



Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Τμήμα Ψυχολογίας

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

<https://schoolpsychlab.psych.uoa.gr/>

ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ: Χρυσή (Σίσσυ) Χατζηχρήστου, Ph.D., Καθηγήτρια Σχολικής Ψυχολογίας & Διευθύντρια ΠΜΣ «Σχολική Ψυχολογία», ΕΚΠΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ: Δρ. Θ. Υφαντή, Επίκ. Καθ. Κ. Λαμπροπούλου, ΕΔΙΠ Δρ. Β. Νικολοπούλου, Επίκ. Καθ. Π. Λιανός, Υποψ. Δρ. Γ. Γεωργουλέας, Δρ. Δ. Αθανασίου, Α. Γιαννακοπούλου, ΜΑ Σχολική Ψυχολόγος

«ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ II»

Δράση Δικτύωσης εκπαιδευτικών κοινοτήτων/φορέων για την προαγωγή του θετικού κλίματος και την ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών και σχέσεων στη σχολική κοινότητα

2024-2025



Αγαπητοί και αγαπητές συνάδελφοι,

Το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας αποσκοπεί στην πρόληψη και προαγωγή της ψυχικής υγείας και ψυχικής ανθεκτικότητας στον χώρο του σχολείου και της οικογένειας καθώς και στη σύνδεση- συνεργασία του Πανεπιστημίου με σχολεία και φορείς της κοινότητας. Στο πλαίσιο των πολυετών δράσεων του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας υλοποιούνται προγράμματα, δράσεις και παρεμβάσεις για τη στήριξη των σχολικών κοινοτήτων και την προαγωγή της ψυχικής υγείας όλων των μελών της σχολικής κοινότητας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στις δυνατότητες ατόμων και συστημάτων, τη διαχείριση κρίσεων, καθώς και στη διασύνδεση- συνεργασία του Πανεπιστημίου με σχολεία και φορείς της κοινότητας.

Οι ευρύτερες δράσεις που αναπτύσσονται από την επιστημονική ομάδα του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας σε συνεργασία με το ΠΜΣ «Σχολική Ψυχολογία» στηρίζονται σε ένα πολυεπίπεδο μοντέλο διασύνδεσης και συνδιαμόρφωσης παροχής σχολικών και ψυχολογικών υπηρεσιών που συνδέει τη θεωρία, την έρευνα, την εκπαίδευση και την πρακτική εφαρμογή. Το μοντέλο έχει αξιοποιηθεί για την ανάπτυξη, εφαρμογή και αξιολόγηση προγραμμάτων παρέμβασης που έχουν υλοποιηθεί και τα προηγούμενα χρόνια σε εθνικό και διεθνές επίπεδο.

Οι «Διαδρομές II - Δράση Δικτύωσης εκπαιδευτικών κοινοτήτων/φορέων για την προαγωγή του θετικού κλίματος και την ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών και σχέσεων στη σχολική κοινότητα» αποτελεί συνέχεια της Δράσης Δικτύωσης σχολικών μονάδων «Διαδρομές I» που αφορούσε στην ενδυνάμωση σχολικών κοινοτήτων σε επίπεδο συστήματος (τάξη/σχολείο) και την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας σε δύσκολες περιόδους που σχεδιάστηκε και υλοποιήθηκε από το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ (σχολ. έτος 2023-2024). Η Δράση αποτέλεσε μέρος της προσπάθειας στήριξης των σχολικών κοινοτήτων της Θεσσαλίας μετά τις πλημμύρες του Σεπτεμβρίου 2023 σε συνεργασία με σχολεία της Αττικής και της Πελοποννήσου με απώτερο σκοπό τη δημιουργία ενός δικτύου σχολείων υποστήριξης και αλληλεγγύης για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας σε δύσκολες περιόδους.

Το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, μέσα από τη συνεργασία με σχολεία και φορείς για τη συνδιαμόρφωση και εφαρμογή ενός μοντέλου παρέμβασης μεταξύ φορέων (Πανεπιστημίου, ΚΕΔΑΣΥ, Σχολικών κοινοτήτων), σχεδίασε και υλοποίησε τη συγκεκριμένη Δράση ως μέρος μιας ευρύτερης προσπάθειας για την πρόληψη δυσλειτουργικών συμπεριφορών, την καλλιέργεια κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων και την ενίσχυση του θετικού κλίματος και της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής όλων των μελών της σχολικής κοινότητας. Η προαγωγή της κοινωνικής και συναισθηματικής ανάπτυξης και της ψυχικής ανθεκτικότητας μέσω παρεμβάσεων στο σχολείο είναι ιδιαίτερα σημαντική για το σύνολο των μαθητών/τριών, ιδιαίτερα σε δύσκολες περιόδους και καταστάσεις που συχνά καλούνται να διαχειριστούν οι σχολικές κοινότητες διεθνώς. Ειδικότερα, όταν οι μαθητές/τριες αισθάνονται ότι προσεγγίζονται από τους/τις εκπαιδευτικούς και τους συνομηλίκους με σεβασμό, φροντίδα, υποστήριξη και αποδοχή προκύπτουν πολλαπλά θετικά αποτελέσματα, όπως η ενεργός εμπλοκή των μαθητών/τριών, καλύτερη σχολική επίδοση, αυξημένες προκοινωνικές συμπεριφορές και λιγότερες δυσλειτουργικές συμπεριφορές στη σχολική κοινότητα.

Με το παρόν λεύκωμα θα θέλαμε να αποτυπώσουμε την κοινή μας διαδρομή στη δράση «Διαδρομές II» όπως αποτυπώθηκε στις εξ αποστάσεως επιμορφώσεις, την εφαρμογή στις τάξεις σχολείων από διαφορετικά μέρη της Ελλάδας και τη Διαδικτυακή Πλατφόρμα που αξιοποιήσαμε για τη Δικτύωση μεταξύ των σχολικών κοινοτήτων που συμμετείχαν.

Θερμές ευχαριστίες στον Πρύτανη του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών καθηγητή κ. Γεράσιμο Σιάσο και τον ΕΛΚΕ, ΕΚΠΑ για την υποστήριξη και τη σημαντική συμβολή στην υλοποίηση της δράσης. Ευχαριστούμε επίσης θερμά τους/στις Διευθυντές/τριες, εκπαιδευτικούς και ψυχολόγους των σχολικών μονάδων που συμμετείχαν με προσωπικό κίνητρο, ενεργό επαγγελματικό ενδιαφέρον και ουσιαστική εμπλοκή στην εφαρμογή δραστηριοτήτων στην τάξη που συμβάλλουν στην ενίσχυση των ψυχοκοινωνικών δεξιοτήτων των μαθητών/τριών ως εφόδια για την ενήλικη ζωή. Ευχαριστούμε ιδιαίτερα για τη συνεργασία την προισταμένη του 2ου ΚΕ.Δ.Α.Σ.Υ Δ'Αθήνας κ. Αθανασία Καπετάνιου για τη δικτύωση με σχολικές μονάδες δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης που υλοποίησαν πρακτική άσκηση μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες του ΠΜΣ Σχολικής ψυχολογίας, ΕΚΠΑ και συνέβαλαν στην εφαρμογή της δράσης.

Μέσα από τη Δράση, αναδείχθηκε η σημασία της συνύπαρξης μέσα από κοινές αξίες που διέπουν μια ομάδα όπως η σχολική τάξη. Στο πλαίσιο αυτό οι μαθητές και οι μαθήτριες αφού εντόπισαν τις δυνατότητες και τις δυσκολίες της δική τους ομάδας/τάξης, συνδιαμόρφωσαν την κοινή στοχοθεσία της τάξης τους. Επιπλέον οι μαθητές/τριες εξασκήθηκαν σε δεξιότητες που συμβάλλουν στη συνοχή και την εξέλιξη της ομάδας όπως η αναγνώριση δύσκολων συναισθημάτων, η αυτορρύθμιση και η ενσυναίσθηση καθώς και σε δεξιότητες που συμβάλλουν στην επίλυση προβλήματος με έμφαση στην επίλυση συγκρούσεων.

Πάνω απ' όλα, ευχαριστούμε τους/τις μαθητές/τριες. Είναι εκείνοι που, με τις ιδέες, τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις δημιουργίες τους, μας δείχνουν καθημερινά ότι ένα υποστηρικτικό σχολείο είναι εφικτό. Μας εμπνέουν να συνεχίζουμε, να δημιουργούμε «νέες διαδρομές» με θεμέλια τη συνεργασία, την ελπίδα και την αίσθηση ότι όλοι ανήκουν.

Εύχομαι σύντομα να συναντηθούμε ξανά, σε επόμενους σταθμούς της κοινής μας πορείας.

