

# ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

## ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ



Επιστημονικός Υπεύθυνος: Ι. Τσιάντης MD, DPM, FRC Psych. Αν. Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής  
Πρόεδρος Ένωσης Ιατρικών Ειδικοτήτων της Ευρωπαϊκής Ένωσης, κλάδος Παιδικής και Εφηβικής Ψυχιατρικής (UEMS)

Αγ. Ιωάννου Θεολόγου 19, 155 61 Χολαργός, Τηλ.: 210 65 46 524, Τηλ./Fax: 210 65 22 396  
e-mail: info@epsype.gr, www.epsype.gr



Το εγχειρίδιο εκδόθηκε στο πλαίσιο  
του Ευρωπαϊκού Προγράμματος ΔΑΦΝΗ III  
με συγχρηματοδότηση από την Ευρωπαϊκή Ένωση  
(DG JUSTICE) κατά 80% και από το Υπουργείο Υγείας και  
Κοινωνικής Αλληλεγγύης κατά 20%.

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ  
**Γ. ΤΣΙΑΝΤΗΣ**

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ  
**Χ. ΑΣΗΜΟΠΟΥΛΟΣ**  
**Ε. ΒΑΣΙΛΑΚΑΚΗ**  
**Δ. ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ**  
**Ι. ΜΠΕΡΑΤΗΣ**  
**Κ. ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ**  
**Κ. ΦΥΣΣΑΣ**  
**Θ. ΧΑΤΖΗΠΕΜΟΥ**



Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου

2010



---

**ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ**  
**ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ**  
**ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ**

---

**ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ**  
**ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

**ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ**

**ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΣΙΑΝΤΗΣ**  
**MD, DPM, FRC Psych.**  
**Αναπλ. Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής**

**ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ**

**ΧΑΡΗΣ ΑΣΗΜΟΠΟΥΛΟΣ**  
**Επικ. Καθηγητής Κοινωνικής Εργασίας,**  
**Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, ΤΕΙ Αθηνών**

**ΕΥΗ ΒΑΣΙΛΑΚΑΚΗ**  
**Ψυχολόγος M.Sc.**

**ΔΗΜΗΤΡΑ ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ**  
**Ψυχολόγος Ph.D.**

**ΙΩΝΑΣ ΜΠΕΡΑΤΗΣ**  
**Ψυχολόγος**

**ΚΑΛΛΙΡΡΟΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ**  
**Επικ. Καθηγήτρια Αναπτυξιακής Ψυχολογίας,**  
**Πανεπιστήμιο Αθηνών ΤΕΑΠΗ**

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΦΥΣΣΑΣ**  
**Ψυχοθεραπευτής, M.A.**

**ΘΕΟΛΟΓΟΣ ΧΑΤΖΗΠΕΜΟΥ**  
**Ειδικός Παιδαγωγός M.Sc.**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος Γ. Τσιάντη	7
Εισαγωγή	8
Το σχολείο και η εφαρμογή προγραμμάτων πρόληψης και προαγωγής της ψυχικής υγείας	12
Εκφοβισμός και βία στο σχολείο: Αιτίες, επιπτώσεις, αντιμετώπιση	18
Πρόγραμμα δραστηριοτήτων στην τάξη για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο	30
<b>1ο Εργαστήριο:</b> «Εισαγωγή – Ενημέρωση για το πρόγραμμα»	44
<b>2ο Εργαστήριο:</b> «Υπογραφή συμβολαίου»	48
<b>3ο Εργαστήριο:</b> «Μιλώντας για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο»	52
<b>4ο Εργαστήριο:</b> «Ενσυναίσθηση και αλληλεγγύη»	56
<b>5ο Εργαστήριο:</b> «Διαφορετικότητα»	60
<b>6ο Εργαστήριο:</b> «Κατανόηση του φαινομένου του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο: οι ρόλοι των εμπλεκομένων»	64
<b>7ο Εργαστήριο:</b> «Επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο»	68
<b>8ο Εργαστήριο:</b> «Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο – I»	72
<b>9ο Εργαστήριο:</b> «Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο – II: η δύναμη της ομάδας»	78
<b>10ο Εργαστήριο:</b> «Μιλώντας στους γονείς για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο: προετοιμασία της συνάντησης»	82
<b>11ο εργαστήριο:</b> «Αξιολόγηση του προγράμματος»	86

Τίτλος πρωτοτύπου:

«ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ – ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ»

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση ή αναπαραγωγή του παρόντος έργου στο σύνολό του ή τμημάτων του με οποιονδήποτε τρόπο, καθώς και η μετάφραση ή διασκευή του ή εκμεταλλευσή του με οποιονδήποτε τρόπο αναπαραγωγής έργου λόγου ή τέχνης, σύμφωνα με τις διατάξεις του ν. 2121/1993 και της Διεθνούς Σύμβασης Βέρνης-Παρισιού, που κυρώθηκε με το ν. 100/1975. Επίσης απαγορεύεται η αναπαραγωγή της στοιχειοθεσίας, σελιδοποίησης του εξωφύλλου και γενικότερα της όλης αισθητικής εμφάνισης του βιβλίου, με φωτοτυπικές, ηλεκτρονικές ή οποιεσδήποτε άλλες μεθόδους σύμφωνα με το άρθρο του ν. 2121/1993

Copyright Εκδόσεις Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου (Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.),  
Επιστημονικό μη Κερδοσκοπικό Σωματείο,  
Αγίου Ιωάννου Θεολόγου 19, 155 61 Χολαργός,  
Τηλ: 210 6546524, τηλ./fax: 210 6522396

Σχεδιασμός εντύπου: BBDO Athens  
Επιμέλεια - Διόρθωση: Δημοσθένης Κερασίδης

ISBN: 978-960-87296-9-8

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η βία στην εποχή μας έχει πάρει μεγάλες διαστάσεις και πλήττει όλες τις κοινωνικές ομάδες, ιδιαίτερα όμως τα παιδιά και τους εφήβους. Έρευνες σε διεθνές επίπεδο έχουν δείξει ότι περίπου το 15% των μαθητών έχουν βιώσει συμπεριφορές εκφοβισμού και βίας, οι οποίες παρατηρούνται συχνότερα στις ηλικίες 8-15 ετών. Έρευνες στην Ελλάδα έχουν δείξει ότι το φαινόμενο της βίας και του εκφοβισμού αφορά ένα στα δέκα παιδιά, με αποτέλεσμα σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχοκοινωνική τους εξέλιξη και στις διαδικασίες της μάθησης, που εκφράζονται με διάφορους τρόπους: άγχος, ψυχοσωματικά συμπτώματα, κατάθλιψη, αυτοκτονικό ιδεασμό, με ή χωρίς μαθησιακές δυσκολίες. Πολλά από τα παιδιά μπορεί να δημιουργήσουν αργότερα στη νεαρή τους ηλικία διαταραγμένες διαπροσωπικές σχέσεις, με ή χωρίς παραβατικότητα κ.ά.

Ο στόχος αυτού του εγχειριδίου είναι η πρωτογενής και δευτερογενής πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας μεταξύ των μαθητών στα σχολεία. Η συγγραφή του είναι ο καρπός των προσπαθειών εφαρμογής του Ευρωπαϊκού Ερευνητικού Διακρατικού προγράμματος ΔΑΦΝΗ III, με συντονίστρια χώρα την Ελλάδα μέσω της Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. και με συμμετέχουσες χώρες την Κύπρο, τη Λιθουανία και την Πολωνία.

Το εγχειρίδιο περιέχει θεωρητικές γνώσεις για το φαινόμενο του εκφοβισμού (Bullying), μεθοδολογικές οδηγίες και αναλυτική παρουσίαση 11 βιωματικών εργαστηρίων που μπορούν να αναπτύξουν οι εκπαιδευτικοί με τους μαθητές στην τάξη. Το κάθε εργαστήριο διαρκεί 90 λεπτά και εστιάζει θεματικά σε μία από τις πολλαπλές διαστάσεις του εκφοβισμού, όπως η κοινωνική αλληλεγγύη, η διαφορετικότητα, η ενσυναίσθηση, η αντιμετώπιση κ.ά. Προβλέπονται επίσης και συναντήσεις με τους γονείς. Η συνολική διάρκεια είναι 22 ώρες και υλοποιείται στο πλαίσιο της ευέλικτης ζώνης του σχολικού προγράμματος. Τελικός στόχος αυτών των δραστηριοτήτων είναι η προστασία των δικαιωμάτων των παιδιών.

Η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του προγράμματος των βιωματικών εργαστηρίων που συμπεριλαμβάνονται στο εγχειρίδιο, που έγινε στην αρχή και στο τέλος της πιλοτικής του εφαρμογής σε σχολεία της Αθήνας και του Νομού Έβρου, έδειξε μείωση της θυματοποίησης στα σχολεία και διεύρυνση των γνώσεων των εκπαιδευτικών και των παιδιών για τα θέματα βίας.

Το εγχειρίδιο είναι ένα αξιόπιστο παιδαγωγικό εργαλείο που ευαισθητοποιεί τους μαθητές, τους εκπαιδευτικούς, αλλά και τους ειδικούς ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων στην πρόληψη και στην αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας. Η επιτυχής εφαρμογή του προϋποθέτει τη συστηματική εκπαίδευση των εκπαιδευτικών και των ειδικών ψυχικής υγείας που θα το αξιοποιήσουν.

Ευχαριστούμε θερμά τους μαθητές, τους γονείς τους, τους εκπαιδευτικούς και τα σχολεία που συνεργάστηκαν με ενδιαφέρον, δημιουργικότητα και κέφι για την εφαρμογή των βιωματικών εργαστηρίων στα σχολεία. Δίχως τη δική τους καθοριστική συμβολή δε θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί η έκδοση αυτού του εγχειριδίου.

**Γ. Τσιάντης MD, DPM, FRC Psych.**  
**Αναπλ. Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής**  
**Επιστημονικός Υπεύθυνος Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.**  
**Ψυχαναλυτικός Ψυχοθεραπευτής**  
**Πρόεδρος Ιατρικών Ειδικοτήτων της Ευρωπαϊκής Ένωσης,**  
**κλάδος Παιδικής και Εφηβικής Ψυχιατρικής (UEMS)**

# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το πρόγραμμα ευαισθητοποίησης για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Προγράμματος ΔΑΦΝΗ III 2008-2010 με την έγκριση του Υπουργείου Παιδείας, Δια Βίου Μάθησης και Θρησκευμάτων και διεξήχθη σε διακρατικό επίπεδο με τη συμμετοχή τριών ακόμα ευρωπαϊκών χωρών: της Πολωνίας, της Κύπρου και της Λιθουανίας. Το διακρατικό συντονισμό του προγράμματος είχε αναλάβει η Ελλάδα, με φορέα υλοποίησης την Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου (Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.), και με την επιστημονική ευθύνη του Αναπλ. Καθηγητή Παιδοψυχιατρικής, Ιατρικής Σχολής του Παν/μίου Αθηνών, κ. Γ. Τσιάντη.

## Το πρόβλημα

Διεθνείς έρευνες έχουν καταδείξει ότι περίπου το 15% των μαθητών έχουν

βιώσει συμπεριφορές εκφοβισμού και βίας στο σχολείο από συμμαθητές τους. Αναφορικά με την ελληνική πραγματικότητα, επιδημιολογικές έρευνες έχουν δείξει ότι το πρόβλημα αυτό εμφανίζεται συστηματικά σε 1 στα 10 παιδιά.

Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο μεταξύ μαθητών αποτελεί μορφή επιθετικής συμπεριφοράς με σοβαρές επιπτώσεις για την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού και τη διαδικασία της μάθησης. Μπορεί να πάρει διάφορες μορφές, άμεσες ή έμμεσες, όπως η σωματική βία, ο αποκλεισμός από την ομάδα και η διάδοση φημών (κοινωνικός εκφοβισμός), οι απειλές (λεκτικός εκφοβισμός), καθώς και η σεξουαλική παρενόχληση.

Έχει παρατηρηθεί ότι οι γονείς συνήθως δηλώνουν άγνοια για το πρόβλημα και το συζητούν ελάχιστα με τα παιδιά τους. Οι μαθητές συχνά νιώθουν ότι η παρέμβαση κάποιου ενήλικα είναι σπάνια και αναποτελεσματική, ενώ πιστεύουν ότι

μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για να εισπράξουν περισσότερη βία από τους συμμαθητές τους. Ένα ποσοστό δασκάλων, όταν αντιλαμβάνονται περιστατικά εκφοβισμού και βίας μεταξύ μαθητών, δυσκολεύονται να τα αντιμετωπίσουν, ενώ φαίνεται ότι δίνουν περισσότερη σημασία κυρίως στα περιστατικά που περιλαμβάνουν σωματική βία.

## Το πρόγραμμα

Ο σκοπός του προγράμματος εστιάζει στην προσπάθεια δημιουργίας ενός πλαισίου στο οποίο τα σχολεία που συμμετείχαν προετοιμάστηκαν ώστε να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά περιπτώσεις σχολικού εκφοβισμού, κυρίως με την εκπαίδευση του εκπαιδευτικού προσωπικού. Στο πλαίσιο του προγράμματος, οι εκπαιδευτικοί εκπαιδεύτηκαν με βάση ένα εγχειρίδιο που εκπόνησε η ερευνητική ομάδα για την αναγνώριση του σχολικού εκφοβισμού, καθώς και για την εφαρμογή έντεκα παρεμβάσεων

στην τάξη κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς (2009-2010) με στόχο την ενίσχυση της δυνατότητας των μαθητών να αντεπεξέρχονται και να οργανώνουν στρατηγικές αντιμετώπισης του φαινομένου. Το πρόγραμμα αυτό ήταν στοχευμένο και εφαρμόστηκε σε παιδιά δ', ε' και στ' δημοτικού και, σε μερικές χώρες, σε παιδιά της γ' δημοτικού. Επίσης, κεντρικός άξονας του προγράμματος ήταν η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του εγχειριδίου το οποίο θα μπορεί να χρησιμοποιείται από τους εκπαιδευτικούς στην καθημερινότητα του σχολικού βίου.

## ΕΥΡΩΠΑΪΚΕΣ ΧΩΡΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

### ΕΛΛΑΔΑ

#### Η εφαρμογή του προγράμματος

Η εφαρμογή του προγράμματος περιλάμβανε:

- Διερεύνηση της έκτασης του εκφοβισμού και της βίας στο δημοτικό σχολείο μέσω χορήγησης ερωτημα-

τολογίων και ομαδικών εστιασμένων συνεντεύξεων.

- Εκπαίδευση των εκπαιδευτικών, ώστε να υλοποιήσουν στο πλαίσιο του σχολικού προγράμματος ένα δομημένο πρόγραμμα 11 παρεμβάσεων για την πρόληψη του φαινομένου.
- Ευαισθητοποίηση των μαθητών και των γονέων από τους εκπαιδευτικούς στην αναγνώριση και στην αντιμετώπισή του.
- Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του προγράμματος.
- Δημοσιοποίηση των αποτελεσμάτων.

## ΣΧΟΛΕΙΑ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Ομάδα σχολείων που εφάρμοσε το εγχειρίδιο:

1. 1ο και 2ο Δημοτικό Σχολείο Ν. Ψυχικού, Αττική.

2. 4ο και 8ο Δημοτικό Σχολείο Χαλανδρίου, Αττική.

3. 1ο και 3ο Δημοτικό Σχολείο Φερών Ν. Έβρου.

4. Δημοτικό Σχολείο Τυχερού Ν. Έβρου.

5. Δημοτικό Σχολείο Πέπλου Ν. Έβρου.

Ομάδα Ελέγχου που έλαβε μέρος στο ερευνητικό πρόγραμμα:

1ο και 2ο Δημοτικό Σχολείο Σουφλίου Ν. Έβρου.

5ο Δημοτικό Σχολείο Χαλανδρίου, Αττική.

6ο Δημοτικό Σχολείο Χαλανδρίου, Αττική.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ ΠΟΥ ΣΥΜΜΕΤΕΙΧΑΝ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Αντύπα Ερατώ

Αντωνέλλου Βαρβάρα

Βρύζα Μαρία

Γκρέκας Λάμπρος

Γλήνια Αγγελική

Δενδάκη Αγάπη

Δεφρονά Βίκη

Καλούδη Ζωή

Κοτζαγερίδου Βασιλική

Κουρτίδου Σούλα

Κυριαζίδου Ελένη

Λουκά Μαρία

Λυρούδη Παναγιώτα

Μακρίδου Χρυσούλα

Μίνου Χριστίνα

Μπουρμά Ζαχαρούλα

Ουζουνγιάννη Μαρία

Πονηρού Ελένη

Πρωιμούδη Αναστασία

Σαμαρά Χρύσα

Σγουμποπούλου Μαριαλένα

Χλαχλά Γεωργία

## ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Γ. Τσιάντης, MD, DPM, FRC Psych. Αναπλ. Καθηγητής Παιδοψυχιατρικής, Ιατρικής Σχολής Παν/μίου Αθηνών, Πρόεδρος Ιατρικών Ειδικοτήτων της Ευρωπαϊκής Ένωσης, κλάδος Παιδικής και Εφηβικής Ψυχιατρικής (UEMS).

Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου (Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.), Αγίου Ιωάννου Θεολόγου 19, Χολαργός, 155 61, Τηλ.: 210 65 22396, 210 65 46524.

ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΕΡΓΑΤΩΝ: Ασημόπουλος Χ. PhD, Βασιλακάκη Ε. MSc, Γιαννακοπούλου Δ. PhD, Λέκου-Λεβιδιώτη Σ. PhD, Παπαδοπούλου Κ. PhD, Χατζηπέμου Θ. MSc, Φύσσας Κ. MA.

### ΠΟΛΩΝΙΑ

Mirosław Dabkowski, MD, PhD Dept. of Psychiatry, Coll. Medicum N. Copernicus University Torun, Poland, tel. +48 605 075 106 fax + 48 566 580 763

### ΚΥΠΡΟΣ

Α. Παραδεισιώτη, παιδοψυχίατρος, Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας, Τμήμα Παιδικής και Εφηβικής Ψυχιατρικής, Νοσοκομείο Μακάριος III, Λευκωσία, Κύπρος, Τηλ.: +357 22 405000, +357 22 31 5739 Τζιόγκουρος, ψυχολόγος, Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας, Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού, 1434 Λευκωσία, Κύπρος, Τηλ.: +357 22 800806

δρ Ερνεστίνη Σισμάνη Παπακώστα, εκπαιδευτικός ψυχολόγος Υπουργείο Παιδείας & Πολιτισμού, 1434 Λευκωσία, Κύπρος Χρυσόστομος Λαζάρου, εκπαιδευτικός ψυχολόγος Υπουργείο Παιδείας & Πολιτισμού, 1434 Λευκωσία, Κύπρος.

### ΛΙΘΟΥΑΝΙΑ

Robertas Povilaitis, PhD, Director of Child Line, Vilnius, Lithuania, Phone: +370 698 88797

Ivona Suchodolska, Psychologist, Child Line, Vilnius, Lithuania, Tel. +37060179869

Marina Mazioniene, Psychologist, Child Line, Vilnius, Lithuania, tel. +37060179596.

# ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙ Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Το θέμα της πρόληψης στον τομέα της ψυχικής υγείας των παιδιών αποκτά όλο και μεγαλύτερη απήχηση διεθνώς τα τελευταία χρόνια και αποτελεί σημαντικό στόχο διαφόρων διεθνών οργανισμών. Η πρόληψη με στόχο την ψυχοκοινωνική υγεία και ανάπτυξη των παιδιών, ιδιαίτερα στις σύγχρονες κοινωνίες και συνθήκες ζωής (οικονομικές και κοινωνικές συνθήκες και αλλαγές, όπως μετανάστευση, αλλαγή σε παραδοσιακές αξίες και θεσμούς, έλλειψη κοινωνικών στηριγμάτων), είναι ένα πολύ σημαντικό θέμα για τα ίδια τα παιδιά, αλλά και για όλους εκείνους που, με διάφορες ιδιότητες και τρόπους, συμμετέχουν στη φροντίδα τους.

Η πρόληψη, ως έννοια και ως πρακτική, συνδέεται στενά με την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας και ανάπτυξης, ιδίως στις πρώιμες παρεμβάσεις. Η πρόληψη αναφέρεται κυρίως στη δράση με στόχο την αποφυγή των διαταραχών ή δυσκολιών, ενώ η προαγωγή, στην ισχυροποίηση των δυνατοτήτων του

ατόμου. Η πρώιμη προληπτική παρέμβαση επιδιώκει εξίσου τόσο την αποφυγή εμφάνισης δυσκολιών ή καθυστερήσεων στην ανάπτυξη, όσο και την προώθηση των παραγόντων εκείνων που ενδυναμώνουν τα χαρακτηριστικά και διευκολύνουν τα αναπτυξιακά επιτεύγματα του παιδιού και τη λειτουργικότητα της οικογένειας. Σε αυτό το πνεύμα, η πρόληψη και η προαγωγή αντιμετωπίζονται ως ευκαιρίες για θετική αλλαγή και για μια καλύτερη κατανόηση των δυσκολιών και των δυνατοτήτων που καθορίζουν την ανάπτυξη των παιδιών.

Η έννοια της πρόληψης και της προαγωγής της ψυχικής υγείας τα τελευταία χρόνια έχει συνδεθεί στενά με το χώρο του σχολείου. Οι λόγοι που υπαγορεύουν τη σημαντικότητα του σχολείου στο εν λόγω θέμα είναι ποικίλοι και μπορούν να συνοψιστούν ως προς δύο κύριους άξονες: ο πρώτος εστιάζει στα υψηλά ποσοστά ψυχικών διαταραχών σε παιδιά και εφήβους και στο ρόλο του σχολείου για την έγκαιρη διάγνωση και

την αντιμετώπισή τους, ενώ ο δεύτερος δίνει έμφαση στη σημασία του σχολείου για την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των παιδιών.

Συγκεκριμένα, στοιχεία από πολλές χώρες καταδεικνύουν ότι το ποσοστό παιδιών και εφήβων με ψυχικές διαταραχές είναι υψηλό (πολλοί μιλούν για 14-18%), το οποίο αυξάνεται διεθνώς. Επίσης έχει διαπιστωθεί ότι μόνο ένα μικρό ποσοστό αυτών των ατόμων (περίπου 15-20%) καταλήγουν σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας, χωρίς να είναι βέβαιο ότι το ποσοστό αυτό αντιπροσωπεύει άτομα με τη μεγαλύτερη ανάγκη θεραπευτικής αντιμετώπισης. Οι αριθμοί αυξάνονται αισθητά όταν πάρουμε υπόψη άτομα με ψυχοκοινωνικά προβλήματα που δεν κατατάσσονται σε κάποια ψυχοπαθολογική κατηγορία με βάση συγκεκριμένα διαγνωστικά κριτήρια.

Επιπλέον, προβλήματα συμπεριφοράς, συναισθήματος και μάθησης εμποδί-

ζουν τα παιδιά να προσαρμοστούν στην πραγματικότητα και στις απαιτήσεις του σχολείου, δημιουργώντας πρόσθετες δυσκολίες τόσο στο ίδιο το παιδί, όσο και στη λειτουργία της τάξης. Πολλές μελέτες έχουν καταδείξει ότι οι εκπαιδευτικοί δηλώνουν υψηλά ποσοστά δυσκολιών σε παιδιά σχολικής ηλικίας, αξιολογώντας ως πολύ σημαντικά τα προβλήματα συμπεριφοράς και μάθησης.

Είναι αποδεδειγμένο ότι η έλλειψη έγκαιρης και αποτελεσματικής αντιμετώπισης πρώιμων διαταραχών ή/και δυσκολιών καταλήγει σε διαταραχές της εφηβικής αλλά και της ενήλικης ζωής, με πιο αποθαρρυντικά θεραπευτικά αποτελέσματα και, επομένως, με αυξημένο προσωπικό, οικογενειακό, κοινωνικό και οικονομικό κόστος.

Το σχολείο, που είναι ένα σημαντικό φυσικό περιβάλλον των παιδιών, αποτελεί έναν ιδιαίτερα πρόσφορο χώρο για την πρόληψη και την αντιμετώπιση τέτοιων προβλημάτων. Η πρώιμη παρέμβαση μέσα από υπηρεσίες και ει-

δικότητες που έρχονται από νωρίς σε επαφή με τα παιδιά και τις οικογένειες είναι άκρως αναγκαία. Ως εκ τούτου, ο ρόλος του σχολείου είναι απαραίτητος ώστε να εντοπιστούν έγκαιρα δυσκολίες στο παιδί και στο περιβάλλον του, εκτός του ότι δύναται να συνεισφέρει στην αποτελεσματική αντιμετώπισή τους μέσα από μια καλή συνεργασία με τους γονείς και το παιδί ή με την παραπομπή σε ειδικές υπηρεσίες.

Ωστόσο υπάρχει και μια δεύτερη διάσταση της σχέσης και της σημασίας του σχολείου για την πρόληψη και την προαγωγή της ψυχικής υγείας. Τα τελευταία χρόνια, η συζήτηση για τα προβλήματα και τις δυσκολίες που εμφανίζουν τα παιδιά επικεντρώνεται όχι μόνο στην οικογένεια αλλά και στο σχολείο. Υπάρχουν πολλά στοιχεία από τις έρευνες που δείχνουν ότι τα χαρακτηριστικά και το κοινωνικό περιβάλλον του σχολείου, καθώς και η θετική ή αρνητική εμπειρία των παιδιών σε αυτό το περιβάλλον επιδρούν,

θετικά ή αρνητικά, σε πολλές πτυχές της ψυχοκοινωνικής τους ανάπτυξης, στη μάθηση και στη συμπεριφορά.

Για παράδειγμα, μελέτες έχουν καταδείξει ότι οι εμπειρίες του παιδιού στο σχολείο συνδέονται με την ποιότητα της προσαρμογής του σε αυτό, με την ικανότητα να μαθαίνει, με τη σχολική επίδοση, με τις σχέσεις που αναπτύσσει με τους συνομηλίκους, καθώς και με την αυτοεικόνα, την αυτοεκτίμηση και την αίσθηση αυτεπάρκειας που αναπτύσσει. Όλα τα παραπάνω συνδέονται με τη συναισθηματική ευεξία και την κοινωνική προσαρμογή σε όλο το φάσμα της ζωής.

Σε αυτό το πλαίσιο, το σύγχρονο σχολείο καλείται να διαδραματίσει ένα σύνθετο ρόλο, που περιλαμβάνει όχι μόνο την προαγωγή της μάθησης αλλά και την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των παιδιών. Αναζητούνται έτσι οι συνιστώσες του «αποτελεσματικού» σχολείου, εκ των οποίων θεμελιώδης είναι η ικανότητά του να «αφουγκρά-

ζεται» τις ανάγκες των παιδιών και να δίνει έμφαση στην επαρκή στήριξη τους σε ένα πλαίσιο επικοινωνίας, κατανόησης και φροντίδας. Η έμφαση δεν είναι μόνο πια στη μετάδοση γνώσης αλλά στο συναισθηματικό «κλίμα» που επικρατεί και περιβάλλει τη μαθησιακή διαδικασία και το οποίο σε μεγάλο βαθμό προσδιορίζεται από το είδος και την ποιότητα των σχέσεων μεταξύ των μελών της σχολικής κοινότητας. Το σχολείο που είναι προσανατολισμένο στο συναισθηματικό κλίμα το οποίο περιβάλλει τη μάθηση μπορεί να ανταποκριθεί πιο αποτελεσματικά στις ανάγκες των παιδιών (για επάρκεια, αυτονομία, αίσθηση ότι ανήκουν κάπου) και είναι ιδιαίτερα ευεργετικό για παιδιά που βρίσκονται «σε κίνδυνο» να αναπτύξουν δυσκολίες.

Η δημιουργία ενός τέτοιου σχολείου, βέβαια, είναι σύνθετη και πολυεπίπεδη, με κεντρικό το ρόλο των εκπαιδευτικών. Η βιβλιογραφία έχει δείξει ότι η ενημέρωση και η κατάρτιση των

εκπαιδευτικών και η ευαισθητοποιημένη ανταπόκρισή τους στα μηνύματα των παιδιών αποτελούν σημαντικές παραμέτρους της ποιότητας της παρεχόμενης εκπαίδευσης, αγωγής ή φροντίδας. Η δε ποιότητα των παραπάνω συνδέεται με καλύτερα αποτελέσματα ως προς τη γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών, αλλά και ως προς τη σχολική προσαρμογή και τη σχολική επίδοση.

