

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

Σύγχρονη Κοινωνία,
Εκπαίδευση
& Ψυχική Υγεία

Επιμέλεια:

Ευστράτιος Π. Παπώνης,

Μόνιμος Επίκουρος Καθηγητής Πανεπιστημίου Αιγαίου

ΨΥΧΗ
ΣΚΗΨΗ

Εξαμηνιαία
Έκδοση

Νέα εποχή
Τεύχος 7

Β' 2020

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ Σ.Κ.Ε.Ψ.Υ.

Σύγχρονη Κοινωνία, Εκπαίδευση & Ψυχική Υγεία

Νέα Εποχή • Τεύχος 7 • Ιούλιος – Δεκέμβριος 2020

Περιοδική Έκδοση

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Επιμελητής έκδοσης και διευθυντής του περιοδικού
Ευστράτιος Π. Παπάνης, Μόνιμος Επίκουρος Καθηγητής Πανεπιστημίου Αιγαίου

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Ευστράτιος Παπάνης, Μόνιμος Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα Κοινωνιολογίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Πρόεδρος Επιστημονικής Επιτροπής και Διευθυντής του Περιοδικού Σ.Κ.Ε.Ψ.Υ.

Αρετή Λάγιου, Καθηγήτρια, Τμήμα Δημόσιας και Κοινωνικής Υγείας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής, Πρόεδρος Τμήματος Δημόσιας και Κοινωνικής Υγείας

Παναγιώτης Γρηγορίου, Καθηγητής, Τμήμα Κοινωνιολογίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Γεώργιος Κορρές, Καθηγητής, Τμήμα Γεωγραφίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Κωνσταντίνα Σκαναθή, Καθηγήτρια, Τμήμα Δημόσιας και Κοινωνικής Υγείας, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής

Χρήστος Καλλονιάτης, Αναπληρωτής Καθηγητής, Τμήμα Πολιτισμικής Τεχνολογίας και Επικοινωνίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Πρόεδρος Τμήματος Πολιτισμικής Τεχνολογίας και Επικοινωνίας

Αικατερίνη Κόκκινου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Στρατιωτικής Σχολής Ευελπίδων

Σπύρος Αναγνώστου, Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα Γεωγραφίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Δημήτριος Καβρουδάκης, Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα Γεωγραφίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Μάρθα Κατσαρίδου, Επίκουρη Καθηγήτρια, Παιδαγωγικό Τμήμα Προσχολικής Εκπαίδευσης, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Ευάγγελος Πεπές, Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα Ποιμαντικής και Κοινωνικής Θεολογίας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Δρ. Αικατερίνη Νικολαρέα, ΕΕΠ Αγγλικής Γλώσσας, Σχολή Κοινωνικών Επιστημών, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Δρ. Αλέξανδρος Παπάνης, ΕΕΠ Αγγλικής Γλώσσας, Πολυτεχνική Σχολή, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης

Δρ. Ανδρομάχη Μπούνα, Μεταδιδακτορική Ερευνήτρια Τμήματος Κοινωνιολογίας, Πανεπιστήμιο Αιγαίου

Δρ. Δήμητρα Ακριτίδου, Αντιδήμαρχος Παιδείας Δήμου Θεσσαλονίκης

Η πνευματική ιδιοκτησία αποκτάται χωρίς καμία διατύπωση και χωρίς την ανάγκη ρήτρας απαγορευτικής των προσθλών της. Κατά το Ν. 2387/20 (όπως έχει τροποποιηθεί με το Ν. 2121/93 και ισχύει σήμερα) και κατά τη Διεθνή Σύμβαση της Βέρνης (που έχει κυρωθεί με το Ν. 100/1975), απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αποθήκευση σε κάποιο σύστημα διάσωσης και γενικά η αναπαραγωγή του παρόντος έργου με οποιονδήποτε τρόπο ή μορφή, τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή, χωρίς τη γραπτή άδεια του εκδότη.

ΠΑΡΑΓΩΓΗ: ΜΟΤΙΒΟ ΕΚΔΟΤΙΚΗ Α.Ε.

Πλαπούτα 2 και Καλλιδρομίου, 11473, Αθήνα

Τηλ.: 210 8222835-856, Fax: 210 8222684

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ

Σοφία Πακλατζόγλου, Υπ. Δρ. Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Θεολόγος, Κοινωνιολόγος
Ειρήνη Καραμπάση, Υπ. Δρ. Πανεπιστημίου Αιγαίου, Εκπαιδευτικός Ειδικής Αγωγής

Ελένη Πρασά, Υπ. Δρ. Πανεπιστημίου Αιγαίου, Κοινωνιολόγος

Μαρία Γιουμουκί, Εκπαιδευτικός – Ειδική Παιδαγωγός

Αικατερίνη Μπαλάσα, MBA, Κοινωνιολόγος

Τερέζα Ζωγοπούλου, MSc, Κοινωνιολόγος

Ελισάβετ Γκινάλα, MSc, Κοινωνιολόγος

Πνελόπη Πουλερού, MSc, Καθηγήτρια Γαλλικών

Πνελόπη Αλιάγα, Κοινωνιολόγος, Μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο αντικείμενο της Έρευνας για την τοπική κοινωνική ανάπτυξη και συνοχή

Σταματία Ιορδάνου, Εκπαιδευτικός, Μεταπτυχιακή φοιτήτρια στο αντικείμενο της Ειδικής Εκπαίδευσης

Μαρία Κουταλέλλη, Αρχαιολόγος – Ιστορικός Τέχνης, MSc Μουσειολογίας

Ιωάννης Σακαράκας, Απόφοιτος του Τμήματος Κοινωνικής Πολιτικής

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

Λόφος Πανεπιστημίου Αιγαίου, Μυτιλήνη, 81100

ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

2251036520 - 2251036580 - 2251045006

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

ppy@aegean.gr και
ppy-director@aegean.gr

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

<http://psychologia.gr>,
<https://psychologiagr.com>,
<http://ppy.aegean.gr>

Σημείωμα σύνταξης

Το 6ο και το 7ο τεύχος (Νέα Εποχή) του επιστημονικού περιοδικού *Σύγχρονη Κοινωνία, Εκπαίδευση και Ψυχική Υγεία* (Σ.Κ.Ε.Ψ.Υ.) είναι η συνέχεια μιας εκδοτικής προσπάθειας που ξεκίνησε πριν από αρκετά χρόνια υπό τη σκέπη του Συμβουλευτικού Σταθμού του Πανεπιστημίου Αιγαίου, της Ακαδημίας των Πολιτών και των Προγραμμάτων Ψυχικής Υγείας του Πανεπιστημίου Αιγαίου στη Λέσβο. Αν και στην πορεία άλλαξαν εκδοτικοί οίκοι και κάποια από τα στελέχη του περιοδικού, η αρχική φιλοδοξία υπήρξε και παραμένει η ίδια: Να δοθεί βήμα διαλόγου σε ερευνητές και συγγραφείς, ως επί το πλείστον στην ελληνική γλώσσα, χωρίς υπερβολικά κόστη, αλλά με έμφαση στη γλωσσική και επιστημονική αρτιότητα.

Η αγαστή συνεργασία με τις εκδόσεις Τόπος και η αρωγή πολλών πανεπιστημιακών καθηγητών έκανε εφικτή την έκδοση των δύο τευχών στη δύσκολη συγκυρία του 2020. Στις σελίδες τους φιλοξενούνται άρθρα Ψυχολογίας, Συμβουλευτικής, Παιδαγωγικών, Εκπαίδευσης, Τέχνης, Οικονομίας και Διοίκησης. Αν και η πληθώρα των γνωστικών αντικειμένων ξενίζει αρκετούς, εντούτοις η φιλοσοφία του περιοδικού συνάδει με την πολυφωνία αυτή: Η αναζήτηση της αλήθειας είναι διεπιστημονική και η αποτύπωση των επιστημονικών προβληματισμών από κάθε τομέα, με τη χρήση κοινής μεθοδολογίας, οδηγεί στην ευχερέστερη κατανόηση και ερμηνεία τους. Εξειδικευμένοι τόμοι και αφιερώματα θα εκδοθούν μέσα στο 2021. Ευχαριστώ από καρδιάς όλους τους συνεργάτες και κυρίως την επιστημονική και οργανωτική επιτροπή, τους μεταφραστές και επιμελητές κειμένων και όλους τους συγγραφείς που συνέβαλαν στη δημιουργία των δύο αυτών τευχών.