Χρυσή (Σίσσυ) Κατζηχήστου, Ph.D
Καθηγήτρια Σχολικής Ψυχολογίας
Διευθύντρια ΠΜΣ Σχολικής Ψυχολογίας
Διευθύντρια Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας



«Διαδρομές II»:

Δράση Δικτύωσης εκπαιδευτικών κοινοτήτων/φορέων για την προαγωγή
του θετικού κλίματος και την ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών και
σχέσεων στη σχολική κοινότητα

Περιεχόμενα

I] Πλαίσιο Δράσης

II] Σκοπός και βασικοί στόχοι της Δράσης

III] Δομή - Οι ενότητες της δράσης «Διαδρομές II»

IV] Συμμετέχοντες/ουσες εκπαιδευτικοί και σχολεία

V] Εξ' αποστάσεως επιμορφωτικές συναντήσεις και εποπτεία
εφαρμογής δραστηριοτήτων

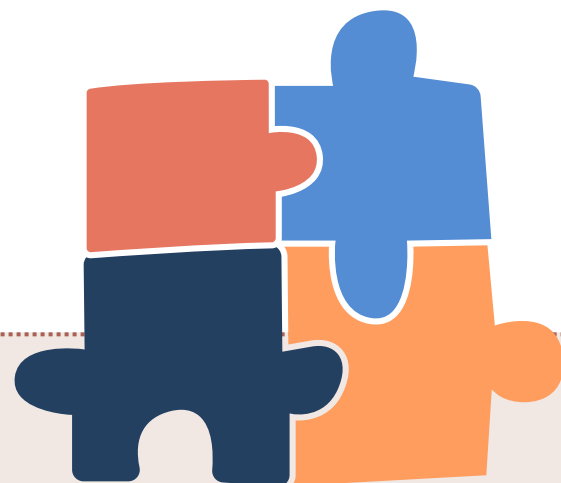
VI] Εκπαιδευτικό υλικό και εποπτεία

VIII] Εφαρμογή δραστηριοτήτων στην τάξη

IX] Δικτύωση- Online πλατφόρμα «Διαδρομές II στην πόλη»

X] Έργα τάξεων/σχολείων που συμμετείχαν στη Δράση

XI] Ολοκλήρωση – κλείσιμο προγράμματος- Αποτίμηση



I] Πλαίσιο Δράσης

Η Δράση «Διαδρομές II»: Δράση Δικτύωσης εκπαιδευτικών κοινοτήτων/φορέων για την προαγωγή του θετικού κλίματος και την ενίσχυση των θετικών συμπεριφορών και σχέσεων στη σχολική κοινότητα (2024-25) αποτελεί συνέχεια της Δράσης Δικτύωσης σχολικών μονάδων «Διαδρομές I» για την ενδυνάμωση σχολικών κοινοτήτων σε επίπεδο συστήματος (τάξη/σχολείο) και την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας σε δύσκολες περιόδους που σχεδιάστηκε και υλοποιήθηκε από το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ (σχολ. έτος 2023-2024). Η Δράση «Διαδρομές I» αποτέλεσε μέρος της προσπάθειας στήριξης των σχολικών κοινοτήτων της Θεσσαλίας μετά τις πλημμύρες του Σεπτεμβρίου 2023 σε συνεργασία με σχολεία της Αττικής και της Πελοποννήσου με απώτερο σκοπό τη δημιουργία ενός δικτύου σχολείων υποστήριξης και αλληλεγγύης για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας σε δύσκολες περιόδους (βλ http://www.centerschoolpsych.psych.uoa.gr/images/articles/leukoma_diadromes_2024.pdf).

Η Δράση «Διαδρομές II» βασίστηκε σε ένα γενικότερο μοντέλο που εφαρμόζεται από την επιστημονική ομάδα του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ για την ψυχική ευεξία στη σχολική κοινότητα, όπου συνδυάζονται οι σύγχρονες θεωρητικές τάσεις, η εμπειρική τεκμηρίωση, αλλά και τα σύγχρονα δεδομένα και προσεγγίσεις. Ειδικότερα, η επιστημονική προσέγγιση της δράσης ενσωματώνει τις σύγχρονες διεθνείς ψυχολογικές προσεγγίσεις που εστιάζουν στην προαγωγή του θετικού κλίματος, στην ενίσχυση της ψυχικής ευεξίας και ανθεκτικότητας όλων των μελών της σχολικής κοινότητας λαμβάνοντας υπόψη τις κοινές προκλήσεις και δυσκολίες στην καθημερινότητα του σχολικού περιβάλλοντος, αλλά και τις ιδιαίτερες συνθήκες των σχολείων. Επιπλέον, δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην ενίσχυση κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων που προάγουν την καλή συνεργασία και συνοχή της ομάδας, την υπεύθυνη λήψη αποφάσεων και τη λειτουργική επίλυση προβλημάτων, καθώς και τη μείωση των συγκρούσεων, των επιθετικών και βίαιων συμπεριφορών. Παράλληλα, τονίζεται η αναγκαιότητα του σεβασμού της ετερότητας σε όλα τα επίπεδα και της ενίσχυσης των ευάλωτων ομάδων μαθητών/τριών στο πλαίσιο και της σύγχρονης προσέγγισης της κοινωνικής δικαιοσύνης.

II] Σκοπός και βασικοί στόχοι της Δράσης

Το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας συνεργάστηκε με σχολεία και φορείς για τη συνδιαμόρφωση και εφαρμογή ενός μοντέλου παρέμβασης μεταξύ φορέων (Πανεπιστημίου, ΚΕΔΑΣΥ, Σχολικών κοινοτήτων) με βασικό σκοπό την πρόληψη δυσλειτουργικών συμπεριφορών μέσα από την ενίσχυση του σχολικού κλίματος και των θετικών συμπεριφορών. Ειδικότερα βασικοί στόχοι της Δράσης είναι:

- Η ανάδειξη των στοιχείων εκείνων που το σχολείο διαθέτει ως σύστημα και διευκολύνουν την ψυχοκοινωνική προσαρμογή και ανάπτυξη των μελών του καθώς και των βασικών διαστάσεων του σχολικού κλίματος,
- Η προαγωγή της συνεργασίας, της ομαδικότητας, της αποδοχής, της αλληλεγγύης, της συνεκτικότητας, της ασφάλειας και της αίσθησης του ανήκειν όλων των μαθητών/τριών,
- Η σημασία της στοχοθεσίας που λειτουργεί προστατευτικά και συμβάλλει στην ενεργό συμμετοχή και εμπλοκή των μαθητών/τριών σε δράσεις που προάγουν τις θετικές υποστηρικτικές σχέσεις στο σχολείο και την κοινότητα,
- Η ανάδειξη θετικών στοιχείων ατόμων και συστημάτων (τάξεων – σχολείου) που λειτουργούν προστατευτικά για ζητήματα δυσλειτουργικών συμπεριφορών που σχετίζονται και με ζητήματα πειθαρχίας,
- Η αναζήτηση μηχανισμών ανταπόκρισης σε προκλήσεις και μοίρασμα τρόπων, σκέψεων, επιλογών και μεθόδων επίλυσης προβλήματος όπως αναδύονται από δραστηριότητες κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής,
- Η κατανόηση των αναγκών των ευάλωτων ομάδων μαθητών/τριών στο πλαίσιο της κοινωνικής δικαιοσύνης.
- Η δικτύωση των συμμετεχόντων και των τάξεων από διάφορες περιοχές/πόλεις.

III] Δομή - Οι ενότητες της Δράσης «Διαδρομές II»

Η Δράση «Διαδρομές II» αποτελεί μια ευρύτερη πολυεπίπεδη παρέμβαση που δομείται με βάση 4 ενότητες.

Οι ενότητες της Δράσης «Διαδρομές II» :

α) Συνεκτικότητα-Στοχοθεσία: Σύνδεση των μελών της ομάδας - τάξης και αναγνώριση των θετικών στοιχείων του εαυτού και της ομάδας - τάξης τους. Συνδιαμόρφωση στοχοθεσίας σε επίπεδο ομάδας.

β) Αναγνώριση και κατανόηση των συναισθημάτων του εαυτού και των άλλων: κατανόηση του τρόπου που βιώνονται τα δυσάρεστα συναισθήματα π.χ. θυμό, άγχος, θλίψη και η εξοικείωση με λειτουργικούς τρόπους διαχείρισής τους.

γ) Συνύπαρξη - επίλυση προβλημάτων: επίλυση προβλήματος σε ζητήματα που αφορούν τη σχολική καθημερινότητα και τις σχέσεις μεταξύ συνομηλίκων.

δ) Ολοκλήρωση / Ανασκόπηση - Κλείσιμο Προγράμματος: Αναστοχασμός για την πορεία της Δράσης, την επίτευξη των στόχων σε επίπεδο ομάδας τάξης, γνώσεων και στάσεων που αποκόμισαν οι μαθητές και οι μαθήτριες ως προς τη διαχείριση συναισθημάτων και την επίλυση προβλήματος.

Για κάθε ενότητα, υλοποιήθηκαν εξ αποστάσεως επιμορφωτικές συναντήσεις, εκπονήθηκε εκπαιδευτικό υλικό για εφαρμογή στην τάξη, εφαρμογή των δραστηριοτήτων στην τάξη και δικτύωση μέσω αναρτήσεων στην online πλατφόρμα «Διαδρομές στην πόλη II».

IV] Συμμετέχοντες/ουσες εκπαιδευτικοί και σχολεία

Στη Δράση συμμετείχαν 98 στελέχη εκπαίδευσης, εκπαιδευτικοί πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και ψυχολόγοι. Από το συνολικό αριθμό συμμετεχόντων εκπαιδευτικών, 42 συμμετείχαν στην παρακολούθηση των επιμορφωτικών σεμιναρίων που αποτέλεσαν μέρος του προγράμματος και 56 συμμετείχαν τόσο στις επιμορφώσεις όσο και στην εφαρμογή του προγράμματος σε 33 σχολεία (5 Δημοτικά, 24 Γυμνάσια και 4 Λύκεια) της Πελοποννήσου, Κρήτης, Χίου και Αττικής με τη συμμετοχή περίπου 1500 μαθητών/-τριών πρωτοβάθμιας (Δ', Ε', Στ' τάξη Δημοτικού) και δευτεροβάθμιας (Α', Β, Γ' τάξη Γυμνασίου και Λυκείου) εκπαίδευσης.