Επιπροσθέτως, πολλές φορές τονίζεται το γεγονός ότι, πιο πολύ στις μικρότερες ηλικίες, οι εκπαιδευτικοί χρειάζεται να αναλάβουν ένα «γονικό» ρόλο, κυρίως μέσω της ετοιμότητας να ανταποκρίνονται στις ανάγκες των παιδιών και μέσω της δημιουργίας ποιοτικών σχέσεων.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν ευρήματα που αναδεικνύουν ότι η ποιτική αυτή φροντίδα και η σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσα στα παιδιά και τους δασκάλους τους μπορούν να λειτουργήσουν «προστατευτικά» για παιδιά





που αντιμετωπίζουν έναν ή περισσότερους παράγοντες επικινδυνότητας. Έχει βρεθεί ότι παιδιά που τα έβγαζαν πέρα σε αντίξοες συνθήκες υποστηρίζονταν από διάφορους προστατευτικούς παράγοντες, όπως η καλή σχέση και η υποστήριξη από το δάσκαλο.

Μέσα σε αυτό το διαρκώς αυξανόμενο φάσμα απαιτήσεων, η ευαισθητοποίηση και η συνεχής επιμόρφωση των εκπαιδευτικών είναι απαραίτητες τόσο σε γενικά θέματα προαγωγής της ψυχικής υγείας και της μάθησης των μαθητών, όσο και σε πιο ειδικά θέματα που αφορούν παιδιά τα οποία μπορεί να εκδηλώσουν ή εκδηλώνουν δυσκολίες και προβλήματα. Επίσης η συμμετοχή των εκπαιδευτικών αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την ανάπτυξη και την υλοποίηση προγραμμάτων πρόληψης και προαγωγής της ψυχικής υγείας στο σχολείο.

Με βάση το παραπάνω σκεπτικό, στη διάρκεια της τελευταίας δεκαετίας έχουν αναπτυχθεί και εφαρμοστεί διεθνώς σημαντικές ενέργειες που στοχεύουν

στην πρώιμη προληπτική παρέμβαση στο χώρο του σχολείου. Διακρίνονται τρεις κύριες κατηγορίες τέτοιων προγραμμάτων:

α) Παρεμβάσεις οι οποίες απευθύνονται σε όλο το μαθητικό πληθυσμό και στοχεύουν στην προαγωγή της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης και υγείας των μαθητών, καθώς και στην πρόληψη εκδήλωσης προβληματικών συμπεριφορών ή άλλων δυσκολιών,

β) Παρεμβάσεις που απευθύνονται σε ομάδες του μαθητικού πληθυσμού οι οποίες, για διάφορους λόγους, μπορεί να βρίσκονται αντιμέτωπες με παράγοντες που μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη,

γ) Παρεμβάσεις οι οποίες στοχεύουν στον έγκαιρο εντοπισμό και αντιμετώπιση πρώιμων ενδείξεων κάποιας διαταραχής ή δυσκολίας.

Τα τελευταία χρόνια, τα προγράμματα προαγωγής και πρώιμης προληπτικής παρέμβασης που απευθύνονται

στο σύνολο του μαθητικού πληθυσμού (universal approaches) αποκτούν όλο και μεγαλύτερη σημασία, επειδή με άμεσο ή έμμεσο τρόπο εμπλέκονται στη βελτιστοποίηση των δυνατοτήτων και δεξιοτήτων των μαθητών –γνωστικών, συναισθηματικών και κοινωνικών–, στη συναισθηματική ευεξία και στη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων και αλληλεπιδράσεων. Η προαγωγή των ανωτέρω αποτελεί σημαντικό παράγοντα τόσο για τη σχολική επιτυχία, όσο και για την ομαλή ψυχοκοινωνική ανάπτυξη των μαθητών. Τέτοιου είδους προγράμματα εφαρμόζονται σε επίπεδο σχολικής τάξης ή σε επίπεδο όλου του σχολείου, με την ανάπτυξη συγκεκριμένων σχολικών πολιτικών-πρακτικών για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των προβλημάτων.

Επιπλέον, η αξιολόγηση τέτοιων προγραμμάτων παρέχει στοιχεία για την αποτελεσματικότητά τους. Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, παρεμβάσεις με σχετικά μεγάλη διάρκεια εφαρμογής,

που απευθύνονται σε όλο το μαθητικό πληθυσμό, εμπλέκουν το σχολείο συνολικά και έχουν ως στόχο την προαγωγή της ψυχικής υγείας των μαθητών και την αλλαγή στο «κλίμα» του σχολείου, ενώ παράλληλα παρουσιάζουν τη μεγαλύτερη δυνατή αποτελεσματικότητα και διάρκεια των θετικών επιδράσεων.

#### Ενδεικτική βιβλιογραφία

##### Ελληνόγλωσση

- Σώκου, Κ. (2000): Σχολεία προαγωγής της υγείας, το ευρωπαϊκό δίκτυο, αρχές, σκοποί και μέθοδοι. *Παιδί και Έφηβος: Ψυχική Υγεία και Ψυχοπαθολογία*, 2(1), 152-165.
- Τσιάντης, Γ. (1981): Η σημασία του σχολείου για την πρόληψη των διαταραχών της ψυχοκοινωνικής εξέλιξης του παιδιού. *Ιατρική*, 38(2), 81-85.

##### Ξενόγλωσση

- Περιοδικό *Advances in School Mental Health Promotion* ([www.schoolmentalhealth.co.uk/](http://www.schoolmentalhealth.co.uk/))
- Wells, J., Barlow, J., Stewart - Brown, S. (2003): A systematic review of universal approaches to mental health promotion in schools. *Health Education*, 103(4), 197-220.

# ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΒΙΑ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΑΙΤΙΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

**Σημείωση:** Εκφοβισμός και βία στο σχολείο. Πρόκειται για περιφραστική απόδοση του αγγλικού «bullying at school». Ο όρος «bullying» είναι δύσκολο να μεταφραστεί με ακρίβεια στην ελληνική γλώσσα, καθώς πρόκειται για ένα πολυδιάστατο και δυναμικό φαινόμενο. Στην καθομιλουμένη αλλά και σε σχετικά συγγράμματα μπορεί κανείς να συναντήσει το «bullying» ως «εκφοβισμός», «επιθετικότητα», «κακομεταχείριση», «νταπλίκι», «τσαμπουκάς». Συναφής είναι και ο όρος «θυματοποίηση» (victimization). Το «εκφοβισμός και βία» επιλέχθηκε ως η πληρέστερη δυνατή απόδοση του όρου και σε συνάφεια με τη μεταφραστική τοποθέτηση της Ε. Μαρκοζάνε κατά τη μετάφραση του βιβλίου του D. Olweus (2003), *Εκφοβισμός και βία στο σχολείο: τι γνωρίζουμε και τι μπορούμε να κάνουμε* (Επιστημονική Επιμέλεια: Γ. Τσιάντης). Εκδόσεις: Ε.Ψ.Υ.Π.Ε., Αθήνα.

## Ορισμός και μορφές του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο μεταξύ των μαθητών έχουν αρχίσει να γίνονται αντικείμενα προσοχής, συζήτησης και μελέτης και στην Ελλάδα. Αναγνωρίζονται ως κοινωνικά προβλήματα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα σχετικών ερευνών που διεξάγονται σε σχολεία της χώρας.

Ο όρος «εκφοβισμός και βία στο σχολείο» (school bullying), όπως και ο όρος «θυματοποίηση» (victimization) χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν μια κατάσταση κατά την οποία ασκείται εσκεμμένη, απρόκλητη, συστηματική και επαναλαμβανόμενη βία και επιθετική συμπεριφορά με σκοπό την επιβολή, την καταδυνάστευση και την πρόκληση σωματικού και ψυχικού πόνου σε μαθητές από συμμαθητές τους, εντός και εκτός σχολείου. Ο εκφοβισμός και η βία ανάμεσα στους μαθητές μπορούν να πάρουν σωματική, λεκτική, ψυχολογική και κοινωνική μορφή.

Συνήθως εκδηλώνονται με:

- χειρονομίες, σπρωξιές, ξυλοδαρμούς,
- φραστικές επιθέσεις, βρισιές, προσβολές, απειλές,
- εκβιασμούς,
- καταστροφή προσωπικών αντικειμένων,
- κλοπές,
- σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση,
- αποκλεισμό και απομόνωση από παρέες, ομαδικά παιχνίδια και κοινωνικές δραστηριότητες.

Ο λεκτικός εκφοβισμός περιλαμβάνει τη συστηματική χρησιμοποίηση υβριστικών εκφράσεων και χρησιμοποιεί σταθερά ένα άτομο ως στόχο πειραγμάτων, κάνοντάς το περίγελο. Ο σωματικός εκφοβισμός και βία περιλαμβάνει σπρωξιές, σκουντήματα, αγκωνιές, κλοτσιές, τρικλοποδιές, γροθιές ή χτυπήματα με όπλα ή αντικείμενα και αφορά όλες τις μορφές επιθέσεων ή τις απειλές σωματικών επιθέσεων. Ο εκφοβισμός με εκβιασμό περιλαμβάνει την εκούσια απόσπαση χρημάτων ή προσωπικών αντικειμένων, η οποία συνοδεύεται από απειλές, ή και τον εξαναγκασμό σε αντικοινωνικές πράξεις – για παράδειγμα, να διαπράξει κλοπή ή βανδαλισμό ιδιοκτησίας. Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός (cyber-bullying) περιλαμβάνει την αποστολή απειλητικού ή υβριστικού υλικού μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή μηνυμάτων SMS. Επίσης υπάρχουν πολλές μορφές έμμεσου εκφοβισμού κατά τον οποίο ο θύτης προσπαθεί να απομονώσει κοινωνικά κάποιο άτομο ή το αγνοεί ή ακόμα επιχειρεί να πείσει τους άλλους να αισθανθούν αντιπάθεια γι' αυτό, διαδίδοντας κακόβουλες φήμες και ψεύδη.

Σε κάθε περίπτωση, ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο αποτελούν πράξεις επιθετικότητας, σχετίζονται δηλαδή με ένα οικουμενικό χαρακτηριστικό της ανθρωπίνης φύσης, που εκφράζεται με διαφορετικούς τρόπους ανάλογα με την ηλικία και το φύλο. Τα μικρότερα παιδιά εκφράζονται περισσότερο με το σώμα τους, ενώ τα μεγαλύτερα χρησιμοποιούν περισσότερο το λόγο και σταδιακά πιο συγκαλυμμένες μορφές επιθετικότητας, όπως η υπονόμευση και η απομόνωση. Επίσης τα αγόρια γενικά είναι πιο άμεσα και σωματικά επιθετικά, ενώ τα κορίτσια πιο έμμεσα. Η επιθετικότητα, βέβαια, δε στοχεύει πάντα στην εμπρόθετη και επαναλαμβανόμενη τρομοκράτηση των αδύναμων. Αντίθετα, όταν καλλιεργείται μέσα από υγιείς σχέσεις φροντίδας και από την παιδεία, η επιθετικότητα μπορεί να αξιοποιηθεί θετικά και κοινωνικά (π.χ., στις γλωσσικές ικανότητες, στον αθλητισμό, στη μάθηση, στην

πρωτοβουλία, στο θάρρος της γνώμης κ.ο.κ.). Όταν όμως δεν καλλιεργείται κατάλληλα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί εις βάρος του εαυτού ή των άλλων, καταστροφικά ή σαδιστικά.

Στην περίπτωση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, η επιθετικότητα και η δύναμη (σωματική, ψυχολογική ή κοινωνική) διαστρεβλώνονται, γίνονται μέσο επιβολής και μάλιστα ένας τρόπος συσχέτισης με τους άλλους, σε δυαδικό και ομαδικό επίπεδο. Πολλές σύγχρονες έρευνες αναγνωρίζουν μια ιδιαίτερη σχέση ανάμεσα στο παιδί που ασκεί βία και το παιδί που δέχεται τον εκφοβισμό.

Η σχέση αυτή χαρακτηρίζεται από ανισότητα δύναμης αλλά και από αμοιβαία ανεπαρκή διαχείριση της επιθετικότητας. Ο μεν θύτης κάνει κατάχρηση της δύναμής του, το δε θύμα δε χρησιμοποιεί καθόλου τη δική του ώστε να προστατευτεί. Κατά κάποιον τρόπο ο ένας χρειάζεται και συντηρεί τον άλλο.

Επιπλέον, είναι σημαντικό να τονίσουμε πως ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο είναι και ομαδικό φαινόμενο. Δηλαδή δεν αφορά μόνο το θύμα και το θύτη, αλλά και όλους όσους είναι παρόντες ή γνωρίζουν την ύπαρξή του, δηλαδή τους παρατηρητές. Σύμφωνα με έρευνες, ο ρόλος των μαθητών-παρατηρητών είναι πολύ σημαντικός. Ακόμα κι αν δε συμμετέχουν ενεργά σε περιστατικά εκφοβισμού, μπορεί να ενθαρρύνουν το θύτη ή και με την παθητική στάση τους να δίνουν το μήνυμα ότι αυτό που συμβαίνει είναι αποδεκτό. Έτσι τροφοδοτούν το φαινόμενο. Περίπου το ίδιο ισχύει και για τους ενήλικες παρατηρητές.

Γι' αυτό και οι παρατηρητές χρειάζεται να συμπεριλαμβάνονται τόσο στον ορισμό, όσο και στην αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Φυσικά, αυτό δεν υπονοεί μετάθεση της ευθύνης στο θύμα και στους παρατηρητές. Ωστόσο τονίζει πως ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο είναι ένα πολυδιάστατο, δυναμικό, κοινωνικό φαινόμενο, που δεν αφορά απλοϊκά ένα κακό-δυνατό και ένα

καλό-αδύναμο παιδί, αλλά εμπλέκει συνολικά το σχολείο ως οργανισμό. Δυστυχώς, σε πολλές περιπτώσεις τα περιστατικά εκφοβισμού και βίας στα σχολεία δεν αντιμετωπίζονται κατάλληλα. Σε ορισμένες περιπτώσεις μάλιστα αποσιωπώνται, διότι θεωρείται ότι εκθέτουν (ντροπιάζουν) και στιγματίζουν τους θύτες, τα θύματα και το κύρος του σχολείου. Γενικά παρατηρείται έλλειμμα ενημέρωσης, περιορισμένη ευαισθητοποίηση, σχετική άγνοια για τη διαχείριση του προβλήματος. Οι γονείς μιλούν ελάχιστα για το πρόβλημα με τα παιδιά τους, οι μαθητές-θύματα συχνά αντιδρούν με απόσυρση και αποφεύγουν να ζητήσουν βοήθεια από τους ενήλικες, ενώ οι εκπαιδευτικοί συζητούν ελάχιστα στην τάξη σχετικές συμπεριφορές. Σε κάθε περίπτωση, ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο έχουν πολλές και σοβαρές επιπτώσεις τόσο στην υγεία και ψυχική υγεία, όσο και στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι συνέπειες είναι ιδιαίτερα επικίνδυνες και πιθανόν να καταλήξουν σε τραγικά αποτελέσματα.

## Αιτιολογία

Το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο είναι σύνθετο, ενώ στην εκδήλωσή του συμβάλλει η αλληλεπίδραση ψυχολογικών, οικογενειακών, κοινωνικών, γνωστικών και συναισθηματικών παραγόντων.

**Ειδικότερα, ρόλο παίζουν:**

- ατομικά χαρακτηριστικά των παιδιών (π.χ., ιδιοσυγκρασία, εξελικτική πορεία, τραυματικές εμπειρίες),
- χαρακτηριστικά του οικογενειακού τους περιβάλλοντος (πολύ αυστηρές ή πολύ ελαστικές μέθοδοι ανατροφής, πρότυπα επιθετικής συμπεριφοράς, βία ανάμεσα στους γονείς ή από τους γονείς προς τα παιδιά, ανασφαλής δεσμός του παιδιού με τους γονείς κτλ.),

- διάφορες πλευρές του σχολικού περιβάλλοντος (ανεπαρκής εποπτεία, συνωσι- σμός μαθητών, ελλείψεις προσωπικού, φτώχεια ερεθισμάτων κτλ.),
- το ψυχολογικό κλίμα του σχολείου (ανταγωνιστικό, ελεγκτικό, απρόσωπο, οριο- θετεί με εχθρικό τρόπο, προσανατολισμένο στην επίδοση, όχι στις σχέσεις κτλ.),
- οι πολιτικές του εκπαιδευτικού συστήματος (υπερβολική χρήση της τιμωρίας και της αποβολής ως μέσου πειθαρχίας, δυσανάλογη επιβράβευση κοινωνικά θετι- κών συμπεριφορών κτλ.),
- οι στάσεις των ίδιων των παιδιών, των γονέων και των εκπαιδευτικών απέναντι στη βία,
- ο τρόπος προβολής της βίας από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης,
- γενικότερα κοινωνικά προβλήματα που ενισχύουν τις αντικοινωνικές συμπερι- φορές.

## Επιδημιολογικά δεδομένα της συχνότητας του προβλήματος

Στην Ελλάδα τα δεδομένα διαφόρων ερευνών δείχνουν ότι:

- Το 10-15% των μαθητών πέφτουν θύματα διαφόρων μορφών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
- Οι μαθητές που εκφοβίζονται και ασκούν βία, δηλαδή οι θύτες, υπολογίζεται ότι ξεπερνούν το 5% του συνόλου των μαθητών.
- Έχει παρατηρηθεί ότι τα αγόρια εμπλέκονται περισσότερο σε περιστατικά σωματι- κής βίας σε σύγκριση με τα κορίτσια, τα οποία φαίνεται να εμπλέκονται πιο συχνά σε περιστατικά λεκτικής βίας.

- Τα αγόρια σε σύγκριση με τα κορίτσια εμπλέκονται πιο συχνά σε περιστατικά βίας, σε αναλογία 3 προς 1.
- Τα περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο εκδηλώνονται με μεγαλύτερη συχνότητα στο δημοτικό και στο γυμνάσιο και μειώνονται στο λύκειο.
- Οι μισοί από τους μαθητές-θύματα εκφοβισμού και βίας δεν αναφέρουν πουθενά το γεγονός, ενώ οι υπόλοιποι μισοί συνήθως το αναφέρουν σε φίλους τους και λιγότερο στους εκπαιδευτικούς ή στους γονείς τους.

## Οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

Οι ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στα παιδιά είναι πολ- λές και σοβαρές.

Τα παιδιά που πέφτουν θύματα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο είναι δυνατόν:

- να νιώσουν έντονο άγχος και ανασφάλεια,
- να παρουσιάσουν σχολική άρνηση,
- να κάνουν πολλές απουσίες από το σχολείο,
- να οδηγηθούν σε σχολική αποτυχία.
- να εμφανίσουν μαθησιακές δυσκολίες και ψυχοσωματικά προβλήματα, όπως πο- νοκεφάλους, πόνους στην κοιλιά, διαταραχές ύπνου, ενούρηση κ.ά.,
- να παρουσιάσουν φοβίες, κατάθλιψη, απόπειρες αυτοκτονίας.

Τα παιδιά-θύτες, αυτά που ασκούν τον εκφοβισμό και τη βία, βρίσκονται σε μεγάλο κίνδυνο:

- να απομακρυνθούν από το σχολείο,
- να διακόψουν τη σχολική φοίτηση,



- να εμφανίσουν τάσεις φυγής από το σπίτι,
- να εξελιχθούν, σε ποσοστό που προσεγγίζει το 50%, σε ενήλικες με αντικοινωνική και παραβατική συμπεριφορά.

Οι συνέπειες του εκφοβισμού και της βίας στα παιδιά είναι σοβαρές και καθοριστικές για την ψυχοκοινωνική τους ανάπτυξη και εξέλιξη. Γι' αυτό η συστηματική πρόληψη και η κατάλληλη αντιμετώπιση κάθε μορφής εκφοβισμού και βίας στο σχολείο είναι πολύ σημαντικές. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι τα παιδιά έχουν απόλυτο δικαίωμα σε ένα σχολικό περιβάλλον το οποίο να τους παρέχει ασφάλεια και προστασία.

## Τα χαρακτηριστικά των παιδιών που εμπλέκονται σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο

Τα θύματα είναι συνήθως παιδιά:

- με περισσότερο άγχος και ανασφάλεια από τους άλλους μαθητές,
- ήσυχια και ευαίσθητα,
- εσωστρεφή και μοναχικά,
- με χαμηλή αυτοεκτίμηση,
- φοβισμένα και με παθητική στάση απέναντι στη βία,
- δύσκολα υπερασπίζονται τον εαυτό τους.

Όταν υφίστανται εκφοβισμό και βία, αντιδρούν με:

- έλλειψη αυτοπεποίθησης και αδυναμία αντιπαράθεσης
- παθητική αποδοχή της βίας,
- φόβο για περαιτέρω βία ή τιμωρία από τους μεγάλους,
- σύγχυση, απόγνωση, έντονο άγχος και πανικό,
- απόσυρση και κλάμα, κατάθλιψη και απόπειρες αυτοκτονίας

- πεποίθηση ότι η παρέμβαση ενός ενήλικα δε θα είναι αποτελεσματική,
- πεποίθηση ότι αν συζητήσουν το πρόβλημα με έναν ενήλικα, θα εισπράξουν περισσότερη βία από τους θύτες.

Τα παιδιά-θύτες, αυτά που ασκούν εκφοβισμό και βία σε άλλα, είναι συνήθως παιδιά:

- με χαμηλή αυτοεκτίμηση, ενώ φαίνονται σίγουρα για τον εαυτό τους,
- ενεργητικά και υπερδραστήρια,
- επιθετικά,
- επιρρεπή σε παραβίαση κανόνων και σε αντικοινωνικές συμπεριφορές,
- ικανά να ξεφεύγουν από δύσκολες καταστάσεις,
- δίχως ηθικούς ενδοιασμούς ή τύψεις για τις πράξεις τους.

Τα παιδιά-παρατηρητές περιστατικών εκφοβισμού και βίας διαχωρίζονται σε εκείνους που:

- υποστηρίζουν το θύτη με γέλια, χειροκροτήματα και άλλες μορφές επιδοκιμασίας,
- απομακρύνονται από τη σκηνή και κάνουν ότι δεν είδαν τίποτα,
- θυματοποιούνται, τρομοκρατούνται, «παγώνουν»,
- δεν ξέρουν τι να κάνουν, είναι σε αμφιθυμία και δεν παίρνουν θέση,
- προσπαθούν να βοηθήσουν το θύμα, αποδοκιμάζουν το θύτη και τρέχουν να φέρουν βοήθεια.

Γενικά οι 4 πρώτες ομάδες παιδιών-παρατηρητών πιστεύουν ότι ο εκφοβισμός και η βία δεν είναι σωστές συμπεριφορές, χαρακτηρίζονται όμως από το φόβο μήπως συμβεί και στους ίδιους, γι' αυτό και ανησυχούν ότι αν πάρουν θέση, θα κάνουν τα πράγματα χειρότερα. Τα παιδιά που παρεμβαίνουν για να βοηθήσουν το θύμα έχουν ξεκάθαρη άποψη κατά του εκφοβισμού και της βίας, υψηλό βαθμό ενσυναίσθησης και αλληλεγγύης, εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και στους ενή-

λικες, ενώ συνάμα πιστεύουν ότι η παρέμβασή τους μπορεί να βοηθήσει, κάτι που βασίζεται σε προηγούμενες εμπειρίες τους.

## Ενδείξεις ότι το παιδί έχει πέσει θύμα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο

Ορισμένες ενδείξεις που πιθανόν υποδηλώνουν ότι το παιδί έχει πέσει θύμα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο είναι:

- αν έχει μειωμένη διάθεση ή αρνείται να έρθει στο σχολείο με πρόσχημα κάποια αδιαθεσία,
- αν κάνει αδικαιολόγητες απουσίες,
- αν έχει απροσδόκητη μαθησιακή πτώση που αποτυπώνεται σε χαμηλούς βαθμούς,
- αν στα διαλείμματα περνά το χρόνο του γύρω από τους εκπαιδευτικούς και τα γραφεία,
- αν καθυστερεί να έρθει στο σχολείο ή αργεί να επιστρέψει στο σπίτι,
- αν αρχίζει να αλλάζει τους δρόμους μέσα από τους οποίους έρχεται στο σχολείο ή επιστρέφει από αυτούς στο σπίτι,
- αν τα ρούχα του συχνά είναι σκισμένα και κατεστραμμένα,
- αν έχει σημάδια και μελανιές στο σώμα ή άλλες ενδείξεις επίθεσης και αποφεύγει να εξηγήσει πώς συνέβησαν,
- αν συχνά χάνει τα πράγματά του,
- αν συχνά ζητά χρήματα από τους γονείς του γιατί έχασε αυτά που του έδωσαν,
- αν αρνείται να συμμετέχει σε σχολικές εκδηλώσεις και δραστηριότητες,
- αν υπάρξουν ξαφνικές αλλαγές στη διάθεσή του που επιμένουν,
- αν παραπονιέται για ψυχοσωματικά προβλήματα.

Εάν ισχύουν κάποια από τα προαναφερθέντα, τότε ίσως να υπάρχει γεγονός εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, οπότε το παιδί χρειάζεται άμεση βοήθεια και υποστήριξη.

## Οι δυνατότητες αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

Στο πλαίσιο του διακρατικού Ευρωπαϊκού Προγράμματος ΔΑΦΝΗ II «Πρόγραμμα Αξιολόγησης Αναγκών και Ευαισθητοποίησης για τον Εκφοβισμό και τη Βία στο σχολείο», μαθητές των δημοτικών σχολείων συμμετείχαν σε ειδικές ψυχοεκπαιδευτικές δραστηριότητες. Στόχοι ήταν η ευαισθητοποίηση και η ενδυνάμωση των μαθητών στην αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Μετά το τέλος της παρέμβασης αυτής παρατηρήθηκε:

- αύξηση του ποσοστού των μαθητών (από 5,5% πριν από την παρέμβαση σε 15,79% μετά την παρέμβαση) που καταφεύγουν στο διευθυντή του σχολείου όταν πέσουν θύματα εκφοβισμού και βίας,
- μείωση του ποσοστού των μαθητών που δε μιλούν ποτέ σε κανέναν όταν εκφοβιστούν (από 28% πριν από την παρέμβαση σε 5,26% μετά την παρέμβαση),
- μείωση του ποσοστού των μαθητών που δε μιλούν σε κανέναν όταν ασκήσουν εκφοβισμό και βία σε άλλο μαθητή (από 52% πριν από την παρέμβαση σε 18% έπειτα), καθώς οι μαθητές-θύτες μετά την παρέμβαση άρχισαν να μιλούν περισσότερο στους συνομηλίκους τους γι' αυτό που έκαναν (αύξηση από 23,8% πριν από την παρέμβαση σε 72,8% μετά την παρέμβαση) ή στους γονείς τους (αύξηση από 19,05% πριν από την παρέμβαση σε 45,5% μετά την παρέμβαση) ή στα

## Ενέργειες του εκπαιδευτικού για την αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο

Ο εκπαιδευτικός για την άμεση αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο πρέπει:

- να διαβεβαιώσει το παιδί-θύμα ότι «δεν ευθύνεται το ίδιο για ό,τι έχει συμβεί»,
- να του θυμίσει ότι το νοιάζεται και ότι ο εκπαιδευτικός μπορεί να το προστατεύει,
- να του πει ότι τα πράγματα μπορούν να αλλάξουν μόνο αν «σπάσει η σιωπή» και να εξηγήσει ότι η κοινοποίηση των περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο δεν αποτελεί «κάρφωμα»,
- να συζητήσει το γεγονός στην ομάδα τάξης ως κάτι σοβαρό και ως ευθύνη όλων, να κινητοποιήσει την αλληλεγγύη των μαθητών,
- να προτείνει στο παιδί και στην ομάδα τάξης πρακτικούς τρόπους για την αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων,
- να ενημερώσει αμέσως τους γονείς του παιδιού,
- να ενημερώσει παράλληλα την ομάδα των εκπαιδευτικών και το διευθυντή του σχολείου,
- εάν κρίνεται αναγκαίο, να ζητήσει τη βοήθεια ενός ειδικού ψυχικής υγείας.

