

## **Φόρμα Αποτύπωσης Σχεδίου Δράσης**

**Σχολική Μονάδα:** ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΗΓΑΔΙΩΝ ΚΑΡΠΑΘΟΥ - 1004090

**Σχολικό Έτος:** 2023 - 2024

Ημερομηνία Εξαγωγής: 10/06/2024

**Σχολική Μονάδα:** ΗΜΕΡΗΣΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΗΓΑΔΙΩΝ ΚΑΡΠΑΘΟΥ - 1004090

### **Στόχος Βελτίωσης:**

Το σχολικό πρόγραμμα δράσεων με τίτλο «Σχολικός εκφοβισμός - πρόληψη και αντιμετώπιση» αποτελεί την συνέχιση του σχολικού προγράμματος δράσεων με τίτλο «Σχολικός εκφοβισμός!» που εκπονήθηκε το 2022/2023 με επιτυχία στο σχολείο μας.

Ο σχολικός εκφοβισμός είναι μια αντικοινωνική συμπεριφορά, η οποία αυξάνεται παγκοσμίως, προκαλώντας σοβαρά προβλήματα, όχι μόνο στους ανθρώπους που εκφοβίζονται, αλλά και στην κοινωνία την ίδια.

Στην Α΄ Γυμνασίου θα γίνουν οι δράσεις του 2022/2023 (κατανόηση του φαινομένου και προβληματισμός), στην Β΄ και Γ΄ Γυμνασίου θα γίνει μια νέα σειρά κυρίως βιωματικών δράσεων που στόχο έχουν:

1. να εμβαθύνουν στην ενσυναίσθηση
2. να κατανοήσουν πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του θεατή
3. να αναγνωρίσουν ποιες είναι οι αληθινές αξίες στην ζωή και να τις ενστερνιστούν

Η γνώση και η ενασχόληση των μαθητών/-τριών με το φαινόμενο έδειξε πως μπορεί ν'αποτρέψει την εμφάνιση και να περιορίσει την εξάπλωση του.

**Σχέδιο Δράσης:** Σχολικός εκφοβισμός - πρόληψη και αντιμετώπιση!

**Άξονας:** Σχέσεις μεταξύ μαθητών / μαθητριών

**Συντονιστής Δράσης:** ΜΑΡΓΕΛΗ ΠΑΡΘΕΝΑ

### **A. Σχεδιασμός της Δράσης**

#### **Αναγκαιότητα - Στόχοι**

Στην εποχή μας η χρήση βίας θεωρείται ένα αποτελεσματικό μέσο επίλυσης προβλημάτων στους νέους. Η συχνότητα περιστατικών βίας στα σχολεία είναι ένα γεγονός, το οποίο θα έπρεπε να αφυπνίσει την κοινωνία μας ολόκληρη. Η ανάγκη άμεσης δράσης είναι αναμφισβήτητη. Όταν μάλιστα η χρήση βίας από μαθητή/μαθητές έχει σαν στόχο να εκφοβίσει και να προκαλέσει σωματικό ή και ψυχικό πόνο σε κάποιον συμμαθητή, τότε τα πράγματα γίνονται ακόμα πιο σοβαρά, διότι μιλάμε για σχολικό εκφοβισμό (αγγλικά: Bullying). Ο σχολικός εκφοβισμός είναι μια αντικοινωνική συμπεριφορά, ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας, που η εμφάνιση του έχει πάρει πλέον ανησυχητικές διαστάσεις και στην Ελλάδα (και όχι μόνο στο εξωτερικό). Στόχοι της δράσης είναι οι μαθητές να ...

- μάθουν να αναγνωρίζουν τον εκφοβισμό,

- κατανοήσουν ότι δεν πρόκειται για αθώα πειράγματα, για πλάκες όπως λανθασμένα πιστεύουν,
- συνειδητοποιήσουν ότι έχουν την δύναμη αλλά και το χρέος να βοηθήσουν άτομα που εκφοβίζονται (ή και που έχουν ανάγκη βοήθειας γενικά),
- μάθουν να έχουν ενσυναίσθηση,
- μάθουν να ξεχωρίζουν την αλληλεγγύη από το "κάρφωμα",
- αντιληφθούν ότι η αρμονική και φιλική συνύπαρξη μεταξύ τους θέλει αγώνα, γιατί προϋποθέτει ανοχή στην διαφορετικότητα του άλλου και σεβασμό στα δικαιώματα των συναθρώπων τους,
- εντοπίσουν ποιες είναι οι αληθινές αξίες στην ζωή ενός ανθρώπου,
- μάθουν να συνεργάζονται με άτομα τα οποία δεν ανήκουν στο φιλικό τους περιβάλλον.

Ο σχολικός εκφοβισμός είναι κοινωνικό πρόβλημα όλων μας. Ο εκφοβιστής θα συνεχίσει την παραβατική του συμπεριφορά και μετά το σχολείο, σε όλη την υπόλοιπη ζωή του. Πρέπει λοιπόν από νωρίς να υπάρχει πρόληψη και όταν παρουσιάζεται το πρόβλημα, άμεση αντιμετώπιση.

