια αποτελείται από γονείς που έχουν ξαναπαντρευτεί ή συμβιώνουν χωρίς να είναι παντρεμένοι και έχουν παιδιά από τις προηγούμενές τους σχέσεις. Η ένταξη στην ανασυσταμένη οικογένεια έχει εξαιρετική δυσκολία, γιατί ο τρόπος ζωής και η διάδραση των μελών μεταβάλλονται επαναπροσδιοριζόμενα.

Η εκτεταμένη οικογένεια περιλαμβάνει έναν τουλάχιστο γονέα, ένα ή περισσότερα παιδιά και ένα ή περισσότερα συγγενικά μέλη (παππούς, γιαγιά, θείος, θεία), τα οποία μοιράζονται τις δουλειές του σπιτιού, την ανατροφή των παιδιών, τις οικονομικές υποχρεώσεις.

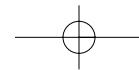
Η μονογονεϊκή οικογένεια διαμορφώνεται κατόπιν θανάτου ενός γονέα, διαζυγίου, γέννησης ή υιοθεσίας ενός παιδιού από ένα μόνο άτομο.

Η υιοθεσία εγκαθιδρύει τη νόμιμη σχέση γονέα - παιδιού ανάμεσα σε άτομα που δεν έχουν απαραίτητα δεσμούς αίματος, με τα ίδια δικαιώματα και υποχρεώσεις που υφίστανται ανάμεσα στα παιδιά και τους βιολογικούς γονείς. Οι άνθρωποι υποκινούνται από διαφορετικά κίνητρα για να αποκτήσουν παιδί. Στις περισσότερες περιπτώσεις, απευθύνονται ζευγάρια τα οποία αδυνατούν να αποκτήσουν παιδιά με φυσικό τρόπο. Ωστόσο, κάποιοι άνθρωποι υιοθετούν για διαφορετικούς λόγους (αλτρουιστικούς, κοινωνικούς).

Στην περίπτωση της υιοθεσίας κρίνεται σκόπιμο το παιδί να γνωρίζει από πού προέρχεται. Αυτό το αναλαμβάνουν οι γονείς υποστηριζόμενοι από ειδικό ψυχικής υγείας και καλό θα ήταν να ενημερώνουν τον εκπαιδευτικό.

Αναδοχή ορίζεται ως η ένταξη ενός παιδιού σε ένα ασφαλές οικογενειακό περιβάλλον, μακριά από τη φυσική του οικογένεια. Η διαδικασία αυτή πραγματοποιείται υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις και κριτήρια της νομολογίας, που η εκάστοτε πολιτεία ορίζει, μέσα από τους κοινωνικούς φορείς και υπηρεσίες.

Όσον αφορά στο ίδρυμα, αξίζει να σημειωθεί ότι κάποια παιδιά απομακρύνονται από το οικογενειακό περιβάλλον λόγω γονεϊκής ανεπάρκειας (ψυχική ασθένεια γονέα, οικονομικά προβλήματα, νομικές εμπλοκές) και άλλοτε, όταν οι ίδιοι οι γονείς δηλώνουν αδύναμοι να αντεπεξέλθουν στο γονεϊκό τους ρόλο (π.χ. ασθένεια παιδιού). Ο χώρος του ιδρύματος είναι πιθανό να προκαλέσει προβλήματα στην ομαλή ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών. Προς την κατεύθυνση επίλυσης ή βελτίωσης του προβλήματος αυτού, τα τελευταία χρόνια δημιουργήθηκαν ξενώνες, οι οποίοι προσφέρουν πιο οικείο και φιλικό περιβάλλον.



## Διαζύγιο

Στην πλειονότητα των περιπτώσεων χωρισμού – διαζυγίου, υπάρχει μια περίοδος έντονων και συνεχών καυγάδων, αποδιοργάνωσης, συναισθηματικής αποξένωσης και αποτυχημένων προσπαθειών βελτίωσης της σχέσης.

Για το παιδί το διαζύγιο μπορεί να διακινήσει συναισθήματα ανάλογα με αυτά της απώλειας ενός φυσικού προσώπου. Οι δεσμοί του παιδιού με το άτομο που χάνει, διαταράσσονται με κύριες συναισθηματικές συνέπειες, το άγχος του αποχωρισμού και τις αντιδράσεις πένθους. Η κυριότερη, ίσως, διαφορά του διαζυγίου με την πραγματική απώλεια ενός προσώπου συνίσταται στην δυσκολία της αποδοχής του γεγονότος (του χωρισμού των γονέων). Η δυσκολία αυτή προκύπτει από την περιοδική επικοινωνία του παιδιού με τον γονέα που έφυγε, αλλά και τις γενικότερες διαδικασίες μετάβασης (δικαστικές διαμάχες, εντάσεις, συγκρούσεις γονέων), που συχνά είναι επίπονες και χρονοβόρες.

Αξίζει να σημειωθεί ότι ένα διαζύγιο δεν βιώνεται πάντα αρνητικά από το παιδί, το οποίο μπορεί να συνειδητοποιήσει ότι η νέα κατάσταση του προσφέρει συναισθηματική ασφάλεια και ηρεμία.

Στα πλαίσια του σχολικού περιβάλλοντος, το παιδί ενδέχεται να εμφανίσει θλίψη, ευερεθιστότητα, παθητικότητα, ανασφάλεια, διακυμάνσεις διάθεσης, αναξιότητα, μείωση της σχολικής του επίδοσης, παραίτηση από ενδιαφέροντα του ιδίου και της σχολικής ομάδας.

