



Erasmus+

Ανοίγει δρόμους, αλλάζει ζωές.



Συνοπτική παρουσίαση δράσεων από τη συμμετοχή οκτώ εκπαιδευτικών σε κινητικότητα επιμόρφωσης στη Βαρκελώνη της Ισπανίας, στο πλαίσιο του προγράμματος ERASMUS + KA121, το οποίο υλοποιεί το 3ο Γυμνάσιο Ηρακλείου Κρήτης.

 by Eleni Karkanaki



Στο πλαίσιο εφαρμογής εγκεκριμένου Ευρωπαϊκού προγράμματος **ERASMUS+** του 3ου Γυμνασίου Ηρακλείου Κρήτης, οκτώ καθηγήτριες του σχολείου μας συμμετείχαν σε επιμορφωτικό σεμινάριο στην πόλη Βαρκελώνη, της Ισπανίας, τον Ιούλιο του 2024. Στην επιμόρφωση αυτή έλαβαν μέρος εκπαιδευτικοί από την Ελλάδα, την Ιταλία, τη Γερμανία, το Βέλγιο και την Πολωνία.

Διαχείριση Συγκρούσεων, Συναισθηματική Νοημοσύνη και Πρόληψη Εκφοβισμού

- · Σύγκρουση - αίτια, εκδηλώσεις και πώς να τη μετατρέψετε σε μια διδακτική στιγμή
- · Πρακτικές προσεγγίσεις για την ενσωμάτωση της διαχείρισης συγκρούσεων στο πρόγραμμα σπουδών
- · Αποτελεσματικά, πρακτικά εργαλεία επικοινωνίας για καλύτερες σχολικές σχέσεις και οικοδόμηση κοινότητας
- · Δεξιότητες συναισθηματικής και κοινωνικής νοημοσύνης - πώς να τις ενισχύσετε και να τις καλλιεργήσετε σε εσάς και στους άλλους
- · Σχεσιακή επιθετικότητα και εκφοβισμός - σχολικές προσεγγίσεις για ευαισθητοποίηση και πρόληψη.
- · Πρακτικές δραστηριότητες για την προώθηση της ευημερίας, της συνοχής της ομάδας και της αίσθησης του ανήκειν στη σχολική κοινότητα

Δραστηριότητες για Σπάσιμο του Πάγου



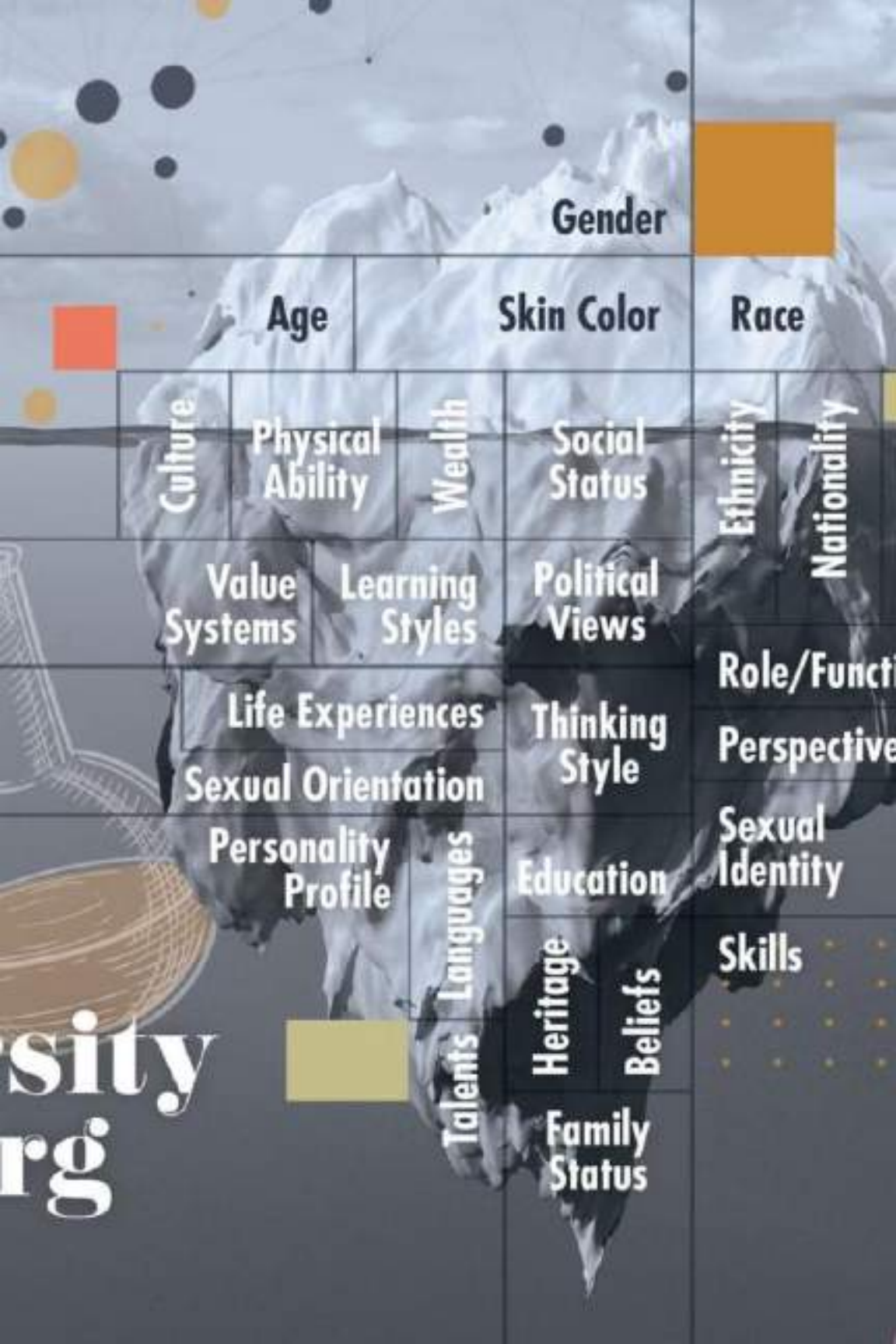
"Το Δίκτυο της Αράχνης"

· Το δίκτυο αντιπροσωπεύει τη σύνδεση μεταξύ όλων των μελών της τάξης και πώς, δουλεύοντας μαζί, μπορούν να δημιουργήσουν ένα ισχυρό και ενωμένο δίκτυο. Αυτή η δραστηριότητα για σπάσιμο του πάγου είναι απλή και αποτελεσματική, καθώς επιτρέπει στους μαθητές να μάθουν περισσότερα για τους συμμαθητές τους και δημιουργεί ένα αίσθημα αλληλεγγύης από την πρώτη κιόλας ημέρα.