Γενικά αναγκαία μέτρα για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

- Απαιτείται να διερευνηθεί συστηματικά στη χώρα μας το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, σε όλες τις διαστάσεις, τόσο ποσοτικά, όσο και ποιοτικά.
- Απαιτείται να εκδοθεί άμεσα από το Υπουργείο Παιδείας, Δια Βίου Μάθησης και Θρησκευμάτων γραπτή πολιτική αντιμετώπισης. Η πολιτική θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει τις διαδικασίες καταγραφής των συμβάντων, διορισμού υπεύθυνου εκπαιδευτικού και συμβούλου με συγκεκριμένες αρμοδιότητες, παρακολούθησης των διαδικασιών αντιμετώπισης, ενημέρωσης των μαθητών για την πρόσβαση σε σύστημα υποστήριξης, συνεργασίας με τους γονείς και οργάνωσης ουσιαστικής εποπτείας των μαθητών κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων.
- Είναι απαραίτητη η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών για την αναγνώριση και τη διαχείριση του προβλήματος.
- Είναι αναγκαία η διαρκής παρότρυνση και υποστήριξη των γονέων για την ενεργό συμμετοχή και συνεργασία τους με το σχολείο.
- Απαιτείται συνεχής συμβουλευτική των εκπαιδευτικών προς τους μαθητές με στόχο την ενίσχυση της μαθητικής ομάδας για την αντιμετώπιση συμβάντων εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
- Απαιτείται να αναπτυχθούν προγράμματα προαγωγής της ψυχικής υγείας των μαθητών, τα οποία να εντάσσονται στο σχολικό πρόγραμμα με διαθεματικό χαρακτήρα και συνδεδεμένα με το πρόγραμμα σπουδών.
- Απαιτείται να στελεχωθούν οι εκπαιδευτικές περιφέρειες άμεσα με ειδικούς ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων (παιδοψυχιάτρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς), οι οποίοι παρεμβαίνουν στην αντιμετώπιση ψυχοκοινωνικών προβλημάτων που εκδηλώνονται στη σχολική καθημερινή πραγματικότητα.

### Ενδεικτική βιβλιογραφία

Ασημόπουλος, Χ., Χατζηπέμου, Θ., Σουμάκη, Ε., Διαρεμέ, Σ., Γιαννακοπούλου, Δ. και Τσιάντης, Ι. (2008): Το φαινόμενο του εκφοβισμού στο δημοτικό σχολείο: Απόψεις μαθητών, απόψεις εκπαιδευτικών. *Παιδί και Έφηβος*, 10(1): 97-110.

Γιαννακοπούλου, Δ., Διαρεμέ, Σ., Σουμάκη, Ε., Χατζηπέμου, Θ., Ασημόπουλος, Χ. και Τσιάντης, Ι. (2010): Καταγραφή αναγκών και ευαισθητοποίηση για το φαινόμενο του εκφοβισμού σε σχολεία της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης στην περιοχή της Αθήνας. *Ψυχολογία*, 17(2): 156-175

Οίweis, D. (2009): *Εκφοβισμός και βία στο σχολείο: Τι γνωρίζουμε και τι μπορούμε να κάνουμε*, Έκδοση Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου. (Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.), Αθήνα.

Rigby, K. (2008): *Σχολικός εκφοβισμός: Σύγχρονες απόψεις*. Εκδόσεις Τόπος, Αθήνα.

αδέρφια τους (αύξηση από 10% πριν από την παρέμβαση σε 36% μετά την παρέμβαση).

Τα αποτελέσματα του προγράμματος αυτών των παρεμβάσεων δείχνουν ότι το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο είναι δυνατόν να αντιμετωπιστεί.

## Ενέργειες του εκπαιδευτικού για να προλάβει την εμφάνιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

Για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο ο εκπαιδευτικός πρέπει:

- να συζητά με τους μαθητές για τα δικαιώματά τους, τους κανόνες συμπεριφοράς, στο σχολείο και τους τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο,
- να παρέχει από νωρίς στους μαθητές κατάλληλους τρόπους έκφρασης της επιθετικότητας (όπως τα αθλήματα, οι τέχνες κτλ.) και ανάλογες ευκαιρίες για επιτεύγματα και καταξίωση,
- να ενισχύει τη φιλία μεταξύ των μαθητών και να αναδεικνύει την αλληλεγγύη της παρέας των φίλων ως το πλέον κατάλληλο μέσο για την αντιμετώπιση περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο,
- να ευαισθητοποιεί τους γονείς για το πρόβλημα, στις ατομικές και στις ομαδικές συνεργασίες,
- να αντιμετωπίζει τις αιτίες απομόνωσης και περιθωριοποίησης μαθητών,
- να δείχνει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την ένταξη στη σχολική ομάδα των νεοφερμένων μαθητών ή των μαθητών με ειδικά προβλήματα και ανάγκες,
- να ασκεί ουσιαστική εποπτεία των χώρων του σχολείου στους οποίους πιθανολογείται εκδήλωση εκφοβισμού και βίας μεταξύ των μαθητών.

# Πρόγραμμα δραστηριοτήτων στην τάξη για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

## Γενικές μεθοδολογικές κατευθύνσεις

Τα τελευταία χρόνια όλο και περισσότερο αναγνωρίζεται ότι τα προγράμματα προαγωγής της ψυχοκοινωνικής υγείας των μαθητών δεν μπορούν να αποτελούν αποκλειστική ευθύνη μόνο των φορέων υγείας. Το σχολείο αναγνωρίζεται ως ζωτικός χώρος για να παρέχει στους μαθητές ευκαιρίες προσωπικής ανάπτυξης και ενδυνάμωσης, καθώς και να τους υποστηρίξει στην απόκτηση ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων. Ο σχεδιασμός και η υλοποίηση σχεδίων εργασίας για την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας των μαθητών στο χώρο του σχολείου και η παρέμβαση στη σχολική ηλικία αποτελούν ίσως τα πλέον επιτυχημένα μοντέλα πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης. Η σύγχρονη μεθοδολογία των σχεδίων εργασίας, γενικότερα για την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας και ειδικότερα για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, δεσπνρίζεται απλώς στη μεταφορά γνώσεων

στους μαθητές.

Αντιθέτως, βασίζεται και δίνει έμφαση στη σχέση και στην αλληλεπίδραση, στην ανάπτυξη δεξιοτήτων βελτίωσης της αυτοπεποίθησης των μαθητών και στη δυνατότητα της ενδυνάμωσης των ικανοτήτων τους να διαπραγματεύονται, να θέτουν όρια και να προβαίνουν στις σωστές επιλογές. Ειδικότερα, στηρίζεται στη βιωματική, ενεργητική, συνεργατική μάθηση. Αυτό σημαίνει μια ανοιχτή ψυχοεκπαιδευτική διαδικασία χωρίς αυστηρώς καθορισμένα όρια που εξελίσσεται ανάλογα με τις εκάστοτε συνθήκες, τα προβλήματα και τα ενδιαφέροντα των συμμετεχόντων.

Ένα σχέδιο εργασίας για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο αξιοποιεί τη δυναμική της συνεργαζόμενης μαθητικής ομάδας και υλοποιείται σε κλίμα αποδοχής, ενθάρρυνσης και δημιουργικότητας που ενισχύει την ενσυναίσθηση και την αλληλεγγύη. Στο πλαίσιο αυτό έχει τη δυνατότητα να εμπειρέξει μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, καθώς και παιδιά με ιδιαίτερα εθνοτικά, πολιτιστικά, θρησκευτικά

και κοινωνικοοικονομικά χαρακτηριστικά. Δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να αναπτύσσονται γνωστικά, ψυχοσυναισθηματικά και κοινωνικά διαμέσου της συνεργασίας, της αλληλεπίδρασης και της σχέσης με τους συμμαθητές και τους εκπαιδευτικούς.

Εκπαιδευτικοί και μαθητές συμμετέχουν ισότιμα και διαμορφώνουν από κοινού το πλαίσιο δράσης. Ο ρόλος του εκπαιδευτικού αποκτά συντονιστικό, διαμεσολαβητικό, συμβουλευτικό και υποστηρικτικό χαρακτήρα. Παρακολουθεί τη διαδικασία, παρατηρεί τη μαθητική ομάδα, παρεμβαίνει όταν προκύπτει ανάγκη και ενθαρρύνει τους μαθητές.

**Βασικές μεθοδολογικές προϋποθέσεις για επιτυχή έκβαση του σχεδίου εργασίας όσον αφορά το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο είναι:**

- η εγκαθίδρυση της ψυχοπαιδαγωγικής σχέσης,
- η προσέγγιση της σχολικής τάξης ως ομάδας,
- η θετική αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών της ομάδας,

- οι ψυχοπαιδαγωγικοί χειρισμοί των δυναμικών της ομάδας,
- η διαχείριση κρίσεων,
- η διαπραγμάτευση,
- η αποκέντρωση της εξουσίας.

Βασικό γνώρισμα ενός τέτοιου σχεδίου εργασίας είναι ότι οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός από κοινού προσεγγίζουν ένα πρόβλημα, επιχειρούν να το κατανοήσουν και σχεδιάζουν τους τρόπους αντιμετώπισής του.

Η επεξεργασία του γίνεται με τέτοιο τρόπο ώστε να καταλήγει σε ένα τελικό προϊόν, όπως μια θεατρική παράσταση, μια έκθεση έργων, μια γραπτή έκθεση προτάσεων κ.ά.

**Ειδικότερα, τα στάδια υλοποίησης ενός σχεδίου εργασίας που στοχεύει στην προαγωγή της ψυχοκοινωνικής υγείας των μαθητών στο χώρο του σχολείου με φαινόμενα εκφοβισμού και βίας είναι:**

- η πρόταση του θέματος,
- η κριτική ανταλλαγή απόψεων για το θέμα,
- η διαμόρφωση του πλαισίου δράσης,



- η υπογραφή συμβολαίου,
- η σύνθεση του έργου των υποομάδων,
- η ολοκλήρωση των δραστηριοτήτων της εργασίας,
- η αξιολόγηση της διαδικασίας,
- η παρουσίαση του τελικού προϊόντος.

**Τα μέσα υλοποίησης ενός σχεδίου εργασίας είναι:**

- η ενεργητική ακρόαση,
- ο διάλογος,
- οι ελεύθεροι συνειρμοί,
- το παίξιμο ρόλων,
- η καλλιτεχνική δημιουργία.

## Γενικές αρχές εφαρμογής

Το πρόγραμμα των δραστηριοτήτων με τα παιδιά για την πρόληψη του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο είναι βασισμένο σε ένα γενικό μοντέλο εκπαίδευσης, στο οποίο θεωρείται ότι οι διαδικασίες μάθησης καθρεφτίζουν ή παραλληλίζουν τις διαδικασίες βοήθειας. Παραδείγματος χάρη, υποθέτουμε ότι η μάθηση είναι μια διαδικασία κατά

την οποία η θεώρηση κάποιων στοιχείων του κόσμου αλλάζει, κι αυτό δε φέρει αναγκαστικά από τις διαδικασίες μέσα από τις οποίες αλλάζουν οι ίδιοι οι εκπαιδευτικοί για να προσαρμοστούν πιο αποτελεσματικά στα θέματα και στα προβλήματα των μαθητών τους και της καθημερινότητάς τους. Οι διαδικασίες μέσα από τις οποίες μπορούν να διευκολυνθούν οι αλλαγές αυτές είναι παρόμοιες, αρχίζοντας, λόγου χάρη, και στις δύο περιπτώσεις από την προϋπόθεση μιας στενής σχέσης αλληλοσεβασμού και συνεργασίας. Μια τέτοια σχέση, στην οποία αναγνωρίζονται και γίνονται σεβαστές οι υπάρχουσες ιδιότητες, ικανότητες και γνώσεις, αποτελεί το σημείο έναρξης της διαδικασίας της αλλαγής, η οποία και στις δύο περιπτώσεις μπορεί να ερμηνευτεί ως μια σειρά εργασιών που συμπεριλαμβάνει τη συστηματική και από κοινού ανίχνευση των σχετικών θεμάτων, την επεξήγηση, τον από κοινού καθορισμό στόχων, το σχεδιασμό στρατηγικής, την αμοιβαία υποστήριξη και την τακτική επανεξέταση και αξιολόγηση. Με την υπόθεση ότι οι διαδικασίες

είναι παρόμοιες, το επακόλουθο είναι ότι οι απαιτούμενες ιδιότητες των εκπαιδευτικών για την ενίσχυση της διαδικασίας μάθησης είναι παράλληλες με αυτές που χρειάζονται οι μαθητές και συμπεριλαμβάνουν: τη στάση σεβασμού προς τους συμμετέχοντες, την ενθουσιασμένη, τη γνησιότητα, τον ενθουσιασμό, την ακεραιότητα ή την προσωπική δύναμη.

Στη συνέχεια παρατίθενται μια σειρά αρχών ως οδηγός των εκπαιδευτικών για την εφαρμογή τέτοιων προγραμμάτων. Μία άμεση συνέπεια εντούτοις είναι πως οτιδήποτε και να κάνουν οι εκπαιδευτικοί κατά τη διάρκεια του προγράμματος (π.χ., εκδηλώνοντας σεβασμό) και οποιαδήποτε διαδικασία τηρηθεί (π.χ., η διερεύνηση θεμάτων στο πρόγραμμα), όλα αυτά αποτελούν πιθανά μοντέλα παροχής βοήθειας σε παιδιά. Κατ' ουσίαν, οι εκπαιδευτικοί ακολουθούν αυτό που διδάσκουν και προάγουν. Αυτό σημαίνει ότι, πρώτον, η συμπεριφορά των εκπαιδευτικών αποτελεί, αυτή καθαυτή, περιεχόμενο του προγράμματος και, δεύτερον, ότι οι παραλληλισμοί σε σχέση με

τις αναμενόμενες συμπεριφορές των παιδιών πρέπει να υπογραμμίζονται σε κάθε δυνατή και κατάλληλη στιγμή. Οι βασικές αρχές είναι οι εξής:

- **Οι εκπαιδευτικοί σέβονται και οικοδομούν πάνω στην υπάρχουσα γνώση, εμπειρία, δυνατότητες και δεξιότητες των συμμετεχόντων μαθητών στο πρόγραμμα.**
- **Όλες οι πτυχές του προγράμματος των δραστηριοτήτων περιγράφονται και επεξηγούνται εκ των προτέρων και στο μέγιστο δυνατό βαθμό.**
- **Το πρόγραμμα είναι όσο το δυνατόν πιο εύκαμπτο, ώστε να ανταποκρίνεται στις ανάγκες της συγκεκριμένης ομάδας των μαθητών.**
- **Οι εκπαιδευτικοί καθιστούν δυνατή την ανάπτυξη ανοιχτών συζητήσεων με τους συμμετέχοντες μαθητές για όλα τα θέματα, έτσι ώστε να αναζητείται σε όλα τα στάδια η ειλικρινής και επικοινωνιακή ανάδραση-ανατροφοδότηση (feed-back).**
- **Μια τέτοια ανατροφοδότηση κρίνεται απαραίτητο να είναι σεβαστή, ώστε το πρόγραμμα των δραστηριοτήτων να**

προσαρμόζεται στις ανάγκες των συμμετεχόντων μαθητών, οι οποίες εκφράζονται μέσα από τα σχόλιά τους.

- Η δομή, η διαδικασία και οι μέθοδοι εκπαίδευσης μάθησης αντικατοπτρίζουν τα χαρακτηριστικά της διαδικασίας βοήθειας για την οποία εκπαιδεύονται οι συμμετέχοντες μαθητές.

- Οι εκπαιδευτικοί φέρονται στους συμμετέχοντες μαθητές με σεβασμό δείχνοντας ενσυναίσθηση, ενθουσιασμό και αμεσότητα.

- Επιχειρούν να διευκολύνουν τέτοιες σχέσεις με τους συμμετέχοντες μαθητές που να είναι πραγματικά χαρακτηριστικές μιας συνεργασίας.

- Οι μέθοδοι μάθησης είναι διερευνητικές, ενθαρρυντικές (όχι εξαναγκαστικές), διευκολύνοντας τους συμμετέχοντες μαθητές στη διερεύνηση θεμάτων για τους ίδιους, με στόχο την ανάπτυξη μιας καλύτερης κατανόησης όλων των πτυχών του προγράμματος των δραστηριοτήτων.

- Αυτό γίνεται με τη χρήση της ικανότητας της προτροπής, των κατάλληλων ερωτήσεων, των παύσεων, των περι-

λήψεων, του καθρεφτίσματος και της ενσυναίσθησης της δημιουργικής αντιπαράθεσης και της διαπραγμάτευσης με τους συμμετέχοντες μαθητές με τον κατάλληλο τρόπο.

- Το πρόγραμμα των δραστηριοτήτων είναι ενδιαφέρον, ενθαρρυντικό και ευχάριστο.

- Προσφέρει εμπειρίες, είναι αλληλεπιδραστικό και όσο το δυνατόν πιο πρακτικό σε όλη τη διάρκειά του.

- Η κάθε διερεύνηση των θεμάτων αρχίζει από την πλευρά των μαθητών, διευκολύνει την αυτοκαθοδήγηση και προχωρά με το ρυθμό των συμμετεχόντων μαθητών.

- Προβάλλονται παραλληλισμοί μεταξύ του προγράμματος των δραστηριοτήτων και της κατάστασης παροχής βοήθειας όπου αυτό ενδείκνυται και επιβάλλεται.

- Δίνεται προσοχή στην ανάπτυξη της ευθύνης, αυτοεκτίμησης και κατανόησης των συμμετεχόντων μαθητών, επισημαίνοντας, όπου αυτό είναι δυνατόν, τις δυνατότητες, τις επιτυχίες και τις ικανότητές τους.

- Οι εκπαιδευτικοί είναι έτοιμοι να εντοπίσουν και να διερευνήσουν τις δυσκολίες των συμμετεχόντων μαθητών.

- Διευκολύνουν μια προσέγγιση διαχείρισης προβλημάτων για όλα τα θέματα.

- Ενθαρρύνουν τους συμμετέχοντες μαθητές να παρακολουθούν, να ρωτούν και να σκέφτονται προσεκτικά πριν δράσουν.

- Οι εκπαιδευτικοί ενθαρρύνουν τους συμμετέχοντες μαθητές στην προσπάθεια εντόπισης όλων των πιθανών επιλογών για τη δράση ή λύση, παρέχοντας προτάσεις, αν είναι απαραίτητο.

- Όπου είναι δυνατόν, δίνεται η ευκαιρία στους συμμετέχοντες μαθητές να παρατηρούν και να εφαρμόζουν σχετικές ικανότητες σε ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον στο οποίο να είναι διαθέσιμη μια εποικοδομητική ανατροφοδότηση, για να τους βοηθά ώστε να αναπτυχθούν αποτελεσματικά.

- Οι εκπαιδευτικοί λαμβάνουν υπόψη τα δυναμικά της ομάδας των συμμετεχόντων μαθητών, και ως αποτέλεσμα αυτού προσπαθούν να ενισχύσουν τη

μάθηση της ομάδας. Η κάθε συνάντηση καθοδηγείται από τον εκπαιδευτικό ο οποίος πάντα αρχίζει θέτοντας τη συγκεκριμένη δραστηριότητα σε πλαίσιο, με την έννοια της ανακεφαλαίωσης των όσων έχουν συμβεί προηγουμένως (την προηγούμενη εβδομάδα ή νωρίτερα) και περιγραφή αυτού που θα επακολουθήσει όσον αφορά το περιεχόμενο, τη δομή και το σκοπό.

Η συζήτηση είναι όσο το δυνατόν πιο ενδιαφέρουσα και ευχάριστη, ενώ παράλληλα διευκολύνεται, κατά σωκρατικό τρόπο, με την υποβολή ερωτήσεων και τη βοήθεια στους συμμετέχοντες μαθητές ώστε να βρίσκουν οι ίδιοι τις απαντήσεις. Επαφίεται στην κρίση των εκπαιδευτικών της ομάδας των συμμετεχόντων μαθητών να χρησιμοποιήσουν οποιαδήποτε δημιουργική μέθοδο για να συμμετέχουν τα μέλη της ομάδας. Όλες οι συνεισφορές αναγνωρίζονται, γίνονται σεβαστές και επαινούνται δεόντως. Η διερεύνηση κάθε συνεισφοράς μπορεί να γίνει με την υποβολή περαιτέρω ερωτήσεων ή με την ενθάρρυνση



με άλλους τρόπους (π.χ., «τι εννοείς με αυτό;» ή «εξήγησε αυτό λίγο περισσότερο» ή «γιατί νομίζεις ότι αυτό είναι σημαντικό;»). Τα κυριότερα αναζητηθέντα σημεία συγκεντρώνονται γραπτώς σε έναν πίνακα, ώστε να είναι συγχρόνως ορατά σε όλους. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν και πίνακες με χαρτιά, αν και είναι δύσκολο να συγκεντρώσει κανείς όλες τις πληροφορίες μιας συζήτησης σε μία μόνο σελίδα. Ενδέχεται να είναι δύσκολο να δομηθούν επαρκώς και σαφώς στο διάγραμμα όλα τα σημεία, αλλά χρειάζεται να καταβληθεί μια προσπάθεια να γίνει αυτό, πιθανώς με τη χρήση ενός διαγράμματος σε μορφή ιστού.

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι να διευθύνει και να συμβάλλει στη συστηματικοποίηση της συζήτησης της ομάδας, προσφέροντας τη δική του γνώση όπου αυτό ενδείκνυται, απαιτείται και θεωρείται κατάλληλο.

Αυτό θα οδηγήσει στη διατήρηση της συζήτησης της ομάδας, στην αναζήτηση των ιδεών και των γνώσεων των μαθητών-μελών της, στη διεξαγωγή της συζήτησης κατά τρόπο ενδιαφέροντα

και ζωντανό και στην παροχή βοήθειας στα μέλη ώστε να σκεφτούν και να αναπτύξουν καθένα από τα θέματα με όσο το δυνατόν περισσότερες λεπτομέρειες. Ο εκπαιδευτικός επιτρέπει άμεση πολυμερή συζήτηση μεταξύ των διαφόρων μελών της ομάδας χωρίς να τα διακόπτει, υπό την προϋπόθεση ότι κάθε φορά μιλά μόνο ένα παιδί και τα άλλα ακούν. Μια τέτοια συζήτηση συχνά προάγει τη συμμετοχή στο θέμα. Οι αντιπαραθέσεις μεταξύ των συμμετεχόντων μαθητών πρέπει να αντιμετωπίζονται προσεκτικά ώστε να προωθείται η διαδικασία της μάθησης. Για να είναι αποτελεσματικός ο εκπαιδευτικός οφείλει να έχει μια σαφή αντίληψη της ερώτησης και να έχει συνεχώς υπόψη τους στόχους και την εστίαση της δραστηριότητας. Ο πραγματικός στόχος είναι να βοηθηθεί η ομάδα των μαθητών ώστε να διερευνήσει το συγκεκριμένο πρόβλημα ή θέμα όσο το δυνατόν πιο λεπτομερειακά και βαθιά. Αυτό διευκολύνεται από τον εκπαιδευτικό με το να έχει υπόψη μόνο μια γενική ερώτηση και να βοηθά την ομάδα στην προσπάθεια να απαντήσει. Για να επιτευχθεί

αυτό απαιτείται αρκετή προετοιμασία σε σχέση με το περιεχόμενο κάθε δραστηριότητας. Αυτό σημαίνει ότι ο εκπαιδευτικός έχει σχέση με τη γνώση, τη θεωρία, τις μεθόδους και την έρευνα στο συγκεκριμένο πεδίο, και ίσως μπορεί να διαμορφώσει μια λεπτομερή και εμπειριστωμένη απάντηση για δική του χρήση, με σκοπό την καθοδήγηση της συζήτησης. Η απάντηση αυτή δε δίνεται στους συμμετέχοντες μαθητές, αλλά απλώς χρησιμοποιείται ως μέσο καθοδήγησης της διερεύνησης της ομάδας. Στο τέλος κάθε δραστηριότητας ο εκπαιδευτικός είναι θετικό να επιχειρεί να κάνει μια ανακεφαλαίωση στα κυριότερα σημεία της. Η ανακεφαλαίωση είναι πολύ σύντομη, με την αναφορά μόνο των πιο σημαντικών συμπερασμάτων. Αυτό θα συμβεί, ανεξαρτήτως του αν τα θέματα έχουν συζητηθεί εκτενώς ή όχι. Δεν προϋποτίθεται ότι κάθε θέμα θα διερευνηθεί πλήρως στη διάρκεια του διαθέσιμου χρόνου, αλλά μόνο ότι η ομάδα θα προχωρήσει όσο μακρύτερα μπορεί στη διερεύνηση κατά το διαθέσιμο χρόνο. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να επισημάνει μέχρι ποιου

σημείου καλύφθηκε το θέμα, καθώς και τα τυχόν υπολειπόμενα προβλήματα.

## Έργο και ρόλοι του εκπαιδευτικού

Γενικά οι εκπαιδευτικοί απαιτείται να επιδεικνύουν σε μεγάλο βαθμό τις ικανότητες στην ανάπτυξη των οποίων στοχεύει το πρόγραμμα διαθέτοντας σεβασμό και ενσυναίσθηση, ειλικρίνεια και ενθουσιασμό. Αυτό προϋποθέτει: να ακούν προσεκτικά τις σκέψεις και τα συναισθήματα των συμμετεχόντων μαθητών, να τους καθοδηγούν όπως αυτό είναι αναγκαίο, να είναι ενθαρρυντικοί και υποστηρικτικοί, αλλά και προκλητικοί ώστε να βοηθήσουν την ομάδα να διερευνήσει η ίδια τις αρχές που υιοθετούνται, καθώς και τις ικανότητες και ιδιότητες που αποτελούν το αντικείμενο της εξάσκησης. Παράλληλα να βρίσκουν ευκαιρίες ώστε να επαινούν τους συμμετέχοντες μαθητές και το σύνολο της ομάδας όσο το δυνατόν συχνότερα, αλλά ταυτόχρονα να μπορούν να εντοπίζουν προβλήματα και

δυσκολίες, καθώς και να τα συζητούν όσο ανοιχτά είναι αναγκαίο.

Εξ ορισμού ο ρόλος των εκπαιδευτικών είναι η διευκόλυνση της διερεύνησης από τους συμμετέχοντες μαθητές, με τους ίδιους να οδηγούν, να διευθύνουν και να οργανώνουν την ομάδα ως σύνολο. Γενικά αυτό εμπλέκει τους εκπαιδευτικούς στο ακόλουθο έργο:

- Να προετοιμάζουν προσεκτικά όλες τις πτυχές του προγράμματος των δραστηριοτήτων, ώστε να είναι σαφές τι προσπαθούν να μεταδώσουν.
- Να θέτουν κάθε μέρος του προγράμματος δραστηριοτήτων (στο σύνολο ή τμήματα) στο πλαίσιο του τι έχει ήδη συμβεί και να παρέχουν πληροφορίες για ό,τι έχει ήδη καλυφθεί.
- Να εξηγούν το στόχο της τρέχουσας δραστηριότητας και να δίνουν σαφείς οδηγίες στους συμμετέχοντες μαθητές γι' αυτό που πρόκειται να συμβεί.
- Να διευκολύνουν την πραγματοποίηση των δραστηριοτήτων με την αρχική υποβολή μιας γενικής ερώτησης και, στη συνέχεια, με τη βοήθεια προς τους

συμμετέχοντες μαθητές να δίνουν απαντήσεις.