## Γέννηση νέου μέλους - Υιοθεσία

Ο ερχομός ενός νέου μέλους (γέννηση, υιοθεσία) στην οικογένεια μεταβάλλει την ισορροπία της οικογένειας. Άλλάζει το δυναμικό των σχέσεων, οι ρόλοι επαναπροσδιορίζονται και βιώνεται μια νέα πραγματικότητα.

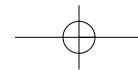
Στην περίπτωση της υιοθεσίας, κρίνεται σκόπιμο το παιδί να γνωρίζει από πού προέρχεται. Αυτό το αναλαμβάνουν οι γονείς, οι οποίοι οφείλουν να ενημερώνουν και τον εκπαιδευτικό.

Η γέννηση ενός μικρότερου αδερφού μπορεί να διακινήσει συναισθήματα όπως : ζήλια, απόρριψη, απειλή ,θλίψη, επιθυμία εξαφάνισης ή απώλειας. Το πρωτότοκο παιδί αισθάνεται ότι εκθρονίζεται και αυτό έχει ως αποτέλεσμα αλλαγές στη συμπεριφορά του. Οι αντιδράσεις είναι ήπιες ή πιο έντονες. Το παιδί μπορεί να παλινδρομήσει σε προηγούμενα στάδια της ψυχοσεξουαλικής του ανάπτυξης (δηλαδί να αλλάζει ο τρόπος ομιλίας του, να «μπεμπεκίσει», να βυζάξει το δάχτυλο του, να παραπονεθεί για διάφορους σωματικούς πόνους). Πιθανόν να εκδηλώσει επιθετική συμπεριφορά, απόσυρση και άρνηση εκπλήρωσης των σχολικών του υποχρεώσεων.

Στα πλαίσια της σχολικής ομάδας, το παιδί μπορεί να εκφράσει επιθετική ή αντιδραστική συμπεριφορά, ως συνάρτηση των αλλαγών που βιώνει στην οικογένειά του. Ο εκπαιδευτικός έχει την δυνατότητα να ενθαρρύνει το παιδί να μιλήσει για το καινούργιο του βίωμα και να εκφράσει τα συναισθήματά του, αρνητικά ή θετικά.

## Απώλεια

Σημαντικό είναι να γνωρίζουμε ότι και τα παιδιά θρηνούν. Πένθος δεν επιφέρει μόνο ο θάνατος, αλλά και κάθε αίσθημα απώλειας που βιώνεται από ρεαλιστικές ή από φαντασιωσικές καταστάσεις. Η φυσιολογική διαδικασία του πένθους διέρχεται από τα παρακάτω στάδια, τα οποία είναι σκόπιμο να γνωρίζει ο εκπαιδευτικός, ώστε να τα αναγνωρίσει και να πλαισιώσει θετικά κάποιον μαθητή του που έχει να διαχειριστεί ένα τέτοιο ζήτημα:



## Στάδια πένθους

- Στάδιο της άρνησης ή εναντίωσης στην πραγματικότητα. Παρατηρείται έστω και παροδικά η άρνηση της απώλειας.
- Στάδιο του παζαρέματος (bargaining). Το παιδί ψάχνει αντικείμενα και ανθρώπους που λειτουργούν ως σημεία αναφοράς του ανθρώπου εκείνου που έφυγε.
- Στάδιο της αποδιοργάνωσης και της απελπισίας. Το παιδί αναγνωρίζει για πρώτη φορά την απώλεια, νιώθει ανήμπορο, έχει αισθήματα ανεπάρκειας, έλλειψης ελπίδας για το μέλλον και ευρύτερης απόσυρσης.
- Στάδιο της αποδοχής και αναδόμησης. Μειώνεται η θλίψη, εγκαθιδρύονται νέοι τρόποι συμπεριφοράς, επαναπροσδιορίζονται οι στόχοι και οι επιθυμίες.

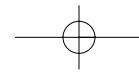
Απαραίτητη είναι η συνεργασία του εκπαιδευτικού και του ευρύτερου οικογενειακού περιβάλλοντος. Είναι σημαντικό να ενημερωθεί το παιδί με απλό και κατανοητό τρόπο για το τι συνέβη. Στην ανακοίνωση του συμβάντος χρησιμοποιούμε τη λέξη «θάνατος» και αποφεύγουμε φράσεις του τύπου: «κοιμήθηκε», «πήγε μακρινό ταξίδι» κ.α. Συχνά, αναφέρεται ότι δεν πρέπει να μιλάμε στα παιδιά για το πρόσωπο αυτό. Όμως, με αυτό τον τρόπο, δεν βοηθούμε το παιδί να διαχειριστεί την απώλεια. Σημαντικό για κάθε άνθρωπο που βιώνει μια απώλεια είναι να διέλθει από τις φάσεις του πένθους και να ολοκληρώσει αυτή τη διαδικασία αποδεχόμενος την απώλεια. Θα πρέπει να του δοθεί η δυνατότητα να θρηνήσει και να επεξεργαστεί τα συναισθήματά του βιώνοντάς τα σε πρώτη φάση. Στο περιβάλλον του, είναι σκόπιμο να υπάρχουν σταθερά υποκατάστατα και κατά κύριο λόγο του ίδιου φύλου με το γονέα που χάθηκε. Ο στόχος δεν είναι να μειωθεί η διάρκεια των διεργασιών του πένθους, αλλά να αποφευχθεί η εμφάνιση παθολογικών μορφών του.