Ο επιστημονικά υπεύθυνος Ευστράτιος Παπάνης,
Μόνιμος Επίκουρος Καθηγητής του Πανεπιστημίου Αιγαίου

Περιεχόμενα

Πηνελόπη Αναστασιάδου, Χρήστος Τσιρώνης, Δημήτριος Ανδρεάδης Ενσυναισθηματική επικοινωνία ιατρού – ασθενούς: παράγοντας ικανοποίησης ασθενών.....	9
Ιωάννα Μενδρινού Πρόληψη και υποστήριξη μαθητών προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας σε καταστάσεις κρίσεων: Η περίπτωση του εξ αποστάσεως εκπαιδευτικού προγράμματος «Κούκλες από... σπίτι: Μικρές ηλιαχτίδες ενδυνάμωσης και φροντίδας μέσα από το παράθυρο»	21
Ουρανία Σαρρή The sociolinguistic aspect of migration: A thematic review.....	34
Αργυρούλα Αλεξανδροπούλου, Παναγιώτα Ψυχογιουπούλου Πρόληψη και αντιμετώπιση φαινομένων σχολικού εκφοβισμού μέσω της εφηβικής λογοτεχνίας	44
Afroditi Mallouchou, Christina Moutsopoulou Risk factors in families leading to children's aggression at school: A multi-systemic treatment of child aggression.....	56
Όλγα Παχή Student mobility and its contribution to shaping the identity of the european citizen	68
Αικατερίνη Πιτρόπου, Γεώργιος Τσερέπς, Παντελεήμων Χιονίδης Ενθαρρύνοντας την κριτική αποτίμηση μιας κρίσης στο μάθημα της Ιστορίας.....	79
Αναστασία Στατήρη, Αγλαΐα Σταμπολτζή Αντιλήψεις εκπαιδευτικών για τα σχολικά ατυχήματα και τον ρόλο του σχολικού νοσηλευτή	91
Μαρία Παπαδοπούλου Οι αναπαραστάσεις της ψυχικής υγείας στον Κινηματογράφο.....	102
Μαρία Δόλογλου Η ψυχική ανθεκτικότητα ως ένα συστατικό στοιχείο της αποτελεσματικής ηγεσίας.....	112
Yiannis Rossides, Marianna Charalambous Mental toughness in young athletes: A systematic review.....	118
Αθανάσιος Δαβαλάς Systematic assistance to start-ups using artificial intelligence and big data techniques: Theoretical documentation, tools and applications.....	138

Άννα-Μαρία Καρακωνσταντίνου	
Σχολείο και διαπολιτισμικότητα.....	157
Κωνσταντίνος Νικολάου	
Επικοινωνιακές δεξιότητες μέσω οπτικοακουστικών μέσων και οπτικοακουστικού περιεχομένου.....	166
Νεκτάριος-Θεοχάρης Τσαρουχάς	
Οι παράγοντες οργάνωσης και λειτουργίας της διεπαγγελματικής θεραπευτικής ομάδας σε μονάδες ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης χρονίων ψυχικά ασθενών.....	175
Θεόδωρος Χριστοδούλου	
Τηλε-Συμβουλευτική εξ αποστάσεως με δικτυακές τεχνολογίες.....	193
Παναγιώτα Καπερνέκα	
Διοίκηση Ολικής Ποιότητας – Πρακτική εφαρμογή σε ΕΠΑΛ.....	202
Θεοφάνια Καυκά, Παναγιώτης Παπαδούρης	
Ο ρόλος του προϊσταμένου στη Δημόσια Διοίκηση.....	215
Μαρία Αποστόλου	
Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών και διδασκαλία της ελληνικής ως δεύτερης ή ξένης γλώσσας.....	231
Γιώτα Θεολογίδου	
Η επίδραση της νοπηκικής αναπηρίας του παιδιού στον πατέρα.....	238
Καλλιόπη Παναγιώτου	
Ένταξη των ΑΜΕΑ στο Γενικό σχολείο.....	251
Ελένη Παπαδοπούλου	
Σχέσεις σχολείου – οικογένειας. Εμπόδια και πρακτικές ενίσχυσης της συνεργασίας.....	261
Απόστολος Βαγενάς	
Το συμμετοχικό μοντέλο διοίκησης στη λήψη αποφάσεων.....	270
Αθηνά Καρολίδου	
Σχέσεις μαθητών – εκπαιδευτικών και ο ρόλος τους στο πλαίσιο της σχολικής αγωγής και της μάθησης.....	279
Γιαννούλα Παπαγιάννη	
Τρόποι ενδυνάμωσης των ελλειμματικών δεξιοτήτων, με ιδιαίτερη αναφορά στη φωνολογική επίγνωση με διδακτικές και υποστηρικτικές παρεμβάσεις, ενός μαθητή με διαγνωσμένη ακουστική δυσλεξία.....	288
Πηνελόπη Πουλερού	
Όψεις της σύγχρονης διαπολιτισμικής εκπαίδευσης στην Ελλάδα και προσφυγικά ρεύματα.....	297
Χρυσούλα Ποζίδου-Στολτίδου	
Ενδοοικογενειακή βία: Βία κατά των γυναικών.....	308

Κωνσταντίνα Τσιμπίδη

Σχολική ένταση μαθητών/τριών με εθνοπολιτισμικές διαφορές
και ο ρόλος των διευθυντών/ντριών των σχολικών μονάδων..... 321

Άννα Τσομπανάκη

Η συμβολή των επικοινωνιακών δεξιοτήτων του διευθυντή σχολικής
μονάδας στην εύρυθμη λειτουργία της..... 334

Βασιλική Μιχαλογιάννη

Αντίληψη για τον έρωτα στην αρχαία ελληνική μυθιστορία,
όπως προκύπτει από το έργο *Λευκίππη και Κλειτοφών* 349

Φλώρα Ρεΐση

Δυσλεξία: Φαινόμενο υπό διερεύνηση, ψυχομετρικές
και εκπαιδευτικές διαστάσεις..... 360

Πρόληψη και υποστήριξη μαθητών προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας σε καταστάσεις κρίσεων: Η περίπτωση του ΕΞ αποστάσεως εκπαιδευτικού προγράμματος «Κούκλες από... σπίτι: Μικρές ηλιαχτίδες ενδυνάμωσης και φροντίδας μέσα από το παράθυρο»

Ιωάννα Μενδρινού

PhD Θεατρολογίας, Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας,
Διεύθυνση ΠΕ Δ' Αθήνας, Εκπαιδευτικός (ΠΕ60)

Περίληψη

Μία απρόβλεπτη και πρωτόγνωρη κατάσταση κρίσης, όπως η πανδημία της Covid-19, είναι δυνατόν να προκαλέσει έντονα συναισθήματα, αποδιοργάνωση, δυσκολία ή αδυναμία αντιμετώπισης των αλλαγών και των ενδεχόμενων απωλειών (WHO, 2020· Μαγκλάρα και Λαζαράτου, 2020· Μπράβου κ.ά., 2020· Χατζηκρήστου κ.ά., 2012). Στο πλαίσιο αυτό, η

ανάδυση της ανάγκης για ενδυνάμωση και φροντίδα μαθητών νηπιαγωγείου και πρώτων τάξεων Δημοτικού μέσα από δομημένα, ασφαλή, προσιτά και κατάλληλα για τον ψυχισμό, τα ενδιαφέροντα και τις ανάγκες τους προγράμματα αγωγής και

Λέξεις κλειδιά

αγωγή υγείας,
διαχείριση κρίσεων,
εξ αποστάσεως
εκπαίδευση, τέχνες

προαγωγής της υγείας, οδήγησε στον σχεδιασμό και εφαρμογή του εκπαιδευτικού προγράμματος και υλικού: «Κούκλες από... σπίτι: Μικρές πλιακτίδες ενδυνάμωσης και φροντίδας μέσα από το παράθυρο». Ένα πρόγραμμα που, αξιοποιώντας μεθόδους της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και τις τέχνες, και βασισμένο στις αρχές της θετικής ψυχολογίας και της συνθετικής καταξιοτικής συστημικής προσέγγισης, φαίνεται ότι, όχι μόνο ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις των καιρών (προστατευτικά μέτρα, lockdown), αλλά επιπλέον δύναται να αποτελέσει αφετηρία προεκτάσεων ή σχεδιασμού νέων εκδοχών για την πρόληψη, την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας και τη διαχείριση έκτακτων συνθηκών ή ιδιαίτερων καταστάσεων, όπου η διά ζώσης κοινωνική ή παιδαγωγική επικοινωνία είναι δυσχερής.