«Το Χέρι»

·Οι μαθητές σχεδιάζουν το περίγραμμα της παλάμης τους σε μια κόλλα χαρτί και σε κάθε δάχτυλο γράφουν για τα ενδιαφέροντά τους, σε τι είναι καλοί, το αγαπημένο τους ταξίδι, τις αξίες που καθορίζουν τη συμπεριφορά τους και τα όνειρά τους,



Καλλιεργώντας συνείδηση και σεβασμό για τη διαφορετικότητα

Η διαφορετικότητα είναι σαν ένα παγόβουνο. Εύκολα παρατηρούμε κάποιες χαρακτηριστικές πλευρές των ανθρώπων, αυτές που είναι “πάνω από τη γραμμή του νερού”. Άλλες χαρακτηριστικές πλευρές δεν είναι ορατές. Πολύ περισσότερα βρίσκονται κάτω από τη γραμμή του νερού παρά πάνω από αυτήν. Με το να κατανοήσουμε την διαφορετικότητα που ξεπερνά τις “παραδοσιακές παραμέτρους,” δηλαδή τα χαρακτηριστικά και τα γνωρίσματα που συνήθως εμφανίζονται πάνω από ή στην επιφάνεια του νερού, και να συμπεριλάβουμε επίσης τις πτυχές της διαφορετικότητας που βρίσκονται κάτω από τη γραμμή του νερού και δεν είναι άμεσα αντιληπτές, είμαστε σε θέση να δούμε καλύτερα και να συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε όλοι διαφορετικά άτομα.



Συμπεριφορές που συμβάλλουν στον σεβασμό για τη διαφορετικότητα

Ο ΟΗΕ αναγνωρίζει έξι συμπεριφορές που συμβάλλουν στον σεβασμό για τη διαφορετικότητα. Πώς μπορούμε να καταλάβουμε όταν ένα άτομο σέβεται τη διαφορετικότητα;

Εργάζεται αποτελεσματικά με άτομα από όλα τα υπόβαθρα

Αντιμετωπίζει όλους τους ανθρώπους με αξιοπρέπεια και σεβασμό

Αντιμετωπίζει γυναίκες και άνδρες ισότιμα

Δείχνει σεβασμό για ποικιλία απόψεων

Εξετάζει τις δικές σας προκαταλήψεις και συμπεριφορές

Δεν κάνει διακρίσεις εναντίον οποιουδήποτε ατόμου ή ομάδας

ΣΥΝΟΨΗ

Να είστε προσεκτικοί με την επικοινωνία σας: λέξεις, τόνος φωνής και γλώσσα σώματος

Χρησιμοποιείτε κοινές λέξεις και αποφύγετε τη χρήση αργκό/ιδιωματισμών

Ελέγξτε αν κατανοείτε και αν γίνεστε κατανοητοί

Εκφράστε ενδιαφέρον για την σωστή κατανόηση

Δώστε αρκετό χρόνο στους ανθρώπους να μιλήσουν και δημιουργήστε ευκαιρίες για εκείνους που μιλούν λιγότερο

Να είστε ενήμεροι για το τι μπορεί να επικοινωνεί ο τόνος της φωνής ή η γλώσσα σώματος σας

Υποθέσεις, προκαταλήψεις και στερεότυπα

Υπόθεση :ό,τι θεωρεί κάποιος ως δεδομένο ή δέχεται ως αληθινό, προκειμένου να οδηγηθεί στην εξαγωγή κάποιου συμπεράσματος. Οι υποθέσεις και οι γενικεύσεις μπορούν να είναι επικίνδυνες, ιδιαίτερα σε ένα πολυπολιτισμικό περιβάλλον. Μπορούν να οδηγήσουν σε στερεότυπα, τα οποία με τη σειρά τους μπορούν να οδηγήσουν σε προκαταλήψεις

Στερεότυπο



Ορισμός

Μια σταθερή, υπερβολικά γενικευμένη πεποίθηση για μια συγκεκριμένη ομάδα ή κατηγορία ανθρώπων." (Cardwell, 1996).



Πλεονέκτημα

Μας επιτρέπει να αντιδρούμε γρήγορα σε (νέες) καταστάσεις γιατί ενδέχεται να έχουμε ζήσει μια παρόμοια εμπειρία πριν ή να έχουμε ακούσει γι' αυτήν.



Μειονέκτημα

Γενικεύουμε και αυτό μας κάνει να αγνοούμε τις διαφορές μεταξύ των ατόμων.

Τα στερεότυπα μπορούν να υποτιμήσουν τους ανθρώπους και την αυτοεκτίμησή τους, όπως μπορούμε να δούμε στο παρακάτω βίντεο.

• Βίντεο "Doll test - The effects of racism on children" <https://www.youtube.com/watch?v=BceFXfC1aG4> του Δρ. Kenneth Clark, όπου τα μαύρα παιδιά υποτιμούν τις μαύρες κούκλες και αποδίδουν χαρακτηριστικά στις λευκές κούκλες.

Προκατάληψη

Η προκατάληψη μπορεί να είναι συνειδητή ή ασυνείδητη και περιλαμβάνει στερεότυπα, προδικασίες και πεποιθήσεις (συνήθως αρνητικές) για μια ομάδα ανθρώπων. Αυτές οι πεποιθήσεις μπορεί να βασίζονται σε: φυλή, φύλο, γένος, θρησκεία, πολιτισμό, αναπηρία, σεξουαλικότητα κ.ά.