Αν κάποιος γονέας ζητήσει τη βοήθεια του εκπαιδευτικού για τη διαχείριση μιας τέτοιας κατάστασης, ο δεύτερος μπορεί να τον συμβουλεύσει και να τον παραπέμψει σε κάποιον ειδικό, αν αυτό κρίνεται σκόπιμο.

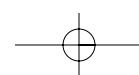
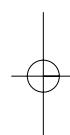
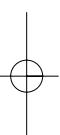
Ένα παιδί μπροστά στην εικόνα της απώλειας μπορεί να αντιδράσει με έντονο κλάμα, επιθετικότητα, άρνηση της τροφής, ενοχές, διαταραγμένο ύπνο, φοβίες (φόβος για το σκοτάδι, φόβος για το μέλλον), αλλά και συμπτώματα, όπως είναι για παράδειγμα ο πόνος στο στομάχι, ο πονοκέφαλος και ένα πλήθος σωματικών εκδηλώσεων ψυχικού άγχους. Ένα παιδί που βιώνει την απώλεια μπορεί πολύ συχνά να παρουσιάσει παλινδρόμηση σε προηγούμενα στάδια της ανάπτυξής του (π.χ. εμφάνισην νυχτερινής ενούρησης).

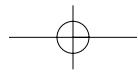
Είναι σημαντικό να επισημανθεί και να συζητηθεί με τους γονείς ότι απώλεια δεν συνιστά μόνο ο θάνατος, αλλά και κάθε είδους αποχωρισμός (μετανάστευση, απώλεια φίλων). Επιπλέον, παρόμοια συναισθήματα και αντιδράσεις προκαλεί και η χρόνια ασθένεια ενός αγαπημένου προσώπου, είτε αυτή σχετίζεται με οργανικό πρόβλημα, είτε πρόκειται για μια ψυχιατρική διαταραχή ή νόσημα. Ένας γονέας που έρχεται αντιμέτωπος με την απώλεια που βιώνει ένα παιδί, είναι βοηθητικό να γνωρίζει τα παρακάτω:

- Είναι σκόπιμο το παιδί να ενημερώνεται έγκαιρα για το συμβάν. Η αναφορά στο γεγονός πρέπει να γίνεται με ξεκάθαρους όρους, όπως είναι οι λέξεις: «θάνατος» και «πέθανε». Πρέπει να αποφεύγονται μεταφορικές εκφράσεις, όπως «πήγε στον ουρανό» ή «έγινε άγγελος».
- Το παιδί θα βοηθηθεί αν του εξηγήσετε με απλά λόγια την εξέλιξη και τις αλλαγές που θα συμβούν στη ζωή του στο εξής. Διαβεβαιώστε το ότι θα υπάρχει αρκετή στήριξη, φίλοι και συγγενείς, ώστε να νιώσει ασφαλές για το μέλλον.
- Σε περίπτωση που η απώλεια αφορά σε έναν γονέα του παιδιού, είναι σημαντικό να υπάρχει ένα πρόσωπο (του ίδιου φύλου με τον γονέα που χάθηκε) που θα λειτουργεί ως σταθερό υποκατάστατο.



- Όπως και οι ενήλικες, έτσι και τα παιδιά χρειάζονται χρόνο για να επεξεργαστούν τα συναισθήματα που συνοδεύουν μια απώλεια. Ενθαρρύνετε το παιδί να εκφράσει αυτά τα συναισθήματα και να θρηνήσει. Σε περίπτωση που αυτό δεν γίνεται, θα πρέπει να διερευνηθούν, με τη βοήθεια ειδικού, οι παράγοντες που παρεμποδίζουν τη διαδικασία του πένθους.
- Όσο πιο δύσκολή (δυσλειτουργική) ήταν η σχέση με το πρόσωπο που έφυγε, τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες παθολογικών εκδηλώσεων του πένθους λόγω ενδεχόμενων ενοχών.

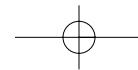




## Διαπολιτισμικότητα και σχολείο

Τα ελληνικά σχολεία, όπως και οι κοινωνία γενικότερα, βίωσαν τις τελευταίες δεκαετίες έντονες αλλαγές με τη μετανάστευση. Στις σχολικές κοινότητες συνυπάρχουν παιδιά από διαφορετικές εθνικές, θρησκευτικές και πολιτισμικές ομάδες. Στο πλαίσιο της πολυπολιτισμικής κοινωνίας οι παιδαγωγικές πρακτικές που χρησιμοποιούνται καλό θα ήταν να μη στηρίζονται στην άρνηση της διαφορετικότητας, αλλά στην υπέρβαση της αποξένωσης του ανθρώπου από τον πολιτισμικά διαφορετικό συνάνθρωπό του, αλλά και από τον ίδιο τον εαυτό του εν γένει. Η έμφαση δίνεται στις διαφορές και όχι στις ομοιότητες. Έχει παρατηρηθεί ότι όσο πιο ορατές είναι οι διαφορές, τόσο πιο σταθερές, διαρκείς και «φυσικές» φαίνονται.

Στο «Τετράδιο του Μαθητή» αναφερόμαστε πολλές φορές στη διαπολιτισμικότητα χρησιμοποιώντας ξένα ονόματα, παιδιά που επιστρέφουν στην πατρίδα τους για τις καλοκαιρινές διακοπές, αναμνήσεις από τόπους που αναγκάστηκαν να αποχωριστούν.

