

ΒΙΒΛΙΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ
ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΤΗΣ Β' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

Η σχέση μου με τους άλλους

1. Γνωριμία - Συμβόλαιο συνεργασίας
2. Εγώ και η οικογένεια μου
3. Εγώ και οι φίλοι μου
4. Εγώ και το άλλο φύλο
5. Πώς επικοινωνώ (επικοινωνία)
6. Οι συμπεριφορές μου, εγώ και οι άλλοι (ομοιότητες, διαφορές)
7. Πώς επηρεάζομαι από τους άλλους (πιέσεις, επιρροές, αντίσταση)
8. Διαχείριση συγκρούσεων
9. Νιώθω ωραία - νιώθω άσχημα (συναισθήματα - διαχείριση συναισθημάτων)
10. Αξιολόγηση - κλείσιμο ομάδας

Β' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ

1η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Γνωριμία - Συμβόλαιο συνεργασίας



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

Α. ΣΤΟΧΟΙ

- Η εξοικείωση των μαθητών με το πλαίσιο των συναντήσεων, τη θεματολογία που θα επεξεργαστείτε στην τάξη και την εκπαιδευτική διαδικασία που θα ακολουθήσετε
- Η γνωριμία των μελών της ομάδας μεταξύ τους
- Η δημιουργία κλίματος ασφάλειας, εμπιστοσύνης και αλληλοσεβασμού στην ομάδα

Β: ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



15'

Σε κύκλο

Σε αυτή την πρώτη συνάντηση είναι χρήσιμο να εξηγήσετε στους μαθητές τι είναι ένα πρόγραμμα αγωγής υγείας και ποιος ο σκοπός του. Πιο συγκεκριμένα εξηγήστε τους ότι η αγωγή υγείας διαφέρει από τα υπόλοιπα μαθήματα. Στο πλαίσιο αυτής της διαδικασίας θα πραγματοποιούνται συναντήσεις μέσα από τις οποίες τα παιδιά θα μάθουν περισσότερα πράγματα για τον εαυτό τους, θα τον γνωρίσουν καλύτερα, θα ανακαλύψουν τι τους αρέσει, τι θέλουν και τι επιδιώκουν στη ζωή τους. Στόχος είναι αυτή η εμπειρία να τα βοηθήσει να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες της ζωής τους και να τα προστατέψει από διάφορους κινδύνους.

Επίσης είναι καλό να ενημερώσετε τα παιδιά ότι θα χρησιμοποιήσετε μια νέα μαθησιακή προσέγγιση. Εισαγωγικά θα μπορούσατε να τους πείτε: "Μην περιμένετε να μιλούμε εμείς συνέχεια. Θα δουλέψουμε ατομικά και όλοι μαζί, σε ζευγάρια και μικρές ομάδες μιλώντας, γράφοντας, ζωγραφίζοντας, παίζοντας. Μέσα από αυτή τη διαδικασία, θα γνωρίσουμε έναν καινούριο τρόπο για να μαθαίνει κανείς εκφράζοντας τις σκέψεις του, τις εμπειρίες και τα συναισθήματα του στα υπόλοιπα παιδιά της τάξης. Ο στόχος μας εδώ δεν είναι να πάρετε εγκυκλοπαιδικές γνώσεις, ούτε υπάρχουν καλοί και λιγότερο καλοί μαθητές. Ο στόχος είναι να μάθετε πράγματα που χρειάζονται στη ζωή σας και τα αποτελέσματα, από αυτά που μαθαίνετε, θα τα νιώσετε πρώτα εσείς οι ίδιοι και μετά οι άλλοι γύρω σας".

Βοηθητικό θα ήταν, επίσης, να τους εξηγήσετε από την αρχή τη σημασία που έχουν τα τετράδια για το μαθητή. Αυτά τα τετράδια, που είναι προσωπικά και μπορούν να μείνουν εμπιστευτικά, δίνουν στα παιδιά την ευκαιρία να καταγράφουν συναισθήματα και νέα πράγματα που έμαθαν, με σχέδια, σύμβολα και κείμενα. Τα παιδιά μπορούν να γράφουν σε όλη τη διάρκεια των συναντήσεων τι τους συμβαίνει και πώς βλέπουν τον εαυτό τους, ενώ στο τέλος μπορεί να χρησιμεύσουν και για την προσωπική τους αξιολόγηση. Ζητήστε από τα παιδιά να έχουν μαζί τους το ατομικό τους τετράδιο σε κάθε συνάντηση. Στο τετράδιο αυτό θα φυλάσσουν ακόμα όλα τους τα γραπτά και τη δουλειά από κάθε συνάντηση.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ

Ενημερώστε τα παιδιά ότι σε κάθε συνάντηση θα επεξεργάζεστε ένα κεντρικό θέμα, το οποίο θα αποτελεί τον κορμό της συνάντησης, και παράλληλα θα γίνεται σύνδεση με διάφορα πιο εξειδικευμένα θέματα, τα οποία αποτελούν προεκτάσεις του κεντρικού κορμού.

Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- πίνακας
- μεγάλα φύλλα χαρτί
- φύλλα χαρτί A4
- μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- στιλό
- κάρτες ή αντικείμενα για το χωρισμό σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ



10'

Σε κύκλο

Ζητήστε από όλα τα παιδιά της τάξης να καθίσουν σε κύκλο και να απομακρύνουν από μπροστά τους τα θρανία. Εξηγήστε στα παιδιά ότι αυτό τον τρόπο διάταξης στο χώρο τον προτιμούμε, γιατί μπορούμε να βλέπουμε ο ένας τον άλλο και είμαστε όλοι ισότιμοι.

Εισαγωγική δραστηριότητα

Ζητήστε από τα παιδιά να πει το καθένα το όνομά του και ένα επίθετο που να αρχίζει με το ίδιο γράμμα με αυτό και που το παιδί αισθάνεται ότι τον/την χαρακτηρίζει (π.χ. Ευτύχης - ευγενικός).

Μιλήστε και σείς με τη σειρά σας.

Ανταλλάξτε τις σκέψεις που είχε η ομάδα κάνοντας αυτή την άσκηση.

Δραστηριότητα 1: "Συστάσεις"



Αφού γνωριστεί η ομάδα, θα πρέπει να εξηγήσετε στα παιδιά τους κανόνες που ισχύουν και τον τρόπο με τον οποίο θα γίνονται οι συναντήσεις στον κύκλο. (Μιλάει ένας κάθε φορά, οι υπόλοιποι ακούν προσεκτικά, δεν διακόπτουν, περιμένουν να ολοκληρώσει αυτός που μιλάει για να απαντήσουν, όποιος μιλάει σέβεται το χρόνο των άλλων και το κυριότερο κανένας δεν μιλάει χωρίς να πάρει το λόγο.)

Εάν θέλετε να κάνετε τη διαδικασία πιο ξεκάθαρη, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα αντικείμενο (π.χ. το σκήπτρο του ομιλητή), το οποίο θα πρέπει να κρατά το παιδί που θέλει να μιλήσει. Αφού ολοκληρώσει, το αφήνει στο κέντρο του κύκλου από όπου το παίρνει ο επόμενος ομιλητής. Το αντικείμενο αυτό δεν δίνεται από χέρι σε χέρι.