Μια προκατειλημμένη στάση μπορεί να βασίζεται σε διάφορους παράγοντες, όπως το φύλο, η φυλή, η ηλικία, η σεξουαλική προτίμηση, η εθνικότητα, η κοινωνικοοικονομική κατάσταση και η θρησκεία. **Τύποι προκατάληψης :**

Ρατσισμός

Σεξισμός

**Ηλικιακός ρατσισμός
(Ageism)**

**Κοινωνική διάκριση
(Classism)**

Ομοφοβία

**Εθνοτική προκατάληψη
(Nationalism)**

Θρησκευτική προκατάληψη

Ξενοφοβία

Η προκατάληψη μπορεί να καθορίζει το πώς οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν ο ένας τον άλλον, οδηγώντας ανάμεσα σε άλλα και σε:

Μίσος: Αηδία ή περιφρόνηση για μια άλλη ομάδα που ενθαρρύνει την επιθυμία για διαχωρισμό, ισχυρά συναισθήματα φόβου ή θυμού, και απάνθρωπες πεποιθήσεις. Το μίσος μπορεί να εκδηλωθεί με τη μορφή:

1

Ομιλία Μίσους: Μορφή έκφρασης που έχει σκοπό να επιτεθεί ή να προκαλέσει μίσος κατά μιας κατηγορίας ανθρώπων.

2

Έγκλημα Μίσους: Εγκληματική πράξη που παρακινήθηκε από προκατάληψη.

3

Ομάδα Μίσους: Οργάνωση που επιτίθεται ή καταδικάζει μια κατηγορία ανθρώπων.

4

Μεταχείριση με Διακρίσεις : Άδικη και αρνητική μεταχείριση διαφόρων κατηγοριών ανθρώπων ή πραγμάτων, κυρίως με βάση τη φυλή, την ηλικία ή το φύλο. Η Μεταχείριση με Διακρίσεις μπορεί να είναι άμεση, έμμεση και πολλαπλή.

Ας αναρωτηθούμε:

Ποια άτομα ή ομάδες λείπουν ή δεν εκπροσωπούνται επαρκώς στους μαθητές που έχω αυτή τη στιγμή;

Πώς μπορώ να προσαρμόσω την πρακτική μου έτσι ώστε να προβάλλει καλύτερα την ισότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα, ώστε οι μαθητές μου να κατανοήσουν καλύτερα πώς να προωθήσουν την ισότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα μέσα στη δική τους πρακτική;

1

2


3


Οι μαθητές μου αξιολογούν τον ρόλο της εκπαίδευσης όσον αφορά την προώθηση της ισότητας και των ανθρώπινων δικαιωμάτων; Αν ναι, πώς το ξέρω; Αν όχι, ποιο μπορεί να είναι το αίτιο;


Πρώτες εντυπώσεις: Κρίση με βάση την εμφάνιση

Δραστηριότητα στην τάξη: Μοιράζετε 6 διαφορετικές φωτογραφίες του ίδιου ανθρώπου στους μαθητές, χωρίς ο ένας να μπορεί να δει τη φωτογραφία του άλλου. Ζητάτε από τους μαθητές να κάνουν υποθέσεις σχετικά με τον άνδρα της φωτογραφίας (ηλικία, χαρακτήρα, επάγγελμα, οικογενειακή κατάσταση κ.λ.π) .Στο τέλος ακολουθεί συζήτηση και παρουσιάζεται στους μαθητές το βίντεο του YouTube "Έξι Φωτογράφοι Ένας Άνθρωπος" το οποίο παρουσιάζει μια σειρά από έξι φωτογραφίες που παρέχουν μια εικόνα της ζωής ενός ατόμου, αποκαλύπτοντας συχνά πώς το άτομο εξελίσσεται ή παρουσιάζει τον εαυτό του διαφορετικά σε κάθε φωτογραφία. Τονίζει την ιδέα ότι η ταυτότητα και οι εμπειρίες ενός ατόμου μπορούν να είναι πολυδιάστατες και πολύπλοκες, πέρα από μια απλή εικόνα.