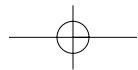


## Επιθετικότητα - Εκφοβισμός

Στο Τετράδιο του Μαθητή, όπου ο Αλία απειλείται από τα τρία παιδιά, θίγεται το φαινόμενο του εκφοβισμού. Ο εκφοβισμός ορίζεται ως μορφή βίας που εκδηλώνεται μεταξύ ανηλίκων και περιλαμβάνει παρενόχληση, πειράγματα και χλευασμούς. Η βία εμφανίζεται με διάφορες μορφές, όπως σωματική (κλωτσιές, φτύσιμο, σπρώξιμο), λεκτική (παρατσούκλια, απειλές,...) ή ψυχοκοινωνική (δυσφήμιση, κοινωνικός αποκλεισμός...). Ο εκφοβισμός διακρίνεται σε άμεσο και έμμεσο. Η άμεση μορφή βίας γίνεται εύκολα αντιληπτή, αφού υπάρχουν εμφανή σημάδια κακοποίησης. Η έμμεση μορφή βίας είναι πιο δύσκολο να εντοπιστεί και να αντιμετωπιστεί. Οι θύτες είναι παιδιά που αντλούν ικανοποίηση από την κακομεταχείριση των άλλων, η οποία έχει ως στόχο να ενισχύσει την αυτοεικόνα τους. Παρουσιάζουν εναντιωματική, προκλητική και αντικοινωνική συμπεριφορά. Συνήθως, πρόκειται για παιδιά που έχουν βιώσει απόρριψη και κακοποίηση από το οικογενειακό τους περιβάλλον. Τα θύματα είναι κατά κύριο λόγο παιδιά ήσυχα και ανασφαλή και νιώθουν ή είναι σωματικά πιο αδύναμα από τους θύτες. Προέρχονται κατά κύριο λόγο από υπερπροστατευτικές οικογένειες.

Σε σχέση με την επιθετικότητα, ο εκπαιδευτικός είναι χρήσιμο να γνωρίζει τα ακόλουθα:

- Η σωματική τιμωρία δεν λύνει, αλλά επιδεινώνει το πρόβλημα. Η χρήση βίας προκειμένου να «συνετίσουμε» το παιδί δεν είναι τίποτα άλλο από την ανακύκλωση του προτύπου της βίας ως παραδείγματος για την επίλυση των διαφορών.
- Το σημαντικότερο «όπλο» σε περιπτώσεις επιθετικότητας είναι η συζήτηση με το επιθετικό παιδί. Συζήτηση σημαίνει όχι μόνο να μιλά κανείς, αλλά και να ακούει. Ένα παιδί που ξέρει ότι θα το ακούσουν μαθαίνει να ζητάει περισσότερο μέσα από τον διάλογο και λιγότερο μέσα από την επιθετικότητα.
- Σε μερικές περιπτώσεις, οι γονείς μπορούν να μην εστιάζουν τόσο στην πράξη του παιδιού όσο το να προβληματιστούν με την ενδεχόμενη αιτία της επιθετικότητάς του. Στις περιπτώσεις αυτές, προοσπαθήστε να ενισχύσετε το παιδί να εκφραστεί συναισθηματικά και να μιλήσει για τις σκέψεις του.
- Μετά από ένα περιστατικό επιθετικότητας, είναι σκόπιμο να απομακρύνουμε τα παιδιά (προστασία) από τον τόπο του συμβάντος και να το αποσπάσουμε από τους «θεατές» του περιστατικού.
- Είναι σημαντικό να μάθουν τα παιδιά τεχνικές επίλυσης συγκρούσεων. Τέτοιες τεχνικές μπορεί να είναι: το παιξιμό ρόλων, η ενεργητική ακρόαση, τεχνικές συγκέντρωσης, εξάσκησης στη διαδικασία της διαπραγμάτευσης (debate).



## Παιδί και παιχνίδι

Το παιχνίδι αποτελεί λόγο ύπαρξης του παιδιού. Είναι ζωτικής σημασίας και συμβάλλει στην αρμονική ανάπτυξη του σώματος, της νοημοσύνης και του συναισθήματος. Το παιδί που δεν παίζει, νοοεί. Το παιδί που δεν του δίνεται η δυνατότητα να παίζει, δεν αναπτύσσεται φυσιολογικά.

Το παιχνίδι αποτελεί μια από τις βασικές εκπαιδευτικές δραστηριότητες και κατ' επέκταση αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του σχολικού πλαισίου. Επιτρέπει στον παιδαγωγό να γνωρίσει καλύτερα το παιδί, αλλά και να το χρησιμοποιήσει για να αναπτύξει βασικές δεξιότητες.

Τι είναι στην πραγματικότητα το παιχνίδι; Κανένα αντικειμενικό σημάδι δεν μας επιτρέπει να πούμε με βεβαιότητα ότι μια συγκεκριμένη συμπεριφορά ή ένα συγκεκριμένο αντικείμενο αποτελεί παιχνίδι. Το ίδιο αντικείμενο, για παράδειγμα ένα σφυρί, είναι εργαλείο για τον εργάτη που το χειρίζεται ή παιχνίδι για το παιδί.