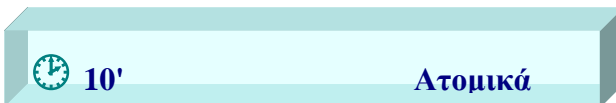
Με αυτή τη διαδικασία εξασφαλίζουμε ότι θα μιλάει ένα άτομο κάθε φορά, χωρίς να έχει το φόβο ότι κάποιος θα τον διακόψει.

Δυσκολίες εφαρμογής

Μπορεί να παρατηρήσετε κάποια δυσκαμψία στο να αλλάξουν τα παιδιά τον τρόπο με τον οποίο λειτουργούσαν μέχρι τώρα και να καθίσουν όλα μαζί σε κύκλο. Η δυσκαμψία όμως αυτή κρατά μέχρι να εξοικειωθούν με τον κύκλο, να σημειωθεί η αλλαγή και να ενταχθούν κανονικά στην καινούρια δομή.

Όταν θα κάθονται σε αυτό τον κύκλο, θα ξέρουν ότι θα τους ακούσουν και θα τους σεβαστούν. Αυτό όμως δεν γίνεται έτσι απλά. Πρέπει όλοι να βοηθήσουν να γίνει αυτός ο κύκλος ένας ξεχωριστός τόπος για όλα τα μέλη της ομάδας.

Δραστηριότητα 2: "Εφημερίδα τοίχου"



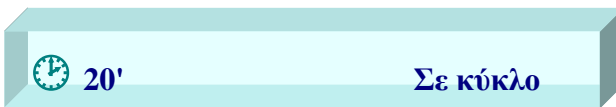
Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν το καθένα χωριστά σε μια λευκή σελίδα Α4 τι περιμένουν να κερδίσουν από αυτές τις συναντήσεις.



Στη συνέχεια χωρίστε την ομάδα όσο είναι δυνατόν σε μονό αριθμό υποομάδων, που θα αποτελούνται από μονό αριθμό μελών. Για να διαφυλαχθεί το τυχαίο του διαχωρισμού, μπορείτε να χωρίσετε τα παιδιά με βάση την ημερομηνία γέννησής τους. Δηλαδή όλα τα

παιδιά στοιχίζονται με βάση την ημερομηνία, αλλά όχι το έτος γέννησής τους. Από την στοιχίση αυτή, χωρίς να αλλάξει η διάταξη, αποσπάστε τις υποομάδες.

Ζητήστε από τις υποομάδες που έχετε χωρίσει να καταγράψουν σε μια νέα σελίδα όλες τις προσδοκίες των μελών από τις συναντήσεις που πρόκειται να γίνουν και να συζητήσουν μεταξύ τους κοινά σημεία και διαφορές.



Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία και οι υποομάδες επανέλθουν στον κύκλο (ολομέλεια), ένα παιδί από κάθε ομάδα (το οποίο έχει επιλέξει η ίδια η ομάδα) παρουσιάζει τις προσδοκίες της ομάδας του. Το ίδιο κάνουν όλες οι ομάδες. Όλες οι σελίδες τοιχοκολλούνται στην "εφημερίδα τοίχου".

Σε όλη τη διάρκεια της διαδικασίας καταγράψτε στον πίνακα τους κεντρικούς άξονες των προσδοκιών των ομάδων, ώστε στο τέλος να υπάρξει η σύνθεση των προσδοκιών όλης της ομάδας-τάξης.

Αφού ανακοινώσετε στα παιδιά τις προσδοκίες τους σε βασικούς άξονες, ρωτήστε τα: "Τι χρειάζεται να κάνουμε για να πραγματοποιήσουμε τους στόχους που βάλουμε;" Το κάθε παιδί προτείνει κάτι και αυτό γράφεται σε ένα μεγάλο χαρτί (π.χ. θα είμαι ήσυχος και θα συμμετέχω). Πείτε τους τι θα κάνετε εσείς για να βοηθήσετε και να συμβάλετε

στην πραγματοποίηση αυτών των στόχων (π.χ. θα είμαι συνεπής στη ώρα μου και θα είμαι ευχάριστος).

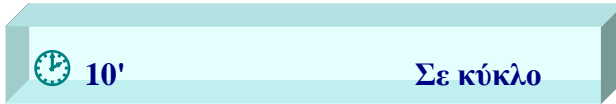
Στη συνέχεια διαχωρίστε αυτά που ο καθένας θα προσπαθήσει να κάνει και αυτά που αποτελούν τους κανόνες. Καταγράψτε τους κανόνες σε ένα μεγάλο φύλλο χαρτί και τοποθετήστε τους στον πίνακα για να τους βλέπουν όλοι.

Καθορίστε μαζί τους αδιαπραγμάτευτους κανόνες που χρειάζονται για να λειτουργήσει η ομάδα και να υπάρξει εμπιστοσύνη από όλους και σε όλους. Αφού συμφωνήσει όλη η ομάδα για τους κανόνες αυτούς, υπογράφετε το "συμβόλαιο". Κάθε μέλος της ομάδας υπογράφει στο κάτω μέρος του μεγάλου φύλλου με τους κανόνες.

Στον προτεινόμενο κατάλογο βασικών κανόνων μπορεί να περιλαμβάνονται οι παρακάτω:

- δεν φωνάζουμε
- μιλάει μονάχα ένας κάθε φορά
- άκουμε τον άλλο όταν μιλάει
- δεν διακόπτουμε
- δεν μειώνουμε κανένα
- όλοι είμαστε το ίδιο σημαντικοί
- εμπιστευόμαστε τους άλλους
- προσέχουμε την αίθουσα

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Τελειώστε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση ρωτώντας τα παιδιά πώς αισθάνθηκαν στην πρώτη συνάντηση. Ρωτήστε τα παιδιά "τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα ή τι δεν σας άρεσε", "πώς θα χαρακτηρίζατε τη δουλειά μας σήμερα".

Εκφράστε και τη δική σας άποψη, σκέψη, συναίσθημα (όχι κρίση).

Ζ. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ

Μπορείτε να ζητήσετε από τα παιδιά την παρακάτω εργασία για το σπίτι:



Τα παιδιά στο ατομικό τους τετράδιο γράφουν το προσωπικό τους συμβόλαιο για την επίτευξη των στόχων που τέθηκαν από την ομάδα και τι θα κάνει το καθένα για να συμβάλει στην πραγματοποίησή τους.

