

An illustration in the top-left corner shows a bird-like shape composed of several overlapping hands in various colors (yellow, green, red, blue). The background around it is a soft, watercolor-style wash of red and orange with small white speckles.

Σχολικός εκφοβισμός

Δραστηριότητες και κατασκευές

An illustration of a bird-like shape composed of several overlapping hands in various colors (yellow, green, orange, red, blue). The hands are arranged to form the bird's body and wings. The background is white with scattered colorful dots and a red and orange brushstroke at the top left.

Δραματοποίηση σεναρίων

Δραματοποιήστε τα υποθετικά σενάρια που περιλαμβάνονται στη παρουσίαση- Σχολικός εκφοβισμός, μέρος 1°.

Προσπαθήστε να φέρετε στην επιφάνεια τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τον τρόπο ζωής όλων των προσωπικοτήτων που συμμετέχουν στις ιστορίες, θύματα, θύτες, γονείς, εκπαιδευτικούς, φίλους, γνωστούς κλπ. Πόσο διαφορετικά μιλά κάθε προσωπικότητα ανάλογα με το πρόσωπο το οποίο έχει μπροστά της.

Επιπρόσθετα σενάρια και ερωτήσεις

1. Είσαι το παιδί που δέχεται βία

- Πώς αισθάνεσαι;
- Τι σκέφτεσαι για τον εαυτό σου και για τους άλλους;
- Το φοβάσαι;
- Γιατί δεν αντιδράς;
- Θα ζητήσεις βοήθεια;

Επιπρόσθετα σενάρια και ερωτήσεις

1. Είσαι το παιδί που ασκείς βία

- Πως αισθάνεσαι όταν ασκείς τη βία σε κάποιον άλλον;
- Γιατί ασκείς βία σε κάποιον άλλον;
- Δεν φοβάσαι μήπως το μαθευτεί στους γονείς σου ή στους δασκάλους σου;
- Το θα πεις αν μαθευτεί;
- Δεν σε νοιάζει που πληγώνεις έναν άνθρωπο;
- Εσένα σε έχουν πληγώσει ποτέ;
- Τι σκέφτεσαι για τον εαυτό σου εκείνη τη στιγμή;
- Τι σκέφτεσαι για το άτομο στο οποίο ασκείς βία εκείνη τη στιγμή;

Επιπρόσθετα σενάρια και ερωτήσεις

1. Είσαι ένας σύμβουλος λύσεων

- Τι επιχειρήματα θα χρησιμοποιούσες για να πείσεις το θύτη να αλλάξει συμπεριφορά;
- Πώς θα μιλούσες στο θύμα για να εκφράσει όλα αυτά που νιώθει και να βρεθεί μία λύση με το θύτη;

Επιπρόσθετα σενάρια και ερωτήσεις

1. Είσαι το παιδί που παρατηρεί τη βία που δέχεται κάποιος άλλος από μακριά

- Πως αισθάνεσαι;
- Τι σκέφτεσαι;
- Πως μπορείς να βοηθήσεις;
- Πως μπορείς να ζητήσεις βοήθεια;