Διάφοροι επιστήμονες προσπάθησαν να ορίσουν το παιχνίδι και να εντοπίσουν τις διαφορές του από τις υπόλοιπες ανθρώπινες δραστηριότητες. Το παιχνίδι ορίζεται ως μια δραστηριότητα:

**Ελεύθερη**, ο παίκτης δεν είναι υποχρεωμένος να παίζει, αλλιώς, το παιχνίδι χάνει το ρόλο της διασκέδασης.

**Αθέβαινη**, αφού η διεξαγωγή της δεν είναι προκαθορισμένη, ούτε το αποτέλεσμά της.

**Μη παραγωγική**, υπάρχει μεταφορά ιδιοκτησίας στον κύκλο των παικτών, η οποία καταλήγει σε μια κατάσταση ανάλογη της αρχικής.

**Δομημένη**, αφού υπόκειται σε κανόνες, οι οποίοι διαρκούν, όσο διαρκεί το παιχνίδι.

### Τα παιχνίδια μπορούν να χωριστούν σε τέσσερις κατηγορίες:

A) Παιχνίδια που ενσωματώνουν την ιδέα του ανταγωνισμού.

B) Παιχνίδια που φτιάχνονται στην τύχη.

Γ) Παιχνίδια μιμητισμού, όπου ο παίκτης υποδύεται έναν ρόλο.

Δ) Παιχνίδια που δημιουργούν ψυχική ένταση και ευφορία, συντελώντας σε προσωρινή απορύθμιση της αντίληψης.

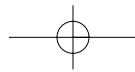
Το παιχνίδι προσδίδει ζωτικής σημασίας σιγουριά και αποτελεί ένα πεδίο αυθόρυμπης παιδαγωγικής. Η λειτουργία αυτή προϋπήρχε της έναρξης του σχολείου και συνεχίζει να υφίσταται παράλληλα με το σχολείο.

### Παιδαγωγική προσέγγιση

Το παιχνίδι είναι ο καλύτερος τρόπος έκφρασης του παιδιού και επιτρέπει στον ενήλικα να το καταλάβει. Αποτελεί όμως και τη βάση των παιδαγωγικών μεθόδων και τεχνικών που χρησιμοποιεί ο ενήλικας για να εκπαιδεύσει το παιδί.

Ορισμένοι ενήλικες θεωρούν το παιχνίδι ως χάσιμο χρόνου ή ενέργειας και το περιορίζουν ή το απαγορεύουν. Έτσι συχνά, μετά το νηπιαγωγείο, όταν το παιδί αρχίζει να γράφει και να διαβάζει, το παιχνίδι αντιμετωπίζεται ως μια δραστηριότητα ελεύθερου χρόνου.

Σημαντικό είναι να αναγνωρίζεται ο κυρίαρχος ρόλος του παιχνιδιού, όμως, να μη συγχέεται με τις σχολικές δραστηριότητες. Όταν ένας ενήλικας, στην προκειμένη περίπτωση ο εκπαιδευτικός, παρεμβαίνει στο παιχνίδι του παιδιού, το παιχνίδι παύει να είναι ένα παιδικό παιχνίδι. Αν αφήσουμε ελεύθερο το παιδί να παίζει, τότε απομακρυνόμαστε από τους εκπαιδευτικούς στόχους. Θα ήταν λοιπόν, σκόπιμο να συνειδητοποιήσουμε ότι το παιχνίδι έχει μια αυτοεκπαιδευτική λειτουργία. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να διευκολύνει τη δημιουργία ομάδων παιχνιδιού,



να απαντήσει στις ερωτήσεις που τίθενται αυθόρυμπα κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού και να προβλέψει ποια θα είναι τα υλικά που θα του ζητηθούν. Η στάση του, όμως, δεν περιορίζεται στην παθητική παρατήρηση. Στόχος είναι να οδηγήσει τα παιδιά να πειραματιστούν με τις δικές τους υποθέσεις σχετικά με τα αντικείμενα και με τους ανθρώπους.

**Το παιχνίδι δύναται να συμμετάσχει σε παιδαγωγικούς σκοπούς αφού συνδυάζει:**

**Αντιληπτικές δραστηριότητες** (επαφή με το αντικείμενο, ακοή, όραση, γεύση, όσφρηση, αφή).

**Αισθητηριοκινητικές δραστηριότητες** (τρέξιμο, άλμα, ρυθμική, ρίψη...)

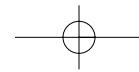
**Λεκτικές δραστηριότητες** (τραγούδι, ποίηση, απόδοση ρόλου...)

**Δραστηριότητες που σχετίζονται με το συναίσθημα** (συμπάθεια, αντιπάθεια, ταύτιση...)

**Γνωστικές δραστηριότητες** (παρατήρηση, περιγραφή, σύγκριση, ταξινόμηση...)

**Δραστηριότητες που σχετίζονται με την κατασκευή αντικειμένων, οι οποίες ενεργοποιούν το σώμα, αλλά και τις συναισθηματικές και γνωστικές ικανότητες σε συνάρτηση με την εμπειρία.**

**Δραστηριότητες σωματικής και αισθητικής έκφρασης** (γυμναστική, θέατρο, χορογραφία, ζωγραφική, πλαστελίνη, κολλάζ...)



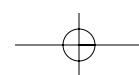
## Προτεινόμενη Βιβλιογραφία για γονείς

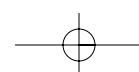
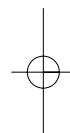
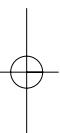
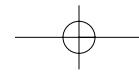
**MARCOLI ALBA (2001), *O θυμός των παιδιών*,**  
University Studio Press

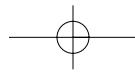
**ΑΣΚΗΤΗΣ, Θ. (2006) *Γονείς και Παιδί, Απαντήσεις σε Κρίσιμα Ερωτήματα*,**  
Αθήνα, Εκδοτικός Οργανισμός Λιβάνη

**DOLTO, F. *Μεγαλώστε σωστά το παιδί σας*,**  
Εκδόσεις Γιαλλέλη

**ΤΣΙΑΝΤΗΣ, Ι. *Ψυχική Υγεία του παιδιού και της Οικογένειας*,**  
Τεύχος Α-Β Εκδόσεις Καστανιώτη

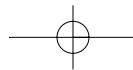






## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ Κ.Δ.Α.Υ.

