



Επιστημονική Υπεύθυνη:

Χρυσή (Σίσσυ) Χατζηχήστου, Ph.D
Καθηγήτρια Σχολικής Ψυχολογίας
Διευθύντρια Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας &
ΠΜΣ «Σχολική Ψυχολογία»

Επιστημονική ομάδα:

Δρ. Θ.Υφαντή, Σχολική Ψυχολόγος
Δρ. Α. Λαμπροπούλου, Επικ. Καθ. Εφαρμοσμένης
Σχολικής Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ
Υποψ. Δρ. Γ. Γεωργουλέας, Σχολικός Ψυχολόγος
Δρ. Π. Λιανός, Επικ.Καθ. Σχολικής Ψυχολογίας
Δρ. Β. Νικολοπούλου, ΕΔΙΠ ΕΚΠΑ
Υποψ. Δρ. Δ. Αθανασίου, Σχολική Ψυχολόγος

«Διαδρομές»

Δράση δικτύωσης σχολικών μονάδων για την ενδυνάμωση σχολικών κοινοτήτων σε επίπεδο συστήματος (τάξη/σχολείο) και την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας σε δύσκολες περιόδους

Εισαγωγή

Το σχολείο αποτελεί ένα προστατευτικό πλαίσιο που έχει τη δυνατότητα να στηρίξει τους/τις μαθητές/-τριες να αντεπεξέλθουν ψυχικά και σε δύσκολες συνθήκες, δίνοντας έμφαση στην αναζήτηση τρόπων/στρατηγικών, ώστε να διαχειριστούν τα δύσκολα συναισθήματά τους, εστιάζοντας σε εσωτερικές δυνάμεις και ικανότητες, καθώς και στη δυναμική των διαπροσωπικών σχέσεων και δικτύων συνεργασίας.

Σκοπός

Να αναδειχθούν τα στοιχεία εκείνα που το σχολείο ως σύστημα διαθέτει και διευκολύνουν την προσαρμογή και την ανάπτυξη των μελών του, λειτουργώντας προστατευτικά μέσα από ευκαιρίες που δίνονται στους/στις μαθητές/-τριες για να εξελιχθούν, να αναπτύξουν δεξιότητες και να ενδυναμωθούν ψυχολογικά και σε δύσκολες περιόδους.

Βασικοί στόχοι

- Η ανάδειξη του ρόλου του/της σχολείου/τάξης ως προστατευτικού πλαισίου που στηρίζει τους/τις μαθητές/-τριες, συμβάλλοντας στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας και σε δύσκολες/ιδιαίτερες περιόδους,
- Η ανάδειξη της σημασίας της στοχοθεσίας στο σχολικό περιβάλλον που συμβάλλει στην κινητοποίηση των μαθητών/-τριών, στη συνεργασία και στην ενεργό συμμετοχή,
- Η δικτύωση των συμμετεχόντων και των τάξεων από διάφορες περιοχές/πόλεις.

Δομή

Η δράση «Διαδρομές» περιλαμβάνει:

(α) επιμορφωτικές συναντήσεις ευαισθητοποίησης και ανταλλαγή απόψεων, προβληματισμού, εμπειριών και καλών πρακτικών των συμμετεχόντων στο πλαίσιο συνεργασίας και δικτύωσης εκπαιδευτικών και ψυχολόγων διαφορετικών σχολείων/περιοχών,

(β) εφαρμογή δραστηριοτήτων στην τάξη,

(γ) υποστήριξη και εποπτεία για την εφαρμογή των δραστηριοτήτων στην τάξη,

(δ) ανάρτηση υλικού σε κοινή πλατφόρμα και

(ε) επικοινωνία και υποστήριξη σε σταθερή βάση από τα μέλη της επιστημονικής ομάδας του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας.

Δραστηριότητες

Κατά τη διάρκεια εφαρμογής της δράσης θα πραγματοποιηθούν διαδικτυακές επιμορφωτικές συναντήσεις με τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες εκπαιδευτικούς και ψυχολόγους. Στη διάρκεια των συναντήσεων θα γίνεται σύντομη παρουσίαση βασικών τομέων της ψυχολογικής και κοινωνικής προσαρμογής των μαθητών/-τριών στο πλαίσιο της ενδυνάμωσης των θετικών σχέσεων στην τάξη που σχετίζονται με τις βασικές ενότητες του προγράμματος. Επιπλέον, θα περιγράφονται προτεινόμενες δραστηριότητες και θα παρέχεται υποστήριξη και εποπτεία από τους επιστημονικούς συνεργάτες του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας για την εφαρμογή των δραστηριοτήτων στην τάξη. Οι δραστηριότητες βασίζονται σε σύγχρονες προσεγγίσεις για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας (σε επίπεδο ατόμου και τάξης) και την ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των μαθητών/-τριών.