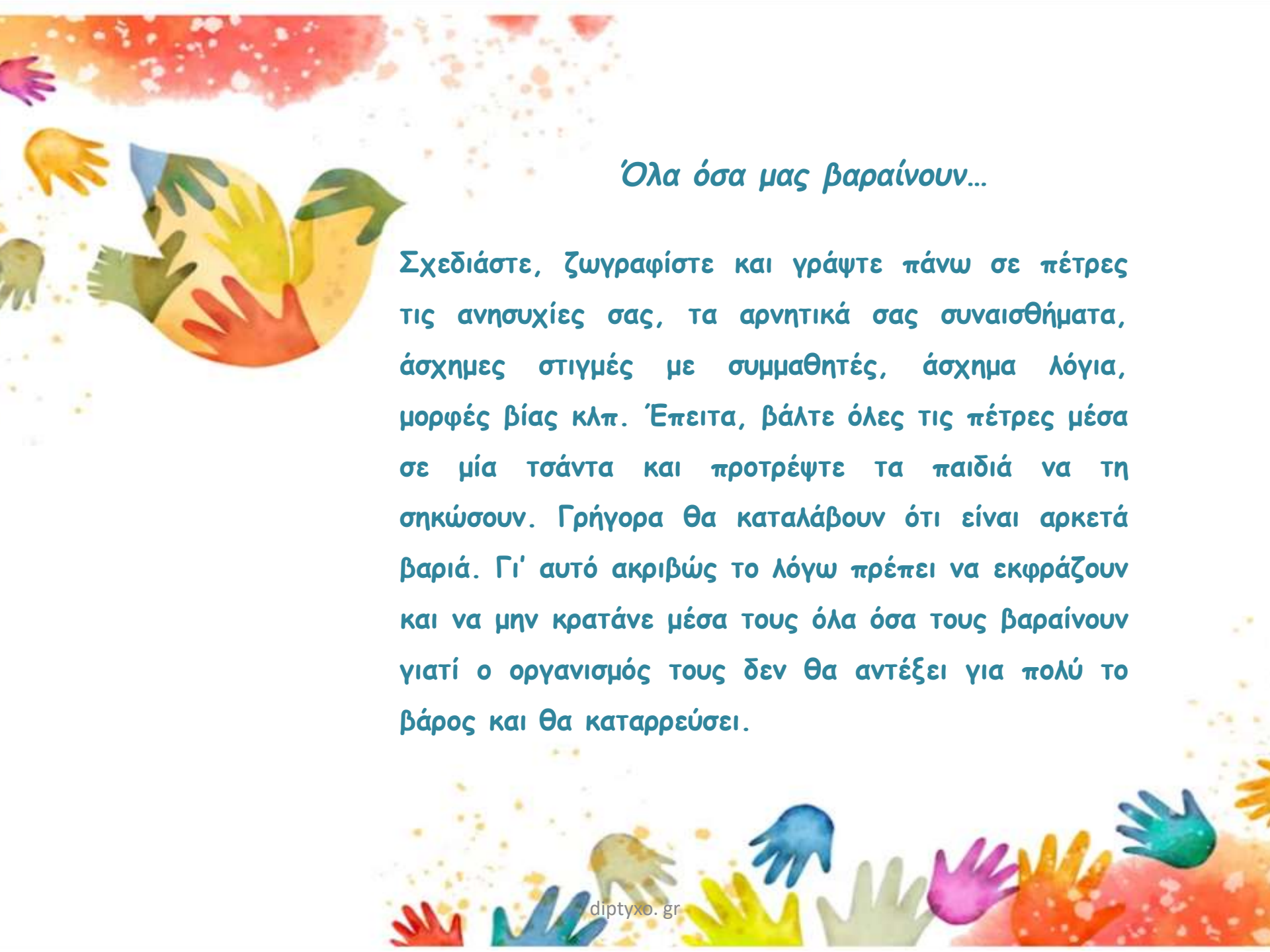
*Με την ίδια λογική μπορείτε να αναλάβετε ρόλους όπως ο γονέας, ο εκπαιδευτικός, ένας καλός φίλος του θύτη ή του θύματος κλπ.

Ο κύκλος των λεγομένων...

An illustration on the left side of the slide shows a large circle composed of several hands of different colors (yellow, green, red, blue) reaching inwards. Above and below this circle are more individual hands of various colors (orange, purple, green, blue, red) scattered across the page, some appearing to be part of a larger, unseen circle. The background is white with faint, colorful speckles.

