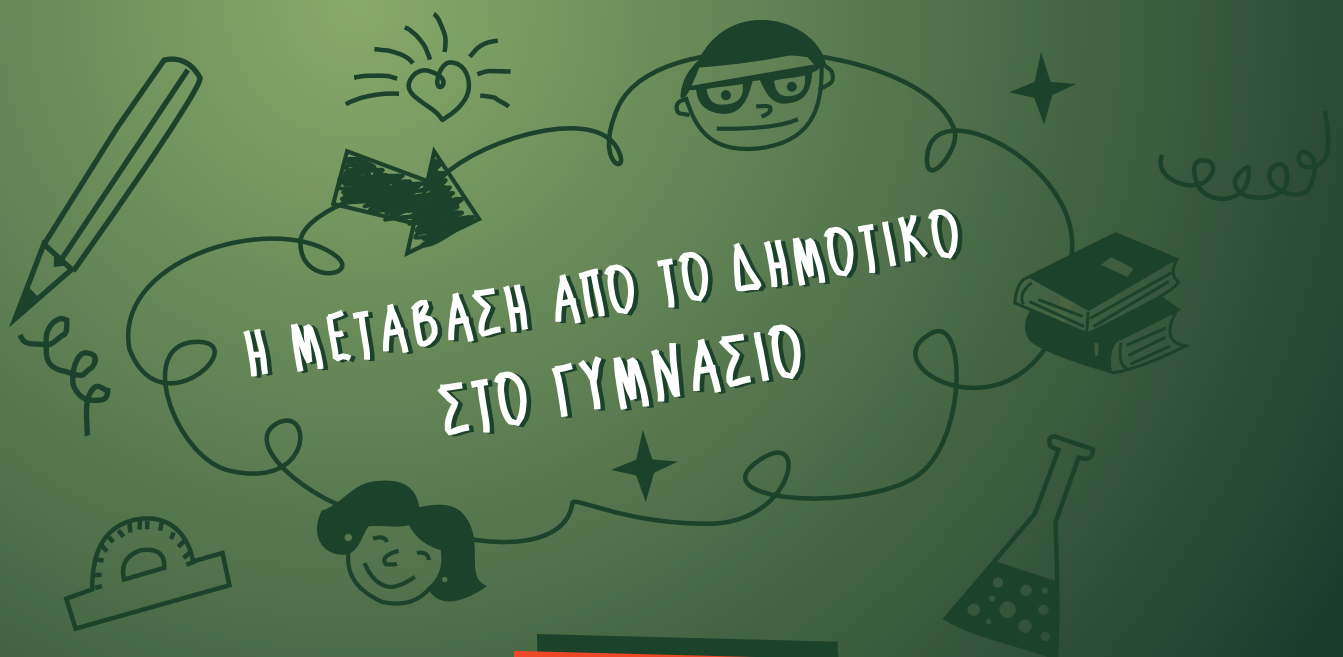


ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ
ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ ΣΤ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ

Γυμνάσιο Ερχόμαστε!

ISBN 978-618-80937-1-3



Β' ΕΚΔΟΣΗ

2015

ΚΕΝΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ


— ΔΗΜΟΥ ΖΩΓΡΑΦΟΥ —

— «ΣΤΑΘΜΟΣ» ΔΗΜΩΝ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ, ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ —



Σε συνεργασία με τον ΟΚΑΝΑ



ΣΥΓΓΡΑΦΗ	<p>Κατσιαφλιάνη Ιωάννα, απόφοιτος ΦΠΨ MSc Ψυχολογίας και Συμβουλευτικής, στέλεχος πρόληψης ΚΠ «Σταθμός»</p> <p>Μαμιδάκη Μαρία, ψυχολόγος DEA, στέλεχος πρόληψης ΚΠ Δ. Ζωγράφου</p> <p>Σάλτη Βαλεντίνα, κοινωνική λειτουργός, στέλεχος πρόληψης ΚΠ «Σταθμός»</p>
ΓΛΩΣΣΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ	Κερασιδης Δημοσθένης
ΓΡΑΦΙΣΤΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ	Μάρου Μαρία 

ISBN	978-618-80937-1-3	
<p>© ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΔΗΜΟΥ ΖΩΓΡΑΦΟΥ και ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ «ΣΤΑΘΜΟΣ» ΔΗΜΩΝ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ, ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ</p>		
*	<p>Κανένα τμήμα της έκδοσης αυτής δεν αντιγράφεται, δεν αποθηκεύεται σε οποιοδήποτε σύστημα, δεν μεταβιβάζεται σε καμία μορφή και με κανέναν τρόπο, ηλεκτρονικά, μηχανικά, φωτοτυπικά, εγγράφως ή με άλλον τρόπο, χωρίς την άδεια των συγγραφέων.</p>	*

**Το εκπαιδευτικό υλικό «Γυμνάσιο Ερχόμαστε!»
έχει εγκριθεί από τη Διεύθυνση Σπουδών ΠΕ
του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων:
Φ.14/86/19299/Γ1.11-2-2014**

Απαραίτητη προϋπόθεση για την εφαρμογή του εκπαιδευτικού υλικού «Γυμνάσιο Ερχόμαστε!» μέσα στην τάξη είναι η συμμετοχή των εκπαιδευτικών σε βιωματικού τύπου σεμινάριο και η εποπτεία αυτών καθ' όλη τη διάρκεια της υλοποίησής του.

Υπεύθυνα για την εκπαίδευση και την εποπτεία των εκπαιδευτικών είναι τα κατά τόπους Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Υγείας.

Π Ε Ρ Ι Ε Χ Ο Μ Ε Ν Α

Αντί Προλόγου I	5
Αντί Προλόγου II	6
<hr/>	
Τα Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας	7
<hr/>	
Μια θεωρητική προσέγγιση της μετάβασης	9
Η προσέγγιση της πρωτογενούς πρόληψης	11
Ψυχοκοινωνικές δεξιότητες	11
Το εκπαιδευτικό υλικό «ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΡΧΟΜΑΣΤΕ!»	12
Βιωματικός τρόπος	13
Κάποια πρακτικά -και όχι μόνο- ζητήματα	14
<hr/>	
«ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΡΧΟΜΑΣΤΕ!»: Συναντήσεις	17
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 1: Ξεκινάμε!	19
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 2: Σενάρια γυμνασίου	21
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 3: Πειρασμοί και αποφάσεις I	23
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 4: Πειρασμοί και αποφάσεις II	25
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 5: Εγώ και οι φίλοι μου	27
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 6: Πάμε γυμνάσιο	29
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 7: Από το δημοτικό στο γυμνάσιο	31
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 8: Μεγαλώνουμε	33
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 9: Αποχαιρετούμε και προχωρούμε	35
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 10: Αγαπητοί γονείς...	38
<hr/>	
«ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΡΧΟΜΑΣΤΕ!»: Παράρτημα	40
I: Τρόποι χωρισμού	41
II: ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 3 - Πειρασμοί και αποφάσεις I	43
III: ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 4 - Πειρασμοί και αποφάσεις II	45
IV: ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 5 - Εγώ και οι φίλοι μου	48
V: ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 8 – Μεγαλώνουμε	50
VI: ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 9 – Αποχαιρετούμε και προχωρούμε	52
VII: Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης	58
<hr/>	
Βιβλιογραφία	60

Αντί Προλόγου I

Μετά από τέσσερα χρόνια παρεμβάσεων στα σχολεία του Δήμου μας και αφού εργαστήκαμε με 348 μαθητές που προετοιμάστηκαν για τη μετάβασή τους στο γυμνάσιο, η εμπειρία του Κέντρου μας ενώθηκε με αυτήν του Σταθμού και καρπός της είναι το «ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΡΧΟΜΑΣΤΕ!».

Η ιδέα ξεκίνησε από την επιθυμία των στελεχών των δύο Κέντρων να καταγράψουν τη δουλειά και τις εμπειρίες τους και να προσφέρουν ένα χρήσιμο εργαλείο στους εκπαιδευτικούς για τη διευκόλυνση του έργου τους.

Το συγκεκριμένο υλικό αποτελεί ένα πλήρες εγχειρίδιο για τον εκπαιδευτικό, ένα υλικό γνώσης και πραγμάτωσης βιωματικών παρεμβάσεων σε μαθητές σ' δημοτικού. Προσπαθεί να δημιουργήσει μια ομαλή γέφυρα ανάμεσα στο δημοτικό και το γυμνάσιο, ανάμεσα σε δύο πραγματικότητες για τον μαθητή, της αναπτυξιακής αλλαγής και της εκπαιδευτικής βαθμίδας.

Οι δέκα συναντήσεις που προτείνει αποτελούν ένα σύνολο γνώσεων το οποίο ανακαλύπτεται από τον μαθητή, μια σειρά βιωμάτων που μοιράζονται με στόχο την προαγωγή της ψυχικής του υγείας, την ανάδειξη των δεξιοτήτων του, την εμπύχωσή του. Οι δέκα συναντήσεις συνιστούν έναν ενδιάμεσο χώρο, όπου ο μαθητής μπορεί να ενημερωθεί, να ανακαλύψει πράγματα για τον εαυτό του, να ενισχυθεί και να βοηθηθεί στην πορεία της ζωής του.

Ευχαριστώ θερμά τους συναδέλφους των δύο Κέντρων Πρόληψης, τη Μαρία Μamiδάκη, την Ιωάννα Κατσιαφλιάνη, τη Βαλεντίνα Σάλτη, οι οποίες ασχολήθηκαν με τη συγγραφή και τη δημιουργία του υλικού. Εκτιμώ ότι αποτελεί ένα ολοκληρωμένο εγχειρίδιο πρακτικής άσκησης και εμπύχωσης.

Μάνος Καρυστιναιός

Κοινωνιολόγος

Σύμβουλος Τοξικοεξάρτησης
Επ. Υπεύθυνος ΚΠ Ζωγράφου



Κάθε φορά που στη ζωή μας μεταβαίνουμε από μια παλιά, οικεία κατάσταση σε μια άλλη, νέα και άγνωστη, γεννιούνται μέσα μας αντιφατικά συναισθήματα.

Κάθε νέα κατάσταση μας προκαλεί φόβο και ελπίδα ταυτόχρονα. Φόβο για το άγνωστο και ελπίδα ότι το νέο θα φέρει κάτι καλό. Μοιάζει με ταξίδι σε έναν καινούριο τόπο, το οποίο προσφέρει τη χαρά της ανακάλυψης των πραγμάτων που θα μας χαρίσουν νέα βιώματα, θα μας γνωρίσουν νέα πρόσωπα και συγκινήσεις, που ενέχουν την ελπίδα ενός εσωτερικού ανοίγματος.

Ταυτόχρονα νιώθουμε και φόβο μήπως χαθούμε στους άγνωστους δρόμους, μήπως δεν καταλάβουμε τη γλώσσα αυτών των «άλλων ανθρώπων» και τελικά δεν καταφέρουμε να επικοινωνήσουμε μαζί τους.

Κάπως έτσι βιώνουν και τα παιδιά του δημοτικού τη μετάβασή τους στο γυμνάσιο.

Νιώθουν χαρά για το μεγάλωμά τους και τη μετάβασή τους σε μια ανώτερη εκπαιδευτική βαθμίδα, αλλά και αγωνία μήπως χαθούν στους χώρους του καινούριου σχολείου, αγωνία αν οι καινούριοι φίλοι τούς συμπαθήσουν, άγχος για το αν θα κατανοήσουν τους καινούριους δασκάλους και τα νέα μαθήματα.

Κυρίαρχη είναι η εξής σκέψη: *Άραγε τι απαιτεί η νέα κατάσταση από μένα; Θα τα καταφέρω;*

Το υλικό «Γυμνάσιο ερχόμαστε!» απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης που θα αναλάβουν να ευαισθητοποιήσουν τα παιδιά της στ' σε αυτή τη σημαντική αλλαγή.

Σκοπός της εν λόγω εκπαιδευτικής διαδικασίας είναι να βοηθήσει τους μαθητές να εκφράσουν και να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα του φόβου και της αγωνίας που νιώθουν, έτσι ώστε να προχωρήσουν με περισσότερη αυτοπεποίθηση και αποφασιστικότητα.

Κατ' ουσίαν πραγματεύεται θέματα επικοινωνίας και κοινωνικών δεξιοτήτων, τα οποία θα τους βοηθήσουν στην εύκολη μετάβαση και προσαρμογή τους στο νέο σχολείο.

Θεωρώ ότι ο ρόλος των δασκάλων που θα εμπλακούν σε αυτή τη διαδικασία είναι πολύ σημαντικός, συνεπώς η συμβολή τους στους μαθητές θεωρείται απολύτως αναγκαία.

Καλλιόπη Μουλά

Ψυχολόγος

Επ. Υπεύθυνη ΚΠ «Σταθμός»

Τα Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας

Στην Ελλάδα, στην εποχή μας, υπάρχουν 72 Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας τα οποία καλύπτουν 49 νομούς της χώρας.

Είναι Αστικές Μη Κερδοσκοπικές Εταιρείες στις οποίες συμμετέχουν τοπικοί φορείς, και χρηματοδοτούνται ισόποσα από το Υπουργείο Υγείας και από το Υπουργείο Εσωτερικών. Την ευθύνη της συστηματικής επιστημονικής εποπτείας και της αξιολόγησης των παρεμβάσεων πρόληψης που εφαρμόζονται έχει το Τμήμα Εφαρμογών Πρόληψης του ΟΚΑΝΑ. Ο οικονομικός έλεγχος ασκείται επίσης από τον ΟΚΑΝΑ.