Πρώτες εντυπώσεις: Κρίση με βάση την εμφάνιση




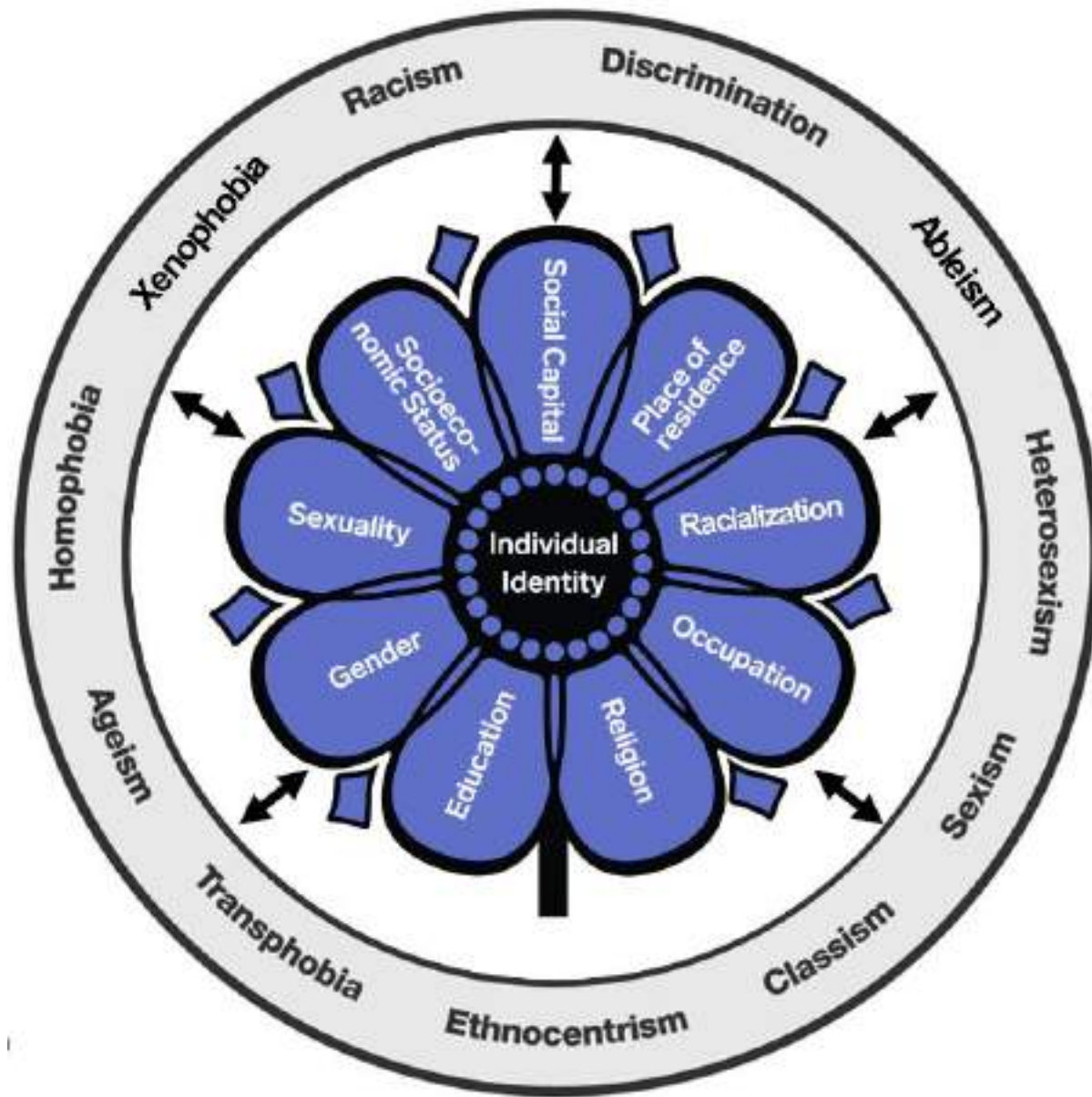
 YouTube



THE LAB: DECOY | 6 Photographers 1 Man - A Portrait Photogra...

A photograph is shaped more by the person behind the camera than by what's in front of it. To prove this we invited six photographers to a portrait...

 03:17



Intersectionality

Ορισμένες ομάδες γυναικών (και ανδρών), λόγω του συνδυασμού του φύλου τους, του γένους τους, της φυλής, του χρώματος, της γλώσσας, της θρησκείας, της πολιτικής ή άλλης γνώμης, της εθνικής ή κοινωνικής καταγωγής, της σύνδεσης με εθνική μειονότητα, της περιουσίας, της γέννησης, της σεξουαλικής προτίμησης, της ταυτότητας και έκφρασης φύλου, των χαρακτηριστικών φύλου, της ηλικίας, της κατάστασης υγείας, της αναπηρίας, της οικογενειακής κατάστασης, της μεταναστευτικής ή προσφυγικής κατάστασης, ή άλλου καθεστώτος, συχνά υφίστανται ταυτόχρονα έναν ή περισσότερους άλλους τύπους διάκρισης.

Πολιτισμός και η επιρροή του στη συμπεριφορά

Ο πολιτισμός είναι κοινωνική κληρονομιά, η οποία μεταδίδεται από τη μία γενιά στην άλλη με τη συσσώρευση προσωπικών εμπειριών.

Η κουλτούρα μπορεί να αποτελέσει πηγή συγκρούσεων.



Μοντέλο παγόβουνου του πολιτισμού

Το μοντέλο του παγόβουνου της κουλτούρας χρησιμοποιείται στις πολιτισμικές σπουδές για να απεικονίσει τη σχέση μεταξύ της άμεσα αντιληπτής και της κρυφής κουλτούρας και τις σχετικές αιτίες των συγκρούσεων της διαπολιτισμικής επικοινωνίας.

SURFACE CULTURE

Food
Language
Flags
Festivals
Fashion
Holidays

Music
Performance
Dance
Arts & crafts
Literature
Games

Communication styles & rules

Facial expressions ~ gestures ~ eye contact
personal space ~ touching ~ body language
tone of voice ~ display of emotion
conversational pattern in different social situations

Notions of

courtesy & manners ~ friendship
leadership ~ cleanliness
modesty ~ beauty

Concepts of

self ~ time ~ past & future
roles related to age, sex, class, family etc.
fairness, justice

Attitudes towards

elders ~ adolescents ~ dependents
rule ~ expectations ~ work ~ authority
cooperation vs. competition
animals ~ age ~ sin ~ death

Approaches to

religion ~ courtship ~ marriage
raising children ~ decision making
problem solving

DEEP CULTURE

design by @calmwatercolor


Μοντέλο παγόβουνου του πολιτισμού

Το μικρότερο μέρος του παγόβουνου, η κορυφή του, αντιπροσωπεύει το ορατό και ακουστό, δηλαδή το γρήγορα αναγνωρίσιμο μέρος της κουλτούρας (γλώσσα, εμφάνιση, συμπεριφορά, ...). Το πολύ μεγαλύτερο μέρος της κουλτούρας (κανόνες, αξίες, πεποιθήσεις, ιδανικά, παραδόσεις, εμπειρίες, πρότυπα, ...), από την άλλη πλευρά, βρίσκεται κρυμμένο „κάτω από την επιφάνεια του νερού“ και συνεπώς δεν είναι άμεσα αντιληπτό. Ωστόσο, επηρεάζει σημαντικά το μικρό αντιληπτό μέρος και έτσι αποτελεί συχνά την αιτία συγκρούσεων στη διαπολιτισμική επικοινωνία λόγω της „αορατότητάς“ του. Η γνώση των κρυμμένων πολιτισμικών πτυχών και η ευαίσθητη προσέγγισή τους μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο τέτοιων παρεξηγήσεων.

Άτομα που έχουν διαφορετικές συμπεριφορές (‘‘πάνω από τη γραμμή του νερού’’) μπορεί να έχουν διαφορετικές αξίες και αφορμίσεις (‘‘κάτω από τη γραμμή του νερού’’) και το αντίθετο.

“Good practice in Barcelona, Spain - European Toolkit for Schools”




 YouTube



Good practice in Barcelona, Spain - European Toolkit for Scho...

The Joaquim Ruyra Elementary School is located in a disadvantaged suburban district of Barcelona. National and international press have referred to the...

 03:46

“Good practice in Barcelona, Spain - European Toolkit for Schools”

Ένα σχολείο σε ένα υποβαθμισμένο προάστειο της Βαρκελώνης στο οποίο συμμετέχουν όλοι ισότιμα (καθηγητές, μαθητές, γονείς, εθελοντές).

Στις αρχές του 2000, το σχολείο αντιμετώπισε μια ξαφνική και πολύ μεγάλη αύξηση παιδιών μετανάστες.