#### **Ενέργειες & χρονοδιάγραμμα υλοποίησης**

#### **ΔΡΑΣΕΙΣ - Α' ΤΑΞΗ:**

Δεκέμβριος 2023 - Με την προβολή δύο βίντεο οι μαθητές έρχονται αντιμέτωποι με το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού. Αναγνωρίζουν τα πρόσωπα που εμπλέκονται και το προφίλ του καθενός. Κατανοούν την σοβαρότητα των επιπτώσεων που έχει το bullying στα άτομα που εκφοβίζονται. Μέσα από συζήτηση φτάνουμε στον ορισμό του φαινομένου.

Ιανουάριος 2024 - Οι μαθητές χωρίζονται με τυχαίο τρόπο σε ομάδες 4-5 ατόμων. Σε κάθε ομάδα δίνονται 2-3 σενάρια (διαφορετικά σε κάθε ομάδα) ενδοσχολικής βίας. Καλούνται να συζητήσουν μέσα στην ομάδα τους για το κάθε σενάριο και να καταλήξουν αν πρόκειται για bullying ή όχι. Έπειτα η κάθε ομάδα παρουσιάζει τα σενάρια της στην τάξη μαζί με τα επιχειρήματα της.

Φεβρουάριος 2024 - Στους μαθητές δίνεται ένα φυλλάδιο εργασίας πάνω στο οποίο έχει μια εικόνα και μια ιστορία. Και τα δύο εστιάζουν στην διαφορετικότητα. Η εικόνα φανερώνει στους μαθητές και αποδεικνύει ότι κάθε άνθρωπος μπορεί να αντιλαμβάνεται το ίδιο πράγμα με διαφορετικό τρόπο ανάλογα από την "θέση" στην οποία βρίσκεται. Η ιστορία επικεντρώνεται στην διαφορετικότητα των ανθρώπων και φανερώνει τα συναισθήματα ενός ανθρώπου που διαφέρει με κάποιον τρόπο (μετανάστης) από τους υπόλοιπους, αλλά και των ατόμων που είναι γύρω του.

Μάρτιος 2024 - Μια μικρή ομάδα μαθητών από κάθε τμήμα έχει ετοιμάσει από πριν με καθοδήγηση του συντονιστή ένα μικρό θεατρικό με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό. Οι υπόλοιποι μαθητές του τμήματος θα το παρακολουθήσουν μια φορά ολόκληρο. Έπειτα θα δραματοποιηθεί ξανά, όμως αυτή τη φορά με "πάγωμα εικόνας". Κατά την διάρκεια της "παγωμένης εικόνας", οι μαθητές που παρακολουθούν, καλούνται να έρχονται μπροστά και να αγγίζουν ένα από τα πρόσωπα και να εκφράσουν ένα συναίσθημα που πιστεύουν ότι νιώθει εκείνη τη στιγμή. Μ'αυτόν τον τρόπο έρχονται στο φως τα αισθήματα όλων των εμπλεκόμενων και καλλιεργείται η ενσυναίσθηση.

Απρίλιος 2024 - Οι μαθητές χωρίζονται σε ομάδες 4-5 ατόμων με τυχαίο τρόπο και συζητούν για τις προσωπικές τους εμπειρίες και για φαινόμενα bullying για τα οποία έχουν ακούσει γενικά. Έπειτα η κάθε ομάδα θα ετοιμάσει ένα περιστατικό σχολικού εκφοβισμού και θα το δραματοποιήσει μπροστά στην τάξη της. Έτσι θα ξεχωρίσουν τα είδη εκφοβισμού που υπάρχουν.

Μάιος 2024 - Σε αυτήν την δράση θα γίνει μια προσπάθεια να ξεκαθαρίσουν οι μαθητές στο μυαλό τους το τι είναι το

"κάρφωμα" και τη η αλληλεγγύη. Αφού χωριστούν τυχαία σε ομάδες 4-5 ατόμων, θα τους δοθούν 2-3 σενάρια ανάρμοστης συμπεριφοράς, σχολικής βίας ή εκφοβισμού. Μετά από συζήτηση μέσα στην ομάδα τους θα παρουσιάσουν τα σενάρια, θα πουν τις απόψεις τους και θα γίνει συζήτηση.

