

Μαθαίνω να Υπερασπίζομαι τον Εαυτό μου

Μαθαίνω να λέω «ΟΧΙ»

Μαθαίνω να λέω στον «Άλλον»

«Σταμάτα αυτό που κάνεις με ενοχλεί!!»

Στο Ολοήμερο τμήμα υπήρξε παράδοση για τα προηγούμενα χρόνια από το 2011 έως και το 2020 να υλοποιούμε το Πρόγραμμα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Ανάπτυξης «ΒΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ». Το οποίο ήταν ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα παρέμβασης Ατομικών και Κοινωνικών Δεξιοτήτων, κατάλληλα διαμορφωμένο για το Ελληνικό Νηπιαγωγείο καθώς δημιουργήθηκε με βάση την ελληνική εκπαιδευτική πραγματικότητα και τις ανάγκες του Αναλυτικού Προγράμματος. Στόχος του είναι να διδαχθούν τα παιδιά:

- τον τρόπο να σκέφτονται και να αποκτήσουν τις δεξιότητες εκείνες, που θα τα βοηθήσουν να αναγνωρίζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματά τους
- να αποκτήσουν ενσυναίσθηση
- να αποφεύγουν τις συγκρούσεις
- να παίρνουν τις σωστές αποφάσεις και
- να λύνουν τα προβλήματά τους

Διδάσκονται το πως να σκέφτονται, τη συλλογιστική δηλαδή, όχι **το τι να σκέφτονται**

Δυστυχώς τα τελευταία 2 χρόνια με την επέλαση του Covid 19 και τα πρωτόκολλα λειτουργίας δεν μπορέσαμε να υλοποιήσουμε το παραπάνω πρόγραμμα, το οποίο είναι εξαιρετικά αποτελεσματικό για την ψυχική υγεία των παιδιών κυρίως για την δυνατότητα ψυχικής ενδυνάμωσης που προσφέρει σε αυτά.

Μέσα στο περιεχόμενό του εντάσσονται οι ενότητες:

- για την Ανάπτυξη της αυτοφροντίδας,
- την Ικανότητα άρνησης
- την Ανάπτυξη της Ενσυναίσθησης
- Τα Βήματα Επίλυσης Προβλημάτων
- Την εκτίμηση καταστάσεων
- Την επιλογή/λήψη απόφασης

Μία από τις στρατηγικές/ τεχνικές που χρησιμοποιεί είναι «ΤΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΡΟΛΩΝ»

Τα Παιχνίδια Ρόλων εκτιμούμε πως είναι ένα πολύ αποτελεσματικό μέσο, με το οποίο τα παιδιά μπορούν να εξασκήσουν πάρα πολλές ικανότητές τους. Όταν υποδύονται, τα παιδιά μπορούν να μπουν στη θέση του 'άλλου', να ζήσουν διάφορα συναισθήματα με «ασφαλή» τρόπο, να κάνουν πράγματα χωρίς επιπτώσεις, να πειραματιστούν, να τολμήσουν, να απευλευθερωθούν.

Παράλληλα τα παιδιά «θεατές» εξασκούνται στο να αφιερώνουν την προσοχή τους, να ταυτίζονται με τους «ηθοποιούς», και να βιώνουν συνασθηματικές καταστάσεις εκ του ασφαλούς....

Παρόλο που δεν διδάκεται το Πρόγραμμα συστηματικά, η μακρόχρονη εμπειρία μας μπορεί και το εντάσσει στην σχολική καθημερινότητα, όταν αυτό κρίνεται αναγκαίο.

Ετσι πριν από λίγες ημέρες με αφορμή ένα περιστατικό σύγκρουσης ανάμεσα σε δύο παιδιά στο διάλειμμα, το οποίο κατέληξε στο να σπρώξει έντονα το ένα παιδί το άλλο, αδράξαμε την ευκαιρία για να αφιερώσουμε το υπόλοιπο της ημέρας στο περιστατικό αυτό...

Όλα αυτά θα μπορούσαν να είχαν αποφευχθεί αν το συγκεκριμένο παιδί είχε αναπτύξει την ικανότητα «άρνησης» και το να είναι σε θέση να υπερασπιστεί τον εαυτό του...

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΡΟΛΩΝ

Αφού συζητήσαμε το περιστατικό για αρκετή ώρα, και αφού ζήτησα και την γνώμη των άλλων παιδιών (καθενός ξεχωριστά) για το πως έπρεπε να πράξει το παιδί «θύμα», αλλά και το παιδί «θύτης», τους εξήγησα την τεχνική, δηλαδή ότι «όταν το σώμα μας λέει ΟΧΙ, πρέπει να το ακούσουμε και να πούμε ΟΧΙ και εμείς. Η δεξιότητα της άρνησης είναι πολύ σημαντική όχι μόνο για τη συναισθηματική ισορροπία μας, αλλά και για τη σωματική μας υγεία.

**Το ΟΧΙ πρέπει να μπορούμε να το πούμε
ΜΕ ΛΕΞΕΙΣ,
ΜΕ ΤΟΝΟ ΦΩΝΗΣ,
αλλά και με τη ΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ**





Ανοιξη

Μάρτιος 1

Απρίλιος 2

Μάιος 3

Μάρτιος 2022						
Κυριακή	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
14	15	16	17	18		
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Θάλασσα

Βαλάνια

Οι κάποιες θαλάσσιες ζώα είναι πολύ μικρά. Άλλα είναι πολύ μεγάλα. Πολλά από αυτά είναι πολύ ωραία. Τα παιδιά μπορούν να τα ζωγραφίσουν και να τα κολλήσουν στην τάξη.

ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΩΝ ΤΑΞΙΔΙΩΝ

1. Να μην φωνάζουμε.

2. Να μην τρέχουμε.

3. Να μην φάμε και να μην πιούμε στην τάξη.

4. Να μην παίζουμε παιχνίδια στην τάξη.

5. Να μην μιλάμε δυνατά στην τάξη.

6. Να μην βρίζουμε στην τάξη.

7. Να μην κουνάμε τα πόδια στην τάξη.

8. Να μην τρώμε και να μην πιούμε στην τάξη.

9. Να μην παίζουμε παιχνίδια στην τάξη.

10. Να μην μιλάμε δυνατά στην τάξη.

το μαγαζάκι μας







Τα σενάρια που επέλεξα για να παίξουμε ήταν:

1. Ένα παιδί έρχεται να πάρει τον μαρκάδορο κάποιου άλλου
2. Ένα παιδί έρχεται να πάρει το παιχνίδι του άλλου
3. Ένα παιδί κοροϊδεύει το άλλο για τα ρούχα που φοράει...
4. Ένα παιδί καταστρέφει τη ζωγραφιά κάποιου άλλου παιδιού.
5. Ένα παιδί θέλει να επιβάλλει στο άλλο το παιχνίδι που θα παίξουν...

ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΕΙΣ

Κάθε παιδί «ηθοποιός» περνάει υποχρεωτικά και από τους δύο ρόλους. Δηλαδή του «θύτη» και του «θύματος»