2η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: *Εγώ και η οικογένεια μου*



Προτεινόμενος Χρόνος: 1¹/₂ ώρα

A. ΣΤΟΧΟΙ

- Να καθορίσουν τα παιδιά το χώρο τους, μέσα στον ευρύτερο χώρο της οικογένειας τους
- Να κατανοήσουν το ρόλο τους μέσα στην οικογένεια και τη σχέση τους με τα υπόλοιπα μέλη της

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



5'

Σε κύκλο

Στη σημερινή συνάντηση θα τοποθετήσουμε τον εαυτό μας μέσα στο πλαίσιο της οικογενειάς μας. Δηλαδή θα δούμε τι και πώς μας ενώνει με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειάς μας. Εξαρτόμαστε ή όχι από αυτούς; Θα προσπαθήσουμε να δούμε όσο πιο ξεκάθαρα μπορούμε τη σχέση μας με την οικογενειά μας και να βιώσουμε το ότι αποτελούμε αναπόσπαστο μέρος της.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



30'

- Ο ρόλος της οικογένειας στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών
- Αρχές υγιεινής διατροφής

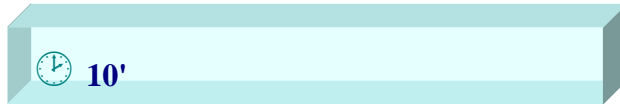
Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- φύλλα χαρτί A4
- μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- στιλό
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1: "Το δέντρο της ζωής"



Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν στο τετραδιά τους τον κατάλογο των ατόμων που θεωρούν οικογένειά τους. Στη συνέχεια ζητήστε τους να γράψουν κάτι καλό που έκαναν για την οικογένειά τους και αντίστροφα κάτι καλό που έκανε η οικογένειά τους για αυτούς στη διάρκεια του τελευταίου μήνα. Αφού τελειώσουν, ζητήστε τους να γράψουν 5 χαρακτηριστικά που συνδέουν τα μέλη της οικογένειας μεταξύ τους.



Στη συνέχεια με τη μέθοδο της "σαλάτας" χωρίστε τα παιδιά σε μικρότερες ομάδες και ζητήστε τους να παρουσιάσει καθένα την οικογένειά του και τα στοιχεία που τους συνδέουν.



15'

Σε μικρές ομάδες

Κατόπιν και με μια ανάλογη εισαγωγή που θα κάνετε, στην οποία θα αναφέρετε ότι κάθε μέλος μιας ομάδας έχει δικαιώματα και υποχρεώσεις προς αυτήν, ζητήστε από τα παιδιά στην κάθε ομάδα να καταλήξουν στα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις που έχουν ως μέλη των οικογενειών τους.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



20'

Σε κύκλο

Τέλος, στην ολομέλεια, αφού όλες οι ομάδες παρουσιάσουν τη δουλειά τους, μπορεί να γίνει συζήτηση με βάση το ρόλο του παιδιού μέσα στην οικογένεια και μια επιτροπή να συγκεντρώσει και να παρουσιάσει τη χάρτα των δικαιωμάτων και υποχρεώσεων του παιδιού μέσα στην οικογένειά του.

Δυσκολίες εφαρμογής

Σε αυτή τη συνάντηση είναι πιθανό, όταν τεθεί το θέμα των υποχρεώσεων και δικαιωμάτων των μελών μιας οικογένειας, τα παιδιά να προβάλουν με έντονο τρόπο τις υποχρεώσεις των γονιών προς αυτά, χωρίς να αναφέρονται εξίσου στις δικές τους. Είναι πιθανό, πίσω από αυτή τη συμπεριφορά, να κρύβεται η ανασφάλεια και ο φόβος των παιδιών για πιθανή "διάλυση" (διαζύγιο) της οικογένειάς τους. Έτσι θεωρούν υποχρέωση των γονιών προς αυτά τη μη διάλυση του γάμου. Αν διαπιστωθεί μια τέτοια

κατάσταση, θα ήταν καλό να συζητηθεί στη βάση του σεβασμού και των δικαιωμάτων των γονέων ως ατόμων.

Z. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να περιγράψουν στο τετράδιό τους μια συνήθεια της οικογένειάς τους που τους αρέσει και που θεωρούν ότι τους αντιπροσωπεύει.

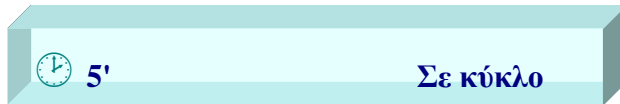
3η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: *Εγώ και οι φίλοι μου*



A. ΣΤΟΧΟΙ

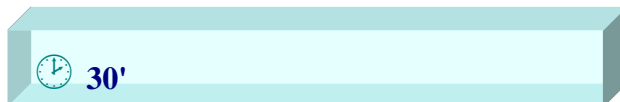
- Να κατανοήσουν τα παιδιά τον εαυτό τους σε σχέση με τους φίλους τους
- Να συνειδητοποιήσουν τα παιδιά τι σημαίνουν οι φίλοι γι' αυτά
- Να θέσουν τα κριτήρια με βάση τα οποία επιλέγουν τους φίλους τους

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



Στην προηγούμενη συνάντηση είδαμε τη σχέση του ατόμου με την οικογένειά του. Σήμερα θα δούμε τι σημαίνουν για τον καθένα από εμάς οι φίλοι μας, με ποια κριτήρια τους επιλέγουμε και πώς διαμορφώνουμε τις σχέσεις μας με αυτούς.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



Αντιμετώπιση περιπτώσεων πίεσης από τους άλλους σε θέματα που αφορούν την προσωπική ασφάλεια των παιδιών και τη χρήση ουσιών

Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- στιλό
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ



15'

Σε μικρές ομάδες

Δραστηριότητα 1: Φιλία

Ζητήστε από τα παιδιά να τοποθετηθούν σε αλφαβητική σειρά με βάση το μικρό τους όνομα. Στη συνέχεια χωρίστε την ομάδα σε μικρότερες ομάδες και ζητήστε από την κάθε υπόομάδα να καταλήξει στα:

- α) Τι είναι φιλία και
- β) Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του καλού φίλου



20'

Σε κύκλο

Αφού η κάθε ομάδα παρουσιάσει στην ολομέλεια τις απαντήσεις της, συζητήστε τις με τα παιδιά. Μπορείτε επίσης να συζητήσετε μαζί τους για τις διάφορες πλευρές της φιλίας.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



20'

Σε κύκλο

Μπορείτε να κλείσετε τη συνάντηση με συζήτηση γύρω από τα παρακάτω:

- Γιατί είναι τόσο σημαντικοί οι φίλοι;
- Πότε χρειαζόμαστε φίλους;
- Ποια είναι τα διαφορετικά είδη φίλων που έχουμε;
- Είναι όλοι οι φίλοι καλοί;
- Τι μπορούμε να περιμένουμε από τους φίλους μας;

Δυσκολίες εφαρμογής

Η δυσκολία της σημερινής συνάντησης βρίσκεται στο να λειτουργήσει η ομάδα με συναισθηματική εμπλοκή και βάση τα βιωματά της και όχι εγκεφαλικά. Δηλαδή στο ερώτημα τι είναι φιλία να απαντήσουν τα παιδιά με βάση τις προσωπικές τους εμπειρίες και να μη δώσουν απλώς έναν κοινότοπο ορισμό. Επίσης, να δοθεί έμφαση στη θετική πλευρά της φιλίας και όχι μόνο στην αρνητική (προδοσία).

Ζ. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να περιγράψουν στο τετράδιό τους με βάση τις εμπειρίες τους μια φιλία που διαρκεί και μια άλλη που έχει πάψει να υπάρχει και να εξηγήσουν τους λόγους για τους οποίους πιστεύουν ότι αυτό συμβαίνει.