Δύο από τα Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας του νομού Αττικής είναι

το **ΚΠ του Δήμου Ζωγράφου**
και το **ΚΠ «ΣΤΑΘΜΟΣ» των Δήμων Καλλιθέας,
Μοσχάτου-Ταύρου.**

Στην αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία ΚΠ Δ. Ζωγράφου συμμετέχουν ο Δήμος Ζωγράφου, το Νομικό Πρόσωπο Πολιτισμού και Αθλητισμού του Δήμου Ζωγράφου, η Περιφέρεια Αττικής, ο Σύλλογος Φαρμακοποιών Τομέα Ζωγράφου.

Στην αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία ΚΠ «Σταθμός» συμμετέχουν ο Δήμος Καλλιθέας, ο Δήμος Μοσχάτου-Ταύρου, η Περιφέρεια Αττικής, το Σωματείο «Θησέας», ο Δικηγορικός Σύλλογος Αθηνών, το Πάντειο Πανεπιστήμιο, το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, η Ένωση Γονέων και Κηδεμόνων Δήμου Μοσχάτου-Ταύρου, η Ένωση Γονέων και Κηδεμόνων Δήμου Καλλιθέας, ο Σύλλογος Διδασκόντων «Αριστοτέλης».

Και τα δύο Κέντρα στελεχώνονται από έμπειρο και εκπαιδευμένο επιστημονικό προσωπικό: ψυχολόγους, κοινωνιολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, νομικό-εγκληματολόγο.

Εφαρμόζουν προγράμματα πρόληψης, βασισμένα στη φιλοσοφία της αγωγής της υγείας και επιδιώκουν την ενημέρωση, ευαισθητοποίηση και εκπαίδευση του γενικού πληθυσμού σε θέματα πρόληψης των εξαρτήσεων και προαγωγής της υγείας, έτσι ώστε ο άνθρωπος να διαχειρίζεται τη ζωή του δημιουργικά.

Τα προγράμματα που αναπτύσσουν τα Κέντρα Πρόληψης απευθύνονται:

- σε γονείς
- σε παιδιά, εφήβους και νέους
- σε εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων ή/και άλλους επαγγελματίες που έρχονται σε άμεση επαφή με το παιδί
- στην ευρύτερη κοινότητα.

Τα Κέντρα Πρόληψης διοργανώνουν ανοιχτές δράσεις ενημέρωσης αλλά και σεμινάρια εκπαίδευσης που έχουν βιωματικό χαρακτήρα, δηλαδή στηρίζονται στην ενεργή συμμετοχή των συμμετεχόντων και όχι μόνο σε θεωρητικές εισηγήσεις.

Οι στόχοι των δράσεων, ανάλογα με την ομάδα-στόχο στην οποία απευθύνονται και τη διάρκεια τους, είναι:

- Η ενδυνάμωση, υποστήριξη και εκπαίδευση των νέων ώστε να υιοθετήσουν μια θετική στάση ζωής και να αναπτύξουν δεξιότητες αντίστασης στη χρήση των εξαρτησιογόνων ουσιών, αλλά και σε άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές (τζόγος, διαδίκτυο, αλκοόλ κ.ά.).
- Η συμβουλευτική και υποστήριξη της οικογένειας με σκοπό την ενίσχυση του γονεϊκού ρόλου, τη βελτίωση της επικοινωνίας της οικογένειας και την υποστήριξη των παιδιών στην πορεία τους προς την αυτονομία.
- Η ευαισθητοποίηση των εκπαιδευτικών σε θέματα πρόληψης, η ενίσχυση του παιδαγωγικού τους ρόλου, η εκπαίδευση και η υποστήριξή τους για την εφαρμογή παρεμβάσεων πρόληψης στα σχολεία.
- Η εκπαίδευση φοιτητών (πρακτική άσκηση).
- Η εκπαίδευση και η συμμετοχή εθελοντών στην πρόληψη.
- Η συμβουλευτική σε άτομα και οικογένειες με σκοπό τη διαχείριση των αιτημάτων που αφορούν θέματα χρήσης ειδικά και ψυχικής υγείας γενικότερα.
- Η συνεργασία με τοπικούς συλλόγους, πολιτιστικούς και κοινωνικούς φορείς.
- Η πληροφόρηση, ευαισθητοποίηση και κινητοποίηση της ευρύτερης κοινότητας σχετικά με τις ουσίες, τις εξαρτήσεις και την πρόληψη.

Οι υπηρεσίες των Κέντρων Πρόληψης παρέχονται δωρεάν.

ΚΠ ΔΗΜΟΥ ΖΩΓΡΑΦΟΥ

Ανακρέοντος 60, 157 71 Ζωγράφου

Τ: 210 74 73 328-9

Φ: 210 77 78 542

keptheo@otenet.gr

<https://kpzografou.wordpress.com>

**ΚΠ «ΣΤΑΘΜΟΣ» ΔΗΜΩΝ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ,
ΜΟΣΧΑΤΟΥ-ΤΑΥΡΟΥ**

Π. Γρηγορίου Ε' 65, 176 76 Καλλιθέα

Τ: 210 95 37 216, 210 95 33 488

Φ: 210 95 37 215

kepstath@otenet.gr

www.kp-stathmos.gr

Μια θεωρητική προσέγγιση της μετάβασης

Η μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο αποτελεί μια διεργασία χωρίς σταθερά όρια αρχής και τέλους ή με προκαθορισμένες παραμέτρους παρέμβασης.

Η παρακάτω προσπάθεια σκιαγράφησης μιας θεωρητικής προσέγγισης στόχο έχει να αναδείξει τους τομείς που θα πρέπει να απασχολήσουν το σχολείο αλλά και την κοινωνία των ενηλίκων που σχετίζονται με τα παιδιά αυτή την περίοδο.

Η μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο είναι μια από τις πιο σημαντικές αλλαγές στη ζωή των παιδιών, αφού περνούν από μια οικεία κατάσταση σε μια πιο άγνωστη που διαρκεί μια εκτεταμένη περίοδο και διακατέχεται από συναισθήματα αγωνίας και σχετικής ανασφάλειας. Ταυτόχρονα αποτελεί και μια περίοδο όπου τα παιδιά οραματίζονται το μέλλον τους, θέλουν να αντιμετωπίσουν τις νέες προκλήσεις και να βιώσουν το μέγαλωμα. Μπορεί επίσης να αποτελέσει μια πολύ δημιουργική διαδικασία, στην οποία συμμετέχουν τόσο οι κύριοι πρωταγωνιστές, δηλαδή παιδιά και γονείς, όσο και εκείνοι που τη διαχειρίζονται είτε με καθοδηγητικό ρόλο είτε συμβουλευτικά, όπως οι εκπαιδευτικοί, τα στελέχη εκπαίδευσης αλλά και ειδικοί της ψυχοκοινωνικής υγείας.

Η περίοδος αυτή σηματοδοτείται από δύο διαστάσεις μετάβασης: πρώτον, την αλλαγή της εκπαιδευτικής βαθμίδας και, δεύτερον, την αναπτυξιακή αλλαγή καθώς το παιδί ορίζεται πλέον ως έφηβος.

Η εφηβεία αποτελεί ένα φυσιολογικό εξελικτικό στάδιο, ενέχει την έννοια της αλλαγής και ταυτόχρονα χαρακτηρίζεται ως περίοδος κρίσης με μια μεγάλη ποικιλία στη συμπεριφορά. Κύριο χαρακτηριστικό της είναι το στρες, που επιδρά έτσι ώστε πολλές φορές να καθίσταται δύσκολη η διάκριση μεταξύ φυσιολογικής και παθολογικής συμπεριφοράς.

Η μεταμόρφωση της αυτοεικόνας των εφήβων –τόσο σε επίπεδο αλλαγών στο σώμα όσο και σε επίπεδο συμπεριφοράς– με χαρακτηριστικά όπως ανισορροπία, ευαισθησία, μια γενικότερη συναισθηματική αστάθεια και ανασφάλεια, απαιτεί μηχανισμούς προστασίας και ενίσχυσης, ώστε αυτοί να συμβάλλουν στην προσαρμογή τους, ιδίως σε μεταβατικές περιόδους.

Η μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο είναι μια από τις κεντρικές «ανασφάλειες» στη σχολική ζωή ενός εφήβου που από τη μία σημαίνει περισσότερη ελευθερία και ανεξαρτησία, ενώ από την άλλη συνεπάγεται την απώλεια της παιδικής ζωής, της ασφάλειας και της φροντίδας από τα πρόσωπα κύρους, την αλλαγή των φίλων και ταυτόχρονα την αύξηση των απαιτήσεων και ευθυνών τις οποίες υποχρεώνεται ο έφηβος να αναλάβει έναντι των προσδοκιών κυρίως των σημαντικών ενηλίκων, γονιών και εκπαιδευτικών.



Η έρευνα τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό καταδεικνύει αφενός ότι το πέρασμα από τη μία βαθμίδα στην άλλη γι' αυτήν την ηλικιακή περίοδο αποτελεί τραυματική εμπειρία, και αφετέρου ότι υπάρχει ελλιπής πληροφόρηση και ασυνέχεια στο πρόγραμμα σπουδών. Οι μαθητές εκφράζουν μοναξιά και ότι δυσκολεύονται στην προσαρμογή τους. Ακόμα και μαθητές οι οποίοι κατά τη διάρκεια του δημοτικού είχαν σταθερή πρόοδο παρουσιάζουν πισωγυρίσματα στον πρώτο χρόνο της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (Κάτσικας, 2009· Ξυθάλης – Σαλτερής, 2009· Τσιώτρα, 2010).

Πιο συγκεκριμένα, τα θέματα που τους απασχολούν είναι:

- οι καινούριοι κτιριακοί χώροι, στους οποίους μπορεί να φοβούνται μήπως χαθούν
- η επαφή με τα μεγαλύτερα παιδιά του γυμνασίου
- ο φόβος για πειράγματα, επιθέσεις και κακομεταχειρίσεις
- τα καινούρια και δυσκολότερα μαθήματα
- ο τρόπος διδασκαλίας των καθηγητών
- η νέα κλίμακα αξιολόγησης (0-20)
- οι ωριαίες απουσίες και μια σειρά από άλλα πρακτικά αλλά όχι λιγότερο ουσιαστικά ζητήματα.

Κάποια από τα θέματα αυτά μπορεί να φαίνονται απλοϊκά στην αντίληψη των ενηλίκων, αλλά, όπως έχει φανεί και από την εφαρμογή του παρόντος προγράμματος, η απομυθοποίηση και αποσαφήνισή τους βοηθούν να επιτευχθεί μια πιο ομαλή μετάβαση.

Αξιοσημείωτο είναι ότι ο πειραματισμός με εξαρτησιογόνες ουσίες (καπνός, αλκοόλ κ.ά.), που αποτελεί συνηθισμένο φαινόμενο στην εφηβεία, μπορεί να ενισχυθεί από παράγοντες που συνδέονται με αυτή την ασταθή, μεταβατική περίοδο (χαμηλή σύνδεση με το σχολικό περιβάλλον, πρόωρη διακοπή σχολείου, ανασφαλές και αρνητικό κλίμα, ασαφείς πολιτικές του σχολείου, αρνητικές προσδοκίες από τους δασκάλους κτλ.) (Τσιώτρα, 2010).

Οι σημαντικοί ενήλικες παράλληλα βιώνουν τα ζητήματα μετάβασης με τον δικό τους τρόπο.

Οι γονείς ανησυχούν για το νέο περιβάλλον, τους καθηγητές, τους βαθμούς, τις καταλήψεις, τις επιρροές από τους ομότιμους, την αναζήτηση περισσότερης ελευθερίας και τη γενικότερη συμπεριφορά η οποία αλλάζει με την έναρξη της εφηβείας. Δυσκολεύονται να εστιάσουν στον δικό τους υποστηρικτικό ρόλο κατά την περίοδο αυτή και συνήθως διακατέχονται από τους ίδιους φόβους και ανασφάλειες με αυτούς των παιδιών τους. Οι εκπαιδευτικοί που εμπλέκονται, οι δάσκαλοι της στ' τάξης αλλά και οι καθηγητές της α' γυμνασίου αισθάνονται ότι έχουν αυξημένες ευθύνες για την ομαλή προσαρμογή των μαθητών τους και κατανοούν την αναγκαιότητα λήψης μέτρων (τουλάχιστον 50%). Παρ' όλα αυτά, ασχολούνται με το συγκεκριμένο θέμα περιστασιακά, εστιάζοντας κυρίως το ενδιαφέρον τους σε θέματα καθαρά εκπαιδευτικού χαρακτήρα

και όχι σε θέματα εφηβείας που επιδρούν στη μετάβαση. Αξίζει να επισημανθεί και η έλλειψη δυνατότητας επιλογής συγκεκριμένων προγραμμάτων τα οποία να βοηθούν στην άμβλυνση των δυσκολιών που προκύπτουν από την εν λόγω μετάβαση.