Μετατρέποντας το σχολείο σε μια κοινότητα μάθησης, όπου μπορεί η τοπική κοινότητα να συμμετάσχει και να είναι ενεργός αρωγός, κατάφεραν να επιτύχουν την συμπερίληψη και ακαδημαϊκά επιτεύγματα άνω του μέσου όρου.



SEL/ Κοινωνική και συναισθηματική μάθηση

Η CASEL ιδρύθηκε το 1994 με στόχο τη θέσπιση της υψηλής ποιότητας, βασισμένης σε αποδείξεις κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης (SEL) ως βασικού μέρους της εκπαίδευσης από το νηπιαγωγείο έως το λύκειο. Η SEL παρουσιάστηκε ως ένα πλαίσιο που αντιμετωπίζει τις ανάγκες των νέων και βοηθά στη ευθυγράμμιση και συντονισμό των σχολικών προγραμμάτων και δραστηριοτήτων.

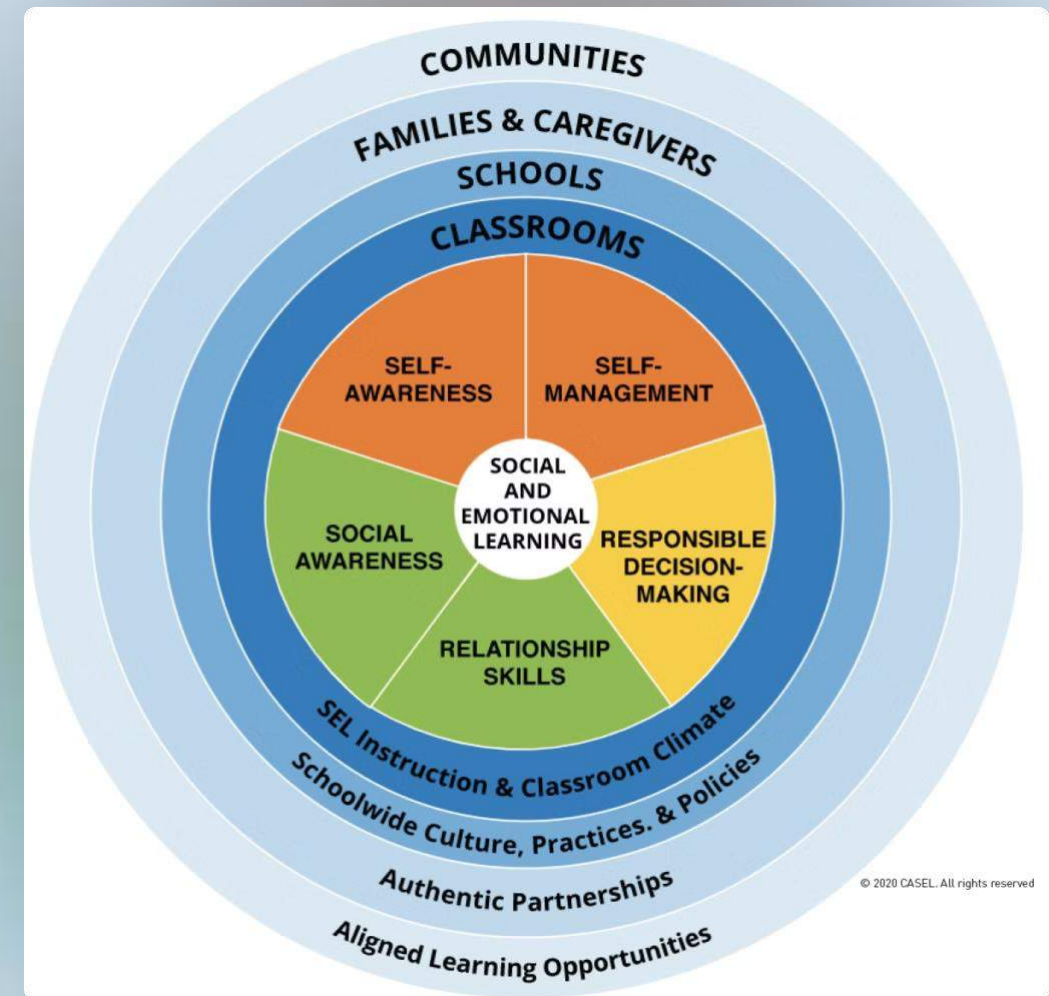
SEL/ Κοινωνική και συναισθηματική μάθηση

Η κοινωνική και συναισθηματική μάθηση (SEL) είναι αναπόσπαστο μέρος της εκπαίδευσης και της ανθρώπινης ανάπτυξης. Η SEL είναι η διαδικασία μέσω της οποίας όλοι οι νέοι και ενήλικες αποκτούν και εφαρμόζουν τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις στάσεις που χρειάζονται για να αναπτύξουν:

- Επίγνωση Συναισθημάτων
- Αυτοδιαχείριση
- Ενσυναίσθηση
- Δεξιότητες Σχέσεων
- Υπεύθυνες Αποφάσεις
- Ενσυναίσθηση και Κατανόηση

Οι καθηγητές εκείνοι που διαθέτουν κοινωνική και συναισθηματική ικανότητα έχουν περισσότερες πιθανότητες να μακροημερεύσουν στην εκπαίδευση και ιδιαίτερα μέσα στην τάξη.

