

Εφαρμόζοντας το Πρόγραμμα

- Ενδυναμώνω

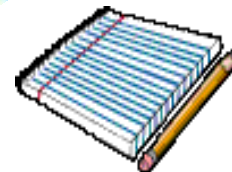
Παρουσίαση από
μαθητές της Στ' τάξης

ΤΟΥ

4^ο Δημοτικού Σχολείου Αγίων Αναργύρων «Αδαμάντιος Κοραΐς»

Σχ .έτος 2015 – 16

Υπεύθυνοι Εκπαιδευτικοί
Δακτυλίδης Σταμάτης
Σαββοπούλου Αικατερίνη



Μέσα από το πρόγραμμα μάθαμε:



- Να νιώθουμε πιο **δυνατοί**.
- Να αναγνωρίζουμε ότι έχουμε **θετικά χαρακτηριστικά** και να τα ενισχύουμε.
- Να καλλιεργούμε τη **συναισθηματική νοημοσύνη**.
- Να συνειδητοποιήσουμε τα **δικαιώματα** που έχουμε ως παιδιά.



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Θυμηθήκαμε και κατανοήσαμε καλύτερα τα **συναισθήματα**.

Μάθαμε να **αναγνωρίζουμε** τα συναισθήματα που νιώθουμε κάθε φορά, ώστε να μπορούμε να τα ελέγχουμε, γιατί επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας θετικά ή αρνητικά.

Μάθαμε να **ζητάμε βοήθεια** όταν κάποιος μας πειράζει και μας ενοχλεί.



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Μάθαμε ότι υπάρχουν **ευχάριστα** και **δυσάρεστα συναισθήματα**, τα οποία έχουν μικρή ή μεγάλη ένταση.

Καταλάβαμε ότι **είναι φυσιολογικό να θυμώνουμε**, αλλά έχει μεγάλη σημασία με ποιον τρόπο **εκφράζουμε αυτόν τον θυμό**.



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Μάθαμε ότι ο **Σχολικός Εκφοβισμός** είναι ένα φαινόμενο δυσάρεστο που μπορεί να συμβεί στο σχολείο (μέσα ή γύρω από αυτό).

Εμπλέκονται αρκετά παιδιά που το καθένα έχει διαφορετικό ρόλο με συγκεκριμένη συμπεριφορά.

Είναι ο **θύτης**, το **θύμα** και οι **παρατηρητές**.

Διαβάσαμε και συζητήσαμε **σενάρια** σχολικού εκφοβισμού

Μάθημα 3°

Target group: Young people

Η φύση του σχολικού εκφοβισμού

Social & Emotional Learning lessons aimed at combatting bullying in a school environment by developing social and emotional skills of young people aged 11-14



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

- Μάθαμε να **παρατηρούμε** τα πρόσωπα, να διακρίνουμε τα συναισθήματα που νιώθουν και να τα ονομάζουμε.
- **Κατανοήσαμε** τη σημασία των συναισθημάτων στην προσωπική και κοινωνική μας ζωή.
- **Αναγνωρίσαμε** το βαθμό που τα συναισθήματα επηρεάζουν τη συμπεριφορά μας.

Μάθημα Τέσσερα Ομάδα στόχος: Εφηβοί

Αναγνωρίζοντας τα Συναισθήματα



ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΜΕΝΟΣ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΣ

Μια σειρά 10 Μαθημάτων Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μάθησης που στοχεύουν στην πρόληψη του σχολικού εκφοβισμού μέσα από την ενδυνάμωση των κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων εφήβων 11-14 ετών.

Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Καταλάβαμε ότι αρκετοί άνθρωποι χρησιμοποιούν διάφορες δικαιολογίες για να καλύψουν την άσκηση εκφοβισμού σε συνομηλίκους τους.

Συζητήσαμε για τη «**μετα-στιγμή**» και προσπαθήσαμε να εφαρμόσουμε το τρίπτυχο:

- **κάνω ένα βήμα πίσω για να απομακρυνθώ από την κατάσταση,**
- **σταματώ και**
- **σκέφτομαι πριν ενεργήσω.**

Μάθημα Πέντε

Ομάδα στόχος: Έφηβοι

Δεν είναι Εκφοβισμός, απλά είναι...



Μια σειρά 10 Μαθημάτων Κοινωνικής και Συνασθηματικής Μάθησης που στοχεύουν στην πρόληψη του σχολικού εκφοβισμού μέσα από την ενδυνάμωση των κοινωνικών και συνασθηματικών δεξιοτήτων εφήβων 11-14 ετών.