Σχολεία - Πρόγραμμα «Διαδρομές II» 2024-2025



Δημοτικά

1ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΑΙΣΑΡΙΑΝΗΣ
2ο ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΧΙΟΥ
6/ΘΕΣΙΟ ΟΛΟΗΜΕΡΟ Δ.Σ. ΒΑΣΙΛΙΚΩΝ
ΣΑΛΑΜΙΝΑΣ
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΑΛΜΥΡΗΣ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ
ΕΛΛΗΝΟΓΑΛΛΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΟΥΡΣΟΥΛΙΝΩΝ

Γυμνάσια

1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΒΟΥΛΑΣ
1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΓΕΡΑΚΑ
1ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΛΑΥΡΙΟΥ
2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ

2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΑΛΛΙΘΕΑΣ
2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ
2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΝΕΑΣ ΜΑΚΡΗΣ
3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓΙΩΝ ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ
3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ
3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΟΡΩΠΙΟΥ
3ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΕΙΡΑΙΑ
4ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΛΙΜΟΥ
4ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΧΑΡΝΩΝ
5ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΑΛΑΙΟΥ ΦΑΛΗΡΟΥ
6ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΧΑΡΝΩΝ
8ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
9ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΧΑΡΝΩΝ
10ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙΟΥ
11ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΙΛΙΟΥ
Β' ΑΡΣΑΚΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΨΥΧΙΚΟΥ
ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΔΙΟΝΥΣΟΥ
ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΑΧΑΡΝΩΝ

Λύκεια

1ο ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΑΧΑΡΝΩΝ
1ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΡΑΦΗΝΑΣ
3ο ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΑΛΙΜΟΥ
ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΤΖΕΡΜΙΑΔΩΝ ΛΑΣΙΘΙΟΥ

V] Εξ αποστάσεως επιμορφωτικές συναντήσεις και εποπτεία εφαρμογής δραστηριοτήτων

Υλοποιήθηκαν εξ αποστάσεως επιμορφωτικές συναντήσεις ευαισθητοποίησης και ανταλλαγής απόψεων, προβληματισμών, εμπειριών και καλών πρακτικών των συμμετεχόντων στο πλαίσιο συνεργασίας και δικτύωσης εκπαιδευτικών και ψυχολόγων διαφορετικών σχολείων/περιοχών. Στη διάρκεια των συναντήσεων γινόταν σύντομη παρουσίαση των βασικών θεωρητικών προσεγγίσεων που αποτελούσαν το επιστημονικό υπόβαθρο της Δράσης -με ιδιαίτερη έμφαση στη διαχείριση των δύσκολων/προκλητικών συμπεριφορών και της ενδυνάμωσης των θετικών σχέσεων στην τάξη- και που σχετίζονται με τις βασικές ενότητες του προγράμματος. Επιπλέον, περιγράφονταν οι προτεινόμενες δραστηριότητες και παρεχόταν υποστήριξη και εποπτεία από τους επιστημονικούς συνεργάτες του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας για την εφαρμογή των δραστηριοτήτων στην τάξη και την υλοποίηση της Δράσης. Επίσης υλοποιήθηκε μια τελική συνάντηση με ανατροφοδότηση και συζήτηση με βάση τις εμπειρίες των εκπαιδευτικών από τη συνολική εφαρμογή της Δράσης σε σχολεία διαφορετικών περιοχών.

VI] Εκπαιδευτικό υλικό και εποπτεία

Στους/Στις συμμετέχοντες/ουσες εκπαιδευτικούς παρέχονταν υλικό με δραστηριότητες και αναλυτικές οδηγίες για την εφαρμογή στην τάξη, εγκεκριμένο από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής, ΥΠΑΙΘΑ. Το εκπαιδευτικό υλικό παρουσιαζόταν σε κάθε ενότητα επιμόρφωσης, αποστέλλονταν ηλεκτρονικά στους/στις συμμετέχοντες/ουσες και ήταν διαθέσιμο στην διαδικτυακή πλατφόρμα «Διαδρομές στην πόλη».

VIII] Εφαρμογή δραστηριοτήτων στην τάξη

Οι δραστηριότητες που αναπτύχθηκαν και εφαρμόστηκαν στις τάξεις βασίζονται σε σύγχρονες προσεγγίσεις για την προαγωγή του θετικού κλίματος και τη μείωση των δύσκολων συμπεριφορών, την ενίσχυση της ψυχικής ευεξίας και ανθεκτικότητας όλων των μελών της σχολικής κοινότητας (επίπεδο ατόμου και τάξης) και την ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των μαθητών/-τριών και εντάσσονταν στις βασικές τέσσερις (4) ενότητες του προγράμματος αντίστοιχες των επιμορφώσεων. Κάθε δραστηριότητα περιλάμβανε:

- Ειδικότερους στόχους
- Οδηγίες και κατευθύνσεις για την εφαρμογή της.
- Άξονες συζήτησης, μέσα από τους οποίους διευκολύνεται η αφομοίωση των εννοιών και των ιδεών που αναδεικνύονται μέσα από κάθε δραστηριότητα

ΙΧ] Δικτύωση- Online πλατφόρμα «Διαδρομές II στην πόλη»

Διαδρομές στην πόλη II

Μπορείτε να περιηγηθείτε στα έργα των σχολείων επιλέγοντας την αντίστοιχη ενότητα που επιθυμείτε να δείτε:



Μετά την εφαρμογή κάθε δραστηριότητας/ενότητας στις τάξεις/σχολεία οι συμμετέχοντες/ουσες εκπαιδευτικοί αναρτούσαν στην κοινή διαδικτυακή πλατφόρμα «Διαδρομές στην πόλη» (<https://pathways2city.sdtapps.online/s/pathways/page/welcome>) υλικό που προέκυπτε από τη συνεργασία των μαθητών/-τριών τάξεων ώστε να επιτευχθεί η δικτύωση μεταξύ τάξεων/σχολείων.

Σκοπός ήταν οι τάξεις να «συνθέσουν» μια «πόλη» μέσα από τα έργα τους στα ακόλουθα σύμβολα ανά ενότητα:

- **Σχολείο:** Συνεκτικότητα-Στοχοθεσία
- **Βιβλιοθήκη:** Αναγνώριση και κατανόηση των συναισθημάτων του εαυτού και των άλλων
- **Πάρκο:** Συνύπαρξη και επίλυση προβλημάτων
- **Σκηνή/Δημοτικό Θέατρο:** Ολοκλήρωση / Ανασκόπηση - Κλείσιμο Προγράμματος

Οι σχολικές τάξεις, επιλέγοντας κάθε επιμέρους σημείο από την πόλη (σχολείο, πάρκο κλπ.), μπορούσαν να βλέπουν και τις αναρτήσεις των άλλων σχολείων που συμμετέχουν και να συζητούν σχετικά με κοινές και διαφορετικές ανάγκες, δυνατότητες, ιδέες.

- Σκέψεις και συναισθήματα των μαθητών/-τριών βλέποντας τα έργα των άλλων τάξεων:



Ενδεικτικά:

- **«Ένα ευχάριστο ταξίδι με κοινό προορισμό αλλά διαφορετικούς τρόπους έκφρασης»**

Βλέποντας τα έργα των άλλων σχολείων, παρατηρούμε μια πληθώρα ομοιοτήτων που αντικατοπτρίζουν κοινές ανάγκες, αξίες και σκέψεις. Τα έργα αυτά μας προσφέρουν μια πολύτιμη ματιά στις ανησυχίες και τις φιλοδοξίες των μαθητών και των καθηγητών από διάφορα μέρη, και αποκαλύπτουν την κοινή μας επιδίωξη για μάθηση, δημιουργικότητα και πρόοδο. Απολαύσαμε τις δημιουργίες των άλλων μαθητών και τον διαφορετικό τρόπο αποτύπωσης της διαδρομής !!

- **Τα έργα των άλλων σχολείων**

Αναρτήσεις με νόημα, με πολλά μηνύματα. Έργα που έγιναν με φροντίδα, με ενθουσιασμό, που μας γέμισαν όμορφες εικόνες και θετικά συναισθήματα, που μας δίδαξαν τρόπους να "χτίσουμε" το σχολείο που ονειρευόμαστε!

- **Βλέποντας το υλικό των άλλων σχολείων**

Οι μαθητές βλέποντας το υλικό των μαθητών των άλλων σχολείων ενθουσιάστηκαν! Διαπιστώσανε ότι στις διαδρομές δεν ήτανε μόνοι τους..έννοιες όπως συναισθήματα (θετικά ή αρνητικά), συνεργασία, δημιουργικότητα, επικοινωνία, αλληλοσεβασμό, ενσυναίσθηση απασχολούν και πολλά άλλα παιδιά. Έτσι τους έγινε πιο έντονη η επιθυμία να συνεχίσουν τις ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ και την επόμενη χρονιά!