Abstract

An unpredictable and unprecedented crisis situation, such as the Covid-19 pandemic, can cause strong emotions, disorganization, difficulty or inability to cope with change and possible losses (WHO, 2020; Maglara & Lazaratou, 2020; Bravou et al.; Hatzichristou et al., 2012). In this context, the emergence of the need to empower and care for preschool and primary school students through structured, safe, accessible and appropriate for their psyche, interests and needs, health education and promotion programs, led to the design and implementation of the educational program and material: "Dolls from... home: Small sunbeams of power and care through the window". The program, which utilizes methods of distance education and arts and is based on the principles of positive psychology and synthetic renowned systemic approach, seems to have not only responded directly the demands of the times but may also be a starting point for extending or designing new versions for prevention, enhancement of mental resilience and the management of emergencies or special situations where social or pedagogical communication is difficult.

Keywords

health education,
crisis management,
distance education,
arts

1. Εισαγωγή

Η ραγδαία εξάπλωση του νέου κορωνοϊού SARS-CoV-2 δημιούργησε μια πρωτοφανή κατάσταση, με ανατρεπτικές επιπτώσεις στην καθημερινότητα των ανθρώπων σε πλανητικό επίπεδο, επιτάσσοντας την εφαρμογή αυστηρών προληπτικών

υγειονομικών μέτρων και την προσαρμογή σε μια σειρά από νέες συνθήκες. Η αναστολή λειτουργίας των σχολείων και η διακοπή της διά ζώσης επικοινωνίας ανέδειξαν, μεταξύ άλλων, την αναγκαιότητα της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

Στο ακαρτογράφητο και συγχρόνως ρευστό και αβέβαιο τοπίο, η απουσία εξειδικευμένων¹ εκπαιδευτικών προγραμμάτων και υλικού πρόληψης και παρέμβασης, κοινωνικο-συναισθηματικής ενδυνάμωσης και υποστήριξης μαθητών νηπιαγωγείου και των πρώτων τάξεων του δημοτικού σχολείου και των οικογενειών τους, που παρέμειναν στο σπίτι κατά τη διάρκεια της κρίσης, ενίσχυσης των παιδαγωγικών δεσμών των μελών της σχολικής κοινότητας και αντιμετώπισης των προκλήσεων της επόμενης ημέρας, κατέστη άμεσα ορατή. Το εν λόγω κενό επιδιώχθηκε να αναπληρωθεί τον Μάρτιο του 2020, με το εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό πρόγραμμα Αγωγής Υγείας με τίτλο: «Κούκλες από... σπίτι: Μικρές ηλιαχτίδες ενδυνάμωσης και φροντίδας μέσα από το παράθυρο».

Η διαδικασία, από τη σύλληψη έως την ολοκλήρωση και την πιλοτική εφαρμογή του, ακολούθησε παράλληλη διαδρομή με τις τρέχουσες εξελίξεις, σε μία *in progress* πορεία αμφίδρομης αλληλεπίδρασης με τη *νέα κανονικότητα*, παρακολούθησης και μελέτης των επιπτώσεων της διασποράς της Covid-19, των οδηγιών και των προτεινόμενων πρωτοκόλλων και πρακτικών διαχείρισης της κρίσης από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), το Ελληνικό Υπουργείο Υγείας και τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ), τα Πανεπιστημιακά Τμήματα και Εργαστήρια Ιατρικής και Ψυχολογίας ή φορείς υγείας (Α΄ Ψυχιατρική Κλινική της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ, το Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας του ΕΚΠΑ, την Εθνική Επιτροπή Διατροφικής Πολιτικής, κ.λπ.), τις περιοριστικές διατάξεις κατά τη διάρκεια αλλά και μετά, κατά τη σταδιακή αποκλιμάκωση των μέτρων και την επιστροφή σε μία επίσης πρωτόγνωρη κανονικότητα. Μία περίοδο «μετα-κανονικότητας» (Σταλίκας, 2020), τεταμένη από τον φόβο και την αίσθηση πως ο «κίνδυνος [...] παραμονεύει» με προβλεπόμενη αύξηση των επιπέδων στρες και των ποσοστών φοβιών και εμμονών, διεύρυνση της ψυχικής απόστασης (ως απόρροια της επιβεβλημένης σωματικής), ενοχοποίηση του αγγίγματος, αποφυγή της συνήθειας των ανθρώπων «να ψιθυρίζουν ο ένας στον άλλον τα μυστικά τους».

Η ιδέα, ο σχεδιασμός και η συγγραφή του οδηγού και του υλικού του προγράμματος ανήκουν στην υπογράφουσα.² Η ολοκλήρωσή του πραγματοποιήθηκε υπό την επιστημονική εποπτεία του Κέντρου Πρόληψης Γλυφάδας (ΚΕΠΡΑΓΕΑ) και την επιστημονική υπεύθυνή του κ. Μελίνα Χαρατσίδου³ και τη συμβολή της εκπαιδευτικού (ΠΕ60) κ. Πηνελόπης Κερασσοβίτη, η οποία δημιούργησε και επιμελήθηκε υποστηρικτικό ψηφιακό εκπαιδευτικό υλικό, υλοποιώντας πιλοτικά το

1. ...στην ιδιαίτερη συνθήκη, στο περιεχόμενο, στις αναπτυξιακές ανάγκες μαθητών 4-8 ετών και στις αρχές και μεθόδους της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

2. Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Διεύθυνσης ΠΕ Δ΄ Αθήνας.

3. Κλινική Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια.

πρόγραμμα με μαθητές νηπιαγωγείου (γενικής εκπαίδευσης και τμήματος ένταξης)⁴ και υποστηρίζοντας την εφαρμογή του από εκπαιδευτικούς άλλων σχολείων. Το πρόγραμμα τελεί υπό την αιγίδα της Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δ' Αθήνας και του Ινστιτούτου Ρητορικών και Επικοινωνιακών Σπουδών Ελλάδας (ΙΡΕΣΕ), για την προώθηση και τη διάχυση καλών πρακτικών και αποτελεσμάτων από την εφαρμογή του στην ευρύτερη εκπαιδευτική κοινότητα.

2. «Κούκλες από... σπίτι»

Το πρόγραμμα «Κούκλες από... σπίτι» αποτελεί ένα δομημένο, εξ αποστάσεως εκπαιδευτικό πρόγραμμα αξιοποίησης ασύγχρονων και, όπου κρίνεται αναγκαίο ή επιθυμητό, σύγχρονων μεθόδων της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης (Keegan, 2001· Λιοναράκης, 2006· Αλιβίζος κ.ά., 2015). Λαμβάνοντας υπόψη τις αρχές και τη στοχοθεσία των ΑΠΣ και ΔΕΠΠΣ για το νηπιαγωγείο, το Δημοτικό και των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας, προσφέρεται προς υλοποίηση σε περιόδους έκτακτων συνθηκών στις οποίες η διάζωσης εκπαιδευτική επικοινωνία και κοινωνικότητα δεν είναι εφικτές (λόγω καταστροφών, πανδημίας, γεωγραφικής απόστασης, ασθένειας, κλπ.). Με σκοπό επομένως:

- την κοινωνικο-συναισθηματική ενδυνάμωση, υποστήριξη και φροντίδα μαθητών 4-8 ετών σε καταστάσεις κρίσεων, τη δημιουργική, οργανωμένη και ποιοτική διαχείριση του χρόνου και τη στοχαστική και αναστοχαστική επεξεργασία των *αλλαγών* μέσω της τέχνης.