- 1. ΚΔΑΥ ΑΘΗΝΑΣ** Θηβών 250 (3° Ενιαίο Λύκειο Αιγάλεω) 12241 ΑΘΗΝΑ
- 2. ΚΔΑΥ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ** Τριφυλλίας & Αργοστολίου (θυρίδα) 15344 ΓΛΥΚΑ ΝΕΡΑ
- 3. ΚΔΑΥ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ** Αλκιβιάδου & Αρκαδίου (Ειδ. Δημ. Σχολ. Ελευσίνας) 19200 ΕΛΕΥΣΙΝΑ
- 4. ΚΔΑΥ ΠΕΙΡΑΙΑ** Τζαβέλλα 88 (ΝΕΛΕ Πειραιά) 18533 ΠΕΙΡΑΙΑΣ
- 5. ΚΔΑΥ ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ** Κύτταρου 80 (Ειδ. Δημ. Σχολ. Μεσολογγίου) 30200 ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ
- 6. ΚΔΑΥ ΑΡΚΑΔΙΑΣ** Πλατεία Αγ. Δημητρίου 4 (Δ/νση Π. Ε. Αρκαδίας) 22100 ΤΡΙΠΟΛΗ
- 7. ΚΔΑΥ ΑΧΑΙΑΣ** Ιππολύτης 8 (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο) 26334 ΠΑΤΡΑ
- 8. ΚΔΑΥ ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ** Αντ. Δαμασκηνού 102 85100 ΡΟΔΟΣ
- 9. ΚΔΑΥ ΕΒΡΟΥ ΝΕΛΕ** Αλεξανδρούπολης 68100 ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ
- 10. ΚΔΑΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ** Μονοφατσίου 3 (1° Γραφείο Δ. Ε. Ηρακλείου) 71201 ΗΡΑΚΛΕΙΟ
- 11. ΚΔΑΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ** Αλεξ. Συμεωνίδου 36 54638 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
- 12. ΚΔΑΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ** Γ. Παπανδρέου 4-6 (2° Γυμνάσιο Ιωαννίνων) 45444 ΙΩΑΝΝΙΝΑ
- 13. ΚΔΑΥ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ** Κέντρο Αποθεραπείας, Αποκατάστασης & Υποστήριξης Περιοχής Αεροδρομίου-ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ 52200 ΚΑΣΤΟΡΙΑ
- 14. ΚΔΑΥ ΚΕΡΚΥΡΑΣ** Δημ. Καββάδα 22 49100 ΚΕΡΚΥΡΑ
- 15. ΚΔΑΥ ΚΟΖΑΝΗΣ** Νηπιαγωγείο Πρωτοχωρίου 50100 ΚΟΖΑΝΗ
- 16. ΚΔΑΥ ΚΥΚΛΑΔΩΝ** Λιβάδια Μάνα (Δ/νση Δ.Ε. Κυκλαδων) 84100 ΣΥΡΟΣ
- 17. ΚΔΑΥ ΛΑΡΙΣΑΣ** Αντώνη Φασούλα 18 (18° Δημ. Σχολείο Λάρισας) 41335 ΛΑΡΙΣΑ
- 18. ΚΔΑΥ ΛΕΣΒΟΥ** Γ. Μούρα 10 (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Μυτιλήνης) 81100 ΜΥΤΙΛΗΝΗ
- 19. ΚΔΑΥ ΞΑΝΘΗΣ** 11° Δημοτικό Σχολείο Ξάνθης-ΝΕΑΠΟΛΗ 67100 ΞΑΝΘΗ
- 20. ΚΔΑΥ ΠΕΛΛΑΣ** Κων/πόλεως 72 (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Έδεσσας) 58200 ΕΔΕΣΣΑ
- 21. ΚΔΑΥ ΡΟΔΟΠΗΣ** Δημοκρατίας 1 (Δ/νση Π. Ε. Ροδόπης) 69100 ΚΟΜΟΤΗΝΗ
- 22. ΚΔΑΥ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ** Παπασιοπούλου 2 (2° Ειδικό Δημοτικό Σχολείο) 35100 ΛΑΜΙΑ



## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

**ΑΣΚΗΤΗΣ, Θ. (2006), Γονείς και Παιδί, Απαντήσεις σε Κρίσιμα Ερωτήματα,**  
Αθήνα, Εκδοτικός Οργανισμός Λιβάνη

**BINNIKOT, N. (1971) Το παιδί, το παιχνίδι και η πραγματικότητα,**  
Εκδόσεις Καστανιώτη

**ΓΑΛΑΝΑΚΗ, Ε. (2002) Το συναίσθημα της μοναξιάς στο παιδί σχολικής ηλικίας: Ανασκόπηση**  
της βιβλιογραφίας,  
Ψυχολογικά θέματα, τόμος 8, τεύχη 1-3, 85-105γ