#### **ΔΡΑΣΕΙΣ - Β' και Γ' ΤΑΞΗ:**

1. Κάνουμε Brainstorming δίνοντας τον όρο *BULLYING* και προβολή βίντεο με συζήτηση, για να θυμηθούν οι μαθητές το φαινόμενο.
2. Βιωματικό - σχηματίζουμε τυχαία 6 ομάδες: θύμα, θύτης, θεατής, γονιός θύματος / θύτη / θεατή τι συναισθήματα έχουν, τι σκέψεις κάνουν, τι θα ήθελαν να πουν;
3. Cyber-Bullying και διαδικτυακό αποτύπωμα
4. Αλληλεγγύη ή "κάρφωμα"; (ίδια δράση που θα πραγματοποιηθεί στην Α' τάξη τον Μάιο του 2024)
5. Αξίες στην ζωή και κριτήρια επιλογής φίλων: Σε ομάδες συζητούν για τις δικές τους αξίες και τα δικά τους κριτήρια.

#### **Πόροι - μέσα - ερευνητικά εργαλεία**

Ανθρώπινοι πόροι: το σύνολο της σχολικής μονάδας (διευθύντρια, εκπαιδευτικοί, μαθητές/τριες)

Υλικοί πόροι: Η/Υ-βιντεοπροβολέας, σχολικές αίθουσες, τάμπλετ, blog σχολείου

Οικονομικοί πόροι: φωτοτυπίες με έξοδα σχολείου

Μέσα: ψηφιακές εφαρμογές

Ερευνητικά εργαλεία: ερωτηματολόγια αξιολόγησης δράσης

#### **Κριτήρια επιτυχίας της Δράσης**

- Βαθμός ενεργής συμμετοχής των μαθητών στις δράσεις.
- Θετική ανταπόκριση και έκφραση προσμονής για την επόμενη προγραμματισμένη δράση.
- Αύξηση ενασχόλησης και προβληματισμού των μαθητών με τον σχολικό εκφοβισμό, καθώς και μείωση εμφάνισης βίας στην σχολική κοινότητα.
- Όταν παιδιά που εκφοβίζονται αρχίζουν να το φανερώνουν και να μην το αποσιωπούν. Να έχουν δηλαδή καταλάβει ότι 1. δεν είναι και δεν πρέπει να υποφέρουν μόνα τους 2. δεν έχουν ευθύνη για αυτό που γίνεται.
- Να έχουν συνειδητοποιήσει οι μαθητές, ότι ως θεατές σχολικού εκφοβισμού έχουν κοινωνικό και ανθρώπινο χρέος να επεμβαίνουν και να βοηθάνε μεόποιον τρόπο αυτοί επιλέξουν. Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να μένουν αμέτοχοι απέναντι στο συμβάν. Να έχουν καταλάβει ότι αυτό δεν τους καθιστά "καρφί", αλλά άτομο που δείχνει αλληλεγγύη απέναντι σε έναν συνάνθρωπο που είναι αδύναμος, απροστάτευτος και που έχει ανάγκη από την βοήθεια τους.
- Να συνειδητοποιήσουν, ότι όλοι οι μαθητές έχουν το δικαίωμα να είναι οσαυτός τους και να προσέρχονται ήρεμοι στο σχολείο.

#### **Διαδικασίες αξιολόγησης της Δράσης**

1. Πρακτικά σχολείου
2. Ημερολόγιο καταγραφής δράσεων
3. Blog σχολείου
4. Σύντομο ερωτηματολόγιο για τους μαθητές/-τριες

#### **Ανατροφοδότηση - Προτάσεις Σ.Ε.**

## **B. Υλοποίηση της Δράσης**

### **Περιγραφή**

Το πρόγραμμα δράσεων κατά του σχολικού εκφοβισμού ολοκληρώθηκε με μεγάλη επιτυχία.

Δεκέμβριος 2023: Α' ΤΑΞΗ - Προσεγγίσαμε και αναλύσαμε το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού με την προβολή δύο βίντεο. Μέσα από συζήτηση φτάσαμε στον ορισμό του σχολικού εκφοβισμού και οι μαθητές γνώρισαν τα πρόσωπα που συμμετέχουν. Συνειδητοποίησαν ότι το bullying δεν είναι μέρος των "φυσιολογικών πειραγμάτων" μεταξύ των παιδιών. Είναι μια αντικοινωνική συμπεριφορά, ένα φαινόμενο νεανικής παραβατικότητας που τραυματίζει καθημερινά εκατομμύρια μαθητές σε όλο τον κόσμο με τρομερές συνέπειες και στην υπόλοιπη ζωή τους.

Φεβρουάριος 2024: Β' και Γ' ΤΑΞΗ - Οι μαθητές αρχικά ενημερώθηκαν ότι και φέτος θα πραγματοποιηθεί μια σειρά δράσεων με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό στο σχολείο μας. Έπειτα χωρίστηκαν με τυχαίο τρόπο σε ομάδες 3-4 ατόμων και τους ζητήθηκε με την μέθοδο του brainstorming να σημειώσουν σε μια κόλλα χαρτί όλα όσα τους έρχονται στο μυαλό όταν ακούνε την λέξη bullying. Η κάθε ομάδα παρουσίασε τα αποτελέσματα της στην ολομέλεια της τάξης. Τέλος παρακολουθήσαμε όλοι μαζί τα δύο παρακάτω βίντεο και έγινε συζήτηση πάνω σε αυτά.