4η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: *Εγώ και το άλλο φύλο*



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

A. ΣΤΟΧΟΙ

- Να κατανοήσουν τα παιδιά ποια είναι η σχέση τους με το άλλο φύλο
- Να εκφράσουν ανησυχίες και δυσκολίες που αντιμετωπίζουν στην προσέγγιση του άλλου φύλου
- Να ακούσουν την άποψη του άλλου φύλου για το δικό τους
- Να εξωτερικεύσουν τις προσδοκίες τους για το άλλο φύλο

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



5'

Σε κύκλο

Στην προηγούμενη συνάντηση διερευνήσαμε τη σχέση μας με τους φίλους μας. Σήμερα θα το εξειδικεύσουμε και θα διερευνήσουμε τη σχέση μας με το άλλο φύλο. Θα δούμε πόσο εύκολο ή δύσκολο μας είναι να το προσεγγίσουμε, τι πιστεύει αυτό, τι ζητάει από μας και τι τελικά περιμένει η μια πλευρά από την άλλη;

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



30'

- Θέματα σεξουαλικής συμπεριφοράς
- Σεξουαλικές σχέσεις και ασφάλεια

Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- στιλό
- λευκές κάρτες
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1: Κορίτσια και αγόρια



Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν υποομάδες μόνο αγοριών ή κοριτσιών (5-6 ατόμων η καθεμιά). Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη μέθοδο της ημερομηνίας γέννησης, όπου οι υποομάδες αποσπώνται από τη σειρά με την οποία έχουν μπει τα παιδιά με βάση την ημερομηνία γέννησης (όχι το έτος). Δώστε σε κάθε ομάδα τρεις κάρτες. Στην πορεία, η κάθε ομάδα αφού συζητήσει μεταξύ της θα πρέπει να επιλέξει τα τρία πιο σημαντικά ερωτήματα που θέλει να απευθύνει στο άλλο φύλο. Π.χ. οι ομάδες των αγοριών μπορούν να ρωτήσουν τα κορίτσια:

- Τι είδους εμφάνιση προτιμάτε στα αγόρια;
- Τι περιμένετε από μια σχέση;
- Ποια χαρακτηριστικά θεωρείτε πιο σημαντικά στην προσωπικότητα ενός αγοριού;

- Ποιο θεωρείτε ως μεγαλύτερο μειονέκτημα στα αγόρια;

Τα κορίτσια μπορούν να απευθύνουν ανάλογες ερωτήσεις στα αγόρια.

Δραστηριότητα 2: Fishbowl (Ομάδα στην ομάδα)



Όταν η κάθε ομάδα καταλήξει στα τρία ερωτήματα, τότε με κλήρο βγαίνει η ομάδα που θα απαντήσει πρώτη. (Είναι στην κρίση του εκπαιδευτικού, αν θέλει, να προτρέψει τα κορίτσια να απαντήσουν πρώτα, γιατί αυτά αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους θέματα με περισσότερη ωριμότητα από ό,τι τα αγόρια.)

Η ομάδα που θα απαντήσει πρώτη κάθεται σε έναν ενιαίο κύκλο και η άλλη ομάδα (του αντίθετου φύλου) συγκεντρώνεται σε μια πλευρά και παίρνει ρόλο παρατηρητή, χωρίς όμως να έχει δικαίωμα να παρέμβει ή να σχολιάσει.

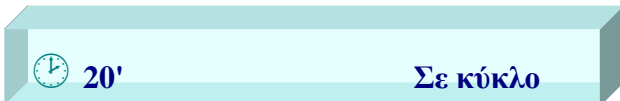
Στη συνέχεια, η ομάδα που είναι στον κύκλο παίρνει τυχαία μία - μία κάρτα, διαβάζει την ερώτηση και τα μέλη της απαντούν. Το ίδιο γίνεται με την αντιστροφή των ρόλων των ομάδων.

Δυσκολίες εφαρμογής

- Ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να είναι πολύ προσεκτικός και να μην επιτρέψει σχολιασμούς από την ομάδα των παρατηρητών, γιατί κάτι τέτοιο θα επηρεάσει και θα εμποδίσει την ελεύθερη έκφραση της ομάδας που απαντά.

- Είναι σχεδόν σίγουρο ότι η δυσκολία της ομάδας να επεξεργαστεί ένα τόσο σημαντικό και λεπτό θέμα θα εκδηλωθεί με διάθεση αστεϊσμού.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Μπορείτε να κλείσετε τη συνάντηση έχοντας στην ολομέλεια τα παιδιά καθισμένα εναλλάξ "αγόρι - κορίτσι", το ένα δίπλα στο άλλο και να τους ζητήσετε να μοιραστούν τις απόψεις τους για τα παρακάτω:

- Πώς ένιωσαν με αυτό που έγινε και τα όσα άκουσαν;
- Τι τους έκανε μεγαλύτερη εντύπωση;
- Μετά από όσα άκουσαν, άλλαξε κάτι στις απόψεις τους για το άλλο φύλο;
- Με ποιον θα μπορούσαν να συζητήσουν τέτοια θέματα;

Ζ. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν στο τετράδιό τους τι ζητάνε και τι δίνουν σε μια σχέση με άτομο του άλλου φίλου. Στη συνέχεια, να συγκρίνουν αν υπάρχει ισορροπία ανάμεσα σε αυτά που ζητούν και σε αυτά που είναι διατεθειμένα να δώσουν.

5η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Πώς επικοινωνώ (επικοινωνία)



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

A. ΣΤΟΧΟΙ

- Να συνειδητοποιήσουν τα παιδιά την αξία της καλής επικοινωνίας
- Να βιώσουν ότι "το ακούω" προηγείται του "μιλώ"
- Να καλλιεργήσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας μέσα από ανάλογες ασκήσεις επικοινωνίας

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



5'

Σε κύκλο

Στη σημερινή συνάντηση θα ασχοληθούμε με την επικοινωνία. Θα δούμε την αξία της και με ποιο τρόπο μπορούμε να τη βελτιώσουμε. Ποια είναι δηλαδή τα χαρακτηριστικά που καθιστούν την επικοινωνία αποτελεσματική.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



30'

Η χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών ως μέσο αποφυγής της απομόνωσης και αποξένωσης που δημιουργεί η έλλειψη επικοινωνίας.

Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- σιλό
- κάρτες ή αντικείμενα για το χωρισμό σε ζευγάρια ή μικρές ομάδες
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1: "Σπασμένο τηλέφωνο"



Ξεκινώντας τη συνάντηση ζητήστε από τα παιδιά να θυμηθούν ένα ευχάριστο περιστατικό στρεβλής επικοινωνίας και να το περιγράψουν.

Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν ζευγάρια με τα παιδιά που γνωρίζουν λιγότερο. Το ένα παιδί θα είναι το Α και το άλλο το Β. Αφού καθίσουν το ένα απέναντι στο άλλο, ζητήστε τους να διηγηθούν τις καλοκαιρινές τους διακοπές το ένα στο άλλο, αλλά και οι δύο ταυτόχρονα. Μετά από ένα λεπτό διακόψτε τους και ζητήστε να καθίσουν πλάτη με πλάτη. Μπορούν να συνεχίσουν την περιγραφή των διακοπών τους μιλώντας εναλλάξ (πάντα πλάτη με πλάτη). Μετά από ένα λεπτό διακόψτε τα παιδιά και ζητήστε τους να καθίσουν πρόσωπο με πρόσωπο. Η διήγηση συνεχίζεται με τα παιδιά να μιλάνε ένα-ένα (κοιτάζοντας το ένα το άλλο).