Πρόκειται αναλυτικότερα για μία πρόσκληση προς τους μικρότερους ηλικιακά μαθητές, που, προϋποθέτοντας την αρωγή της οικογένειας και τη συντονιστική διαμεσολάβηση και καθοδήγηση των εκπαιδευτικών, στοχεύει:

- στην κατανόηση και επεξεργασία των δεδομένων που αφορούν μία κρίση και τις επιπτώσεις της σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο,
- στη δημιουργία ενός αντισταθμιστικού υποστηρικτικού και ασφαλούς περιβάλλοντος ή άτυπου δικτύου επικοινωνίας, αλληλεγγύης και μοιράσματος με οικεία πρόσωπα και στη σχολική τάξη (που ανα-συστήνεται ως e-τάξη),
- στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας και στην αποτελεσματική διαχείριση έντονων συναισθημάτων,
- στην αγωγή και προαγωγή της πνευματικής και σωματικής υγείας και κοινωνικής ευεξίας μέσω της βιωματικής προσέγγισης επιμέρους θεματικών όπως:

4. Στο πλαίσιο της πιλοτικής εφαρμογής του, το σχολείο (3ο Νηπ. Αργυρούπολης) διακρίθηκε στον 3ο Πανελλήνιο Σχολικό Διαγωνισμό Bravo Schools 2020, λαμβάνοντας 2 βραβεία, ανάμεσα σε 637 συμμετοχές πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, στις κατηγορίες «Καλύτερο Σχέδιο Μαθήματος» και «Καλύτερη Εκπαιδευτική Προσέγγιση» εξυπηρέτησης του 3ου Παγκόσμιου Στόχου Βιώσιμες Ανάπτυξης (Καλή υγεία και ευημερία).

- υγιεινή του σώματος (χεριών), φυσική άσκηση και υγεία, υγιεινή διατροφή, διαταραχές ύπνου, ευεξία και περιβάλλον, ποιοτικός χρόνος/ποιότητα ζωής, δεξιότητες και αξίες ζωής, ασφάλεια στο διαδίκτυο, δικαιώματα του παιδιού,
- στη δημιουργία νέων σχεδίων, στον εμπλουτισμό ή στην επανασύνδεση με προϋπάρχοντα της κρίσης σχέδια και όνειρα για την επόμενη ημέρα,
 - στην ψυχ-αγωγή και ανάδειξη ευοίωνων προοπτικών ελπίδας και ομορφιάς μέσω της βιωματικής, ανακαλυπτικής, δημιουργικής ενασχόλησης και εκπαίδευσης με τις τέχνες,
 - στην καλλιέργεια βασικών δεξιοτήτων ζωής, μεταξύ των οποίων: γλωσσικές-επικοινωνιακές δεξιότητες, κριτική και αποκλίνουσα σκέψη, ικανότητα του *συλλογίζεσθαι* στα παιδιά (Improvement of Reasoning Ability) (Lipman, 2003, 2004),
 - στη συναισθηματική επίγνωση και απόκτηση ικανοτήτων αυτορύθμισης, δεξιοτήτων ενσυναίσθησης και συμμετοχής στη συναισθηματική εμπειρία του άλλου (Ζγαντζούρη και Πουρκός, 1997· Cole & Cole, 2001),
 - στην εξοικείωση των συμμετεχόντων με τις μεθόδους και αρχές της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και επικοινωνίας, τις ευεργετικές δυνατότητες της ψηφιακής τεχνολογίας, τους κανόνες για την ασφάλεια και προστασία των προσωπικών δεδομένων στο διαδίκτυο.

3. Θεωρητικό πλαίσιο

3.1. Κρίσεις

Οι κρίσεις είναι γεγονότα που επαναπροσδιορίζουν τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο και τη θέση μας. Σύμφωνα με τον Roberts (2005: 778) συνιστούν οξείες διαταραχές (αναστάτωση) της ψυχολογικής ομοιόστασης από έντονα αγχωτικά, τραυματικά ή απειλητικά γεγονότα, που έχουν ως αποτέλεσμα την υπονόμευση της σταθερότητας, της ικανότητας επιστράτευσης συνηθισμένων μηχανισμών αντιμετώπισης και της λειτουργικότητας των ατόμων. Είτε είναι αναπτυξιακές (δηλαδή συνδεδεμένες με γεγονότα που σχετίζονται με τον κύκλο ζωής ενός ατόμου ή μιας οικογένειας) είτε κρίσεις καταστάσεων (αιφνίδια γεγονότα, όπως ατυχήματα, φυσικές καταστροφές, βίαια γεγονότα, πανδημίες), συνιστούν δύσκολες περιόδους για όσους τις βιώνουν, καθώς κατακλύζονται από συναισθήματα φόβου, απελπισίας, απογοήτευσης, θυμού, νοσταλγίας, ματαιώσης ή άγχους, που συχνά τους καθιστούν ανίκανους να αντιδράσουν (Whalley & Kaur, 2020). Τα συναισθήματα αυτά είναι εντονότερα στα παιδιά που χρειάζονται τη στήριξη και την καθοδήγηση των σημαντικών ενπλίκων, προκειμένου να καταφέρουν να επανέλθουν σε ικανοποιητικά επίπεδα λειτουργικότητας (Χατζηχρήστου κ.ά.,

2008, 2012). Θεωρείται πράγματι ότι «όταν ένα αιφνίδιο και ως επί το πλείστον δυσάρεστο γεγονός συμβεί στη ζωή ενός παιδιού ή της κοινότητας όπου ανήκει, το παιδί είναι πιθανό να αποδιοργανωθεί, να χάσει την αίσθηση ελέγχου της πραγματικότητάς του και συχνά να έρθει αντιμέτωπο με πολύ σημαντικές απώλειες» (Χατζηκρήστου κ.ά., 2012: 3). Αντίδραση⁵ που μπορεί ωστόσο να θεωρηθεί «φυσιολογική» και αναμενόμενη στο πλαίσιο μιας «μη φυσιολογικής» συνθήκης, ποικίλλοντας ανάλογα με την ηλικία και την αναπτυξιακή ωριμότητα του παιδιού. Σε κάθε περίπτωση, και παρ' όλη την αρνητική τους φόρτιση, οι κρίσεις αποτελούν μέρος της ζωής. Η αποτελεσματική επίλυσή τους είναι δυνατόν να οδηγήσει «σε ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και της ανθεκτικότητας του ατόμου εν όψει μελλοντικών στρεσογόνων καταστάσεων» (Χατζηκρήστου κ.ά., 2012: 4).

Η συνειδητοποίηση και κατανόηση της πραγματικότητας, όπως και η ευελιξία προσαρμογής στις αλλαγές που επιφέρουν οι *περιστασιακές κρίσεις*, αποτελούν ως εκ τούτου μέρος μίας αναγκαίας διαδικασίας που διευκολύνει και ενδυναμώνει, εξοπλίζοντας τα άτομα με αποθέματα και στρατηγικές διαχείρισης των προκλήσεων του παρόντος και του μέλλοντος. Η εφαρμογή υποστηρικτικών παρεμβάσεων κατά τη διάρκεια ή μετά από μία κρίση, όσο και η έγκαιρη, σε επίπεδο πρόληψης, καλλιέργεια δεξιοτήτων διαχείρισης κρίσεων από τις πρώτες σχολικές βαθμίδες, αποκτά πλέον περισσότερο από ποτέ ιδιαίτερη αξία, καθιστώντας αναγκαία τη διευρυμένη ένταξη και υποστήριξη υλοποίησης στοχευμένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων αγωγής και προαγωγής της ψυχικής υγείας των μαθητών/τριών, στο σχολείο του 21ου αιώνα.

