

Φόρμα Αποτύπωσης Σχεδίου Δράσης

Σχολική Μονάδα: 1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΧΑΛΚΟΥΤΣΙΟΥ - 0502112

Σχολικό Έτος: 2023 - 2024

Ημερομηνία Εξαγωγής: 09/12/2024

Σχολική Μονάδα: 1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΧΑΛΚΟΥΤΣΙΟΥ - 0502112

Στόχος Βελτίωσης:

Μαθαίνουμε να συγχωρούμε. Μια ανατρεπτική προσέγγιση στο τρίγωνο Θυμός, Βία και Αδικία για ειρηνική εκπαιδευτική κοινότητα.

Σχέδιο Δράσης: Μαθαίνουμε να συγχωρούμε

Άξονας: Σχέσεις μεταξύ μαθητών / μαθητριών

Συντονιστής Δράσης: ΜΕΝΤΗ ΕΙΡΗΝΗ

Α. Σχεδιασμός της Δράσης

Αναγκαιότητα - Στόχοι

Ο θυμός, η βία και ο παράγωγος αυτών εκφοβισμός θεωρούνται μείζονα προβλήματα στη σχολική κοινότητα παγκοσμίως. Προφανώς, τα προβλήματα αυτά πρέπει να αντιμετωπίζονται αφού έχουν αρνητικές και μακροχρόνιες επιδράσεις στη συναισθηματική και κοινωνική κατάσταση των μαθητών. Για το λόγο αυτό εμείς οι εκπαιδευτικοί μέσω του σχεδιασμού της δράσης θα προσπαθήσουμε να εντοπίσουμε την αιτία της επιθετικής συμπεριφοράς των μαθητών με σκοπό να αφουγκραστούμε τις εσωτερικές ανάγκες όλων όσων εμπλέκονται σε μια εκφοβιστική συμπεριφορά. Ο γενικός στόχος του σχεδίου δράσης είναι να βοηθήσουμε τους μαθητές να αναπτύξουν ψυχική ανθεκτικότητα και μεταξύ άλλων τις αρετές της δικαιοσύνης, της συγχωρητικότητας, και της ενσυναίσθησης, προκειμένου να αντιμετωπίσουν με μια θετική και αισιόδοξη ματιά τις δυσκολίες της ζωής που αναπόφευκτα θα προκύψουν τόσο στο σχολικό όσο και στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Ειδικότερα οι επιμέρους στόχοι του σχεδίου δράσης είναι οι μαθητές μέσα από τη διαδικασία βιωματικών και θεωρητικών δράσεων:

- Να ανακαλύψουν τον καλό τους εαυτό και τα δυνατά τους σημεία, τα οποία μπορούν να αξιοποιήσουν στις σχέσεις τους με τους άλλους.
- Να κατανοήσουν και βιώσουν βασικές έννοιες όπως έμφυτη αξία, κουράγιο, καλοσύνη, δικαιοσύνη, μέτρο και ισορροπία, κοινή λογική, ως θεμελιώδεις αξίες της πρακτικής της συγχώρησης.
- Να μειώσουν τον θυμό που νιώθουν απέναντι σε πρόσωπα τα οποία τους πλήγωσαν.
- Να μάθουν να διαχειρίζονται την αδικία και την απόρριψη.
- Να αναπτύξουν συναισθηματική ανθεκτικότητα.
- Να μάθουν να διαχειρίζονται τα αρνητικά τους συναισθήματα.
- Να εξοικειωθούν με τεχνικές διαχείρισης συγκρούσεων.

- Να αυξήσουν τη μεταξύ τους συνεργασία, τόσο σε επίπεδο σχολικής τάξης, όσο και στις εκτός σχολείου συναναστροφές τους.

Ενέργειες & χρονοδιάγραμμα υλοποίησης

Οι ενέργειες και το χρονοδιάγραμμα υλοποίησης με σκοπό την κατά το δυνατόν αποτελεσματικότερη εκτέλεση της δράσης είναι ως ακολούθως:

- Η καθηγήτρια της Φυσικής Αγωγής σε συνεργασία με την καθηγήτρια των Φιλολογικών Μαθημάτων θα προετοιμάσουν για τους μαθητές του σχολείου εκδήλωση με θέμα «Ψυχική Υγεία» (Νοέμβριος 2023).
- Επίσης η καθηγήτρια της Φυσικής Αγωγής μέσα από τις ενότητες της Οικιακής Οικονομίας θα τονίσει την αξία της οικογένειας, των διαπροσωπικών σχέσεων και της αρετής της συγχώρησης (Νοέμβριος-Δεκέμβριος 2023).
- Επιπλέον, η καθηγήτρια της Φυσικής Αγωγής θα προσκαλέσει διακεκριμένους αθλητές της Εθνικής Ολυμπιακής Ακαδημίας για να συζητήσουν και μεταφέρουν στους μαθητές την εμπειρία τους από περιστατικά διαχείρισης θυμού αντίπαλου αθλητή (Δεκέμβριος 2023).
- Υπό την καθοδήγηση της καθηγήτριας των Φιλολογικών Μαθημάτων, έξι ομάδες της Β' τάξης θα πραγματευτούν λογοτεχνικά βιβλία σε καθορισμένους άξονες, ένας από τους οποίους θα είναι οι δυσκολίες κατά τη συνεργασία και οι τρόποι αντιμετώπισής τους. (Δεκέμβριος 2023-Φεβρουάριος 2024).
- Η εκπαιδευτικός των Μαθηματικών Ε.Α.Ε. θα προσκαλέσει πρώην διεθνή καλαθοσφαιριστή και νυν προπονητή καλαθοσφαίρισης για να μιλήσει για την οπαδική βία και τη διαχείρισή θυμού. Επίσης μέσα από τη γνώση και την εμπειρία του θα συζητήσει με τους μαθητές για το ειδικό πρόγραμμα μπάσκετ για παιδιά στο φάσμα του Αυτισμού Υψηλής Λειτουργικότητας (Ιανουάριος 2024).
- Εκπαιδευτικός των θετικών επιστημών σε συνεργασία με την καθηγήτρια της Φυσικής Αγωγής θα παρουσιάσουν βιωματικές δράσεις με βασικές έννοιες όπως «η μοναδικότητα και η ετερότητα του κάθε ανθρώπου», «εγγενής αξία όλων», «πράξεις μεγαλοψυχίας» (Φεβρουάριος-Μάρτιος 2024).
- Με βάση κατάλληλο κείμενο η εκπαιδευτικός των Φιλολογικών μαθημάτων προκαλεί συζήτηση για το θέμα/πρόβλημα «Τι πρέπει να κάνουμε ώστε να μειωθούν οι εντάσεις των μαθητών στο σχολείο;». Με πλήρη καθοδήγηση από την εκπαιδευτικό ή με ελεύθερη ανακάλυψη αναζητούνται οι κρίσιμες παράμετροι που επηρεάζουν αρνητικά τις σχέσεις των μαθητών μεταξύ τους. Οι μαθητές μπορούν να αναφερθούν στα αντίστοιχα δικά τους βιώματα σε περιπτώσεις συγκρούσεων. Οι μαθητές προτρέπονται να διατυπώσουν