Τα παιδιά δημιουργούν ένα κύκλο. Στη πρώτη φάση ο καθένας λέει στο διπλανό του άσχημα λόγια έως ότου φτάσου ο τελευταίος συμμετέχοντας να πει στο πρώτο εκφράσεις που πληγώνουν. Έπειτα, η κατεύθυνση αλλάζει και ο πρώτος λέει στο τελευταίο όμορφα λόγια, ο τελευταίος στο διπλανό του κ.ο.κ. Έπειτα, ο εκπαιδευτικός θέτει κάποιες ερωτήσεις στα παιδιά;

- Πως νιώσατε στη μία και πως στην άλλη περίπτωση;
- Τι σας άρεσε περισσότερο;
- Τι δεν σας άρεσε καθόλου;
- Πως πιστεύετε πως ένιωσε ο διπλανός σας;
- Πως μπορούμε τη μία να λέμε όμορφα λόγια σε κάποιον όπως η μαμά μας και την άλλη να πληγώνουμε κάποιον άλλον;
- Γιατί πιστεύετε το κάνουμε αυτό; Κλπ.



Όλα όσα μας βαραίνουν...

Σχεδιάστε, ζωγραφίστε και γράψτε πάνω σε πέτρες τις ανησυχίες σας, τα αρνητικά σας συναισθήματα, άσχημες στιγμές με συμμαθητές, άσχημα λόγια, μορφές βίας κλπ. Έπειτα, βάλτε όλες τις πέτρες μέσα σε μία τσάντα και προτρέψτε τα παιδιά να τη σηκώσουν. Γρήγορα θα καταλάβουν ότι είναι αρκετά βαριά. Γι' αυτό ακριβώς το λόγω πρέπει να εκφράζουν και να μην κρατάνε μέσα τους όλα όσα τους βαραίνουν γιατί ο οργανισμός τους δεν θα αντέξει για πολύ το βάρος και θα καταρρεύσει.



Το πείραμα της οδοντόκρεμας...

Κρατήστε μία οδοντόκρεμα και ακριβώς από κάτω της τοποθετήστε ένα πιατάκι. Ζητήστε από τα παιδιά να μιλήσουν με άσχημα λόγια που πληγώνουν τους άλλους. Κάθε φορά που λένε κάτι, ο εκπαιδευτικός βγάζει λίγο από την οδοντόκρεμα στο πιάτο. Αφού έχουν ειπωθεί, λοιπόν, όλα αυτά τους προτρέπει να προσπαθήσουν να βάλουν την οδοντόκρεμα πάλι πίσω στη θέση τους. Αυτό, φυσικά, δεν μπορεί να γίνει. Γι' αυτόν ακριβώς το λόγο πρέπει να προσέχουμε τι λέμε στους άλλους γιατί δεν μπορούμε να πάρουμε πίσω τα λόγια που τους πλήγωσαν.



Η τσαλακωμένη καρδιά...

Στην ίδια λογική με τη προηγούμενη δραστηριότητα είναι και η τσαλακωμένη καρδιά. Παίρνουμε ένα κομμάτι χαρτί σε σχήμα καρδιάς και κάθε φορά που κάποιος λέει άσχημα λόγια ή κάνει άσχημες πράξεις, τη τσαλακώνουμε. Στο τέλος, ζητάμε από τα παιδιά να την επαναφέρουν στην αρχική της μορφή. Φυσικά, αυτό δεν είναι εφικτό, η καρδιά έχει ήδη πληγωθεί.

Ένας κουβάς με τρύπες...

Η συγκεκριμένη παρομοίωση σχετίζεται με την αυτοεκτίμηση και το πώς βλέπουμε τον εαυτό μας. Για τα παιδιά ο κουβάς αντί για την αυτοεκτίμηση θα μπορούσε να παρομοιαστεί με τη ψυχή μας, την καρδιά μας, τα συναισθήματά μας κλπ. Σχεδιάζουμε ένα κουβά, ο οποίος έχει τρύπες. Τι γεμίζει το κουβά με νερό; Να αγαπάμε τον εαυτό μας, να λέμε δεν πειράζει που έκανες λάθος, όλοι κάνουμε λάθη, να επιβραβεύουμε τον εαυτό μας, να αποδεχόμαστε τα αρνητικά μας συναισθήματα, να τρώμε καλά, να φροντίζουμε τον εαυτό μας κλπ. Τι δημιουργεί τρύπες στο κουβά μας; Οι αρνητικές σκέψεις, οι άνθρωποι που ασκούν βία σε εμάς και εκφοβισμό, το να μην εκφράζουμε τα συναισθήματά μας, το να ανησυχούμε για το τι πιστεύουν οι άλλοι για εμάς κλπ. Ποιοι είναι οι φελλοί που μπορούν να κλείσουν κάποιες από αυτές τις τρύπες; Το να κάνουμε πράγματα που μας ηρεμούν, να ζητάμε βοήθεια, να εκφράζουμε τα συναισθήματά μας κλπ.