Η προσέγγιση της πρωτογενούς πρόληψης



| 11

Η μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο επιλέχθηκε ως περίοδος εφαρμογής μιας δράσης πρόληψης επειδή ακριβώς η πρωτογενής πρόληψη στοχεύει και σε ανθρώπους που έχουν βιώσει στρεσογόνα γεγονότα ή μεταβατικά στάδια ζωής. Έχει φανεί ότι κατά τη διάρκεια τέτοιων περιόδων το ποσοστό δυσπροσαρμοστικότητας στο κοινωνικό περιβάλλον αυξάνεται.

Το σχολείο στοχεύει στην ολόπλευρη ανάπτυξη του μαθητή ως ατόμου: ανάπτυξη φυσική, συναισθηματική, κοινωνική, διανοητική και πνευματική.

Η πρωτογενής πρόληψη καλείται να ενισχύσει τους τρόπους με τους οποίους θα επιτευχθούν οι παραπάνω στόχοι.

Τόσο ερευνητές, όσο και επαγγελματίες της πρωτογενούς πρόληψης υποστηρίζουν ότι η αποτελεσματικότητα των σχολικών παρεμβάσεων βασίζεται στην ενσωμάτωση μιας σειράς παραγόντων, όπως, λόγου χάρη, οι κοινωνικές επιρροές, η ανάπτυξη ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων, η έμφαση στα κανονιστικά πρότυπα, καθώς και η εμπλοκή της οικογένειας.

Ψυχοκοινωνικές δεξιότητες

Για τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας οι ψυχοκοινωνικές δεξιότητες εκφράζουν την ικανότητα του ατόμου να ανταποκρίνεται αποτελεσματικά στις απαιτήσεις και στις δοκιμασίες της καθημερινής ζωής. Επιτρέπουν να έχει κανείς ψυχική και πνευματική ισορροπία υιοθετώντας τις κατάλληλες θετικές συμπεριφορές στις σχέσεις που αναπτύσσει με τους άλλους και το περιβάλλον του. Οι ψυχοκοινωνικές δεξιότητες συμβάλλουν σημαντικά στην προαγωγή της υγείας¹ του ατόμου και στην προσαρμοστικότητα στο περιβάλλον του.

Μετά από σχετικές μελέτες ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας κατέληξε στην παρακάτω κατηγοριοποίησή τους (1993):

- είμαι ικανός-ή να παίρνω αποφάσεις
- είμαι ικανός-ή να βρίσκω λύσεις σε προβλήματα που αντιμετωπίζω
- έχω δημιουργική σκέψη
- έχω κριτική σκέψη
- είμαι ικανός-ή να επικοινωνώ αποτελεσματικά
- είμαι ικανός-ή να διαχειρίζομαι το άγχος μου
- μπορώ να βελτιώνω τις σχέσεις μου με τους άλλους
- έχω συνείδηση του εαυτού μου
- έχω ενσυναίσθηση
- είμαι ικανός-ή να διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου

Τα τελευταία χρόνια η συστηματική δουλειά ανάπτυξης ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων ατόμων και ομάδων θεωρείται όλο και πιο αναγκαία.

¹ Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, υγεία είναι η κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας ενός ατόμου και όχι μόνο η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας.

Το εκπαιδευτικό υλικό «ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΡΧΟΜΑΣΤΕ!»



Το συγκεκριμένο υλικό είναι προϊόν συνεργασίας των δύο Κέντρων Πρόληψης που ένωσαν την εμπειρία τους από την εφαρμογή προγραμμάτων μετάβασης από το δημοτικό στο γυμνάσιο στα σχολεία των Δήμων Ζωγράφου και Καλλιθέας, Μοσχάτου-Ταύρου.

Στόχος της συνεργασίας ήταν να αναπτυχθεί ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα σύμφωνα με τις αρχές και τη φιλοσοφία της πρωτογενούς πρόληψης, που θα προετοιμάζει τους μαθητές για το γυμνάσιο τόσο δίνοντάς τους πληροφορίες για το νέο τους σχολείο και ενθαρρύνοντάς τους να εκφράσουν τα συναισθήματά τους γι' αυτήν την αλλαγή, όσο και εφοδιάζοντάς τους με τις απαραίτητες ψυχοκοινωνικές δεξιότητες για το μέγλωμά τους.

Επιπλέον, το πρόγραμμα αποσκοπεί στο να ευαισθητοποιήσει συνολικά τη σχολική κοινότητα στα θέματα της μετάβασης από το δημοτικό στο γυμνάσιο.

Με την υλοποίηση ενός τέτοιου προγράμματος ευαισθητοποιούνται τόσο η σχολική κοινότητα δημοτικού, όσο και αυτή του γειτονικού γυμνασίου που θα δεχτεί την επίσκεψη γνωριμίας των μαθητών. Οι δάσκαλοι που συμμετέχουν υλοποιώντας το πρόγραμμα κρίνεται απαραίτητο να είναι εκπαιδευμένοι και να έχουν υποστήριξη και εποπτεία από τα κοντινά τους Κέντρα Πρόληψης κατά τη διάρκεια της εφαρμογής. Τέλος, με την παρουσίαση του προγράμματος στους γονείς από τα ίδια τα παιδιά, δίνεται η δυνατότητα παρουσίασης και έκφρασης συναισθημάτων των παιδιών και ενός *διαλόγου* μεταξύ τους στο θέμα αυτό της αλλαγής.

Πιο συγκεκριμένα, το πρόγραμμα στοχεύει οι μαθητές:

- να εκφράσουν σκέψεις, ανησυχίες και συναισθήματα σχετικά με το μέγλωμά τους και το πέρασμα στο γυμνάσιο
- να ευαισθητοποιηθούν σε δεξιότητες που μπορούν να δράσουν προστατευτικά στο μέγλωμά τους
- να μάθουν χρήσιμες πληροφορίες για το νέο τους σχολείο
- να τους δοθεί η δυνατότητα να αποχαιρετήσουν το δημοτικό.

Προτείνουμε λοιπόν 10 συναντήσεις:

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 1	Ξεκινάμε! Γνωριμία και συμβόλαιο
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 2	Σενάρια γυμνασίου Προσδοκίες και ανησυχίες
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 3	Πειρασμοί και αποφάσεις I Επιρροές
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 4	Πειρασμοί και αποφάσεις II Επιρροές (συνέχεια)
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 5	Εγώ και οι φίλοι μου Φιλία
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 6	Πάμε γυμνάσιο Επίσκεψη στο γυμνάσιο
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 7	Από το δημοτικό στο γυμνάσιο Συζητώντας την επίσκεψή μας στο γυμνάσιο
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 8	Μεγαλώνουμε Μπαίνουμε στην εφηβεία
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 9	Αποχαιρετούμε και προχωρούμε Κλείσιμο προγράμματος
ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 10	Αγαπητοί γονείς... Οι μαθητές ενημερώνουν τους γονείς τους για το πρόγραμμα



Το υλικό έχει τη δυνατότητα προσαρμογής ανάλογα με τις ανάγκες και τα χαρακτηριστικά της τάξης, αλλά και τις ανάγκες και την εμπειρία του/της εκπαιδευτικού που το υλοποιεί.

Είναι απαραίτητο ο/η εκπαιδευτικός που θα το εφαρμόσει να έχει εκπαιδευτεί σχετικά και να έχει σταθερή εποπτεία, καθώς κατά τη διάρκεια του προγράμματος διακινούνται συναισθήματα όχι μόνο στα παιδιά αλλά και στον/στην ίδιο/α. Μην ξεχνάμε ότι την ώρα της υλοποίησης οποιουδήποτε προγράμματος αγωγής υγείας, ο/η εκπαιδευτικός γίνεται συντονιστής μιας ομάδας που καλείται να επεξεργαστεί ορισμένα θέματα με βιωματικό τρόπο.

Βιωματικός τρόπος

Ο βιωματικός τρόπος δουλειάς είναι ένας διαφορετικός τρόπος προσέγγισης της γνώσης, εμπειρικός, που συνδέεται άμεσα με την παρουσία, τη συμμετοχή εαυτού και το δέσιμο των μελών μιας ομάδας. Είναι ο κατεξοχήν τρόπος εκπαίδευσης σε ψυχοκοινωνικές δεξιότητες.

Σημείο-κλειδί στον βιωματικό τρόπο είναι η ανάπτυξη τέτοιων συνθηκών επικοινωνίας και εμπιστοσύνης μεταξύ των συντονιστών και των μελών μιας ομάδας που θα επιτρέψουν σε όλους και όλες να εμπλακούν ενεργητικά και να συνεισφέρουν στη διαδικασία. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω ενός «συμβολαίου»,

μιας δεσμευτικής για συντονιστές και μέλη συμφωνίας, όπου από κοινού ορίζουν τους στόχους της ομάδας τους, τις προσδοκίες που μπορούν μέσα στο συγκεκριμένο πλαίσιο να ικανοποιηθούν, τους τρόπους με τους οποίους ο καθένας συνεισφέρει στην εύρυθμη λειτουργία της ομάδας, τους απαραίτους κανόνες που εγγυώνται την ομαλή πορεία της διαδικασίας. Το συμβόλαιο αποτελεί μια συμφωνία που μπορεί να είναι υπό διαπραγμάτευση καθ' όλη τη διάρκεια των συναντήσεων, εφόσον πρόκειται για το καλό της ομάδας.

Μια εκπαιδευτική ομάδα έχει πάντα ως στόχους την ανάπτυξη δεξιοτήτων και την απόκτηση γνώσεων από τους συμμετέχοντες και τις συμμετέχουσες που μπορούν να γίνουν δικές τους και να είναι εφαρμόσιμες. Αυτές μπορούν να ιδιοποιηθούν μόνο εάν αναδειχθούν μέσα από προσωπικά βιώματα και συνδεθούν με αυτά. Μόνο έτσι μπορούν να ευαισθητοποιηθούν και να ενεργοποιηθούν δεξιότητες και πιθανόν να επιφέρουν αλλαγές στον τρόπο σκέψης ή συμπεριφοράς. Για τον λόγο αυτό ο συντονιστής προτείνει κάποιες ασκήσεις στην ομάδα και ενθαρρύνει τα μέλη να συμμετέχουν σε αυτές και να παρατηρήσουν τη διεργασία εαυτού και ομάδας. Πάνω σε αυτά τα στοιχεία γίνεται συζήτηση. Έχει αποδειχθεί ότι ο εν λόγω τρόπος είναι πολύ πιο αποτελεσματικός από τη διάλεξη ή την παροχή οδηγιών και συμβουλών. Επιπλέον, με αυτόν τον τρόπο η όλη διαδικασία ανταποκρίνεται στις συγκεκριμένες ανάγκες της συγκεκριμένης ομάδας στη συγκεκριμένη στιγμή, πάντα με βάση τον στόχο και το θέμα που έχει αρχικά τεθεί.

Σε αυτή τη διαδικασία αναγνωρίζουμε πόσο σημαντικά είναι το κλίμα που θα δημιουργηθεί στην ομάδα και η σχέση με τον/τη συντονιστή/συντονίστρια.



Κάποια πρακτικά –και όχι μόνο– ζητήματα

Η προτεινόμενη διάρκεια της κάθε συνάντησης είναι περίπου δύο συνεχόμενες διδακτικές ώρες.

Για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα, εκτιμούμε ότι οι συναντήσεις θα πρέπει να γίνονται με συνέπεια και σταθερότητα: π.χ., κάθε εβδομάδα ή κάθε δεκαπέντε μέρες σε σταθερή μέρα και ώρα.

Ο/η εκπαιδευτικός μαζί με τους μαθητές διαμορφώνουν τον χώρο της τάξης: απομακρύνουν τα θρανία και σχηματίζουν με τις καρέκλες έναν κύκλο. Υπάρχουν τόσες καρέκλες όσοι και οι μαθητές συν τον/τη δάσκαλο/α. Ο κύκλος επιτρέπει σε όλους να έχουν βλεμματική επαφή, να επικοινωνούν καλύτερα και να κινούνται ελεύθερα στον χώρο, όποτε κάτι τέτοιο κρίνεται απαραίτητο.

Στην αρχή καθεμιάς συνάντησης είναι σημαντικό ο/η εκπαιδευτικός να εισάγει το θέμα και να το συνδέει με όσα ανέδειξαν οι μαθητές στην προηγούμενη συνάντηση. Άλλωστε υπάρχει μια συνέχεια στις συναντήσεις: καθεμιά συνάντηση αποτελεί βάση και προετοιμασία για την επόμενη.

Εξίσου σημαντικό είναι και να *κλείνει* τις συναντήσεις: στο τέλος των εργασιών να δίνεται η ευκαιρία σε όλους να εκφραστούν σχετικά με τη συνάντηση και ο ίδιος/η ίδια να τονίζει τα βασικά σημεία στα οποία επικεντρώθηκε η τάξη. Αυτή η διαδικασία, επιπλέον, μας επιτρέπει να έχουμε και μια ιδέα του πώς πήγε η συνάντηση και του τι κράτησαν τα παιδιά.

Οι δραστηριότητες που προτείνονται υλοποιούνται σε ολομέλεια, σε μικρές ομάδες, σε ζευγάρια.