1. "Κάθε μέρα στο σχολείο"
2. "Πραγματικές ιστορίες Bullying"

Φεβρουάριος 2024: Α' ΤΑΞΗ - Οι μαθητές κάθε τμήματος χωρίστηκαν σε ομάδες 3-4 ατόμων και τους δόθηκαν 2-3 σενάρια ενδοσχολικής βίας. Κλήθηκαν να συζητήσουν για το κάθε σενάριο και να αποφασίσουν αν πρόκειται για σχολικό εκφοβισμό ή για άλλη μορφή βίας. Αρκετά σενάρια ήταν αμφιλεγόμενα και άφηναν περιθώρια για διαφωνίες και διαφορετικές ερμηνείες. Σε αυτές τις περιπτώσεις οι συζητήσεις των παιδιών ήταν ιδιαίτερα θερμές. Έπειτα κάθε ομάδα διάβαζε δυνατά τα σενάρια της μπροστά στο τμήμα και έλεγε τις απόψεις της. Έγινε κατανοητό πότε μιλάμε για εκφοβισμό και πότε για άλλα φαινόμενα βίας. Ξεχώρισαν και οι μορφές σχολικού εκφοβισμού που υπάρχουν.

Μάρτιος 2024: Α' και Β' ΤΑΞΗ: Οι μαθητές χωρίστηκαν σε ομάδες 3-4 ατόμων και τους μοιράστηκε ένα φυλλάδιο εργασίας. Πάνω στο φυλλάδιο υπήρχε μια εικόνα (στην πρώτη σελίδα) και μια ιστορία (στην δεύτερη σελίδα). Και τα δύο εστίαζαν στην διαφορετικότητα και στο ότι κάθε άνθρωπος μπορεί να αντιλαμβάνεται το ίδιο πράγμα εντελώς διαφορετικά ανάλογα από την θέση στην οποία βρίσκεται. Οι μαθητές παρατήρησαν αρχικά με προσοχή την εικόνα και κατέγραψαν τις παρατηρήσεις τους στο φυλλάδιο. Έπειτα κάθε ομάδα τις παρουσίασε στην ολομέλεια της τάξης. Στη συνέχεια οι μαθητές διάβασαν την ιστορία και απάντησαν σε ερωτήσεις που αφορούσαν σε αυτήν. Από τις δύο αυτές δραστηριότητες προέκυψε ότι κάθε άνθρωπος αντιλαμβάνεται το ίδιο πράγμα με τελείως διαφορετικό τρόπο ανάλογα από την θέση στην οποία βρίσκεται και ότι δεν πρέπει να βγάζουμε συμπεράσματα αν δεν μπορούμε να έχουμε μια ολοκληρωμένη εικόνα για κάτι.

Απρίλιος 2024: Α' ΤΑΞΗ: Κάθε τμήμα χωρίστηκε σε ομάδες 3-4 ατόμων. Έπειτα τους ζητήθηκε να συζητήσουν μεταξύ τους για συμβάντα σχολικού εκφοβισμού στα οποία ήταν παρόντες, για τα οποία έχουν ακούσει ή ενημερωθεί. Στη συνέχεια κάθε ομάδα ετοίμασε ένα μικρό δρώμενο με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό και το δραματοποίησε μπροστά στο τμήμα της. Οι μαθητές αρχικά ήταν διστακτικοί αλλά γρήγορα έγιναν ευρηματικοί και παρουσίασαν αξιόλογα σκετσάκια μέσα από τα οποία φανερώθηκαν και πάλι τα είδη σχολικού εκφοβισμού που υπάρχουν. Κάποια δρώμενα ήταν τόσο έντονα που προκάλεσαν ανατριχίλα και δυνατά συναισθήματα σε όλους μας. Τέλος δόθηκε στους μαθητές ένα φυλλάδιο με τις μορφές του σχολικού εκφοβισμού εικονογραφημένες. Μιλήσαμε για αυτές πιο αναλυτικά.

Απρίλιος 2024: Β' και Γ' ΤΑΞΗ: Οι μαθητές χωρίστηκαν σε ομάδες. Κάθε ομάδα ανέλαβε έναν από τους παρακάτω ρόλους: Είμαι ....

- Θύμα
- Θύτης
- Θεατής
- η οικογένεια του θύματος
- η οικογένεια του θύτη
- η οικογένεια του θεατή

Τους ζητήθηκε να απαντήσουν στις παρακάτω 3 ερωτήσεις:

1. Ποια συναισθήματα βιώνουν τα πρόσωπα;
2. Τι σκέψεις περνούν από το μυαλό τους;
3. Τι πιστεύετε θα ήθελαν να πουν και σε ποιον;

Αφού συνεργάστηκαν τα μέλη κάθε ομάδας τους ζητήθηκε να παρουσιάσουν τις απόψεις τους.

