

«Βιωματική δράση: Το ξεφούσκωτο και το φουσκωμένο μπαλόνι»

Την Πέμπτη, 18 Απριλίου 2024 στο πλαίσιο υλοποίησης του σχεδίου δράσης με τίτλο: «Σχέσεις μεταξύ μαθητών/τριών» (άξονας 3), πραγματοποιήθηκε υπό την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών κ. Α. Σαψάνη και κ. Α. Χρυσικού κατά τη διάρκεια λειτουργίας του ολοήμερου προγράμματος η δράση: 'Το ξεφούσκωτο και το φουσκωμένο μπαλόνι'. Αρχικά, δόθηκε σε ορισμένους/ες μαθητές/τριες ένα ξεφούσκωτο μπαλόνι και κλήθηκαν να φανταστούν ότι προσομοιώνει τα συναισθήματα και τον ψυχισμό ενός παιδιού σε κατάσταση ηρεμίας. Στη συνέχεια οι εκπαιδευτικοί ξεκίνησαν την αφήγηση μιας ιστορίας, όπου οι μαθητές φυσούσαν μέσα στο μπαλόνι σε κάθε σημείο που ο πρωταγωνιστής της ιστορίας εκνευριζόταν. Έπειτα, οι μαθητές/τριες έσκασαν τα μπαλόνια εξηγώντας στους/στις μαθητές/τριες ότι κάτι παρόμοιο συμβαίνει, όταν αφήνουμε τον θυμό να συσσωρεύεται μέσα μας και να εκδηλώνεται επιθετικά. Ύστερα, οι εκπαιδευτικοί ξαναμοίρασαν σε ορισμένους/ες μαθητές/τριες ένα καινούριο ξεφούσκωτο μπαλόνι, αφηγήθηκαν ξανά την ίδια ιστορία, με τη διαφορά πως οι μαθητές/τριες τώρα, αφού φούσκωναν το μπαλόνι κάθε φορά που ο πρωταγωνιστής της ιστορίας εκνευριζόταν, έκαναν μια μικρή παύση, έβρισκαν ήπιους και υγιείς τρόπους εξωτερίκευσης του θυμού και τότε ξεφούσκωναν λίγο από τον αέρα του μπαλονιού. Ολοκληρώνοντας τη δράση, οι μαθητές/τριες συζήτησαν στην ολομέλεια και διαπίστωσαν την αναγκαιότητα διαχείρισης του θυμού μας και τους συμβατούς τρόπους εξωτερίκευσής του.