3.2. Ψυχική ανθεκτικότητα

Η *ψυχική ανθεκτικότητα* συνιστά μία δυναμική διαδικασία, η οποία ενέχει «τη θετική προσαρμογή στο πλαίσιο σημαντικών αντιξοοτήτων» (Luthar et al., 2000: 543-562), την ταυτόχρονη δυνατότητα του ατόμου για επαναφορά στην προηγούμενη κατάσταση (Cairns, 2002) και τη συνέχιση της ομαλής εξέλιξής του (Henderson & Milstein, 2008· Ματσόπουλος, 2011· Λακιάτη, 2011). Υπό την οπτική της συστημικής θεώρησης, ορίζεται ως η ικανότητα ενός συστήματος να αλλάζει και να προσαρμόζεται.⁶

Αφορά δε ένα σύνολο δεξιοτήτων, οι οποίες καλλιεργούνται και βελτιώνονται με την εκπαίδευση και την άσκηση (Linde-Leimer & Wenzel, 2014· Doll, Zucker & Brehm, 2009). Εκτός από την επίγνωση των προσωπικών εσωτερικών και εξωτερικών πόρων, μπορεί να ενισχυθεί μέσω πρακτικών ή διαδικασιών όπως: αυτοφροντίδα (σε επίπεδο αναγκών και συναισθημάτων), καλλιέργεια θετικής αυτοεικόνας και ικανοτήτων αυτορύθμισης, ρεαλιστική στοχοθέτηση, υιοθέτηση υγιών και

5. Όπως: παλινδρόμηση, σωματικά συμπτώματα ή συναισθηματικές δυσκολίες.

6. Stockholm Resilience Centre. (Available in: <https://www.stockholmresilience.org/>).

αισιόδοξων σκέψεων, αποδοχή καταστάσεων που δεν αλλάζουν, επικέντρωση σε αποθεματικές πηγές ενδυνάμωσης, υγιεινός τρόπος ζωής, βίωση (αντί αποφυγής) συναισθημάτων και δραστηριοποίηση (αντί υποχώρησης), σύνδεση με σημαντικούς άλλους, δημιουργία θετικών σχέσεων και αναζήτηση ψυχολογικής στήριξης, όταν καθίσταται αναγκαίο. Σύμφωνα με τον οδηγό πρακτικών συμβουλών του προγράμματος *Feel'*, μεταξύ των εργαλείων για την αντιμετώπιση κρίσεων περιλαμβάνονται ο εντοπισμός των υπό έλεγχο (ή όχι) παραγόντων, η ορθή αξιοποίηση των ψυχικών πόρων, η ψυχραιμία και η συγκροτημένη αντίδραση ενάντια στο άγχος, η παραγωγικότητα και επικέντρωση σε καθημερινές ασχολίες, η αναζήτηση χώρων εσωτερικής γαλήνης (π.χ. μέσω αισθητηριακών εμπειριών), η εξάσκηση στην αποδοχή.

4. Μεθοδολογικό πλαίσιο

4.1. Συστημική προσέγγιση και Καταξιοτική Διερεύνηση

Ξεκινώντας από την παραδοχή ότι τα άτομα, και ιδίως το παιδί, έχουν ανάγκη την εμπειρία, την επίγνωση, την υποστήριξη από οικεία πρόσωπα, την ελπίδα και τα όνειρα για να αντέξουν στις «καταιγίδες» της ζωής, η μεθοδολογία του προγράμματος βασίστηκε στην *Καταξιοτική Διερεύνηση* (Appreciative Inquiry), η οποία εντάσσεται στο μεταμοντέρνο ρεύμα της *Συστημικής Σκέψης* (Systemic Approach) και επικεντρώνεται στις δυνατότητες των συστημάτων να οραματίζονται αλλά και να μετασχηματίζουν την πραγματικότητα (Cooperrider & McQuaid, 2012).

Σύμφωνα με τη *Συστημική προσέγγιση*, ο άνθρωπος αποτελεί ένα σύστημα, τα μέρη του οποίου χρειάζεται να επικοινωνούν μεταξύ τους, όπως και με άλλα συστήματα με τα οποία σχετίζεται. Κατ' αυτόν τον τρόπο, το σύστημα ζει και εξελίσσεται (Lang & McAdam, 2017· Lang, Little & Cronen, 2011). Η *Καταξιοτική Διερεύνηση* επικεντρώνεται στην αναγνώριση, εκτίμηση και καταξίωση των δυνάμεων, ικανοτήτων και αξιών, στη διερεύνηση και ανακάλυψη των αναγκών, των επιθυμιών, των οραματισμών και των δυνατοτήτων που έχουν τα άτομα, οι ομάδες ή τα ευρύτερα συστήματα, στον σχεδιασμό δράσεων για την πραγμάτωση των επιθυμιών και στα βήματα που απαιτούνται για την υλοποίησή τους. Στο πλαίσιο μίας διευρυμένης και συστηματοποιημένης εκδοχής της (*Συστημικό Συνθετικό Μοντέλο Καταξιοτικής Διερεύνησης*), προκρίνονται τέσσερα βήματα εργασίας: η *Ανακάλυψη* (Discovery) των αποθεμάτων, η σύνδεση με τα *Όνειρα* (Dreaming), ο *Σχεδιασμός* (Design) και η *Υλοποίηση* (Delivery) στην πράξη των επιθυμητών σχεδίων/ονείρων (Γκότσης, 2017, 2019).

7. Πρωτοποριακό πρόγραμμα ψυχικής υγείας με πολυετή συνεργασία σε ερευνητικό επίπεδο με την Α΄ Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική του ΕΚΠΑ. (Διαθέσιμο στο: https://apsych.med.uoa.gr/fileadmin/depts/med.uoa.gr/apsych/uploads/Feel_Covid19_StressManagementTips_2.pdf).

4.2. Οι τέχνες ως μεθοδολογικά εργαλεία

Κατά τον σχεδιασμό του προγράμματος λήφθηκαν υπόψη οι εξής παράμετροι:

- οι αναπτυξιακές και πραγματικές ανάγκες των παιδιών της ηλικιακής ομάδας-στόχου του προγράμματος (πιθανές κοινωνικο-συναισθηματικές, οικονομικές επιπτώσεις),
- η διαθεσιμότητα των νοικοκυριών σε υλικοτεχνικούς-τεχνολογικούς πόρους, ο ψηφιακός εγγραμματοσμός και η ενημερότητα εκπαιδευτικών και γονέων/κηδεμόνων,
- η παιδαγωγική καταλληλότητα και παρεχόμενη ασφάλεια,
- η ελκυστικότητα σε επίπεδο ενδιαφέροντος (ενεργητική συμμετοχή, έκπληξη, φαντασία, προσδοκία), πρωτοτυπίας, αισθητικής, ψυχαγωγίας,
- η σύνδεση και επικοινωνία των παιδιών με σημαντικούς ανθρώπους σε συνθήκες κρίσης και πρόκλησης έντονων συναισθημάτων, δεδομένου ότι θεωρείται ανακουφιστική, συνεισφέρει στη δημιουργία ενός ασφαλούς και ισχυρού υποστηρικτικού δικτύου αναγκαίου σε κάθε άτομο, του οποίου «ο ψυχισμός δοκιμάζεται σημαντικά» (Μπράβου κ.ά., 2020),
- η εμπυκνωτική προοπτική ότι «οι επιδημίες έχουν μια αρχή, μια μέση και ένα τέλος» (Μαγκλάρια και Λαζαράτου, 2020) (όπως και η παραμυθιακή σύνταξη).

Στο πλαίσιο αυτό, η επιλογή των τεχνών ως καταλληλότερου μεθοδολογικού εργαλείου επίτευξης γενικότερων και επιμέρους στόχων, λόγω της παιδευτικής, ψυχοθεραπευτικής και επικοινωνιακής υπόστασης και λειτουργίας τους, δεν υπήρξε τυχαία. Πιο συγκεκριμένα, αξιοποιήθηκαν:

- η τέχνη του θεάτρου (με έμφαση στο θέατρο κούκλας), ως τόπος συνάντησης όλων των τεχνών, με στόχο μία ανθρωπιστική, «πάμμουσο παιδαγωγία» (Γραμματάς, 2014),
- τεχνικές του θεάτρου (θέατρο στην εκπαίδευση/εκπαιδευτικό δράμα) ως ενεργητικές μέθοδοι βιωματικής, ενεργητικής, αναστοχαστικής διερεύνησης και ανακαλυπτικής προσέγγισης της μάθησης (Αυδή και Χατζηγεωργίου, 2007),
- η ζωγραφική, οι κατασκευές, η παραμυθιακή αφήγηση, η μυθοπλασία, η μουσική ακρόαση και η ψηφιακή δημιουργία (video animation),
- θεραπευτικές προσεγγίσεις μέσω της τέχνης (δραματοθεραπεία, παιγνιοθεραπεία, θεραπευτικό κουκλοθέατρο, μουσικοθεραπεία) (Ρόμπερτσον και Ρόμπερτσον, 2018· Ρόμπερτσον, 2017· Oades-Sese et al., 2014: 188· Aronoff, 2001· Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, 2006· Ward, 2000).