- Να επιτρέπουν σε ένα μαθητή να απαντήσει κατά προτίμηση μόνο επί ενός κύριου σημείου κάθε φορά. Αυτό συνεπάγεται να λαμβάνεται υπόψη η απάντηση, να σχολιάζεται και να προσφέρεται προς συζήτηση πριν ζητηθούν περαιτέρω απαντήσεις στην κύρια ερώτηση από άλλους μαθητές.
- Να καταγράφουν τα κύρια σημεία που θα αναδειχθούν σε έναν πίνακα ή διαφανοσκόπιο και να συστηματοποιούνται όσο το δυνατόν σαφέστερα.
- Να εξάγουν κύρια συμπεράσματα στο τέλος της κάθε δραστηριότητας.
- Να διευκολύνουν την οργάνωση της ομάδας των μαθητών όσο το δυνατόν διακριτικότερα.
- Να τηρούν το χρόνο για όλη την ομάδα.
- Να προσπαθούν να εξασφαλίσουν ότι το πρόσωπο που έχει δυσκολίες δεν υπονομεύεται ή υποτιμάται από κριτική, ανεξαρτήτως του πόσο αυτή νοείται ως εποικοδομητική.
- Να διευκολύνουν τις συζητήσεις επανατροφοδότησης.

- Να συνεισφέρουν στη συζήτηση με όποιο τρόπο είναι αναγκαίο, να αποσαφηνίζουν τις παρατηρήσεις τους και να συνοψίζουν τα κύρια σημεία.

## Συνοπτική παρουσίαση των Εργαστηρίων με τους μαθητές για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

Οι γενικοί στόχοι των προτεινόμενων δραστηριοτήτων, που πραγματοποιούνται με τη μορφή εργαστηρίων, είναι:

1. η κατανόηση, η ευαισθητοποίηση, η πρόληψη του φαινομένου του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, και
2. η ανάπτυξη ψυχοπαιδαγωγικών παρεμβάσεων διαχείρισης περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.

Για την υλοποίηση των παραπάνω γενικών στόχων, οι εκπαιδευτικοί προτείνονται να οργανώσουν και να εφαρμόσουν

11 Εργαστήρια για μαθητές, διάρκειας 90' το καθένα, όπου θα αναπτύξουν ισάριθμα σχέδια εργασίας. Το κάθε Εργαστήριο έχει: δομή, θεματολογία, στόχους, μεθόδους υλοποίησης, υλικά μέσα εφαρμογής, και δραστηριότητες.

Στην αρχή κάθε Εργαστηρίου γίνεται:

- αναφορά στους στόχους,
- εισαγωγή και σύνδεση με τα προηγούμενα, και
- αναφορά στις δραστηριότητες, στις μεθόδους και στα υλικά μέσα εφαρμογής.

Στο τέλος του Εργαστηρίου πραγματοποιείται:

- σύνοψη,
- αξιολόγηση,
- ενημέρωση για το περιεχόμενο του επόμενου Εργαστηρίου.

## Ειδικότερα η θεματολογία και οι στόχοι των Εργαστηρίων είναι:

### 1ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Ενημέρωση για το πρόγραμμα»

**B. Στόχοι:**

1. Να ενημερωθούν οι μαθητές για το πρόγραμμα το οποίο θα υλοποιήσουν.
2. Να ενισχυθεί το κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας που θα λειτουργήσει υποστηρικτικά για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος.

### 2ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Υπογραφή συμβολαίου»

**B. Στόχοι:**

1. Να ενισχυθεί το κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας που θα λειτουργήσει υποστηρικτικά για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος.
2. Να διατυπωθούν οι βασικοί κανόνες για τη λειτουργία της ομάδας, να εξασφαλιστεί η συναίνεση των παιδιών και να υπογραφεί το συμβόλαιο.

### 3ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Μιλώντας για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο»

**B. Στόχοι:**

1. Να κατανοήσουν οι μαθητές το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.
2. Να μιλήσουν με αφορμή ένα κείμενο για τις καταστάσεις και τα πρόσωπα της ιστορίας και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.
3. Να κατονομάσουν τις αρνητικές επιπτώσεις του φαινομένου.

### 4ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Ενσυναίσθηση και αλληλεγγύη»

**B. Στόχοι:**

1. Να μιλήσουν οι μαθητές για τους ρόλους που υιοθετούν όταν βρίσκονται παρόντες σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας.
2. Να ενισχυθούν η ενσυναίσθηση και η αλληλεγγύη.

### 5ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Διαφορετικότητα»

**B. Στόχοι:**

1. Να οξυνθεί η δυνατότητα των μαθητών να εντοπίζουν τις ομοιότητες και τις διαφορές των ατόμων.
2. Να ενθαρρυνθεί η αποδοχή της διαφορετικότητας των ατόμων.
3. Να καλλιεργηθεί η δυνατότητα να χρησιμοποιούν αλληλοσυμπληρωματικά και δημιουργικά τη διαφορετικότητα.

### 6ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Κατανόηση του φαινομένου του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο: οι ρόλοι των εμπλεκόμενων»

**B. Στόχοι:**

1. Να κατανοήσουν οι μαθητές τους διάφορους ρόλους σε φαινόμενα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
2. Να σκεφτούν ποια είναι τα χαρακτηριστικά του θύτη, του θύματος και του παρατηρητή.

### 7ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο»

**B. Στόχοι:**

1. Να γίνουν κατανοητές οι επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.
2. Να αναγνωριστούν οι συμπεριφορές και τα συμπτώματα που μπορεί να οφείλονται στο φαινόμενο αυτό.

### 8ο Εργαστήριο

**A. Θεματολογία:**

«Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο – I»

**B. Στόχοι:**

1. Να ευαισθητοποιηθεί και να κινητοποιηθεί η μαθητική κοινότητα τόσο σε επίπεδο συναισθηματικό, όσο και σε επίπεδο συμπεριφοράς σε σχέση με περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
2. Να προταθούν από τους μαθητές αποτελεσματικοί τρόποι αντιμετώπισης του φαινομένου.
3. Να συζητηθεί ο ρόλος των συμμαθητών, των δασκάλων και των γονέων σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.

4. Να δοθεί έμφαση στο ότι η κοινοποίηση περιστατικών εκφοβισμού εκ μέρους των μαθητών δεν αποτελεί «κάρφωμα».

## 9ο Εργαστήριο

### A. Θεματολογία:

«Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο – II: Η δύναμη της ομάδας»

### B. Στόχοι:

1. Να ευαισθητοποιηθεί και να κινητοποιηθεί η μαθητική κοινότητα τόσο σε επίπεδο συναισθηματικό, όσο και σε επίπεδο συμπεριφοράς σε σχέση με περιστατικά εκφοβισμού και βίας που αφορούν άλλους μαθητές.

2. Να καλλιεργηθεί με ενεργητικό βιωματικό τρόπο ο ουσιαστικός ρόλος που μπορεί να έχει η ομάδα των μαθητών ως φορέας πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης για την αποτελεσματική αντιμετώπιση του φαινομένου.

## 10ο Εργαστήριο

### A. Θεματολογία:

«Μιλώντας στους γονείς για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο: προετοιμασία της συνάντησης»

### B. Στόχοι:

1. Να συνοψιστούν οι βασικές διαστάσεις του φαινομένου, όπως παρουσιάστηκαν στα προηγούμενα Εργαστήρια.

2. Να αξιοποιηθεί η γνώση των μαθητών για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, σε εικαστικές ή άλλες δημιουργικές δραστηριότητες.

3. Να οργανωθεί η συνάντηση με τους γονείς.

## 11ο Εργαστήριο

### A. Θεματολογία:

«Αξιολόγηση του προγράμματος»

### B. Στόχοι:

1. Να σκεφτούν και να συζητήσουν οι συμμετέχοντες για την εμπειρία τους στο πρόγραμμα.

2. Να αξιολογήσουν το πρόγραμμα.

3. Να εκτιμήσουν τη συμμετοχή τους στα Εργαστήρια.

4. Να μιλήσουν για τα συναισθήματά τους σε όλη την πορεία του προγράμματος.

5. Να αναγνωρίσουν τα συναισθήματά τους για κάτι που τελειώνει.

Ο εκπαιδευτικός πρέπει να έχει ξεκάθαρη τη γνώση ότι κυρίαρχη αντίληψη στη φιλοσοφία των Εργαστηρίων είναι η έμφαση στις σχέσεις και στις αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μαθητών, καθώς και μεταξύ μαθητών και δασκάλου. Δεν πρόκειται για μια «τεχνική» διαδικασία που εξελίσσεται στα πλαίσια των Εργαστηρίων, αλλά για μια συναισθηματική εμπειρία. Κατά συνέπεια η απόκτηση κοινωνικών δεξιοτήτων και η οποιαδήποτε διαμόρφωση ή τροποποίηση στάσεων εξαρτώνται σε μέγιστο βαθμό από την ποιότητα των σχέσεων και των αλληλεπιδράσεων.

## B. Συναντήσεις Γονέων

Η σύγχρονη εκπαιδευτική έρευνα αποκαλύπτει ότι τα πιο αποτελεσματικά προγράμματα αγωγής υγείας στο σχολείο είναι εκείνα που εμπλέκουν δημιουργικά τους γονείς των μαθητών, θεσμικά πρόσωπα, πρόσωπα κύρους, καθώς και φορείς της κοινότητας.

Αυτή ακριβώς είναι και η καινοτομία του προγράμματος. Δηλαδή η εμπλοκή των γονέων στην υλοποίηση των Σχεδίων Εργασίας ώστε οι μαθητές να έχουν την ευκαιρία να μοιράζονται μαζί τους τις εμπειρίες τους και εκτός σχολείου.

Με το σκεπτικό αυτό η συμμετοχή των γονέων, πέρα από τις πρακτικές διευκολύνσεις που μπορεί να προσφέρει, συμβάλλει σημαντικά στην αποτελεσματικότητα του προγράμματος.

Προτείνονται δύο συναντήσεις για γονείς όπου η θεματολογία και οι στόχοι των Εργαστηρίων έχουν ως εξής:

## 1η Συνάντηση για γονείς

### A. Θεματολογία:

«Ενημέρωση για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο»

### B. Στόχοι:

1. Να ενημερωθούν οι γονείς για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

2. Να συζητήσουν για την πρόληψη και τη διαχείριση των περιστατικών.

3. Να ενημερωθούν για την υλοποίηση των Σχεδίων Εργασίας.

4. Να εξασφαλιστεί η συναίνεση των γονέων για τη συμμετοχή των παιδιών.

*Αυτή η πρώτη συνάντηση με τους γονείς προτείνεται να πραγματοποιηθεί 15 μέρες πριν από την έναρξη των Εργαστηρίων. Η συμμετοχή και των δύο γονέων κρίνεται απαραίτητη.*

## 2η Συνάντηση για γονείς

### A. Θεματολογία:

«Εκδήλωση παρουσίασης του τελικού προϊόντος»

### B. Στόχοι:

1. Να παρουσιαστεί το τελικό προϊόν.

2. Να γίνει η παρουσίαση και διάχυση των αποτελεσμάτων.

*Η συνάντηση αυτή είναι μια γιορτή. Οι γονείς καλούνται να συμμετέχουν σε μια εκδήλωση παρουσίασης του τελικού προϊόντος και να ακούσουν τα αποτελέσματα του προγράμματος. Με αυτό τον τρόπο μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικοί έχουν τη δυνατότητα να ανταλλάξουν απόψεις και εμπειρίες, να συζητήσουν για τις δυσκολίες, αλλά κυρίως να νιώσουν τη χαρά και την ικανοποίηση της δημιουργίας.*

# Εργαστήριο 1ο

## Εισαγωγή - ενημέρωση για το πρόβλημα

Η πρώτη συνάντηση είναι εξαιρετικά σημαντική, γιατί σε αυτήν οι μαθητές θα ενημερωθούν για τους στόχους και το περιεχόμενο του Σχεδίου Εργασίας που θα υλοποιήσουν.

### Αυτή η πρώτη συνάντηση περιλαμβάνει:

- Κριτική ανταλλαγή απόψεων για την πρόταση-πρωτοβουλία του εκπαιδευτικού
- Παρουσίαση του θέματος από τον εκπαιδευτικό
- Ευαισθητοποίηση και κινητοποίηση των μαθητών
- Συναίνεση των μαθητών για την υλοποίηση του Σχεδίου Εργασίας
- Καθορισμό και ανάλυση των σκοπών και των στόχων
- Παρουσίαση του σχεδίου δράσης
- Χρονοδιάγραμμα

Σε αυτή την πρώτη συνάντηση είναι καθοριστικό να σταθεροποιηθεί ένα μη απειλητικό, υποστηρικτικό κλίμα το οποίο θα διευκολύνει την έκφραση ιδεών, απόψεων, συναισθημάτων και τη θετική αλληλεπίδραση των μαθητών ώστε να διασφαλιστεί η ενεργός συμμετοχή όλων των μελών της ομάδας σε όλη την πορεία διεξαγωγής του Σχεδίου Εργασίας. Ένα κλίμα που να καθιερώνει ένα πλαίσιο αποδοχής του άλλου και να προωθεί τη συνεργασία.

Είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός να διευκρινίσει στους μαθητές ότι δεν πρόκειται για μια τυπική σχολική εργασία που βαθμολογείται, αλλά για μια μαθητοκεντρική δράση που προωθεί τη συνεργασία, ενώ συνάμα καλλιεργεί στάσεις και δεξιότητες, προσωπικές και κοινωνικές.

## A. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να ενημερωθούν οι μαθητές για το πρόγραμμα το οποίο θα υλοποιήσουν.
2. Να ενισχυθεί το κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας που θα λειτουργήσει υποστηρικτικά για την επίτευξη του προγράμματος.

## B. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Συζήτηση.
2. Δραστηριότητα γνωριμίας.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Κουτιά με κάρτες γραμμάτων.
2. Απόκομμα εφημερίδας.
3. Υπολογιστής - διαδίκτυο - βιντεοπρωβόλεας.

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

15' 

Ο εκπαιδευτικός αρχίζει μια εισαγωγική συζήτηση με τους μαθητές για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, στη συνέχεια τους ζητά να αναφέρουν παραδείγματα και στο τέλος να εκφράσουν τις απόψεις τους για το φαινόμενο.

Αφορμή για τη συζήτηση αυτή μπορεί να αποτελέσει ένα απόκομμα ή μια φωτογραφία από εφημερίδα ή μια είδηση στα ΜΜΕ.

Στη συνέχεια τους προτείνει να υλοποιήσουν ένα Σχέδιο Εργασίας (project) με σκοπό να κατανοήσουν και να αντιμετωπίσουν το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Επίσης τους ενημερώνει ότι είναι πολύ σημαντικό με την περάτωση του Σχεδίου Εργασίας να πραγματοποιηθεί μια εκδήλωση ανοιχτή στην κοινότητα για την παρουσίαση και διάχυση των αποτελεσμάτων της συλλογικής δράσης ή μια έκθεση ζωγραφικής ή μια θεατρική παράσταση ή εφαρμογή όλων αυτών στην καθημερι-

νή σχολική ζωή ή στη συμπεριφορά και στη στάση ζωής των συμμετεχόντων.

Ακολουθεί συζήτηση σχετικά με την πρόταση. Οι μαθητές ανταλλάσσουν απόψεις σχετικά με την πρόταση, τοποθετούνται εκφράζοντας τις ιδέες, τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους. Ο εκπαιδευτικός δίνει τις ανάλογες διευκρινίσεις, λύνει τις απορίες των μαθητών ώστε να καταλήξουν στην υιοθέτηση της πρότασης για την υλοποίηση του Σχεδίου Εργασίας.

### Δραστηριότητα 2η

25' 

Με δεδομένη τη συναίνεση των μαθητών, ο εκπαιδευτικός προτείνει στους μαθητές ορισμένες χωροταξικές αλλαγές στην αίθουσα. Συγκεκριμένα, προτείνει να ενωθούν όλα τα θρανία ώστε να δημιουργηθεί ένα μεγάλο τραπέζι και να καθίσουν όλοι γύρω από αυτό. Στη συνέχεια ζητάμε από τους μαθητές να προτείνουν έναν τρόπο ή ένα παιχνίδι ώστε να καθοριστεί η σειρά που θα καθίσουν γύρω από το τραπέζι. Για παράδειγμα, το παιχνίδι της τυφλόμυγας. Υπό τους ήχους ανάλογης μουσικής, η τυφλόμυγα αρχίζει το κυνηγητό. Κάθονται στο τραπέζι, σύμφωνα με τη σειρά που τους πιάνει. Όταν τα παιδιά καθίσουν γύρω από το μεγάλο τραπέζι, απευθύνουμε το ερώτημα:

«Γιατί νομίζετε ότι καθόμαστε έτσι; Πώς σας φαίνεται;»

Μπορεί κάποια παιδιά να δυσκολευτούν να αλλάξουν τον τρόπο και τη θέση που κάθονταν. Συνήθως η αντίσταση κρατά μέχρι να γίνει η αλλαγή και να ενταχθούν στην καινούργια δομή. Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά ότι όλοι πρέπει να βοηθήσουν ώστε το μεγάλο τραπέζι να γίνει ένας ιδιαίτερος χώρος για ανταλλαγή απόψεων και για συζήτηση. Οι εργασίες που θα ακολουθήσουν δεν είναι μάθημα ή μάλλον είναι μάθημα αλλά μάθημα συναισθημάτων.

### Δραστηριότητα 3η

20' 

Ο εκπαιδευτικός προτείνει στους μαθητές να παίξουν ένα παιχνίδι. Το παιχνίδι ονομάζεται «το αλφάβητο του εκφοβισμού». Οι μαθητές με τη σειρά που κάθονται στο μεγάλο τραπέζι, ανά τρεις, αποτελούν και μια ομάδα. Σε κάθε τριάδα δίνουμε ένα κουτάκι με πολλά χαρτονάκια. Στο κάθε χαρτονάκι είναι γραμμένο ένα γράμμα. Τα παιδιά προσπαθούν να σχηματίσουν λέξεις σχετικές με τον εκφοβισμό. Το κάθε κουτάκι πρέπει να περιέχει τα ίδια γράμματα ώστε οι δυνατότητες να είναι οι ίδιες για κάθε ομάδα.

Η ομάδα που θα σχηματίσει τις περισσότερες λέξεις θα είναι και η νικήτρια ομάδα.

### Δραστηριότητα 4η

20' 

Η 4η δραστηριότητα περιλαμβάνει το παιχνίδι των συστάσεων που εξελίσσεται σε τρία στάδια.

1ο στάδιο: Οι μαθητές σηκώνονται όρθιοι και περπατούν στο χώρο. Όποιον συμμαθητή συναντούν τον χαιρετούν με χειραψία κοιτάζοντάς τον στα μάτια και συστήνονται με το μικρό τους όνομα.

2ο στάδιο: Αν συνεχίσουν να συναντούν τους ίδιους, τους χαιρετούν μόνο με χειραψία, χωρίς λόγια.

3ο στάδιο: Τώρα χαιρετούν όποιον συναντούν με όποιον τρόπο θέλουν, εκτός από λόγια και χειραψία.

## Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

*Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση ενημερώνοντας με σύντομο τρόπο τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες της εν λόγω συνάντησης, που έχει ως θέμα την «Υπογραφή Συμβολαίου».*





# Εργαστήριο 2ο

## Υπογραφή συμβολαίου

Η δεύτερη συνάντηση είναι πολύ σημαντική, γιατί σε αυτήν οι μαθητές θα υπογράψουν το συμβόλαιο για το Σχέδιο Εργασίας που θα υλοποιήσουν.

Σε συνέχεια της ενημέρωσης και της συζήτησης που προηγήθηκε στο 1ο Εργαστήριο, ακολουθεί η υπογραφή Συμβολαίου που είναι σημαντική και ευχάριστη στιγμή για τους μαθητές.

Αυτό θα καθορίσει τις αρχές και τους κανόνες της κοινής δράσης. Έχει διαπιστωθεί ότι όταν τα ίδια τα παιδιά αποφασίζουν για τις αρχές, τα δικαιώματα, τις υποχρεώσεις και τα όρια που θέτει η ομάδα, τότε δεσμεύονται περισσότερο να τα τηρήσουν και να συμπλεύσουν με την ομάδα. Με τον τρόπο αυτό διασφαλίζονται τα δικαιώματα και διασαφηνίζονται οι υποχρεώσεις του καθενός ώστε να αναπτυχθούν η αμοιβαία εμπιστοσύνη και ο σεβασμός. Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται στη διατύπωση των κανόνων. Είναι σημαντικό οι κανόνες να αρχίζουν με τα δικαιώματα και μέσα από τα δικαιώματα να απορρέουν οι υποχρεώσεις.

## Α. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να ενισχυθεί το κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας που θα λειτουργήσει υποστηρικτικά για την επίτευξη του προγράμματος.
2. Να διατυπωθούν οι βασικοί κανόνες για τη λειτουργία της ομάδας, να εξασφαλιστεί η συναίνεση των παιδιών και να υπογραφεί το Συμβόλαιο.

## Β. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Συζήτηση.
2. Δραστηριότητα γνωριμίας.
3. Εικαστική δημιουργία.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Σελίδες Α4.
2. Χαρτόνι μεγέθους Α3.
3. Μαρκαδόροι.
4. Ψαλίδι.
5. Αντικείμενο μικρόφωνο.
6. Υπολογιστής - διαδίκτυο - βιντεοπροβολέας.
7. Φωτοτυπία εμβλήματος.
8. CD player, βιντεοπροβολέας και CD με χαλαρωτική μουσική.

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει την εισαγωγή του Εργαστηρίου και ακολουθεί η διασύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο.

### Δραστηριότητα 2η

25' 

Με δεδομένη τη συναίνεση των μαθητών και προκειμένου να ενισχυθούν η ουσιαστική επικοινωνία, η αλληλεπίδραση και η ενδυνάμωση των σχέσεων

μεταξύ των συμμετεχόντων, ο εκπαιδευτικός ή και οι μαθητές προτείνουν δραστηριότητες γνωριμίας. Ενδεικτικά θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί μία από τις παρακάτω δραστηριότητες γνωριμίας.

α) Το αυτοβιογραφικό ποίημα. Οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός γράφουν ένα αυτοβιογραφικό ποίημα. Αρχής γενομένης από τον εκπαιδευτικό.

Για παράδειγμα:

*Με λένε Θεοδόση.*

*Είμαι ευαίσθητος, λιχούδης και Πανάθα.*

*Είμαι και αθλητικός αφού τρέχω στο γήπεδο σαν παλαβός.*

*Γιος του Δημήτρη και της Γεωργίας και της Ευαγγελίας αδελφός.*

*Γεννήθηκα στην Ξάνθη.*

*Τρελαίνομαι για σινεμά και ταξίδια μακρινά.*

*Δίνω τη φιλία μου και μοιράζω τα χαμόγελά μου αλλά κι εγώ χρειάζομαι αγάπη και φιλία.*

*Φοβάμαι τον οδοντογιάτρο και το τέλος των διακοπών.*

*Θέλω να πάω στο Περού....*

*Μένω στο Χολαργό.*

Τα ποιήματα, γραμμένα σε χαρτόνια και ζωγραφισμένα από τα ίδια τα παιδιά, μπορούν να τοποθετηθούν στους πίνακες ανακοινώσεων της τάξης.

β) Ζητάμε από το κάθε παιδί να συστήσει το διπλανό του με το όνομά του και να αναφέρει το πιο θετικό του χαρακτηριστικό (π.χ., αυτός είναι ο Γιάννης και είναι πολύ καλός στα Μαθηματικά).

γ) Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο, έχουν τα μάτια κλειστά, ενώ τα χέρια τους είναι πιασμένα με τα χέρια των διπλανών τους. Ακούγεται μια ήρεμη μουσική και το κάθε παιδί αρχίζει να μιλάει για το διπλανό του. Μόλις ολοκληρώσει κάποιο παιδί τις σκέψεις του, αρχίζει να μιλάει το επόμενο. Αφού μιλήσουν όλα τα παιδιά, συνεχίζουν να έχουν τα χέρια τους πιασμένα για περίπου 2-3 λεπτά.

Για να βοηθήσουμε τα παιδιά να καταλάβουν και να εξοικειωθούν με τη λειτουργία του μεγάλου τραπεζιού, χρησιμοποιούμε ένα χαρακτηριστικό αντι-

κείμενο το οποίο θα λειτουργεί σαν μικρόφωνο. Μόνο αυτός που θα κρατά το αντικείμενο θα μπορεί να μιλήσει.

Έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον και σημασία οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός να μιλήσουν για το πώς ένιωσαν στη διάρκεια όλης αυτής της δραστηριότητας.

### Δραστηριότητα 3η

20' 

Ο εκπαιδευτικός επισημαίνει την ανάγκη ύπαρξης κανόνων για την ομαλή λειτουργία της ομάδας, εξηγώντας πως έτσι εξασφαλίζονται τα δικαιώματα και διασφαρνίζονται οι υποχρεώσεις του καθενός ώστε να αναπτυχθούν η αμοιβαία εμπιστοσύνη και ο σεβασμός.

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να συζητήσουν, να προτείνουν και να καθορίσουν τους κανόνες λειτουργίας της ομάδας.

Αφού συμφωνήσει όλη η ομάδα και αποδεχτεί τους κανόνες, ο δάσκαλος τους γράφει σε ένα μεγάλο χαρτί. Στη συνέχεια το κάθε παιδί που συναινεί σηκώνεται και υπογράφει. Το χαρτί αυτό αντιπροσωπεύει ταυτόχρονα και το συμβόλαιο του προγράμματος.

Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται στη διατύπωση των κανόνων. Είναι σημαντικό οι κανόνες να αρχίζουν με τα δικαιώματα και μέσα από τα δικαιώματα να απορρέουν οι υποχρεώσεις.

Ενδεικτικά προτεινόμενοι κανόνες μπορεί να είναι οι εξής:

Όλοι είμαστε εξίσου σημαντικοί και δε μειώνουμε κανέναν.

Εμπιστευόμαστε τους άλλους.

Έχω δικαίωμα να εκφράζω την άποψή μου και υποχρέωση να ακούω την άποψη των άλλων.

Έχω δικαίωμα να μιλάω χωρίς να με διακόπτουν, αλλά και υποχρέωση να μη διακόπτω τους άλλους.

Προσέχουμε την αίθουσα.

### Δραστηριότητα 4η

20' 

Η ομάδα με θεσμική πλέον οντότητα, καθισμένη γύρω από το μεγάλο τραπέζι, συζητά για την πρωτοβουλία-πρόταση

του εκπαιδευτικού ώστε να καθορίσουν τη μεθοδολογία, να διαμορφώσουν το πλαίσιο και να ορίσουν το χρονοδιάγραμμα υλοποίησης του Σχεδίου Εργασίας.

Επίσης στη φάση αυτή είναι χρήσιμο να αναζητηθούν ένα έμβλημα και ένα σύνθημα για την ομάδα ώστε αυτά να τυπωθούν σε μακό μπλουζάκια που θα φορούν τα μέλη της όταν αυτά θα εργάζονται για το συγκεκριμένο Σχέδιο Εργασίας. Το έμβλημα μπορούν να το ζωγραφίσουν οι μαθητές ή να αναζητήσουν κάτι σχετικό από το διαδίκτυο.

Ενδεικτικά θα προτείνουμε να χωριστεί η ομάδα σε τέσσερις υποομάδες και κάθε υποομάδα να πάρει σε φωτοτυπία το ένα τέταρτο ενός σχεδίου εμβλήματος και να το ζωγραφίσουν με μια συγκεκριμένη θεματολογία. Στη συνέχεια να το παρουσιάσουν και στο τέλος να τα ενώσουν ώστε να αποτελέσει το έμβλημα της ομάδας.

Όσον αφορά το σύνθημα της ομάδας, θα χρειαστεί να παίξει η ομάδα με διάφορες λέξεις, όπως: βία, φόβος, φιλία κτλ. Ενδεικτικά προτείνεται «ΝΙΚΑΜΕ ΤΗ ΦΟ-ΒΙΑ ΚΕΡΔΙΖΟΥΜΕ ΦΙΛΙΑ».

