

Αγαπητοί γονείς,

Τα τελευταία χρόνια, και για διάφορους λόγους, παρατηρείται αύξηση της χρήσης του διαδικτύου τόσο από παιδιά όσο και από ενήλικες. Το φαινόμενο έχει οξυνθεί στις μέρες μας λόγω του περιορισμού μας στο σπίτι που είναι απαραίτητος για τον έλεγχο της πανδημίας covid-19.

Το διαδίκτυο, ένα σημαντικό μέσο ενημέρωσης και ψυχαγωγίας, συγκαταλέγεται ήδη στις σοβαρές εξαρτήσεις. Πολλά παιδιά εθίζονται στην πολύωρη χρήση του διαδικτύου και παρουσιάζουν νευρικότητα, άγχος και δυσθυμία όταν απομακρύνονται από αυτό. Όπως όλες οι εξαρτήσεις (αλκοόλ, ναρκωτικά, τυχερά παιχνίδια) η εξάρτηση από το διαδίκτυο είναι μια αυτοκαταστροφική συμπεριφορά που έχει σοβαρές συνέπειες για το εξαρτημένο άτομο, την οικογένεια τους φίλους του και την κοινωνία. Κάποιες από τις συνέπειες αυτής της συμπεριφοράς από τα παιδιά μπορεί να είναι – ενδεικτικά-, ψυχολογικές και συναισθηματικές διαταραχές, αδυναμία επικοινωνίας και κοινωνικοποίησης, σχολική αποτυχία, διατάραξη οικογενειακών σχέσεων, κ.ο.κ.

Στην προσπάθεια μας να βοηθήσουμε και τα παιδιά του σχολείου μας, που ενδέχεται να παρουσιάσουν ή ήδη παρουσιάζουν μια τέτοια τάση για εξάρτηση από το διαδίκτυο, έχουμε ξεκινήσει στις τάξεις μας διαδικτυακές δράσεις που αφορούν την ασφαλή και χωρίς υπερβολές χρήση του διαδικτύου, προσπαθώντας να τα ευαισθητοποιήσουμε και να τα προστατεύσουμε από τους κινδύνους που ελλοχεύουν.

Τα σχολεία μας έχουν επίσης την πρόθεση **να οργανώσουν με τη βοήθεια της ψυχολόγου μας, κας Αλεξάνδρας Γεωργοπούλου διαδικτυακά εργαστήρια για γονείς** με σκοπό να ενισχυθούν οι απαραίτητες δεξιότητες των γονιών όπως η ενεργητική ακρόαση, οι δεξιότητες διαπραγμάτευσης και η άσκηση συνεπούς πειθαρχίας και γονικού ελέγχου. Θα συζητηθούν ακόμα, η αποκατάσταση των ορίων και των ρόλων μέσα στην οικογένεια και η διαμόρφωση σχέσεων εμπιστοσύνης.

Παράλληλα θα γνωρίσετε χρήσιμες υπηρεσίες δωρεάν και ανώνυμης ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

Επειδή τα εργαστήρια θα γίνονται με περιορισμένο αριθμό ατόμων για να διευκολύνεται η συμμετοχή, όσοι ενδιαφέρονται να δηλώσουν συμμετοχή στα email των σχολείων: 44dimotiko@gmail.com και 152dim@gmail.com.

οι διευθυντές και η ψυχολόγος των σχολείων