*Η δραστηριότητα "**Mad Libs**" μπορεί να προσφέρει πολλά οφέλη που σχετίζονται με την κοινωνική και συναισθηματική μάθηση (SEL)



Θετική Εκπαίδευση

- Η Θετική Εκπαίδευση συνδυάζει τη θεωρία της Θετικής Ψυχολογίας με τις καλύτερες πρακτικές διδασκαλίας για να ενθαρρύνει και να υποστηρίξει τα σχολεία και τις κοινότητες να ευδοκιμήσουν.
- Η ευημερία αναφέρεται σε έναν συνδυασμό του «να αισθάνεσαι καλά και να κάνεις το καλό».
- Η Θετική Εκπαίδευση εστιάζει σε συγκεκριμένες δεξιότητες που βοηθούν τους μαθητές να ενισχύσουν τις σχέσεις τους, να χτίσουν θετικά συναισθήματα, να βελτιώσουν την προσωπική ανθεκτικότητα, να προάγουν την ενσυνειδητότητα και να ενθαρρύνουν έναν υγιή τρόπο ζωής

Ευημερία και Ανθεκτικότητα

Ευημερία

Η κατάσταση του να είσαι υγιής και ευτυχισμένος (σωματική και ψυχική)

Ανθεκτικότητα

Η ικανότητα ενός ατόμου να αντιμετωπίζει αλλαγές και προκλήσεις και να ανακάμπτει κατά τη διάρκεια δύσκολων στιγμών. Όσο πιο ανθεκτικό είναι ένα άτομο, τόσο καλύτερα καταφέρνει να περάσει μέσα από δύσκολες καταστάσεις και τόσο καλύτερες είναι οι πιθανότητές του να ανακάμψει από εμπειρίες αντιξοότητας και τραύματος (Gilligan 2004).

Διαχείριση στρεσογόνων στιγμών

- **Διαχειριστείτε τα συναισθήματά σας.** Όταν παρατηρούμε τη συμπεριφορά ενός μαθητή να τραβάει την προσοχή μας, το πρώτο βήμα πρέπει να είναι η ρύθμιση του εαυτού μας. Δεν μπορούμε να βοηθήσουμε κάποιον άλλο αν εμείς οι ίδιοι είμαστε εκτός ελέγχου.
- **Βοηθήστε τον μαθητή με τα συναισθήματά του.** Βοηθάμε τον μαθητή να ηρεμήσει τη φυσική του δραστηριότητα. Στη συνέχεια, τον βοηθάμε να εξερευνήσει τα συναισθήματά του αναθεωρώντας μαζί του την ιστορία του τι συνέβη. Ακούμε και αναστοχαζόμαστε χωρίς να κρίνουμε. Στόχος μας είναι να κατανοήσουμε την προοπτική του και να τον βοηθήσουμε να βάλει τα συναισθήματά του σε λέξεις.
- **Σκεφτείτε και στρατηγικά.** Σκεφτείτε από κοινού: ποιο πρόβλημα πρέπει να λυθεί εδώ και ποια επόμενα βήματα μπορεί να είναι χρήσιμα.
- **Κλείστε τη συζήτηση.** Ολοκληρώστε τη συζήτηση για τώρα. Προσπαθήστε να τελειώσετε με μια θετική εστίαση.
- Ακολουθήστε την πορεία.** Σημαντικά ζητήματα σπάνια "επιλύονται" με την πρώτη προσπάθεια, οπότε ελέγξτε αργότερα πώς πάνε τα πράγματα και αν χρειάζεται επιπλέον υποστήριξη

'Where do I feel..'' Activity

Ζωγραφίζω στο σχεδιάγραμμα ενός ανθρώπινου σώματος στα σημεία που νιώθω διάφορα συναισθήματα, χρησιμοποιώντας διαφορετικά χρώματα, ανάλογα με την έντασή τους

Feelings are something we feel in our body

Show the places with these colors

Sad - Blue

Fear - Black

Guilt - Brown

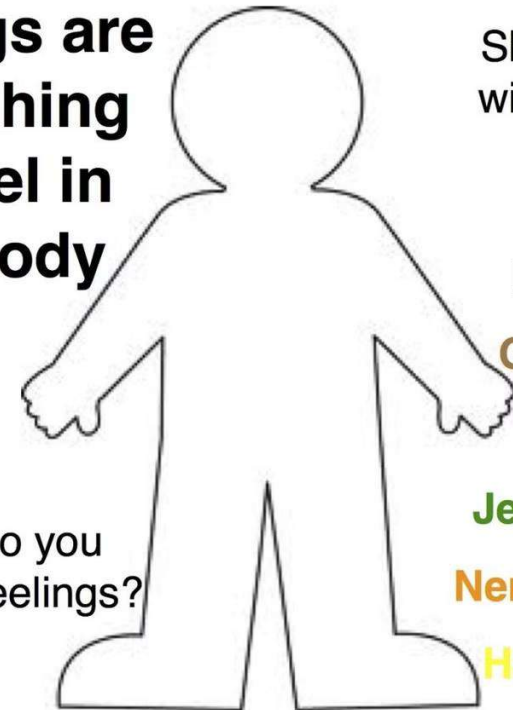
Anger - Red

Jealous - Green

Nervous - Orange

Happy - Yellow

Where do you feel your feelings?



Τρόποι έκφρασης των Συναισθημάτων Μας στους Άλλους

Παθητικός

Δεν μετράω, οπότε μπορείς να με εκμεταλλευτείς. Τα συναισθήματά μου, οι ανάγκες μου και οι σκέψεις μου είναι λιγότερο σημαντικές από τις δικές σου. Θα ανεχθώ οτιδήποτε.

Με αυτοπεποίθηση

Αυτό είναι που σκέφτομαι. Αυτό είναι πώς αισθάνομαι. Αυτή είναι η αντίληψή μου για την κατάσταση. Εσύ; Αν οι ανάγκες μας συγκρούονται, είμαι σίγουρα έτοιμος να εξετάσω τις διαφορές μας και ενδέχεται να είμαι πρόθυμος να συμβιβαστώ.

Επιθετικός

Αυτό είναι που σκέφτομαι, αυτό που θέλω και αυτό που αισθάνομαι. Αυτό που έχει σημασία για σένα δεν είναι σημαντικό.