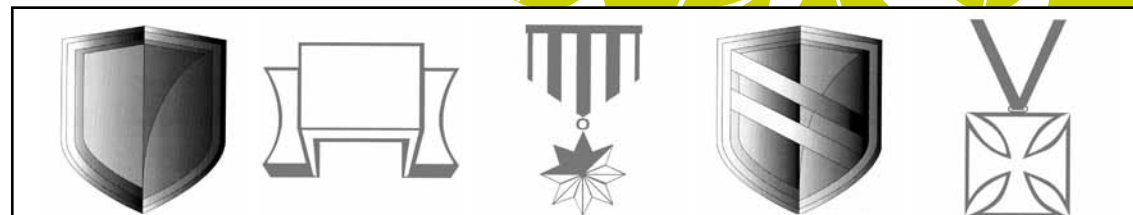
### Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση ενημερώνοντας με σύντομο τρόπο τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες αυτής της συνάντησης, που έχει ως θέμα «Μιλώντας για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο».**



Δημοτικό Σχολείο

### ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ

**Μαθητές και δάσκαλος συμφωνούμε για τα παρακάτω και υπογράφουμε:**

Στα πλαίσια του προγράμματος «ΝΙΚΑΜΕ ΤΗ ΦΟ-ΒΙΑ» θα πραγματοποιηθούν 11 Εργαστήρια όπου θα αναπτύξουμε δραστηριότητες ενάντια στο «ΦΟΒΟ ΚΑΙ ΤΗ ΒΙΑ». Για να μπορέσει να λειτουργήσει ομαλά η ομάδα και να συνεργαστούμε αποτελεσματικά, αποδεχόμαστε τους παρακάτω κανόνες αμοιβαίας εμπιστοσύνης και σεβασμού:

- Όλοι είμαστε εξίσου σημαντικοί.
- Εμπιστευόμαστε τους άλλους.
- Μιλάει ένα παιδί κάθε φορά.
- Ακούμε το άλλο παιδί όταν μιλάει.
- Δε διακόπτουμε.
- Δε μειώνουμε κανέναν.
- Δεν κοροϊδεύουμε ποτέ κάποιον για κάτι που είπε.
- Δε φωνάζουμε.
- Προσέχουμε την αίθουσα.

Συμφωνούμε και υπογράφουμε:

Δημήτρης...	Αλέξανδρος.....
Μιχάλης....	Θεόφιλος....
Γιώργος...	Παύλος.....
Χρήστος...	Ηλίας...
Δημήτρης	Κων/νος...
Ερνέστο...	Αντώνης.....
Γιώργος...	Ελισάβετ...
Χαρίκλεια...	Νίκος....

# Εργαστήριο 3ο

## Μιλώντας για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο

Το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο είναι μια μορφή επιθετικής συμπεριφοράς που εμφανίζεται κυρίως στη σχολική πραγματικότητα, με επιπτώσεις ευρύτερες και πέρα από τη διαδικασία μάθησης. Προκαλεί ιδιαίτερη ανησυχία στους μαθητές, στους γονείς και στους εκπαιδευτικούς, καθώς οι εκφοβιστικές συμπεριφορές υπονομεύουν τον ψυχοπαιδαγωγικό και κοινωνικοποιητικό ρόλο του σχολείου.

Επιδημιολογικές έρευνες σε πολλές χώρες αφενός καταδεικνύουν την αυξητική τάση του φαινομένου και αφετέρου έχουν καταγράψει ότι τα μισά παιδιά περίπου σε κάποιο στάδιο της σχολικής τους σταδιοδρομίας έχουν πέσει θύματα κάποιου «νταή» και έχουν υποστεί απειλές, παρενοχλήσεις, πειράγματα, καψόνια, ξυλοδαρμούς, απομόνωση και γενικότερα εκφοβιστικές συμπεριφορές.

Οι επιπτώσεις από τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο δεν αφορούν μόνο τα θύματα και τους θύτες ούτε μόνο ορισμένους μαθητές, αλλά διαμορφώνουν το ψυχολογικό κλίμα της τάξης και τη γενικότερη ατμόσφαιρα του σχολείου.

Τα επεισόδια εκφοβισμού μπορεί να ενισχυθούν ή να συντηρηθούν, να αποδυναμωθούν ή να περιοριστούν όχι μόνο με τη στάση και συμπεριφορά των άμεσα εμπλεκόμενων σε αυτά, αλλά και με τη στάση και τον τρόπο που αντιδρά η ευρύτερη ομάδα των συμμαθητών (παρατηρητών) στις διαδικασίες θυματοποίησης των μελών της.

Κύριος στόχος του 3ου Εργαστηρίου είναι να κατανοήσουν οι μαθητές ότι ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο είναι μια συστηματική και απρόκλητη θυματοποίηση παιδιών από συμμαθητές τους που υπερτερούν –όχι μόνο σωματικά– με σκοπό να προκαλέσουν σωματική βλάβη και ψυχικό πόνο.

Ως μέσο για την επίτευξη του παραπάνω στόχου θα χρησιμοποιούνται ο διάλογος και η συζήτηση, καθώς και η καλλιτεχνική δημιουργία. Αφορμή για τη συζήτηση θα δοθεί από την ανάγνωση της ιστορίας με τίτλο «Ο Γιώργος, η Μαρία, ο Νάκος, ο Σπύρος, και τ' άλλα παιδιά...».

Στη συζήτηση που θα ακολουθήσει, οι μαθητές θα έχουν την ευκαιρία να μιλήσουν για τις καταστάσεις και τα πρόσωπα της ιστορίας, να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να προσδιορίσουν το φαινόμενο του εκφοβισμού και να αναγνωρίσουν τις αρνητικές επιπτώσεις του.

Ο εκπαιδευτικός ως συντονιστής της συζήτησης οφείλει να είναι διαθέσιμος, να ακούει χωρίς να αξιολογεί και να αμφισβητεί την αυθεντικότητα του λόγου, καθώς και να κατανοεί τα πραγματικά μηνύματα που δίνουν οι μαθητές. Εξάλλου δε μας ενδιαφέρει η αντικειμενική περιγραφή των γεγονότων, αλλά η σημασία που τα μέλη της ομάδας προσδίδουν σε αυτά και το νόημα που έχουν για τους ίδιους.

Οι παραπάνω μεθοδολογικές κατευθύνσεις έχουν ως σκοπό να υποβοηθήσουν τη διαδικασία και να διευκολύνουν τον εκπαιδευτικό ώστε να εξυπηρετήσει καλύτερα τους στόχους του Εργαστηρίου. Η εκπαίδευση, ο ενθουσιασμός, η αυθεντικότητα, το κέφι και η δημιουργικότητα του εκπαιδευτικού αποτελούν, σε κάθε περίπτωση, τους καθοριστικούς παράγοντες για την επιτυχή έκβαση του Εργαστηρίου.

### A. ΣΤΟΧΟΙ

Να δοθεί η δυνατότητα στους μαθητές:

1. Να κατανοήσουν το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.
2. Να μιλήσουν με αφορμή ένα κείμενο για τις καταστάσεις και τα πρόσωπα της ιστορίας και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.
3. Να κατονομάσουν τις αρνητικές επιπτώσεις του φαινομένου.

### B. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Συζήτηση.
2. Ανάγνωση κειμένου.
3. Εικαστική δημιουργία.

### Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Φωτοτυπία που θα περιλαμβάνει την ιστορία που θα διαβάσουν.
2. Βιντεοπροβολέας.
3. Μπογιές – μαρκαδόροι.
4. Χαρτιά Α4.
5. Χαρτοσακούλες του μπακάλη.

### Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

#### Δραστηριότητα 1n – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει την εισαγωγή του Εργαστηρίου και ακολουθεί η διασύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο.

#### Δραστηριότητα 2n

40' 

Αρχικά μοιράζεται σε κάθε μαθητή ένα αντίτυπο της ιστορίας «Ο Γιώργος, η Μαρία, ο Νάκος, ο Σπύρος, και τ' άλλα παιδιά...». Στη συνέχεια προβάλλεται το ίδιο κείμενο στον προβολέα και ο εκπαιδευτικός το διαβάει δυνατά.

Ακολουθεί συζήτηση με αφορμή το κείμενο. Με τη συζήτηση οι μαθητές θα διευκολυνθούν να κατανοήσουν τι είναι ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο, τι σημαίνει θυματοποίηση, γιατί αποτελεί πρόβλημα. Ο εκπαιδευτικός με τις ανάλογες ερωτήσεις θα εκμαιεύσει τα δύο βασικά χαρακτηριστικά του φαινομένου, δηλαδή τη διαφορά δύναμης και την ύπαρξη πρόθεσης. Με τη νοηματική επεξεργασία του κειμένου οι μαθητές θα αντιληφθούν και θα κατονομάσουν τις επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

#### Δραστηριότητα 3n

35' 

Οι μαθητές χωρίζονται σε δύο ομάδες για να προετοιμάσουν τη δραματοποίηση της ιστορίας που θα πραγματοποιηθεί στο επόμενο Εργαστήριο.

Η πρώτη ομάδα θα βάλει τους διαλόγους ώστε το κείμενο να γίνει σενάριο και η δεύτερη ομάδα θα κατασκευάσει με τις χαρτοσακούλες μάσκες των προσώπων της ιστορίας. Εφόσον μείνει χρόνος, μπορούν να εικονογραφήσουν, με εικόνες που συνειρμικά σχετίζονται με την ιστορία που διάβασαν.

## Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Το 3ο Εργαστήριο κλείνει με ομαδική συζήτηση. Ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση που έχει ως θέμα την «Ενσυναίσθηση και Αλληλεγγύη».**

### ΚΕΙΜΕΝΟ

«Σάββατο πρωί και ο Γιώργος είναι πολύ χαρούμενος που σήμερα δεν έχει σχολείο. Σχεδιάζει πώς θα περάσει το Σαββατοκύριακο κάνοντας πράγματα που τον ευχαριστούν. Θα ήθελε να πάνε μαζί με τη Μαρία και τον Νάκο στο καινούργιο πάρκο που θα εγκαινιάσει ο δήμαρχος στην περιοχή του. Ο Γιώργος είναι καλός μαθητής, του αρέσουν οι σχολικές εργασίες, όμως δεν έχει καθόλου όρεξη να πηγαίνει στο σχολείο, γιατί εδώ και κάποιες εβδομάδες δυο συμμαθητές, ο Γιάννης και ο Νίκος, του φέρονται άσχημα την ώρα του διαλείμματος. Συγκεκριμένα, τον κοροϊδεύουν, τον σπρώχνουν, τον βρίζουν και δεν τον παίζουν στην ομάδα του ποδοσφαίρου, παρόλο που ζητά να συμμετέχει και έχει ήδη αποδείξει πόσο καλός παίκτης είναι. Εκείνος πια, όταν τους βλέπει να πλησιάζουν, απομακρύνεται... Τελευταία δε βγαίνει καθόλου στο διάλειμμα. Η φίλη του Γιώργου, η Μαρία, δείχνει στενοχωρημένη τον τελευταίο καιρό. Στα διαλείμματα που μένουν μαζί μέσα στην τάξη, ο Γιώργος τη ρωτάει επίμονα μήπως είναι άρρωστη και γι' αυτό μένει συνέχεια μέσα. Η Μαρία όμως αποφεύγει να του απαντήσει προβάλλοντας διάφορες δικαιολογίες».

«Φαίνεται ότι η Μαρία, παρότι αισθάνεται τον Γιώργο φίλο της, δε θέλει να μιλήσει σε κανέναν από τους συμμαθητές της, αλλά ούτε και στη δασκάλα για το φόβο που νιώθει όταν την πλησιάζουν κάποια συγκεκριμένα παιδιά. Το μεγάλο της πρόβλημα είναι η τουαλέτα όπου κάποια παιδιά την ακολουθούν και την κλειδώνουν μέσα».

«Ο τρίτος της παρέας, ο Νάκος, ένα καινούργιο παιδί στην τάξη που δε μιλάει καλά ελληνικά ακόμα, έχει κι αυτός τη δική του αγωνία. Την ώρα του μαθήματος, όταν η δασκάλα γράφει στον πίνακα, ο Γιώργος και ο Σπύρος τού μουντζουρώνουν τα τετράδια και του παίρνουν τα μολύβια. Με λίγα λόγια, του κάνουν τη “ζωή ποδήλατο”».

«Ο Νάκος ξέρει πως οι γονείς του με δυσκολία μπορούν να του προσφέρουν τα τετράδια και τα μολύβια που χρειάζεται, γιατί ακόμα οι δουλειές τους δεν είναι σταθερές. Όταν χτυπήσει κουδούνι για το σχολασμα, και τα τρία παιδιά βιάζονται να φύγουν. Τι κρίμα που μένουν σε διαφορετικές κατευθύνσεις και δεν μπορούν να φύγουν μαζί».

**ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ που αφορούν την παραπάνω ιστορία και διευκολύνουν τη συζήτηση με τους μαθητές για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.**

- Ποιοι είναι οι πρωταγωνιστές της ιστορίας;
- Άραγε πώς να αισθάνονται ο Γιώργος, η Μαρία, ο Νάκος;
- Γιατί άραγε ο Γιάννης και ο Νίκος ενοχλούν τον Γιώργο;
- Γιατί άραγε ο Γιάννης και ο Νίκος ενοχλούν τη Μαρία;
- Γιατί άραγε ο Γιάννης και ο Νίκος ενοχλούν τον Νάκο;
- Πώς άραγε νιώθουν ο Γιάννης και ο Νίκος όταν φέρονται έτσι στους συμμαθητές τους;
- Νομίζετε ότι ο Γιώργος φταίει για τον τρόπο που του συμπεριφέρονται;
- Πώς θα χαρακτηρίζατε τη συμπεριφορά του Γιάννη και του Νίκου;
- Τι θα μπορούσαν να κάνουν ο Γιώργος, η Μαρία και ο Νάκος για να αντιμετωπίσουν τη συμπεριφορά των συμμαθητών τους;
- Γιατί τα τρία παιδιά, παρότι είναι φίλοι, δε μιλάνε μεταξύ τους;
- Τι θα κάνατε αν βρισκόσασταν στη θέση των παιδιών;
- Πώς αισθάνεστε εσείς για τους πρωταγωνιστές της ιστορίας;
- Πώς αισθάνεστε για τον Γιάννη και τον Νίκο;
- Ποιους τρόπους θα προτεινάτε στα πρόσωπα της ιστορίας ώστε να μπορέσουν να λύσουν το πρόβλημα που έχει δημιουργηθεί στο σχολείο;

# Εργαστήριο 4ο

## Ενσυναίσθηση και αλληλεγγύη

Κύριος στόχος του 4ου Εργαστηρίου είναι να μιλήσουν οι μαθητές για τους ρόλους που υιοθετούν όταν παρευρίσκονται σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο και να ενισχυθούν η ενσυναίσθηση και η αλληλεγγύη μεταξύ των μελών της ομάδας.

Ως μέσα υλοποίησης του παραπάνω στόχου θα χρησιμοποιηθούν η δραματοποίηση και το παίξιμο ρόλων ώστε οι μαθητές να βιώσουν, μέσω των εναλλακτικών ρόλων, καταστάσεις και επεισόδια εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, να εστιάσουν στα συναισθήματα και στα εσωτερικά κίνητρα κάποιου άλλου σε διάφορες καταστάσεις και να μιλήσουν για το πώς νιώθουν. Να προωθηθεί η ιδέα ότι όλοι οι άνθρωποι νιώθουν ανάλογα σε παρόμοιες καταστάσεις χωρίς να διαφέρουν πολύ, ότι έχουν ομοιότητες και δεν είναι διαφορετικοί σε αυτά που αισθάνονται.

Με τον τρόπο αυτό καλλιεργούνται η ενσυναίσθηση και η αλληλεγγύη. Δηλαδή μαθαίνουν οι μαθητές να μπαίνουν στη θέση του άλλου.

Η ενσυναίσθηση (empathy) είναι η δυνατότητα να αναγνωρίσουμε ή να καταλάβουμε τη θέση, το συναίσθημα ή την κατάσταση κάποιου άλλου. Αυτό δε συνεπάγεται οίκτο ή συναισθήματα αρνητικά. Συνεπάγεται όμως μια διαδικασία κατά την οποία ο άνθρωπος που νιώθει ενσυναίσθηση έχει τη δυνατότητα να μπαίνει στη θέση του άλλου και αυτό τον κάνει να είναι πιο ευαίσθητος και πιο ανεκτικός σε κάποια θέματα. Όλοι οι άνθρωποι δεν έχουν τον ίδιο βαθμό ενσυναισθητικής ικανότητας. Σε αυτό παίζουν ρόλο πολλοί παράγοντες, όπως η ηλικία, οι εμπειρίες ζωής κ.ά.

Ας σημειώσουμε ότι η ενσυναίσθηση (empathy) σημασιολογικά είναι αντίθετη από την ελληνική λέξη «εμπάθεια», η οποία σημαίνει «άσχημα συναισθήματα απέναντι σε κάποιον», και έχουν μόνο ετυμολογική συγγένεια.

Στις πρώτες τάξεις του δημοτικού τα παιδιά αναπτύσσουν ενσυναίσθηση μόνο για τα πρόσωπα του στενού τους περιβάλλοντος και για τους φίλους τους. Αν ένα παιδί

με το οποίο δε σχετίζονται πολύ πληγωθεί συναισθηματικά ή και σωματικά δίπλα τους, είναι δυνατόν να τους αφήσει αδιάφορους και ίσως να το θεωρήσουν απλώς ένα αδύναμο και περίεργο παιδί, εξαιτίας της αντίδρασής του που δεν κατανοούν και δε συμμερίζονται. Τα παιδιά στις μεγαλύτερες τάξεις του δημοτικού σχολείου αρχίζουν να διευρύνουν την ικανότητα ενσυναίσθησης. Η διαφοροποίηση της ενσυναισθητικής ικανότητας των παιδιών δεν είναι ενδεικτική του αν είναι καλοί ή κακοί χαρακτήρες, αλλά είναι μια ικανότητα που μπορεί να αποκτηθεί.

Γενικά, έχει φανεί ότι τα παιδιά που έχουν επαρκώς αναπτύξει την ικανότητα να συμμερίζονται και να νιώθουν τα συναισθήματα των άλλων σπανίως ασκούν βία και εκφοβίζουν άλλα παιδιά. Δηλαδή η ενσυναίσθηση αποτελεί έναν ιδιαίτερα σημαντικό παράγοντα ελέγχου της επιθετικότητας. Από αυτή την άποψη, η ενίσχυση της ενσυναίσθησης των παιδιών αναμένεται να είναι ισχυρός αποτρεπτικός παράγοντας του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, γι' αυτό και χρειάζεται να συμπεριλαμβάνεται σε ένα σχετικό πρόγραμμα πρόληψης.

### Α. ΣΤΟΧΟΙ

Να δοθεί η δυνατότητα στους μαθητές

1. Να μιλήσουν για τα συναισθήματά τους όταν είναι παρόντες σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
2. Να ενισχυθούν η ενσυναίσθηση και η αλληλεγγύη.

### Β. ΜΕΘΟΔΟΣ


Δραματοποίηση.

### Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Φωτοαντίγραφο της ιστορίας.
2. Σακουλάκι.
3. Χαρτάκια με ρόλους.


### Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

#### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

10' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει μια εισαγωγή και σύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο και κάποιοι μαθητές αναλαμβάνουν να υπενθυμίσουν την ιστορία. Στη συνέχεια συζητούν για τους στόχους και για το τι ακριβώς θα ακολουθήσει σε αυτό το 4ο Εργαστήριο, δηλαδή η δραματοποίηση της ιστορίας και η συζήτηση έπειτα. Τέλος, υπολογίζουν και τους χρόνους που θα χρειαστούν για κάθε δραστηριότητα.

#### Δραστηριότητα 2η

70' 

Για να πραγματοποιήσουμε τη δραστηριότητα της δραματοποίησης, πρέπει πρώτα να αποσαφηνίσουμε: τον τόπο (σε ποιο χώρο αναπτύσσεται η δραματοποίηση), το προκείμενο (τι έχει προηγηθεί της κατάστασης που διερευνούμε σύμφωνα με το κείμενο της ιστορίας), το πρόβλημα (σε τι θα επικεντρωθεί η δραστηριότητα) και, τέλος, τους ρόλους.

Η δράση της υλοποίησης αρχίζει. Οι μαθητές αναλαμβάνουν ρόλους με κλήρωση, από το σακουλί διανομής ρόλων, και ζωντανεύουν με λόγο και κίνηση την ιστορία.

Στο τέλος οι μαθητές μιλούν για τους ρόλους τους, σχολιάζουν τη συμπεριφορά τους, μιλούν για συναισθήματα που βίωσαν και δέχονται τα σχόλια των συμμαθητών τους.

Στόχος είναι να βιώσουν, να κατανοήσουν την κατάσταση που περιγράφεται στο σενάριο, δηλαδή επεισόδια εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.

Τα μέλη της ομάδας έχουν τη δυνατότητα να «εμβυθιστούν» στους ρόλους τους, προσπαθώντας να συναισθανθούν και να κατανοήσουν περίπου πώς μπορεί να νιώθει ο χαρακτήρας που υποδύονται. Με το παίξιμο διαφορετικών ρόλων, τον πειραματισμό σε εναλλακτικές συμπεριφορές αναπτύσσεται η επικοινωνία μεταξύ τους, ευνοείται η αλλαγή των στάσεων και ενισχύονται και καλλιεργούνται η ενσυναίσθηση και η αλληλεγγύη.

## Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Το 4ο Εργαστήριο κλείνει με ομαδική συζήτηση. Ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση, που έχει ως θέμα τη «Διαφορετικότητα».**



# Εργαστήριο 5ο

## Διαφορετικότητα

Η έννοια της διαφορετικότητας αναφέρεται σε ένα ευρύ φάσμα χαρακτηριστικών, τα οποία διαφοροποιούν ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων από τους άλλους. Το φύλο, η ηλικία, η σωματική εμφάνιση, οι προτιμήσεις, οι δεξιότητες, η γλώσσα και η εθνικότητα είναι ορισμένα από αυτά. Γενικά, οι άνθρωποι μπορεί να διαφέρουν μεταξύ τους ως προς κάποια χαρακτηριστικά, αλλά να μοιάζουν σε άλλα. Επίσης, παρά τις όποιες διαφορές τους, όλοι μοιράζονται παρόμοιες ανάγκες και συναισθήματα, έχουν ίση αξία, κοινά δικαιώματα και υποχρεώσεις.

Η διαφορετικότητα διαδραματίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην εξέλιξη του ατόμου. Λειτουργεί ως ερέθισμα για τη δημιουργία και τον εμπλουτισμό της προσωπικής ταυτότητας, δηλαδή της μοναδικότητας του καθενός. Ταυτόχρονα προάγει την κοινωνικοποίηση, τη δημιουργικότητα και τον πολιτισμό. Χωρίς διαφορές η ζωή μας θα έμοιαζε κάπως με εκείνη του μυθικού Νάρκισσου, ο οποίος ήταν τόσο απορροφημένος στο καθρέφτισμα του εαυτού του, που πνίγηκε μέσα του. Έτσι, η αναγνώριση, η αποδοχή, ο σεβασμός και η αλληλοσυμπληρωματική χρήση των ατομικών διαφορών αποτελούν βασικά συστατικά της ψυχικής και της κοινωνικής ανάπτυξης και υγείας, ενώ η έλλειψή τους συμβάλλει στην εμφάνιση ανάλογων προβλημάτων. Το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο είναι ένα από αυτά.

Το φαινόμενο αυτό είναι εξ ορισμού θεμελιωμένο στη διαφορετικότητα, κυρίως σε διαφορές δύναμης (σωματικής, ψυχολογικής ή κοινωνικής) ανάμεσα στο θύτη και στο θύμα, όπου ο πρώτος βρίσκεται σε πλεονεκτικότερη θέση και κάνει συστηματική κατάχρηση αυτής της δύναμης εις βάρος του δεύτερου. Δηλαδή στον εκφοβισμό και στη βία στο σχολείο η διαφορετικότητα αναγνωρίζεται, αλλά προσβάλλεται αποκάλυπτα. Η συμπεριφορά αυτή συνήθως εκφράζει συγκεκριμένες αντιλήψεις και στάσεις γύρω από τη διαφορετικότητα, όχι μόνο από την πλευρά του θύτη, αλλά και από την ευρύτερη σχολική κοινότητα, ιδίως από την ομάδα των συνομηλίκων. Σύμφωνα με έρευνες, ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο τείνουν να συμβαίνουν εις βάρος παιδιών που ανήκουν σε εθνικές μειονότητες, παρουσιάζουν σωματικές

αναπηρίες ή ψυχολογικές δυσκολίες και τα οποία γενικά διαφέρουν κατά κάποιον τρόπο όχι μόνο από το θύτη (ή τους θύτες) αλλά και από την πλειονότητα των μαθητών. Συχνά τα παιδιά αυτά δεν είναι δημοφιλή, ενώ η διαφορετικότητά τους αντιμετωπίζεται από το σύνολο σαν περίεργη, τρομακτική ή υποδεέστερη. Ως αποτέλεσμα, οι διαφορετικοί μαθητές αποδυναμώνονται ψυχικά και κοινωνικά.

Έτσι γίνονται εύκολοι στόχοι συμπεριφορών εκφοβισμού και βίας.

Γενικά, ο τρόπος με τον οποίο τα παιδιά διαχειρίζονται τη διαφορετικότητα επηρεάζεται από πλήθος κοινωνικών παραγόντων, όπως οι στάσεις της οικογένειας, τα κοινωνικά στερεότυπα και οι προκαταλήψεις. Επιπλέον, επηρεάζεται από τα εξελικτικά τους χαρακτηριστικά και από τη δυναμική των σχέσεων με τους συνομηλίκους στο χώρο του σχολείου. Τα παιδιά σχολικής ηλικίας δεν είναι ακόμα κατασταλαγμένα, διαφοροποιημένα και αυτόνομα ως προς τη δική τους προσωπική ταυτότητα. Γι' αυτό και για να αυτοπροσδιοριστούν, να αντλήσουν αξία και να νιώσουν ασφάλεια, στρέφονται προς τους συνομηλίκους. Καθώς το σχολείο είναι μια μεγάλη και μη ελεγχόμενη ομάδα, τείνουν να δημιουργούνται μικρότερες ομάδες (παρέες) με κριτήριο τις ομοιότητες μεταξύ των μελών (κοινές προτιμήσεις και στόχοι). Αυτά τα κοινά στοιχεία είναι καθοριστικά για τη δημιουργία και τον προσδιορισμό της ταυτότητας τόσο της ομάδας, όσο και των μελών της. Με τον τρόπο αυτό λειτουργούν συνεκτικά για τα μέλη της ομάδας (ενδο-ομάδα), διαφοροποιώντας την από άλλες ομάδες (εξω-ομάδες). Σε πολλές περιπτώσεις, η ενδο-ομάδα μπορεί να επιβεβαιώνεται μέσα από τον εντοπισμό των «άλλων» και το διαχωρισμό από αυτούς. Όσο πιο ανασφαλής είναι η ταυτότητα της ενδο-ομάδας, τόσο πιο συγκρουσιακή και εχθρική θα είναι η σχέση της με την εξω-ομάδα.

Άλλοτε μεμονωμένα παιδιά, τα οποία συνήθως διαφέρουν από τα υπόλοιπα ως προς κάποιο χαρακτηριστικό, όπως αυτά που προαναφέρθηκαν, τοποθετούνται στο ρόλο του «εξιλαστήριου» θύματος και όλη η παραπάνω δυναμική εκτονώνεται προς αυτά. Ένα τέτοιο κλίμα μπορεί να οδηγήσει στο να μην τολμά κανένας τελικά να διαφέρει ή να διαφοροποιείται από τους άλλους, ιδίως από τους πιο «δυνατούς», από φόβο μήπως γίνει στόχος. Η λογική αυτή χαρακτηρίζει σε μεγάλο βαθμό τους «παρατηρητές» περιστατικών εκφοβισμού και βίας στο σχολείο οι οποίοι δεν τολμούν να πάρουν θέση και να δράσουν υποστηρικτικά προς το θύμα, ακόμα κι αν αισθάνονται πως θα έπρεπε.