υποθέσεις που μπορούν να βοηθήσουν στην επίλυση της προβληματικής κατάστασης. Η Φιλολόγος ζητά από τους μαθητές να εφαρμόσουν τα νέα στοιχεία στην καθημερινότητά τους προκειμένου να διαπιστώσουν την αποτελεσματικότητά τους.

- Η Φιλολόγος Ειδικής Αγωγής θα διοργανώσει επίσκεψη στο Μουσείο Συναισθημάτων. Εκπαιδευτικοί και μαθητές της Α' Γυμνασίου θα έχουν τη δυνατότητα να παρακολουθήσουν το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Στο Παλάτι του Θυμού» (Φεβρουάριος 2024).
- Επίσης, η Φιλολόγος Ειδικής Αγωγής θα προσκαλέσει θεατροπαιδαγωγό - εμπυχώτρια, με στόχο τη μύηση των παιδιών στην αξία του θεατρικού παιχνιδιού, μέσω του οποίου οι μαθητές θα ταξιδέψουν στον θαυμαστό κόσμο των συναισθημάτων και θα ανακαλύψουν τη θεραπευτική - λυτρωτική δύναμη της συγχώρεσης που υπερνικά τον θυμό και τη μνησικακία (Μάρτιος 2024).
- Με αφορμή το κείμενο «Μου έκλεψαν το όνομά μου» (εκδ. Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.) και εικόνες από το διαδίκτυο για τον σχολικό εκφοβισμό οι μαθητές της Γ' τάξης υπό την καθοδήγηση της εκπαιδευτικού των Φιλολογικών μαθημάτων θα περιγράψουν σε μορφή ημερολογίου τρεις ημέρες από τη ζωή του μαθητή-θύματος (Μάιος 2024).
- Τέλος έχοντας αποκτήσει ερεθίσματα από τις δράσεις, η Μαθηματικός Ε.Α.Ε. θα ζητήσει από τους μαθητές της Α' Γυμνασίου να ζωγραφίσουν ή να δημιουργήσουν σε ομάδες ένα κόμικς για τον θυμό, την αδικία, τη συγχώρηση (Μάιος 2024).

Πόροι - μέσα - ερευνητικά εργαλεία

Για την υλοποίηση της δράσης:

- Θα χρησιμοποιηθεί η αίθουσα πολλαπλών χρήσεων του σχολείου η οποία και διαθέτει τον απαραίτητο υλικοτεχνικό εξοπλισμό για την εξυπηρέτηση σχετικών εκδηλώσεων που σχετίζονται με την εν λόγω δράση (διαδραστικός πίνακας, ηχεία, Laptop, βιντεοπροβολέας).
- Θα πραγματοποιηθεί επίσκεψη Ολυμπιονικών από την Εθνική Ολυμπιακή Ακαδημία με σκοπό την παροχή στους μαθητές σχετικών βιωματικών εμπειριών τους.
- Θα διοργανωθεί, από τη Φιλολόγο της Ειδικής Αγωγής, επίσκεψη στο Μουσείο Συναισθημάτων όπου οι μαθητές θα έχουν τη δυνατότητα να παρακολουθήσουν εκπαιδευτικό πρόγραμμα σχετικό με τη διαχείριση του θυμού.
- Θα ετοιμασθούν, από την εκπαιδευτικό της Φυσικής Αγωγής, κατάλληλες παρουσιάσεις σε Power Point ενώ θα επιλεγούν και κατάλληλα εκπαιδευτικά βίντεο από το Διαδίκτυο που θα αφορούν στην ενημέρωση των μαθητών για τη

ψυχική υγεία και αποκαταστατική δικαιοσύνη και συγχώρεση στο χώρο του σχολείου.

- Οργάνωση συνεντεύξεων και πραγματοποίηση θεατρικών αυτοσχεδιασμών, όπου οι μαθητές θα εκφράζουν τις απόψεις και τα συναισθήματά τους.
- Συγκρότηση Ειδικής Ομάδας Δράσης από εκπαιδευτικούς διαφόρων ειδικοτήτων (Φιλολογοί, Φυσικής Αγωγής, Καθηγητές Πληροφορικής, Ειδικής Αγωγής και Θετικών Επιστημών) που θα βρίσκεται σε συνεχή επικοινωνία με τη Σύμβουλο Σχολικής Ζωής του σχολείου, για την εμπύχωση και καθοδήγηση μαθητών/τριών που παρουσιάζουν κάποιου είδους δισταγμό με τρόπο ώστε να προλαμβάνονται, κατά το δυνατό, οι συγκρούσεις και η ενδοσχολική βία.
- Δημιουργία κολλάζ και αφίσας. Οι μαθητές χρησιμοποιώντας χρώματα και χαρτόνια ζωγραφίζουν εμπειρίες και βιώματα και συζητούν για αυτά.
- Επιλογή, από την καθηγήτρια των φιλολογικών μαθημάτων, ομάδας μαθητών της Γ' τάξης που θα παρουσιάσει μια δική της εκπομπή αναλαμβάνοντας τόσο τον ρόλο του δημοσιογράφου όσο και του θύματος.

