

## **Πρόγραμμα αγωγής υγείας – Ενδοσχολική βία και εκφοβισμός Τίτλος προγράμματος : «Η μικρή Ελένη κάθεται και κλαίει»**

Συντονίστρια εκπαιδευτικός : Παπαστεργίου Ευαγγελία

Η βία στα σχολεία, αποτελεί ένα σύγχρονο κοινωνικό φαινόμενο το οποίο για δεκαετίες έχει απασχολήσει ερευνητές, επιστήμονες και κυβερνήσεις. Η βία μπορεί να είναι είτε σωματική είτε ψυχολογική. Ορίζεται ως η συστηματική επιθετική συμπεριφορά και κατάχρηση της δύναμης σε όλων των ειδών τις σχέσεις. Είναι η απρόκλητη, επαναλαμβανόμενη βίαιη συμπεριφορά κάποιου αλλά και το σύνολο των δράσεων και ενεργειών του, που έχουν σκοπό να βλάψει ή να τραυματίσουν κάποιον άλλον (Μουταφίδου, Μέλλιου & Μπράτιτσης, 2014; Νικολάου, 2014).

Οι επιπτώσεις αυτών είναι σοβαρότατες και είναι ικανές να επηρεάσουν την ψυχολογική και τη συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών. Οι μαθητές που έχουν βιώσει σχολικό εκφοβισμό, μπορεί να αντιμετωπίσουν προβλήματα όπως είναι η αύξηση του άγχους, η μείωση της αυτοπεποίθησης αλλά και η απώλεια του ενδιαφέροντος για το σχολείο. Επίσης, εάν η βία εκδηλώνεται με σωματική μορφή, μπορεί να έχει και φυσικές συνέπειες (Μουταφίδου, Μέλλιου & Μπράτιτσης, 2014).

Η σύγχρονη εκπαιδευτική πολιτική που ακολουθούν πλέον τα νηπιαγωγεία, αλλά και όλες οι εκπαιδευτικές βαθμίδες και μονάδες, επιδιώκουν την καταπολέμηση και την εξάλειψη των βίαιων και κακοποιητικών συμπεριφορών, μέσω του σχεδιασμού προγραμμάτων πρόληψης και διαχείρισης της σχολικής βίας. Ανώτερος στόχος των συγκεκριμένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων, συντελεί η μάθηση του τρόπου συμπεριφοράς των μαθητών, η εξάλειψη των εκδηλώσεων επιθετικών συμπεριφορών βίας αλλά και η ανάπτυξη της δεξιοτήτας της ενσυναίσθησης και η καλλιέργεια της συναισθηματικής νοημοσύνης (Πουρσανίδου, 2016).

### **Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα**

Μέσα από τις δραστηριότητες που θα ακολουθήσουν, στοχεύουμε στη δημιουργία μιας πιο ανοικτής, συμπονετικής και συνεργατικής ατμόσφαιρας στο σχολικό περιβάλλον. Όλες οι δραστηριότητες, εστιάζουν στην ανάπτυξη και εξέλιξη των μαθητών στον γλωσσικό και επικοινωνιακό τομέα. Τα προσδοκώμενα αποτελέσματα από αυτές τις δραστηριότητες είναι τα εξής:

1. Κατανόηση και αποδοχή: Μέσω των ποικίλων δραστηριοτήτων, τα παιδιά μπορούν να αναπτύξουν την κατανόηση τους για τις διαφορετικές εμπειρίες και τα συναισθήματα των άλλων. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε πιο ευαίσθητες και συναισθηματικά εξελιγμένες σχέσεις μεταξύ τους.

2. Δημιουργία φιλίας και αλληλεγγύης: Μέσω των δραστηριοτήτων που εστιάζουν στην αντιμετώπιση του ενδοσχολικού εκφοβισμού και της συναισθηματικής υποστήριξης, τα παιδιά μπορεί να μάθουν να αναγνωρίζουν τη σημασία της φιλίας και της αλληλεγγύης.