Σε κάθε περίπτωση, η ευαισθητοποίηση και η παιδεία των μαθητών σε θέματα διαφορετικότητας αποτελούν σημαντικές συνιστώσες της αντιμετώπισης και της πρόληψης του φαινομένου του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

## A. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να καλλιεργηθεί η δυνατότητα των μαθητών να εντοπίζουν τις ομοιότητες και τις διαφορές των ατόμων.
2. Να ενθαρρυνθεί η αποδοχή της διαφορετικότητας των ατόμων.
3. Να καλλιεργηθεί η δυνατότητα να χρησιμοποιούν αλληλοσυμπληρωματικά και δημιουργικά τη διαφορετικότητα.

## B. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Παιχνίδια λόγου και κίνησης που εστιάζουν (α) σε ομοιότητες και διαφορές και (β) στην αλληλοσυμπληρωματικότητα των παικτών.

2. Παρατήρηση.
3. Συζήτηση.

## Γ. ΥΛΙΚΑ - ΜΕΣΑ

1. Καρέκλες (τάξιν).
2. Πίνακας.
3. Χαρτιά και μολύβια για όλους.
4. Βιντεοπροβολέας ή DVD player και οθόνη.
5. Προτείνεται 10' απόσπασμα (από 00'13 έως 00.23) της ταινίας «Τα Παιδιά του Παραδείσου» (HYPERLINK «<http://www.in.gr/ath/cine/article646.asp>» Majid Majidi, Ιράν, 1999) με θέμα τη ζωή ενός παιδιού από άλλη χώρα.

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1n – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει μια εισαγωγή και σύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο. Για παράδειγμα, εξηγεί ότι η ανάγκη να μπαίνουμε ο ένας στη θέση του άλλου και να δείχνουμε αλληλεγγύη προκύπτει από το αναπόφευκτο γεγονός ότι οι άνθρωποι δεν είμαστε ολόιδιοι μεταξύ μας και πως με αυτό ακριβώς θα ασχοληθούμε σήμερα.

### Δραστηριότητα 2n

30' 

1. Ζητήστε από τους μαθητές να σχηματίσουν με τις καρτέκλες τους έναν κύκλο. Εσείς παραμείνετε εκτός κύκλου.
2. Ξεκινήστε το παιχνίδι ζητώντας από τους μαθητές να αλλάξουν θέσεις μεταξύ τους «μόνο όσοι φορούν, π.χ., τζιν παντελόνι». Ο όρος του παιχνιδιού είναι ότι κανένας δεν πρέπει να καθίσει στη θέση όπου ήταν πριν. Συνεχίστε ζητώντας να αλλάξουν θέση «όσοι φορούν γυαλιά», «όσοι έχουν ξανθά μαλλιά», «όσοι αντιπαθούν τα μαθηματικά», «όσοι γεννήθηκαν στην Αθήνα» κ.ο.κ. Οι οδηγίες μπορεί να δίνονται με διάφορους ρυθμούς, ώστε να υπάρχει παλμός.
3. Μετά από λίγο αφαιρέστε από τον κύκλο μία καρτέκλα. Κάποιος μαθητής θα μείνει όρθιος στο κέντρο του κύκλου και αυτός θα συνεχίσει το παιχνίδι, προσπαθώντας με τις οδηγίες του να σπκώσει τους άλλους ώστε να καθίσει αυτός. Έτσι, αρκετοί μαθητές έχουν τη δυνατότητα να αναλάβουν το ρόλο του συντονιστή.
4. Σημάνετε τη λήξη του παιχνιδιού. Βάλτε πίσω την καρτέκλα που λείπει και ζητήστε από τους μαθητές να καθίσουν.
5. Ανοίξτε ομαδική συζήτηση, βασισμένη στις ακόλουθες ερωτήσεις:
  - ◇ Ποια είναι τα κοινά χαρακτηριστικά της ομάδας μας; Π.χ., σε ποια οδηγία

- σπκώθηκαν όλοι; Σε τι μπορεί να μοιάζουν οι άνθρωποι;
  - ◇ Ποια είναι τα θετικά στοιχεία στο να έχουμε κοινά χαρακτηριστικά;
  - ◇ Υπάρχουν αρνητικά στο να έχουμε μόνο κοινά χαρακτηριστικά;
  - ◇ Τι είδους διαφορές μπορεί να έχουν οι άνθρωποι μεταξύ τους; (σωματικά χαρακτηριστικά, γλώσσα, ηλικία, φύλο κ.ο.κ.)
  - ◇ Πρόκειται πάντα για διαφορές που φαίνονται; Π.χ., οι απόψεις, τα συναισθήματα κτλ. δε φαίνονται.
  - ◇ Πώς αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι συνήθως τη διαφορετικότητα; (Μας φοβίζει; Μας θυμώνει; Έχουμε προκαταλήψεις;)
6. Ολοκληρώνετε τη δραστηριότητα ζητώντας από τους μαθητές να συμπληρώσει ο καθένας σε ένα χαρτί όμοια και διαφορετικά πράγματα που αρέσουν σε αυτόν και στον διπλανό του.

### Δραστηριότητα 3n

25' 

- Προβάλλετε το επιλεγμένο δεκάλεπτο απόσπασμα της ταινίας «Τα Παιδιά του Παραδείσου» (HYPERLINK «<http://www.in.gr/ath/cine/article646.asp>»Majid Majidi, Ιράν, 1999), που δείχνει στιγμιότυπα της καθημερινής ζωής δύο παιδιών μιας ξένης χώρας με πολλά και διαφορετικά πολιτισμικά στοιχεία από τη δική μας. Στη συνέχεια ανοίγετε συζήτηση με τα παιδιά αλλά και μεταξύ τους, βασισμένη στις ακόλουθες ερωτήσεις:
- ◇ Τι κοινό έχετε με αυτά τα παιδιά;
  - ◇ Με ποιους ζουν, σε τι είδους σπίτι;
  - ◇ Πού πηγαίνουν σχολείο, πώς είναι το σχολείο τους;
  - ◇ Πώς φαντάζεστε την καθημερινότητά τους; Ποια είναι η δική σας καθημερινότητα; Υπάρχουν κοινά σημεία και διαφορές;
  - ◇ Τι πιστεύετε ότι θα ήθελαν να κάνουν αύριο; Ποιες είναι οι ελπίδες, τα όνειρα και οι φιλοδοξίες αυτών των παιδιών για το επόμενο έτος; Όταν θα μεγαλώσουν;
  - ◇ Αν μιλούσατε την ίδια γλώσσα, τι θα ρωτούσατε αυτά τα παιδιά; Και τι θα θέλατε να σας ρωτήσουν εκείνα;
  - ◇ Πιστεύετε ότι τελικά θα σας ενδιέ-

φερε να γνωριστείτε καλύτερα και να κάνετε παρέα; Πιστεύετε ότι, παρά τις διαφορές σας, έχετε και κάποια κοινά; Συνοψίστε τη συζήτηση βάσει των απαντήσεων των μαθητών.

Εισάγετε με διαλεκτικό τρόπο τον ορισμό της διαφορετικότητας, έχοντας κατά νου να τονίσετε ότι η διαφορετικότητα δεν αποκλείει τις ομοιότητες, ότι δε σημαίνει ανισότητα και ότι είναι χρήσιμη, γιατί μας προσθέτει γνώσεις και εμπειρίες, δηλαδή μας κάνει πιο πλούσιους.

Σημείωση: Αν υπάρχει ενδιαφέρον και διαθέσιμος χρόνος εκτός Εργαστηρίου, συνιστάται να προβληθεί ολόκληρη η ταινία.

### Δραστηριότητα 4n


25' 

Ο εκπαιδευτικός αναφέρει στα παιδιά: «Μπορούμε τώρα να παίξουμε ένα πολύ ωραίο παιχνίδι όπου ο ένας θα συμπληρώνει τον άλλο».

Οι μαθητές κάθονται σε κύκλο. Ο εκπαιδευτικός γράφει ως τίτλο στον πίνακα τη φράση «Πάω ταξίδι, αλλά πρώτα πρέπει να πλύνω τα παράθυρα». Ένας μαθητής-παίκτης αρχίζει το παιχνίδι λέγοντας τη φράση «Πάω ταξίδι, αλλά πρώτα πρέπει να πλύνω τα παράθυρα» και ταυτόχρονα δείχνει με κίνηση πώς «πλένει τα παράθυρα». Κάθε επόμενος παίκτης επαναλαμβάνει αυτά τα αρχικά λόγια και την κίνηση, και μετά προσθέτει κάτι δικό του με μία ανάλογη κίνηση. Π.χ., ο 2ος παίκτης λέει και πράττει: «Πάω ταξίδι, αλλά πρώτα πρέπει να πλύνω τα παράθυρα» και «να λούσω τα μαλλιά μου». Ο 3ος παίκτης: «Πάω ταξίδι, αλλά πρώτα πρέπει να πλύνω τα παράθυρα» και «να φάω παγωτό» κ.ο.κ. Κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ο εκπαιδευτικός γράφει στον πίνακα τις ενέργειες που προσθέτει κάθε παίκτης με τη σειρά (ώστε να τις θυμούνται οι μαθητές στο τέλος). Η σειρά γίνεται όλο και πιο μεγάλη. Στο τέλος όλη η ομάδα επαναλαμβάνει τη σειρά φράσεων και κινήσεων μαζί. Κλείνοντας, ο εκπαιδευτικός υπογραμμίζει το νόημα του παιχνιδιού που είναι να βιώσουν οι μα-

θητές πόσο διασκεδαστικό και εμπλουτιστικό είναι για τους ανθρώπους να καταφέρνουν να αποδέχονται και να χρησιμοποιούν τις διαφορές αλληλοσυμπληρωματικά.

## Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση ενημερώνοντας εν συντομία τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες της επόμενης συνάντησης, η οποία έχει ως θέμα την «Κατανόηση του φαινομένου του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο: οι ρόλοι των εμπλεκόμενων».**



# Εργαστήριο 6ο

## Κατανόηση του φαινομένου του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο: οι ρόλοι των εμπλεκομένων

Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο είναι επιθετικές μορφές συμπεριφοράς οι οποίες

(α) μπορεί να απευθύνονται σε ένα παιδί ή σε μια ομάδα παιδιών, (β) είναι επαναλαμβανόμενες και σκόπιμες, (γ) παρουσιάζουν διαφορά δύναμης-εξουσίας, (δ) μπορεί να εκδηλώνονται σωματικά ή λεκτικά, αλλά και με έμμεσο τρόπο, όπως, για παράδειγμα, η απομόνωση κάποιων παιδιών ή ο αποκλεισμός από δραστηριότητες. Μορφές εκφοβισμού είναι επίσης ο δημόσιος εξευτελισμός, η αποστολή απειλητικών sms ή e-mails και ο εκβιασμός.

Όπως αναφέρθηκε, το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο χαρακτηρίζεται από ανισορροπία στη δύναμη-εξουσία ανάμεσα στο θύτη και στο θύμα. Το θύμα συνήθως δυσκολεύεται να υπερασπιστεί τον εαυτό του και νιώθει ότι δεν μπορεί να κάνει κάτι για να σταματήσει ο εκφοβισμός.

**Οι παρακάτω κατηγορίες παιδιών κινδυνεύουν συγκριτικά περισσότερο να πέσουν θύματα εκφοβισμού και βίας από συνομηλίκους:**

- Παχύσαρκα παιδιά.
- Παιδιά με κοντό ανάστημα.
- Αγόρια με μικρή μυϊκή δύναμη.
- Έφηβοι με προβλήματα διαταραχής ταυτότητας φύλου.
- Κοινωνικές μειονότητες (εθνικές ή θρησκευτικές).
- Παιδιά με χρόνια προβλήματα υγείας (άσθμα, σακχαρώδη διαβήτης).
- Παιδιά με ειδικές ανάγκες.

Εν δυνάμει κάθε μαθητής θα μπορούσε να εμπλακεί σε ένα περιστατικό εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, με έναν ή περισσότερους ρόλους: ως θύτης, ως θύμα ή ως παρατηρητής. Οι θύτες μπορεί να είναι αγόρια ή κορίτσια. Τα αγόρια συνήθως δρουν μόνα τους ή σε ομάδες και κάνουν χρήση κυρίως σωματικής βίας, ενώ τα

κορίτσια δρουν συνήθως σε ομάδες και εκφοβίζουν με έμμεσο τρόπο (π.χ., απομόνωση ή αποκλεισμός από παρέες ή δραστηριότητες, γεγονός που κάνει τον εκφοβισμό δύσκολο να ανιχνευτεί από τους δασκάλους ή τους γονείς των παιδιών). Οι μαθητές που εκφοβίζουν έχουν ασυνήθιστα ελάχιστο άγχος και ανασφάλεια, νιώθουν την ανάγκη να κυριαρχούν και να έχουν έλεγχο μιας κατάστασης, ενώ ταυτόχρονα αδυνατούν να ελέγξουν τον εαυτό τους και δεν ενδιαφέρονται για τον πόνο που προκαλούν. Τα αγόρια-θύτες χαρακτηρίζονται συχνά από μεγάλη σωματική δύναμη. Επιπλέον, φαίνεται ότι έχουν αναπτύξει ένα βαθμό εκθρότητας απέναντι στο περιβάλλον και κυρίως απέναντι στους γονείς και στους εκπαιδευτικούς. Αρκετές φορές οι θύτες εξελίσσονται σε ενήλικες με αντικοινωνική συμπεριφορά: 35-40% αυτών που είχαν επιδείξει συμπεριφορά εκφοβισμού στα μαθητικά τους χρόνια έφτασαν να έχουν κατηγορηθεί για αξιόποινες πράξεις έως τα 24 τους χρόνια.

Από την άλλη, τα θύματα του εκφοβισμού, παρόλο που αναστατώνονται, σπάνια υπερασπίζονται τον εαυτό τους ή αντεπιτίθενται. Αντίθετα, εκδηλώνουν την ψυχική τους αναστάτωση με απόσυρση, κλάμα ή θυμό. Τα θύματα του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο συνήθως είναι άτομα αγχώδη, εσωστρεφή και χωρίς πολλούς φίλους. Δεν έχουν αναπτύξει κοινωνικές και διαπροσωπικές δεξιότητες και μπορεί να έχουν μια παθητική στάση απέναντι στα γεγονότα. Μπορεί επίσης να έχουν αρνητική εικόνα για τον εαυτό τους.

Όμως, εκτός από το θύτη και το θύμα, στα επεισόδια εκφοβισμού και βίας στο σχολείο οι παρατηρητές παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο. Πρόκειται για τα παιδιά που επιλέγουν να μην εμπλακούν σε κάποιο περιστατικό και, με τον τρόπο αυτό, αποτελούν μέρος της σιωπηρής πλειοψηφίας που επιτρέπει στους θύτες να δρουν. Οι λόγοι για τους οποίους επιλέγουν να μην εμπλακούν περιλαμβάνουν είτε φόβο για τη δική τους τύχη είτε γιατί πραγματικά δεν ξέρουν τι να κάνουν. Μπορεί να διστάζουν να παρέμβουν ή να ενημερώσουν κάποιον, επειδή φοβούνται την εκδίκηση, επειδή νομίζουν ότι μπορεί να κάνουν την κατάσταση πιο δύσκολη για το θύμα ή γιατί πιστεύουν ότι οι ενήλικες δε θα τους πιστέψουν ή δε θα κάνουν τίποτα για να λυθεί το ζήτημα.

Είναι πολύ σημαντικό για τα παιδιά να γνωρίζουν ότι οι θύτες εκλαμβάνουν τη μη ανάμειξη σαν έγκριση-αποδοχή της συμπεριφοράς αυτής.

Οι παρατηρητές μπορούν να αναπτύξουν συγκεκριμένες δεξιότητες έτσι ώστε να είναι έτοιμοι να υποστηρίξουν τους συνομηλίκους και τους φίλους τους. Να μην αγνοούν αυτά τα περιστατικά, να εκφράζουν τη γνώμη τους και να παίρνουν θέση. Επίσης να ενημερώνουν τους ενήλικες (δασκάλους και γονείς) έτσι ώστε να μπορούν να αποτρέπουν ή να σταματούν με την παρέμβασή τους τα περιστατικά εκφοβισμού.

Επομένως, για να αντιμετωπιστούν συμπεριφορές εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, απαιτείται να κατανοήσουν οι μαθητές τα χαρακτηριστικά του θύτη και του θύματος, καθώς και τον πολύ σημαντικό ρόλο του παρατηρητή, ο οποίος πολλές φορές μπορεί να βοηθήσει καταλυτικά στην αποφυγή αυτών των φαινομένων.

## A. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να κατανοήσουν οι μαθητές το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, γνωρίζοντας τους ρόλους των εμπλεκομένων.
2. Να σκεφτούν οι μαθητές ποια είναι τα χαρακτηριστικά του θύτη, του θύματος και του παρατηρητή.
3. Να σκεφτούν οι μαθητές γύρω από το ρόλο των παρατηρητών στο φαινόμενο αυτό.

## B. ΜΕΘΟΔΟΣ

Η επεξεργασία σύντομων σεναρίων

απλών συγκρούσεων ή περιστατικών εκφοβισμού, η ανάγνωση και συζήτηση μιας ιστορίας εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, καθώς και η καταγραφή των χαρακτηριστικών του θύματος, του θύτη και του παρατηρητή αποτελούν τη μέθοδο που οι μαθητές θα χρησιμοποιήσουν για να διερευνήσουν το φαινόμενο αυτό και τους ρόλους των εμπλεκομένων.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Χαρτί Α4.
2. Μολύβια.
3. Μαρκadόροι.
4. Μεγάλο χαρτί για τον πίνακα.

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

10' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει την εισαγωγή του Εργαστηρίου και ακολουθεί η διασύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο.

### Δραστηριότητα 2η

20' 

Ο εκπαιδευτικός δίνει σε φωτοτυπία στους μαθητές τα παρακάτω μικρά σενάρια. Οι μαθητές θα πρέπει να διαχωρίσουν ποιο από αυτά είναι μια απλή σύγκρουση και ποιο αφορά περιστατικό εκφοβισμού και βίας στο σχολείο. Οι μαθητές θα πρέπει να δικαιολογήσουν την απόφασή τους. Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να γίνει ατομικά ή σε μικρές ομάδες των 3-4 μαθητών.

### Μικρά σενάρια

1. *Ο Γιώργος και ο Σπύρος παίζουν ποδόσφαιρο. Ο Γιώργος κλοτσά την μπάλα πολύ δυνατά, χτυπάει στο δοκάρει και μετά η μπάλα πέφτει με δύναμη στο κεφάλι του Μάριου.*

2. *Ο Μπάμπης καθημερινά περιμένει τον Αναστάση έξω από το σχολείο, τον ακολουθεί έως το σπίτι, τον βρίζει και τον τρομοκρατεί.*

3. *Η Ελένη κυνηγάει τον Αντώνη με μια αράχνη την οποία έβαλε σε ένα δοχείο. Δεν αντιλαμβάνεται ότι ο Αντώνης φοβάται.*

4. *Η Άννα πολύ συχνά κάθεται πίσω*

*από τη Μαίρη και της ρίχνει καρτάκια γιατί της αρέσει να βλέπει τη Μαίρη να ενοχλείται.*

5. *Η Μαρία και η Λουκία δεν άφησαν τη Στέλλα να παίξει σήμερα μαζί τους γιατί έπαιξε με κάποιο άλλο παιδί χθες το απόγευμα.*

6. *Η Ζωή δε συμπαθεί καθόλου την Ελένη και της πέταξε την τσάντα στην οροφή του σχολείου. Επίσης την απειλεί ότι αν το πει σε οποιονδήποτε, θα το αναφέρει στον αδερφό της και θα τη δείρει.*

7. *Ο Νίκος δανείστηκε το μολύβι της Δέσποινας, αλλά το έχασε.*

### Δραστηριότητα 3η

30' 

Ο εκπαιδευτικός διαβάσει την παρακάτω ιστορία στα παιδιά και κατόπιν ζητά από το κάθε παιδί ξεχωριστά να ζωγραφίσει την ιστορία ή οτιδήποτε μπορεί να σχετίζεται με αυτήν.

### Ιστορία

«Ο Βαγγέλης είναι ένα νέο παιδί στην τάξη που ακόμα δεν έχει φίλους. Είναι ήσυχος, ντροπαλό και συμπαθητικό παιδί. Θέλει να κάνει φίλους, αλλά μερικά παιδιά τον κοροϊδεύουν και δεν του μιλούν. Κατά τη διάρκεια του διαλείμματος δεν τον δέχονται να παίξει μαζί τους. Επίσης, όταν τον συναντούν στο διάδρομο του σχολείου, τον απειλούν ότι θα του πάρουν την τσάντα και τα πράγματά του. Αυτό τον στενοχωρεί πολύ, γι' αυτό και όταν τους βλέπει, τους αποφεύγει. Μερικές φορές η καρδιά του χτυπάει πολύ γρήγορα, επειδή φοβάται ότι θα του κάνουν κακό. Θα μπορούσε να το πει στους δασκάλους του ή στους γονείς του, αλλά αυτός θέλει να βρει μόνος του μια λύση».

Μετά το κάθε παιδί μιλάει για τη δική του ζωγραφιά, ενώ τα άλλα παιδιά κάνουν ερωτήσεις και σχόλια.

Σημείωση: Μας ενδιαφέρουν τα συναισθήματα και

οι αντιδράσεις των παιδιών, έτσι όπως αυτές εκφράζονται μέσα από τη ζωγραφιά. Επίσης θέλουμε να εστιάσουμε στα χαρακτηριστικά, στις σκέψεις και στα συναισθήματα τόσο του θύτη και του θύματος, όσο και των παρατηρητών.

### Ενδεικτικές ερωτήσεις:

1. Πώς νιώθει ο Βαγγέλης;
2. Τι σκέφτεται για τον εαυτό του;
3. Έχει αλλάξει η συμπεριφορά του;
4. Τι μπορεί να σκέφτεται για τα παιδιά που τον εκφοβίζουν;
5. Γιατί νομίζει ότι τα άλλα παιδιά τον πειράζουν;
6. Φταίει αυτός;
7. Έχει φίλους στο σχολείο που μπορούν να τον βοηθήσουν;
8. Έχει ζητήσει βοήθεια από συμμαθητές;
9. Το έχει αναφέρει στους δασκάλους του;
10. Με ποιο τρόπο θα μπορούσε να αντιμετωπίσει αυτά τα παιδιά;

Σημείωση: Οι ζωγραφιές θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν για να γίνει ένα λεύκωμα ή μια έκθεση στο τέλος των Εργαστηρίων. Ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να το θέσει αυτό σαν ιδέα ή να ρωτήσει τους μαθητές αν υπάρχουν κάποιες άλλες ιδέες για τη χρήση των ζωγραφιών.

### Δραστηριότητα 4η

30' 

Η παρακάτω δραστηριότητα μπορεί να γίνει με δύο τρόπους, ατομικά ή ομαδικά.

### ατομικά


Ο καθένας μόνος του γράφει σε ένα χαρτί ποια πιστεύει ότι είναι τα χαρακτηριστικά του θύτη, του θύματος και του παρατηρητή (μια λίστα για τον καθένα ξεχωριστά, με μερικά χαρακτηριστικά – π.χ., δυνατός, βίαιος, συναισθηματικός). Στη συνέχεια ο εκπαιδευτικός ή κάποιο από τα παιδιά συγκεντρώνει όλα τα χαρακτηριστικά καταγράφοντάς τα στον πίνακα. Είναι σημαντικό να ενθαρρυνθούν να μιλήσουν όλα τα παιδιά, έτσι ώστε όλη η τάξη να λάβει μέρος σε αυτή τη διερεύνηση των χαρακτηριστικών.

### ομαδικά

Τα παιδιά χωρίζονται σε τρεις ομάδες και καταγράφουν τα χαρακτηριστικά του θύτη, του θύματος και του παρατηρητή. Στη συνέχεια η κάθε ομάδα παρουσιάζει προφορικά τις σκέψεις της και ακολουθεί συζήτηση.

Οι μαθητές, με την καθοδήγηση του εκπαιδευτικού, μπορούν να αναγνωρίσουν και να καταγράψουν αρκετά από τα στοιχεία που αναφέρουμε στην εισαγωγή αυτής της δραστηριότητας. Αν αυτά δεν προκύψουν αυθόρμητα, τότε ο εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει κάποια από τα εν λόγω στοιχεία για να ενθαρρύνει τους μαθητές να συζητήσουν γι' αυτά.

## Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση ενημερώνοντας εν συντομία τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες της επόμενης συνάντησης, που έχει ως θέμα τις «Επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο».**

# Εργαστήριο 7ο

## Επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο

Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο μπορεί να έχουν διάφορες επιπτώσεις στην ψυχοκοινωνική αλλά και στη σωματική υγεία των παιδιών, και μπορούν να επηρεάσουν με διαφορετικούς τρόπους το κάθε παιδί.

Μερικές άμεσες επιπτώσεις για τα παιδιά-θύματα μπορεί να είναι οι εξής: ψυχοσωματικά προβλήματα, άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση, κοινωνική απομόνωση, απουσίες από το σχολείο, σχολική αποτυχία. Έτσι, κάποια παιδιά μπορεί να είναι πολύ δυστυχισμένα όταν είναι στο χώρο του σχολείου, μπορεί να έχουν μειωμένη αυτοπεποίθηση και χαμηλή εικόνα εαυτού ή να θεωρούν ότι αυτοί φταίνε που τους εκφοβίζουν. Επίσης μπορεί να επηρεαστεί σοβαρά η συγκέντρωσή τους στην τάξη, με αποτέλεσμα να παρουσιάζουν μια αισθητή πτώση στην απόδοσή τους.

Κάποια άλλα παιδιά μπορεί να έχουν συμπτώματα τα οποία να είναι συνδεδεμένα με το άγχος που τους προκαλεί ο εκφοβισμός. Μπορεί να παραπονούνται για σωματικά συμπτώματα, όπως πόνο στην κοιλιά, πονοκέφαλο, για δυσκολία στον ύπνο, επειδή βλέπουν εφιάλτες μέχρι και κρίσεις πανικού. Ορισμένα μπορεί ακόμα και να αυτοτραυματίζονται. Μπορεί να απέχουν από οικογενειακές δραστηριότητες, να ζητούν παραπάνω χαρτζιλίκι (επειδή τους εκβιάζουν) και να έχουν μειωμένη όρεξη για φαγητό.

Κάποια παιδιά μπορεί να μη θέλουν να πάνε σχολείο (σχολική άρνηση), προκειμένου να αποφύγουν τα περιστατικά εκφοβισμού, και μπορεί, σε ακραίες μορφές, να μη θέλουν να βγουν καθόλου από το σπίτι τους, που τους παρέχει ασφάλεια. Συνήθως έχουν λίγους ή καθόλου φίλους και νιώθουν απομονωμένοι.

Μερικές φορές οι επιλογές των δραστηριοτήτων τους γίνονται με βάση το ποιους θέλουν να αποφύγουν και όχι το τι επιθυμούν να κάνουν. Μπορεί να μην αντλούν ικανοποίηση από τις δραστηριότητες.

Παιδιά τα οποία συστηματικά εκφοβίζονται μπορεί να εκδηλώσουν συμπτώματα κατάθλιψης στην ενήλικη ζωή. Σε πολύ λίγες περιπτώσεις ο εκφοβισμός και η βία

στο σχολείο μπορεί να οδηγήσουν σε σοβαρό τραυματισμό ή και σε θάνατο. Ο εκφοβισμός και η βία στο σχολείο έχουν εξίσου σοβαρές συνέπειες και για τα παιδιά-θύτες. Τα παιδιά αυτά μπορεί να παρουσιάσουν επίμονες και επαναλαμβανόμενες επιθετικές συμπεριφορές, διαταραχές της διαγωγής, αλλά και παραβατική συμπεριφορά.

Ακόμα και τα παιδιά που είναι παρατηρητές σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο μπορεί να αισθανθούν έντονο φόβο, άγχος, κατάθλιψη και ένα αίσθημα ότι δεν υπάρχει ελπίδα. Μπορεί επίσης να νιώθουν εγκλωβισμένοι επειδή δε γνωρίζουν σε ποιον να απευθυνθούν ή να νιώθουν ότι αν μιλήσουν θα χαρακτηριστούν ως «καρφιά».