Κριτήρια επιτυχίας της Δράσης

Για την καλύτερη αποτίμηση των τελικών αποτελεσμάτων της δράσης θα χρησιμοποιηθούν επιλεγμένα κριτήρια επιτυχίας. Τα κριτήρια αυτά περιγράφονται ως ακολούθως:

- Η μείωση των αποβολών και των ποινών ως συνέπεια της αποκαταστατικής δικαιοσύνης που προήλθε από αμοιβαίο διάλογο και ειλικρινή αποδοχή των ευθυνών των μαθητών.
- Ο βαθμός βελτίωσης του συνολικού δείκτη προόδου στα μαθήματα για το σύνολο της μαθητικής κοινότητας κατά την εξέλιξη της σχολικής χρονιάς, επειδή η επίλυση των αρνητικών συμπεριφορών των μαθητών αναμένεται να βελτιώσει και τη σχολική επίδοσή τους.
- Η προσωπική ανάπτυξη των μαθητών και ειδικότερα η καλλιέργεια της υπευθυνότητας και του σεβασμού προς τον εαυτό τους και τους άλλους.
- Η θέσπιση ορίων από τους ίδιους τους μαθητές στην ανάπτυξη του «εγώ» προς όφελος της συγχώρεσης και άρα της ειρηνικής συνύπαρξης.
- Η επίτευξη της μείωσης των επιθετικών συμπεριφορών μεταξύ των μαθητών στο χώρο του σχολείου και στο ευρύτερο περιβάλλον.
- Η ανάπτυξη θετικών συναισθηματικών δεξιοτήτων, όπως επίδειξη καλοπροαίρετης διάθεσης των μαθητών για αποκατάσταση των όποιων σχετικών προβλημάτων και έκφραση ικανοποίησης από την ειρηνική συνύπαρξή τους.
- Η ανάπτυξη αίσθησης ευχαρίστησης ότι αποτελούν μέρος του ίδιου κοινωνικού συνόλου με εκείνο των συμμαθητών τους.

Διαδικασίες αξιολόγησης της Δράσης

Οι διαδικασίες και τα εργαλεία παρακολούθησης της προόδου της δράσης και της συνολικής αποτίμησής της είναι:

- Παρατήρηση της συμπεριφοράς των μαθητών στην τάξη και στον ευρύτερο χώρο του σχολείου σε συνεργασία με τον υπεύθυνο καθηγητή της τάξης και τον Σύμβουλο Σχολικής Ζωής .
- Τακτικές ενημερωτικές συνεδριάσεις της Ομάδας Δράσης για την πορεία και τον έλεγχο της επίτευξης των στόχων της.
- Η διαχείριση των αρνητικών συμπεριφορών, η δημιουργία και διατήρηση υγιών σχέσεων μεταξύ των μαθητών, η ελάττωση των τοξικών συναισθημάτων του θυμού, η συμφιλίωση των μαθητών και η ειρηνική συμβίωσή τους αποτελούν παραμέτρους αξιολόγησης της δράσης.
- Η βελτίωση της συναισθηματικής ανθεκτικότητας των μαθητών με δυσκολίες και των μαθησιακών ικανοτήτων τους αποτελούν δείκτες προόδου της δράσης.
- Για τη συνολική αποτίμηση της δράσης πρόκειται να ετοιμαστεί κατάλληλο ερωτηματολόγιο το οποίο θα απευθύνεται στους μαθητές όλων των τάξεων του σχολείου. Μέσω αυτού θα εξετασθούν μια σειρά από δείκτες που θα αξιολογούν τη δράση μέσω κατάλληλης κλίμακας ποσοτικοποίησης. Οι δείκτες αυτοί θα επιχειρούν να αποτυπώσουν την ικανοποίηση των μαθητών από τη δράση, το βαθμό των βιωματικών εμπειριών που αποκόμισαν το βαθμό των θεωρητικών γνώσεων που έλαβαν, τι θεωρούν ότι θα μπορούσε να είχε εκτελεστεί καλύτερα, ποιο τμήμα της δράσης τους ενθουσίασε περισσότερο, κλπ. Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου θα γίνει αφού ολοκληρωθεί η δράση και θα είναι σε ανώνυμη βάση ώστε να διασφαλιστεί η ελευθερία έκφρασης και κατάθεσης ανεξάρτητης άποψης. Τα αποτελέσματα από τη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων θα τύχουν σχετικής επεξεργασίας με σκοπό την τελική αποτίμηση της δράσης.

Ανατροφοδότηση - Προτάσεις Σ.Ε.

Το περσινό αντίστοιχο Σχέδιο Δράσης στον συγκεκριμένο άξονα υλοποιήθηκε με επιτυχία και διαπιστώθηκε βελτίωση των κοινωνικοσυναισθηματικών δεξιοτήτων των μαθητών/τριών, καλύτερη διαχείριση συναισθημάτων, βελτίωση της επικοινωνίας και απομείωση των ανεπιθύμητων συμπεριφορών. Αναμένουμε οι δράσεις που σχεδιάσθηκαν και θα υλοποιηθούν φέτος να έχουν εξίσου θετικό αντίκτυπο σε όλα τα παραπάνω.

Προσθέστε στα ερευνητικά εργαλεία το ερωτηματολόγιο που θα χρησιμοποιήσετε. Επιπλέον, έχετε σκεφτεί πώς θα αξιολογήσετε τα κριτήρια που αφορούν τη μείωση των ποινών, την προσωπική ανάπτυξη, την καλλιέργεια της υπευθυνότητας και του σεβασμού, τη θέσπιση ορίων από τους ίδιους τους μαθητές, τη μείωση των επιθετικών συμπεριφορών στο χώρο του σχολείου ή την ανάπτυξη θετικών συναισθημάτων και αίσθησης ευχαρίστησης; Για κάθε κριτήριο που αναφέρετε θα πρέπει να έχετε προβλέψει και το αντίστοιχο ερευνητικό εργαλείο.

Καλή επιτυχία στην υλοποίηση του σχεδίου.