Στην ολομέλεια είμαστε όλοι στον μεγάλο κύκλο. Το συμβόλαιο εξασφαλίζει ότι όταν εκφράζονται όλοι ακούγονται. «Σπάμε» την ολομέλεια σε μικρές ομάδες ή ζευγάρια όταν θέλουμε οι μαθητές να δουλέψουν πιο συγκεντρωμένα σε κάποια θέματα. Η μικρή ομάδα ή το ζευγάρι είναι ένα μικρότερο σχήμα με λιγότερη έκθεση όπου πιο εύκολα τα παιδιά μπορούν να εκφράσουν συναισθήματα και απόψεις και να συνεργαστούν ώστε να προκύψει κάτι κοινό, η «φωνή» της μικρής ομάδας ή του ζευγαριού στην ολομέλεια.

Τρόπους χωρισμού σε μικρές ομάδες ή ζευγάρια μπορείτε να βρείτε στο Παράρτημα I.

Η μικρή ομάδα αποτελείται από 3 έως 5 μέλη. Τα παιδιά κάθονται κυκλικά, το ένα δίπλα στο άλλο, χωρίς κενές θέσεις μεταξύ τους.

Στο ζευγάρι οι μαθητές κάθονται αντικριστά (γόνατο με γόνατο) και συζητούν χωρίς να αποσπάται η προσοχή τους από τους υπόλοιπους στην τάξη.

Στη μικρή ομάδα, όπως και στο ζευγάρι, οι μαθητές εκφράζονται ένας ένας. Όταν μιλά κάποιος/α, οι υπόλοιποι ακούν προσεκτικά χωρίς να διακόπτουν, να κρίνουν ή να σχολιάζουν. Γίνονται ερωτήσεις ώστε να κατανοήσουν καλά ο ένας τον άλλον, συζητούν, οργανώνουν και υλοποιούν από κοινού ό,τι τους έχει ζητηθεί. Βάζουν πάντα το όνομά τους στα παραγόμενα έργα.

Για να έχουμε μια εικόνα του πώς πήγε το πρόγραμμα και αν ήταν μια ωφέλιμη και ευχάριστη εμπειρία για τα παιδιά, προτείνουμε, με το τέλος των συναντήσεων, να τους δίνεται ένα ερωτηματολόγιο αξιολόγησης (βλέπε Παράρτημα VI). Το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και συμπληρώνεται την ίδια ώρα από όλους. Τα αποτελέσματα επιτρέπουν στον/στην εκπαιδευτικό να έχει μια εικόνα του τι έμαθαν οι μαθητές και πώς εκτίμησαν τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα (σε συνδυασμό πάντα και με τα παραγόμενα της κάθε συνάντησης).

Το υλικό που παράγουν τα παιδιά, εργασίες μικρών ομάδων και ολομέλειας, συγκεντρώνεται από τον/την εκπαιδευτικό και φυλάσσεται για μελλοντική αξιοποίηση (π.χ., οι ατομικές ακρο/μεσοστιχίδες της 2ης συνάντησης) ή αναρτάται στην τάξη. Άλλωστε αποτελεί τη βάση των παρουσιάσεων των παιδιών στη 10η συνάντηση.



Τα ατομικά ερωτηματολόγια της 8ης συνάντησης είναι προσωπικά και τα κρατούν τα παιδιά.

Τα ερωτηματολόγια αξιολόγησης αποτελούν υλικό που το αξιοποιεί ο/η εκπαιδευτικός.

Ένα πρόγραμμα για την ομαλή μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο δεν υπόσχεται την απόλυτα επιτυχημένη προσαρμογή του παιδιού στο επόμενο στάδιο. Η μετάβαση είναι μια διεργασία που επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες. Ο στόχος του προγράμματος είναι να βοηθήσει τα παιδιά ώστε να εκφράσουν συναισθήματα, φόβους, ανησυχίες, ελπίδες και όνειρα σχετικά με αυτό το πέρασμα, να προβληματιστούν, να πάρουν εφόδια, να αναγνωρίσουν τα δυνατά τους σημεία και τις αδυναμίες σχετικά με αυτό και να κινητοποιηθούν, μέσα σε μια ατμόσφαιρα αμοιβαίου σεβασμού, φροντίδας και ομαδικής λειτουργίας.

Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!

**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

συναντήσεις



Οι χρόνοι που προτείνονται στις δραστηριότητες είναι ενδεικτικοί.


Ο αστερίσκος * παραπέμπει σε συγκεκριμένο υλικό που βρίσκεται στο Παράρτημα και το οποίο πρέπει να χρησιμοποιηθεί στην εκάστοτε συνάντηση.

**ΣΤΟΧΟΙ:**

- Να γνωριστούν ξανά με έναν διαφορετικό τρόπο.
- Να μοιραστούν προσδοκίες για το πρόγραμμα.
- Να θέσουν στόχους και τρόπο δουλειάς σε αυτές τις συναντήσεις.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1 Παρουσίαση του προγράμματος**


[ολομέλεια]

10'  Καλωσορίζουμε και λέμε λίγα λόγια για το πρόγραμμα «ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΕΡΧΟΜΑΣΤΕ!».

Πρόκειται για μια σειρά 10 συναντήσεων όπου θα έχουμε την ευκαιρία να μιλήσουμε, να ανταλλάξουμε και να εκφράσουμε σκέψεις και συναισθήματα με έναν διαφορετικό τρόπο ώστε να προετοιμαστούμε όσο το δυνατόν καλύτερα για το γυμνάσιο. Δεν είναι μάθημα, δεν μπαίνουν βαθμοί, δεν μετράνε τα ορθογραφικά λάθη. Σημασία έχει να συμμετέχουμε όλοι ώστε να ανακαλύψουμε πράγματα για τον εαυτό μας που θα μας βοηθήσουν σε αυτή την αλλαγή. Να ανακαλύψουμε μαζί εφόδια και δεξιότητες που μπορεί να μας είναι χρήσιμα στη μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο.


2 Γκράφιτι

[ολομέλεια]

20'  Καλούμε τα παιδιά να γράψουν το μικρό τους όνομα στο χαρτί και να πουν κάτι σχετικά με αυτό: πώς το πήραν, αν έχουν υποκοριστικό κτλ.

Συμμετέχουν ένα ένα χωρίς προκαθορισμένη σειρά.

3 [σε ζευγάρια]

15'  Ενθαρρύνουμε τους μαθητές να διαλέξουν κάποιον/α συμμαθητή/συμμαθήτρια με τον οποίο/α δεν συνεργάζονται συχνά και θέλουν να συνεργαστούν μαζί του/της.

Σε περίπτωση που υπάρχει δυσκολία, επιλέγουμε έναν από τους τρόπους-παιχνίδια χωρισμού [βλέπε Παράρτημα I].

Στα ζευγάρια οι μαθητές έχουν να σκεφτούν για τον εαυτό τους και στη συνέχεια να μοιραστούν:

- Τι περιμένω από αυτές τις συναντήσεις/τι θέλω να μάθω
- Τι δίνω ώστε αυτές οι συναντήσεις να πάνε καλά
- Ποιοι κανόνες θα μας διευκολύνουν.

- 4** [σε τετράδες]
Το κάθε ζευγάρι επιλέγει ένα άλλο και σχηματίζουν τετράδες.
⌚ Τα μέλη του ζευγαριού παρουσιάζονται στο άλλο ζευγάρι ως
15' εξής: ο Α λέει για τον Β «Σας παρουσιάζω τον Β. Από αυτές τις συναντήσεις περιμένει..., θέλει να μάθει..., δίνει...». Ομοίως ο Β παρουσιάζει τον Α.
Αφού μιλήσουν όλοι, συζητούν και απαντούν γραπτά ως ομάδα στα παραπάνω ερωτήματα.



20

5 Παρουσίαση εργασιών των μικρών ομάδων **Συμβόλαιο**

- ⌚ [ολομέλεια]
20' Οι ομάδες παρουσιάζουν τα έργα τους. Συνοψίζουμε τις προσδοκίες των μαθητών και απαντούμε κατά πόσο μπορούν να πραγματοποιηθούν στο πλαίσιο του προγράμματος. Καταγράφουμε σε ένα μεγάλο χαρτί τις προσδοκίες των μαθητών, τις αρχές με τις οποίες θα λειτουργήσει η τάξη στο πλαίσιο αυτό, καθώς και τους κανόνες που θα διευκολύνουν τη διαδικασία.
Στο τέλος του συμβολαίου καλούμε τους μαθητές να υπογράψουν. Υπογράφει και ο συντονιστής.
Είναι μια αμοιβαία συμφωνία την οποία όλοι θα προσπαθήσουμε να τηρήσουμε.
Αναρτούμε το συμβόλαιο σε εμφανές σημείο στην τάξη.

6 Κλείσιμο [ολομέλεια]

- ⌚ Καλούμε τους μαθητές να πουν μια λέξη, ένα συναίσθημα,
10' πώς φεύγουν από την πρώτη συνάντηση.

ΥΛΙΚΑ

μεγάλα χαρτιά πίνακα
μαρκαδόροι
φύλλα A4
στιλό ή μολύβια
χαρτοταινία

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 2 | Σενάρια γυμνασίου Προσδοκίες και ανησυχίες




21

ΣΤΟΧΟΙ:


- Να εκφράσουν προσδοκίες και ανησυχίες σχετικά με το γυμνάσιο.
- Να αναδειχθούν οι βασικές θεματικές του προγράμματος.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:


1 Καλωσόρισμα [ολομέλεια]

- 10'  Σύνδεση με την προηγούμενη συνάντηση.
Είναι σημαντικό στο σημείο αυτό να θυμίσουμε τα βασικά σημεία του συμβολαίου και να εντάξουμε στην ομάδα μαθητές/μαθήτριες που πιθανόν απουσίαζαν στην πρώτη συνάντηση.


2 Ακρο/μεσοστιχίδα ΓΥΜΝΑΣΙΟ [ατομικά]

- 10'  Κάθε μαθητής/μαθήτρια ετοιμάζει τη δική του/της ακρο/μεσοστιχίδα για τη λέξη ΓΥΜΝΑΣΙΟ. Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να βάλουν λέξεις που τα εκφράζουν και να δουλέψουν ο καθένας μόνος του.
Όταν όλοι ολοκληρώσουν, συγκεντρώνουμε τις ακρο/μεσοστιχίδες. Θα τις χρησιμοποιήσουμε πάλι στην 9η συνάντηση.

3 Χωρισμός σε μικρές ομάδες

- 5'  [βλέπε Παράρτημα I]

4 Προσδοκίες και ανησυχίες από το γυμνάσιο [σε μικρές ομάδες]

- 25'  Με βάση όλα αυτά που κατέγραψαν νωρίτερα, το κάθε παιδί σκέφτεται και στη συνέχεια μοιράζεται στη μικρή του ομάδα:
- Το καλύτερο σενάριο που μπορεί να μου συμβεί στο γυμνάσιο
 - Το χειρότερο σενάριο που μπορεί να μου συμβεί στο γυμνάσιο.

Θυμίζουμε πώς θα δουλέψουν στη μικρή ομάδα: όλοι και όλες, καθένας και καθεμία χωριστά, εκφράζουν τις δικές τους απόψεις, οι υπόλοιποι ακούν προσεκτικά χωρίς να σχολιάζουν και στο τέλος κάνουν ερωτήσεις αν θέλουν να καταλάβουν κάτι καλύτερα.

Στη συνέχεια, σαν ομάδα πια, συνθέτουν τις απαντήσεις τους σε μια παρουσίαση-χάρτη προσδοκιών και ανησυχιών για το γυμνάσιο.

Γράφουν τα ονόματά τους και ορίζουν πώς θα παρουσιάσουν το έργο τους.

5 Παρουσίαση εργασιών των μικρών ομάδων

[ολομέλεια]

15'

Οι ομάδες παρουσιάζουν τα έργα τους. Γίνεται συζήτηση, συνθέτουμε τις προσδοκίες και ανησυχίες των μαθητών και αναδεικνύουμε τα θέματα που απασχολούν την τάξη σχετικά με τη μετάβασή τους στο γυμνάσιο. Μπορούμε εδώ να αναφέρουμε και τις θεματικές που θα αναπτύξουμε στα πλαίσια αυτών των συναντήσεων.

Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!

22

6 Κλείσιμο

[ολομέλεια]

10'

Καλούμε τους μαθητές να πουν μια λέξη, ένα συναίσθημα, πώς φεύγουν από τη συνάντηση.


ΥΛΙΚΑ

φύλλα A4
στιλό ή μολύβια
μαρκαδόροι
μεγάλα χαρτιά πίνακα
χαρτοταινία


**ΣΤΟΧΟΙ:**


- Να κατανοήσουν τη δύναμη των επιρροών.
- Να αναπτύξουν την κριτική τους σκέψη.
- Να δουν έναν τρόπο [βήματα] λήψης απόφασης.



ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1 Καλωσόρισμα**
[ολομέλεια]


- 10'  Καθένας και καθεμιά αναφέρει ένα συναίσθημα, με τι διάθεση έρχεται στη συνάντηση.
Αναφέρουμε τα βασικά σημεία της προηγούμενης συνάντησης και εισάγουμε το θέμα.