Θα πρέπει να επισημανθεί ότι η επιλογή της κούκλας και ως εκ τούτου του κουκλοθέατρου οφείλεται στην ιδιαιτερότητα που κομίζει, όχι μόνο ως μία κατεξοχήν λαϊκή, άκρως επικοινωνιακή μορφή παραστατικής τέχνης (Μαγουλιώτης, 2009· 2012), όσο κυρίως ως μία απελευθερωτική τέχνη –των αυτοσχέδιων υλικών και μέσων και των «λιγοστών λέξεων»– που αφήνει πάντα χώρο στη φαντασία του εμπυκνωτή και του κοινού του (Παρούση, 2012). Η κούκλα, μια ύλη που αναπαριστά

ένα ζωντανό πλάσμα, εκπληρώνει διαχρονικά και διαπολιτισμικά εγγενείς ανάγκες του ανθρώπου για ψυχαγωγία, παιχνίδι, φαντασία, αναπαράσταση, μίμηση, θέαση και ταύτιση με ρόλους-πρότυπα σημαντικά για την εξελικτική του πορεία. Για το μικρό παιδί αποτελεί ένα απτό, συμβολικό αντικείμενο-παιχνίδι πολύ κοντά στον ψυχισμό του, το οποίο μπορεί να νοηματοδοτήσει, να χειριστεί και διαχειριστεί αφενός χωρίς περιορισμούς και αφετέρου με ασφάλεια, χωρίς να εκτίθεται. Του επιτρέπει να δοκιμάσει συναισθήματα προτού τα οικειοποιηθεί. Γίνεται διαμεσολαβητής των μηνυμάτων του εσωτερικού του κόσμου και ενίοτε συνήγορός του. Λειτουργεί σαν προστατευτικό ενδιάμεσο και συγχρόνως ως κανάλι επικοινωνίας (Παρούση, 2012), εκπληρώνοντας με τον καλύτερο τρόπο βασικούς στόχους που αφορούν τη σύνδεση και επικοινωνία του παιδιού με τον εαυτό του και τους άλλους.

5. Παρουσίαση του προγράμματος

Το πρόγραμμα δομείται σε δύο μέρη και δέκα διαδοχικά βήματα-προσκλήσεις των μαθητών/τριών σε δράση. Ο/η εκπαιδευτικός-συντονιστής/ίστρια αναλαμβάνει διαμεσολαβητικό και καθοδηγητικό ρόλο, φροντίζοντας για τη συμπερίληψη, ισότιμη συμμετοχή και υποστήριξη όλων αυτών που συμμετέχουν και των γονέων/κηδεμόνων τους⁸ η ενημέρωση, συναίνεση και αρωγή των τελευταίων (λόγω της ηλικίας των μαθητών) αποτελούν βασική προϋπόθεση για την υλοποίηση του προγράμματος, παρέχοντας νέες προοπτικές ανανέωσης, εμπλουτισμού και ενίσχυσης της σχέσης τους με τα παιδιά και τους εκπαιδευτικούς.

Για την εξυπηρέτηση των στόχων σύνδεσης και επανασύνδεσης με σημαντικά πρόσωπα, καθώς και για την ανατροφοδότηση και αποτίμηση της δράσης, απαιτείται η αποστολή ή κοινοποίηση του παραγόμενου μαθητικού υλικού (φωτογραφίες, βίντεο, ηχητικά μηνύματα, ζωγραφίες, κείμενα, κ.λπ.) με πρόσφορα μέσα, που θα επιλεγούν και υποδειχθούν από τους/τις συντονιστές/ίστριες, και η ανάρτηση ή διανομή του, σύμφωνα πάντα με τους κανόνες δεοντολογίας και ασφάλειας των χρηστών και την ισχύουσα νομοθεσία για την προστασία των προσωπικών δεδομένων.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει ένα φιλικό προς τον χρήστη, πλούσιο σε οπτικοακουστικά ερεθίσματα, διαδραστικό και στοχευμένο, εμπλουτισμένο ψηφιακό υλικό, μέρος του οποίου μπορεί να αξιοποιηθεί προαιρετικά, συμβάλλοντας στην προσέγγιση επιμέρους θεματικών ενοτήτων αγωγής υγείας, στην ενημέρωση επί ζητημάτων που αφορούν την έκτακτη κατάσταση, την εκμάθηση πρακτικών και συνθηκών που προάγουν την υγεία, την ευεξία και την καλλιέργεια ατομικών και κοινωνικών δεξιοτήτων (π.χ. για τη διαχείριση του στρες⁸, τη φυσική άσκηση

8. Ενδεικτικά: άσκηση εξισορρόπησης του εαυτού: *grounding yourself*, στο: *Doing What Matters in Times of Stress: An Illustrated Guide*. Geneva: World Health Organization, 2020, pp. 122-123. (Διαθέσιμο στο <https://www.who.int/publications-detail/9789240003927>).

και την υγιεινή διατροφή⁹). Συνοδεύεται από τρία video animation (με εικόνα, ηχητική αφήγηση, υπότιτλους), προσφέροντας τη δυνατότητα μίας περισσότερο ελκυστικής, πολυαισθητηριακής και κυρίως προσβάσιμης μορφής προσέγγισης του υλικού, σύμφωνα με τις αρχές της διαφοροποιημένης διδασκαλίας και για την εξυπηρέτηση των ιδιαίτερων αναγκών κάθε μαθητή/τριας.

Η εισαγωγή στο πρόγραμμα πραγματοποιείται μέσω της παραμυθιακής αφήγησης-έκθεσης των δυσκολιών που βιώνει ο Ήλιος στην καθημερινότητά του εξαιτίας των επιπτώσεων της πανδημίας, και της υποστηρικτικής παρουσίας των μικρών ηλιαχτίδων, που ανάγονται σε βοηθούς τόσο του ίδιου όσο και των παιδιών που μένουν στο σπίτι, αποτελώντας συγχρόνως μετωνυμικούς φορείς του λόγου του/της εκπαιδευτικού. Είναι οι *δυνάμεις* εκείνες που αποκαθιστούν ευφάνταστα και φροντιστικά την επικοινωνία, ενθαρρύνοντας και μεθοδεύοντας την επανασύνδεση των φίλων (με ακτινοκορδέλες που ενώνουν σπίτι με σπίτι, φίλο με φίλο, γειτονιά με γειτονιά).

Οι μαθητές/τριες μούνται έτσι, με ευχάριστο, ελκυστικό και ασφαλή τρόπο, στο θέμα. Η αφήγηση, που διακόπτεται και συνεχίζεται πάλι στο δεύτερο μέρος, ανανεώνοντας το ενδιαφέρον και προσφέροντας νέες προκλήσεις για ενεργητική συμμετοχή, πλαισιώνει όλο το πρόγραμμα διαμορφώνοντας ένα ενιαίο παραμυθιακό περιβάλλον εκτύλιξης της δράσης. Οι μαθητές/τριες συμμετέχουν στην ιστορία ως *δρώσες δυνάμεις*, με ενεργητικό και συνδιαμορφωτικό ρόλο στην εξέλιξή της (όπως αντιστοίχως στο συμμετοχικό-διαδραστικό θέατρο για ανηλίκους ή στο εκπαιδευτικό δράμα) (Μενδρινού, 2016a, 2016b· Γραμματάς, 2010· Αυδή κ.ά., 2007).