Στο τέλος ζητήστε από κάθε ζευγάρι να περιγράψει πώς ένιωσε κατά τη διάρκεια των τριών φάσεων της άσκησης και να πει πότε ένιωσε ότι είχε επικοινωνήσει καλύτερα και ποια στοιχεία έκαναν την επικοινωνία καλύτερη.



Ζητήστε από τα ζευγάρια να ενωθούν με ένα άλλο ζευγάρι το οποίο γνωρίζουν λιγότερο και από κοινού να καταγράψουν τα στοιχεία που πιστεύουν ότι κάνουν μια ακρόαση αποτελεσματική. Τέλος η κάθε τετράδα παρουσιάζει τα συμπεράσματά της στην ολομέλεια, όπου η ομάδα διαμορφώνει και τον τελικό κατάλογο των χαρακτηριστικών της αποτελεσματικής επικοινωνίας.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Η συνάντηση μπορεί να κλείσει με μια συζήτηση στην οποία τα παιδιά θα μοιραστούν εμπειρίες και βιώματα που έχουν από ανεπαρκή επικοινωνία ή/και αντίθετα από σωστή επικοινωνία. (Πώς επηρεάστηκαν και τι έμαθαν από αυτές τις εμπειρίες.)

Ζ. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να καταγράψουν στο τετραδιά τους τις αρχές της καλής επικοινωνίας.

6η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Οι συμπεριφορές μου, εγώ και οι άλλοι (ομοιότητες - διαφορές)



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

A. ΣΤΟΧΟΙ

- Να ερευνήσουν τα παιδιά τις ομοιότητες και τις διαφορές ανάμεσα σε ανθρώπους διαφορετικών πολιτισμικών ομάδων και εθνών
- Να συνειδητοποιήσουν πως οι διαφορές εμπλουτίζουν τη ζωή
- Να αρχίσουν να σκέφτονται έναν ευρύ κόσμο στον οποίο η κοινή ανοχή και ο σεβασμός είναι σημαντικοί παράγοντες

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



5'

Σε κύκλο

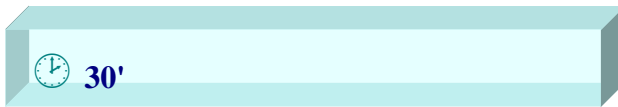
Μέχρι τώρα έχουμε μιλήσει για την προσωπική μας ταυτότητα και τα στοιχεία που τη συγκροτούν. Μέσα στο σύνολο όμως των ανθρώπων, όλοι μεταξύ μας μοιάζουμε σε κάποια χαρακτηριστικά και διαφέρουμε σε άλλα. Αυτά μπορεί να είναι τα εξωτερικά μας χαρακτηριστικά, οι ανάγκες μας, οι επιλογές μας, η γνώμη μας, οι ιδέες μας, τα ενδιαφέροντά μας, η πολιτιστική μας κληρονομιά.

Σήμερα θα σκεφτούμε τον εαυτό μας ως μέλη ενός κόσμου, στον οποίο υπάρχουν πολλοί άνθρωποι διαφορετικών εθνικοτήτων, πολιτισμών, σωματικών διαφορών και προσωπικών επιλογών ή απόψεων/ιδεών. Όλοι διαφέρουμε κατά κάποιο τρόπο αλλά

έχουμε και κοινά. Σκεφτείτε τις οικογένειές μας, είμαστε μαζί αλλά είμαστε και διαφορετικοί.

Γεγονός είναι ότι όλοι είμαστε ίσοι και ο καθένας έχει τη δική του αξία παρά τις διαφορές μας.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



Αυτό το θέμα μπορεί να συνδεθεί:

- με τα στερεότυπα
- με το διαχωρισμό/τη διάκριση και το δικαίωμα της ισότητας
- με την προκατάληψη και τους λόγους που οδηγούν σε μια τέτοια συμπεριφορά
- με τον πολιτισμό

Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ:



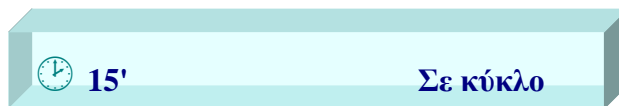
- φύλλα χαρτί Α4
- μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- στίλο
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΩΝ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1: "Ασπίδα"



Χωρίστε τα παιδιά σε ζευγάρια. Το κάθε ζευγάρι ζωγραφίζει μια ασπίδα, και από τη μια της πλευρά ζωγραφίζει 3 κοινά πράγματα, ενδιαφέροντα, ανάγκες, κλπ. που μοιράζεται και από την άλλη πλευρά 3 πράγματα στα οποία διαφέρει. Όταν τα παιδιά ολοκληρώσουν τη ζωγραφική τους, γράφουν ένα σύνθημα σχετικό με ό,τι κατάλαβαν από τη δουλειά που έκαναν.



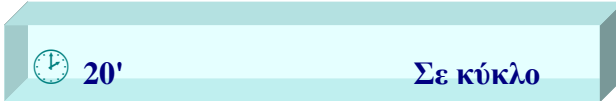
Ζητήστε τους να καθίσουν όλοι στον μεγάλο κύκλο. Τα ζευγάρια κάθονται δίπλα-δίπλα και παρουσιάζουν την ασπίδα και το σύνθημά τους.

Μιλήστε τους για τα όσα συγκεντρώσατε από αυτά που ανέφεραν τα ζευγάρια. Συγκεντρωθείτε στις ομοιότητες, στα κοινά, ιδιαίτερα σε όσα αφορούν βασικές τους ανάγκες, π.χ. ανάγκη για αγάπη, φαγητό, παιχνίδι κλπ. Παροτρύνετε τα παιδιά να παρατηρήσουν την ποικιλία και το χρώμα που υπάρχει από τη διαφορετικότητα καθώς και πόσο βαρετά ομοιόμορφος θα ήταν ο κόσμος αν ήμασταν όλοι ίδιοι.

Όταν αντιλαμβανόμαστε ότι μπορούμε να μάθουμε από τους άλλους, αναπτύσσεται το αίσθημα της αλληλεγγύης, οι διαφορές δεν είναι τόσο αισθητές γιατί ο καθένας μπορεί

να εκτιμήσει τα πλεονεκτήματα που υπάρχουν από τη συνύπαρξη των ανθρώπων, των λαών και των πολιτισμών τους.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Συζητήστε με τα παιδιά γιατί υπάρχουν προβλήματα τόσο συχνά μεταξύ διαφορετικών ομάδων ανθρώπων; Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε να καταργηθούν κάποιοι από τους περιορισμούς που υπάρχουν; Πως μπορούμε να συνυπάρξουμε καλύτερα ο ένας με τον άλλο;

Βοηθήστε τα να σχηματίσουν ζευγάρια και ζητήστε τους να βρουν θετικούς τρόπους αντιμετώπισης των ανθρώπων άσχετα με το παρελθόν τους και να γράψουν ένα σύνθημα που να ενθαρρύνει τις καλές σχέσεις και την κατανόηση. Σημείο έναρξης θα μπορούσε να είναι ο τρόπος με τον οποίο θα ήθελαν να τους συμπεριφέρονται. Όταν ολοκληρώσουν την εργασία αυτή, καθίστε όλοι μαζί σε κύκλο και το κάθε ζευγάρι να πει το σύνθημά του.