2 Χωρισμός σε μικρές ομάδες


- 5'  [βλέπε Παράρτημα I]

- 3  [στις μικρές ομάδες]
5' Η κάθε ομάδα παίρνει ένα σακουλάκι. Ανοίγοντάς το, το κάθε παιδί θα πάρει ένα γλυκάκι κι ένα μικρό χαρτί με οδηγία*: «Φάε το γλυκάκι και πείσε τους άλλους να κάνουν το ίδιο» ή «Μη φας το γλυκάκι και πείσε τους άλλους να κάνουν το ίδιο». Χωρίς να δείξουν σε κανέναν την οδηγία τους, σκέφτονται επιχειρήματα, και στη συνέχεια στη μικρή τους ομάδα παίζουν το σχετικό παιχνίδι ρόλων.

- 4  [ολομέλεια, μένοντας στις μικρές ομάδες]
10' Παίρνουμε ένα στίγμα τού πώς πήγε το παιχνίδι στην κάθε μικρή ομάδα.
10'  Ακολουθήσατε ή όχι την οδηγία; Πώς νιώσατε; Πείστηκε κάποιος να αλλάξει την οδηγία του; Πώς είναι να σας πείθει κάποιος; Πώς είναι όταν πείθετε κάποιον εσείς;

- 5  [στις ίδιες μικρές ομάδες]
10' Η κάθε ομάδα αναλαμβάνει να καταγράψει επιχειρήματα: οι μισές ομάδες πώς θα πείσουν κάποιον να φάει ένα γλυκάκι και οι υπόλοιπες πώς θα πείσουν κάποιον να μη φάει ένα γλυκάκι. Ορίζουν εκπροσώπους.

6 Παιχνίδι ρόλων
[ολομέλεια]

- 10'  Ανά δύο οι ομάδες κάνουν διάλογο προσπαθώντας να πείσουν η μία την άλλη να φάνε ή όχι το γλυκάκι. Μιλούν οι

εκπρόσωποι των ομάδων, τα υπόλοιπα μέλη παρακολουθούν και μπορούν να διευκολύνουν τον εκπρόσωπό τους, αν το χρειάζεται.

7 Συζήτηση

[ολομέλεια]

10'

Ποιο είναι το θέμα που συζητάμε; Ποιος μπορεί να ασκήσει επιρροή; Όλες οι επιρροές είναι ίδιες; Μπορεί η επιρροή να γίνει πίεση; Υπάρχουν τρόποι να αντιδράσουμε;



24

8 Κάρτες

[στις ίδιες μικρές ομάδες]

5'

Δίνουμε ανακατεμένες τις κάρτες*: ΠΑΡΑΤΗΡΩ – ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ ΤΑ ΘΕΤΙΚΑ – ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ ΤΑ ΑΡΝΗΤΙΚΑ – ΑΠΟΦΑΣΙΖΩ ΤΙ ΘΕΛΩ ΝΑ ΚΑΝΩ – ΔΡΩ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΗΝ ΑΠΟΦΑΣΗ ΜΟΥ. Οι μαθητές καλούνται να συζητήσουν και να τις βάλουν στη σωστή σειρά.

9

[ολομέλεια]

10'

Κάθε ομάδα παρουσιάζει τη σειρά καρτών που προτείνει. Γίνεται συζήτηση και στη συνέχεια αναρτούμε στην τάξη τις κάρτες με τη σωστή σειρά.

10

[στις μικρές ομάδες]

10'

Καθένας μοιράζεται και στη συνέχεια τα μέλη καταγράφουν ως ομάδα:

- Σήμερα έμαθα...
- Αυτό που μου άρεσε ήταν...

11

Κλείσιμο

[ολομέλεια]

5'

Διαβάζουν. Συνοψίζουμε τα κύρια σημεία και ανακοινώνουμε ότι θα εμβαθύνουμε στο θέμα την επόμενη φορά.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Τα βήματα 10 και 11 μπορούν να γίνουν και στην ολομέλεια, αν δεν υπάρχει χρόνος. Σε αυτή την περίπτωση, είναι σημαντικό να μιλήσουν όλα τα παιδιά.

ΥΛΙΚΑ

* ΒΛΕΠΕ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ

καραμέλες
κλήροι-οδηγίες
φύλλα A4
στιλό ή μολύβια
κάρτες

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 4 | Πειρασμοί και αποφάσεις II

Επιρροές [συνέχεια]*



25

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να εμβαθύνουν στην κατανόηση των επιρροών, δουλεύοντας πάνω στην πίεση των συνομηλίκων.
- Να εφαρμόσουν πράγματα που είδαν στην προηγούμενη συνάντηση.
- Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα χρήσης, εξάρτησης και εκφοβισμού.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:

1 Καλωσόρισμα

Καθένας και καθεμιά αναφέρει ένα συναίσθημα, με τι διάθεση έρχεται στη συνάντηση.

- 10' Αναφέρουμε τα βασικά σημεία της προηγούμενης συνάντησης και ανακοινώνουμε ότι θα συνεχίσουμε στο θέμα των επιρροών, προσπαθώντας να εμβαθύνουμε.

2 Χωρισμός σε μικρές ομάδες

5' [βλέπε Παράρτημα I]

3 Σενάρια

[στις μικρές ομάδες]

- 15' Κάθε ομάδα παίρνει ένα σενάριο*. Συζητούν την ιστορία και απαντούν ως ομάδα στις σχετικές ερωτήσεις.

Είναι βοηθητικό στη διαδικασία να θυμίσουμε τον τρόπο που λειτουργούμε στις μικρές ομάδες. Θεωρείται απαραίτητο επίσης να τονίσουμε ότι είναι σημαντικό να καταγράψουν όλες τις γνώμες που θα ακουστούν στη μικρή ομάδα.

4 Παρουσίαση εργασιών των μικρών ομάδων – Συζήτηση

[ολομέλεια]

- 30' Παρουσιάζονται τα συμπεράσματα των ομάδων ανά σενάριο. Στη συζήτηση, κάνουμε σύνδεση με την προηγούμενη συνάντηση, εμβαθύνοντας στα θέματα της επιρροής και της λήψης απόφασης.

5 [σε μικρές ομάδες]

Συζητούν και καταγράφουν ως ομάδα:

- 10'
 - Τι καταλάβατε, τι μάθατε σε αυτές τις δύο συναντήσεις;
 - Πώς νιώθετε;

6 Κλείσιμο

[ολομέλεια]

- ⌚ Οι μικρές ομάδες παρουσιάζουν τα συμπεράσματά τους.
10' Σύνθεση και κλείσιμο.



ΥΛΙΚΑ

*** ΒΛΕΠΕ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ
III**

σενάρια
φύλλα A4
στιλό ή μολύβια

**ΣΤΟΧΟΙ:**

- Να αναδείξουν τα χαρακτηριστικά του καλού φίλου.
- Να αναγνωρίσουν ότι η φιλία είναι μια σχέση σε συνεχή διεργασία.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1 Καλωσόρισμα**

[ολομέλεια]

- ⌚
10' Καθένας και καθεμιά αναφέρει ένα συναίσθημα, με τι διάθεση έρχεται στη συνάντηση.
Εισάγουμε το θέμα της φιλίας με βάση και τα συμπεράσματα προηγούμενων συναντήσεων.

2 Χωρισμός σε μικρές ομάδες

- ⌚
5' [βλέπε Παράρτημα Ι]

3 Ο καλός φίλος

[στις μικρές ομάδες]

- ⌚
15' Συζητούν και καταγράφουν με δημιουργικό τρόπο τα χαρακτηριστικά του καλού φίλου. Μπορούμε να τους προτείνουμε να φτιάξουν μια μαργαρίτα, ένα τρένο κ.ά.

4 Παρουσίαση εργασιών των μικρών ομάδων – Συζήτηση

[ολομέλεια]

- ⌚
20' Παρουσιάζουν τα συμπεράσματα των ομάδων. Σύνθεση των απαντήσεων και συζήτηση γύρω από τη φιλία:
- ♦ Οι φίλοι αποκτούν μεγαλύτερη σημασία για μας καθώς μεγαλώνουμε.
 - ♦ Υπάρχουν οι «γνωστοί», οι «φίλοι» και οι «κολλητοί».
 - ♦ Πώς ξεχωρίζω τον καλό φίλο;
 - ♦ Ένας φίλος μπορεί και να με πιέζει; Μπορώ να λέω όχι σε έναν φίλο;
 - ♦ Μπορεί να χαλάσει μια φιλία; Πότε;
 - ♦ Αν τσακωθώ με έναν φίλο, αυτό σημαίνει ότι η φιλία χαλάει;
 - ♦ Η φιλία είναι μια σχέση που χρειάζεται φροντίδα.

5 Παντομίμα

[στις ίδιες μικρές ομάδες]

- ⌚ Έχουμε ετοιμάσει 4 αριθμημένους φακέλους. Σε κάθε φάκελο

- 10'** υπάρχει η αντίστοιχη ερώτηση*:
- ① Πώς δείχνω σε κάποιον τη φιλία μου;
 - ② Πότε χρειάστηκα τη βοήθεια ενός φίλου;
 - ③ Τι κάνω σε περίπτωση διαφωνιών;
 - ④ Μπορώ να αντιμετωπίσω ένα πρόβλημα στη φιλία χωρίς να τη διακόψω;
- Η κάθε ομάδα επιλέγει έναν αριθμημένο φάκελο. Συζητούν και προετοιμάζουν μία παντομίμα σύμφωνα με το θέμα που τους ζητείται. Η παρουσίαση καθεμιάς παντομίμας δεν θα ξεπερνά τα 3'.



6 Παρουσίαση παντομίμας

[ολομέλεια]

- 20'** Με τη σειρά οι ομάδες παρουσιάζουν. Μετά από κάθε παρουσίαση οι μαθητές καλούνται να βρουν το θέμα της παντομίμας.

7 Κλείσιμο

[ολομέλεια]

- 10'** Καλούμε τους μαθητές να πουν μια λέξη, ένα συναίσθημα, πώς φεύγουν από τη συνάντηση.

ΥΛΙΚΑ

*** ΒΛΕΠΕ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ IV**

φύλλα A3 ή μεγάλα χαρτιά πίνακα
στιλό ή μολύβια
μαρκαδόροι
ερωτήσεις για την παντομίμα
φάκελοι



Η συνάντηση αυτή είναι από τις πιο ουσιαστικές και σημαντικές, γιατί τα παιδιά έχουν τη δυνατότητα να πάρουν πληροφόρηση σχετικά με τη ζωή στο γυμνάσιο: μαθήματα, πρόγραμμα, απουσίες κτλ. Όμως η συνάντηση αυτή χρειάζεται έγκαιρη προετοιμασία.

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να συνομιλήσουν με τους ανθρώπους του σχολείου [διευθυντής – καθηγητές – μαθητές] για να μάθουν χρήσιμες πληροφορίες για το γυμνάσιο και να λύσουν σχετικές απορίες.
- Να εξοικειωθούν με τους χώρους του νέου σχολείου.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1° βήμα****Επικοινωνία με το γυμνάσιο**

Τηλεφωνική επικοινωνία και συνεννόηση με το γυμνάσιο.

Είναι αναγκαίο να πραγματοποιηθεί μια πρώτη επίσκεψη γνωριμίας του/της δασκάλου/ας με τον/τη γυμνασιάρχη, ώστε από κοινού να ορίσουν την κατάλληλη ημερομηνία και το πώς θα οργανωθεί η επίσκεψη των μαθητών.

Θεωρούμε σημαντικό να έχει οριστεί κάποιος που θα υποδεχθεί τα παιδιά, να έχουν οριστεί οι χώροι που θα επισκεφθούν, ο χώρος όπου θα γίνει η συζήτηση και οι άνθρωποι που θα τους μιλήσουν. Η συμμετοχή και μαθητών γυμνασίου, οι οποίοι θα καταθέσουν την εμπειρία τους, είναι βοηθητική και συμβάλλει στο να γίνει πιο μεστή η συζήτηση. Επίσης, οι επισκέπτες μαθητές μπορούν να μπουν σε αίθουσα και να παρακολουθήσουν τη διδασκαλία μαθημάτων της α' γυμνασίου.

2° βήμα**Προετοιμασία μαθητών**

Είναι βοηθητικό να έχει προηγηθεί μία προετοιμασία με τους μαθητές. Καλό θα είναι να έχει σκεφτεί ο καθένας ερωτήσεις και απορίες που θέλει να θέσει και να τις καταγράψουν ως τάξη ώστε να τις θέσουν στη συνάντηση εκεί.

3° βήμα**Επίσκεψη στο γυμνάσιο**

Τονίζουμε ότι το πιο σημαντικό κομμάτι σε αυτό το βήμα είναι να γίνει, εκτός από την ξενάγηση στους

χώρους του σχολείου ή/και την παρακολούθηση κάποιων μαθημάτων, μια κουβέντα με τα παιδιά σε ήσυχο μέρος ώστε να μπορέσουν να θέσουν τα ερωτήματά τους και να γίνει συζήτηση.



**ΣΤΟΧΟΙ:**

- Να μοιραστούν την εμπειρία και τα συναισθήματά τους από την επίσκεψή τους στο γυμνάσιο.
- Να διαπιστώσουν ομοιότητες και διαφορές μεταξύ δημοτικού και γυμνασίου.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1 Καλωσόρισμα**

[ολομέλεια]



Καθένας και καθεμιά αναφέρει ένα συναισθημα, με τι διάθεση έρχεται στη συνάντηση.