Η επίτευξη των στόχων του προγράμματος μεθοδεύεται κυρίως μέσω των προτάσεων βιωματικής, δημιουργικής ενασχόλησης και έκφρασης με διαφορετικά υλικά και εναλλακτικά μέσα: τον κατασκευαστικό πειραματισμό, τη ζωγραφική, το κολάζ, τη μουσική ακρόαση, τα παιχνίδια λόγου και γραφής και την παρουσίαση αυτοσχέδιων κουκλοθεατρικών παραστάσεων, παρουσιάσεων ή συνεντεύξεων από τους μαθητές/τριες. Ο κεντρικός άξονας των προτάσεων αυτών, ενσωματωμένος φαινομενικά στη γενικότερη αφήγηση, αφορά αναλυτικότερα την ιδέα κατασκευής μίας κούκλας αποκλειστικά από χρηστικά ή επαναχρησιμοποιούμενα υλικά που βρίσκονται στο σπίτι και τη σταδιακή προετοιμασία για την παρουσίαση μίας οικιακής παράστασης με θέμα την *περιπέτεια* του επινοημένου κουκλοθεατρικού ήρωα. Πρόκειται για μία εξελικτική, διερευνητική διαδικασία εμπάθυνσης και μελέτης του εαυτού, στην οποία κυρίαρχο ρόλο έχει η εμφύχωση της κούκλας, το *χτίσιμο* της ταυτότητας και η σύνδεση μαζί της. Το παιδί, έχοντας το ίδιο συλλάβει την ιστορία της, προσκαλείται μέσω της φωνής της να εκφράσει ιδέες, συναισθήματα, συλλογισμούς, αναλαμβάνοντας δυναμικό, φροντιστικό και

9. «Μένουμε Σπίτι αλλά... Μένουμε Σωματικά Δραστήριοι και Τρεφόμαστε Υγιεινά», Υπουργείο Υγείας, Εθνική Επιτροπή Διατροφικής Πολιτικής. Απρίλιος, 2020. (Διαθέσιμο στο: <https://eody.gov.gr/wp-content/uploads/2020/04/covid19-askisi-diatrofi.pdf>).

ανταποδοτικό ρόλο σε σχέση με αυτήν («Αλήθεια, πού θα κοιμηθεί;», «Τι βοήθεια χρειάζεται; Μπορείς να κάνεις κάτι γι' αυτό; Τι θα μπορούσες να κάνεις;»). Παροτρύνεται να συνομιλήσει, να ρωτήσει, να αναγνωρίσει τα συναισθήματα και να αναρωτηθεί για τα προβλήματά της, να αναζητήσει και να δώσει λύσεις. Αισθάνεται και συναισθάνεται. Αντιδρά συγκινησιακά, βιώνει εμπειρικά και μπαίνει στη θέση της κούκλας του, καλλιεργώντας τις ενσυναισθητικές του δεξιότητες.

Μέσω της παράθεσης ανοικτών ερωτήσεων, παρωθείται σε εσωτερικό διάλογο, κριτικό αναστοχασμό για την επίλυση προβλημάτων και διακριτικές αναγωγές σε ζητήματα που αφορούν τη δική του καθημερινότητα και τον προσωπικό τρόπο βίωσης της κρίσης, συνεισφέροντας στην αυτεπίγνωση και δημιουργία νέων αποθεμάτων για την επιτυχή διαχείριση αντιξοοτήτων και έντονων συναισθημάτων, στην αυτοφροντίδα, στην εξισορρόπηση και ανάκτηση του ελέγχου του εαυτού και τελικά στην ενίσχυση της ανθεκτικότητάς του. Μυείται παράλληλα στην τέχνη τού εκθετικού, πειστικού λόγου, αξιοποιώντας, χωρίς να απειλείται, κώδικες και εναλλακτικά μέσα επικοινωνίας, οικοδομεί τη μεταγνωστική του αντίληψη, εξελίσσει τη φαντασία και την ευρηματικότητά του. Αντιλαμβάνεται, τέλος, μέσω της παρατήρησης των έργων των συνομηλίκων, τη σύνδεση ή επανασύνδεση με τον εαυτό και του εαυτού με τους άλλους, ότι δεν είναι μόνο του, αλλά ότι όλοι μαζί μοιράζονται κοινές εμπειρίες, συναισθήματα, επιθυμίες, σχέδια και όνειρα για την επόμενη της κρίσης ημέρα. Όνειρα που προσφέρουν δύναμη, προοπτική και ελπίδα για ένα ευοίωνο μέλλον.

Οι μικρές ηλιαχτίδες και οι κούκλες από... σπίτι, φροντιστικοί, ενδυναμωτικοί συνοδοιπόροι των παιδιών στην έκτακτη συνθήκη, κομιστές αισθημάτων ασφάλειας, σθένους, χαράς, δημιουργικής πνοής και αισιοδοξίας, αποχαιρετούν τους μικρούς μαθητές/τριες στο τέλος του προγράμματος, σηματοδοτώντας την ολοκλήρωση του κύκλου της κρίσης, με την επισήμανση ότι ούτως ή άλλως «θα είναι παντού όπου κι αν είσαι». Απευχόμενοι την έλευση κάθε μορφής κρίσεων, όμως γνωρίζοντας ότι είναι σύμφυτες με τη ζωή, προσδοκούμε στη διευρυμένη αξιοποίηση του υλικού, όχι απαραίτητα ως μέσο παρέμβασης, αλλά πρωτίστως, σε επίπεδο πρόληψης, για την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των μικρών-μελλοντικών ενηλίκων.

Βιβλιογραφία

Ξενόγλωσση

- Cairns, K. (2002). *Attachment, Trauma and Resilience: Therapeutic Caring for Children*. London: British Agencies for Adoption and Fostering (BAAF).
- Cooperrider, D. & McQuaid, M. (2012). "The Positive Arc of Systemic Strengths: How Appreciative Inquiry and Sustainable Designing Can Bring Out the Best in Human Systems", *Journal of Corporate Citizenship*, 46, pp. 71-102.

- Lang, P., Little, M. & Cronen, V. (2011). "The Systemic Professional: Domains of Action and the Question of Neutrality", *Human Systems*, 22, pp. 18-34.
- Linde-Leimer, K., Wenzel, T. (eds.) (2014). "Resilience – a key skill for education and job", project partners Guidelines. (Available in: <http://www.resilience-project.eu>).
- Lipman, M. (2003). *Thinking in Education*, Cambridge: Cambridge University Press.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). "The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work", *Child Development* 71 (3), pp. 543-562.
- Oades-Sese, G. V., Cohen, D., Allen, J. W. P. & Lewis, M. (2014). "Building resilience in young children the sesame street way", in S. Prince-Embury & D. H. Saklofske (eds.). *Resilience interventions for youth in diverse populations*, New York, NY: Springer, pp. 181-202.
- Roberts, A. R. (2005). *Crisis intervention handbook: Assessment, treatment, and research*. New York: Oxford University Press, pp. 3-34. (Available in: https://triggered.edina.clockss.org/ServeContent?rft_id=info:doi/10.1093/brief-treatment/mhi030#SEC3).