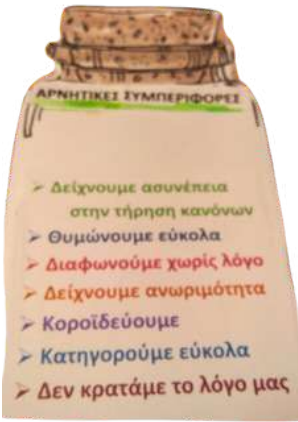
Έργα τάξεων/σχολείων που συμμετείχαν στη δράση (Ενδεικτικά)

Ενότητα 1: Συνεκτικότητα-Στοχοθεσία (Σχολείο)

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ



1ο Δημοτικό Σχολείο Καισαριανής



Δημοτικό Σχολείο Βασιλικών
Σαλαμίνας



Ελληνογαλλική Σχολή
Ουρσουλινών



2ο Πειραματικό
Δημοτικό Σχολείο Χίου



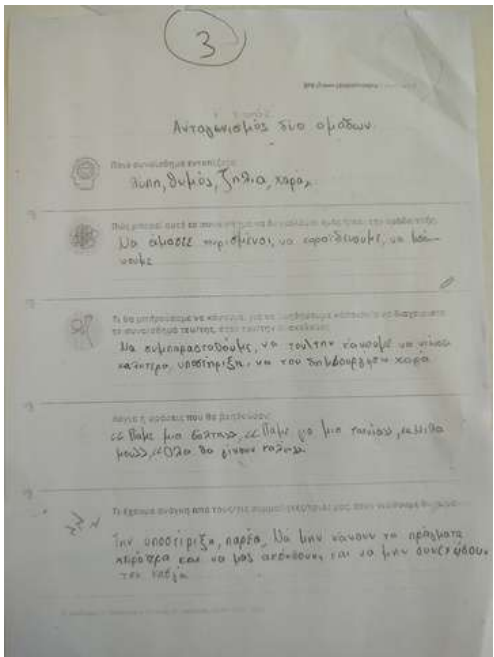
Δημοτικό Σχολείο
Αλμυρής Κορινθίας

Ενότητα 2: Αναγνώριση και κατανόηση των συναισθημάτων του εαυτού και των άλλων (Βιβλιοθήκη)

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ



Δημοτικό Σχολείο Αλμυρής
Κορινθίας



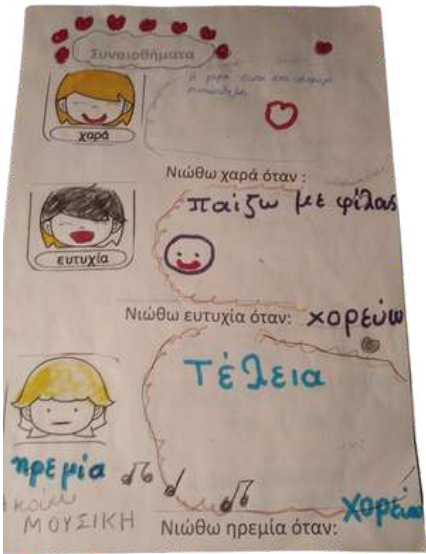
1ο Δημοτικό Σχολείο Καισαριανής



2ο Πειραματικό Δημοτικό
Σχολείο Χίου



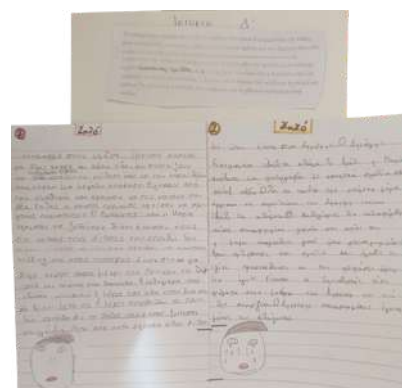
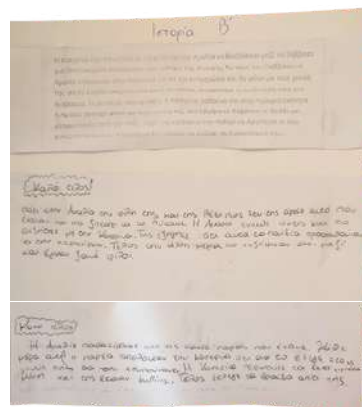
Ελληνογαλλική Σχολή Ουρσουλινών



Δημοτικό Σχολείο
Βασιλικών Σαλαμίνας

Ενότητα 3: Συνύπαρξη και επίλυση προβλημάτων (Πάρκο)

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ



1ο Δημοτικό Σχολείο Καισαριανής

2ο Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Χίου



Δημοτικό Σχολείο Αλμυρής Κορινθίας



Ελληνογαλλική Σχολή Ουρσουλινών



Πρόβλεψη

Κατά τη διάρκεια του διαλείμματος, ο Γιάννης και ο Κώστας, δύο συμπαθείς, έρχονται σε σύγκρουση. Και ξεκινούν όταν ο Κώστας πιάνει τον Γιάννη κατά λάθος και τον παροτρύνει. Ο Γιάννης, που είναι ήδη κουρασμένος από το προηγούμενο καμπί στο σπίτι του, αντιδρά έντονα και αρχίζει να φωνάζει στον Κώστα. Ο Κώστας προσπαθεί να υπακούσει τον καινούριο του, αλλά η ένταση αυξάνεται και ξεκινούν ένας μαρς: καμπίς απροσπίει σε άλλους μαρτές.

Βήματα Επίλυσης:

Διεσκή Συμπεράσματα

Ο δάσκαλος ή η δασκάλα φρονιά για γρήγορα στη σκορή του καθήν και σταματάει τη σύγκρουση. Χρησιμοποιεί ήτοι πύνα για να ηρεμήσει τους μαθητές και τους ζητά να πάνε σε ήσυχο μέρος για να μύδρουν.



To receive your microfilm run

Συζήτηση για την Ασία

Οι βοηθός μιλάνε για τα συναισθήματά τους (για το πώς νιώθουν και βλέπουν)

Ο Η δόκιμος, η ζητή από τον Γάιννη να παρέρει πός ένοισι όταν παρέρει και από τον Κόστω να ελγέρει αν είχε πρόθεσι να παρέρει το Γάιννη. Στη συνέχεια, συζητούν πός θα παρέρει αν είχαν διαγέρει της καπνίστησι καλίστησι παρέρ, (βα ή φωνή).

Ζήτηση Συμμετοχής



Δημιουργία Κεντρικών Συνεργασίας



Δημοτικό Σχολείο Βασιλικών
Σαλαμίνας

Ενότητα 4: Ολοκλήρωση / Ανασκόπηση - Κλείσιμο Προγράμματος (Θέατρο)

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ

9/10/25 Ηλικία: 10 ετών Νίκος Σπυριδίου

ΕΝΤΥΠΟ

Τι καταφέραμε σε σχέση με τους στόχους που βάλαμε στην τάξη μας για τη συμπεριφορά μας και με ποιον τρόπο; Καταφέραμε να χαλαρώσουμε την ψυχή μας.

Τι μάθαμε για τον τρόπο που μπορούμε να διαχειριστούμε τα δύσκολα συναισθήματά μας; Να ψύχουμε από κρύο να κλείσουμε και μετά να βρούμε και να πούμε ότι αυτό που μας έκανε καλό σκεπασμένο.

Τι μας βοήθησε να επιλύουμε τις συγκρούσεις/προβλήματα που έχουμε και αμαρτία το καταλάβαμε να το πούμε στην κυρία μας.

Τι μας άρεσε γενικά από τις δραστηριότητες που κάναμε στην τάξη; Όταν είχαμε μπουτί για τα δύσκολα και τα χαρούμενα συναισθήματα.

Τη φετινή χρονιά στην τάξη μας:

- καταφέραμε να γίνουμε πιο έμπνη
- μάθαμε να κάνω τα συναισθήματά μου
- μας άρεσε που γίναμε καλύτερα άνθρωποι

Ελληνογαλλική Σχολή Ουρσουλινών

Τη φετινή χρονιά στην τάξη μας:

Καταφέραμε:

- να συνεργαζόμαστε
- να έχουμε υπομονή
- να επισυνάπτουμε και να διατηρούμε φίλιες
- να επιλύουμε ζητήματα
- να ακούμε ο ένας τον άλλον

Μάθαμε:

- τρόπους διαχείρισης δυσάρεστων συναισθημάτων.
- να «δουλεύουμε» ομαδικά.
- να καταλαβαίνουμε τα συναισθήματα τα δικά μας και των άλλων.

Μας άρεσε:

- η συνεργασία.
- που βελτιώθηκε η συμπεριφορά μετε
- τα τραγούδια.
- το podcast.
- οι συζητήσεις.

2ο Πειραματικό Δημοτικό Σχολείο Χίου

Το τελικό έργο των παιδιών

Ένα μεγάλο καλά με πατούσες, που συμβολίζουν τα βήματα που κάναμε ως τάξη στη διάρκεια του προγράμματος.

Οι αξίες της τάξης μου

Αναφέρεται στο αποτέλεσμα της αξιολόγησης, κ.λπ. από τον εκπαιδευτικό.

Θεωρώ Εξαιρετικό

Θεωρώ Καλό

Θεωρώ Μέτριο

Θεωρώ Κακή

Γίναμε μια ομάδα και βάλαμε σκοπό να βελτιώσουμε σε όλα τα πράγματα.