Απρίλιος 2024: Β' και Γ' ΤΑΞΗ: Θέμα: αληθινές αξίες στην ζωή μας. Οι μαθητές χωρίστηκαν σε ομάδες 3-4 ατόμων. Έπειτα κάθε ομάδα τράβηξε από σακουλάκι μια από τις παρακάτω αξίες:

- ΑΓΑΠΗ
- ΕΙΛΙΚΡΙΝΕΙΑ
- ΣΕΒΑΣΜΟΣ
- ΤΙΜΙΟΤΗΤΑ
- ΦΙΛΙΑ
- ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ

Τους ζητήθηκε στη συνέχεια να συζητήσουν για αυτήν, να περιγράψουν τι σημαίνει για εκείνους και να δώσουν παραδείγματα. Η συμμετοχή των παιδιών ήταν σημαντική και ειπώθηκαν πολλά όμορφα πράγματα αλλά και άλλα που έδωσαν τροφή για προβληματισμό.

Μάιος 2024: Α' ΤΑΞΗ: Μια μικρή ομάδα παιδιών από κάθε τμήμα ετοίμασε πριν από τη δράση και υπό την καθοδήγηση μας ένα μικρό θεατρικό σχολικού εκφοβισμού. Το δραματοποίησε στο τμήμα της μια φορά ολόκληρο χωρίς διακοπές. Έπειτα το ξαναέπαιξε, αλλά αυτή τη φορά με "πάγωμα εικόνας". Σε διάφορες φάσεις του θεατρικού ένας εκπαιδευτικός έλεγε ΣΤΟΠ και η εικόνα "πάγωνε", δηλαδή οι μαθητές-ηθοποιοί "πάγωναν" στην θέση τους. Μπροστά σε αυτήν την "παγωμένη εικόνα" καλούσαμε τους μαθητές-θεατές να πλησιάσουν, να αγγίξουν ένα από τα πρόσωπα και να εκφράσουν ένα συναίσθημα ή μια σκέψη που πίστευαν ότι ένιωθε ή σκεφτόταν τη συγκεκριμένη στιγμή το συγκεκριμένο πρόσωπο.

## Γ. Αποτίμηση της Δράσης

### Αλλαγές σε σχέση με τον αρχικό σχεδιασμό (εφόσον υπήρξαν)

Χρειάστηκαν να γίνουν κάποιες μικροαλλαγές στον αρχικό προγραμματισμό, οι οποίες δεν επηρέασαν αρνητικά την επίτευξη των στόχων μας. Η δράση για το Cyberbullying ενσωματώθηκε στην δράση με το βιωματικό (προσωπικές εμπειρίες και δραματοποίηση). Επίσης η δράση *κάρφωμα ή αλληλεγγύη* δεν χρειάστηκε να πραγματοποιηθεί αφού καλύφθηκε το μεγαλύτερο περιεχόμενο αυτής μέσω των υπολοίπων δράσεων που έγιναν. Προς το τέλος των δράσεων σκεφτήκαμε να δώσουμε και ένα μικρό ερωτηματολόγιο σε όλους τους μαθητές για να εντοπίσουμε αν έχουμε φαινόμενα εκφοβισμού στο σχολείο μας. Από αυτό προέκυψε ότι δεν έχει πέσει στην αντίληψη των μαθητών κάποιο θέμα εκφοβισμού, ωστόσο τα περιστατικά κοροϊδίας που αφορούν κυρίως στην εμφάνιση υπάρχουν.

### Αποτελέσματα της Δράσης

Ο κύκλος δράσεων με θέμα του σχολικού εκφοβισμού είχε σημαντικά αποτελέσματα σε όλα τα επίπεδα. Οι μαθητές της Α' Γυμνασίου έμαθαν να αναγνωρίζουν το φαινόμενο και να το ξεχωρίζουν από άλλες μορφές βίας, αφού κατανόησαν όλες τις προϋποθέσεις που πρέπει να ισχύουν για να μιλάμε για εκφοβισμό. Οι μαθητές της Β' και Γ' Γυμνασίου θυμήθηκαν και ανανέωσαν τις γνώσεις τους πάνω στο θέμα. Η πλειοψηφία των μαθητών έχει συνειδητοποιήσει πόσο σοβαρός είναι ο εκφοβισμός και ότι έχει μόνο αρνητικές επιπτώσεις. Επιπτώσεις οι οποίες επηρεάζουν το παιδί που εκφοβίζεται και στην υπόλοιπη ζωή του. Έμαθαν ότι οι θεατές έχουν μεγάλη