3. Ενίσχυση της επικοινωνίας: Μέσα από τη συζήτηση, τη δραματοποίηση και τη δημιουργική έκφραση, τα παιδιά μπορούν να βελτιώσουν τις δεξιότητες τους στην επικοινωνία και να μάθουν να εκφράζουν τα συναισθήματά τους.

4. Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης: Μέσα από τη συμμετοχή σε δραστηριότητες που ενισχύουν την αυτοεκτίμηση και την αποδοχή του εαυτού τους, τα παιδιά μπορεί να αναπτύξουν μια πιο θετική εικόνα για τον εαυτό τους αλλά και τους άλλους.

5. Κοινωνική ευαισθητοποίηση: Μέσω της επίγνωσης και της αντιμετώπισης των θεμάτων του ενδοσχολικού εκφοβισμού και της βίας, τα παιδιά μπορούν να γίνουν πιο ευαισθητοποιημένα στα κοινωνικά θέματα και να αναπτύξουν δεξιότητες για την αντιμετώπισή τους.

Συνολικά, εκτός της εξάλειψης του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού, επιδιώκεται η δημιουργία ενός περιβάλλοντος που να προάγει την καλή συμπεριφορά, τη συναισθηματική ευημερία και την κοινωνική ευαισθητοποίηση.

### 1<sup>η</sup> Φάση

Τίτλος: “Η μικρή Ελένη κάθεται και κλαίει”

Στόχοι:

- Ευαισθητοποίηση και κατανόηση του φαινομένου του ενδοσχολικού εκφοβισμού. Μέσω της αφήγησης της ιστορίας της Ελένης και των δραστηριοτήτων που ακολούθησαν, τα παιδιά ανακαλύπτουν τι σημαίνει ο ενδοσχολικός εκφοβισμός, πώς επηρεάζει τα άτομα που τον υφίστανται και ποια μπορούν να είναι τα αίτια και οι επιπτώσεις του.
- Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης. Τα παιδιά ερευνούν τις συναισθηματικές αντιδράσεις και τις κοινωνικές καταστάσεις που αντιμετωπίζουν οι χαρακτήρες της ιστορίας με την οποία ασχολούμαστε και αναπτύσσουν την ικανότητα να εκφράζουν τα συναισθήματά τους και να επικοινωνούν με τους άλλους.
- Προώθηση της θετικής συμπεριφοράς και της συνεργατικής συμπεριφοράς. Μέσω των παραλλαγών του τραγουδιού "Η μικρή Ελένη κάθεται και κλαίει", τα παιδιά εκφράζουν πώς θα μπορούσε να είναι μια θετική και στην ουσία, μια φιλική κατάσταση. Αυτό ενισχύει την ιδέα της αλληλεγγύης, της συνεργασίας και της ενίσχυσης των σχέσεων μεταξύ των συμμαθητών.
- Ενδυνάμωση της αυτοεκτίμησης και της αυτοπεποίθησης. Μέσω των δραστηριοτήτων όπως η ζωγραφική του εαυτού τους και η συζήτηση για τις συναισθηματικές αντιδράσεις, τα παιδιά αναπτύσσουν επίγνωση του εαυτού τους και ενισχύουν την αυτοπεποίθησή τους.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

- Ενίσχυση της επίγνωσης και της ευαισθησίας των παιδιών σε θέματα κοινωνικής συμπεριφοράς.
- Ανάπτυξη συναισθηματικών δεξιοτήτων.
- Δημιουργία ενός περιβάλλοντος που προάγει την αλληλοσεβασμό και την αλληλοκατανόηση.

Διάρκεια: Κάθε δραστηριότητα μπορεί να διαρκέσει έως 45' λεπτά.