Οι δραστηριότητες θα εντάσσονται στις ακόλουθες (4) ενότητες:

• Συνεκτικότητα - Στοχοθεσία

Δραστηριότητες με σκοπό τη σύνδεση της ομάδας τάξης και την αναγνώριση θετικών στοιχείων του εαυτού και της τάξης

• Διαχείριση δύσκολων συναισθημάτων - Στρατηγικές διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων

Αναγνώριση και διαχείριση δύσκολων συναισθημάτων όπως θλίψη, θυμός, άγχος κλπ.

- **Διαχείριση συγκρούσεων - Επίλυση προβλήματος**

Έμφαση στην επίλυση συγκρούσεων μέσα από σενάρια

- **Ολοκλήρωση / Ανασκόπηση και Μελλοντικοί στόχοι**

Κάθε δραστηριότητα περιλαμβάνει:

- Ειδικότερους στόχους.
- Οδηγίες και κατευθύνσεις για την εφαρμογή της.
- Άξονες συζήτησης, μέσα από τους οποίους διευκολύνεται η αφομοίωση των εννοιών και των ιδεών που αναδεικνύονται μέσα από κάθε δραστηριότητα.

➤ Για την εφαρμογή μιας δραστηριότητας χρειάζεται **μία (1) διδακτική ώρα**

➤ Η εφαρμογή των δραστηριοτήτων υλοποιείται σε διδακτικές ώρες που θα επιλεγούν από τους/τις συμμετέχοντες/-ουσες εκπαιδευτικούς σε συνεργασία με τη διεύθυνση του σχολείου.

➤ Οι δραστηριότητες απευθύνονται σε μαθητές/-τριες τάξεων γυμνασίου (Α', Β, Γ' τάξη) με δυνατότητα εφαρμογής στην Στ' τάξη δημοτικού ως μεταβατική για το Γυμνάσιο. Σχετικές επισημάνσεις ανάλογα με τα πλαίσια και τις βαθμίδες εκπαίδευσης επεξηγούνται /συζητούνται κατά τη διάρκεια των επιμορφωτικών-εποπτικών συναντήσεων.

Δικτύωση

Παρέχεται η δυνατότητα δικτύωσης μεταξύ των συμμετεχόντων/-ουσών εκπαιδευτικών κατά τη διάρκεια των επιμορφωτικών συναντήσεων για την εφαρμογή των δραστηριοτήτων. Επίσης, ενθαρρύνεται η συζήτηση στην τάξη σχετικά με κοινούς στόχους, ανάγκες και δυνατότητες μαθητών/-τριών από διαφορετικές περιοχές αξιοποιώντας τις αναρτήσεις των έργων των τάξεων σε ένα διαδικτυακό περιβάλλον που απεικονίζει μια πόλη.

Στο τέλος κάθε ενότητας κάθε σχολική τάξη/τμήμα αναρτά στην ηλεκτρονική πλατφόρμα υλικό (pdf, ppt, video, ήχος, link κλπ.) που προκύπτει από την εφαρμογή στην τάξη (κολάζ κλπ.), σύμφωνα με τις οδηγίες που δίνονται κατά τη διάρκεια των επιμορφωτικών - εποπτικών συναντήσεων.

Σκοπός είναι οι τάξεις να «συνθέσουν» μια «πόλη» μέσα από τα έργα τους στα ακόλουθα ενδεικτικά σύμβολα ανά ενότητα:

Ενδεικτικά:

- Σχολείο: Συνεκτικότητα - Στοχοθεσία
- Βιβλιοθήκη: Διαχείριση δύσκολων συναισθημάτων - Στρατηγικές διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων
- Πάρκο: Διαχείριση συγκρούσεων - Επίλυση προβλήματος
- Σκηνή/Δημοτικό Θέατρο: Ολοκλήρωση/Ανασκόπηση και Μελλοντικοί στόχοι

Οι σχολικές τάξεις, επιλέγοντας κάθε επιμέρους σημείο από την πόλη (σχολείο, πάρκο κλπ.), θα μπορούν να βλέπουν και τις αναρτήσεις των άλλων σχολείων που συμμετέχουν και να συζητούν σχετικά με κοινές και διαφορετικές ανάγκες, δυνατότητες, ιδέες.

1η Θεματική Ενότητα

Συνεκτικότητα και στοχοθεσία

Σκοπός της ενότητας είναι οι μαθητές/-τριες να κατανοήσουν έννοιες και αξίες που συμβάλλουν στη δημιουργία μιας τάξης που μπορεί να είναι αλληλέγγυα προς τα μέλη της, να θέτει στόχους, να αναλαμβάνει δράση και να εξελίσσεται. Επιπλέον η ενότητα αποσκοπεί οι μαθητές/-τριες να μπορούν να αναγνωρίσουν τα θετικά σημεία του εαυτού και της τάξης τους ως πηγές στήριξης.