Μάθαμε να σεβόμαστε τον "άλλο" κι ας είναι διαφορετικός.

Γνωρίσαμε καλύτερα τον εαυτό μας.

Συνεργαστήκαμε, δημιουργήσαμε, χαλάσαμε, πέραμε όμορφα.

Προετοιμαζόμαστε για τη Γιορτή Λίβου του σχολείου.

Είμαστε υπερήφανοι για τον εαυτό μας.

Όλοι μας είμαστε μια ομάδα.

Είμαστε μια ομάδα που αγαπάμε τον εαυτό μας.

Δημοτικό Σχολείο Βασιλικών Σαλαμίνας

Δημοτικό Σχολείο Αλμυρής Κορινθίας

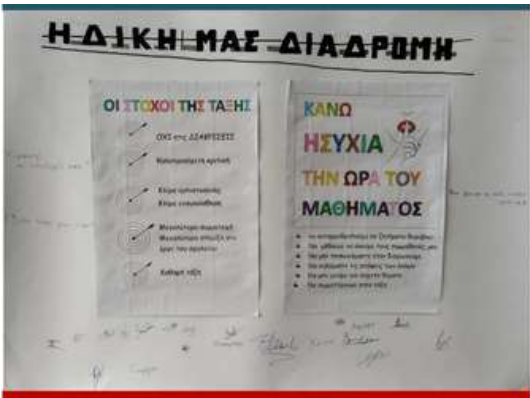
Έργα τάξεων/σχολείων που συμμετείχαν στη δράση (Ενδεικτικά)

Ενότητα 1: Συνεκτικότητα-Στοχοθεσία (Σχολείο)

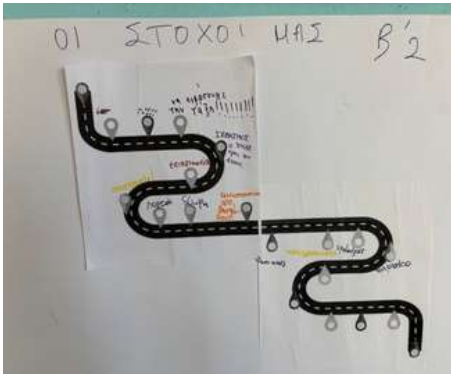
ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ



1ο ΓΕΛ Αχαρνών



6ο Γυμνάσιο Αχαρνών



1ο Γυμνάσιο Βούλας



Γυμνάσιο Διονύσου



4ο Γυμνάσιο Αχαρνών



2ο Γυμνάσιο Αγ. Δημητρίου



Πειραματικό Γυμνάσιο Διαπολιτισμικής Εκπαίδευσης Αχαρνών



2ο Γυμνάσιο Νέας Μάκρης



2ο Γυμνάσιο Αργυρούπολης



3ο Γυμνάσιο Αργυρούπολης



1ο Γυμνάσιο Λαυρίου



διαχείρισης αγχογόνων καταστάσεων (Βιβλιοθήκη)

[illegible]

11ο Γυμνάσιο Ιλίου



4ο Γυμνάσιο Αχαρνών



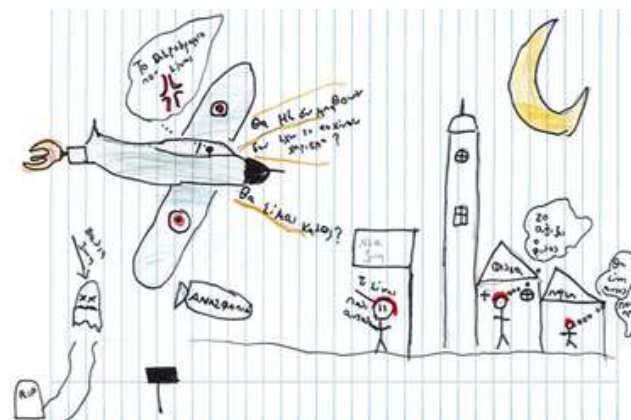
3ο Γυμνάσιο Αγ.
Αναργύρων



10ο Γυμνάσιο Περιστερίου



2ο Γυμνάσιο Καλλιθέας



2ο Γυμνάσιο Αργυρούπολης



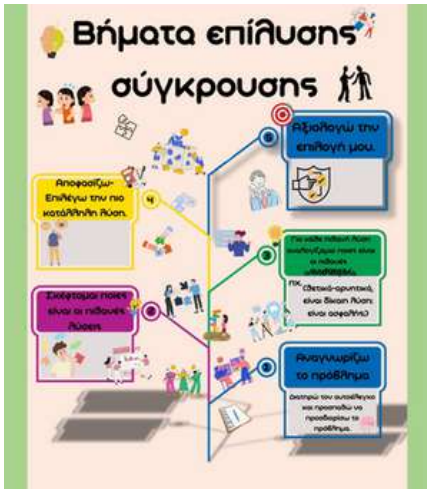
1ο ΕΠΑΛ Ραφήνας



9ο Γυμνάσιο Αχαρνών

Ενότητα 3: Διαχείριση συγκρούσεων - Επίλυση προβλήματος (Πάρκο)

ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ



3ο Γυμνάσιο Κορωπίου



3ο Γυμνάσιο Αργυρούπολης



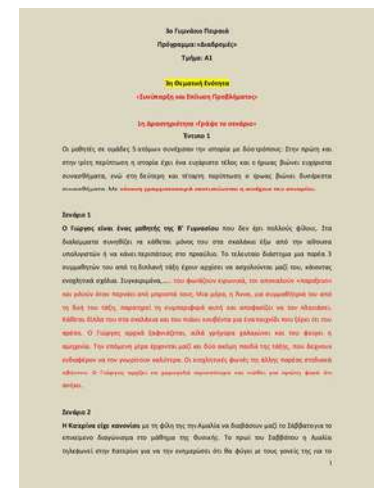
Γυμνάσιο Διονύσου



1ο Γυμνάσιο Βούλας



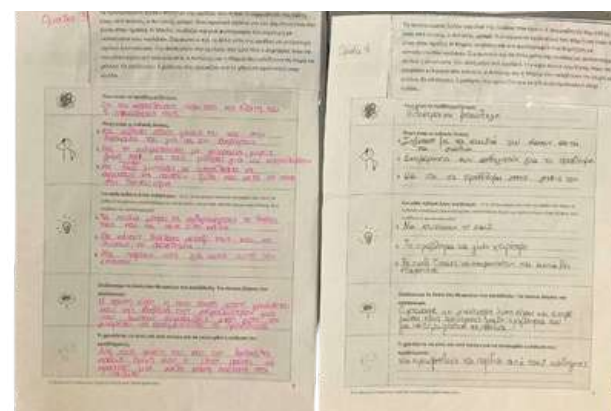
3ο Γυμνάσιο Αγ. Αναργύρων



3ο Γυμνάσιο Πειραιά



Πειραματικό Γυμνάσιο Διαπολιτισμικής Εκπαίδευσης Αχαρνών



2ο Γυμνάσιο Μαρκοπούλου

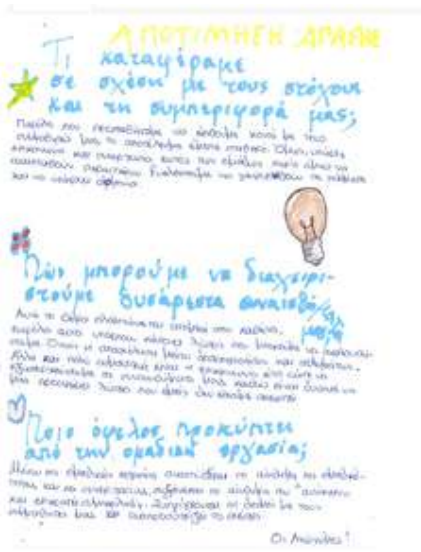
ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ



11ο Γυμνάσιο Ιλίου



2ο Γυμνάσιο Αργυρούπολης



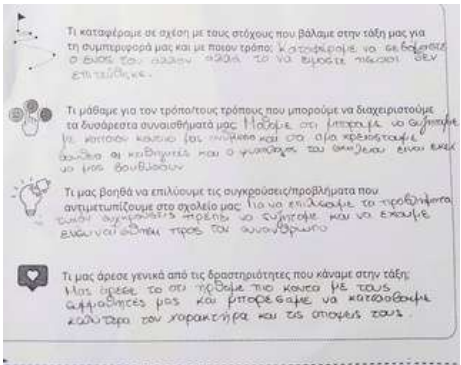
3ο ΓΕΛ Αλίμου



ΓΕΛ ΤΖΕΡΜΙΑΔΩΝ ΛΑΣΙΘΙΟΥ

Αυτές οι δραστηριότητες μάς έκαναν να αγαπήσουμε όχι μόνο το σχολείο, αλλά και το "μαζί". Και ίσως, όταν μεγαλώσουμε, να μην θυμόμαστε την κάθε άσκηση... αλλά σίγουρα θα θυμόμαστε πώς νιώθαμε όταν γελοούσαμε, δημιουργούσαμε και στηρίζαμε ο ένας τον άλλον.

