

Εγχειρίδιο για τη Διεξαγωγή Βιωματικών Εργαστηρίων στο Σχολείο
«Σεβασμός της Διαφορετικότητας και Πρόληψη της Βίας»





Την επιμέλεια του εγχειριδίου είχε η Σχολική Ψυχολόγος Διαλεχτή Χατζούδη, ΜΑ, Συντονίστρια του Τμήματος Ψυχολογίας του “Hope For Children” CRC Policy Center.

Για την εφαρμογή των δραστηριοτήτων που περιέχονται στο παρόν εγχειρίδιο απαραίτητη προϋπόθεση είναι η εκπαίδευση των εκπαιδευτών που διεξάγουν εργαστήρια εκ μέρους του “Hope For Children” CRC Policy Center. Η εκπαίδευση των εκπαιδευτών περιλαμβάνει τόσο κατανόηση του θεωρητικού υπόβαθρου της μη τυπικής εκπαίδευσης, όσο και πρακτική εξάσκηση στη μεθοδολογία των βιωματικών εργαστηρίων.

Το παρόν εγχειρίδιο αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία του “Hope For Children” CRC Policy Center (HFC) βάσει του περί Δικαιώματος Πνευματικής Ιδιοκτησίας και Συγγενικών Δικαιωμάτων Νόμου του 1976 (59/1976). Ο παρών Νόμος παρέχει στο HFC το αποκλειστικό δικαίωμα ελέγχου, στην Κυπριακή Δημοκρατία, της αναπαραγωγής και διανομής, εξαιρουμένων κάποιων ειδικών περιπτώσεων ως αυτές αναφέρονται ρητά στον εν λόγω Νόμο.



Εισαγωγή

Το “Hope For Children” CRC Policy Center είναι ένας Διεθνής Ανθρωπιστικός και Ανεξάρτητος Οργανισμός, με έδρα τη Λευκωσία στην Κύπρο. Ο Οργανισμός ιδρύθηκε με βάση τα πρότυπα και τις αρχές της Σύμβασης των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα του Παιδιού και το Δίκαιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το “Hope For Children” CRC Policy Center υλοποιεί πολυεπίπεδα ανθρωπιστικά προγράμματα που αφορούν την προώθηση των δικαιωμάτων όλων των παιδιών με προτεραιότητα την ευημερία τους, την εκπαίδευση και την πρόληψη κάθε είδους βίας ενάντια στα παιδιά καθώς και στην ψυχοκοινωνική και νομική τους στήριξη. Εστιάζει παράλληλα και στην υλοποίηση ευρωπαϊκών προγραμμάτων τα οποία περιλαμβάνουν έρευνα, εκπαίδευση επαγγελματιών και αλλαγή πολιτικών που αφορούν στα δικαιώματα των παιδιών.

Το όραμα του "Hope For Children" CRC Policy Center είναι να συνδράμει στην προστασία και προώθηση των δικαιωμάτων του παιδιού και να υποστηρίξει την ενεργό συμμετοχή των παιδιών και των νέων στην κοινωνία.

Στα πλαίσια αυτού του οράματος, το “Hope For Children” CRC Policy Center εκπαιδεύει ειδικούς/ές επαγγελματίες στην εφαρμογή βιωματικών εργαστηρίων και παρέχει πληθώρα βιωματικών δραστηριοτήτων σε μαθητές/ριες όλων των εκπαιδευτικών βαθμίδων. Στο παρόν εγχειρίδιο, συγκεντρώνεται υλικό που έχει αξιοποιήσει ο Οργανισμός για την εφαρμογή τέτοιου είδους προγραμμάτων και οργανώνεται ανά θεματική ενότητα. Για κάθε ενότητα καταγράφονται πληροφορίες για το θεωρητικό υπόβαθρο της κάθε θεματικής και ακολουθούν οι βιωματικές δραστηριότητες που έχουν εφαρμοστεί στο σχολικό πλαίσιο. Όλες οι δραστηριότητες παρουσιάζουν διαφοροποιήσεις και προσαρμογές ανάλογα με το ηλικιακό και αναπτυξιακό επίπεδο των παιδιών στα οποία απευθύνονται.

