

ΟΜΑΔΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΤΗΣ ΕΝΤΑΣΗΣ

Αριθμός μελών: Πέντε

Συχνότητα: Σε εβδομαδιαία βάση

Στόχοι:

- Μείωση της έντασης μέσα από ανάπτυξη διαλόγου
- Οριοθέτηση του λόγου, σεβασμός στον συνομιλητή
- Συνοχή ομάδας
- Συνεργασία μεταξύ των μελών της ομάδας
- Βελτίωση εικόνας εαυτού των μελών της ομάδας
- Αντικατάσταση αρνητικών συμπεριφορών με θετικές

Η ομάδα διαχείρισης της έντασης, δημιουργήθηκε με σκοπό τη μείωση της έντασης των μαθητών. Οι μαθητές που συμμετείχαν στην ομάδα αυτή ήταν πέντε και προέρχονταν τόσο από το Γυμνάσιο όσο και από το Λύκειο του Ε.Ν.Ε.Ε.ΓΥ.-Λ Κορωπίου. Η διεξαγωγή της ομάδας γινόταν σε εβδομαδιαία βάση και σε διαφορετικές διδακτικές ώρες, ώστε οι μαθητές να μη λείπουν πάντα από το ίδιο μάθημα.

Στην ομάδα προτεραιότητα δόθηκε στη μείωση της έντασης των μαθητών. Αξίζει να σημειωθεί πως στην αρχή υπήρχαν δυσκολίες στον τομέα α)του αλληλοσεβασμού, β)του διαλόγου και γ)της αλληλεπίδρασης μεταξύ των μελών. Για την διαχείριση αυτών των δυσκολιών χρησιμοποιήθηκαν τεχνικές ενίσχυσης του αυτοσεβασμού μέσω βιωματικών ασκήσεων όπως πχ το μετάλλιο επιβράβευσης εαυτού, «γιατί είμαι σημαντικός» (από το βιβλίο:Charlie Mackesy), ανάληψης ευθύνης από κάθε μέλος να συνδέει την παρούσα ομάδα με την προηγούμενη και ασκήσεις ετεροσεβασμού και ενδυνάμωσης της ομάδας «σέβομαι τα γούστα και τις επιλογές των άλλων». Επίσης δόθηκε η δυνατότητα σε κάθε μέλος της ομάδας να παρουσιάσει προσωπικά του ενδιαφέροντα που σχετίζονται για παράδειγμα με τον αθλητισμό, την μουσική, ώστε να υπάρχει θετική ενίσχυση και αποδοχή. Επίσης, η ανάπτυξη διαλόγου έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο στη μείωση της έντασης καθώς βοήθησε σημαντικά να ξεπεραστούν οι όποιες διαφωνίες και αντιπαραθέσεις. Οι

μαθητές που συμμετείχαν παρουσίασαν μείωση της έντασής τους στο σχολικό περιβάλλον κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς.

Η δράση της ομάδας διαχείρισης της έντασης, χαρακτηρίζεται επιτυχημένη καθώς επιτεύχθηκαν οι στόχοι που τέθηκαν και προτείνεται συνέχισή της και για το επόμενο διδακτικό έτος.