2 Συζήτηση

[ολομέλεια]



Δίνουμε χρόνο ώστε, αν είναι εφικτό, όλα τα παιδιά να εκφραστούν σχετικά με την επίσκεψη στο γυμνάσιο: πώς τους φάνηκε, πώς ένιωσαν, τι τους έκανε εντύπωση.

3 Χωρισμός σε μικρές ομάδες

[βλέπε Παράρτημα I]

4 Ομοιότητες και διαφορές δημοτικού και γυμνασίου

[στις μικρές ομάδες]



Συζητούν και καταγράφουν με έναν δημιουργικό τρόπο τις ομοιότητες και τις διαφορές δημοτικού και γυμνασίου.

5 Παρουσίαση εργασιών των μικρών ομάδων – Συζήτηση

[ολομέλεια]



Οι μαθητές παρουσιάζουν τα συμπεράσματα των ομάδων. Σύνθεση των απαντήσεων και συζήτηση: υπάρχουν κοινά, αλλά υπάρχουν και διαφορές. Το γυμνάσιο είναι η συνέχεια του δημοτικού, και ακόμα κι αν σε κάποιους φαντάζει δύσκολο, είναι μια νέα αρχή και ένα ξεκίνημα μιας νέας φάσης ζωής.

Στο σημείο αυτό θα μπορούσε να γίνει και η σύνδεση με τα παραγόμενα των μαθητών της δεύτερης συνάντησης «Σενάρια γυμνασίου».

Οι ομοιότητες και οι διαφορές δημοτικού-γυμνασίου, που

παρουσιάζονται, καταγράφονται ταυτόχρονα από τον/την εκπαιδευτικό σε μεγάλο χαρτί και αναρτώνται στην τάξη.

6

Κλείσιμο

[ολομέλεια]

10'

Καλούμε τους μαθητές να πουν μια λέξη, ένα συναίσθημα, πώς φεύγουν από τη συνάντηση.



32

ΥΛΙΚΑ

φύλλα A4
φύλλα A3 ή μεγάλα χαρτιά πίνακα
στιλό ή μολύβια
μαρκαδόροι

**ΣΤΟΧΟΙ:**

- Να κατανοήσουν τις αλλαγές [σωματικές και ψυχολογικές] που τους συμβαίνουν μπαίνοντας στην εφηβεία.
- Να εκφράσουν συναισθήματα και απορίες σχετικά με αυτή τη διαδικασία αλλαγών.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1 Καλωσόρισμα**

[ολομέλεια]



10'

Καθένας και καθεμιά αναφέρει ένα συναισθημα, με τι διάθεση έρχεται στη συνάντηση.

Αναφέρουμε ότι στη συνάντηση θα έχουμε την ευκαιρία να συζητήσουμε για ένα σοβαρό θέμα, την εφηβεία, κάτι που συνήθως προκαλεί αμηχανία και διακινεί συναισθήματα. Είναι σημαντικό να προσεγγίσουμε το θέμα με σοβαρότητα και σεβασμό ώστε να εκφράσουμε αυτά που μας απασχολούν, οπότε έτσι να κερδίσουμε όλοι.

Εξηγούμε ότι στη συνάντηση αυτή θα δουλέψουμε ατομικά, σε δυάδες, σε μικρές ομάδες και σε ολομέλεια, και θυμίζουμε αρχές του συμβολαίου μας που θα μας διευκολύνουν.

2 Ερωτηματολόγιο

[ατομικά]



10'

Το κάθε παιδί παίρνει ένα ερωτηματολόγιο* και το συμπληρώνει. Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να αφιερώσουν χρόνο στο να το σκεφτούν και να το συμπληρώσουν με ειλικρίνεια. Τονίζουμε ότι από αυτά που θα σημειώσουν, θα μοιραστούν με τους/τις συμμαθητές/συμμαθήτριές τους μόνο αυτά που θέλουν και αισθάνονται άνετα να πουν.

3 Χωρισμός σε δυάδες

5'

[βλέπε Παράρτημα Ι]

4 Σχετικά με το ερωτηματολόγιο

[στις δυάδες]



15'

Μοιράζονται ό,τι αισθάνονται άνετα από τα ερωτηματολόγιά τους. Εκφράζουν πώς νιώθουν.

[ολομέλεια]

Όσες δυάδες θέλουν παρουσιάζουν τις ομοιότητες και τις

διαφορές τους.

5 Δημιουργία αφίσας

[οι δυάδες γίνονται τετράδες]

20' Το κάθε ζευγάρι μεταφέρει ό,τι θέλει από τη συζήτησή τους. Συζητούν:

- Τι αλλαγές παρατηρούν;
- Πώς νιώθουν με αυτές τις αλλαγές;

Αφού μιλήσουν όλοι και συζητήσουν, ετοιμάζουν μία αφίσα με θέμα «ΜΕΓΑΛΩΝΩ».



34

6 Παρουσίαση εργασιών των μικρών ομάδων – Συζήτηση

[ολομέλεια]

20' Οι ομάδες παρουσιάζουν τις αφίσες τους. Σύνθεση των απαντήσεων και συζήτηση:

- ◆ Όλοι μεγαλώνουμε, αυτό είναι απόλυτα φυσιολογικό. Καθένας έχει έναν δικό του ρυθμό να μεγαλώνει.
- ◆ Η εφηβεία φέρνει αλλαγές σε σωματικό, πνευματικό, ψυχολογικό επίπεδο, καθώς από παιδιά γινόμαστε ενήλικες.
- ◆ Διαφοροποίηση στα δύο φύλα.
- ◆ Οι αλλαγές μάς δημιουργούν ανάμεικτα συναισθήματα.
- ◆ Το να μεγαλώνεις όμως είναι υπέροχο.

7 Κλείσιμο.

[ολομέλεια]

10' Καλούμε τους μαθητές να πουν μια λέξη, ένα συναίσθημα, πώς φεύγουν από τη συνάντηση.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 1

Τα ερωτηματολόγια είναι προσωπικά και τα κρατούν τα παιδιά.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ 2

Ο χωρισμός σε ζευγάρια και μικρές ομάδες μπορεί να γίνει με βάση το φύλο.

ΥΛΙΚΑ

* ΒΛΕΠΕ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ V

ερωτηματολόγια
στιλό ή μολύβια
φύλλα A4
φύλλα A3 ή μεγάλα χαρτιά πίνακα
μαρκαδόροι

**ΣΤΟΧΟΙ:**

- Να ξαναδούμε βασικά σημεία του προγράμματος.
- Να αξιολογήσουμε την πορεία των μαθητών.
- Να κλείσουμε συναισθηματικά το πρόγραμμα.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:

1 Καλωσόρισμα

[ολομέλεια]



10'

Καθένας και καθεμία αναφέρει ένα συναίσθημα, με τι διάθεση έρχεται στη συνάντηση.

Αναφέρουμε ότι είναι η τελευταία συνάντηση του προγράμματος.

Αναρτούμε το διάγραμμα διαδικασίας*.



Εξηγούμε τον τρόπο που θα δουλέψουμε: θα χωριστούμε σε 5 ομάδες και θα περάσουμε 5 «δοκιμασίες» που θα μας βοηθήσουν να ξαναδούμε τι συζητήσαμε στο πρόγραμμα και να κλείσουμε τις συναντήσεις.

2 Χωρισμός σε 5 μικρές ομάδες

[βλέπε Παράρτημα Ι]



5'

Κάθε ομάδα διαλέγει 1 από τα 5 χρώματα του διαγράμματος της διαδικασίας.

Κάθε φορά θα δουλεύουμε στις δοκιμασίες, ατομικά ή στις μικρές μας ομάδες (ανάλογα με τη δοκιμασία) και στη συνέχεια θα παρουσιάζουμε στην ολομέλεια τα αποτελέσματα της δουλειάς μας. Η σειρά παρουσίασης ορίζεται από τα χρώματα.

3



15'

Κακό και καλό νέο

[στις μικρές ομάδες]

Με αφορμή όλα όσα συζητήσαμε σε αυτές τις συναντήσεις, αποφασίζουν σε τι θα εστιάσουν και φτιάχνουν 3 προτάσεις

με τον εξής τρόπο: «Το κακό νέο είναι... αλλά το καλό νέο είναι...».

Π.χ., το κακό νέο είναι ότι πηγαίνοντας στο γυμνάσιο θα χάσω τους φίλους μου, αλλά το καλό νέο είναι ότι θα βρω καινούριους.

[ολομέλεια]

Παρουσιάζουν. Σύντομη σύνθεση του συντονιστή.



4



Ετοιμάζουμε βαλίτσες

10' [στις μικρές ομάδες]

Συζητούν και καταγράφουν: «Τι κερδίσαμε στο δημοτικό και παίρνουμε μαζί μας τώρα στο γυμνάσιο;».

[ολομέλεια]

Παρουσιάζουν. Σύντομη σύνθεση του συντονιστή.

5



Το ΓΥΜΝΑΣΙΟ της τάξης μας

20' [στις μικρές ομάδες]

Ξαναμοιράζουμε τις ακρο/μεσοστιχίδες ΓΥΜΝΑΣΙΟ της δεύτερης συνάντησης.

Το κάθε παιδί ξαναβλέπει τη δική του και κάνει, αν θέλει, αλλαγές. Στη συνέχεια τις παρουσιάζουν στη μικρή τους ομάδα.

Ως ομάδα και χρησιμοποιώντας λέξεις από τις δικές τους ακρο/μεσοστιχίδες ή άλλες, που σε αυτή τη φάση έχουν νόημα για τους ίδιους, φτιάχνουν την κοινή ακρο/μεσοστιχίδα ΓΥΜΝΑΣΙΟ.

[ολομέλεια]

Οι μικρές ομάδες παρουσιάζουν τις ακρο/μεσοστιχίδες τους.

Όλοι μαζί φτιάχνουμε την ακρο/μεσοστιχίδα ΓΥΜΝΑΣΙΟ της τάξης, επιλέγοντας λέξεις από τις προτάσεις των μικρών ομάδων. Καθένας και καθεμιά επιλέγει και ψηφίζει τις λέξεις που του ταιριάζει πιο πολύ, ανεξάρτητα από το τι πρότεινε πριν στις μικρές του ομάδες.

Αναρτούμε την ακρο/μεσοστιχίδα ΓΥΜΝΑΣΙΟ στην τάξη.

6



Σου χαρίζω...

10' [ολομέλεια]

Ο καθένας και η καθεμιά δίνει στον διπλανό/ή του από τα δεξιά ή τα αριστερά [ανάλογα ποια φορά θα διαλέξουμε] μία ευχή/δώρο για τώρα που αποχωρίζονται και θα πάνε στο γυμνάσιο.

Η ευχή/δώρο δίνονται προσωπικά και δυνατά ώστε όλοι να ακούμε. Είναι σημαντικό να ακουστούν όλες οι ευχές από όλους.

7



10'  **Ζωντανός σύνδεσμος**
[ολομέλεια]


Στόχος είναι όλα τα παιδιά να ενωθούν σε έναν κύκλο. Ξεκινά ένας/μία μαθητής/τρια και καλεί κάποιον/α με τον/την οποίο/α έχουν κάτι κοινό: «Καλώ τον/την... που μας συνδέει...». Με τον ίδιο τρόπο συνεχίζεται η διαδικασία ώστε όλοι και όλες να μπουν στον κύκλο και ο κύκλος να κλείσει με την ίδια λογική, δηλαδή να αναφερθεί τι συνδέει τα δύο παιδιά, το πρώτο και το τελευταίο.



37

8

Κλείσιμο

10'  Σε αυτόν τον κύκλο γίνεται και το κλείσιμο των συναντήσεων από τον/την εκπαιδευτικό, λέγοντας λίγα λόγια για την πορεία των παιδιών σε αυτές και τονίζοντας ότι όλα όσα έχουν ζήσει μαζί είναι πάντα δικά τους και δεν χάνονται ποτέ.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Στα βήματα 6 και 7, η δραστηριότητα ξεκινά από μέλος της ομάδας που έχει το αντίστοιχο χρώμα. Τα μέλη της ομάδας αποφασίζουν ποιος/ποια θα ξεκινήσει.

ΥΛΙΚΑ

*** ΒΛΕΠΕ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ VI**

διάγραμμα διαδικασίας
στιλό ή μολύβια
φύλλα A4
μαρκαδόροι
μεγάλο χαρτί πίνακα



Η συνάντηση αυτή είναι ακόμα μία ευκαιρία ώστε τα παιδιά να αφομοιώσουν γνώσεις και εφόδια που άντλησαν από το πρόγραμμα. Η συνάντηση αυτή χρειάζεται προετοιμασία: θα πρέπει να προβλέψουμε ώρες εργασίας για την οργάνωση της συνάντησης από τους μαθητές.

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να ενημερωθούν οι γονείς από τα ίδια τα παιδιά για το περιεχόμενο του προγράμματος, τους στόχους του και το τι κατάλαβαν και βίωσαν τα ίδια.
- Να ευαισθητοποιηθούν οι γονείς και να αναγνωρίσουν τους προβληματισμούς, τα συναισθήματα και τις δυσκολίες των παιδιών σχετικά με αυτό το πέρασμα.