Στόχος του παρόντος εγχειριδίου είναι να αποτελέσει μια χρήσιμη και πρακτική εργαλειοθήκη για την προώθηση της αποτελεσματικής πρόληψης και διαχείρισης της βίας στο σχολικό πλαίσιο, καθώς και συμπεριφορών που πιθανόν παραβιάζουν τα δικαιώματα των παιδιών (π.χ. ρατσισμός, σεξουαλική παρενόχληση κ.α.). Ο στόχος αυτός συνάδει με τις σύγχρονες ανάγκες των σχολείων, καθώς και με την έναρξη του σχεδιασμού Εθνικής Στρατηγικής και Σχεδίου Δράσης για την πρόληψη και αντιμετώπιση της σχολικής βίας από το Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού Κύπρου.

Το περιεχόμενο του παρόντος εγχειριδίου είναι κατάλληλα διαμορφωμένο για την εφαρμογή προγραμμάτων πρόληψης και παρέμβασης στο σχολικό πλαίσιο, κυρίως στα επίπεδα της πρωτογενούς πρόληψης και δευτερογενούς πρόληψης. Τα προγράμματα πρωτογενούς πρόληψης στο σχολείο απευθύνονται σε ολόκληρο το μαθητικό πληθυσμό και στόχο έχουν να προωθήσουν την ψυχική υγεία και ευεξία όλων των ατόμων, ανεξαρτήτως ατομικών χαρακτηριστικών. Αυτό το είδος προγραμμάτων μπορεί να αποτελέσει συμπλήρωμα του αναλυτικού εκπαιδευτικού προγράμματος, αλλά και να εφαρμοστεί σε ομάδες παιδιών του γενικού πληθυσμού που έρχονται σε επαφή με παράγοντες επικινδυνότητας ή σε παιδιά που βρίσκονται σε ένα μεταβατικό στάδιο ζωής (Χατζηχήστου, 2011). Τα προγράμματα δευτερογενούς πρόληψης αφορούν σε ομάδες μαθητών/τριών που έχουν εμφανίσει κάποιες πρώτες ενδείξεις ψυχολογικών δυσκολιών. Στόχος είναι να αντιμετωπιστούν αυτά τα πρώτα συμπτώματα και να προληφθεί η εμφάνιση κάποιας ψυχικής διαταραχής. Για να συμμετάσχει ένα παιδί σε ένα τέτοιο πρόγραμμα παρέμβασης χρειάζεται να γίνει επιλογή βάσει ψυχοδιαγνωστικής αξιολόγησης (Χατζηχήστου, 2011).

Τα προληπτικά προγράμματα για την καταπολέμηση των διακρίσεων, του ρατσισμού και της βίας στα σχολεία στοχεύουν στην ανάπτυξη κοινωνικών, συναισθηματικών και επικοινωνιακών δεξιοτήτων, στον σεβασμό της διαφορετικότητας, στην ευαισθητοποίηση και στην ενίσχυση της κριτικής σκέψης των παιδιών και των εφήβων. Για την επίτευξη των παραπάνω στόχων, σημαντικό ρόλο διαδραματίζουν τόσο οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται για την υλοποίηση των προγραμμάτων, όσο και ο ρόλος του συντονιστή/νίστριας των ομάδων.

Όσον αφορά στις τεχνικές, το υλικό που περιλαμβάνεται στο παρόν εγχειρίδιο έχει βασιστεί στη μέθοδο της βιωματικής, μη τυπικής μάθησης. Η βιωματική μάθηση δίνει έμφαση στο σημαντικό ρόλο που έχει η εμπειρία στην απόκτηση της γνώσης. Προσφέρει στα παιδιά δυνατότητες συμμετοχής σε ποικίλες δραστηριότητες, μέσα από τις οποίες αποκτούν νέες ή ανακαλούν παλαιότερες προσωπικές εμπειρίες, κοινωνικής, νοητικής, συναισθηματικής, ηθικής, ψυχοκινητικής, επικοινωνιακής, δημιουργικής φύσης, ενώ τους εμπλέκει σε διαδικασίες συστηματικής επεξεργασίας αυτών των προσωπικών εμπειριών και δεδομένων για την επίτευξη της εσωτερικής κατανόησής τους (Ματσαγγούρας, 2012). Η βιωματική εκπαίδευση τελικά αναγνωρίζει μια όχι τόσο θεσμική πτυχή της μάθησης, ενώ ταυτόχρονα προσφέρει μια πιο ρεαλιστική προσέγγιση στον τρόπο που μαθαίνουμε κάτι (Fowler, 2008), εμπλέκοντας το άτομο ολοκληρωτικά στην όλη διαδικασία.

