

Δράσεις για την Ανάπτυξη της ψυχικής ανθεκτικότητας

Μέσα στα πλαίσια των δράσεων για την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των μαθητών πραγματοποιήθηκε στις 19/10/2023 ένα πρόγραμμα παρέμβασης με τίτλο «Ανάπτυξης ψυχικής ανθεκτικότητας» στο Στ1. Στόχο της δράσης αυτής είναι η ανάπτυξη της κατανόησης του εαυτού και των συναισθημάτων από τους μαθητές. Μέσα από παιχνίδια εμπύχωσης που πραγματοποιήθηκαν στην σχολική αίθουσα, με την συνεργασία του εκπαιδευτικού της τάξης, της ψυχολόγου του σχολείου Χριστοδουλάκη Ιωάννα και της κοινωνικής λειτουργού Βασιλική Τσιτσιρίδου, εστίασαμε σε δράσεις στο «πώς αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο, ποιοι είναι οι κανόνες που ισχύουν κατά την κοινωνική αλληλεπίδραση, τα συναισθήματα που βιώνουμε ως μέλος της ομάδας και πώς η συμπεριφορά μας επηρεάζει τη συμπεριφορά των άλλων».

Ο τρόπος που υλοποιείται το πρόγραμμα είναι βιωματικός και συμμετέχουν όλοι οι μαθητές δίνοντας έμφαση στις δεξιότητες διαλόγου, ίσων ευκαιριών για συμμετοχή στις δράσεις και ανάπτυξης του σεβασμού για τον άλλον.



Παράλληλα, μιλάμε για τα συναισθήματα και τον εαυτό μας. Δίνουμε ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη ενσυναίσθησης. Μιλάμε για το πώς νιώθει ο άλλος, ποια συνέπεια

έχει η δική μας συμπεριφορά στα συναισθήματα του άλλου, τί θα κάναμε στην θέση του. Παίζουμε παιχνίδια ρόλων και με τον τρόπο αυτό προσπαθούμε να μπούμε στη θέση του άλλου και να έρθουμε σε επαφή με όλα τα συναισθήματα.

Ο εκπαιδευτικός της τάξης Ξενοφών Ουγγρίνης

Η κοινωνικός λειτουργός, Βασιλική Τσιτσιρίδου

Η ψυχολόγος, Χριστοδουλάκη Ιωάννα

- Συζητάω για τη συνέπεια της συμπεριφοράς με χρήση κοινωνικών ιστοριών. *Τί θα συμβεί μετά; Τί θα έκανα εγώ στη θέση του;* Ανάπτυξη ενσυναίσθησης και λογικής σκέψης.
- Κλείσιμο παρέμβασης. Ιδεοθύελλα συναισθημάτων και σκέψεων.
- Ζωγραφίζω αυτό που μου άρεσε από την ομάδα και το μοιράζομαι με τους υπολοίπους.

Ο εκπαιδευτικός της τάξης Μπάρμπας Κωνσταντίνος

Η ψυχολόγος, Χριστοδουλάκη Ιωάννα

Η κοινωνική λειτουργός, Τσιτσιρίδου Βασιλική