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Κατανοήσαμε την αξία του **θετικού τρόπου σκέψης**.

Μάθαμε ότι με τη βοήθεια της “Μεταστιγμής” μπορούμε να αναρωτηθούμε πώς θα αντιδρούσε ο **«καλύτερός μας εαυτός»**;

Καταλάβαμε ότι όταν δεν μπορώ μόνος/μόνη μου να αντιμετωπίσω μία δύσκολη κατάσταση **ζητάω βοήθεια**.



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Δραματοποιήσαμε σενάρια
εκφοβισμού και τα παρουσιάσαμε
στους συμμαθητές μας.

Η δραματοποίηση μας βοήθησε να
μπούμε στη θέση του άλλου με
αποτέλεσμα να καταλάβουμε και να
νιώσουμε τα **χαρακτηριστικά του**
κάθε ρόλου (θύτη, θύματος και
παρατηρητών).

Με αυτόν τον τρόπο αναπτύξαμε
την **ενσυναίσθηση**.



Δουλεύοντας ομαδικά και τηρώντας τους κανόνες που φτιάξαμε

Συζητήσαμε με τους
συμμαθητές μας τα **σενάρια**,
τους **ρόλους** και τι ένιωθε ο
κάθε ένας.

Βρήκαμε λύσεις που
μπορούμε να εφαρμόσουμε
ως «**μυστικοί πράκτορες**»
στο προαύλιο του σχολείου
μας.



Για να γίνουμε καλοί «μυστικοί πράκτορες» πρέπει:

Να **νοιαζόμαστε** για τον άλλον.

Να υπάρχει **ενδιαφέρον** για βοήθεια.

Να έχουμε **ενσυναίσθηση**.

Να διακρινόμαστε από **υπομονή, επιμονή και ψυχραιμία**.

Να διαθέτουμε **επικοινωνιακές δεξιότητες**:

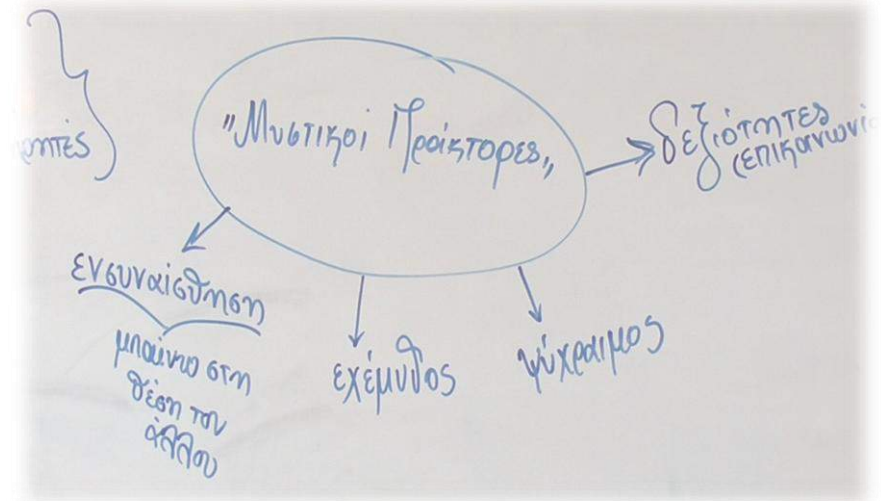
Να **συμμετέχουμε** σε διάλογο.

Να **ακούμε** τον άλλον.

Να **κάνουμε** τις κατάλληλες ερωτήσεις.

Να **σεβόμαστε** ο ένας τον άλλον.

Να μπορούμε να **συνεργαζόμαστε**.