δύναμη και η επέμβαση τους (με διακριτικό πάντα τρόπο ο οποίος δεν θα εκθέσει τους ίδιους) μπορεί να φέρει την αλλαγή και να περιορίσει ή και να σταματήσει φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού. Ευαισθητοποιήθηκαν απέναντι σε ανθρώπους που χρειάζονται βοήθεια. Κατάλαβαν ότι στη βία δεν πρέπει να μένουν αμέτοχοι γιατί αυτό δείχνει ανοχή και αποδοχή αυτής. Ο εκφοβισμός πρέπει να αντιμετωπίζεται άμεσα, αλλιώς διαιωνίζεται. Ο θύτης θα συνεχίσει το έργο του, αν δεν τον σταματήσει κάποιος. Το bullying "μεγαλώνει", "πηγαίνει πανεπιστήμιο", "εργάζεται", "παντρεύεται", "κάνει οικογένεια". Όσο πιο νωρίς αντιμετωπιστεί και καταπολέμηθει, τόσο το καλύτερο για όλους τους εμπλεκόμενους. Μέσα από όλες τις δράσεις μας τα παιδιά αντιλήφθηκαν επίσης ότι και οι εκφοβιστές είναι άτομα που χρειάζονται τη βοήθεια μας.

Η ανάγκη για την συνέχιση της δράσης ή παρόμοιων δράσεων που καλλιεργούν καλές σχέσεις μεταξύ των μαθητών, την ανοχή στην διαφορετικότητα, την αλληλεγγύη και την ενσυναίσθηση είναι επιβλητική.

#### **Βαθμός επίτευξης των στόχων που είχαν τεθεί**

4 = Πλήρως

#### **Παράμετροι που διευκόλυναν την επίτευξη των στόχων**

Η επίτευξη των δράσεων μας διευκολύνθηκε σημαντικά από δύο βασικούς παράγοντες. Πρώτον, η άριστη συνεργασία μεταξύ των εκπαιδευτικών αποτέλεσε κλειδί για την επιτυχία μας. Η συνεχή επικοινωνία, η ανταλλαγή ιδεών και η αμοιβαία υποστήριξη ενίσχυσαν την ομαδικότητα και την αποδοτικότητα του έργου μας. Η συντονίστρια και οι εκπαιδευτικοί εργάστηκαν ως μια ενιαία ομάδα, επιδεικνύοντας αφοσίωση και επαγγελματισμό.

Δεύτερον, το μοίρασμα των τμημάτων και κατά συνέπεια των δράσεων συνέβαλε καθοριστικά στην ομαλή διεξαγωγή των δράσεων. Επειδή προγραμματίστηκαν πολλές δράσεις για όλα τα τμήματα του σχολείου μας, όταν ήταν δυνατό ένας ή δύο εκπαιδευτικοί αναλάμβαναν το ένα τμήμα μιας τάξης (π.χ. το Α1) και ένας ή οι άλλοι δύο το άλλο (π.χ. το Α2). Έτσι και κερδίσαμε πολύτιμο χρόνο και αξιοποιούσαμε τον κάθε εκπαιδευτικό.

Ο συνδυασμός της άριστης συνεργασίας και του μεθοδικού μοιράσματος των τμημάτων διασφάλισε την επιτυχία των στόχων μας.

#### **Δυσκολίες που παρουσιάστηκαν**

Η μόνη δυσκολία που αντιμετωπίσαμε στην υλοποίηση των δράσεων ήταν ότι οι συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί υπηρετούσαν και σε άλλα σχολεία. Έτσι οι δράσεις μπορούσαν να πραγματοποιηθούν μόνο την Πέμπτη ή την Παρασκευή, γεγονός που περιορίσε τον προγραμματισμό και την διεξαγωγή τους.

#### **Υλικό που παρήχθη ή αξιοποιήθηκε**

##### **Βίντεο:**

“Κάθε μέρα στο σχολείο” <https://www.youtube.com/watch?v=ByQp1VqA1A>

“Πραγματικές ιστορίες Bullying” <https://www.youtube.com/watch?v=BhLISJBdGw4>

##### **Φυλλάδιο εργασίας:**

Το φυλλάδιο εργασίας για την διαφορετικότητα πάρθηκε από το βιβλίο με τίτλο: “Επίλυση συγκρούσεων στο Δημοτικό σχολείο, Εγχειρίδιο Εκπαιδευτικού” του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού, Διεύθυνση Δημοτικής Εκπαίδευσης, Παρατηρητήριο για τη Βία στο σχολείο, 2016-2017, (σελ. 14-15 και σελ. 20-21).