B. Υλοποίηση της Δράσης

Περιγραφή

Οι σχέσεις μεταξύ των μαθητών δεν είναι πάντα ανέφελες, αλλά συχνά διέπονται από εντάσεις, συγκρούσεις και τραυματικές εμπειρίες. Για το λόγο αυτό οι εκπαιδευτικοί του σχολείου εφάρμοσαν το Σχέδιο της Δράσης πραγματοποιώντας όλες τις προβλεπόμενες δραστηριότητες προκειμένου να επιφέρουν την ειρηνική συνύπαρξη των μαθητών στο σχολείο. Στην αρχή της σχολικής χρονιάς η εκπαιδευτικός των φιλολογικών μαθημάτων προσπάθησε να γνωρίσει τους μαθητές χρησιμοποιώντας έξωθεν πληροφορίες (όπως ατομικά δελτία υγείας, διαγνώσεις δυσλεξίας) και παρατηρώντας την συμπεριφορά τους στην τάξη και στα διαλείμματα. Στα πρώτα μαθήματα συμφωνήθηκε ο αποδεκτός κώδικας συμπεριφοράς στην τάξη. Μέσα από σχετικά κείμενα που παρουσιάζονταν στα μαθήματά της, απευθύνονταν ερωτήσεις στους μαθητές με σκοπό να προκληθεί συζήτηση σχετικά με τα συναισθήματα των ηρώων των κειμένων. Σε όλη τη διάρκεια της συζήτησης καταβαλλόταν προσπάθεια να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές την διπολική έννοια «ακούω και μιλώ» έτσι ώστε να μπορέσουν να έρθουν σε μια πρώτη επαφή με την έννοια της ενσυναίσθησης. Σε συνέχεια η εκπαιδευτικός της Φυσικής Αγωγής μέσα από τις ενότητες της Οικιακής Οικονομίας δίδαξε τους μαθητές της Α΄ τάξης τις αξίες της οικογενειακής αγωγής και των διαπροσωπικών σχέσεων, με σκοπό να επιτευχθεί ο σεβασμός και η καλοπροαίρετη διάθεση των μαθητών.

Με αφορμή την παγκόσμια ημέρα ψυχικής υγείας η εν λόγω εκπαιδευτικός στις **20/10/2023** (17^η/16-10-2023 Πράξη Συλλόγου Διδασκόντων) παρουσίασε στους μαθητές του σχολείου στο χώρο της αίθουσας εκδηλώσεων το θέμα «**Ψυχική Υγεία**». Για την παρουσίαση επιλέχθηκαν κατάλληλα εκπαιδευτικά βίντεο από το Διαδίκτυο και συγκεκριμένα από τον χώρο του αθλητισμού. Προβλήθηκε ταινία με θέμα «Ένας υπέροχος άνθρωπος» και δόθηκε σχετικό ερωτηματολόγιο για την υπόθεση της ταινίας. Σε συνέχεια σε συνεργασία με την καθηγήτρια των φιλολογικών μαθημάτων πραγματοποιήθηκε διαγωνισμός βράβευσης μαθητών από κάθε τάξη με 3 λογοτεχνικά βιβλία για τις καλύτερες εύστοχες απαντήσεις σχετικά με την υπόθεση της ταινίας.

Στις **08/12/2023** (36^η/20-11-2023 Πράξη Συλλόγου Διδασκόντων) μετά από πρόσκληση της εκπαιδευτικού της Φυσικής Αγωγής στην Εθνική Ολυμπιακή Ακαδημία προσήλθαν διακεκριμένοι αθλητές της χειροσφαίρισης στο χώρο της αίθουσας εκδηλώσεων του σχολείου, όπου ανέπτυξαν με τη βοήθεια βιντεοπροβολών τις αρχές του «ευ αγωνίζεσθαι».

Σε συνεργασία με την εκπαιδευτικό της Φυσικής Αγωγής η κ. Πέλη Γαλίτη Διδάκτωρ Παιδαγωγικών του Πανεπιστημίου Αθηνών και κάτοχος Master Σχολικής Συμβουλευτικής του Πανεπιστημίου του Missouri-St. Louis της Αμερικής μίλησε διαδικτυακά στους γονείς και εκπαιδευτικούς του σχολείου στις **24/01/2024**. Ο τίτλος της διαδικτυακής συνάντησης ήταν "**Ενδυναμώνοντας τα παιδιά μας μέσα από την Εκπαίδευση στη Συγχώρηση**".

Στις **22/02/2024**(54^η/12/02/2024 Πράξη Συλλόγου Διδασκόντων) μετά από σχετικό αίτημα της εκπαιδευτικού Μαθηματικών Παράλληλης Στήριξης στην Διεύθυνση Δίωξης Ηλεκτρονικού Εγκλήματος πραγματοποιήθηκε ενημερωτική ημερίδα στην αίθουσα εκδηλώσεων με θέμα: «**Ανήλικοι στο Διαδίκτυο και Ασφάλεια στον Κυβερνοχώρο**», από την αστυνομία Α΄ Αιμιλία Δουκέλη.

Επίσης μετά από σχετική πρόσκληση της Μαθηματικού Παράλληλης Στήριξης, υποδεχθήκαμε στο σχολείο μας, στις **20/03/2024**(60^η 28/02/2024 Πράξη Συλλόγου Διδασκόντων) τη θεατρική ομάδα ΤΟΠΟΣ ΑΛΛΟΥ-Αερόπλοιο, η οποία παρουσίασε, την παράσταση «Γιάννης X= Xenos». Μια διαδραστική παράσταση με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό (Bulling), τη βία και τη "διαφορετικότητα" εν γένει.

Στις **03/04/ 2024**(64^η 15/03/2024 Πράξη Συλλόγου Διδασκόντων) με πρωτοβουλία της εκπαιδευτικού της Φυσικής Αγωγής προσήλθαν στο σχολείο 2 καθηγητές του 1^{ου} Γυμνασίου Σκάλας Ωρωπού με συνοδεία των μαθητών τους με σκοπό να συμμετάσχουν στη Δράση με τίτλο «**Μαθαίνουμε να Συγχωρούμε**». Στόχος της συνάντησης ήταν η ανταλλαγή απόψεων και βιωματικών εμπειριών για την αντιμετώπιση του θυμού και της αδικίας.