Κατανοήσαμε τους 4 τομείς της **συναισθηματικής νοημοσύνης:**

Αυτοεπίγνωση

Αυτοδιαχείριση

Κοινωνική Επίγνωση

Διαχείριση σχέσεων



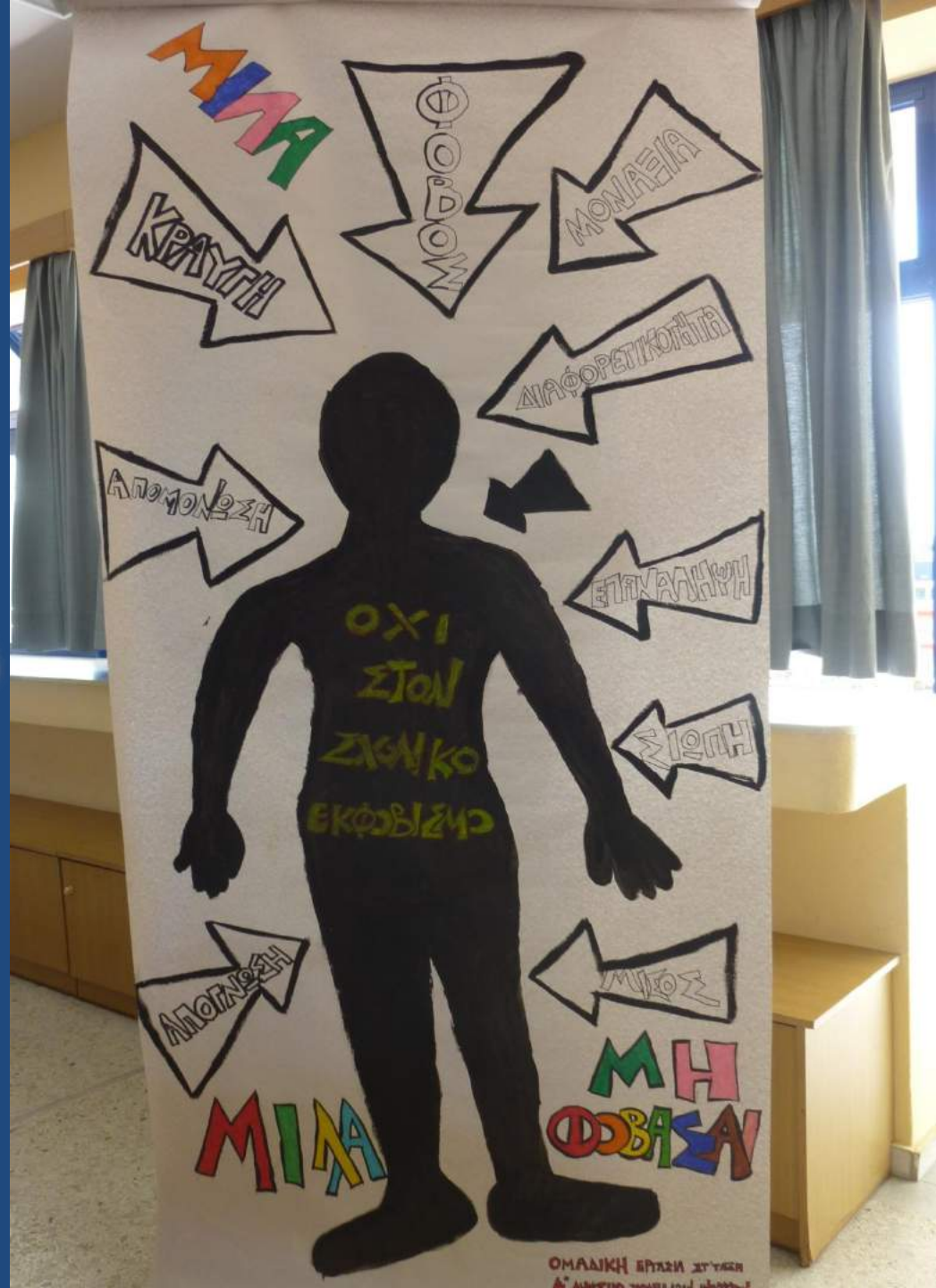
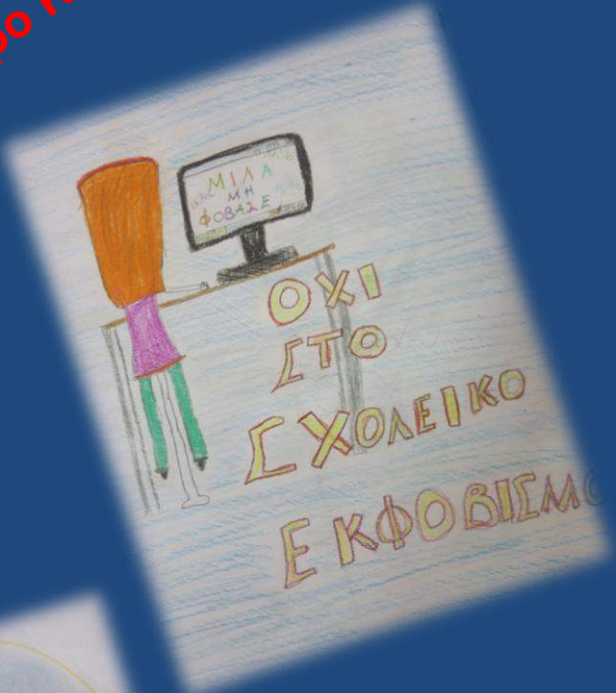
Δουλεύοντας ομαδικά:



Δημιουργίες για ένα «Καλύτερο Κόσμο»:



Δημιουργίες για ένα
«Καλύτερο Κόσμο»:



Με τους «μυστικούς πράκτορες»
συνεισφέρω θετικά στο κλίμα του σχολείου

ΜΙΛΑ ΜΗ
ΦΟΒΑΣΑΙ!



