

Περιγραφή του Προγράμματος

" Εκπαίδευση στη συγχώρηση "

Με την παρούσα επιστολή θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε για το καινοτόμο και πρωτοποριακό πρόγραμμα που εφαρμόζεται παγκοσμίως από παιδαγωγούς έχει σχεδιαστεί ειδικά για τα ελληνικά σχολεία της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο του Wisconsin-Madison στις Η.Π.Α. και το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Πρόκειται για ένα πρόγραμμα διαχείρισης του θυμού, της απόρριψης, και κάθε άλλου αρνητικού συναισθήματος το οποίο προκύπτει μετά από μια μικρή ή μεγάλη τραυματική εμπειρία, με τίτλο: «Εκπαίδευση στη συγχώρηση». Το πρόγραμμα απευθύνεται σε μαθητές όλων των βαθμίδων, και έχει την άδεια από το Υπουργείο Παιδείας με αριθμό έγκρισης: Φ.2.1/ΜΓ/65067/110963/Δ7

ΣΚΕΠΤΙΚΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η ερευνητική ομάδα του Πανεπιστημίου του Wisconsin-Madison ερεύνησε την αποτελεσματικότητα των «Εκπαίδευση στη Συγχώρηση» σχεδιάζοντας πειραματικές ομάδες και ομάδες ελέγχου. Τα αποτελέσματα έδειξαν **ότι οι τάξεις που είχαν δεχτεί εκπαίδευση στη συγχώρηση μείωσαν στατιστικά σημαντικά τον θυμό τους και την ψυχολογική κατάθλιψη σε σχέση με τις ομάδες που δεν είχαν εκπαιδευτεί στη συγχώρηση**^{3,4,6}.

Ο θυμός στη σχολική κοινότητα θεωρείται μείζον πρόβλημα στα σχολεία παγκοσμίως. Το πρόγραμμα αυτό αποτελεί μια εναλλακτική και πρωτοποριακή προσέγγιση στην διαχείριση θυμού, στην αντιμετώπιση της επιθετικής συμπεριφοράς των μαθητών, της απόρριψης από την ομάδα, του άγχους, της κατάθλιψης, του σχολικού εκφοβισμού, της "θυματοποίησης" και της μοναξιάς που πολλοί μαθητές βιώνουν τόσο μέσα στο σχολικό περιβάλλον, αλλά και εκτός^{3,4,5,6}. Έρευνες των τελευταίων 25 ετών, αποδεικνύουν ότι η "Πρακτική της Συγχώρησης" στα σχολεία, προωθεί τη συναισθηματική υγεία των μαθητών και βελτιώνει την ακαδημαϊκή τους πρόοδο. Εκπαιδευτικοί που εφάρμοσαν το πρόγραμμα παρατήρησαν ότι οι μαθητές που συμμετείχαν στο πρόγραμμα μείωσαν το θυμό που ένιωθαν, τόνωσαν την αυτοεκτίμησή τους, αύξησαν τη συνεργασία μεταξύ τους, βελτιώθηκαν στα μαθήματά τους. Οι ίδιοι οι εκπαιδευτικοί πιστεύουν πως έγιναν καλύτεροι δάσκαλοι και καθηγητές και πως οι τάξεις τους λειτούργησαν καλύτερα ως αποτέλεσμα της εκπαίδευσης στη συγχώρηση^{3,4}.

Η «Εκπαίδευση στη Συγχώρηση», είναι μια πολλά υποσχόμενη προσέγγιση και παρέμβαση διαχείρισης θυμού, με πολυετείς έρευνες παγκοσμίως, δωρεάν εκπαίδευση στους εκπαιδευτικούς από ειδικούς του Πανεπιστημίου του Wisconsin των ΗΠΑ και με πλούσιο υλικό καθοδήγησης, εκπαίδευσης και υποστήριξης.

ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το πρόγραμμα " *Αγωγή στη Συγχώρηση* " έχει στόχο να δώσει τη δυνατότητα στους μαθητές, να καλλιεργήσουν υγιείς σχέσεις συνεργασίας με τους συμμαθητές τους, τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς τους, βασισμένες στην αποδοχή και τον σεβασμό της έμφυτης αξίας του κάθε ανθρώπου. Επιπλέον τους δίνει τη δυνατότητα να μάθουν να διαχειρίζονται την αδικία και την απόρριψη, και να ελαττώσουν τα τοξικά συναισθήματα του θυμού προς αυτούς που τους πλήγωσαν ή τους αδίχησαν, ανοίγοντας έτσι νέους δρόμους συμφιλίωσης και ειρήνης στις μελλοντικές γενιές.