Στις **10/04/ 2024**(69^η 15/03/2024 Πράξη Συλλόγου Διδασκόντων), έπειτα από πρωτοβουλία της **Φιλολόγου Ειδικής Αγωγής**, έλαβε χώρα στην αίθουσα εκδηλώσεων του σχολείου μας μια βιωματική θεατροπαιδαγωγική δράση για τους μαθητές της Α' Γυμνασίου, υπό την εποπτεία θεατροπαιδαγωγού και εμπυχωτριάς. Κατά τη διάρκεια του θεατροπαιδαγωγικού προγράμματος, πραγματοποιήθηκαν ασκήσεις γνωριμίας, σωματικής ενεργοποίησης, ρυθμού και συντονισμού, παιχνίδια ρόλων και αυτοσχεδιασμοί προκειμένου να χαλαρώσουν οι έφηβοι συμμετέχοντες, να καλλιεργηθεί κλίμα συνεργασίας και να αισθανθούν όπως ο «Άλλος», με στόχο την καλλιέργεια της αξίας της ενσυναίσθησης.

Οι διδακτικές ενέργειες που ακολούθησε η εκπαιδευτικός των φιλολογικών μαθημάτων εφαρμόστηκαν στους μαθητές της Β' και Γ' τάξης στο πλαίσιο διδασκαλίας της Νεοελληνικής λογοτεχνίας, από τον Δεκέμβριο του 2023 έως και τον Μάιο του 2024. Συγκεκριμένα έξι ομάδες από οκτώ μαθητές της Β' Γυμνασίου πραγματοποιήθηκαν τρία λογοτεχνικά βιβλία που τους ανέθεσε η διδάσκουσα το μάθημα της Νεοελληνικής Λογοτεχνίας σε καθορισμένους άξονες, ένας από τους οποίους ήταν οι δυσκολίες κατά τη συνεργασία και οι τρόποι αντιμετώπισής τους. Οι εργασίες παραδόθηκαν στην εποπτεύουσα καθηγήτρια σε τρεις φάσεις (Δεκέμβριος-Φεβρουάριος, Μάρτιος-Απρίλιος, Μάιος) και παρουσιάστηκαν τον Μάιο στις τάξεις και στην αίθουσα εκδηλώσεων του σχολείου. Με αφορμή το κείμενο «Μου έκλεψαν το όνομά μου» (εκδ. Ε.Ψ.Υ.Π.Ε.), που αναγνώσθηκε στην τάξη, και εικόνες από το διαδίκτυο για τα ζώντα θύματα του πολέμου και τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν στη συμπερίληψή τους, οι μαθητές της Γ' τάξης περιέγραψαν σε μορφή ημερολογίου τρεις οδυνηρές ημέρες από τη ζωή του μαθητή-θύματος και τον τρόπο που διαχειρίστηκε τις αρνητικές σκέψεις και τα συναισθήματά του, μετουσιώνοντάς τα σε εφατήριο δύναμη για τη δική του μεταμόρφωση. Οι εργασίες πλαισιώθηκαν από σκίτσα και λεζάντες των μαθητών.

Γ. Αποτίμηση της Δράσης

Αλλαγές σε σχέση με τον αρχικό σχεδιασμό (εφόσον υπήρξαν)

Ο σχεδιασμός και οι ενέργειες της δράσης πραγματοποιήθηκαν σύμφωνα με τον αρχικό προγραμματισμό με στόχο να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν δυνατό μυαλό και ευαίσθητη καρδιά. Ελέγχοντας τον θυμό από μέσα τους, οι μαθητές έμαθαν να βλέπουν τον άλλον πιο καθαρά. Μέσα από τις βασικές ανθρωπιστικές αξίες όπως αυτές της ειρήνης, της ενσυναίσθησης, της υπευθυνότητας, της συγχώρεσης, και πλείστων άλλων, έγινε προσπάθεια να διαμορφωθεί το ήθος και η κουλτούρα ενός σχολείου, που σπάει τον φαύλο κύκλο της εκδικητικότητας και της μνησικακίας. Απαντά ενοποιητικά και απαντά στο κακό με το καλό με βιωμένες εμπειρίες, δράσεις και ασκήσεις.

Αποτελέσματα της Δράσης

Μέσα από τις δράσεις που έγιναν στο σχολείο μας και σύμφωνα με τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου που απάντησαν οι μαθητές και των τριών τάξεων, αποδεικνύεται η θετική επίδραση των δράσεων τόσο στους μαθητές όσο και στους καθηγητές.

Πιο συγκεκριμένα οι μαθητές μέσω του προγράμματος της δράσης :

- Έμαθαν να διαχειρίζονται τον θυμό τους και κατά συνέπεια να αποφεύγουν άσχημες συμπεριφορές.
- Ανέπτυξαν ευγενή άμιλλα και φιλίες με τους συμμαθητές τους, αποδεχόμενοι τις ιδιαιτερότητες του καθενός.

- Έγιναν πιο επιφυλακτικοί σε ψηφιακές προκλήσεις.
- Έμαθαν πως να αντιμετωπίζουν και να διαχειρίζονται περιστατικά βίας στο σχολείο αλλά και εκτός αυτού.
- Ανακάλυψαν την θεραπευτική – λυτρωτική δύναμη της συγχώρεσης βελτιώνοντας αρκετά τις σχέσεις τους με το φιλικό περιβάλλον αλλά και το οικογενειακό.
- Κατανόησαν την έννοια της ευθύνης και βελτίωσαν τις σχολικές τους επιδόσεις.
- Αύξησαν την συνεργατικότητα και το διάλογο με τους συμμαθητές τους και κοινωνικοποιήθηκαν περαιτέρω.
- Απελευθέρωσαν με τη συγχώρηση, τα τοξικά συναισθήματα, την πικρία, το μίσος, τον πόνο και τα μεταμόρφωσαν σε κάτι δημιουργικό, ευεργετώντας παράλληλα τους εαυτούς τους.
- Οι καθηγητές “φωτογράφησαν” πολλά στιγμιότυπα μαθητών “να δίνουν τα χέρια” ή να αγκαλιάζονται λύνοντας τις διαφορές τους χωρίς τη βοήθεια των καθηγητών.