ΘΑ ΣΕ
ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ!



ΦΙΛΙΑ

ΣΤΟΡΓΗ

ΑΓΑΠΗ

ΙΣΟΤΗΤΑ

Αν θες βοήθεια,
Εδώ είμαστε εμείς!
Στο enable μαθαίνεις
Πώς να μην φοβηθείς!



Τέρμα οι νταήδες
Τέρμα και οι φόβοι,
Τώρα ήρθαμε εμείς
Οι «μυστικοί πρακτόροι»!



ENABLE
ΕΝ ΔΥΝΑΜΟΝΟ

"Μυστικοί Πρακτορες"
"Όχι στη βία"





Τώρα μπορώ να τα
καταφέρω!

Το eable είναι εδώ για να σε βοηθήσει!

Μην αφήσεις το φόβο να κερδίσει!

Δεν φοβόμαι κανέναν μου τμήτοα!

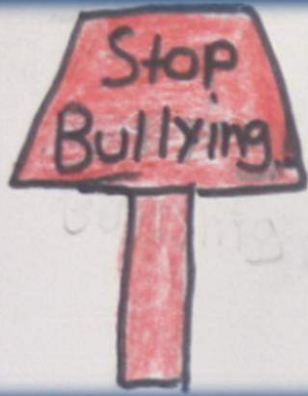


Πάντα μιλώ στους γονείς μου για τα
προβλήματα μου!



ΕΝΑ **Α**ΒΛΕ **Ε**ΝΔΥΝΑΜΩΝΟ
ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΟ





ΟΛΟΙ

ΙΣΟΙ

Είμαστε όλοι ίσοι πάνω στη γη
Και δεν υπάρχουν εκλεκτοί!

ENABLE = Εν-δυναμίσωση

- Να είμαστε περίφανοι για τον εαυτό μας.

Συναίσθηματά

- Να πιστεύουμε στη διαφορετικότητά μας

- Έχουμε δικαίωμα στη ελευθερία της έκφρασης

- Να μην νιώσει κανένα παιδί πόνο, θλίψη, Περιφρόνηση, Ντροπή, Ενοχή, Εξευτελισμό, φόβο, Τρομοκρατία, θυμό, ανασφάλεια και δυστυχία.

- Εύχομαι όλα τα παιδιά να νιώθουν χαρά, Αγάπη, Ευτυχία, Διασκέδαση, Γαλήνη, Όμορφαι και Ασφάλεια

ENABLE = Εν-δυναμωση

4^ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ «ΑΔΑΜΑΝΤΙΟΣ ΚΟΡΑΗΣ»

ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΑ!

Πάμε στο Γυμνάσιο, έλα κι εσύ!
μη φοβάσαι θα 'μαι κι εγώ εκεί!
Τέρμα ο φόβος και οι τσακωμοί
Ζήσε ξέγνοιαστος τη σχολική ζωή!

Βοήθεια αν θελήσεις, εδώ είμαστε εμείς!
Στο Enable διδάσκεσαι πώς να μη φοβηθείς.
Στο Enable έμαθα πράγματα πολλά
για να προχωράω χωρίς φόβο στην καρδιά.
Τέρμα πια οι νταήδες,
τέρμα οι εκφοβισμοί.
Είμαστε όλοι από την ίδια γη.
Αν θύμα έχεις γίνει,
εμείς είμαστε εδώ.
Αν θύτης έχεις γίνει,
άλλαξε σε παρακαλώ.
Μπορείς να σταματήσεις το μπούλινγκ κι εσύ,
πιάσε το χέρι μου τον κόσμο ν' αλλάξουμε μαζί.
Ελεύθερα να μιλάμε, να είμαστε μια συντροφιά,
να ονειρευόμαστε, να γελάμε, να έχουμε χαρά.
Του χρόνου στο Γυμνάσιο φίλους θα 'χω μοναχά,
αγαπημένοι θα είμαστε και θα περνάμε μοναδικά !

Στ' τάξη



enable !

enable STOP BULLYING



Enable – μια υπέροχη εμπειρία!

Σας ευχαριστούμε!
Οι μαθητές και οι δάσκαλοι
ΤΟΥ
4^{ου} Δημοτικού Σχολείου Αγίων Αναργύρων
«Αδαμάντιος Κοραής»