Σύγκρουση/ Διαμάχη

- Η σύγκρουση είναι αναπόφευκτη... και συχνά καλή!"
- Καθιστά τα προβλήματα προφανή, ανοίγει πόρτες για Αλλαγή, βοηθά τους ανθρώπους να είναι αληθινοί, αυθεντικοί, βοηθά στην ανεύρεση οφελών από τη διαφορετικότητα.
- Αλλά μπορεί να αποτελεί και ένα μεγάλο πρόβλημα..
- Δημιουργεί αρνητικό περιβάλλον, φόβο, απάθεια, θυμό, δυσπιστία. Οι μαθητές μαθαίνουν λιγότερο, οι εκπαιδευτικοί είναι αγχωμένοι, οι οικογένειες ανησυχούν, Ενθαρρύνει έναν φαύλο κύκλο περαιτέρων ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ



Οι συγκρούσεις συχνά προκύπτουν για τους παρακάτω λόγους:



Ανεκπλήρωτη ανάγκη



Προβλήματα επικοινωνίας



Διαφορές στις αντιλήψεις και αξίες



Διαφορές στη προσωπικότητα και τη στάση



Ασαφή δομή εξουσίας

Πρόληψη Συγκρούσεων

- Θέτουμε τον προβληματισμό στους μαθητές σχετικά με το τι είναι μια σύγκρουση
- Θέτουμε τον προβληματισμό στους μαθητές σχετικά με την αντίδρασή τους σε μια σύγκρουση όταν την παρατηρούν σε άλλους ή όταν βρίσκονται σε μια σύγκρουση
- Εξουδετερώνουμε την πηγή της σύγκρουσης
- Δουλεύουμε πάνω στα στερεότυπα
- Εργαζόμαστε για την κάλυψη των αναγκών
- Δουλεύουμε πάνω στην ευγνωμοσύνη και την ενσυνειδητότητα

Επίλυση Συγκρούσεων

- Μείνετε ήρεμοι, κάντε ένα βήμα πίσω και αξιολογήστε. Παρατηρήστε τι συμβαίνει. Είναι πραγματικά σοβαρό; Αν όχι, αφήστε το, απομακρυνθείτε. Αν ναι, προχωρήστε στα επόμενα βήματα.
- Μιλήστε, συμβιβαστείτε, επιλύστε. Μιλήστε ήρεμα για το τι έχει συμβεί. Αν οι εμπλεκόμενοι στη σύγκρουση δεν μπορούν να ηρεμήσουν, μην προσπαθήσετε να τους πείσετε. Δεν είναι έτοιμοι, μιλήστε μαζί τους χωριστά.
- **ΠΑ τους ΜΑΘΗΤΕΣ:** Ζητήστε βοήθεια από έναν διαμεσολαβητή (αν υπάρχει στο σχολείο) ή έναν ενήλικα. Ένας σεβαστός συμμαθητής ή ένας μεγαλύτερος μαθητής μπορεί να σας βοηθήσει να συζητήσετε το πρόβλημα και να το επιλύσετε.



- **ΠΑ τους καθηγητές:** Αν δεν μπορείτε να το λύσετε, ζητήστε βοήθεια από άλλον ενήλικα, σύμβουλο ή διευθυντή.

Σχολική Διαμεσολάβηση



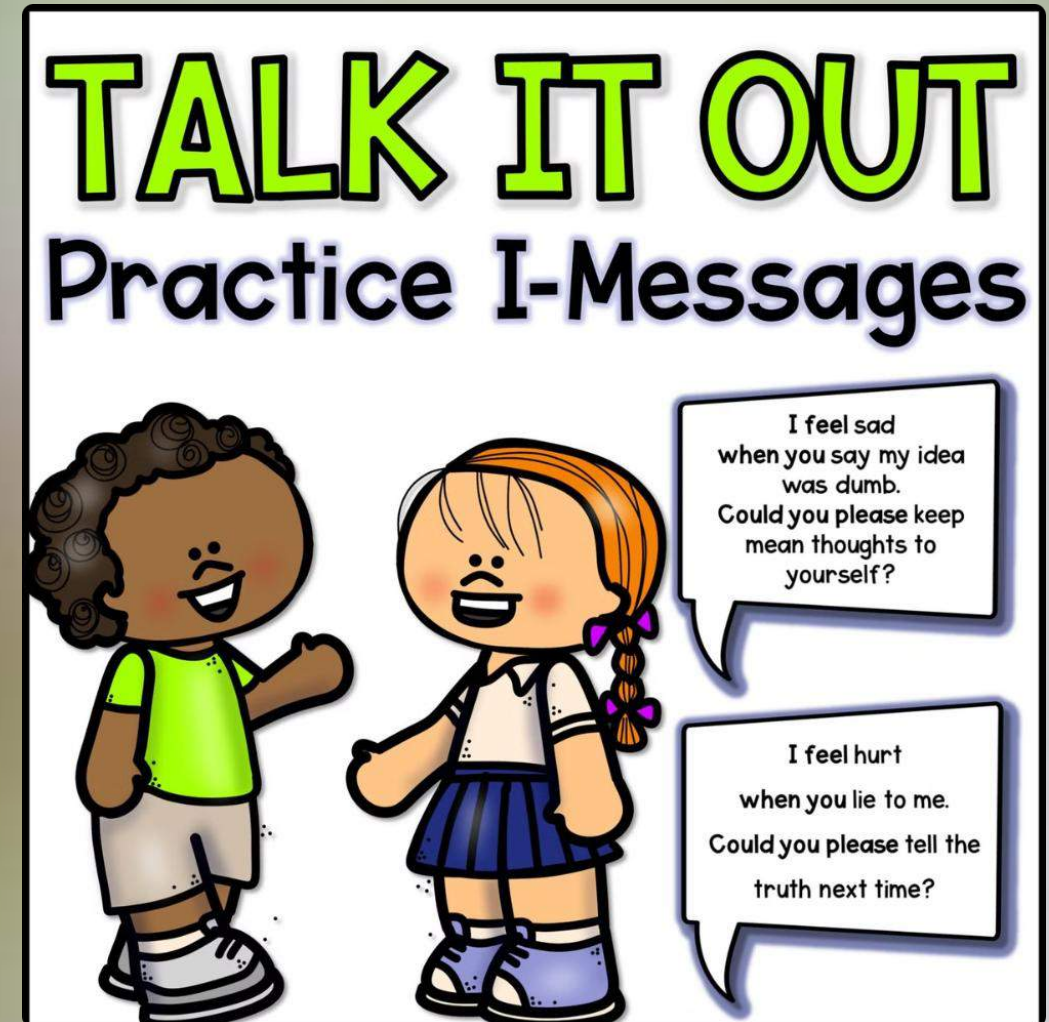
Ο διαμεσολαβητής είναι ένα εκπαιδευμένο τρίτο άτομο (μαθητής σε περίπτωση σχολείου) που καθοδηγεί τη διαδικασία μεσολάβησης σε μια σύγκρουση και δεν τάσσεται υπέρ καμίας πλευράς. Η διαμεσολάβηση απαιτεί τουλάχιστον έξι εκπαιδευτικές συνεδρίες που διδάσκονται από επαγγελματίες. Οι διαμεσολαβητές επιλέγονται με βάση τη διαθεσιμότητα, το ενδιαφέρον και την ικανότητα των μαθητών και των δασκάλων. Ένας διαμεσολαβητής εκπαιδεύεται να μην τάσσεται υπέρ καμίας πλευράς σε μια σύγκρουση, να μην εμπλέκεται σε αυτήν και να χρησιμοποιεί αποτελεσματικά την επικοινωνία με μηνύματα "εγώ". Οι διαμεσολαβητές ενδέχεται να εναλλάσσονται κατά τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς και επιβλέπονται περιοδικά.