Z. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΗΤΙ



- Τα παιδιά θα μπορούσαν να μελετήσουν τη ζωή γνωστών ανθρώπων που δούλεψαν για την προώθηση των ανθρώπινων σχέσεων, π.χ. Μάρτιν Λούθερ Κίνγκ.
- Θα μπορούσαν να δουλέψουν σε ομάδες και σε συνεργασία με την οικογένειά τους να συγκεντρώσουν συλλογές από παιχνίδια, τραγούδια, ιστορίες, είδη διατροφής από όλο τον κόσμο ή από εθνικότητες που ζουν στην περιοχή τους και να τα παρουσιάσουν σε εκδήλωση στο σχολείο ή στην τάξη.

7η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Πώς επηρεάζομαι από τους άλλους (πιέσεις, επιρροές, αντίσταση)



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

Α. ΣΤΟΧΟΙ

- Να σκεφτούν τις αποφάσεις και τις επιλογές που κάνουν καθημερινά και να αναφέρουν ποιες είναι αυτές
- Να εντοπίσουν θετικές και αρνητικές συμπεριφορές καθώς και πότε η επιρροή μετατρέπεται σε πίεση
- Να ερευνήσουν και να εφαρμόσουν τρόπους αντίστασης στην ανεπιθύμητη πίεση

Πριν ξεκινήσει η συνάντηση



5'

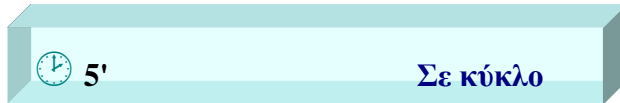
Σε κύκλο

Επιλέξτε ένα μαθητή ο οποίος δεν εναντιώνεται και τόσο στην ομάδα και με κάποια πρόφαση ζητήστε του να βγει για λίγο από την αίθουσα. Τότε ζωγραφίστε στον πίνακα τέσσερις άνισες γραμμές και μια πέμπτη η οποία να είναι πανομοιότυπη με μία από τις τέσσερις (με τη γραμμή 3).

Συμφωνήστε με τα παιδιά ότι όταν με την επιστροφή του μαθητή γίνει η σχετική ερώτηση ποιες δύο γραμμές είναι ίδιες, η ομάδα θα απαντήσει ότι ίδιες είναι η 2 και 5 και όχι οι πραγματικές 3 και 5. Η ομάδα με πολλή σοβαρότητα θα πρέπει να επιμείνει σε

αυτό. Στη συνέχεια ρωτήστε το μαθητή που απουσίαζε και επιμείνετε μέχρι να συμφωνήσει με την απάντηση της ομάδας.

Β. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



Με αφορμή το πείραμα που κάναμε (πείραμα Ash), σήμερα θα δούμε κατά πόσο και γιατί οι αποφάσεις και οι συμπεριφορές μας επηρεάζονται από τους άλλους πέρα από τον εαυτό μας.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



- Πίεση από την παρέα
- Συμπεριφορές που οφείλονται σε αδυναμία αντίστασης, όπως το κάπνισμα, η χρήση ουσιών - αλκοόλ, η ριψοκίνδυνη συμπεριφορά

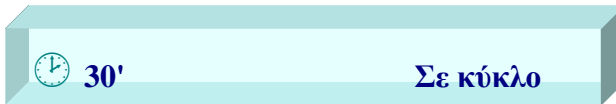
Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- πίνακας
- μεγάλα φύλλα χαρτί
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1



Ζητήστε από τα παιδιά να θυμηθούν κάτι που έκαναν μετά από παρότρυνση και πίεση άλλων (π.χ. αγορά ενός ρούχου) και ζητήστε τους να βρουν ποιοι παράγοντες τους οδήγησαν σε αυτή την απόφαση.

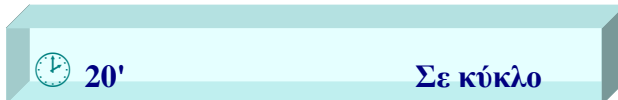
Κατόπιν, σε μικρές ομάδες, ζητήστε τους να μοιραστούν αυτή τους την εμπειρία, να εκφράσουν τα συναισθήματα τους και τους λόγους για τους οποίους τελικά υπέκυψαν. Στο τέλος ζητήστε τους να καταλήξουν και να καταγράψουν τους κυριότερους λόγους για τους οποίους αναγκάστηκαν να συμφωνήσουν.

Ζητήστε από κάθε ομάδα να παρουσιάσει στην ολομέλεια την πιο αντιπροσωπευτική ιστορία της και τους λόγους για τους οποίους η ομάδα πιστεύει ότι το άτομο δεν φέρνει αντιρρήσεις και στα παιδιά να τις τοιχοκολλήσουν.

Τέλος προκαλέστε συζήτηση με αφορμή τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Πόσο εύκολο ή δύσκολο είναι να εναντιωνόμαστε στην παρέα;
- Τι σημαίνει για τον καθένα να διαχωρίζει τη θέση του από την ομάδα;
- Τελικά μέχρι που μπορούμε να επιτρέπουμε στους άλλους να αποφασίζουν για μάς;

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Η συζήτηση μπορεί να κλείσει με το να εξηγήσετε στα παιδιά την τεχνική ΑΣΣΔ, η οποία μπορεί να τους ενισχύσει απέναντι στις πιέσεις που δέχονται, έτσι ώστε να αποφασίζουν ανεπηρέαστα. Η τεχνική ΑΣΣΔ:

Αποφασίζω αφού,

Σκέφτομαι τι και

Σκέφτομαι γιατί, έτσι ώστε ξεκάθαρα πια

Δραστηριοποιούμαι (να περάσω στη δράση για το τι θέλω)

Αυτή η τεχνική αποτελεί απάντηση στην ανεπιθύμητη πίεση. Μπορείτε να τη δείξετε στα παιδιά κάνοντας εφαρμογή σε μία από τις ιστορίες που παρουσίασαν. Ζητήστε τους να αναπαραστήσουν τις ιστορίες με τον πρωταγωνιστή (βάσει της τεχνικής ΑΣΣΔ) να αποφασίζει να λειτουργήσει ανάλογα.

Δυσκολίες εφαρμογής

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης υπάρχει πιθανότητα η μη αποδοχή της απόφασης της παρέας να θεωρηθεί προδοσία της ομάδας συνομηλίκων. Σε αυτό το σημείο ο/η

εκπαιδευτικός θα πρέπει να προκαλέσει συζήτηση, προκειμένου να πάρουν θέση τα παιδιά.

Z. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν στο τετραδιό τους την τεχνική ΑΣΣΔ.

Στη συνέχεια να θυμηθούν και σχετικές εμπειρίες τους και να γράψουν πώς θα μπορούσαν να εξελιχθούν με την εφαρμογή της συγκεκριμένης τεχνικής αντίστασης στις πιέσεις. Τέλος ζητήστε τους να γράψουν τις σκέψεις και τα συναισθήματα τους στα ατομικά τους τετράδια.