**ΓΑΛΑΝΑΚΗ, Ε., ΜΠΕΖΕΒΕΓΚΗΣ, Η. (1996), Αντιμετώπιση προβλημάτων της καθημερινής**  
ζωής: Η περίπτωση της παιδικής μοναξιάς,  
Ψυχολογία, 3, 2, 72-84

**ΚΑΛΑΝΤΖΗ-AZIZI, A. & ΖΑΦΕΙΡΟΠΟΥΛΟΥ, M. (επιμ.) (2004) Προσαρμογή στο Σχολείο,**  
**Πρόληψη και Αντιμετώπιση Δυσκολιών,**  
Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα

**ΚΥΡΙΤΣΗ, Ι. (1997) Η προώθηση της πρόληψης μέσα από το Δημοτικό Σχολείο,**  
3η Πανελλαδική Συνάντηση φορέων πρόληψης, 12-15/11/1997

**ΜΑΔΙΑΝΟΣ, Μ. (1989) Κοινωνία και Ψυχική Υγεία, Εισαγωγή στην Κοινωνική Ψυχιατρική,**  
Αθήνα, Εκδόσεις Καστανιώτη

**ΜΑΛΙΚΙΩΣΗ -ΛΟΙΖΟΥ, Μ. (2001) Η συμβουλευτική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση**  
από την Θεωρία στην Πράξη,  
4η έκδοση, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα

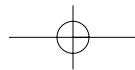
**ΜΑΡΚΟΛΙ, Α. (2001), Ο θυμός των παιδιών,**  
University Studio Press

**ΜΑΡΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Π. (1990) Διαπολιτισμική Εκπαίδευση Επιμόρφωση Εκπαιδευτικών.**  
**Μια εναλλακτική πρόταση,**  
Κέντρο Διαπολιτισμικής Αγωγής Πανεπιστημίου Αθηνών

**ΝΤΟΛΤΟ, Φ. (2006), Έφηβοι - Προβλήματα και Ανησυχίες,**  
Εκδόσεις Πατάκη

**ΝΤΡΑΙΚΩΡΣ, Ρ. (1989) Διατηρώντας την ισορροπία στην τάξη,**  
Εκδόσεις Θυμάρι

**ΝΙΛΣΕΝ, Μ. ΠΑΠΑΖΟΓΛΟΥ, Ε., ΡΑΛΛΗ, Ε. & ΧΑΤΖΗΧΡΗΣΤΟΥ, Χ. (1999) Ο Ρόλος του**  
Σχολείου στην Στήριξη του Παιδιού που Πενθεί,. Στο ΝΙΛΣΕΝ, Μ. & ΠΑΠΑΔΑΤΟΥ, Δ.  
(επιμ.) Όταν η αρρώστια και ο Θάνατος Αγγίζουν την Σχολική Ζωή,  
Πρακτικά Συμποσίου



**ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΣ, Ι., ΜΠΕΖΕΒΕΓΚΗΣ, Η., ΓΙΑΝΝΙΤΣΑΣ, Ν., ΚΑΡΑΘΑΝΑΣΗ, Α.**  
**(1995) Διαφυλικές Σχέσεις, 1ος τόμος, 2η έκδοση, Αθήνα , Ελληνικά Γράμματα**

**ΠΡΕΚΑΤΕ, Β. & ΓΙΩΤΑΚΟΣ, Ο. (2005) Οδηγός Εκπαιδευτικών και Γονέων για την Ανίχνευση  
 της Παιδικής Κακοποίησης,**  
 Αθήνα Εκδόσεις Βίτα

**ΤΣΙΑΝΤΗΣ, Ι. (1991) Η Ψυχική Υγεία του Παιδιού και της Οικογένειας,**  
 τεύχος Α' , Αθήνα , Εκδόσεις Καστανιώτη

**ΧΑΤΖΗΧΡΗΣΤΟΥ, Χ. (2000) Προγράμματα Ψυχοκοινωνικής Στήριξης Μαθητών: Η ελληνική εμπειρία, Στο ΚΑΛΑΝΤΖΗ-AZIZI , Α. & ΜΠΕΖΕΒΕΓΚΗΣ, Η. (επιμ.) Θέματα Ψυχικής Υγείας Παιδιού και Εφήβου,**  
 Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.

**ADELMAN, H. & TAYLOR, L. (2000) Promoting Mental Health in Schools in the Midst of School Reform,**  
 The Journal of School Health, Vol. 70, No 5, 171-178

**BRAZEAU – WARD. L, (2000), La Dyslexie.**  
 Centre canadien de la dyslexie

**BROWNE, G. GAFNI, A., ROBERTS, J., BYRNE,C., MAJUMDAR,B. (2004) Effective /Efficient Mental Health Programs for School - Age Children: a Synthesis of Reviews, «Social Science and Medicine»,**  
 Vol. 58, No 7, 1367-1384

**CICCHETTI, D. CARLSON, V. (eds) Child maltreatment: Theory and Research on the Causes and Consequences of child Abuse and Neglect,**  
 New York, Cambridge University Press

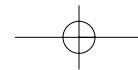
**COLE, M., & COLE, S. (2002) Η ανάπτυξη των Παιδιών,**  
 2ος τόμος, Αθήνα, Τυπωθήτω

**COOPER, P. (2006) Supporting Minority Ethnic Children and Adolescents With Social , Emotional , and Behavioral Difficulties in the United Kingdom, Preventing School Failure,**  
 Vol. 50, no 2, 21-28

**CURTIS, M. J., MEYERS, J. (1985) Best Practices in School-based Consultation: Guidelines for effective practice. Στο Thomas A., Grimes J. (Eds.) Best Practices in School Psychology.**  
 Kent, Ohio, NASP.