### Α. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να γίνουν κατανοητές από τους μαθητές οι επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο για όλους τους εμπλεκόμενους.
2. Να αναγνωριστούν οι συμπεριφορές και τα συμπτώματα που μπορεί να οφείλονται στο φαινόμενο αυτό.

### Β. ΜΕΘΟΔΟΣ


Τα παιδιά θα ευαισθητοποιηθούν ως προς τις επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο για όλους τους εμπλεκόμενους μέσα από διάφορες δραστηριότητες, όπως: συζήτηση περιστατικών εκφοβισμού, παρακολούθηση ολιγόλεπτων ταινιών σχετικών με το θέμα και εμπλοκή σε παιχνίδια.

### Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Χαρτί για ζωγραφική.
2. Μολύβια και μαρκαδόροι.
3. Α4 χαρτιά.
4. Υπολογιστής και διαδίκτυο.

### Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

#### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

10' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει την εισαγωγή του Εργαστηρίου και ακολουθεί η διασύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο.

#### Δραστηριότητα 2η

30' 

Παρακολούθηση και συζήτηση μικρών ταινιών από το διαδίκτυο:

α) Words Hurt – Bullying Commercial (<http://www.disputeresolution.ohio.gov/>)

β) Anti – Bullying ad. (<http://www.friends.se/?id=1582>)

Τα φιλμάκια αυτά εστιάζουν στα συναισθήματα του θύματος και των παρατηρητών.

Μετά την προβολή του κάθε φιλμ θα γίνει μια συζήτηση εστιασμένη στις κατηγορίες των επιπτώσεων. Τα παιδιά θα αναγνωρίσουν τις παρακάτω κατηγορίες: σχολικές, ψυχολογικές, σωματικές, κοινωνικές.

#### Δραστηριότητα 3η

30' 

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τους μαθητές να σκεφτούν μια μικρή ιστορία που να έχει σχέση με τον εκφοβισμό και να την παρουσιάσουν. Θα μπορούσε να είναι κάτι που έχει συμβεί στα ίδια τα παιδιά ή σε κάποιο φίλο τους. Θα μπορούσε να είναι κάτι που διάβασαν ή είδαν στην τηλεόραση.

Όσα παιδιά επιθυμούν παρουσιάζουν την ιστορία προφορικά και τους ζητάμε να θυμηθούν -σκεφτούν- φανταστούν πώς μπορεί να ένιωσαν ο θύτης, το θύμα και οι παρατηρητές (εάν υπάρχουν) στην ιστορία, καθώς και με ποιον τρόπο μπορεί να επηρεάστηκε η συμπεριφορά τους.

Μας ενδιαφέρουν οι επιπτώσεις του εκφοβισμού και ο τρόπος που επηρεάζει κάθε παιδί. Είναι σημαντικό το κάθε παιδί να προσπαθήσει να μιλήσει γι' αυτά τα συναισθήματα και τον τρόπο

που επηρεάζεται από τις εκφοβιστικές συμπεριφορές. Είναι σημαντικό για τα παιδιά να ανακαλύψουν και να κατανοήσουν ότι οι επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο μπορεί να έχουν πολλά επίπεδα και ότι μπορεί να είναι βραχυπρόθεσμες αλλά και μακροχρόνιες.

#### Δραστηριότητα 4η

20' 

Ακολουθεί η δραστηριότητα «Η μπουγάδα των επιπτώσεων του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο».

Σε χρωματιστά χαρτιά Α4 (κόκκινο, κίτρινο, μπλε, πράσινο, ροζ) ζωγραφίζουμε ένα μπλουζάκι, ένα παντελόνι ή κάλτσες (ένα αντικείμενο σε κάθε χαρτί) και μετά κόβουμε αυτά τα χαρτιά.

Σε κάθε μορφή επίπτωσης (λόγου χάρη, ψυχοσωματικά συμπτώματα, κοινωνική απομόνωση, σχολική αποτυχία) δίνεται ανάλογο χρώμα και έτσι γίνεται αναπαράσταση των διαφόρων κατηγοριών των επιπτώσεων (π.χ., το κόκκινο χρώμα για τις κοινωνικές επιπτώσεις, το κίτρινο για τις σωματικές κ.ο.κ.).

Στη συνέχεια το κάθε παιδί παίρνει ένα είδος ρούχου (μπλουζάκι, παντελονάκι, κάλτσες) και αναγράφει σε αυτό μια επίπτωση, σύμφωνα με το χρώμα.

Κατόπιν χρησιμοποιούμε μια φωτογραφία ή το σκίτσο ενός παιδιού και με τόξα δείχνουμε ποια μέρη του σώματος επηρεάζονται και πώς από το φόβο, την ένταση ή το άγχος που μπορεί να προκαλέσει ο εκφοβισμός (λόγου χάρη, σωματικές επιπτώσεις: ιδρωμένες παλάμες, πόνος στην κοιλιά, ζαλάδα).

#### Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση, ενημερώνοντας εν συντομία τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες της επόμενης συνάντησης, η οποία έχει ως θέμα την «Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο - Ι».**



# Εργαστήριο 8ο

## Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο - I

Είναι συχνό φαινόμενο οι μαθητές οι οποίοι υφίστανται εκφοβισμό και βία στο σχολείο να υιοθετούν μη αποτελεσματικούς τρόπους αντιμετώπισης, οπότε να διαιωνίζεται και τελικά να επιδεινώνεται η εις βάρος τους κατάσταση. Μια χαρακτηριστική αντίδραση, η οποία τις περισσότερες φορές αποδεικνύεται εσφαλμένη, είναι η προβολή αντίστασης από το θύμα, καθώς από τη μια πολλοί θύτες αντλούν ευχαρίστηση από έναν καλό καβγά, ενώ από την άλλη συχνά οι θύτες είναι πολύ ικανοί στη χειραγώγηση του συστήματος πειθαρχίας του σχολείου, πείθοντας πως είναι τα θύματα και όχι οι θύτες. Επίσης τα θύματα συνήθως επιλέγουν μια «λύση» που τους προσφέρει προσωρινή διέξοδο και ανακούφιση, χωρίς όμως να αποφέρει σημαντικά αποτελέσματα, ενώ παράλληλα οδηγεί και σε αλυσιδωτές παρενέργειες. Ενδεικτικές αντιδράσεις αυτού του τύπου είναι η απόσυρση από χώρους και η απομάκρυνση από δραστηριότητες με ιδιαίτερη σημασία για την κοινωνικοποίηση και την ψυχοκοινωνική υγεία του παιδιού.

Αντιδιαστολή των παραπάνω δυσλειτουργικών στρατηγικών αποτελεί η επιλογή δράσεων και συμπεριφορών οι οποίες θα οδηγούν σε αποτελεσματική ενεργητική αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας και όχι σε παθητική αποδοχή. Ένας τρόπος αντιμετώπισης που μπορεί να αποφέρει πολύ θετικά αποτελέσματα στην περίπτωση του λεκτικού εκφοβισμού είναι το χιούμορ. Μια ευφυής απάντηση ή η εκ μέρους του θύματος προσποίηση ότι δεν ενοχλείται, «γυρίζοντάς το στην πλάκα», είναι πολύ πιθανό να αφοπλίσει το θύτη ο οποίος επιδιώκει μια αντίδραση που να φανερώνει σύγχυση. Επιπροσθέτως, η σιωπηρή αντιμετώπιση, λόγου χάρη, όταν το θύμα αγνοεί το θύτη και συμπεριφέρεται σαν να μην υπάρχει, μπορεί να αποτελέσει και αυτή μια αποτελεσματική στρατηγική αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Τέλος, ιδιαίτερα αποτελεσματική για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού είναι μια σθεναρή, όχι όμως βίαιη, αντίδραση εκ μέρους του θύματος το οποίο ορθώνει το ανάστημά του με ενεργητικότητα και δυναμισμό. Η αυτοπεποί-

θηση, η σταθερότητα και η σαφήνεια εκ μέρους του θύματος, χωρίς εκδηλώσεις θυμού, είναι πολύ πιθανό πως θα αναγκάσουν το άτομο που ασκεί τον εκφοβισμό και τη βία να σταματήσει.

Η διδασκαλία και, στη συνέχεια, η εκ μέρους των μαθητών χρησιμοποίηση αποτελεσματικών στρατηγικών αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο αποτελούν κεντρικούς άξονες για την αντιμετώπιση του προβλήματος του εκφοβισμού. Στην παραπάνω κατεύθυνση, σε ένα πλαίσιο ολιστικής, πολυεπίπεδης παρέμβασης –όπου το σχολείο δε δρα μόνο εκπαιδευτικά αλλά παράλληλα λειτουργεί ως χώρος προαγωγής της ψυχοκοινωνικής υγείας– η ενεργητική εμπλοκή των εκπαιδευτικών αλλά και των γονέων μπορεί να επιφέρει πολύ θετικές επιδράσεις. Οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς μπορούν να αποτελέσουν τους συμμάχους των παιδιών στην προσπάθεια αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, υπό την πρωταρχική προϋπόθεση ότι φροντίζουν ώστε κανένα τέτοιο περιστατικό που υποπίπτει στην αντίληψή τους να μη συγκαλύπτεται ή αποσιωπάται, για κανένα λόγο. Οι μαθητές, από την πλευρά τους, είναι σημαντικό να μπορούν να ξεπεράσουν στερεότυπα, όχι μόνο σε λογικό επίπεδο, αλλά και σε επίπεδο συναισθήματος, και να μη διστάζουν να μιλήσουν στους «μεγάλους» εξαιτίας της παγιωμένης αντίληψης πως η κοινοποίηση περιστατικών εκφοβισμού και βίας σε ενήλικες αποτελεί «κάρφωμα» και, επομένως, κατακριτέα συμπεριφορά. Η συνδρομή των ενηλίκων σε περιστατικά εκφοβισμού πρέπει να λειτουργεί βοηθητικά, δημιουργώντας ένα πλαίσιο ασφάλειας και αναφοράς, και όχι σαν εξουσία που συνδέεται με την επίκριση και την τιμωρία. «Μικροί» και «μεγάλοι» μπορούν και οφείλουν να είναι μαζί σε ένα κοινό μέτωπο που έχει ως στόχο την αποτελεσματική αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.

Στη συγκεκριμένη συνάντηση, η οποία έχει ως στόχο να βοηθήσει τους μαθητές ώστε να αντιμετωπίζουν με αποτελεσματικό τρόπο τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, η αναφορά σε παραδείγματα ανθρώπων με υψηλή δημοφιλία μεταξύ των μαθητών, οι οποίοι είχαν πέσει θύματα εκφοβισμού και βίας κατά τη διάρκεια των μαθητικών τους χρόνων, μπορεί να λειτουργήσει με πολύ θετικό τρόπο. Όλοι οι άνθρωποι, αλλά πόσω μάλλον τα παιδιά, εξαιτίας της αναπτυξιακής φάσης στην οποία βρίσκονται, έχουν την ανάγκη υγιών προτύπων να μπορούν να εμπλουτίσουν την ταυτότητά τους. Άνθρωποι που έχουν βρεθεί στη θέση του θύματος, οι οποίοι κατάφεραν να επεξεργαστούν και να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τη συγκεκριμένη αρνητική εμπειρία, αποτελούν θετικά πρότυπα για τους μαθητές, δίνοντας το παράδειγμα της δημιουργικής εξέλιξης, παρά τη δύσκολη και μειονεκτική θέση στην οποία περιήλθαν σε κάποια φάση της ζωής τους.

Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται στη διαδικασία που θα ακολουθηθεί για την προσέγγιση όλων των παραπάνω θεματικών. Είναι σημαντικό να μην υπάρχει απλή παράθεση απόψεων αλλά βαθιά κατανόηση ως απόρροια των δραστηριοτήτων της συνάντησης, ακολουθώντας μια μαιευτική πορεία, η οποία θα δώσει σχήμα και μορφή στις εμπειρίες, στα συναισθήματα και στα βιώματα των μαθητών.

## A. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να ευαισθητοποιηθεί και να κινητοποιηθεί η μαθητική κοινότητα τόσο σε επίπεδο συναισθηματικό, όσο και σε επίπεδο συμπεριφοράς σε σχέση με περιστατικά εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
2. Να προταθούν από τους μαθητές αποτελεσματικοί τρόποι αντιμετώπισης του προβλήματος.
3. Να συζητηθεί ο ρόλος των συμμαθητών, των δασκάλων και των γονέων σε περιστατικά εκφοβισμού και βίας.
4. Να δοθεί έμφαση στο ότι η κοινοποίηση τέτοιων περιστατικών εκ μέρους των μαθητών δεν αποτελεί «κάρφωμα».

## B. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Βιωματική διαδικασία ευαισθητοποίησης σε σχέση με τη σημασία και τους τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας, σε ατομικό και σε ομαδικό επίπεδο.
2. Εμπλουτισμός της ταυτότητας των παιδιών μέσω της προβολής υγιών προτύπων με στόχο την αποτελεσματικότερη αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.
3. Ενεργητική διαλεκτική διαδικασία σε σχέση με την αποτελεσματική αντιμετώπιση του προβλήματος.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Σχολική τσάντα που θα περιλαμβάνει βιβλία, τετράδια, μολύβια, μαρκαδόρους. Είναι σημαντικό κάποια από τα βιβλία ή τα τετράδια να είναι σκισμένα και γενικότερα η τσάντα να μην είναι σε καλή κατάσταση, δίνοντας την εικόνα πως ο κάτοχός της έχει πέσει θύμα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο.
2. Χρωματιστά χαρτόνια, σελίδες Α4.
3. Μαρκαδόροι.
4. Ψαλίδια.

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει μια εισαγωγή και σύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο και κάποιοι μαθητές αναλαμβάνουν να υπενθυμίσουν τις δραστηριότητες της προηγούμενης συνάντησης, η οποία είχε ως θέμα τις επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Στη συνέχεια συζητούν για τους στόχους και για το τι ακριβώς θα ακολουθήσει σε αυτό το Εργαστήριο. Τέλος, ο εκπαιδευτικός υπολογίζει και τους χρόνους που θα χρειαστούν για κάθε δραστηριότητα.

### Δραστηριότητα 2η

15' 


Ο εκπαιδευτικός αφήνει τη σχολική τσάντα, η οποία περιγράφεται στην ενότητα «Υλικά – Μέσα» του συγκεκριμένου Εργαστηρίου, στο κέντρο του χώρου, δίνοντας παράλληλα ορισμένες πληροφορίες. Πιο συγκεκριμένα, εξηγεί στους μαθητές ότι αυτή η τσάντα ανήκει σε ένα παιδί το οποίο ήταν μαθητής του σχολείου και έχει πέσει θύμα εκφοβισμού και βίας στο σχολείο. Στη συνέχεια ζητά από τους μαθητές να κοιτάξουν την τσάντα του παιδιού, τα πράγματά του και να κάνουν σκέψεις σχετικά με το συγκεκριμένο παιδί. Ενδεικτικά, τους δίνει ορισμένες θεματικές συζητήσεων, όπως (α) ποιος και με τι τρόπο τον εκφόβισε, (β) ποια είναι τα συναισθήματα του συγκεκριμένου παιδιού, (γ) πώς θα μπορούσε να έχει βοηθήσει τον εαυτό του, (δ) οι συμμαθητές και οι φίλοι θα μπορούσαν να το είχαν βοηθήσει και με τι τρόπο, (ε) μπορούν, έστω και τώρα, να το βοηθήσουν, (στ) η ομάδα των συμμαθητών μπορεί να κάνει κάποιες ενέργειες για να προστατεύσει μαθητές από μελλοντικά επεισόδια εκφοβισμού και βίας στο σχολείο, (ζ) οι γονείς του παιδιού και οι εκπαιδευτικοί θα μπορούσαν να βοηθήσουν με κάποιο τρόπο.

### Δραστηριότητα 3η

15' 

Ο εκπαιδευτικός ρωτά τους μαθητές να αναφέρουν αν γνωρίζουν παραδείγματα ατόμων τα οποία κατά τη διάρκεια των μαθητικών τους χρόνων είχαν πέσει θύματα εκφοβισμού και τώρα είναι άτομα δραστήρια, δημιουργικά, με υψηλή δημοτικότητα. Στην περίπτωση που οι μαθητές δε γνωρίζουν τέτοια άτομα, ο εκπαιδευτικός είναι σημαντικό να δώσει ο ίδιος παραδείγματα εμπλουτίζοντας και ανατροφοδοτώντας τη συζήτηση. Ενδεικτική περίπτωση αποτελεί ο γνωστός ποδοσφαιριστής David Beckham, ο οποίος κατά τη διάρκεια των μαθητικών του χρόνων είχε πέσει θύμα σχολικού εκφοβισμού (ενδεικτικό σχετικό υλικό για την πληροφόρηση του εκπαιδευτικού παρέχεται στο τέλος του Εργαστηρίου). Μέσα από την παραπάνω διαδικασία είναι θετικό να διατυπώσουν οι μαθητές με ενεργητικό τρόπο τις σκέψεις τους σχετικά με το νόημα των παραπάνω περιπτώσεων και το μήνυμα που απορρέει από αυτές. Ειδικότερα, χρειάζεται να υπογραμμιστεί ότι το πρόβλημα του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο μπορεί να αντιμετωπιστεί και ότι αυτός που εκφοβίζεται μπορεί να τα καταφέρει καλά στη ζωή του. Ο εκπαιδευτικός καλεί τους μαθητές να φανταστούν τους τρόπους με τους οποίους αυτό το πρόσωπο κατάφερε να αντιμετωπίσει τον εκφοβισμό (είχε αυτοπεποίθηση, στόχους, πολλούς φίλους, χιούμορ κτλ.).

### Δραστηριότητα 4η

25' 

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τους μαθητές να φανταστούν ένα παιδί που εκφοβίζεται. Στη συνέχεια μοιράζει χρωματιστά χαρτόνια και τους ζητά να σχεδιάσουν από μία πατούσα και να την κόψουν περιμετρικά. Κάθε παιδί καλείται να γράψει από μία συμβουλή προς το θύμα (σε β' ενικό πρόσωπο) για το πώς θα μπορούσε να αντιμετωπίσει το πρόβλημά του. Στη συνέχεια μέσα από ομαδική συζήτηση γίνεται διαβάθμιση των συμ-

βουλών ανάλογα με το τι θα μπορούσε να γίνει ως πρώτο βήμα, τι ως δεύτερο κ.ο.κ. Τα διαβαθμισμένα «βήματα του θύματος για την αντιμετώπιση του προβλήματος» μπορούν να συγκεντρωθούν σε ένα μεγάλο χαρτόνι που θα αναρτηθεί μέσα στην τάξη.


Σημείωση: Για τη διαβάθμιση των βημάτων αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο ο εκπαιδευτικός είναι χρήσιμο να αναγνώσει προσεκτικά τόσο την εισαγωγή του Εργαστηρίου, όσο και το σχετικό κεφάλαιο της εισαγωγής του εγχειριδίου.

### Δραστηριότητα 5η

20' 

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τους μαθητές να προτείνουν τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού στην υποθετική περίπτωση που το κάθε παιδί ήταν διευθυντής του σχολείου για μία μέρα. Οι μαθητές θα γράψουν τις προτάσεις τους σε ένα φύλλο χαρτί και στη συνέχεια, αφού ολοκληρωθεί η παραπάνω διαδικασία από όλους τους μαθητές, το κάθε παιδί θα διαβάσει τις δικές τους ιδέες και ο εκπαιδευτικός θα τις μεταφέρει στον πίνακα. Ακολουθεί συζήτηση και ανταλλαγή απόψεων μεταξύ των μαθητών, στην οποία ο εκπαιδευτικός έχει το συντονιστικό ρόλο, χωρίς όμως να περιορίζει την αυτενέργεια των μαθητών. Το σύνολο των προτάσεων που θα προκύψουν είναι χρήσιμο να δοθούν από τους μαθητές με τη μορφή φυλλαδίων στο συμβούλιο των καθηγητών, στο σύλλογο γονέων και κηδεμόνων, σε μαθητές άλλων τάξεων. Επίσης θα μπορούσε να δημιουργηθεί ένα πανό και να αναρτηθεί σε κάποιον κατάλληλο χώρο του σχολείου.

## E. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;»

Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη συνάντηση ενημερώνοντας εν συντομία τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες της επόμενης συνάντησης, η οποία θα έχει ως κεντρικό άξονα την «Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο - II: η δύναμη της ομάδας».**

(Δραστηριότητα 3η)

Διασημότητες που έχουν πέσει θύμα εκφοβισμού.

Ενδεικτικό υλικό για ενημέρωση του εκπαιδευτικού

**David Beckham:**

**«Εκφοβιζόμουν στο σχολείο».**

Ο σταρ του ποδοσφαίρου μπορεί να είναι τώρα ο πιο κουλ τύπος στον πλανήτη, αλλά ως παιδί είχε πέσει θύμα εκφοβισμού. Από πολύ νωρίς ο μικρός Beckham είχε μόνο το ποδόσφαιρο στο μυαλό του. Αυτό όμως τον έκανε πολύ διαφορετικό από τους συμμαθητές του, καθώς τα περισσότερα αγόρια της ηλικίας του δεν έχουν συγκεκριμένους στόχους. Ο ίδιος ο Beckham περιγράφει: «Όταν ήμουν δεκαέξι ετών, είχα πειρασμούς. Οι φίλοι με καλούσαν να πάω μαζί τους μέχρι το γωνιακό μαγαζάκι, να πάρουμε ένα μπουκάλι cider και να μείνουμε έξω όλη τη νύχτα. Εγώ όμως ήθελα να μείνω μέσα, να παρακολουθήσω τον αγώνα της ημέρας και να προετοιμαστώ για τον αγώνα της Κυριακής». Οι συμμαθητές του αυτό το θεωρούσαν θηλυπρεπές, γι' αυτό και τον ταλαιπωρούσαν. Εκείνος όμως τους αγνοούσε, μένοντας αφοσιωμένος στο στόχο του. Ο Beckham αναφέρει στην *Guardian* ότι επειδή είχε αρχίσει τον αθλητισμό από πολύ μικρός, δεχόταν συμπεριφορές εκφοβισμού από τους άλλους: «Επειδή δεν έβγαινα έξω μαζί τους το Σαββατοκύριακο, τη Δευτέρα στο σχολείο με κορόιδευαν λέγοντας “έμεινες μέσα και έπαιζες ποδόσφαιρο”. Πριν από ένα χρόνο όμως συνάντησα τυχαία κάποιους από αυτούς και ήθελαν να έρθουν να με δουν να παίζω στη Μαδρίτη».

**Η Rihanna εκφοβιζόταν εξαιτίας του χρώματος του δέρματός της.**

Η πανέμορφη τραγουδίστρια Rihanna αποκάλυψε πως σε όλη την παιδική της ηλικία υπέφερε εξαιτίας συμπεριφοράς φυλετικής διάκρισης εις βάρος της. Περιέγραψε στο περιοδικό *InStyle* ότι οι συμμαθητές της την κακομεταχειρίζονταν έως το γυμνάσιο επειδή το δέρμα της είχε πιο ανοιχτή απόχρωση από τη δική τους. «Το να έχω πιο ανοιχτόχρωμο δέρμα δεν ήταν πρόβλημα στο σπίτι μου. Όμως έγινε πρόβλημα όταν πήγα στο σχολείο. Αυτό με μπέρδεψε πολύ στην αρχή», λέει η εικοσάχρονη. «Η παρενόχληση συνεχίστηκε έως την τελευταία μέρα του δημοτικού».



# Εργαστήριο 9ο Αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο - II: η δύναμη της ομάδας

Η λειτουργία της ομάδας και η δημιουργία υποστηρικτικών δικτύων μεταξύ των μαθητών μπορούν να αποφέρουν ιδιαίτερα θετικά αποτελέσματα για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Η παραπάνω άποψη δεν είναι μόνο μια ενδιαφέρουσα θεωρητική υπόθεση, αλλά παράλληλα αποτελεί και το ουσιαστικό συμπέρασμα μακρόχρονων ερευνών σε διεθνές επίπεδο για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Η συγκεκριμένη συνάντηση αποσκοπεί στο να κατανοήσουν οι μαθητές τη σημασία που έχουν η συνεργασία και η αλληλοβοήθεια στην ομάδα για την αποτελεσματική αντιμετώπιση αρνητικών καταστάσεων που αφορούν ένα ή και περισσότερα μέλη της. Το σύνολο είναι κάτι πολύ περισσότερο από το άθροισμα των μελών που το αποτελούν, και η δημιουργία ενός ισχυρού υποστηρικτικού δικτύου μεταξύ των μαθητών αποτελεί μια γόνιμη συνισταμένη εναντίον του εκφοβισμού. Στην καλλιέργεια αυτής της αντίληψης αποσκοπεί το συμβολικό παιχνίδι με την αλυσίδα, το οποίο στηρίζεται στη συνεργασία, στο υποστηρικτικό κλίμα και στην ενεργό συμμετοχή όλων των μαθητών για να επιτευχθεί ο στόχος, που δεν είναι άλλος από το να μην «κοπεί» η γραμμή, δηλαδή να μη χάσει η ομάδα την ενότητά της, παρά τις δυσκολίες και τα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν σε όλη τη διάρκεια της προσπάθειας. Το παιχνίδι και η συμβολική του λειτουργία δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να μπορέσουν να εμπλουτίσουν την προσωπικότητά τους, να ταυτιστούν με διάφορους ρόλους, να διευρύνουν τους ορίζοντές τους και να αφομοιώσουν ποικίλες καταστάσεις και τις λύσεις τους με τρόπο βιωματικό και ενεργητικό, ο οποίος δρα καταλυτικά στην αναπτυξιακή πορεία του ατόμου. Αποτελεί επίσης έναν οικείο τρόπο που το παιδί πάντα χρησιμοποιεί προκειμένου να αντιμετωπίσει καταστάσεις και συναισθήματα. Αυτό οφείλεται αφενός στους συμβολικούς μηχανισμούς του παιχνιδιού και αφετέρου στο ότι το ίδιο το παιδί παίζει ενεργητικό ρόλο και ρυθμίζει αυτά που συμβαίνουν, μειώνοντας έτσι τα συναισθήματα παθητικότητας και αβοηθσίας.

Ο κύκλος των δύο συναντήσεων που αφορούν πιο συγκεκριμένα την αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, αλλά και ευρύτερα ολόκληρο το πρόγραμμα παρέμβασης έχουν ως κεντρικό στόχο τη δημιουργία ισχυρών υποστηρικτικών δικτύων μεταξύ των μαθητών τα οποία, σε συνδυασμό με την ενεργητική εμπλοκή των γονέων και των εκπαιδευτικών, μπορούν να βοηθήσουν ουσιαστικά στην αντιμετώπιση του προβλήματος όχι μόνο σε επίπεδο δευτερογενούς αλλά και σε επίπεδο πρωτογενούς πρόληψης. Η πρωτογενής πρόληψη ως μορφή παρέμβασης, όπως προκύπτει και από τα πορίσματα διεθνών μελετών, είναι η πιο αποδοτική μέθοδος από τη στιγμή που δεν αντιμετωπίζει ένα πρόβλημα το οποίο έχει ήδη εκδηλωθεί, αλλά, αντίθετα, δρα προληπτικά σε πιο πρώιμο στάδιο, αποτρέποντας την οργάνωση και τη σχηματοποίηση αρνητικών συμπεριφορών.

## Α. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να συζητηθεί σε μεγαλύτερο βάθος ο ρόλος των παρατηρητών-συμμαθητών σε περιστατικά εκφοβισμού.
2. Να καλλιεργηθεί με ενεργητικό βιωματικό τρόπο ο ουσιαστικός ρόλος που μπορεί να έχει η ομάδα των μαθητών ως φορέας πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης για την αποτελεσματική αντιμετώπιση του φαινομένου του εκφοβισμού.
3. Να ενδυναμωθεί η ομαδική λειτουργία της τάξης.