Ελληνόγλωσση

- Αλιβίζος, Σ., Απόστολος, Κ., Παράσχου, Β. (2015). *Online εξ αποστάσεως Εκπαίδευση. Από τη θεωρία στην πράξη. Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών*. (Διαθέσιμο στο: www.kallipos.gr).
- Aronoff, M. (2001). «Το κουκλοθέατρο σαν μέσο θεραπείας: μια εισαγωγή». Μτφ. Σ. Μαρκόπουλος, *Νήμα/Unima Ελλάς*, 33, σσ. 18-26.
- Αυδή, Α., Χατζηγεωργίου, Μ. (2007). *Η τέχνη του δράματος στην εκπαίδευση. 48 προτάσεις για εργαστήρια θεατρικής αγωγής*. Αθήνα, Μεταίχμιο.
- Cole, S., Cole, M. (2001). *Η ανάπτυξη των παιδιών*. (Μτφ. Μ. Σόλμαν), τόμ. 2, Αθήνα, Gutenberg.
- Γκότσης, Η. (2019). *Η Γραμματική των αποθεμάτων*. Αθήνα, Αρμός.
- Γκότσης, Η. (2017). «Η εμπειρία της εκπαίδευσης με τον Peter Lang και οι εφαρμογές και οι μεταφορές της Καταξιώτικης Συστημικής Διερεύνησης στον Οργανισμό Κατά των Ναρκωτικών», *Μετάλογος*, 30.
- Γραμματάς, Θ. (2014). «Το Θέατρο ως πάμμουσος παιδαγωγία. Προκλήσεις και ζητούμενα στην εποχή της ύστερης νεωτερικότητας», στο Θ. Γραμματάς (επιμ.). *Πάμμουσος Παιδαγωγία. Η Παιδαγωγική του Θεάτρου*. Αθήνα, Ταξιδευτής, σσ. 13-20.
- Γραμματάς, Θ. (επιμ.) (2010). *Στη χώρα του Τοτώρα. Θέατρο για ανήλικους θεατές*. Αθήνα, Πατάκης.
- Doll, B., Zucker, S. & Brehm, K. (2009). *Σχολικές τάξεις που προάγουν την ψυχική ανθεκτικότητα*, επιμ. Χ. Χατζηκρήστου. Μτφ. Ε. Θεοχαράκη, Αθήνα, Τυπωθήτω.
- Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, Ρ. (2006). *Δραματοθεραπεία-Μουσικοθεραπεία. Η επέμβαση της τέχνης στην ψυχοθεραπεία. Θεωρία, Ασκήσεις, Εφαρμογές*. Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
- Ζγαντζούρη, Κ., Πουρκός, Μ. (1997). «Ο ρόλος της εκπαίδευσης στην καλλιέργεια της ενσυναίσθησης», στο Μ. Πουρκός (επιμ.). *Ατομικές διαφορές μαθητών και εναλλακτικές ψυχοπαιδαγωγικές προσεγγίσεις*. Αθήνα, Gutenberg, σσ. 259-273.
- Henderson, N., Milstein, M. (2008). *Σχολεία που προάγουν την ψυχική ανθεκτικότητα*, επιμ. Χ. Χατζηκρήστου. Μτφ. Β. Βασσαρά, Αθήνα, Τυπωθήτω.
- Keegan, D. (2001). *Οι βασικές αρχές της ανοικτής και εξ αποστάσεως εκπαίδευσης*. Μτφ. Α. Μελίστα, Αθήνα, Μεταίχμιο.
- Λακιώτη, Α. (2011). «Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας», στο Α. Σταλίκας, Π. Μυτοκίδου (επιμ.). *Εισαγωγή στη θετική ψυχολογία*. Αθήνα, Τόπος.
- Lang, P., McAdam, E. (2017). «Πρώτες συναντήσεις. Κάνοντας συνδέσεις, ανοίγματα προς τον καλύτερο τρόπο διεξαγωγής της Οικογενειακής Συμβουλευτικής και της Συμβουλευτικής Δικτύων», *Μετάλογος*, 30.

- Λιοναράκης, Α. (επιμ.) (2006). *Ανοικτή και εξ αποστάσεως εκπαίδευση*. Αθήνα, Προπομπός.
- Lipman, M. (2004). *Η σκέψη στην Εκπαίδευση*. Μτφ. Γ. Σαλαμάς, Αθήνα, Πατάκης.
- Μαγκλάρα, Ν., Λαζαράτου, Ε. (επιμ.) (2020). *Οδηγίες για παιδιά και οικογένειες για την αντιμετώπιση των περιοριστικών μέτρων λόγω του κορονοϊού (Covid-19)*. Α΄ Ψυχιατρική Κλινική της Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ.
- Μαγουλιώτης, Α. Ν. (2012). *Ιστορία του νεοελληνικού κουκλοθέατρου: 1870-1938*. Αθήνα, Παπαζήσης.
- Μαγουλιώτης, Α. Ν. (2009). *Κούκλες στην κοινωνία, στις τέχνες, στην εκπαίδευση*. Αθήνα, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Θεσσαλίας.
- Ματσόπουλος, Α. (επιμ.) (2011). *Από την ευαλωτότητα στην ψυχική ανθεκτικότητα. Εφαρμογές στο σχολικό πλαίσιο και στην οικογένεια*. Αθήνα, Παπαζήσης.
- Μπράβου, Α., Μαδούρου, Κ., Βασιλείου, Γ., Γονιδάκης, Φ. (επιμ.) (2020). *Ψυχική Διαχείριση της επιδημίας Covid-19 στον γενικό πληθυσμό*. Α΄ Ψυχιατρική Κλινική της Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ.
- Μενδρινού, Ι. (2016α). *Το ελληνικό θέατρο για ανήλικους θεατές στο τελευταίο τέταρτο του 20ού αιώνα*. Διδακτορική Διατριβή, ΠΤΔΕ ΕΚΠΑ.
- Μενδρινού, Ι. (2016β). «Το θέατρο ως μέσο ανάδειξης και καλλιέργειας της πολλαπλής νοημοσύνης των παιδιών προσχολικής ηλικίας», στο Σ. Παπαδόπουλος (επιμ.). *Τέχνη και πολιτισμός στο σχολείο του 21ου αιώνα*, Πρακτικά Επιστημονικής Διημερίδας. Αθήνα: ΘΑΛΗΣ/ΕΣΠΑ-ΕΚΠΑ, σσ. 263-278.
- Παρούση, Α. (2012). *Κουκλοθέατρο στην εκπαίδευση, εκπαίδευση στο κουκλοθέατρο*. Αθήνα, Πλέθρον.
- Ρόμπερτσον, Κ., Ρόμπερτσον, Τ. (2018). *Δραματοθεραπεία. Ψυχοθεραπευτική παρέμβαση για παιδιά, εφήβους και ενήλικες*. Αθήνα, Το Έρμα.
- Ρόμπερτσον, Τ. (2017). *Παιγνιοθεραπεία. Ψυχοθεραπευτική παρέμβαση για παιδιά και εφήβους*. Αθήνα, Το Έρμα.
- Σταλίκας, Α. (2020). «Στην “μετακανονικότητα” το άγγιγμα θα είναι ενοχοποιημένο. Η “θετική ψυχολογία” πυξίδα μας μετά την καραντίνα», ΑΠΕ-ΜΠΕ. (Διαθέσιμο στο: <https://www.amna.gr/health/article/451856/Stin-metakanonikotita-to-aggigma-tha-einai-enochoiroimenoi-thetiki-psuchologia-puxida-mas-meta-tin-karantina>).
- Ward, D. (2000). *Μουσικοθεραπεία*. Μτφ. Μ. Τόμπλερ, Αθήνα, Ορφείας.
- Whalley, M. & Kaur, H. (2020). *Ζώντας με την ανησυχία και το άγχος εν μέσω παγκόσμιας αβεβαιότητας*. Μτφ. Aliko Eleni Pouli, Elli Kouvaraki, Dr Constantina Markides, *Psychology-tools* (Διαθέσιμο στο: https://www.psychologytools.com/assets/covid-19/guide_to_living_with_worry_and_anxiety_amidst_global_uncertainty_gr.pdf).
- Χατζηχρήστου, Χ. Γ. (επιμ.), Κατή, Α., Λυκιστάκου, Κ., Δημητροπούλου, Π., Λαμπροπούλου, Αικ., Μπακοπούλου, Α. (2008). *Στήριξη των παιδιών σε καταστάσεις κρίσεων*. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας. Αθήνα, Τυπωθήτω/Δαρδανός.
- Χατζηχρήστου, Χ. Γ., Κατή, Α., Γεωργουλέας, Γ., Λυκιστάκου, Κ., Υφαντή, Θ. (2012). *Ψυχολογική στήριξη των παιδιών σε καταστάσεις κρίσεων*. Πρόγραμμα επιμόρφωσης εκπαιδευτικών. Κέντρο Έρευνας και Εφαρμογών Σχολικής Ψυχολογίας (ΚΕΕΣΧΟΨΥ). ΕΚΠΑ Εταιρεία Σχολικής και Οικογενειακής Συμβουλευτικής και Έρευνας (ΕΣΟΣΕ). (Διαθέσιμο στο: <https://www.othisi.gr/sxoleio/wp-content/uploads/2014/06/%CE%A0%CE%91%CE%99%CE%94%CE%99%CE%91-%CE%A3%CE%95-%CE%9A%CE%A1%CE%99%CE%A3%CE%97.pdf>).