The "I Message" activity

Η δραστηριότητα «I Message» είναι μια τεχνική επικοινωνίας που χρησιμοποιείται για την έκφραση συναισθημάτων και αναγκών με σαφή και μη αντιπαραθετικό τρόπο.

Επικεντρώνεται σε προσωπικές εμπειρίες και συναισθήματα αντί να κατηγορεί ή να κρικάρει τους άλλους.

Περιλαμβάνει την έκφραση των συναισθημάτων και σκέψεών σου με έναν τρόπο που βοηθά να αποτραπεί η αμυντικότητα και η σύγκρουση.



Η δομή ενός "I Message"

- **Συναίσθημα:** Δηλώστε πώς αισθάνεστε
- **Συμπεριφορά:** Περιγράψτε τη συγκεκριμένη συμπεριφορά που προκάλεσε το συναίσθημά σας.
- **Παράκληση:** Ζητήστε ευγενικά οτι επιθυμείτε



Κύκλος Αποκατάστασης

Αντί να εστιάζουν στο ποια πολιτική έχει παραβιαστεί, οι Κύκλοι βοηθούν να εντοπιστεί ποιοι έχουν πληγεί και τι πρέπει να γίνει για την αποκατάσταση της βλάβης. Σε έναν Κύκλο, όλα τα μέρη συνεργάζονται για να αναπτύξουν μια συμφωνία που λύνει το πρόβλημα. Όλα τα μέρη πρέπει να συμφωνήσουν προκειμένου να επιτευχθεί η συμφωνία.

Ποιό είναι το κακό που προκλήθηκε;

Πώς μπορεί να αποκατασταθεί αυτή η βλάβη;

Ποιος είναι υπεύθυνος για αυτή την αποκατάσταση;



BULLYING

Τι είναι ο εκφοβισμός;

«Ένα άτομο εκφοβίζεται όταν εκτίθεται, επαναλαμβανόμενα και με την πάροδο του χρόνου, σε αρνητικές ενέργειες από ένα ή περισσότερα άλλα άτομα, και έχει δυσκολία να υπερασπιστεί τον εαυτό του ή τον εαυτό της.» (Dan Olweus, 1993)

Ο εκφοβισμός περιλαμβάνει ενέργειες όπως απειλές, διάδοση φημών, φυσική ή λεκτική επίθεση σε κάποιον, και σκόπιμη απομάκρυνση κάποιου από μια ομάδα.

Χαρακτηριστικά του Εκφοβισμού

- **Σκοπιμότητα:** Η συμπεριφορά πρέπει να είναι σκόπιμη, όχι τυχαία.
- **Επανάληψη:** Ο εκφοβισμός αντικατοπτρίζει ένα μοτίβο συμπεριφοράς, όχι μόνο ένα μεμονωμένο περιστατικό.
- **Βλάβη:** Ο στόχος πρέπει να αντιλαμβάνεται ότι προκλήθηκε βλάβη.

Εμπλεκόμενοι

- Παιδιά που Εκφοβίζουν
- Παιδιά που Υποφέρουν από Εκφοβισμό
- Παιδιά που Βοηθούν
- Παιδιά που Ενισχύουν
- Εξωτερικοί Παράγοντες
- Παιδιά που Υποστηρίζουν

Πρόληψη Εκφοβισμού

Για να προλάβετε τον εκφοβισμό που προβαίνει σε διακρίσεις, χρησιμοποιήστε μια προσέγγιση που περιλαμβάνει ολόκληρο το σχολείο. Εξετάστε την κουλτούρα του σχολείου και σκεφτείτε:

- Δημιουργία μιας σχολικής κουλτούρας και νοοτροπία που αντικατοπτρίζει τη σημασία του να αισθάνεται κανείς ασφαλής και να είναι μέρος μιας ενσωματωμένης και υποστηρικτικής κοινότητας.
- Γιορτάστε τις διαφορές.
- Χρησιμοποιήστε τη γλώσσα της ποικιλομορφίας.
- Συμπεριλάβετε και εμπλέξτε όλους τους μαθητές.
- Ενδυναμώστε το προσωπικό, τους γονείς και τους μαθητές.



Όταν συμβαίνει εκφοβισμός που βασίζεται σε διακρίσεις:

- Διασφαλίστε ότι το σύστημα αναφοράς για τον εκφοβισμό είναι ευέλικτο, προσβάσιμο και εμπιστευτικό για όλους.
- Λάβετε σοβαρά κάθε αναφορά εκφοβισμού.
- Δεν λέμε ποτέ στα παιδιά να τον αγνοούν ή να αλλάξουν το χαρακτήρα τους.
- Αποφύγετε τα στερεότυπα όταν πρόκειται για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού.
- Χρησιμοποιήστε χρόνο για να διαπιστώσετε ποιοι άλλοι είναι εμπλεκόμενοι.
- Γνωρίστε πού και πότε να ζητήσετε εξωτερικές συμβουλές ή να απευθυνθείτε σε ειδικές υπηρεσίες υποστήριξης για τις ανάγκες των θυμάτων και/ή των δραστών του εκφοβισμού.



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Το εγκεκριμένο σχέδιο δράσης Erasmus συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Το περιεχόμενο της παρουσίασης είναι αποκλειστική ευθύνη του εκπαιδευτικού φορέα υλοποίησης του προγράμματος Erasmus και ούτε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ούτε η Εθνική Μονάδα Συντονισμού Erasmus+ ΙΚΥ είναι υπεύθυνες για τη χρήση που μπορεί να γίνει των πληροφοριών που αναφέρονται.