Δραστηριότητες:

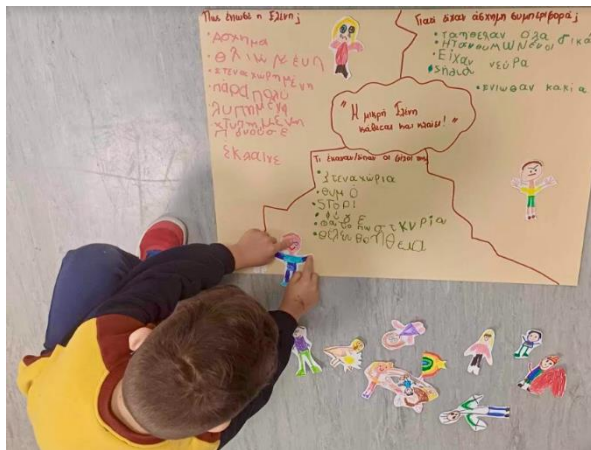
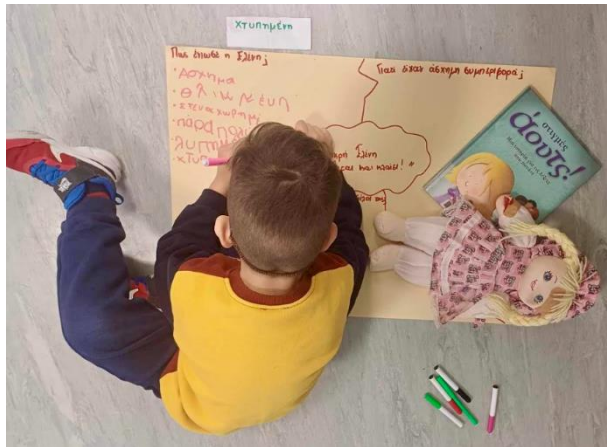
1η δραστηριότητα:

Αφόρμηση για την έναρξη της ενότητας, αποτέλεσε μια κούκλα που ήρθε στο σχολείο μας για πρώτη φορά. Ήταν αρκετά φοβισμένη καθώς στο προηγούμενο της σχολείο την χτυπούσαν κάποιοι συμμαθητές της, της συμπεριφερόταν άσχημα και της άρπαζαν τα παιχνίδια από τα χέρια την ώρα που έπαιζε. Διαβάσαμε το παιδικό βιβλίο “Στιγμές άουτς”, το οποίο μας βοήθησε να ξεχωρίσουμε τις λέξεις που πληγώνουν και προσβάλλουν.

2η δραστηριότητα:

Κάναμε ένα ιστόγραμμα για να ανακαλύψουμε και εμείς αλλά και τα παιδιά τι γνωρίζουν σχετικά με τον ενδοσχολικό εκφοβισμό, για τα συναισθήματα και εάν μπορούν να τα ξεχωρίσουν. Όλες οι ιδέες καταγράφηκαν από τα ίδια τα παιδιά, με μια μικρή βοήθεια από τον εκπαιδευτικό (π.χ. έγραφε ο εκπαιδευτικός την λέξη σε ένα χαρτί και τα παιδιά την αντέγραφαν). Στην συνέχεια, το κάθε παιδί ζωγράφισε τον εαυτό του, με στόχο να το τοποθετήσουμε στο ιστόγραμμα που δημιουργήσαμε, βασισμένοι στην ιστορία της Ελένης, ώστε να γίνουμε φίλοι της.





### 3η δραστηριότητα:

Χορέψαμε και τραγουδήσαμε το τραγούδι “Η μικρή Ελένη κάθεται και κλαίει”, με διάφορες παραλλαγές τις οποίες επινόησαν τα παιδιά. Χαρακτηριστικά είναι τα παραδείγματα: “Η μικρή Ελένη κάθεται και κλαίει, γιατί την χτύπησαν οι φίλοι της”..., “...γιατί της πήραν το παιχνίδι...”, “.....γιατί την κορόιδεψαν.....”, “...γιατί της χάλασαν τη ζωγραφιά...”. Από την άλλη, σκεφτήκαμε να αλλάξουμε την αρνητική έννοια του τραγουδιού και να φτιάξουμε την θετική εκδοχή του. Για παράδειγμα, “Η μικρή Ελένη δεν έκλαψε ποτέ γιατί οι φίλοι της την αγαπούσαν”..... ή “...γιατί οι φίλοι της έπαιζαν μαζί της...”.