## Β. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Παρατήρηση και κινητοποίηση σε σχέση με το ρόλο των μαθητών-παρατηρητών και της σημασίας των υποστηρικτικών δικτύων για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού.
2. Παιχνίδια για την ανάπτυξη της συνεργασίας, του υποστηρικτικού κλίματος και της ενεργητικής συμμετοχής των μαθητών σε συλλογικές δραστηριότητες.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Υπολογιστής με πρόσβαση στο διαδίκτυο.
2. Βίντεο Anti-bullying PSA The Price of Silence [HYPERLINK «http://www.youtube.com/watch?v=wY7GvqOP4hc»](http://www.youtube.com/watch?v=wY7GvqOP4hc).
3. Εφημερίδες.
4. CD player και χαλαρωτική μουσική.


## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει μια εισαγωγή και σύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο και κάποιοι μαθητές αναλαμβάνουν να υπενθυμίσουν τις δραστηριότητες της προηγούμενης συνάντησης η οποία είχε ως θέμα τους τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Στη συνέχεια συζητούν για τους στόχους και το τι ακριβώς θα επακολουθήσει σε αυτό το 9ο Εργαστήριο. Τέλος, υπολογίζουν και τους χρόνους που θα χρειαστούν για κάθε δραστηριότητα.

### Δραστηριότητα 2η

15' 

Ο εκπαιδευτικός προβάλλει το δίλεπτο βίντεο «Anti-bullying PSA The Price of Silence».

Το συγκεκριμένο βίντεο αναδεικνύει ξεκάθαρα το ρόλο των παρατηρητών στα περιστατικά του εκφοβισμού. Οι μαθητές καλούνται να σκεφτούν το περιστατικό του βίντεο και να υποδείξουν τις ομαδικές συμπεριφορές που ευνοούν τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, αλλά και εκείνες που διευκολύνουν την αντιμετώπισή του.



### Δραστηριότητα 3η

25' 

Ο εκπαιδευτικός μαζί με τους μαθητές σχηματίζουν ένα μονοπάτι στο έδαφος με φύλλα από εφημερίδες που μικραίνουν διαρκώς. Οι μαθητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες 2-3 παιδιών. Στη συνέχεια οι ομάδες των μαθητών καλούνται να διασχίσουν το μονοπάτι, στηρίζοντας ο ένας τον άλλο.

(Για εξοικονόμηση χρόνου μπορούν να σχηματιστούν 2 ή 3 μονοπάτια, ώστε 2-3 ομάδες να κινούνται παράλληλα.)

### Δραστηριότητα 4η

30' 

Ο εκπαιδευτικός λέει στους μαθητές να σχηματίσουν μια ευθεία, ενώ παράλληλα αρχίζει να ακούγεται και ένα μουσικό κομμάτι σε ήρεμο τέμπο. Στη συνέχεια τους ζητά να πιάσουν ο ένας το χέρι του άλλου και να κλείσουν τα μάτια τους, δίνοντας παράλληλα τις ακόλουθες οδηγίες: «Τώρα, παιδιά, θα παίξουμε ένα παιχνίδι που για να τα καταφέρουμε είναι απαραίτητο να υπάρχει συνεργασία και να βοηθήσουν όλοι. Θα μπερδέψουμε την ευθεία και θα σχηματίσουμε ένα μεγάλο “κουβάρι”, θα σας βοηθήσω εγώ σε αυτό, το μόνο που θέλω από εσάς είναι τα χέρια σας να είναι συνέχεια ενωμένα σαν μια γερή αλυσίδα που δε θα σπάσει για κανένα λόγο. Μόλις σχηματιστεί το “κουβάρι”, μπορείτε να ανοίξετε πάλι τα μάτια σας. Για να κερδίσετε στο παιχνίδι, αυτό που θα πρέπει να κάνετε στη συνέχεια είναι να ξαναδημιουργήσετε την αρχική ευθεία χωρίς σε κανένα σημείο να αφήσετε το χέρι του συμμαθητή σας. Το μυστικό είναι να υπάρχει εμπιστοσύνη και όλα θα πάνε καλά». Σε περίπτωση που τα παιδιά στην πρώτη απόπειρα δεν τα καταφέρουν, η διαδικασία είναι απαραίτητο να επαναληφθεί. Όμως πριν από την καινούργια προσπάθεια των μαθητών είναι σημαντικό να υπάρξει ενθάρρυνση και ενίσχυση από τον εκπαιδευτικό, ο οποίος ενδεχομένως να δώσει και ορισμένες πληροφορίες για τους λόγους που η πρώτη προσπάθεια δεν ήταν επιτυχημένη.

Ανάλογα με τη διάρκεια που θα έχει η συγκεκριμένη δραστηριότητα έως και την επανασύσταση της αρχικής ευθείας, ο εκπαιδευτικός θα κρίνει αν υπάρχει χρόνος για να συνεχιστεί και σε ένα επόμενο στάδιο ή όχι. Εάν υπάρχει το χρονικό περιθώριο, ο εκπαιδευτικός λέει στους μαθητές πως στο παιχνίδι πήγαν πολύ καλά γιατί βοήθησαν όλοι, και τώρα θα κάνουμε κάτι ακόμα δίνοντας τις ακόλουθες οδηγίες: «Θέλω να σχηματίσετε έναν κύκλο, να κλείσετε τα μάτια σας και να αρχίσετε να λέτε φωνηχτά τις σκέψεις σας γύρω από τη σημερινή ή τις προηγούμενες συναντήσεις. Πριν ξεκινήσουμε το καινούργιο παιχνίδι, θέλω να δώσετε ιδιαίτερη προσοχή στο ότι κάθε φορά θα μιλάει ένας από εσάς και όχι όλοι μαζί, και ότι ο επόμενος θα ξεκινάει μόνο όταν ολοκληρώνει αυτό που έχει να πει ο προηγούμενος, γιατί μόνο με αυτό τον τρόπο θα μπορέσουν να ακουστούν όλοι. Επειδή η σειρά που θα μιλάτε είναι τυχαία, κάποιες φορές θα αρχίζουν να μιλούν δύο ή περισσότεροι μαθητές, κι αυτό ακριβώς είναι το σημείο όπου απαιτείται συνεργασία και σεβασμός στο συμμαθητή σας για να μπορέσετε να τα καταφέρετε. Στόχος του παιχνιδιού είναι να μπορέσουν να ακουστούν οι σκέψεις όλων των μελών της ομάδας, και για να γίνει αυτό θα πρέπει να ακούγεται κάθε φορά μόνο μία φωνή χωρίς διακοπές ή παρεμβολές». Ο εκπαιδευτικός είναι θετικό να επιτρέψει στη διαδικασία να εξελιχθεί ελεύθερα, εκτός κι αν οι μαθητές σταθερά αδιαφορούν για τις οδηγίες που έχουν δοθεί, οπότε σε αυτή την περίπτωση είναι απαραίτητη η επαναδιατύπωση των οδηγιών. Μόλις μιλήσουν όλοι οι μαθητές, το παιχνίδι ολοκληρώνεται. Ο εκπαιδευτικός λέει στα παιδιά να ξαναπιάσουν το χέρι του διπλανού τους, να ανοίξουν τα μάτια τους και να κοιταχτούν για λίγο μεταξύ τους.

### Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;» Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για το επόμενο εργαστήριο ενημερώνοντας εν συντομία τα μέλη της ομάδας για τις δραστηριότητες της επόμενης συνάντησης, η οποία έχει ως θέμα: «Μιλώντας στους γονείς για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο: προετοιμασία της συνάντησης».**



# Εργαστήριο 10ο Μιλώντας στους γονείς για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο: προετοιμασία της συνάντησης

Μέχρι τώρα έχουν πραγματοποιηθεί εννέα Εργαστήρια, κατά τη διάρκεια των οποίων οι μαθητές εκτέθηκαν σε ένα μεγάλο εύρος πληροφοριών πάνω στο θέμα του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Αναλυτικότερα, μέσα από ανοιχτό διάλογο, βιωματικές δραστηριότητες και άλλα παιδαγωγικά μέσα, οι μαθητές προσδιόρισαν το νόημα και τις επιπτώσεις του εκφοβισμού, τους ρόλους του θύματος, του θύτη και των παρατηρητών, ευαισθητοποιήθηκαν σε θέματα ενσυναίσθησης, αλληλεγγύης και διαφορετικότητας, ενώ παράλληλα διερεύνησαν αποτελεσματικούς τρόπους για να αντιμετωπίζουν τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο, ανεξαρτήτως του αν συμβαίνει στους ίδιους ή σε κάποιον άλλο.

Το 10ο αυτό εργαστήριο εστιάζει στο πώς οι μαθητές μπορούν να διακοινωνήσουν-μεταδώσουν τις παραπάνω εμπειρίες και γνώσεις σε κάποιον άλλο – συγκεκριμένα, στους γονείς τους οι οποίοι θα συμμετέχουν στην επόμενη συνάντηση. Βασική προϋπόθεση της δυνατότητας των μαθητών να μιλήσουν στους γονείς τους για τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο είναι να έχουν κατανοήσει επαρκώς το φαινόμενο. Στο πλαίσιο αυτό οι μαθητές θα ανασκοπήσουν τις διάφορες διαστάσεις του φαινομένου, προκειμένου να τις απαρτίωσουν σε μια συνολική αντίληψή του και τελικά να τις εφαρμόσουν σε κάτι «χειροπιαστό», δημιουργικό και επικοινωνιακό. Δηλαδή η παρούσα συνάντηση είναι συνθετική και μεταβατική. Αποσκοπεί να λειτουργήσει ως δημιουργική γέφυρα ανάμεσα στη «θεωρία» και την «πράξη», και ανάμεσα στις εμπειρίες των παιδιών και στους γονείς. Οι διασυνδέσεις αυτές έχουν μεγάλη σημασία σε κάθε παιδαγωγική προσπάθεια που στοχεύει να επιφέρει αλλαγή στον τρόπο που οι μαθητές αντιλαμβάνονται και αντιμετωπίζουν τα πράγματα – τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο εν προκειμένω. Ειδικότερα, η καλλιέργεια της δυνατότητας των μαθητών να μοιράζονται με τους άλλους, και κυρίως με τους γονείς τους, αυτό που βιώνουν, μαθαίνουν και σκέφτονται διευκολύνει την επικοινωνία και ευρύτερα τη σχέση μαζί τους. Επιπλέον, ευνοεί το συσχετισμό ανάμεσα

στη ζωή στο σπίτι και τη ζωή στο σχολείο, οι οποίες για πολλά παιδιά βιώνονται σαν ασύνδετες, όμως εξίσου σημαντικές. Τέλος, η συντονισμένη δημιουργική δραστηριοποίηση των μαθητών πάνω σε ένα σημαντικό για εκείνους θέμα, όπως ο εκφοβισμός, τους δίνει την ευκαιρία να εξασκήσουν τις δεξιότητές τους στην οργάνωση, στη συνεργασία και στην αλληλοσυμπληρωματική αξιοποίηση των ατομικών τους χαρακτηριστικών (π.χ., ταλέντο στο θέατρο, στο τραγούδι) προς όφελος ενός κοινού στόχου: το τέλος της βίας στα σχολεία.

Σημείωση:

Ο εκπαιδευτικός μπορεί να αποφασίσει να διαθέσει περισσότερες συναντήσεις για την προετοιμασία της συνάντησης με τους γονείς.

## Α. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να συνοψιστούν οι βασικές διαστάσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, όπως παρουσιάστηκαν στα προηγούμενα Εργαστήρια.
2. Να αξιοποιηθεί η γνώση των μαθητών για τον εκφοβισμό σε δημιουργίες.
3. Να οργανωθεί η συνάντηση με τους γονείς.

## Β. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Συγκέντρωση και «δέσιμο» του υλικού από προηγούμενες δραστηριότητες.
2. Δημιουργία ενός πανό με το σύνθημα της τάξης κατά του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο.
3. Συζήτηση (καταιγισμός ιδεών) γύρω από το πώς θα παρουσιαστεί το θέμα στους γονείς.
4. Ομαδική απόφαση και πρόβα.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Πρόσβαση σε υπολογιστή, διαδίκτυο και εκτυπωτή.
2. Κόλλες Α4.
3. Μολύβια.
4. Πινέλα, πλαστικά χρώματα, μουσαμάς (60 εκ. x 3 μ. περίπου).

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει μια εισαγωγή και σύνδεση με το προηγούμενο Εργαστήριο. Εξηγεί πως η αποτελεσματική αντιμετώπιση του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο έγκειται αφενός στην κατανόηση και αναγνώριση του φαινομένου και αφετέρου στη δυνατότητα να μιλάμε γι' αυτό ανοιχτά. Ο εκπαιδευτικός επισημαίνει πως πλησιάζουμε προς το τέλος των Εργαστηρίων – μένουν δύο ακόμα. Στη σημερινή συνάντηση οι μαθητές θα συνοψίσουν όσα έμαθαν και θα προετοιμαστούν σαν ομάδα να μιλήσουν στους γονείς τους γι' αυτά.

### Δραστηριότητα 2η

30' 

Ο εκπαιδευτικός μαζί με τους μαθητές «ξεφυλλίζουν» σαν ημερολόγιο όλα όσα έχουν διερευνηθεί και καταγραφεί στις προηγούμενες συναντήσεις και «φρεσκάρουν» εν συντομία τις βασικές έννοιες και τα συμπεράσματα από κάθε συνάντηση.

Έπειτα οι μαθητές χωρίζονται σε τρεις ομάδες.

1. Μια ομάδα μαθητών αναλαμβάνει να συγκεντρώσει και να «βιβλιοδέσει» όλες τις εργασίες των μαθητών από τις προηγούμενες συναντήσεις. Το «βιβλίο» θα παρουσιαστεί την επόμενη φορά στους γονείς και έπειτα θα φωτοτυπηθεί και θα δοθεί σε κάθε μαθητή.

2. Μια δεύτερη ομάδα μαθητών αναλαμβάνει να γράψει στον υπολογιστή μία περιληπτική παράγραφο για τον εκφοβισμό. Επίσης θα μπορούσαν να γράψουν σε bullet points τους αποτελεσματικούς τρόπους αντιμετώπισης του εκφοβισμού. Αντίτυπα αυτών μπορούν να μοιραστούν στους γονείς. Επιπλέον, μια ιδέα είναι να αποσταλούν μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου σε άλλα σχολεία, φίλους κτλ.

3. Μια τρίτη ομάδα αναλαμβάνει να φτιάξει το πανό με το σύνθημα της τάξης κατά του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Κάποιοι θα γράψουν το σύνθημα και άλλοι θα διακοσμήσουν το φόντο με λέξεις, σύμβολα κ.ο.κ. Το πανό θα αναρτηθεί στην αίθουσα της συνάντησης με τους γονείς και έπειτα σε δημόσιο χώρο του σχολείου.

### Δραστηριότητα 3η

45' 

Αντίθετα από τις προηγούμενες δραστηριότητες, η παρούσα δεν έχει αυστηρά δομημένες οδηγίες. Η τάξη καλείται να συνεργαστεί αποτελεσματικά και να αναπτύξει μια δική της μοναδική, δημιουργική σύνθεση, ανάλογα με τα χαρακτηριστικά, τα ενδιαφέροντα και τις δεξιότητες των μαθητών. Στη σύνθεση αυτή μπορούν να ενσωματωθούν δράματα από τις προηγούμενες συναντήσεις (εκείνα που είχαν τη μεγαλύτερη απήχηση), αλλά να προκύψουν και καινούργιες ιδέες.

### Γενική Οδηγία

Ο εκπαιδευτικός συζητά με τους μαθητές με ποιους τρόπους πιθανόν μπορεί να παρουσιάσει στους γονείς το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο. Καταγράφει τις ιδέες στον πίνακα. Προτείνει και ο ίδιος. Η τάξη ενισχύεται για να καταλήξει σε ένα τελικό πλάνο δράσης. Στη συνέχεια οι μαθητές καταγράφουν το πλάνο της παρουσίασης. Ο εκπαιδευτικός διαβεβαιώνει τους μαθητές ότι θα τους βοηθήσει κι εκείνος στην παρουσίαση. Πρέπει να έχει κατά νου πως κάποιοι μαθητές ίσως είναι επιφυλακτικοί ως προς

την κοινοποίηση των εμπειριών και των σκέψεών τους και χρειάζονται επιπλέον ενίσχυση και προσαρμοσμένες εναλλακτικές. Είναι σημαντικό να συμμετέχουν όλοι.

### Ενδεικτικό Πλάνο Παρουσίασης

Οι μαθητές μπορούν να οργανωθούν σε 4 υπο-ομάδες και η κάθε ομάδα να αναλάβει να συντονίσει με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού μία συγκεκριμένη δραστηριότητα παρουσίασης.

Η 1η ομάδα μπορεί να αναλάβει τα οργανωτικά-«διοικητικά» θέματα του Εργαστηρίου. Λόγου χάρη, να διακοσμήσει την τάξη, να αναρτήσει το πανό, να φροντίσει την υποδοχή των γονέων, να φέρει αρκετές καρέκλες για όλους, να μοιράσει το ενημερωτικό υλικό κτλ.

Η 2η ομάδα μπορεί να αναλάβει να παρουσιάσει την έννοια και τις διαστάσεις του εκφοβισμού. Η γνωστή σε όλους κρεμάλα είναι ένας απλός τρόπος για να παρουσιάσουν οι μαθητές τις έννοιες και τα συναισθήματα που έχουν συνειδητοποιήσει πια ότι σχετίζονται με τον εκφοβισμό και τη βία στο σχολείο. Τέλος, ένας μαθητής από αυτή την ομάδα μπορεί να διαβάσει στους γονείς την περιληψη που έχει συνταχθεί για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο ή να τους τη μοιράσει σε έντυπη μορφή.

Η 3η ομάδα μπορεί να δραματοποιήσει μικρές ιστορίες γύρω από τον εκφοβισμό (π.χ., ιστορίες με τις οποίες οι μαθητές έχουν ήδη δουλέψει στις συναντήσεις ή άλλες). Η ομάδα αυτή δηλαδή θα παρουσιάσει ένα σύντομο θεατρικό δράμα στους γονείς και στη συνέχεια θα γίνει κουβέντα. Αντίστοιχα, θα μπορούσε να παρουσιαστεί ένα μουσικο-κινητικό δράμα.

Η 4η ομάδα θα μπορούσε να αναλάβει να κάνει έρευνα στο διαδίκτυο και να βρει επιπλέον πληροφορίες για διάφορα θέματα που σχετίζονται με τον εκφοβισμό. Για παράδειγμα: εικόνες και πληροφορίες για άλλους πολιτισμούς (π.χ., πώς ντύνονται τα παιδιά στην Ινδία, πώς λένε «γεια σου» σε άλλες γλώσσες, συνταγές μαγικής από τη Βουλγαρία κτλ.), δράσεις ή παραδείγματα κοινωνικής αλληλεγγύης, λίστα από παιδικές ταινίες, βιβλία ή ηλεκτρονικά παιχνίδια που σχετίζονται με τον εκφοβισμό, τη φιλία κτλ.

Κάποιες από τις πληροφορίες μπορούν να παρουσιαστούν προφορικά ή σε βιντεοπρο-

βολέα, ενώ κάποιες άλλες να μοιραστούν σε έντυπη μορφή σε γονείς, εκπαιδευτικούς και μαθητές, ως ενημερωτικό υλικό. Τέλος, με αφορμή όλα τα παραπάνω ερεθίσματα, τα παιδιά μπορούν να θέσουν ως στόχο να καταγράψουν μία λίστα (ή ένα γράμμα) με τρόπους που οι ενήλικες μπορούν να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση του εκφοβισμού και να τους προτείνουν στους γονείς (π.χ., να ακούν τα παιδιά, να μην υποτιμούν τον εκφοβισμό και τη βία σαν ένα «καβγαδάκι», να μη χρησιμοποιούν την επιβράβευση περισσότερο από την τιμωρία κ.ο.κ.).

## Ε. ΣΥΝΟΨΗ – ΚΛΕΙΣΙΜΟ

10' 

Τελειώνουμε τη συνάντηση με ομαδική συζήτηση και ζητάμε από τα παιδιά να την αξιολογήσουν. Ρωτάμε τα παιδιά: «Τι σας άρεσε περισσότερο από αυτά που κάναμε σήμερα, τι δε σας άρεσε ή τι σας δυσκόλεψε, πώς θα χαρακτηρίζατε τη σημερινή μας δουλειά;» Ο εκπαιδευτικός εκφράζει και αυτός τη δική του άποψη, σκέψη, συναίσθημα.

**Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για την επόμενη τελευταία συνάντηση, συνοψίζοντας στα μέλη της ομάδας το περιεχόμενο της επόμενης συνάντησης, στην οποία τα παιδιά θα αξιολογήσουν το πρόγραμμα.**

# Εργαστήριο 11ο

## Αξιολόγηση του προγράμματος

Η αξιολόγηση είναι αναπόσπαστο μέρος ενός προγράμματος προαγωγής της ψυχικής υγείας που έχει ως σκοπό τη βελτίωσή του, και σε καμιά περίπτωση δεν πρέπει να εκλαμβάνεται ως πειθαρχικό μέσο. Τα κύρια χαρακτηριστικά της διαδικασίας αξιολόγησης είναι η πρόοδος, η αποδοτικότητα, η ποιότητα και η αποτελεσματικότητα. Επειδή αυτά τα προγράμματα στοχεύουν στην αλλαγή στάσης και συμπεριφοράς των μαθητών, κατά την ολοκλήρωση του προγράμματος μπορούμε να εκτιμήσουμε ευκολότερα την πρόοδο, την ποιότητα και την αποδοτικότητα, ενώ η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας απαιτεί μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Ο σκοπός της τελευταίας συνάντησης είναι να αξιολογηθεί το πρόγραμμα από τους μαθητές. Να μπορέσουμε να κατανοήσουμε αν το πρόγραμμα κάλυψε πραγματικές ανάγκες των μαθητών, αν τους έκανε να νιώσουν σαν μια ομάδα, αν ενδυνάμωσε την εμπιστοσύνη μεταξύ τους, αν κατανόησαν τα κίνητρα και τις επιπτώσεις του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, αν κατανόησαν ότι μπορούν να ζητούν βοήθεια από τους ενήλικες κτλ.

Η αξιολόγηση αφορά το σύνολο της παρέμβασης αλλά και την κάθε συνάντηση ξεχωριστά. Οι μαθητές θα πρέπει να ενθαρρυνθούν για να μπορέσουν να μιλήσουν όχι μόνο για τα θετικά του προγράμματος αλλά και για τα αρνητικά, όπως τι θα ήθελαν διαφορετικό και γιατί, τι θα μπορούσε να προστεθεί κτλ.

Ο εκπαιδευτικός είναι πολύ σημαντικό να είναι ευέλικτος και ανοιχτός στην προσέγγισή του, έτσι ώστε οι μαθητές να μπορέσουν να εκφραστούν ελεύθερα και να μη νιώσουν ότι πρέπει να μιλήσουν μόνο για τα θετικά.

Πιθανές δυσκολίες και απογοητεύσεις θα πρέπει να διερευνηθούν λεπτομερειακά, έτσι ώστε τα στοιχεία που θα προκύψουν να μπορέσουν να ενσωματωθούν σε επόμενες παρεμβάσεις.

## Α. ΣΤΟΧΟΙ

1. Να σκεφτούν και να συζητήσουν οι συμμετέχοντες για την εμπειρία τους στο πρόγραμμα.
2. Να αξιολογήσουν το πρόγραμμα.
3. Να εκτιμήσουν τη συμμετοχή τους στα Εργαστήρια.
4. Να μιλήσουν για τα συναισθήματά τους σε όλη την πορεία του προγράμματος.
5. Να αναγνωρίσουν τα συναισθήματά τους για κάτι που τελειώνει.

## Β. ΜΕΘΟΔΟΣ

1. Συζήτηση.
2. Εικαστική Δημιουργία.

## Γ. ΥΛΙΚΑ – ΜΕΣΑ

1. Χαρτί Α4.
2. Μολύβια.
3. Ερωτηματολόγιο.
4. Μπογιές – μαρκαδόροι.

## Δ. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

### Δραστηριότητα 1η – Εισαγωγή

5' 

Ο εκπαιδευτικός κάνει μια εισαγωγή λέγοντας ότι σήμερα είναι η τελευταία συνάντηση και έτσι ολοκληρώνεται ο κύκλος των Εργαστηρίων. Το Εργαστήριο αυτό περιλαμβάνει την αξιολόγηση της δουλειάς που έγινε σε όλες τις συναντήσεις. Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά ότι αξιολόγηση δε σημαίνει προσωπική κριτική αλλά εκτίμηση «του τρόπου που δουλέψαμε, του τι κατανοήσαμε, τι ήταν αυτό που μας άρεσε, τι ήταν αυτό που δε μας άρεσε, τι μας δυσκόλεψε, πώς νιώσαμε σε όλη αυτή τη διαδικασία που δεν ήταν ακριβώς μάθημα, αλλά είχε συγκεκριμένους στόχους και δέσμευση».


Είναι σημαντικό να τονιστεί ότι η αξιολόγηση και η εκτίμηση είναι μια δύσκολη διαδικασία, αλλά συνάμα αναγκαία για το μελλοντικό σχεδιασμό ανάλογου προγράμματος.

### Δραστηριότητα 2η

45' 

Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να ζωγραφίσουν μια διαδρομή του Μετρό με έντεκα σταθμούς, δηλαδή όσα και τα Εργαστήρια. Σε κάθε σταθμό οι μαθητές θα σχηματίσουν ένα ορθογώνιο μέσα στο οποίο κάθε μαθητής θα γράψει λέξεις ή εικόνες που να περιγράφουν την προσωπική του διαδρομή στο Μετρό των Εργαστηρίων. Στο τέλος ο καθένας παρουσιάζει τη δουλειά του έχοντας δώσει έναν τίτλο σε αυτήν.

### Δραστηριότητα 3η

30' 

Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους μαθητές ώστε να συζητήσουν ομαδικά για την εμπειρία συμμετοχής τους στα Εργαστήρια. Είναι σημαντικό όλοι να εκφράσουν την άποψή τους.

Ως άξονα της συζήτησης ο εκπαιδευτικός μπορεί να χρησιμοποιήσει τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Τι ήταν αυτό που περίμενα από τα Εργαστήρια;
- Από αυτά που περίμενα τι πραγματοποιήθηκε;
- Τι μου άρεσε;
- Τι δε μου άρεσε;
- Πώς ένιωσα όλο αυτό τον καιρό;
- Ποιο ήταν το καλύτερο μέρος των Εργαστηρίων;
- Τι θα ήθελα να αλλάξω;
- Ποιες ήταν οι δύσκολες στιγμές στην ομάδα;
- Ποιες ήταν οι ανακουφιστικές στιγμές στην ομάδα;
- Ποια ήταν η κυριότερη συνεισφορά μου;
- Ποιο είναι το πιο χρήσιμο πράγμα που έμαθα;
- Πώς θα αξιοποιήσω τα όσα έμαθα;
- Πώς νιώθω τώρα που τελείωσε το πρόγραμμα;

#### Δραστηριότητα 4η

15' 

Ο εκπαιδευτικός προτείνει στους μαθητές να σκωθούν όρθιοι, να πιάσουν όλοι μαζί χιαστί τα χέρια τους και να σχηματίσουν έναν κύκλο. Στη συνέχεια ζητά από τους μαθητές να κλείσουν τα μάτια τους και ο καθένας να φέρει στο νου του την καλύτερη στιγμή του προγράμματος. Με τη λήξη του ενός λεπτού, όλη η ομάδα φωνάζει με παλμό και ενθουσιασμό το σύνθημα που έχει υιοθετήσει.

Ακολουθεί η απονομή του διπλώματος συμμετοχής.



Δημοτικό Σχολείο

## ΑΝΑΜΝΗΣΤΙΚΟ ΔΙΠΛΩΜΑ

Ο/Η

.....  
μαθητής/μαθήτρια της ..... τάξης συμμετείχε ενεργά και με ενδιαφέρον στα 11 Εργαστήρια για το φαινόμενο του εκφοβισμού και της βίας στο σχολείο, με σύνθημα

.....

, ...../...../.....

Ο Δάσκαλος

Ο Διευθυντής