Μαθητές και καθηγητές συμφώνησαν στην επίδραση των δράσεων, στο σχεδιασμό και προγραμματισμό νέων, που εξυψώνουν τις βασικές ανθρωπιστικές αξίες της συγχώρεσης, της ευσυναίσθησης αλλά και της υπευθυνότητας σε συνεργασία με τον Σύλλογο Γονέων που ήταν παρών σε όλες τις δράσεις.

Βαθμός επίτευξης των στόχων που είχαν τεθεί

4 = Πλήρως

Παράμετροι που διευκόλυναν την επίτευξη των στόχων

Παρά την ύπαρξη ανασταλτικών παραγόντων, κατεγράφησαν παράμετροι που διευκόλυναν την επίτευξη των στόχων και συνέβαλλαν στην επιτυχή εκπόνηση του Σχεδίου Δράσης. Ο σχεδιασμός του ήταν άρτιος και η στοχοθεσία ρεαλιστική και εφικτή. Παράλληλα, είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι το χρονοδιάγραμμα και το πλαίσιο αρμοδιοτήτων ήταν σαφώς οριοθετημένα από τη Συντονίστρια της Δράσης, πράγμα το οποίο βοήθησε να ξεπεραστούν εμπόδια, όπως το περιορισμένο και πιεστικό χρονικό πλαίσιο του σχολικού αναλυτικού προγράμματος σπουδών. Ιδιαίτερα καρποφόρα αποτέλεσε η αγαστή συνεργασία μεταξύ των μελών της Ομάδας Δράσης, καθώς, μέσω της συστηματικής ανταλλαγής απόψεων, εμπειριών και οραμάτων, κατέστη τελεσφόρος ο σχεδιασμός της. Σε όλες τις παραπάνω ευεργετικές παραμέτρους συγκαταλέγεται η άριστη παιδαγωγική κατάρτιση και η επαγγελματική ευσυνειδησία των εκπαιδευτικών που συμμετείχαν στη δράση. Τέλος, η ευθάρρυνση της διοίκησης του σχολείου για υλοποίηση δράσεων και η εξασφάλιση των κατάλληλων πόρων και μέσων, αποτέλεσαν σημαντικές συνιστώσες στην εκπόνηση του Σχεδίου Δράσης.

Δυσκολίες που παρουσιάστηκαν

Κατά τη διάρκεια υλοποίησης της Δράσης κατεγράφησαν ανασταλτικοί παράγοντες που παρεμπόδισαν την ομαλή διεξαγωγή της. Σημειώνοντα ρόλο διαδραμάτισε το περιορισμένο και πιεστικό χρονικό πλαίσιο του σχολικού αναλυτικού προγράμματος σπουδών, το οποίο αποτέλεσε τροχοπέδη στον σχεδιασμό και την πραγμάτωσή της, περιστελλώντας την αποτελεσματική ανάπτυξη της ψυχικής ευεξίας των μελών της σχολικής κοινότητας. Ένας εξίσου σημαντικός περιοριστικός παράγοντας είναι η απουσία σχολικού ψυχολόγου από τη σχολική μονάδα, καθώς η συμβολή του θα ήταν καθοριστική στη διαχείριση των συναισθηματικών προκλήσεων και στην εξασφάλιση της δημιουργίας ειρηνικού κλίματος στην εκπαιδευτική κοινότητα. Καταληκτικά, αξίζει να τονιστεί

ότι συχνά το οικογενειακό περιβάλλον συντέινε αρνητικά, καθώς, είτε μέσω της αυταρχικότητας από τη μία πλευρά, είτε μέσω του άκρατου φιλελευθερισμού και της απουσίας ορίων από την άλλη, προλείαναν το έδαφος για υιοθέτηση αρνητικών συμπεριφορών από τους μαθητές.

Υλικό που παρήχθη ή αξιοποιήθηκε

Αρχικά για την κατάλληλη ενημέρωση και καθοδήγηση των μαθητών αξιοποιήθηκαν ενότητες του σχολικού βιβλίου της Οικιακής Οικονομίας. Σε συνέχεια χρησιμοποιήθηκαν συμβουλευτικές ενότητες και προγράμματα από το εκπαιδευτικό σεμινάριο της κ. Πέλη Γαλίτη Ψυχοπαιδαγωγού και Συγγραφέα με τίτλο «Σύγκρουση και Συνύπαρξη: Εκπαίδευση στη Συγχώρηση». Επίσης εκπονήθηκαν σχέδια εργασίας από τα εκπαιδευτικά βιβλία με τίτλο «Τραύμα και Θαύμα Ιστορίες ψυχικής Ανθεκτικότητας και Συγχώρησης»(εκδόσεις Εν πλώ) και «Σύγκρουση και Συνύπαρξη στο σχολείο και στην κοινότητα» (εκδόσεις Γρηγόρη). Αξιοποιήθηκε συμβουλευτικό υλικό από την επιμορφωτική συνάντηση των Συμβούλων Σχολικής Ζωής με τίτλο « Η Τέχνη της Επικοινωνίας». Παρήχθη σχολικό βίντεο, με συνεντεύξεις μαθητών με στόχο το περιεχόμενό του να προβληματίσει και ενθαρρύνει τις αρμονικές σχέσεις των μαθητών. Δημιουργήθηκε ερωτηματολόγιο που αποτύπωσε την ικανοποίηση των μαθητών από τη δράση, το βαθμό των βιωματικών εμπειριών και των θεωρητικών γνώσεων που έλαβαν. Παρήχθησαν κολλάζ με φωτογραφίες, κόμικς, ζωγραφιές που χρησιμοποιήθηκαν σε εκδηλώσεις σχετικές με τη δράση. Για την πραγματοποίηση της δράσης αξιοποιήθηκε υλικό από την ακόλουθη βιβλιογραφία:

-Bloom Ant., *Το μυστήριο της ίασης*, εκδ. Εν πλώ, Αθήνα, 2022.

-Γρινεζάκης Μ., *Η δύναμη της συγγνώμης: κένωση και φιλανθρωπία στις ανθρώπινες σχέσεις*, εκδ. Εν πλώ, Αθήνα, 2010.

