



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΠΕΡ/ΚΗ Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ & Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Ν. ΑΙΓΑΙΟΥ  
Δ/ΝΣΗ Α/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Ν. ΚΥΚΛΑΔΩΝ

Ερμούπολη: 11/02/2022  
Αριθ. Πρωτ.: 1183

Ταχ. Δ/ση: Ι. Ράλλη 6  
Ταχ. Κώδικας: 84100 Σύρο  
Πληροφορίες:  
Χρυσάνα Διαμαντή  
Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων  
Τηλέφωνο: 22810-82226  
6947429290  
FAX: 22810-79229  
E-mail: schdraseis@dipe.kyk.sch.gr

ΠΡΟΣ: 1. Δ/ντές και Δ/ντριες Δημοτικών Σχολείων και Προϊστάμενες Νηπιαγωγείων Δ.Π.Ε. Κυκλάδων  
2. Όλους και όλες τους/τις εκπαιδευτικούς, Δημοσίων και Ιδιωτικών σχολείων Δ.Π.Ε. Κυκλάδων (διαμέσου Σχολικών μονάδων)

ΚΟΙΝ: Κέντρο Πρόληψης «Θησέας Κυκλάδων»

**Θέμα: «Αναγνώριση και διαχείριση των σκέψεων και των συναισθημάτων που αναδύονται σε καταστάσεις μετάβασης»** διαδικτυακό βιωματικό σεμινάριο 3 εργαστηρίων για εκπαιδευτικούς.

Η Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ν. Κυκλάδων, δια μέσου της Υπευθύνου Σχολικών Δραστηριοτήτων, σε συνεργασία με το Κέντρο Πρόληψης «Θησέας Κυκλάδων», συνδιοργανώνει διαδικτυακά εργαστήρια με θέμα την «**Προσοχή και Μετάβαση**» και τίτλο:

**«Αναγνώριση και διαχείριση των σκέψεων και των συναισθημάτων που αναδύονται σε καταστάσεις μετάβασης».**

Σκοπός των εργαστηρίων είναι η δημιουργία ενός περιβάλλοντος βιωματικής πρακτικής για τους/τις εκπαιδευτικούς, όπου αλληλοεπιδρώντας θα ευαισθητοποιηθούν και θα καλλιεργήσουν τρόπους αναγνώρισης και διαχείρισης ζητημάτων που απορρέουν από μεταβατικές καταστάσεις.

Εργαστηριακό περιβάλλον με στόχους:

- Κατανόηση διαφορετικών ποιοτήτων μετάβασης
- Αναγνώριση συναισθημάτων που προκύπτουν από μεταβατικές καταστάσεις
- Εξοικείωση με την πρακτική της προσοχής και της συνολικής ενημερότητας (νους – καρδιά – σώμα) και πρακτική εφαρμογή\*.
- Εξοικείωση με τις τέσσερις (4) διαφορετικές ποιότητες ακρόασης και πρακτική εφαρμογή\*.
- Παρατήρηση διαδικασιών και αυτοματισμών της συμπεριφοράς μας (default mechanism)-Ορατή σκέψη\*
- Παρατήρηση και καλλιέργεια της πρωτότυπης έκφρασής μας και δράσης\*
- Διερεύνηση των υποστηρικτικών δικτύων: εξωτερικά δίκτυα και το εσωτερικό δίκτυο: νους-καρδιά-σώμα “mind-heart-will”\*

*\*Η βιωματική προσέγγιση βασίζεται στην «Κουλτούρα Καλλιέργειας της Σκέψης» της «Ορατής Σκέψης», και στη «Theory U». Περισσότερα στο εγχειρίδιο «Διαχείριση της Προσοχής» <https://eclass03.sch.gr/courses/9929101103/>*

Θα πραγματοποιηθούν τρία διαδικτυακά εργαστήρια τις παρακάτω ημερομηνίες:

- **Τετάρτη 23 Φεβρουαρίου 2022, 18:30-20:30**
- **Τετάρτη 9 Μαρτίου 2022, 18:30-20:30**
- **Τετάρτη 23 Μαρτίου 2022, 18:30-20:30**

Είναι απαραίτητη η συμμετοχή και στα τρία εργαστήρια.

#### **Συντονίστριες εργαστηρίων:**

Χρυσάννα Διαμαντή, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Δ.Π.Ε. Κυκλάδων

Παναγιώτα Βαρθαλίτου, Στέλεχος Κέντρου Πρόληψης «Θησέας Κυκλάδων»

Φωτεινή Θεοδωροπούλου, Στέλεχος Κέντρου Πρόληψης «Θησέας Κυκλάδων»

Οι ενδιαφερόμενοι/ες μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή στο παρακάτω link:

<https://forms.gle/AeHqguUqQuc7iHFe7> **μέχρι Σάββατο 19 Φεβρουαρίου 2022.**

**Ο σύνδεσμος παρακολούθησης θα αποσταλεί στην συνέχεια στα mail των ενδιαφερομένων.**

Το σεμινάριο απευθύνεται σε εκπαιδευτικούς όλων των ειδικοτήτων.

Χρειάζεται να έχετε υπολογιστή **με κάμερα** γιατί θα έχουμε ανοιχτές τις οθόνες για οπτική επαφή, πρακτικές και αλληλεπίδραση.

Θα δοθεί βεβαίωση παρακολούθησης εννέα (9) διδακτικών ωρών.

*Για οποιαδήποτε διευκρίνιση θέλετε, είμαστε στη διάθεσή σας.*

*Η Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων, Χρυσάννα Διαμαντή.*

Ο Διευθυντής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης

Ν. Κυκλάδων

Χρήστος Καφτηράνης