1 Δραστηριότητα «Εμείς – η τάξη μας»

Στόχοι

- Οι μαθητές/-τριες να κατανοήσουν ότι η ομαδικότητα συμβάλλει στην αποτελεσματικότερη λειτουργία της τάξης.
- Οι μαθητές/-τριες να γνωρίσουν τη σημασία του ατόμου μέσα σε μια ομάδα μέσα από τον προσδιορισμό των θετικών στοιχείων της ομάδας, των κοινών αξιών και στόχων

Διαδικασία

Η κάθε ομάδα συμπληρώνει το Έντυπο 1:

- Τι είναι σημαντικό για την τάξη μας, για την ομάδα μας (οι αξίες της τάξης μας);

Καλό θα είναι οι μαθητές/-τριες να αναφέρουν για ποιόν λόγο επέλεξαν τη συγκεκριμένη αξία (π.χ. Η «Συνεργασία» μας βοηθά να περνάμε όλοι/-ες πιο καλά).

Είναι σημαντικό οι μαθητές να κατανοήσουν ότι οι αξίες αφορούν σε οτιδήποτε είναι σημαντικό για εμάς και μας καθοδηγεί στη ζωή μας.

- Ποια είναι τα θετικά στοιχεία της ομάδας – τάξης μας;

Οι μαθητές καταγράφουν τι τους αρέσει στην τάξη τους (π.χ. τα φωτεινά παράθυρα, που κάνουμε παρέα κλπ.), επικεντρώνοντας, όσο γίνεται, τις αναφορές τους σε μη υλικά στοιχεία.

- Τι μας δυσκολεύει στην τάξη μας (εκτός από μαθήματα, οι σχέσεις, οι συμπεριφορές κλπ.)
- Αυτήν την περίοδο στην τάξη μας τι θα ήταν βοηθητικό για εμάς;
- Αυτήν την περίοδο στην τάξη μας τι θα ήθελα να καταφέρουμε όλοι μαζί;
- Ο/Η καθένας/καθεμία μας στην τάξη πώς μπορεί να προσφέρει βοήθεια στην υπόλοιπη ομάδα;

► **Καταγράφουμε στον πίνακα τα ακόλουθα:**

- Τις αξίες της τάξης μας (τι είναι σημαντικό για την τάξη μας, για την ομάδα μας;)

Εξηγούμε ότι οι αξίες είναι οτιδήποτε είναι σημαντικό για μας εμάς και μας καθοδηγεί στη ζωή μας. Αντίστοιχα υπάρχουν και κοινές αξίες σε μία τάξη, γιατί είμαστε μια ομάδα που μας βοηθούν να νιώθουμε στην τάξη μας όμορφα και να εξελισσόμαστε.

- Τα θετικά στοιχεία της τάξης μας
- Τι μας δυσκολεύει στην τάξη μας

► **Δημιουργούμε:**

Τα παιδιά επιλέγουν αξίες, θετικά χαρακτηριστικά της τάξης, στόχους. Μοιράζουμε μικρά χαρτάκια σε κάθε μαθητή που θα τα κάνουν σαν γκράφιτι ή ιδιαίτερη γραμματοσειρά με ό,τι επέλεξαν και τα κολλούν σε ένα κοινό κολλάζ που θα αναρτηθεί στην τάξη τους.

Συζήτηση

- Τι μπορούμε να κάνουμε στην τάξη μας για να ενισχύσουμε τα θετικά στοιχεία της τάξης;
- Τι μπορούμε να κάνουμε στην τάξη μας για να βελτιώσουμε ό,τι μας δυσκολεύει;
- Ποιος θα μπορούσε να είναι ένας κοινός στόχος για την τάξη μας αυτήν τη χρονιά;
- Με ποιον τρόπο ο κάθε ένας/μία μαθητής/-τρια θα μπορούσε να συμβάλλει στην επίτευξή του;

ΕΝΤΥΠΟ 1 «Η τάξη μας»

- Τι είναι σημαντικό για την τάξη μας, για την ομάδα μας;

- Ποια είναι τα θετικά στοιχεία της ομάδας - τάξης μας;

- Τι μας «δυσκολεύει» στην ομάδα - τάξη μας;

- Αυτήν την περίοδο στην τάξη μας τι θα ήταν βοηθητικό για εμάς;

- Αυτήν την περίοδο στην τάξη μας τι θα ήθελα να καταφέρουμε όλοι μαζί;

- Ο/Η καθένας/καθεμία μας στην τάξη πώς μπορεί να προσφέρει βοήθεια στην υπόλοιπη ομάδα;