## **Δράσεις για τον σχολικό εκφοβισμό:**

1η δράση - Α' Γυμνασίου (Τι είναι ο σχολικός εκφοβισμός;):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%cf%83%cf%87%ce%bf%ce%bb%ce%b9%ce%ba%cf%8c%cf%82-%ce%b5%ce%ba%cf%86%ce%bf%ce%b2%ce%b9%cf%83%ce%bc%cf%8c%cf%82/>

2η δράση - Α' τάξη (Σενάρια ενδοσχολικής βίας):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%cf%83%cf%87%ce%bf%ce%bb%ce%b9%ce%ba%cf%8c%cf%82-%ce%b5%ce%ba%cf%86%ce%bf%ce%b2%ce%b9%cf%83%ce%bc%cf%8c%cf%82-bullying/>

3η δράση - Α' και Β' Γυμνασίου (Διαφορετικότητα):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%cf%83%cf%87%ce%bf%ce%bb%ce%b9%ce%ba%cf%8c%cf%82-%ce%b5%ce%ba%cf%86%ce%bf%ce%b2%ce%b9%cf%83%ce%bc%cf%8c%cf%82-bullying/>

4η δράση - Α' Γυμνασίου (Βιωματικό - προσωπικές εμπειρίες και δραματοποίηση):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/4%ce%b7-%ce%b4%cf%81%ce%b1%cf%83%ce%b7-%ce%b3%ce%b9%ce%b1-%cf%84%ce%bf%ce%bd-%cf%83%cf%87%ce%bf%ce%bb%ce%b9%ce%ba%ce%bf-%ce%b5%ce%ba%cf%86%ce%bf%ce%b2%ce%b9%cf%83%ce%bc%ce%bf-%ce%b1%ce%84/>

5η δράση - Α' Γυμνασίου (Θεατρικό με "πάγωμα εικόνας"):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%ce%b4%cf%81%ce%b1%cf%83%ce%b7-%ce%b8%ce%b5%ce%b1%cf%84%cf%81%ce%b9%ce%ba%ce%bf-%ce%bc%ce%b5-%c2%a8-%cf%80%ce%b1%ce%b3%cf%89%ce%bc%ce%b1-%ce%b5%ce%b9%ce%ba%ce%bf%ce%bd%ce%b1%cf%83-%c2%a8/>

1η δράση - Β' και Γ' Γυμνασίου (Θυμάμαι τι είναι ο σχολικός εκφοβισμός;):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%cf%83%cf%87%ce%bf%ce%bb%ce%b9%ce%ba%cf%8c%cf%82-%ce%b5%ce%ba%cf%86%ce%bf%ce%b2%ce%b9%cf%83%ce%bc%cf%8c%cf%82-bullying/>

2η δράση - Β' και Γ' Γυμνασίου (Είμαι θύμα, θύτης, θεατής ....., καλλιεργούμε την ενσυναίσθηση):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/2%ce%b7-%ce%b4%cf%81%ce%b1%cf%83%ce%b7-%ce%b3%ce%b9%ce%b1-%cf%84%ce%bf%ce%bd-%cf%83%cf%87%ce%bf%ce%bb%ce%b9%ce%ba%ce%bf-%ce%b5%ce%ba%cf%86%ce%bf%ce%b2%ce%b9%cf%83%ce%bc%ce%bf-%ce%b2%ce%84/>

3η δράση - Γ' Γυμνασίου / 4η δράση - Β' Γυμνασίου (Αληθινές αξίες):

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%ce%b1%ce%bb%ce%b7%ce%b8%ce%b9%ce%bd%ce%b5%cf%83-%ce%b1%ce%be%ce%b9%ce%b5%cf%83/>

## **Σενάριο θεατρικού:**

Το σενάριο υπάρχει αναρτημένο στην ιστοσελίδα του σχολείου μας:

<https://www.gymnasiopigadion.gr/%ce%b4%cf%81%ce%b1%cf%83%ce%b7-%ce%b8%ce%b5%ce%b1%cf%84%cf%81%ce%b9%ce%ba%ce%bf-%ce%bc%ce%b5-%c2%a8-%cf%80%ce%b1%ce%b3%cf%89%ce%bc%ce%b1-%ce%b5%ce%b9%ce%ba%ce%bf%ce%bd%ce%b1%cf%83-%c2%a8/>

### **Επιμορφώσεις που τυχόν υλοποιήθηκαν στο πλαίσιο της Δράσης**

Δεν υλοποιήθηκαν επιμορφώσεις στο πλαίσιο της δράσης.

### **Προτάσεις για αξιοποίηση των πρακτικών που αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο της Δράσης**

Στην σειρά δράσεων αξιοποιήθηκαν πρακτικές όπως η βιντεοπροβολή, οι στοχευμένες ερωτήσεις, η ανάλυση εικόνων και ιστοριών, η έκφραση σκέψεων, συναισθημάτων και ιδεών, η συζήτηση μπροστά σε όλο το τμήμα ή σε ομάδες, η βιωματική και η καλλιτεχνική προσέγγιση.