## 2<sup>η</sup> Φάση

Τίτλος: “Η εφημερίδα της τάξης μας”

Στόχοι:

- Ευαισθητοποίηση και ενημέρωση σχετικά με την ενδοσχολική βία: Μέσω της ανάλυσης των εικόνων και της συζήτησης για το περιεχόμενό τους, τα παιδιά ενημερώνονται για τις διάφορες μορφές ενδοσχολικής βίας και αναπτύσσουν ευαισθησία σε αυτό το θέμα.
- Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων: Μέσω της δημιουργίας της δικής τους ενημερωτικής εφημερίδας και της συζήτησης για το περιεχόμενό της, τα παιδιά εκφράζουν τις απόψεις τους, μαθαίνουν να συζητούν ανοιχτά και να ακούν τις απόψεις των άλλων.
- Ενίσχυση της συνεργατικής συμπεριφοράς: Μέσω του αυτοσχεδιασμού ενός επιτραπέζιου παιχνιδιού και της συζήτησης σχετικά με την επιλογή του περιεχομένου της εφημερίδας, τα παιδιά ενισχύουν την ιδέα της συνεργασίας και της αλληλοβοήθειας.
- Ανάπτυξη της επίγνωσης και της αυτοεκτίμησης: Μέσω της ανάλυσης του παραμυθιού “Σκιουράκια γιατί μαλώνετε;” και της αποτύπωσης των σκέψεών τους, τα παιδιά εξερευνούν τις προσωπικές τους αντιδράσεις και σκέψεις, ενισχύοντας την επίγνωση του εαυτού τους και την αυτοπεποίθησή τους.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

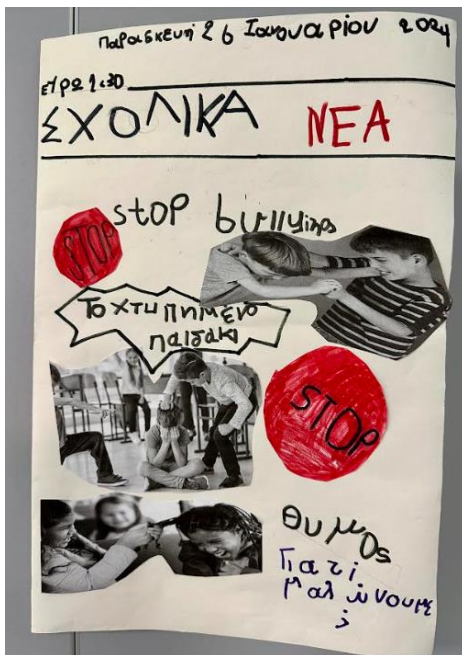
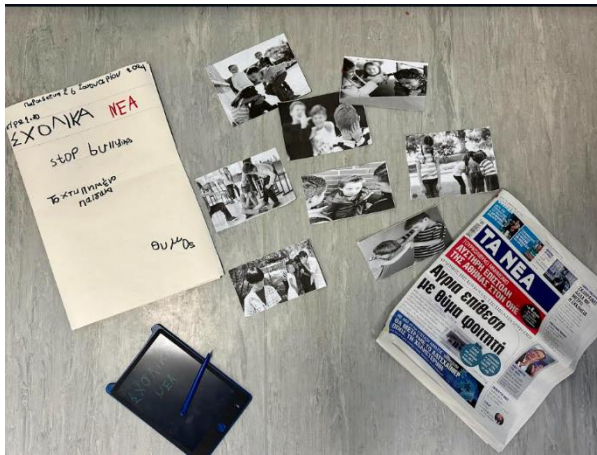
- Δημιουργία ενός περιβάλλοντος που προάγει την ανοιχτή επικοινωνία, την αλληλοκατανόηση και την αλληλεγγύη.
- Ενίσχυση των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων των παιδιών.