Η βιωματική μάθηση αποτελεί έναν εναλλακτικό τρόπο εκπαίδευσης ο οποίος επεκτείνεται έξω από θρανία, σχολικά βιβλία και την απομνημόνευσή της ύλης (Τριλίβα και Αναγνωστοπούλου, 2008). Αντίθετα, βρίσκεται στον αντίποδα των παραδοσιακών διδακτικών μεθόδων αφού πρόκειται για μάθηση κατά την οποία το άτομο εμπλέκεται άμεσα στη μελετώμενη πραγματικότητα. Μέσω της βιωματικής μεθόδου ενισχύεται η επικοινωνιακή σχέση, αφού όλοι συμμετέχουν ισότιμα και ενεργά στην ομαδική δράση με προσωπική και συναισθηματική εμπλοκή.

Αναφορικά με το ρόλο του συντονιστή/στριας των ομάδων, αυτός είναι κατά κύριο λόγο διευκολυντικός, με στόχο να στηρίξει τους/τις μαθητές/τριες στη διεύρυνση του τρόπου σκέψης τους και στην ανακάλυψη διαφόρων πτυχών του εαυτού τους και του κόσμου γύρω τους. Ο ρόλος του συντονιστή/στριας στην ομάδα είναι πολύπλευρος και αφορά τόσο στην οργάνωση του εργαστηρίου και τη δημιουργία ενός θετικού και ασφαλούς κλίματος, όσο και στην ενθάρρυνση και διευκόλυνση της ομάδας ώστε να εστιάζεται στο θέμα της συνάντησης και να διαμορφώνει στάσεις και δεξιότητες βάσει επιστημονικών δεδομένων (ΙΔΙΕ, 2011). Ο συντονιστής/στρια μπορεί να διαχειριστεί αποτελεσματικά την ομαδική παρέμβαση χρησιμοποιώντας βασικές συμβουλευτικές δεξιότητες, καθώς και λειτουργώντας ως παράδειγμα προς μίμηση επιδεικνύοντας έμπρακτα όσα επιθυμεί να διδάξει (ενσυναίσθηση, σεβασμό της διαφορετικότητας των μελών της ομάδας, σεβασμός των δικαιωμάτων των παιδιών).

Είναι επίσης σημαντικό να προστεθεί πως μια από τις αρχές των εργαστηρίων είναι να προστατεύονται τα προσωπικά δεδομένα των παιδιών και των οικογενειών τους, κάτι που έρχεται σε συμφωνία με τις δραστηριότητες που αναφέρονται στα εγχειρίδια εκπαιδευτικού του ΥΠΠΑΝ (2013). Για αυτό το λόγο στα εργαστήρια χρησιμοποιούνται τεχνικές που αποπροσωποποιούν καταστάσεις, όπως σενάρια, και υπόδυση ρόλων, προστατεύουν την ιδιωτικότητα των μαθητών/τριών. Σημαντικό ρόλο για την επίτευξη αυτής της βασικής αρχής, φέρει ο/η συντονιστής/στρια, όπου όταν μπορεί να τεθεί σε κίνδυνο η ιδιωτικότητα ενός παιδιού, διακριτικά επαναφέρει τα όρια και δεν αφήνει το παιδί να εκθέσει προσωπικά του δεδομένα.



Ακολουθεί ενδεικτικό υλικό βασισμένο σε επιστημονικό υπόβαθρο αναφορικά με τις θεματικές των δικαιωμάτων του παιδιού, του ρατσισμού, του σχολικού εκφοβισμού, της σεξουαλικής κακοποίησης, και της διαχείρισης θυμού. Σημειώνεται ότι αυτό το υλικό έχει ήδη χρησιμοποιηθεί για την εφαρμογή βιωματικών εργαστηρίων σε παιδιά που φοιτούν σε όλες τις σχολικές βαθμίδες, μετά από προσκλήσεις που λάβαμε τα τελευταία 6 χρόνια από τις διευθύνσεις σχολείων (κρατικών και ιδιωτικών) απ' όλη την Κύπρο.