Όλες αυτές οι πρακτικές καλλιεργούν πλήθος δεξιοτήτων όπως:

- την επικοινωνία
- την κριτική σκέψη
- την συνεργασία
- την επιχειρηματολογία
- την ενσυναίσθηση
- την ομαδοσυνεργατικότητα
- την δημιουργικότητα
- την παρατηρητικότητα

Ταυτόχρονα οι πρακτικές αυτές οδήγησαν σε μεγάλο βαθμό και σε άλλα θετικά αποτελέσματα όπως:

- την ενδυνάμωση των σχέσεων μεταξύ των μαθητών
- την αποδοχή της διαφορετικότητας
- την ανάπτυξη νέων φιλικών σχέσεων μεταξύ των μαθητών
- την αύξηση της αυτοπεποίθησης
- την απόκτηση της αυτονομίας

### **Προτάσεις για αναγκαίες επιμορφώσεις στο πλαίσιο της δράσης**

Η διαχείριση φαινομένων σχολικού εκφοβισμού είναι κρίσιμη για τη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού σχολικού περιβάλλοντος. Είναι σημαντικό οι εκπαιδευτικοί και η σχολική κοινότητα να γνωρίζουν πως να αντιμετωπίζουν τέτοιες καταστάσεις, διότι ο σχολικός εκφοβισμός μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία, την ακαδημαϊκή επίδοση και την κοινωνική ανάπτυξη των μαθητών. Ένα καλά ενημερωμένο και εκπαιδευμένο προσωπικό μπορεί να εντοπίσει έγκαιρα τα σημάδια του εκφοβισμού και να εφαρμόσει αποτελεσματικές στρατηγικές για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του.

Η συμμετοχή των εκπαιδευτικών σε σεμινάρια, σε ειδικά σχεδιασμένα για την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού εργαστήρια μπορεί να τους παρέχει τις απαιτούμενες γνώσεις και δεξιότητες. Η παρουσία τους σε διαδικτυακά μαθήματα αλλά και σε εκπαιδευτικές πλατφόρμες όπου μπορούν να έχουν συνεχή πρόσβαση σε σύγχρονες πρακτικές και έρευνες, είναι εξίσου σημαντική.

Η συνεργασία με ειδικούς ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς είναι ένας ακόμα τρόπος να κερδίσουν πολύτιμες γνώσεις και πρακτικές συμβουλές.

Φυσικά και η παρουσία ενός μόνιμου ψυχολόγου στο σχολείο είναι ζωτικής σημασίας. Πέρα από την άμεση υποστήριξη που προσφέρει σε μαθητές με ψυχολογικά και συναισθηματικά ζητήματα, βοηθά και στην πρόληψη και αντιμετώπιση φαινομένων σχολικού εκφοβισμού. Έτσι ενισχύει την ψυχική υγεία και ευημερία της σχολικής κοινότητας και συμβάλει σε ένα ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον μάθησης και κοινωνικοποίησης όλων των μελών.

### **Προτάσεις για συνέχιση της Δράσης/ για νέες Δράσεις το επόμενο έτος**

Η σειρά δράσεων με θέμα τον σχολικό εκφοβισμό άρεσαν πάρα πολύ στους μαθητές όλων των τάξεων και υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να συνεχιστεί και στο νέο σχολικό έτος 2024/2025.

Η βιωματική προσέγγιση που αξιοποιήσαμε σε πολλές από τις δράσεις μας, ενισχύει τη μάθηση μέσω της πρακτικής εμπειρίας και καθιστά τις θεωρητικές γνώσεις πιο κατανοητές και εφαρμόσιμες. Επίσης ενθαρρύνει την ενεργή συμμετοχή και δίνει την δυνατότητα στους μαθητές να εκφράσουν τις προσωπικές εμπειρίες, τα ακούσματα αλλά και τις ιδέες τους σε ένα υποστηρικτικό περιβάλλον, προάγοντας έτσι και την αυτοπεποίθηση και την αυτονομία τους.

Η χρήση πρακτικών που αξιοποιούν και καλλιεργούν κοινωνικές δεξιότητες όπως την επικοινωνία, την συνεργασία, την κριτική σκέψη, την ενσυναίσθηση, την επιχειρηματολογία και την ομαδοσυνεργατικότητα έφερε χωρίς καμία αμφιβολία μόνο θετικά αποτελέσματα στους μαθητές του σχολείου μας.

Αυτό φάνηκε και από τους μαθητές της Β' και Γ' τάξης, οι οποίοι συμμετείχαν πέρυσι στην πρώτη δράση μας κατά του σχολικού εκφοβισμού. Έφεραν μαζί τους τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν από αυτόν τον πρώτο κύκλο δράσεων στη νέα σειρά δράσεων που πραγματοποιήθηκε αυτή τη σχολική χρονιά στο σχολείο μας.

Οι δράσεις που περιέχουν ομαδοποίηση μαθητών και τους προτρέπουν να συζητούν, να επικοινωνούν πρόσωπο με πρόσωπο, να επιχειρηματολογούν ώστε να τεκμηριώσουν τις απόψεις τους, να ανταλλάξουν ιδέες και να γίνουν δημιουργικοί όχι ατομικά αλλά ομαδικά, φέρνουν τους μαθητές πιο κοντά.

Τέτοιου είδους δράσεις καλό είναι να πραγματοποιούνται κάθε χρόνο σε όλα τα σχολεία.