Διάρκεια: Κάθε δραστηριότητα μπορεί να διαρκέσει έως 45' λεπτά.

Δραστηριότητες:

1η δραστηριότητα:

Αφόρμηση για την έναρξη της δραστηριότητας αυτής, αποτέλεσε ένα σχετικό άρθρο στην εφημερίδα με τίτλο “Έπιθεση σε φοιτητή”. Είδαμε και αναλύσαμε πολλές εικόνες με σκηνές ενδοσχολικής βίας, με την χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή και προσπαθήσαμε να φανταστούμε ποια είναι η ιστορία που κρύβεται πίσω από αυτές, χωρίς όμως να την διαβάσουμε. Στην συνέχεια, με προτροπή των παιδιών, δώσαμε σε κάθε μια από ένα δικό μας τίτλο. Ακόμη, εστιάζοντας στην σημαντικότητα της αντιμετώπισης της βίας, αποφασίσαμε να φτιάξουμε τη δική μας ενημερωτική εφημερίδα σχετικά με τη βία στα σχολεία. Έχει λέξεις, που έγραψαν τα παιδιά, και εικόνες που επέλεξαν τα ίδια, ώστε να ενημερώσουν όποιον την διάβαζε τι είναι η λέξη βία και πως μπορούμε να την καταπολεμήσουμε. Τα παιδιά συνεργάστηκαν για να αποφασίσουν ποια εικόνα θα αποτελούσε το εξώφυλλο της εφημερίδας αλλά και ποια θα ήταν οι λέξεις - κλειδιά που θα τις συνόδευαν. Στο τέλος, η εφημερίδα πουλήθηκε στο διπλανό τμήμα αφού όμως πρώτα έγινε η παρουσίαση του περιεχομένου της.



2η δραστηριότητα:

Έπειτα, διαβάσαμε το βιβλίο “Σκιουράκια γιατί μαλώνετε;”, όπου ήταν μια ιστορία που μιλούσε για τη φιλία, την αλληλοβοήθεια αλλά και την σημαντικότητα του να μοιράζεσαι. Στην συνέχεια, ο καθένας αποτύπωσε στο χαρτί τι του άρεσε και τι του έκανε εντύπωση από το παραμυθι.







### 3η δραστηριότητα:

Επίσης, παίξαμε ένα αυτοσχέδιο επιτραπέζιο, στο οποίο εφόσον τα παιδιά υποδύονταν τα σκιογράμματα και περνούσαν από διάφορα εμπόδια. Όταν έφταναν στο τέλος, είχαν την επιλογή να περιμένουν τους φίλους για να φάνε όλοι μαζί το κουκουνάρι ή να προχωρήσουν στον τερματισμό και να φάει ο καθένας μόνος του το κουκουνάρι του. Συζητήσαμε ξεχωριστά με το κάθε παιδί, αν θα μοιραζόταν κάτι τι θα ήταν αυτό. Όλες τις απαντήσεις που έδωσαν τα παιδιά, τις κατέγραψαν ταυτόχρονα σε ένα χαρτί, μαζί με λέξεις- κλειδιά.



### 4η δραστηριότητα:

Διαβάσαμε το βιβλίο «Ας πούμε αυτή τη λέξη», που ανέλυε τη σημαντικότητα και τη «μαγεία» που κρύβουν οι ευγενικές λέξεις. Συζητήσαμε πώς και πότε πρέπει να τις χρησιμοποιούμε, πως με αυτές μπορούμε να προλάβουμε άσχημες συμπεριφορές και να δημιουργήσουμε θετικά συναισθήματα.