-Καλούρη-Αντωνοπούλου Ρ., Σιγάλας Χ., *Γενική διδακτική μεθοδολογία-Γενικά ψυχοπαιδαγωγικά θέματα*, εκδ. Μεταίχμιο, Αθήνα, 2006.

-Κουστένης Αν., *Από τη ζωή μου: αυτοβιογραφικά-πατρικοί λόγοι*, εκδ. Κυπρής, Αθήνα, 2024.

-Μάνος Κ., *Παιδαγωγική ψυχολογία*, εκδ. Γρηγόρη, Αθήνα, 2005.

-Παύλου Μητροπολίτη Σισανίου και Σιατίστης, *Γεννημένοι για τη χαρά*, εκδ. Εν πλώ, Αθήνα, 2022.

-Ματσάγγουρας Ηλ.. *Η σχολική τάξη: χώρος, ομάδα, πειθαρχία, μέθοδος*, εκδ. Γρηγόρη, Αθήνα, 2008.

Επιμορφώσεις που τυχόν υλοποιήθηκαν στο πλαίσιο της Δράσης

Οι εμπλεκόμενες καθηγήτριες της Δράσης αξιοποίησαν επλεγμένο εκπαιδευτικό υλικό από επιμορφώσεις στις οποίες συμμετείχαν. Η καθηγήτρια των φιλολογικών μαθημάτων με την καθηγήτρια Φ. Αγωγής παρακολούθησαν την ημερίδα με θέμα **«Τραύμα και Θαύμα: η επίδραση του παιδικού τραύματος στο σχολείο, την οικογένεια και την κοινωνία: η πρόταση της συγχώρησης»**, που διεξήχθη στο Πνευματικό Κέντρο Ιεράς Μητρόπολης Χαλκίδας στις **21/09/2023**. Η Μαθηματικός Παράλληλης Στήριξης παρακολούθησε το Επιμορφωτικό εξ αποστάσεως πρόγραμμα 2 εβδομάδων με τίτλο: **Μέθοδοι της Μετασχηματίζουσας Μάθησης στο πλαίσιο της Δια Βίου Μάθησης : Εισαγωγή στη Μετασχηματίζουσα Μάθηση** των Προγραμμάτων Δια Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Αιγαίου. **Νοέμβριος 2023**. Η εκπαιδευτικός των Φιλολογικών μαθημάτων παρακολούθησε δράση με θέμα **την ψυχική υγεία των εκπαιδευτικών και τις διαπροσωπικές τους σχέσεις**, που διεξήγαγε το θεραπευτικό κλιμάκιο του Κέντρου Ημέρας Ενηλίκων «Θάλλπος-Ψυχική Υγεία» και έλαβε χώρα στο ΕΝΕΕΓΥΛ Ωρωπού στις **15/01/ 2024**. Οι καθηγήτριες της Ομάδας Δράσης παρακολούθησαν τη διαδικτυακή ημερίδα με θέμα **«Ενδυναμώνοντας τα παιδιά μας μέσα από την Εκπαίδευση στη Συγχώρηση»** με εισηγήτρια τη διδάκτορα Παιδαγωγικών του Πανεπιστημίου Αθηνών κ. Πέλη Γαλίτη στις **24/01/2024**. Η Μαθηματικός Παράλληλης Στήριξης παρακολούθησε από το **ΕΚΕΚ ΑΘΗΝΑ Κ.Δ.Β.Μ.** το εξ αποστάσεως σεμινάριο διάρκειας **2 μηνών**, αφιερωμένο στην εκπαίδευση και την κατανόηση του αυτισμού με τίτλο **«Εξειδίκευση στον Αυτισμό»**, **Φεβρουάριος 2024**. Οι καθηγήτριες της Δράσης παρακολούθησαν την ενδοσχολική επιμόρφωση με θέμα **«Ενδοσχολική βία και νεανική παραβατικότητα»** η οποία πραγματοποιήθηκε στο Δημοτικό Σχολείο Χαλκουτσίου στις **22 /03/2024**. Η

εκπαιδευτικός της Φ. Αγωγής παρακολούθησε πρόγραμμα **400 ωρών με τίτλο: « Διαχείριση Σχολικής Ζωής, Ηγεσία, Κρίσεις, Διαφορετικότητα, Συμπερίληψη»** του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.

Προτάσεις για αξιοποίηση των πρακτικών που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο της Δράσης

Η υλοποίηση της δράσης στηρίζεται στην ενημέρωση των μαθητών για την αξία της συγχώρησης αλλά και στην επίπονη και θεραπευτική διαδικασία της συγχωρητικότητας ως συνειδητής επιλογής αποσόβησης του θυμού, της βίας, του μίσους ή της εκδικητικότητας, με ευεργετικές επιδράσεις στο σχολείο, την οικογένεια και την κοινότητα. Πρωτίστως χρειάζεται να κατανοήσουμε ότι τίποτα από αυτά δεν μπορεί να εφαρμοστεί, αν δεν προηγηθεί η παρακολούθηση και η ενεργή συμμετοχή των μαθητών σε θεωρητικό και βιωματικό επίπεδο. Για το λόγο αυτό υιοθετήθηκαν δύο επιμέρους πρακτικές. Η πρώτη πρακτική αφορά στην επιλογή να πραγματοποιηθεί η θεωρητική κατάρτιση με τη βοήθεια ηλεκτρονικού υπολογιστή και έτσι διευκόλυνε στην πράξη τη συγκέντρωση των μαθητών και κέντρισε περισσότερο το ενδιαφέρον τους η μεγάλη έγχρωμη και ευκρινής οθόνη, η χρήση ανάλογων εποπτικών εικόνων και η επίδειξη κατάλληλων βίντεο με χρήση στερεοφωνικού ήχου. Η δεύτερη πρακτική που ακολουθήθηκε στη δράση αφορά στη συμπλήρωση της θεωρητικής κατάρτισης με την υιοθέτηση βιωματικών δράσεων. Οι μαθητές μέσα από την αφήγηση, τα βιωματικά παιχνίδια, τις χειροτεχνικές δραστηριότητες, τους θεατρικούς αυτοσχεδιασμούς, τη συνεργασία με μαθητές γειτονικού σχολείου έμαθαν να βλέπουν τους συμμαθητές μέσα από τα μάτια της αγάπης, να εκφράζουν δημιουργικά τα συναισθήματά τους, να οριοθετούν τις πράξεις τους και τη συμπεριφορά τους στις καθημερινές τους σχέσεις. Η χρήση των δυο παραπάνω πρακτικών είναι ιδιαίτερα καταλυτική για την επιτυχή και ολοκληρωμένη επιμόρφωση των μαθητών αλλά και για την επίλυση των πρακτικών προβλημάτων τους και ως εκ τούτου πρόκειται να αξιοποιηθεί στο σχεδιασμό και την υλοποίηση αντίστοιχων εκπαιδευτικών δράσεων από τη σχολική μας μονάδα στο μέλλον.