**DANIELS, D. & SHUMOW, L. (2002) Child Development and Classroom Teaching: a Review of the Literature and Implications for Educating Teachers, Journal of Applied Developmental Psychology,**  
 Vol. 23 , No 5, 495-526

**FANTUZZO, J., McWAYNE, C., BULOTSKY, R. (2003) Forging Strategic Partnerships to Advance Mental Health Science and Practice for Vulnerable Children, The School Psychology Review,**  
 Vol. 32, No 1, 17-37



FREINET, C. (1993) *Education through Work : A Model for Child Centered Learning*,  
Edwin Mellen Press, New York

FORNESS, S., SERNA, L., NIELSEN, E., LAMBROS, K., JOHNELL-HALE, M. & KAVALE, A.  
(2000) *A Model for Early Detection and Primary Prevention of Emotional or Behavioral Disorders, Education and Treatment of Children*,  
Vol. 23. No 3, 325-345

FORNESS, S., SERNA, L., KAVALE, A., NIELSEN, E., (1998) *Mental Health and Health Start: Teaching Adaptive Skills, Education and Treatment of Children*,  
Vol. 21, no 3, 258-274

FRANCESCATO D. &, PUTTO A., *Stare Meglio Insieme, Oltre l'individualismo: imparare a crescere e a collaborare con gli altri*,  
Psicologia oscara saggi mondadori, I edizione Saggi settembre 1995

GUILLON, M, CROCQ, M, BAILEY, P. (2002) *The Relationships between self-esteem and Psychiatric Disorders in Adolescents*,  
European Psychiatry, Vol. 18, no1, 59-62

HATZICHRISTOU, C. (1998) *Alternative School Psychological Services, Development of a databased model*,  
School Psychology Review, Vol. 27. No 2, 246-259

HERBERT, M. (1998) *Ψυχολογικά Προβλήματα Παιδικής Ηλικίας*,  
Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα

JACKSON, P. (1999) αναφέρεται σε άρθρο της Μελά- Παπαδοπούλου, Β. «*To παραπρόγραμμα: η αθέατη πλευρά του σχολικού προγράμματος*»,  
Σύγχρονη Εκπαίδευση, τεύχος 106, Μάιος – Ιούνιος, σελ. 69-77

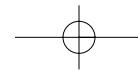
JOHNSON, J. (1975) *Learning, Together and Alone :Cooperation, Competition and Individualization*,  
Englewood Cliffs, New Jersey , Prentice Hall

KIRHNER, J., YODER, M., KRAMER, T., LINDSEY, S., THRUSH, C. (2000) *Development of an Educational Program to Increase School Personnel's Awareness about Child and Adolescent Depression*,  
Education, Vol. 121, no2, 235-246

LOWENTHAL, B. (1996) *Educational Implications of Child Abuse, Intervention in School and Clinic*,  
vol. 32, 21-25

MAAG, J. & REID, R. (2006) *Depression Among Students With Learning Disabilities*,  
*Journal of Learning Disabilities*,  
vol. 39, no 1 , 3-10

PIAGET, J. (1954) *The construction of Reality in the Child*,  
New York, Basics Books



- PIAGET, J. (2001) *Η γλώσσα και η σκέψη του παιδιού*,**  
Αθήνα, Εκδόσεις Καστανιώτη
- REID, G. (1998) *Δυσλεξία για Ειδικούς*, Επιμέλεια στα ελληνικά: Παπαδάτος Γιάννης,**  
Εκδόσεις Παρισιάνου
- REPIE, M. (2005) *A School Mental Health Issues Survey from the Perspective of Regular and Special Education Teachers, School Counselors and School Psychologists, Education and Treatment of Children*,**  
Vol. 28, no 3, 279-298
- SWARTZ, P. (2003) *Bridging Multicultural Education: Bringing Sexual Orientation into the Children's and Young Adult Literature Classrooms*,**  
Radical Teachers, Vol. 66, 11-16
- TACADE (1998) «Δεξιότητες για παιδιά του Δημοτικού»,**  
ΚΕ.Θ.Ε.Α., Εκδόσεις «Σχήμα και Χρώμα»
- TERMBLAY, G. & PETERSON, L. (1999) *Prevention of childhood Injury, Clinical and Public Policy Challenges, Clinical Psychology Review*, Vol. 19, no 4, 415-434**
- WALTER, H., GOUZE, K., LIM, K. (2006) *Teacher's Beliefs About Mental Health Needs in Inner City Elementary Schools, Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*,**  
Vol. 45, No 1, 61-68
- WEIST, M., & CHRISTODULU, K. (2000) *Expanded School Mental Health Programs: Advancing Reform and Closing the Gap between Research and Practice, The Journal of School Health*,**  
Vol. 70, no 5, 195-200
- WEIST, M. (2002) *Challenges and Opportunities in Moving toward a Public Health Approach in School Mental Health, Journal of School Psychology*,**  
Vol. 41, Issue 1, 77-82
- L'enfant et le jeu: Approches théoriques et documents d'éducation,**  
UNESCO no 34

#### **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ**

**Your Child and the Internet: Tips to Keep them Safe on the Information Superhighway,**  
Ebony, Vol. 61, No 5, 103-134  
Available: <http://www.ebony.gr>