### 3<sup>η</sup> Φάση

Τίτλος: “Μήλα γύρω-γύρω στη μέση πορτοκάλι ”

Στόχοι:

- Προώθηση της αποδοχής και της ανοχής: Μέσω της δραστηριότητας με τα φρούτα και την ανάλυση των συναισθημάτων τους, τα παιδιά εκπαιδεύονται να αντιλαμβάνονται και να αποδέχονται τη διαφορετικότητα και τις συναισθηματικές καταστάσεις των άλλων.
- Ανάπτυξη της επίγνωσης των συναισθημάτων: Μέσω της ανάλυσης των συναισθημάτων των φρούτων και της αναπαράστασης τους μέσω της τέχνης και της δραματοποίησης, τα παιδιά

εκφράζουν και κατανοούν καλύτερα τα δικά τους συναισθήματα, ενισχύοντας έτσι την συναισθηματική τους ευαισθησία και επίγνωση.

- Ενίσχυση της αυτοσυνειδησίας: Μέσω της ανάλυσης της δικής τους συναισθηματικής κατάστασης και της αντίστοιχης δραματοποίησης, τα παιδιά ενισχύουν την αυτοσυνειδησία τους και κατανοούν πώς αντιδρούν σε διάφορες καταστάσεις.
- Προώθηση της ομαδικής εργασίας και της συνεργατικότητας: Μέσω της δραματοποίησης ως φρούτα, τα παιδιά αναπτύσσουν την ικανότητα να συνεργάζονται και να αλληλεπιδρούν με τους συμμαθητές τους για την επίτευξη κοινών στόχων.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

- Προώθηση της συναισθηματικής νοημοσύνης και της κοινωνικής ευαισθητοποίησης.
- Ενίσχυση της ανθρωπιστικής αντίληψης και των κοινωνικών δεξιοτήτων των παιδιών.

Διάρκεια: Κάθε δραστηριότητα μπορεί να διαρκέσει έως 45' λεπτά.

Δραστηριότητες:

1η δραστηριότητα:

Η έναρξη αυτής της φάσης, έγινε με το βιντεάκι “Μήλα γύρω γύρω στη μέση πορτοκάλι, το οποίο αναφέρεται σε καταστάσεις βίας, ρατσισμού και απόρριψης αλλά ταυτόχρονα επιδιώκει να αναπτύσσει στους αναγνώστες σημαντικές αξίες όπως είναι ο σεβασμός και η αποδοχή προς το διαφορετικό, η ενσυναίσθηση και η καλή επικοινωνία. Στην συνέχεια, τα παιδιά συμπλήρωσαν δύο φύλλα εργασία όπου θα έπρεπε να αναλογιστούν και να αποδώσουν στο χαρτί τις σκέψεις και τα συναισθήματα δύο φρούτων, του μήλου και του πορτοκαλιού. Έπειτα, τα παιδιά έκαναν δικές τους εικαστικές παρεμβάσεις, ζωγραφίζοντας μήλα και πορτοκάλι, και πάνω σε αυτά έκαναν συναισθήματα, δηλαδή τα μήλα ήταν θυμωμένα ενώ το πορτοκάλι λυπημένο αναλόγως με το πως αντιλήφθηκαν την ιστορία.





### 2η δραστηριότητα:

Στην συνέχεια, πήρε ο καθένας από ένα φύλλο χαρτί με τυπωμένο ένα μήλο ή ένα πορτοκάλι, τα ζωγράρισαν, τα έκοψαν και το τοποθέτησαν στις μπλούζες τους, με σκοπό να δραματοποιήσουμε την ιστορία. Στα πλαίσια δραματοποίησης τα παιδιά έγιναν οι ίδιοι μήλα και πορτοκάλι, αναλύοντας και αναπαριστώντας την συναισθηματική τους κατάσταση στις αναδυόμενες συνθήκες και τους τρόπους αντιμετώπισης των δυσκολιών που συναντούσαν.

### 3η δραστηριότητα:

Τέλος, διαβάσαμε το βιβλίο “Σ’ αγαπώ όπως είσαι” που αναφέρεται στην διαφορετικότητα, στην φιλία και στην αποδοχή του εαυτού μας. Αναλύσαμε την σημαντικότητα της ανάπτυξης των παραπάνω αξιών σε όλους μας και την ύπαρξη τους στις παρέες μας.