8η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Διαχείριση συγκρούσεων



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

A. ΣΤΟΧΟΙ

- Να εντοπίσουν και να αναλογιστούν τα παιδιά τους τρόπους με τους οποίους αντιδρούν στις καθημερινές δυσκολίες που αντιμετωπίζουν
- Να καταλάβουν ότι, εκτός από τον εκνευρισμό, την υποταγή ή τη φυγή, υπάρχουν πολλοί άλλοι τρόποι επίλυσης των διαφωνιών
- Να σκεφτούν και να αρχίσουν να εφαρμόζουν κάποιους από αυτούς τους τρόπους

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



5'

Σε κύκλο

Στις τελευταίες συναντήσεις είδαμε τον εαυτό μας σε σχέση συνύπαρξης με τους άλλους. Σήμερα θα ασχοληθούμε με μία πλευρά αυτής της συνύπαρξης, την πλευρά της σύγκρουσης. Είναι δεδομένο ότι κάθε άνθρωπος ποτέ δεν συμφωνεί απόλυτα με τον διπλανό του. Η κλιμάκωση αυτής της διαφωνίας οδηγεί στη σύγκρουση, δηλαδή σε μια έντονη συναισθηματική κατάσταση της οποίας η διαχείριση είναι αρκετά δύσκολη. Σήμερα θα δούμε πώς μπορούμε να διαχειριστούμε τις συγκρούσεις που καθημερινά αντιμετωπίζουμε με πιο εποικοδομητικό τρόπο.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



- Διαχείριση συγκρούσεων και χρήση ουσιών
- Οι ριψοκίνδυνες συμπεριφορές ως μέσο διαχείρισης των συγκρούσεων

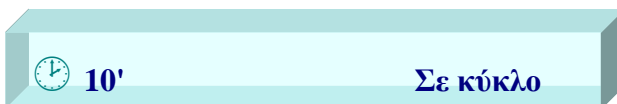
Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- μεγάλα φύλλα χαρτί
- μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- στίλο
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1



Ζητήστε από τα παιδιά να θυμηθούν την τελευταία φορά που ήρθαν σε σύγκρουση με κάποιο άτομο και να αναφέρουν την αιτία. Καταγράψτε τις απαντήσεις τους σε ένα μεγάλο φύλο χαρτί. Με αυτό το τρόπο θα σχηματιστεί μια κλίμακα από αίτια συγκρούσεων.



15'

Σε μικρές ομάδες

Ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν ελεύθερα υποομάδες των 3 έως 5 ατόμων και ζητήστε από κάθε ομάδα να επιλέξει από μία αιτία σύγκρουσης. Στη συνέχεια ζητήστε από κάθε υποομάδα να περιγράψει πως νιώθει:

α) όταν αυτή προκαλεί τη σύγκρουση

β) όταν την προκαλεί κάποιος άλλος, και ρωτήστε ποιος είναι κατά την ομάδα ο καλύτερος τρόπος αντιμετώπισης μιας σύγκρουσης που προκαλείται από κάποιον άλλο.

Ζητήστε τους να σκεφτούν κάποιους απλούς και πρακτικούς τρόπους τους οποίους θα μπορούν να εφαρμόσουν οι ίδιοι και που πιστεύουν ότι θα τους βοηθήσουν σε μια τέτοια δύσκολη κατάσταση.



15'

Σε κύκλο

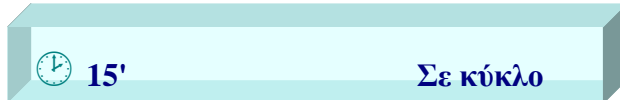
Στο τέλος ζητήστε από τις ομάδες να παρουσιάσουν τη δουλειά τους στην ολομέλεια.

Δυσκολίες εφαρμογής

Είναι πιθανό τα παιδιά, ως μέλη της υποομάδας, να αρχίσουν να αντιμετωπίζουν και να διερευνούν το θέμα των συγκρούσεων ως ομάδα-συμμορία και όχι ως άτομα. Δηλαδή να υιοθετήσουν το "εμείς" και "αυτοί", έτσι ώστε να οδηγηθούν σε μια κατάσταση πόλωσης όπου το άτομο θα επισκιάζεται από την ομάδα. Θα πρέπει, ως συντονιστές (οι εκπαιδευτικοί), να φροντίζετε συνεχώς και να υπενθυμίζετε στα παιδιά ότι η ομάδα θα

πρέπει να εκφράζει συνισταμένη άποψη των μελών της και όχι μια θέση που αποσκοπεί στον ανταγωνισμό με τις άλλες ομάδες. Αφειρητία αλλά και τερματισμός όλων θα πρέπει να είναι τα προσωπικά βιώματα των παιδιών που την απαρτίζουν.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Ζητήστε από τα παιδιά, μετά από τις τεχνικές διαχείρισης συγκρούσεων που παρουσίασε κάθε ομάδα, να σκεφτούν και να επιλέξουν τον καλύτερο τρόπο αντιμετώπισης. Δηλαδή ποια τεχνική θεωρούν ότι ταιριάζει περισσότερο στο χαρακτήρα τους και η οποία πιστεύουν ότι θα τους βοηθήσει να αντιμετωπίσουν συγκρούσεις.

Ζ. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να γράψουν στο τετράδιό τους την ιστορία από την οποία αρχικά άντλησαν μια αιτία σύγκρουσης, εφαρμόζοντας την τεχνική που επέλεξαν και δίνοντας έτσι ένα εποικοδομητικό τέλος.

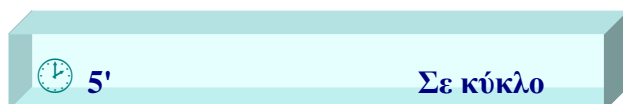
9η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: *Νιώθω ωραία - νιώθω άσχημα (συναισθήματα - διαχείριση συναισθημάτων)*



A. ΣΤΟΧΟΙ

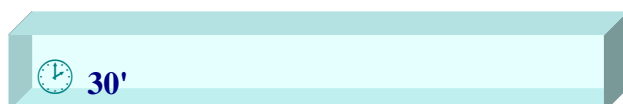
- Να μάθουν τα παιδιά να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα τους
- Να συνειδητοποιήσουν την αξία της έκφρασης των συναισθημάτων
- Να μάθουν να διαχειρίζονται σωστά τα συναισθήματά τους

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



Στη σημερινή συνάντηση θα ασχοληθούμε με τα ανθρώπινα συναισθήματα και ειδικότερα με τα συναισθήματά που εμείς νιώθουμε. Θα προσπαθήσουμε να δείξουμε ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν συναισθήματα και ότι είναι πολύ φυσιολογικό να νιώθουν έντονα και διαφορετικά συναισθήματα. Είναι πολύ σημαντικό να μπορούμε να διαχειριζόμαστε τα συναισθηματά μας με τρόπο εποικοδομητικό.

Γ. ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ



Ανεπαρκής έκφραση των συναισθημάτων και η χρήση ουσιών.

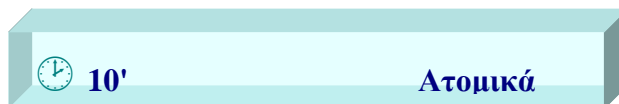
Δ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- στιλό
- το ατομικό τους τετράδιο

Ε. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1



Ζητήστε από τα παιδιά να σκεφτούν και να παρουσιάσουν σύντομα ένα έντονο συναίσθημα που ένιωσαν την προηγούμενη ημέρα. Έτσι η ομάδα θα καταγράψει μια σειρά συναισθήματα, τα οποία μπορείτε να τα εμπλουτίσετε στο τέλος και με άλλα, ώστε να καλυφθεί όλη η κλίμακα των συναισθημάτων. Στο σημείο αυτό συζητήστε με τα παιδιά για την κοινοτοπία των συναισθημάτων και την ανάγκη μας να τα εκφράσουμε.