Ασκήσεις γνωριμίας, ενεργοποίησης και κλεισίματος

Κατά την έναρξη κάθε βιωματικού εργαστηρίου, είναι απαραίτητο να δημιουργηθεί ένα κλίμα σύνδεσης, οικειότητας και εμπιστοσύνης στην ομάδα, τόσο μεταξύ των συμμετεχόντων/ουσών όσο και σε σχέση με το/τη συντονιστή/στρια. Για αυτό το σκοπό, πριν τις συγκεκριμένες δραστηριότητες που αφορούν σε κάθε θεματική, εφαρμόζονται κάποιες ασκήσεις γνωριμίας ή εγρήγορσης, οι οποίες συνήθως περιέχουν κίνηση ή/και χιούμορ με αποτέλεσμα να εξοικειώνουν τα παιδιά με την όλη διαδικασία.

Επιπλέον, πολλές από αυτές τις ασκήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν οποιαδήποτε ώρα κατά τη διάρκεια του εργαστηρίου, εάν ο/η συντονιστής/τρια αντιληφθεί ότι τα παιδιά έχουν κουραστεί και χρειάζονται ενεργοποίηση. Παράλληλα, σε ενότητες όπου τα παιδιά φέρνουν αρκετά προσωπικά τους θέματα προς συζήτηση, οι πιο κάτω ασκήσεις μπορούν να βοηθήσουν στο «σπάσιμο του πάγου» έτσι ώστε τα παιδιά να μπορέσουν να αποσυνδεθούν από την προηγούμενη συζήτηση και να νιώσουν ασφάλεια.

Οι ασκήσεις κλεισίματος προτείνονται για να ενισχύσουν κι αυτές με τη σειρά τους το αίσθημα ασφάλειας των παιδιών μέσα από την ομάδα καθώς επίσης στόχο έχουν να συνοψίσουν και να δώσουν την ευκαιρία στα παιδιά να αναστοχαστούν όσα έχουν συζητηθεί στο εργαστήριο. Επιπλέον, δίνεται έτσι η ευκαιρία στο/η συντονιστή/τρια να εντοπίσει ποιες δραστηριότητες φαίνονται πιο χρήσιμες, πιο διασκεδαστικές ενώ του/της επιτρέπει να αντιληφθεί την οπτική και την κριτική σκέψη των παιδιών.

Είναι σημαντικό να τονίσουμε πως οποιαδήποτε άσκηση εμπεριέχει σωματική επαφή ανάμεσα στα παιδιά, όπως αποφευχθεί ή τροποποιηθεί για να τηρούνται τα μέτρα που λαμβάνονται με βάση τα πρωτόκολλα του Υπουργείου Υγείας αναφορικά με την προστασία από τον κορωνοϊό. Παραδείγματος χάριν, όπου υπάρχουν ασκήσεις που τα παιδιά κρατάνε χέρια, μπορούν αντί αυτού τα παιδιά να κρατάνε στάση σούπερ ήρωα και να ολοκληρώνουν την άσκηση.

Νηπιαγωγείο-Δημοτικό

Άσκηση 1

Τίτλος: Πρώτος – Δεύτερος - Τρίτος	Σκοπός: <ul style="list-style-type: none"> • Γνωριμία • Ενεργοποίηση 	Ηλικιακή Ομάδα: Μαθητές/ριες Νηπιαγωγείου - Δημοτικού
		Πηγή: 205 βιωματικές ασκήσεις για εμπύχωση ομάδων ψυχοθεραπείας, κοινωνικής εργασίας, εκπαίδευσης Ζάννα Αρχοντάκη, Δάφνη Φιλίππου, σελ.93
Διάρκεια: 15'	Υλικά που χρειάζονται: -	Αριθμός συμμετεχόντων: μέχρι 15- 20 άτομα

Μεθοδολογία-Διαδικασία:

Τα παιδιά μαθαίνουν τα ονόματά τους με ευχάριστο τρόπο. Τα παιδιά σηκώνονται όρθια και σχηματίζουν έναν κύκλο και ο/η πρώτος από αριστερά ξεκινάει λέγοντας το όνομά του/της. Ο/Η δεύτερος/η από αριστερά θα επαναλάβει το όνομα του προηγούμενου και θα πει και το δικό του/της. Ο/Η επόμενος/η θα πει το όνομα του πρώτου, του δεύτερου και το δικό του/της. Με τον ίδιο τρόπο συνεχίζουν όλοι/ες. Τα παιδιά του νηπιαγωγείου μπορούν να επαναλαμβάνουν το όνομα του/της διπλανού/ής τους και το δικό τους μόνο.