Αυτό που κάνεις δεν μου αρέσει- το χορευτικό!

Δημιουργήστε μαζί με τα παιδιά ένα χορευτικό κινήσεων υπεράσπισης του εαυτού τους σε δύσκολες στιγμές!

Αρχικά ας ορίσουμε τα στάδια υπεράσπισης και έπειτα ας τα μετατρέψουμε σε χορευτικές κινήσεις.

όταν κάποιος με πληγώνει ή με ενοχλεί, εγώ θα...

- τον κοιτάξω στα μάτια
- σηκώνω το χέρι μου με γυρισμένη τη παλάμη μου προς το πρόσωπό του
- θα του πω «Στοπ, αυτό που κάνεις δεν μου αρέσει»
- Αν συνεχίσει, φεύγω από το σημείο και ζητάω βοήθεια από κάποιον ενήλικα (τη δασκάλα ή τους γονείς μου).

Χορευτικές κινήσεις : κάθε κίνηση ορίζεται από τον ήχο ενός μουσικού οργάνου και τον αριθμό

1. Τα δύο παιδιά είναι καθισμένα και σηκώνονται ταυτόχρονα κοιτώντας ο ένας τον άλλον στα μάτια
2. Το θύμα σηκώνει το χέρι του κάνοντας τη κίνηση Stop και φωνάζοντας τον αντίστοιχο ήχο
3. Ο θύτης κατεβαίνει πάλι κάτω
4. Ο θύτης ξανασηκώνεται
5. Το θύμα γυρνά τη πλάτη και απομακρύνεται
6. Το θύμα επιστρέφει κάνοντας πάλι τη κίνηση stop μόνο που τώρα αντί για stop λέει βοήθεια.
7. Ο θύτης πέφτει πάλι κάτω.

Γίνε ο ήρωας σου..

Δημιουργήστε κατασκευές με ήρωες τους εαυτούς σας
εξηγώντας στα παιδιά ότι τη δύναμη για να
προστατέψουν τον εαυτό τους την έχουν μέσα τους.
Όλοι είμαστε μοναδικοί και έχουμε μία διαφορετική
πολύ σημαντική ικανότητα!