3ο Γυμνάσιο Πειραιά



1ο ΓΕΛ Αχαρνών

ΧΙ] Ολοκλήρωση – Κλείσιμο Προγράμματος – Αποτίμηση

Στο τέλος, υλοποιήθηκε μια διαδικτυακή συνάντηση ολοκλήρωσης και ανασκόπησης όπου οι εκπαιδευτικοί είχαν τη δυνατότητα να μοιραστούν εμπειρίες, σκέψεις, προβληματισμούς από την εφαρμογή της Δράσης, τις αντιδράσεις των μαθητών/τριών τους και μελλοντικές προτάσεις/δράσεις. Στο πλαίσιο αυτό υπήρξε ένας γόνιμος διάλογος και ανταλλαγή σκέψεων και καλών πρακτικών από όλους/ες τους/τις συμμετέχοντες/ουσες



➤ Συνοπτικά στοιχεία αποτίμησης της Δράσης από τους/τις συμμετέχοντες συμμετέχουσες εκπαιδευτικούς

Η αξιολόγηση της Δράσης υλοποιήθηκε με τη χορήγηση ερωτηματολογίων πριν και μετά την εφαρμογή των δραστηριοτήτων που περιλάμβαναν κλειστές και ανοικτές ερωτήσεις και αφορούσαν στο κλίμα του σχολείου, τη στοχοθεσία του προγράμματος και τα οφέλη για μαθητές/τριες και εκπαιδευτικούς. Όσον αφορά στη γενική στοχοθεσία του προγράμματος πριν και μετά την εφαρμογή, οι αναλύσεις με τη χρήση του κριτηρίου t εξαρτημένων δειγμάτων έδειξαν ότι οι εκπαιδευτικοί αντιλήφθηκαν βελτίωση σε όλους τους επιμέρους γενικούς στόχους. Ειδικότερα οι μέσοι όροι για τους εκπαιδευτικούς μετά την εφαρμογή του προγράμματος ήταν σημαντικά υψηλότεροι στη συνοχή ομάδας (ΜΟπριν=3,97, ΜΟμετά=4,49, $t(36)=-2.22$, $p<.05$), την αναγνώριση συναισθημάτων (ΜΟπριν=3,95, ΜΟμετά=4,54, $t(36)=-2.78$, $p<.001$), την έκφραση συναισθημάτων (ΜΟπριν=3,81, ΜΟμετά=4,32, $t(36)=-2.32$, $p<.05$), τη διαχείριση συναισθημάτων (ΜΟπριν=3,24, ΜΟμετά=3,89, $t(36)=-3.21$, $p<.001$), την αποτελεσματική επικοινωνία και συνεργασία των μαθητών/τριών (ΜΟπριν=3,78, ΜΟμετά=4,57, $t(36)=-3.57$, $p<.001$), την τήρηση των κανόνων και των ορίων συμπεριφοράς στην τάξη (ΜΟπριν=4,35, ΜΟμετά=4,78, $t(36)=-2.21$, $p<.05$), την αποτελεσματική διαχείριση των συγκρούσεων (ΜΟπριν=3,68, ΜΟμετά=4,11, $t(36)=-2.21$, $p<.05$), και τη λειτουργική επίλυση των προβλημάτων (ΜΟπριν=3,65, ΜΟμετά=4,16, $t(36)=-2.35$, $p<.05$). Όσον αφορά στους/τις μαθητές/τριες αξιοσημείωτη ήταν η στατιστικώς σημαντικές μείωση στους μέσους όρους στην επίδειξη αρνητικών συμπεριφορών που δυσκολεύουν τη συνύπαρξη στην ομάδα και προκαλούν δυσάρεστα συναισθήματα στην ομάδα/τάξη ή σε μέλη της ομάδας/τάξης (ΜΟπριν=4,16, ΜΟμετά=4,04, $t(88)=-2.35$, $p<.05$).

Οι εκπαιδευτικοί που εφάρμοσαν τις δραστηριότητες στην τάξη τους ερωτήθηκαν επίσης αναφορικά με το κλίμα του σχολείου τους ως κοινότητα που νοιάζεται και φροντίζει με το ερωτηματολόγιο School as Caring Community-Profile (SCCPI) (Lickona & Davidson, 2001) πριν και μετά την εφαρμογή του προγράμματος. Η σύγκριση των απαντήσεων με το κριτήριο t εξαρτημένων δειγμάτων έδειξε ότι οι εκπαιδευτικοί αντιλήφθηκαν βελτίωση σε δύο από τις τρεις επιμέρους διαστάσεις που χρησιμοποιήθηκαν στην αξιολόγηση: φιλία και αίσθημα ανήκειν των μαθητών/τριών (ΜΟπριν=2,54, ΜΟμετά=2,97, $t(36)=-4.656$, $p<0,05$) και συμμετοχή μαθητών στη διαμόρφωση του σχολικού κλίματος (ΜΟπριν=2,18, ΜΟμετά=2,58, $t(36)=-3.707$, $p<0,01$). Επιπλέον, χορηγήθηκαν οι κλίμακες για τη χρήση πειθαρχικών/συμπεριφορικών τεχνικών από το Ερωτηματολόγιο Delaware για το σχολικό κλίμα (Bear et al., 2011). Η σύγκριση των απαντήσεων με το κριτήριο t εξαρτημένων δειγμάτων έδειξε ότι οι εκπαιδευτικοί αντιλήφθηκαν αύξηση χρήσης τεχνικών θετικής συμπεριφοράς (ΜΟπριν=2,64, ΜΟμετά=2,83, $t(36)=-2.383$, $p<.05$) και τεχνικών κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης. Τεχνικές κοινωνικο-συναισθηματικής μάθησης (ΜΟπριν=2,69, ΜΟμετά=2,90, $t(36)=-2.619$, $p<0,01$). Η σύγκριση των απαντήσεων έδειξε ότι και οι μαθητές/τριες αντιλήφθηκαν μείωση τιμωρητικών τεχνικών στο τέλος της εφαρμογής του προγράμματος, $M.O_{\text{πριν}}=2,91$, $M.O_{\text{μετά}}=2,77$, $t=-2,012$, $B.E.=83$, $p=0,047$.

Τέλος, τέθηκαν επίσης μια σειρά ανοικτών ερωτήσεων σε σχέση γενικότερα με τα οφέλη από τη συμμετοχή και εφαρμογή των δραστηριοτήτων στην τάξη τους και τη χρησιμότητα της Δράσης. Έγινε ανάλυση περιεχομένου στις απαντήσεις και αναφέρονται συνοπτικά παρακάτω ενδεικτικές απαντήσεις στα ερωτήματα

Εκπαιδευτικοί

➤ «Πώς εκτιμάτε ότι συνέβαλε το πρόγραμμα στις σχέσεις μεταξύ των μαθητών/τριών στην τάξη σας;»

Θεματικές

- **Ενδυνάμωση Σχέσεων και Δημιουργία Θετικού Κλίματος** (π.χ. «Δεθήκαμε περισσότερο». «Οι σχέσεις τους βελτιώθηκαν και ανέπτυξαν φιλικό κλίμα στην τάξη»).
- **Γενικά Θετική Συμβολή** (π.χ. «Πολύ θετικά», «Βοήθησε αρκετά»).
- **Βελτίωση Επικοινωνίας και Συνεργασίας** (π.χ. «Έδωσε μια άλλη οπτική στα πράγματα και άνοιξε κάποια παράθυρα επικοινωνίας. Επίσης, έδειξαν τα παιδιά να εντυπωσιάζονται που άκουσαν να λέγονται δυνατά σκέψεις και άλλων συμμαθητών τους πάνω στα θέματα που προέκυπταν»).
- **Ενίσχυση Ενσυναίσθησης και Διαχείρισης Συγκρούσεων** (π.χ. «Βοήθησε αρκετά κυρίως στην καλλιέργεια της ενσυναίσθησης», «Συνειδητοποίησαν ότι σε μια σύγκρουση όλοι έχουν μερίδιο στο λάθος»,)
- **Αύξηση Αυτογνωσίας και Αναγνώρισης Συμπεριφορών** (π.χ. «Έδωσε ευκαιρία ουσιαστικότερης αλληλογνωριμίας και αυτογνωσίας», «Τους έθεσε ρητά αποδεκτές και μη συμπεριφορές»).

➤ «Τι έμαθαν οι μαθητές/τριες από το πρόγραμμα για τον τρόπο που μπορούμε να επιλύουμε προβλήματα (όπως συγκρούσεις) που αφορούν την ομάδα της τάξης μου ώστε να νιώθουν καλά;»

Θεματικές

- **Επίλυση Προβλημάτων & Συγκρούσεων** (π.χ. «Έβγαλαν μόνα τους τα βήματα επίλυσης μιας σύγκρουσης και συχνά αναφέρονται σε αυτά», «Έμαθαν εναλλακτικούς τρόπους με τους οποίους λύνουμε τις συγκρούσεις και το κυριότερο να ελέγχουν τον εαυτό τους»)
- **Ενσυναίσθηση & Σεβασμός** (π.χ. «Οι μαθητές προσπάθησαν να εκφράζουν τη γνώμη & τα συναισθήματά τους απρόσκοπτα, να σέβονται ο ένας τον άλλο», «Ότι μπορούν να συνυπάρξουν αν και διαφορετικοί»)
- **Αυτογνωσία & Αυτοβελτίωση** (π.χ. «Ανέπτυξαν μεγαλύτερη υπευθυνότητα για τη δική τους στάση», «Σχολίασαν οι ίδιοι πως έμαθαν να προσπαθούν έστω να σκέφτονται πριν ενεργήσουν και να δίνουν λίγο χρόνο στον εαυτό τους και στους άλλους»).
- **Θετικά Αποτελέσματα & Οφέλη** (π.χ. «Ότι δεν είναι μόνοι τους, μπορούν να βοηθήσουν και να βοηθηθούν, να λύσουν τα προβλήματα και να νιώθουν καλά με τον εαυτό τους ανάμεσα στους άλλους»).