Προτάσεις για αναγκαίες επιμορφώσεις στο πλαίσιο της δράσης

Όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας αντιλήφθηκαν την πολυεπίπεδη έννοια της συγχωρητικότητας και τα πολλαπλά οφέλη που επιφέρει στη σχολική κοινότητα, την οικογένεια και το κοινωνικό περιβάλλον. Οι εκπαιδευτικοί παρατήρησαν θετικές επιδράσεις στην κοινωνικοποίηση των εφήβων, την πρόληψη και τροποποίηση μη αποδεκτών συμπεριφορών, την ανάδειξη θετικών αξιών, την ανάπτυξη και ολοκλήρωση της προσωπικότητας εκπαιδευτικών και μαθητών. Σε αυτό το πλαίσιο επεσήμαναν την ανάγκη παρακολούθησης σεμιναρίων και επιμορφωτικών προγραμμάτων στον ίδιο άξονα, όπως:

-παρακολούθηση σεμιναρίων και του ετήσιου μαθητικού συνεδρίου προς εκπαιδευτικούς και μαθητές, που διοργανώνει το **Διορθόδοξο Κέντρο της Εκκλησίας της Ελλάδας** σχετικά με τα κοινωνικά στερεότυπα, τον ρατσισμό, τη μισαλλοδοξία, τα ανθρώπινα δικαιώματα, τις υγιείς σχέσεις μεταξύ των μαθητών και την καταπολέμηση κάθε μορφής βίας.

-βιωματικές επιμορφώσεις που διοργανώνει το **Μουσείο Συναισθημάτων** και απευθύνονται σε εκπαιδευτικούς, γονείς και μαθητές με θέμα την εξερεύνηση του εαυτού, τη διαχείριση του συναισθήματος του θυμού, την τέχνη του προφορικού λόγου για την αποφυγή παρεξηγήσεων και τη γόνιμη επικοινωνία.

-σεμινάρια που απευθύνονται σε εκπαιδευτικούς και γονείς και διοργανώνονται από **πανεπιστημιακά ιδρύματα (ΕΚΠΑ, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής) με θέμα την προαγωγή της ψυχικής υγείας παιδιών και εφήβων**, παρουσιάζοντας αρχές και τρόπους προαγωγής της ψυχικής ευεξίας των εφήβων, πρόληψης και αντιμετώπισης των προβλημάτων τους.

Προτάσεις για συνέχιση της Δράσης/ για νέες Δράσεις το επόμενο έτος

Τα τελευταία χρόνια δίνεται έμφαση στην ηθική, κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο, με απώτερο σκοπό την πρόληψη και τη μείωση της παραβατικής συμπεριφοράς. Η εκπαίδευση στη συγχώρηση ανήκει στο Προοδευτικό-Ανθρωπιστικό Μοντέλο Διδασκαλίας των Αναλυτικών Προγραμμάτων συμβάλλοντας στην ψυχική ευεξία των μαθητών, την ψυχική ανθεκτικότητα, το θετικό κλίμα στις σχέσεις γονέων, μαθητών και καθηγητών, τη μείωση του θυμού και συμπτωμάτων κατάθλιψης και την περαιτέρω ανάπτυξη και ολοκλήρωση της προσωπικότητας των εφήβων. Κρίνεται, συνεπώς, απαραίτητη η συνέχεια στη ροή του προγράμματος και ο

εμπλουτισμός του με νέες, συμπληρωματικές δράσεις, προσβλέποντας στην ένταξη της διδακτικής της συγχώρησης στα σχολικά εγχειρίδια. Στο πλαίσιο αυτό μπορούν να προγραμματιστούν οι ακόλουθες δράσεις:

-συγχώρηση του εαυτού ως διαδικασία απελευθέρωσης του ατόμου από τη μνησικακία, τη ζηλοφθονία, την εκδικητικότητα και ενίσχυση κινήτρων για εσωτερική αλλαγή, αναγνώριση των ορίων και αποδοχή του εαυτού.

-επανένταξη και αποδοχή παραβατικών μαθητών στη σχολική κοινότητα χωρίς τον στιγματισμό που ακολουθεί η μη αποδεκτή συμπεριφορά, σεβασμός της εγγενούς αξίας κάθε προσώπου, κοινωνική επανασύνδεση με τα πρόσωπα του περιβάλλοντος, δέσμευση στις σχέσεις και δέσμευση για αλλαγή, κοινωνική λειτουργικότητα και επάρκεια.

-δημιουργικότητα, αναζήτηση σκοπού στη ζωή, υπέρβαση του εγωκεντρισμού και ποιοτική βελτίωση του εαυτού με σκοπό την προσωπική ανάπτυξη μέσα από την καλλιέργεια της αλληλεγγύης, της ταπεινότητας, της επιείκειας, της καλοσύνης και της μεγαλοψυχίας, ως συνειδητών εν ελευθερία επιλογών και επαφή με υγιή πρότυπα.

-ανάγκη γονεϊκής εμπλοκής στη δράση αναγνωρίζοντας τη συμβολή της οικογένειας στην ανάπτυξη της συγχωρητικότητας του παιδιού, με σκοπό την πλήρη και καθολική εφαρμογή του προγράμματος εντός και εκτός σχολικού χώρου.