Πηγή εικόνας
<https://gr.pinterest.com/pin/883550020619101871/>

Πηγή εικόνας
<https://gr.pinterest.com/pin/1078823285712410766/>

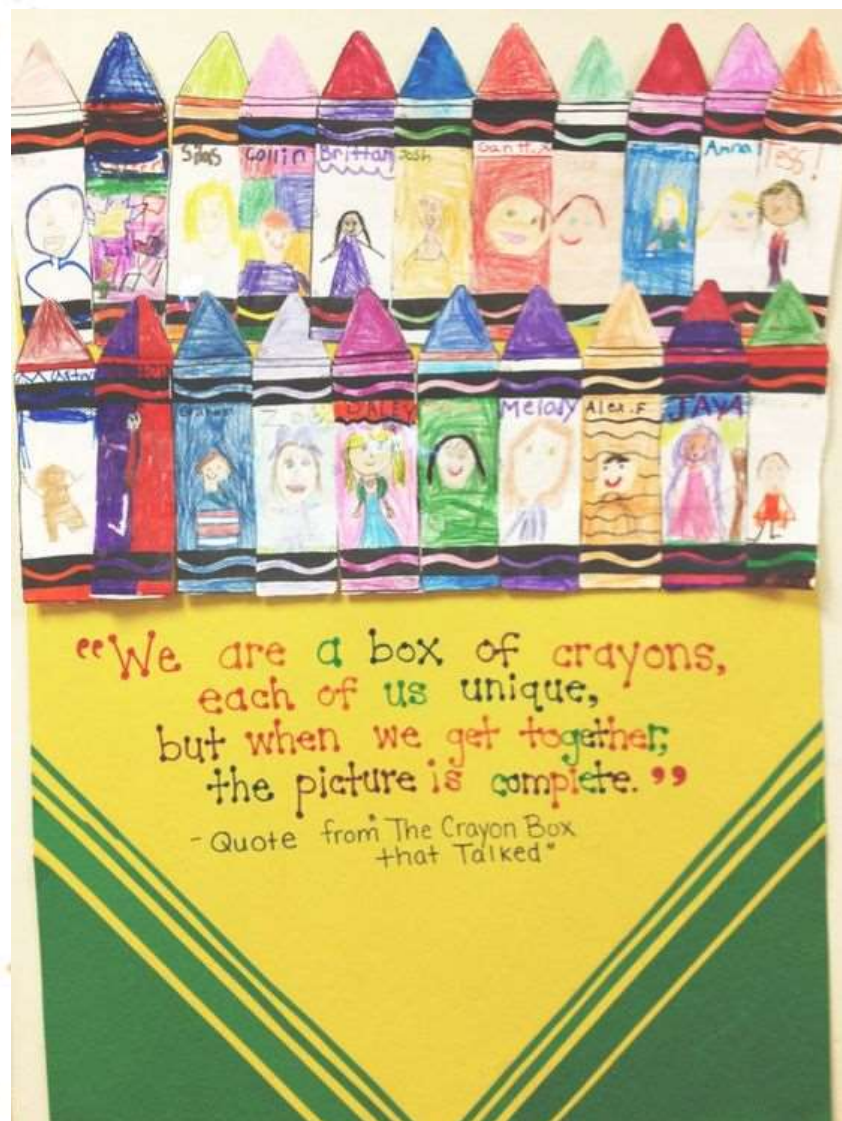
Πηγή εικόνας
<https://thesupermomlife.com/superhero-paper-bag-craft/>

Όλοι χωράμε εδώ.. Ο ένας
βοηθάει και συμπληρώνει τον
άλλον...



Πηγή εικόνας
<https://gr.pinterest.com/pin/511369732703131109/>

Είμαστε όλοι μας μοναδικοί..

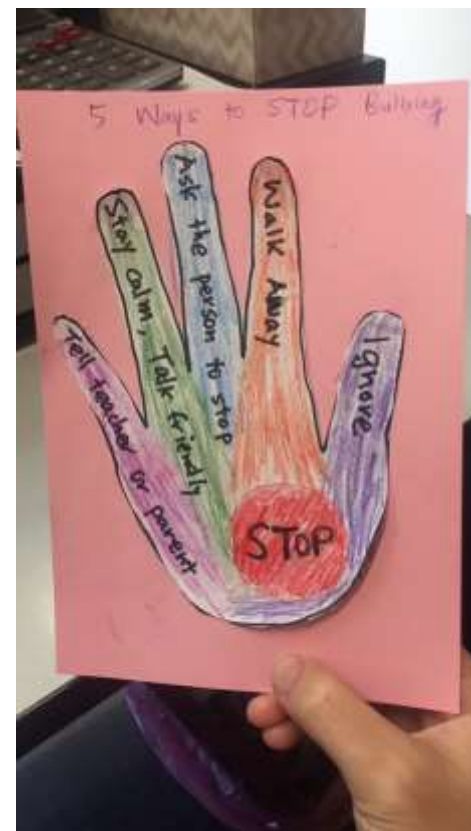


Πηγή εικόνας
<https://gr.pinterest.com/pin/595741856973919936/>

Όχι στη βία, όχι στο bullying..



Πηγή εικόνας
<https://gr.pinterest.com/pin/670332725785961207/>



Πηγή εικόνας
<https://gr.pinterest.com/pin/318629742401920472/>