- «Σε ποιους τομείς πιστεύετε ότι σας βοήθησε η εφαρμογή του Προγράμματος Διαδρομές II σε επαγγελματικό επίπεδο;»

Θεματικές

- **Βελτίωση Σχέσεων και Επικοινωνίας** (π.χ. «Βγήκαμε από το τυπικό πλαίσιο και αναπτύχθηκαν διάλογοι επικοινωνίας», «Καλύτερη επικοινωνία, μεγαλύτερη αποδοχή κι αναγνώριση του ρόλου»).
- **Διαχείριση Τάξης και Συγκρούσεων** (π.χ. «Πιο εύστοχη διαχείριση τάξης», «Στο να επιλύω πιο αποτελεσματικά τυχόν συγκρούσεις μεταξύ τους»).
- **Κατανόηση και Διαχείριση Συναισθημάτων** (π.χ. «Με βοήθησε να εφαρμόσω συστηματικά πρακτικές ενίσχυσης θετικής συμπεριφοράς και διαχείρισης συναισθημάτων μέσα από βιωματικές μεθόδους», «Να ακούω καλύτερα τα παιδιά και να βλέπω πίσω από τις αντιδράσεις, ίσως κρυμμένα συναισθήματα»).
- **Ενσυναίσθηση και Έμπνευση για Παιδαγωγική Προσέγγιση** (π.χ. «Να προσεγγίζω τον μαθητή/τρια με μεγαλύτερη ενσυναίσθηση και διάθεση κατανόηση», «Πήρα μέρος σε κάτι διαφορετικό απ' ό,τι τα συνηθισμένα προγράμματα επιμόρφωσης εκπαιδευτικών»).
- **Βελτίωση Κλίματος Τάξης** (π.χ. «Με βοήθησε να εφαρμόσω συστηματικά πρακτικές ενίσχυσης θετικής συμπεριφοράς να οργανώσω καλύτερα το κλίμα της τάξης και να ενισχύσω τη φωνή των παιδιών»).
- **Ενσωμάτωση Προγράμματος και Εργαλεία** (π.χ. «Βοήθησε να ενσωματώσω πιο συστηματικά τη συναισθηματική και κοινωνική αγωγή στη διδασκαλία μου. Απέκτησα εργαλεία για τη διαχείριση δύσκολων καταστάσεων στην τάξη, βελτίωσα τον τρόπο με τον οποίο καθοδηγώ τους μαθητές στη συνεργασία και στην ανάπτυξη θετικών συμπεριφορών»).

- «Σε ποιους τομείς πιστεύετε ότι σας βοήθησε η εφαρμογή του Προγράμματος Διαδρομές II σε προσωπικό επίπεδο;»

Θεματικές

- **Κατανόηση και διαχείριση συναισθημάτων** (π.χ. «Καλύτερη διαχείριση των συναισθημάτων μου», «Αναγνώριση και διαχείριση δύσκολων συναισθημάτων και εκτός σχολείου»).
- **Βελτίωση επικοινωνίας με μαθητές** (π.χ. «Έρχομαι κοντά στους μαθητές μου, χτίζω γέφυρες επικοινωνίας.»)
- **Αναστοχασμός και αυτογνωσία** (π.χ. «Με βοήθησε να αναστοχαστώ για τον τρόπο που διαχειρίζομαι τις σχέσεις και τις συγκρούσεις», «Αυτοπεποίθηση και δύναμη»).
- **Ενσυναίσθηση & κατανόηση των μαθητών/εφήβων** (π.χ. «Κατανόηση της ψυχοσύνθεσης των εφήβων.», «Κατανόηση αρνητικών συμπεριφορών»).
- **Ενίσχυση παιδαγωγικών και διαχειριστικών δεξιοτήτων** (π.χ. «Να αντιμετωπίζω πιο εύκολα τις διαφωνίες - συγκρούσεις», «Καλύτερη διαχείριση της δυναμικής της τάξης»).
- **Επαγγελματική ικανοποίηση και ενδυνάμωση** (π.χ. «Ένιωσα πιο ολοκληρωμένη εκπαιδευτικός.», «Πιο σίγουρη και πιο χαρούμενη στη δουλειά μου»).
- **Διαμοιρασμός εμπειριών και στήριξη από συναδέλφους** (π.χ. «Ακούγοντας συναδέλφους και ειδικούς», «Δεν είμαι μόνη, υπάρχουν συνοδοιπόροι με τις ίδιες ανησυχίες», «Συνεργασία με συναδέλφους»).

- «Τι άλλαξε στη δική σας οπτική για τη δυναμική/σχέσεις στην τάξη σας;»

Θεματικές

- **Ενίσχυση σχέσεων, εμπιστοσύνης και επικοινωνίας** (π.χ. «Βελτιώθηκαν οι σχέσεις με τους μαθητές», «Επικοινωνήσαμε καλύτερα γιατί δεθήκαμε περισσότερο»).
- **Κατανόηση των συναισθημάτων και αναγκών των μαθητών** (π.χ. ««Κατανόησα τα συναισθήματα, τις δυσκολίες των παιδιών», «Κατάλαβα πως πίσω από κάθε συμπεριφορά υπάρχει ανάγκη»).
- **Ανάπτυξη παιδαγωγικής ευαισθησίας και ευελιξίας** (π.χ. «Αφήνω τους μαθητές περισσότερο αυτόνομους», «Περισσότερη υπομονή»)
- **Ανάγκη για χρόνο, φροντίδα και συνέπεια** (π.χ. «Οι μαθητές θέλουν χρόνο και χώρο», «Σίγουρα απαιτείται χρόνος που πολλές φορές δεν διαθέτουμε»).
- **Ενίσχυση ομαδικότητας και συνεργατικότητας** (π.χ. «Μεγαλύτερη αίσθηση ομάδας με κοινούς στόχους», «Οι μαθητές ήρθαν πιο κοντά με τη δημιουργία ομάδων»).
- **Αλλαγή στάσης – περισσότερο χώρος στα παιδιά** (π.χ. «Δίνω περισσότερο χώρο και χρόνο στα παιδιά», «Η σχέση αποτελεί την προτεραιότητα»).
- **Επαναξιολόγηση της δυναμικής της τάξης** (π.χ. «Η τάξη μπορεί να συνδιαμορφωθεί», «Η δυναμική αλλάζει όταν έρχονται κοντά οι μαθητές»).

➤ «Τι άλλαξε στη δική σας προσέγγιση/στάση σε σχέση με τη διαχείριση δύσκολων συμπεριφορών στην τάξη;»

Θεματικές

- **Κατανόηση, ενσυναίσθηση και αποφόρτιση** (π.χ. «Αντιμετωπίζω τις δύσκολες συμπεριφορές με μεγαλύτερη κατανόηση», «Προσπαθώ να πλησιάσω τους μαθητές και να καταλάβω πώς αισθάνονται»).
- **Εστίαση στην πρόληψη και όχι μόνο στην ποινή** (π.χ. «Άρχισα να βλέπω τις δύσκολες συμπεριφορές ως ευκαιρίες σύνδεσης», «Έμαθα να μην αντιδρώ άμεσα με αυστηρότητα»).
- **Περισσότερη υπομονή και ψυχραιμία** (π.χ. «Έμαθα να αντιδρώ με περισσότερη υπομονή»).
- **Δημιουργία θετικού κλίματος και σχέσεων εμπιστοσύνης** (π.χ. «Αισιοδοξία και δουλειά μαζί με τα παιδιά», «Επικοινωνία πριν την τιμωρία»).
- **Αλλαγή στάσης και αντίληψης για την πειθαρχία** (π.χ. «Απέκτησα περισσότερη κατανόηση για συμπεριφορές που ενοχλούν», «Όταν δεν μπορείς να αλλάξεις κάτι, αλλάζεις τη στάση σου»).
- **Οριοθέτηση, σαφήνεια και συνέπεια** (π.χ. «Εξ αρχής θέτουμε κανόνες, αξίες και ανατροφοδότηση»).
- **Επικοινωνιακές δεξιότητες & τεχνικές επίλυσης** (π.χ. «Χρησιμοποιώ περισσότερες τεχνικές», «Περισσότερη παρατήρηση και ακρόαση των αναγκών»).

➤ «Ποια ήταν τα οφέλη για τους μαθητές/-τριές και την τάξη σας από την συνολική εφαρμογή των δραστηριοτήτων του Προγράμματος Διαδρομές II;»

Θεματικές

- **Αναγνώριση και διαχείριση συναισθημάτων** (π.χ. «Έμαθαν να αναγνωρίζουν καλύτερα τα συναισθήματά τους και να τα διαχειρίζονται», «Αναγνώριση συναισθημάτων και λύσεις επίλυσης θεμάτων»).
- **Ενσυναίσθηση και αποδοχή της διαφορετικότητας** (π.χ. «Καλλιέργεια ενσυναίσθησης, αποδοχή της διαφορετικότητας», «Μπήκαν στη θέση του άλλου»).
- **Συνεργασία και ομαδικότητα** (π.χ. «Συνεργάστηκαν, έθεσαν στόχους», «Δέθηκαν μεταξύ τους»).
- **Έκφραση και επικοινωνία** (π.χ. «Έγινε συζήτηση στην τάξη για θέματα που πριν αποφεύγονταν», «Έμαθαν να μιλούν πιο ανοιχτά και αποτελεσματικά»).
- **Βελτίωση σχέσεων και κλίματος τάξης** (π.χ. «Βελτίωση σχέσεων, σύμφιξη σχέσεων», «Το πρόγραμμα συνέβαλε καθοριστικά στη βελτίωση του κλίματος της τάξης»).
- **Επίλυση συγκρούσεων** (π.χ. «Έμαθαν να λύνουν τις διαφορές τους με συναινετικό τρόπο», «Αποτελεσματική επίλυση συγκρούσεων»).