Ειδικοί Στόχοι Προγράμματος:

- Να κατανοήσουν και βιώσουν οι μαθητές βασικές έννοιες όπως, έμφυτη αξία, κουράγιο, καλοσύνη, δικαιοσύνη, μέτρο και ισορροπία, κοινή λογική, ως θεμελιώδεις αξίες της πρακτικής της συγχώρησης.
- Να ανακαλύψουν οι μαθητές τον καλό τους εαυτό και τα δυνατά τους σημεία, τα οποία μπορούν να αξιοποιήσουν στις σχέσεις τους με τους άλλους.
- Να μειώσουν τον θυμό που νιώθουν απέναντι σε πρόσωπα τα οποία τους πλήγωσαν.
- Να μάθουν να διαχειρίζονται την αδικία και την απόρριψη.
- Να μάθουν να διαχειρίζονται τα αρνητικά τους συναισθήματα.
- Να εξοικειωθούν με τεχνικές διαχείρισης συγκρούσεων.
- Να αυξήσουν οι μαθητές την μεταξύ τους συνεργασία, τόσο σε επίπεδο σχολικής τάξης, όσο και στις εκτός σχολείου συναναστροφές τους.
- Να γνωρίσουν οι εκπαιδευτικοί τρόπους διαχείρισης συγκρούσεων, ως αποτέλεσμα της εξειδικευμένης καθοδήγησης και δωρεάν εκπαίδευσής τους από ειδικούς του Πανεπιστημίου του Wisconsin-Madison στο συγκεκριμένο πρόγραμμα .

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση ή πληροφορία, παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με την υπεύθυνη υλοποίησης του προγράμματος στην Ελλάδα **Δρ. Πέλη Γαλίτη, Εκπαιδευτική Σύμβουλο, ερευνήτρια του Πανεπιστημίου του Wisconsin**, μέσω email galiti@wisc.edu.

Το πρόγραμμα φέτος υποστηρίζεται από την ευγενή χορηγία του Ιδρύματος Νιάρχος μέσω του Greek Diaspora Fellowship Program με τίτλο «Trauma Transformation through Forgiveness Education».

Τον συντονισμό του προγράμματος έχει αναλάβει, εκ μέρους της Διεύθυνσης Α/θμιας Εκπ/σης Λάρισας η Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων, κ. Κων/να Χατζημήχου και εκ μέρους της Δ/θμιας Εκπ/σης, η Πρέσβειρα Προγραμμάτων E-Twinning, κ. Ζωή Γάλλου.

Με εκτίμηση

Δρ. Πέλη Γαλίτη, Διευθύντρια ελληνικού προγράμματος «Αγωγή στη συγχώρηση», Πανεπιστήμιο του Wisconsin-Madison, USA

Βιβλιογραφία

1. Enright, R. (2010). Forgiveness is a Choice: A Step-by-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope. American Psychological Association.
2. Enright, R. (2012). The Forgiving Life. American Psychological Association
3. Gassin, Elizabeth A.; Enright, Robert D.; Knutson, Jeanette A.(2005). Bringing Peace to the Central City: Forgiveness Education in Milwaukee. *Theory Into Practice*, v44 n4 p319-328
4. Holter, A., Magnuson, C., Knutson C., Jeanette Knutson Enright, Robert D. Enright, (2008). The forgiving child: The impact of forgiveness education on excessive anger for elementary-aged children in Milwaukee's central city. *Journal of Research in Education*, vol 18
5. Lin WF, Mack D, Enright RD, Krahn D, Baskin TW.(2004). Effects of forgiveness therapy on anger, mood, and vulnerability to substance use among inpatient substance-dependent clients. *J Consult Clin Psychol.*, Dec. 72(6):1114-21.
6. Gambaro M., Enright R., Baskin T., Klatt J.,(2008). *Can School-Based Forgiveness Counseling Improve Conduct and Academic Achievement Academically At-Risk Adolescents. Journal of Research in Education*, 18, 16-27.
- 7.. Γαλίτη-Κυρβασίλη Π., Robert Enright (2015). *Αξιοποιώντας τον καλύτερό μου εαυτό». Μια θετική στρατηγική θυμού και βίας μέσα από την πρακτική της συγχώρησης*. Αθήνα: Γρηγόρης
8. Γαλίτη-Κυρβασίλη Π. (2017). *Σύγκρουση και Συνύπαρξη*. Εκδόσεις Γρηγόρη
9. Γαλίτη-Κυρβασίλη Π. (2021). *Τραύμα και Θάυμα*. Εκδόσεις Εν Πλω (υπό έκδοση)
10. Γαλίτη-Κυρβασίλη, Π. (2018). «Αγωγή στη Συγχώρηση (Forgiveness Education): Θεωρητική και Εμπειρική προσέγγιση - Πεδία Εφαρμογής». *Παιδαγωγική Επιθεώρηση*, Τόμος 35, Τευχ. 65, 28-42
11. Γαλίτη, Π., Δαβράζος, Γ., (2018). Αντιλήψεις Μαθητών Γυμνασίου για την έννοια της Συγχώρησης και οι Επιδράσεις στο Σχεδιασμό Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων Αγωγής της Συγχώρησης. Πρακτικά 5^{ου} Συνεδρίου. *Νέος Παιδαγωγός*. σς. 2013-2023
12. Γαλίτη- Κυρβασίλη, Π. (2020). Ψυχολογική και Παιδαγωγική Διάσταση της Συγχώρησης. *Στο Ψυχική Υγεία Παιδιού και Εφήβου*. Συλλογικός Τόμος Εκδ. Αρμός