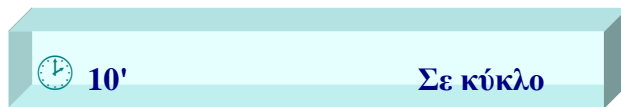
Δραστηριότητα 2



Χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες και αναθέστε σε κάθε ομάδα από ένα έντονο συναίσθημα, π.χ. Θυμός, Αγάπη, Ζήλια, Φόβος, Χαρά. Τα παιδιά ετοιμάζουν την παρουσίαση ρόλων για να δείξουν τα συναισθήματά τους. Παροτρύνετέ τα να επιλέξουν μια ιστορία που να ταιριάζει με μια από τις εμπειρίες τους και να εκφράζει το συναίσθημα που επέλεξαν. Η

ομάδα συζητά και βρίσκει τρόπους με τους οποίους ανταποκρίνεται στο συναίσθημα αυτό. Πιθανές ερωτήσεις που μπορείτε να κάνετε:

- Τι κάνετε;
- Τι λέτε;
- Πότε μπορείτε να χρειαστείτε βοήθεια;
- Σε ποιον μπορείτε να απευθυνθείτε για βοήθεια;



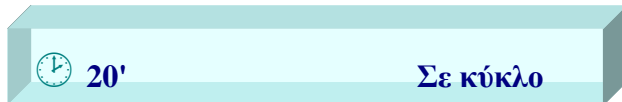
Καλέστε τα παιδιά να παρατηρήσουν τις εκδηλώσεις των άλλων παιδιών και να κάνουν δημιουργικά σχόλια. Πιθανές ερωτήσεις που μπορείτε να κάνετε:

- Υπάρχει κάποιος συγκεκριμένος τρόπος δημιουργικής αντιμετώπισης των έντονων συναισθημάτων; Πρέπει όλα τα συναισθήματα να τα αντιμετωπίζουμε με τον ίδιο τρόπο;
- Παρουσιάζουν όλα δυσκολίες;
- Υπάρχει κάποιος τρόπος να βοηθήσετε τους φίλους σας όταν έχουν να αντιμετωπίσουν έντονα συναισθήματα;
- Πώς μπορούν να σας βοηθήσουν καλύτερα εκείνοι;

Δυσκολίες εφαρμογής

Κατά τη διάρκεια της παρουσίασης των διαφόρων συναισθημάτων από τις υποομάδες, είναι σημαντικό να υπάρχει σοβαρότητα, γιατί η δυσκολία του θέματος θα ωθήσει τα παιδιά να αστειεύονται.

ΣΤ. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Τα παιδιά θα εκδηλώσουν διαφορετικούς τρόπους αντιμετώπισης των έντονων συναισθημάτων - οι οποίοι θα διαφέρουν από παιδί σε παιδί. Παρ' όλα αυτά η συνένωση των ιδεών θα ήταν χρήσιμη.

Ζ. ΕΡΓΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Ζητήστε από τα παιδιά να φτιάξουν στο τετράδιό τους ένα παζλ συναισθημάτων.

10η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Αξιολόγηση - κλείσιμο ομάδας



Προτεινόμενος χρόνος: 1 1/2 ώρα

A. ΣΤΟΧΟΙ

- Να αξιολογήσουν τα παιδιά την εμπειρία τους από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα
- Να μάθουν τη διαδικασία και τη χρησιμότητα της αξιολόγησης (αξιολόγηση σε αντιδιαστολή με την κριτική)

B. ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ



10'

Σε κύκλο

Ολοκληρώνοντας αυτό τον κύκλο μάθησης, θα προσπαθήσουμε να δούμε πώς εκτιμούμε αυτό που έγινε σε όλες τις συναντήσεις.

Με ποιο τρόπο δουλέψαμε, τι μάθαμε, τι άξιζε, τι ήταν αυτό που μας άρεσε, τι ήταν αυτό που δεν μας άρεσε, τι μας δυσκόλεψε, πως νιώσαμε ως μέλη μιας συγκεκριμένης ομάδας που είχε συγκεκριμένους στόχους και δέσμευση. Θα δούμε ποια είναι η αξία της αξιολόγησης και τα οφέλη της.

Τονίστε ότι, αν και είναι δύσκολο, η αξιολόγηση και η εκτίμηση είναι πολύ σημαντικοί παράγοντες για τη μελλοντική εφαρμογή ενός ανάλογου εκπαιδευτικού κύκλου.

Γ. ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΟΥΝ



- Μεγάλα φύλλα χαρτί
- Φύλλα χαρτί A4
- Μαρκαδόροι διαφόρων χρωμάτων
- Στιλό

Δ. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Δραστηριότητα 1: "Διαδρομές"

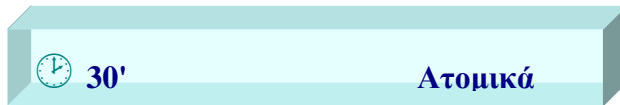


Ζητήστε από τα παιδιά (με δική τους ευθύνη) να σχηματίσουν 4-5 μικρές ομάδες και κάθε ομάδα να επιλέξει ένα μέσο μαζικής μεταφοράς (αυτοκίνητο, τρένο, λεωφορείο, αεροπλάνο, πλοίο). Στη συνέχεια ζητήστε από κάθε ομάδα, αφού αποτραβηχτεί σε ένα σημείο της αίθουσας, να περιγράψει τη διαδρομή της μέσα από τις συναντήσεις του προγράμματος αγωγής υγείας. Κάθε συνάντηση θα είναι και ένας σταθμός στη διαδρομή του κάθε μεταφορικού μέσου. Αυτή τη διαδρομή μπορούν τα παιδιά να την περιγράψουν με λέξεις ή με εικόνες (ακόμα και να την παίξουν). Στο τέλος ζητήστε από τις ομάδες να παρουσιάσουν τη δουλειά τους στη μεγάλη ομάδα, έχοντας δώσει έναν τίτλο σε αυτή.



Μετά την ολοκλήρωση της παρουσίασης, δώστε χρόνο στις μικρές ομάδες να ανταλλάξουν ευχές μεταξύ τους προσαρμοσμένες στη διαδρομή και το μεταφορικό μέσο κάθε ομάδας.

Ε. ΣΥΝΟΨΗ - ΚΛΕΙΣΙΜΟ



Μοιράστε στα παιδιά το έντυπο αξιολόγησης και ζητήστε τους να το συμπληρώσουν. Τέλος ζητήστε από κάθε παιδί ξεχωριστά να εκφράσει σύντομα ένα πράγμα που το ευχαρίστησε και ένα που το δυσκόλεψε στη διάρκεια αυτών των συναντήσεων και ένα συναίσθημα που νιώθει τώρα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΚΕ.Θ.Ε.Α. - TACADE: «Δεξιότητες για παιδιά του Δημοτικού», Αθήνα 1998.

Carrel, Susan: Group Exercises for Adolescents: A Manual for Therapists,
California: Sage Publications, 1993