- **Αυτογνωσία και προσωπική ανάπτυξη** (π.χ. «Αναγνώριση της προσωπικής ευθύνης», «Επαναπροσδιορισμός στάσεων και συμπεριφορών»).

✱ Να σημειωθεί ότι όσον αφορά στις επιμορφωτικές συναντήσεις που πραγματοποιήθηκαν οι εκπαιδευτικοί ανέφεραν ως οφέλη τον εμπλουτισμό των γνώσεων, την επίλυση αποριών, την ανταλλαγή εμπειριών, τη συνεργασία και την αναφορά σε μεθόδους διαχείρισης της τάξης και των μαθητών.

Μαθητές/τριες

- «Σε τι νομίζεις ότι βοήθησε ολόκληρη την τάξη σου το πρόγραμμα που εφαρμόστηκε (τι βοήθησε την τάξη να καταφέρει);»
 - **Συνεργασία και ομαδικότητα** (π.χ. «Καταφέραμε να νιώσουμε ομάδα και να συνεργαστούμε καλύτερα.», «Μας έμαθε την ομαδικότητα και την συνεργασία.»)
 - **Σεβασμός και ενσυναίσθηση** (π.χ. «Να καταλαβαίνει ο ένας τον άλλον.», «Νομίζω βοήθησε να καταλαβαίνουμε τα συναισθήματα του άλλου.»)
 - **Επίλυση συγκρούσεων / προβλημάτων** (π.χ. «Μας βοήθησε να λύνουμε προβλήματα με συζήτηση και χωρίς βία.», «Πιστεύω πως η τάξη μου έμαθε τρόπους επίλυσης προβλήματος.»)
 - **Καλύτερη κατανόηση/γνωριμία μεταξύ μαθητών** (π.χ. «Γίναμε φίλοι, όχι απλώς γνωστοί.», «Γνωρίσαμε τον εαυτό μας και τους άλλους.»)
 - **Βελτίωση κλίματος τάξης / αρμονίας** (π.χ. «Βοήθησε στο να υπάρχει περισσότερη ησυχία.» «Η τάξη ηρέμησε συγκριτικά με πριν.»).
- «Τι έμαθες/κατάλαβες για τον εαυτό σου μετά την εφαρμογή των δραστηριοτήτων/του Προγράμματος στην τάξη σου;»
 - **Αυτογνωσία & προσωπική εξέλιξη** (π.χ. «Κατάλαβα ότι έπρεπε να αλλάξω πολλά πράγματα στον εαυτό μου.», «Συνειδητοποίησα αρκετά πράγματα για τον εαυτό μου.»)
 - **Διαχείριση συναισθημάτων & συμπεριφοράς** (π.χ. «Κατάλαβα ότι πρέπει να συγκρατώ τα νεύρα μου.», «Έμαθα να λύνω τα προβλήματά μου με συζήτηση.»)
 - **Σεβασμός & ενσυναίσθηση** (π.χ. «Να σέβομαι τους άλλους, ανεξαρτήτως χώρας.», «Να μπαίνω στη θέση των άλλων.»)
 - **Ομαδικότητα & συνεργασία** (π.χ. «Κατάλαβα ότι πρέπει να λειτουργούμε σαν ομάδα.», «Έμαθα να συνεργάζομαι καλύτερα με τους συμμαθητές μου.»)
 - **Επικοινωνία & έκφραση** (π.χ. «Νιώθω πιο άνετα να μοιράζομαι πράγματα με ανθρώπους που εμπιστεύομαι.», «Να εκφράζω τα συναισθήματά μου είτε είναι ευχάριστα είτε δυσάρεστα.»)
 - **Επίλυση συγκρούσεων** (π.χ. «Έμαθα ότι η συζήτηση είναι ο καλύτερος τρόπος επίλυσης.», «Προσπαθώ να μην λειτουργώ με νεύρα όταν με ενοχλεί κάτι.»)
 - **Γενικά συμπεράσματα** (π.χ. «Έμαθα πως όλοι κάνουμε λάθη και μπορούμε να τα διορθώσουμε με διάλογο.»)

- Αναφέρετε τυχόν σχόλια μαθητών/τριών σας κατά τη διάρκεια της υλοποίησης του Προγράμματος «Διαδρομές II»

➤ Εκπαιδευτικοί Πρωτοβάθμιας

«Τώρα ξέρω τι να κάνω όταν θυμώνω»

«Κατάλαβα πως νιώθει και ο άλλος»

«Μου άρεσε που μιλήσαμε όλοι χωρίς να μας διακόψουν»

«Μάθαμε να λειτουργούμε ομαδικά και να σεβόμαστε ο ένας τον άλλον»

«Τελικά όταν συζητάμε όσα γίνονται μπορούμε να καταλάβουμε τους λόγους πίσω από μια συμπεριφορά»

«Μας άρεσε πάρα πολύ»

➤ Εκπαιδευτικοί Δευτεροβάθμιας

«Κυρία ένιωσα όμορφα που μπήκα σε αυτή την ομάδα»

«Είναι λυτρωτικό να εκφράζεις τα συναισθήματά σου όσο και τρομακτικό»

«Όλοι ξέρουμε τι πρέπει να κάνουμε αλλά δύσκολα το κάνουμε»

«Αυτό μας άρεσε, πότε θα το ξανακάνουμε;»

«Είναι ωραίο που μπορούμε να μιλάμε για όσα νιώθουμε χωρίς να μας κοροϊδεύει κανείς»

«Δεν ήξερα ότι και οι άλλοι μπορεί να νιώθουν άσχημα κάποιες φορές όπως εγώ.»

«Στην αρχή νόμιζα ότι είναι χάσιμο χρόνου, αλλά τώρα καταλαβαίνω ότι μας βοηθάει να είμαστε καλύτερη ομάδα.»

«Έμαθα να σέβομαι περισσότερο τις διαφορές των άλλων.»

«Οι ιστορίες με έκαναν να σκεφτώ πώς νιώθουν οι άλλοι.»

«Ήταν ωραίο που συνεργαστήκαμε όλοι μαζί σαν ομάδα.»

«Γνωρίσαμε καλύτερα ο ένας τον άλλον»

«Ερχόμαστε πιο κοντά»

«Έπρεπε να τα πούμε όλα αυτά, ίσως κάποιοι δεν τα σκέφτονται»

«Ήταν ενδιαφέρον. Μακάρι να το κάναμε πιο συχνά. Θα το συνεχίσουμε του χρόνου;»

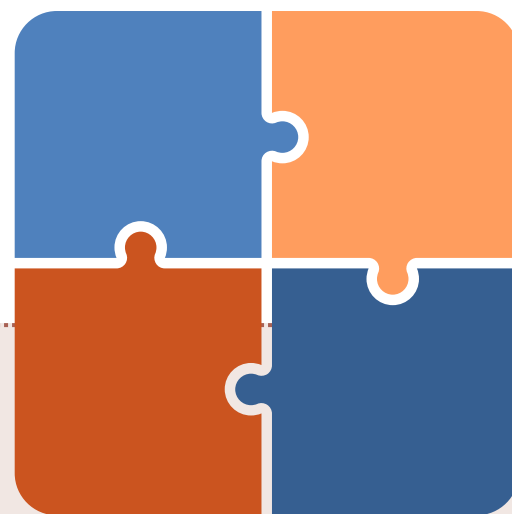
«Τελικά όλοι μπορούμε να καταφέρουμε πράγματα»

«Το πρόγραμμα με βοήθησε να καταλάβω τον εαυτό μου και τις αντιδράσεις μου»

➤ Άλλες Πηγές

Χατζηχρήστου, Χ., Υφαντή, Θ., Λαμπροπούλου, Κ., Νικολοπούλου, Β., Λιανός, Π., Γεωργουλέας, Γ., Αθανασίου, Δ., & Γιαννακοπούλου, Α. (2024). «Διαδρομές». Δράση δικτύωσης σχολικών μονάδων για την ενδυνάμωση σχολικών κοινοτήτων σε επίπεδο συστήματος (τάξη/σχολείο) και την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας σε δύσκολες περιόδους 2023-2024. Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ.

https://schoolpsychlab.psych.uoa.gr/fileadmin/depts/psych.uoa.gr/schoolpsychlab/uploads/leukoma_diadromes_2024.pdf





Εθνικό και Καποδιστριακό
Πανεπιστήμιο Αθηνών
Τμήμα Ψυχολογίας



Ιούνιος 2025



<https://schoolpsychlab.psych.uoa.gr/>



schoolpsychlab@psych.uoa.gr



<https://www.facebook.com/pg/schoolpsychlab>