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ:**1° βήμα****Πρόσκληση**

Ορίζουμε πότε θα παρουσιάσουμε το πρόγραμμα. Τα παιδιά δημιουργούν μια πρόσκληση προς τους γονείς τους στην οποία θα αναγράφονται η μέρα, ο τόπος και η διάρκεια της παρουσίασης.

2° βήμα**Προετοιμασία μαθητών**

Οι μαθητές χωρίζονται σε μικρές ομάδες και η κάθε ομάδα αναλαμβάνει να προετοιμάσει την παρουσίαση μίας ή δύο συναντήσεων του προγράμματος.

Είναι βοηθητικό στην αρχή να υπενθυμίσουμε ξανά τη θεματολογία γιατί μέσα στον χρόνο μπορεί κάποια πράγματα να έχουν ξεχαστεί.

Είναι σημαντικό να συμμετέχουν όλοι οι μαθητές στην παρουσίαση και ο κάθε μαθητής/μαθήτρια να επιλέξει σε ποια συνάντηση θέλουν να δουλέψει.

Για τον τρόπο της παρουσίασης αφήνουμε τα παιδιά να αποφασίσουν.

Στην παρουσίαση θα χρησιμοποιήσουν και το υλικό που έχει παραχθεί στη διάρκεια του προγράμματος, το οποίο μπορεί να είναι ήδη τοιχοκολλημένο στην τάξη.

3° βήμα Παρουσίαση στους γονείς

Την ημέρα της παρουσίασης διαμορφώνουμε τον χώρο και πάλι σε κύκλο. Στον κύκλο καθόμαστε όλοι: μεγάλοι και μικροί.

Ο/η εκπαιδευτικός κάνει μια μικρή εισήγηση για το πρόγραμμα, τους στόχους του και τη δική του εμπειρία.

Κάθε ομάδα παρουσιάζει τις συναντήσεις που έχει επιλέξει. Είναι απαραίτητο να παρουσιαστούν με τη σειρά που πραγματοποιήθηκαν.

Όταν ολοκληρωθεί η παρουσίαση όλων των συναντήσεων, ο/η εκπαιδευτικός συμπληρώνει, αν χρειάζεται, και οι γονείς μπορούν να απευθύνουν κάποια ερωτήματα ή να αναφέρουν τους προβληματισμούς τους.

Τέλος, καλούμε όλους να μιλήσουν για το πώς τους φάνηκε αυτή η συνάντηση.



**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα

**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα I

Τρόποι χωρισμού σε μικρές ομάδες και ζευγάρια

Τρόποι χωρισμού σε ζευγάρια και μικρές ομάδες



Χωρίζουμε τους μαθητές σε 3 ή περισσότερες μικρές ομάδες των 3 έως 5 μελών, ανάλογα τον αριθμό των παιδιών του τμήματος.

Αποφασίζουμε πόσες ομάδες θα φτιάξουμε. Όσες είναι οι ομάδες τόσα θα είναι και τα ίδια «συστατικά» ή έχουμε τόσα διαφορετικά «συστατικά» όσα τα μέλη της κάθε ομάδας.

Χρησιμοποιούμε όποια φρούτα, λαχανικά, φυτά, λουλούδια, αριθμούς, χρώματα ή ό,τι άλλο επιθυμούμε για να φτιάξουμε αντίστοιχα φρουτοσαλάτες, χωριάτικη σαλάτα, μπουκέτα λουλουδιών κτλ.

Δίνουμε την οδηγία προφορικά, ή εναλλακτικά μπορούμε να έχουμε αυτοκόλλητα με τις εικόνες ή τα χρώματα που θέλουμε και να τις κολλάμε στα χέρια, στην πλάτη ή στο μέτωπο των παιδιών, ώστε να σχηματίσουν τις ομάδες τους.

Επίσης μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε παζλ ή και να τα φτιάξουμε μόνοι μας από εικόνες. Τα κομμάτια της κάθε εικόνας εξαρτώνται από τον αριθμό των μελών που θέλουμε να έχει η κάθε ομάδα.

Ένας άλλος τρόπος είναι να ετοιμάσουμε κλήρους:

- χρωματιστά χαρτόνια
- ίδιες λέξεις, αντικείμενα, ζώα, λουλούδια κτλ.

Με τον ίδιο τρόπο μπορούμε να χωρίσουμε τους μαθητές και σε ζευγάρια, χρησιμοποιώντας κλήρους ή εικόνες με αντίθετες λέξεις, ζευγάρια από ταινίες ή κινούμενα σχέδια, ίδιες λέξεις, αντικείμενα, ζώα, λουλούδια κτλ.

**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα II

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 3 - Πειρασμοί και αποφάσεις I

Φάε το γλυκάκι και
πείσε τους άλλους
να κάνουν το ίδιο!

Μη φας το γλυκάκι και
πείσε τους άλλους
να κάνουν το ίδιο!



Φάε το γλυκάκι και
πείσε τους άλλους
να κάνουν το ίδιο!

Μη φας το γλυκάκι και
πείσε τους άλλους
να κάνουν το ίδιο!



Φάε το γλυκάκι και
πείσε τους άλλους
να κάνουν το ίδιο!

Μη φας το γλυκάκι και
πείσε τους άλλους
να κάνουν το ίδιο!

παρατηρώ

σκέφτομαι
τα θετικά

σκέφτομαι
τα αρνητικά



αποφασίζω
τι θέλω να κάνω

δρω
με βάση
την απόφασή μου



**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα III

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 4 - Πειρασμοί και αποφάσεις II

“ Κάθε απόγευμα συναντώ τους φίλους μου από το γυμνάσιο στο πάρκο της γειτονιάς. Καθόμαστε, λέμε τα νέα μας, περνάμε καλά. Στη χθεσινή μας συνάντηση, δυο από τα παιδιά άρχισαν να καπνίζουν. Μου πρόσφεραν κι εμένα, αλλά αρνήθηκα και με είπαν «μαμόθρεφτο».

Προσπάθησα να τους εξηγήσω ότι το να καπνίζει κανείς δεν είναι μαγκιά και βλάπτει σοβαρά την υγεία.

Εκείνοι επέμεναν ότι είμαστε στο γυμνάσιο πια και πρέπει να μεγαλώσω. Ούτε είναι ανάγκη να κάνω το καλό παιδί και να ακούω τόσο τους γονείς μου.

Την επόμενη μέρα στο παρκάκι δεν μου έδωσαν σημασία.”

**Βάλτε τον εαυτό σας στη θέση του παιδιού που μιλάει.
Πώς νομίζετε ότι νιώθει;**



Τι νομίζετε ότι θα κάνει;



Εσείς τι του προτείνετε;



// Χθες συνομιλούσα πάλι στο facebook με τους καινούριους συμμαθητές μου από το γυμνάσιο και έλαβα ένα μήνυμα.

Μου ζήτησαν να ανεβάσω στον τοίχο μου ένα κοροϊδευτικό μήνυμα για τον σπασίτλα της τάξης μας, που κάνει τον έξυπνο και είναι το καλό παιδί των καθηγητών.

Μου γράφουν ότι θα το κάνουμε για πλάκα.

Είναι σίγουροι ότι συμφωνώ... //

Βάλτε τον εαυτό σας στη θέση του παιδιού που μιλάει. 
Πώς νομίζετε ότι νιώθει;

Τι νομίζετε ότι θα κάνει; 

Εσείς τι του προτείνετε; 

**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα IV

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 5 - Εγώ και οι φίλοι μου

①

Πώς δείχνω σε κάποιον
τη φιλία μου;



②

Πότε χρειάστηκα
τη βοήθεια ενός φίλου;



③

Τι κάνω σε περίπτωση
διαφωνιών;



④

Μπορώ να αντιμετωπίσω
ένα πρόβλημα στη φιλία
χωρίς να τη διακόψω;

**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα V

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 8 - Μεγαλώνουμε

Απάντησε στις ερωτήσεις

Ποιες αλλαγές έχεις δει
στο σώμα σου
τα τελευταία χρόνια;

Ποιες αλλαγές έχεις δει
στον χαρακτήρα σου
τα τελευταία χρόνια;

Τι μπορείς να κάνεις
τώρα, που δεν μπορούσες
πριν από 5 χρόνια;

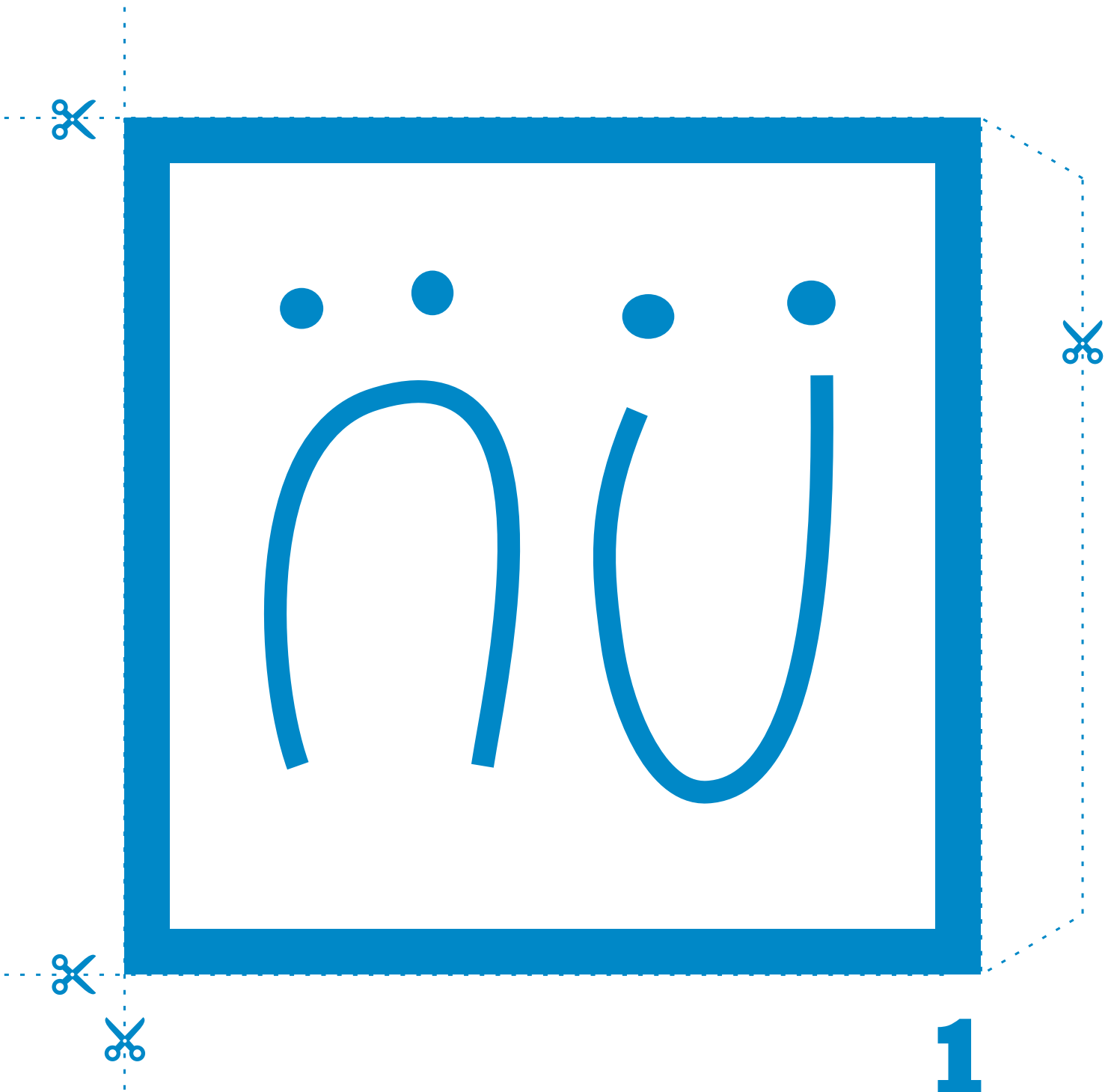
Υπάρχουν κάποια στοιχεία
που δεν αλλάζουν ποτέ;