- Πόσο θα αφήσετε αυτό το ξένο φρούτο στην ζωή σας; Θα «τα βρίσκατε;», θα το φέρνατε να γνωρίσει την οικογένεια σας;
- Υπήρξατε ποτέ το άλλο φρούτο σε ένα λεμονόκοσμο; Πώς το χειριστήκατε;
- Ποιοι είναι τα άλλα φρούτα στην δικιά σας κοινότητα / γειτονιά / σπίτι;
- Ποιοι είναι μερικοί από τους τρόπους που κάνουμε κάποιον να νιώσει ανεπιθύμητος/η ή επιθυμητός/ή;

3. Κλείσιμο (5')

Βιωματική Δραστηριότητα 3

Τίτλος: Οι δύο θέσεις	Σκοπός: -Διαχείριση συγκρούσεων -Ενσυναίσθηση -Σεβασμός διαφορετικού -Έκφραση σκέψεων και συναισθημάτων	Ηλικιακή Ομάδα: Δημοτικό Β' Κύκλος
		Πηγή: Φιλίππου, Δ. και Καραντάνα, Π. (2010) Ιστορίες για να ονειρεύεσαι... Παιχνίδια για να μεγαλώνεις... Εκδόσεις: Καστανιώτης
Διάρκεια: 45 λεπτά	Υλικά που χρειάζονται: Δύο καθίσματα στη μέση του κύκλου Power Point εικόνες ιστορίας	Αριθμός συμμετεχόντων/ουσών: μέχρι 20 παιδιά

1. Εισαγωγική Άσκηση – Άσκηση γνωριμίας (5') - Επιλογή από τις εισαγωγικές ασκήσεις

2. Κύριο Μέρος (35')

Οδηγία 1: Διαβάζουμε στα παιδιά την ιστορία:

Ο εγωιστής Γίγαντας

(Wilde, O., 1998, Αθήνα: Καστανιώτη, στο Ιστορίες για να ονειρεύεσαι... Παιχνίδια για να μεγαλώνεις)

Μια φορά και ένα καιρό, ήταν ένας γίγαντας (**εικόνα 1**), που είχε ένα ωραίο σπίτι με υπέροχο κήπο. Στο κήπο υπήρχαν όλων των ειδών τα δέντρα, γεμάτα με γλυκούς καρπούς. (**εικόνα 2**) Υπήρχαν επίσης πολλά λουλούδια με ευωδιαστά αρώματα και υπέροχα χρώματα. Όταν ο γίγαντας έλειπε, τα παιδιά χάρινταν πολύ να παίζουν στο κήπο του.

Ξαφνικά ένα απόγευμα γύρισε ο γίγαντας μετά από πολύ καιρό απουσίας. Βλέποντας που λέτε τα παιδιά μέσα στον αγαπημένο του κήπο, θύμωσε πολύ. Άρχισε να κουνάει τα χέρια του δυνατά (**εικόνα 3**) και να φωνάζει: «Φύγετε γρήγορα από εδώ! Ο κήπος είναι δικός μου. Μόνο δικός μου».

Τα παιδιά τρόμαξαν τόσο πολύ και το έβαλαν στα πόδια. Ο γίγαντας αφού έκτισε ένα τεράστιο τοίχο γύρω από τον κήπο του, κρέμασε και μια επιγραφή στη πόρτα που έλεγε **(εικόνα 4)**: «Οι παραβάτες θα διώκονται».

Έτσι τα παιδιά δεν μπορούσαν να παίξουν πια εκεί.

Ο καιρός περνούσε... Και ήρθε ο χειμώνας **(εικόνα 5)** και έστρωσε παντού το λευκό του πέπλο. Η μόνη παρέα του γίγαντα ήταν ο βοριάς και το χαλάζι.... Και ο καιρός περνούσε... Και ήρθε η άνοιξη και όλα τα δέντρα άνθισαν και μύριζαν ωραία, μα στο κήπο του γίγαντα κανένα δέντρο δεν έβγαλε λουλούδια **(εικόνα 6)**.... Κανένα πουλάκι δεν έκτισε τη φωλιά του... μόνο χιόνι και παγωνιά. Πέρασε η άνοιξη, ήρθε το καλοκαίρι... όμως ο γίγαντας που κοιτούσε συνέχεια από το παράθυρο του έβλεπε τον κήπο του ξερό και παγωμένο **(εικόνα 7)**. Το ίδιο ένιωθε και την καρδιά του. Μόνη του συντροφιά είχε τη λύπη και τη μοναξιά.

Και έτσι ήταν πολύ καιρό. Κλεισμένος στο ψηλό του σπίτι, δεν περίμενε πια τίποτα, όταν ξαφνικά ένα πρωί άκουσε ένα πουλί να κελαηδάει. Έτρεξε έκπληκτος στο παράθυρο να δει από πού ερχόταν αυτό το γλυκό κελάηδημα... και τι να δει; **(εικόνα 8)**. Από ένα μικρό άνοιγμα στο τοίχο τα παιδιά είχαν τρυπώσει μέσα και κάθονταν στα κλωνιά των δέντρων. Σε κάθε δέντρο που αντίκριζε υπήρχε και ένα μικρό παιδί. Και τα δέντρα χαίρονταν τόσο πολύ που είχαν μαζί τους πάλι τα παιδιά, ώστε σκεπάστηκαν με άνθη... Τότε ο γίγαντας γεμάτος χαρά έτρεξε στο κήπο φωνάζοντας: «Μα τι εγωιστής που ήμουν! Ο κήπος ανήκει στα παιδιά. Χωρίς αυτά δεν υπάρχει ζωή, δεν υπάρχουν λουλούδια, δεν υπάρχει χαρά» **(εικόνα 9)** Λέγοντας αυτά, άνοιξε διάπλατα τα χέρια του και αγκάλιασε τα παιδιά.

Εκείνη τη μέρα ο γίγαντα γκρέμισε τον τοίχο και από τότε έπαιζε με τα παιδιά τα πιο όμορφα παιχνίδια του κόσμου! **(εικόνα 10)**

Οδηγία 2: Μετά την ιστορία που ακούσατε, σας προτείνω στα δύο άδεια καθίσματα που υπάρχουν στο κύκλο να καθίσουν δύο από εσάς. Η μια θέση αντιστοιχεί στο γίγαντα και η μια στα παιδιά. Τώρα ο/η κάθε ένας/μία θα μας πει δυνατά τη σκέψη του/της και τι νιώθει, μιλώντας σε πρώτο πρόσωπο και σε χρόνο ενεστώτα. Π.χ. «Είμαι ο γίγαντας και σκέφτομαι... και νιώθω...» Πρώτα ο/η ένας/μία και μετά ο/η άλλος/η. Δεν θα γίνεται διάλογος. Θα σας δώσω εγώ το χρόνο πότε θα σταματήσετε. Θα γυρίσετε στις θέσεις σας και θα έρθουν δύο άλλα άτομα στις θέσεις. Αυτό θα γίνεται μέχρι να περάσετε όλοι τουλάχιστον από μια θέση. Ας ξεκινήσουμε (Δίνουμε 2 λεπτά σε κάθε ζευγάρι. Η άσκηση θεωρείται πολύ αποτελεσματική γιατί όταν μπαίνουμε στη θέση του/της άλλου/ης, τότε μπορούμε να τον/την καταλάβουμε και να τον/την αποδεχτούμε.

Ερωτήσεις για συζήτηση:

- Τι σας άρεσε; Τι σας δυσκόλεψε;
- Με ποιον ήρωα ταυτιστήκατε περισσότερο; Σας λέει κάτι αυτό για τον εαυτό σας;
- Πώς είναι να μπαίνετε στη θέση του άλλου; Το κάνετε αυτό στη ζωή σας;

Κλείσιμο (5') επιλογή από ασκήσεις κλεισίματος