**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

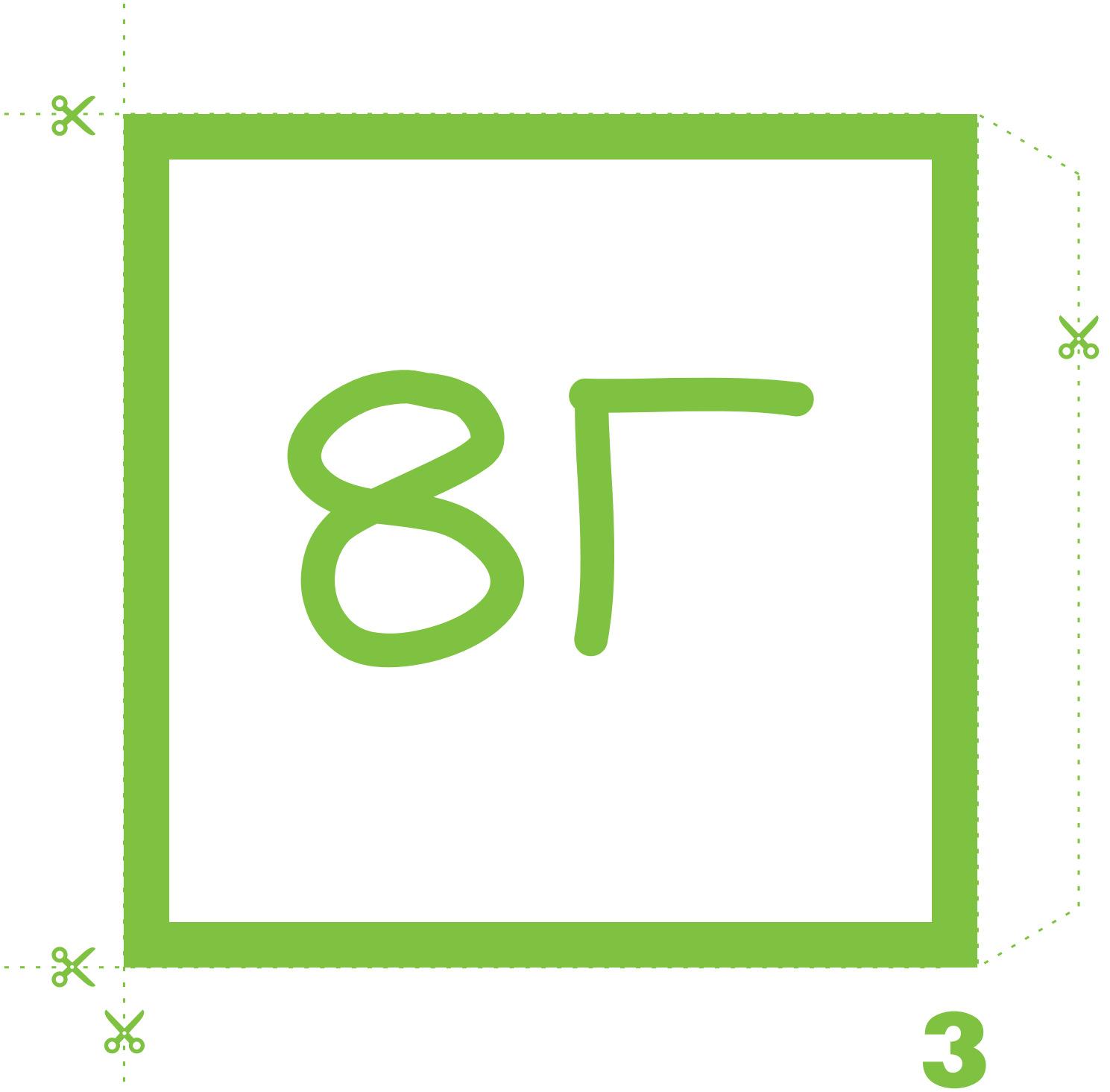
παράρτημα VI

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ 9 - Αποχαιρετούμε και προχωρούμε

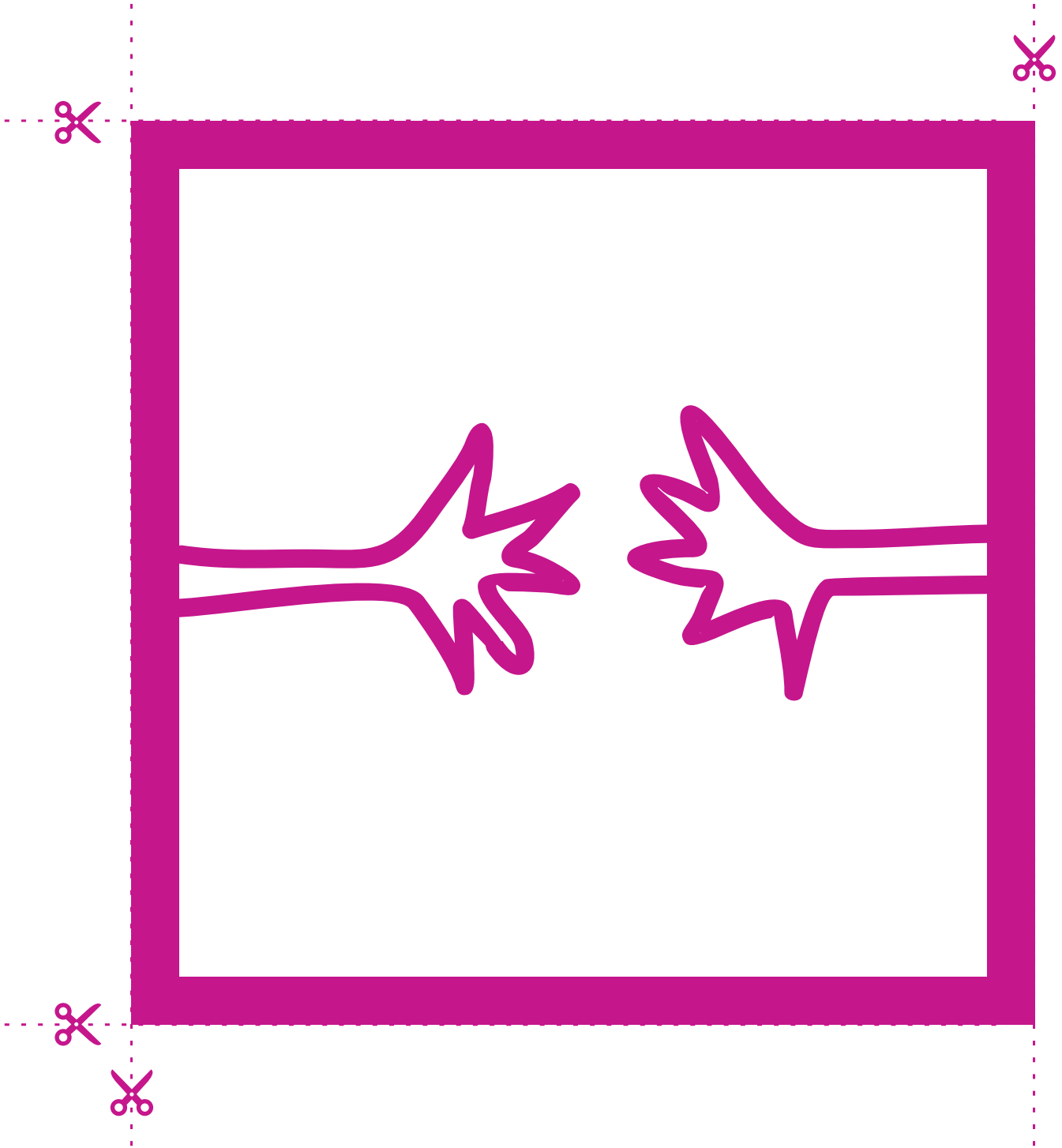
Συναρμολογούμε το διάγραμμα διαδικασίας













**Γυμνάσιο
Ερχόμαστε!**

παράρτημα VII

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Λέω τη γνώμη μου για το πρόγραμμα των 10 συναντήσεων...



- Το πρόγραμμά μου άρεσε
ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥ ΑΡΚΕΤΑ ΛΙΓΟ ΚΑΘΟΛΟΥ
- Αυτό που μου άρεσε περισσότερο.....
- Αυτό που δεν μου άρεσε.....
- Σε αυτό το πρόγραμμα έμαθα πράγματα
ΠΑΡΑ ΠΟΛΛΑ ΠΟΛΛΑ ΑΡΚΕΤΑ ΛΙΓΑ ΚΑΘΟΛΟΥ
- Μερικά πράγματα που έμαθα:
- Αυτά που έμαθα εκτιμώ ότι θα με βοηθήσουν στην προσαρμογή μου στο γυμνάσιο
ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ ΠΟΛΥ ΑΡΚΕΤΑ ΛΙΓΟ ΚΑΘΟΛΟΥ
- Το πιο σημαντικό για την προσαρμογή μου στο γυμνάσιο, κατά τη γνώμη μου, είναι:
- Κάτι άλλο που θα ήθελα να μάθω:
- Με τους συμμαθητές μου στις συναντήσεις αυτές ένιωσα...
- Με δυσκόλεψε...
- Γι' αυτές τις συναντήσεις έχω να προτείνω...
- Ημερομηνία: / /  

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ



60

ΒΙΒΛΙΑ

Αρχοντάκη Ζ., Φιλίππου Δ., *205 βιωματικές ασκήσεις για εμπύχωση ομάδων*. Αθήνα: Καστανιώτης, 2003.

Αβέρωφ-Ιωάννου Τ., *Μαθαίνοντας τα παιδιά να συνεργάζονται: ομαδικές ασχολίες και παιχνίδια για παιδιά του Δημοτικού*. Αθήνα: Θυμάρι, 1983.

Van der Stel J., Voordewind D., *Εγχειρίδιο Πρόληψη: οινοπνευματώδη, ναρκωτικά και καπνός*. Αθήνα: ΕΠΙΨΥ, ΟΚΑΝΑ, 1999.

Βλέπω το σημερινό κόσμο: πολυθεματικό βιβλίο δημοτικού σχολείου για την ευέλικτη ζώνη. Αθήνα: ΟΕΔΒ, 2010.

Βλέπω το σημερινό κόσμο: δημιουργικές διαθεματικές δραστηριότητες για την ευέλικτη ζώνη του δημοτικού σχολείου. Αθήνα: ΟΕΔΒ, 2010.

Μετάβαση και συνέχεια στην εκπαίδευση: θεωρητικές και ερευνητικές προσεγγίσεις (συλλογικό). Αθήνα: ΔΙΣΙΓΜΑ, 2014.

Miller B., *Χτίζοντας μια καλύτερη σχέση με τα παιδιά στην τάξη*. Θεσσαλονίκη: Κέντρο UNESCO, 2002.

Plummer D.M., *Παιχνίδια αυτοεκτίμησης για παιδιά*. Αθήνα: Πατάκης, 2009.

Prévenir la violence à l'école: l'importance des compétences psychosociales / sous la dir. Non-Violence actualité. Montargis: nva, 2006.

Τριλίβα Σ., Αναγνωστοπούλου Τ., *Βιωματική μάθηση: ένας πρακτικός οδηγός για εκπαιδευτικούς και ψυχολόγους*. Αθήνα: Τόπος, 2008.

Τσιάντης Ι., *Βασική Παιδοψυχιατρική: εφηβεία*. Αθήνα: Καστανιώτης, 1998.

Weare-Gay Gray, *Η προαγωγή της ψυχικής και συναισθηματικής υγείας στο σχολείο*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα, 2000.

ΑΡΘΡΑ

Βούλγαρης Σ., Ματσαγγούρας Η., «Η μετάβαση από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο: μελέτη ψυχολογικών και μαθησιακών παραμέτρων του σχολικού

περιβάλλοντος στο Γυμνάσιο», στο *Πρακτικά Συνεδρίου Σχολής Επιστημών Αγωγής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων: «Η Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση και οι προκλήσεις της εποχής μας»*, Ιωάννινα, 2007.

Τσιώτρα Σ., «Ενίσχυση του παιδιού κατά το μεταβατικό στάδιο από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο», στο *Εξαρτήσεις*, τ.16, 2010, 78-97.

Κάτσικας Χ., «Ο φόβος του πρωτάρη στο Γυμνάσιο», στο εφημερίδα *Τα Νέα*, 11/11/2009.

Ξυθάλη Β., Σαλτερής Ν., «Η μετάβαση στο Γυμνάσιο: διερευνώντας απόψεις της εκπαιδευτικής κοινότητας και πρακτικές στήριξης της μετάβασης σε Δημοτικά Σχολεία του Πειραιά», στο *Πρακτικά Συνεδρίου Παιδαγωγικού Τμήματος Προσχολικής Εκπαίδευσης Πανεπιστημίου Κρήτης: «Μετάβαση και συνέχεια στην εκπαίδευση. Αναζητώντας πλαίσιο για τη συνεργασία των παιδιών, νέων, οικογένειας, εκπαιδευτικών ιδρυμάτων και κοινωνικών φορέων»*, Ηράκλειο, 2009.

Rimm-Kaufmann S.E., Rianta R.C., «An ecological perspective on the transition to kindergarden: A theoretical framework to guide empirical research», στο *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21, 5, 2000, 491-511.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΥΛΙΚΑ

Αγγίζοντας τον κύκλο. Πάτρα: ΚΠ Ν. Αχαΐας-Κίνηση Πρόταση, 2003.

Αγωγή Υγείας-Διαπροσωπικές Σχέσεις 11-14 ετών. Αθήνα: ΥΠΕΠΘ-ΚΕΘΕΑ-ΕΨΥΠΕ, 2000.

Breton M., Catto S., Menétrey A.-C., *Papillagou et les enfants de Croque-Lune*. Dijon: CDPA 21/ ISPA, 1997 [μτφρ.-απόδοση Μ. Μαμιδάκη, υπό έκδοση].

Δεξιότητες για παιδιά του Δημοτικού. Αθήνα: TACADE-ΚΕΘΕΑ, 1998.

Λυμπέρη Π., Νικολιδάκη Ε., Χαβιάρα Α., *Μεγαλώνω και αλλάζω: πρόγραμμα ανάπτυξης δεξιοτήτων για παιδιά Στ' Δημοτικού*, Παρουσίαση στο πλαίσιο εκπαιδευτικών συναντήσεων Διαύλου-21/01/2011, ΚΠ «Άρηξας», Αγίας Βαρβάρας-Αιγάλεω-Χαϊδαρίου, 2011.

