Δημοτικό Σχολείο Γόννων

Erasmus+

# Ένταξη προσφύγων/μεταναστών μαθητών

## Διάδοση αποτελεσμάτων προγράμματος Erasmus+ ΚΑ1 2017-2018

ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΑΤΙΚΩΝ ΥΠΟΤΡΟΦΙΩΝ ΙΚΥ

Κωνσταντίνα Μπούτου
Αποστολίνα Σαΐτη
Μαρία Γεωργοπούλου

**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ**

# Ένταξη προσφύγων/μεταναστών μαθητών

**ΓΟΝΝΟΙ**

**2020**

**Στοιχεία εκπαιδευτικού έργου**

---

**Εκπαιδευτικό έργο:** Βιβλίο με δραστηριότητες ένταξης προσφύγων/μεταναστών μαθητών

**Εκπαιδευτικό πρόγραμμα:** Erasmus+ KA1

**Υλοποίηση έργου:** Δημοτικό Σχολείο Γόννων

**Σχολικό έτος:** 2017-2018

**Εκπαιδευτικοί:** Κωνσταντίνα Μπούτου Δ/ντρια Δημοτικού Σχολείου Γόννων, Αποστολίνα Σαΐτη Εκπαιδευτικός Πληροφορικής, Μαρία Γεωργοπούλου Κοινωνική Λειτουργός

With the support of the Erasmus+ Programme of the European Union

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

ISBN: 978-618-84561-1-2

© 2020

Δημοτικό Σχολείο Γόννων
Κων/νου Ροδοπούλου, Γόννοι 40004
Τηλέφωνο/Φαξ: (+30) 2495031240
e-mail: mail@dim-gonnon.lar.sch.gr
site: http://dim-gonnon.lar.sch.gr

# Περιεχόμενα

1. Εισαγωγή: Η επιμόρφωση στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ KA1 ..... 7

Κεφάλαιο 1ο: Τι πρέπει να γνωρίζουν οι εκπαιδευτικοί του σχολείου για το προσφυγικό-μεταναστευτικό, τη Συρία και το Εκπαιδευτικό της Σύστημα πριν τον πόλεμο ..... 9

1.1. Το δικαίωμα για εκπαίδευση ..... 10

1.2. Ποίημα της Κενυάτισσας ποιήτριας Ουαρσάν Σάιρ «Home» - «Σπίτι» ..... 11

1.3. Ορισμοί: Πρόσφυγας - Μετανάστης ..... 13

Ιθαγένεια - Ανιθαγενής ..... 14

1.4. Η Συρία πριν τον πόλεμο ..... 15

1.5. Το Εκπαιδευτικό Σύστημα της Συρίας ..... 16

1.6. Το Πρόγραμμα Σπουδών στα Δημοτικά Σχολεία ..... 17

1.7. Η ραγδαία επιδείνωση του Εκπαιδευτικού Συστήματος της Συρίας λόγω του πολέμου 18

1.8. Για να είναι το σχολείο ανοιχτό χρειάζεται βοήθεια από το κράτος ..... 19

1.9. Ενδοϋπηρεσιακή επιμόρφωση εκπαιδευτικών ..... 20

1.10. Η σπουδαιότητα της Συναισθηματικής Νοημοσύνης ..... 21

Κεφάλαιο 2ο: Δραστηριότητες ανάπτυξης συναισθηματικών δεξιοτήτων (emotional skills) 23

2.1. Προετοιμάζοντας συναισθηματικά τους μαθητές/τριές μας ..... 24

2.2. Ανάπτυξη Συναισθηματικών & Κοινωνικών Δεξιοτήτων Α. Ενσυναίσθηση (Empathy) .. 25

Α.1. Εισαγωγική Δραστηριότητα για όλες τις τάξεις: Μαθαίνουμε τα Συναισθήματα ..... 26

Α.2. Αναλύοντας τα Συναισθήματα ..... 27

Δραστηριότητα 1η: Ο τροχός των συναισθημάτων ..... 28

Εβδομαδιαίος πίνακας συναισθημάτων ..... 30

Δραστηριότητα 2η: Πως νιώθω σήμερα; ..... 31

Δραστηριότητα 3η: Φτιάχνω ένα πρόσωπο ..... 32

Δραστηριότητα 4η: Πόσο καλά αναγνωρίζουμε αισθήματά μας ..... 34

Δραστηριότητα 5η: Μάντεψε το συναίσθημα ..... 36

Δραστηριότητα 6η: Η ενσυναίσθηση μέσω του κλασσικού παραμυθιού του Χανς Κρίστιαν Άντερσεν «Το κοριτσάκι με τα σπίρτα» ..... 37

Συμπλήρωση Κάρτας Συναισθημάτων ..... 40

Δραστηριότητα 7η: Πως θα ένιωθα αν ήμουν εσύ; ..... 41

Δραστηριότητα 8η: Με τα γυαλιά των άλλων ..... 43

Δραστηριότητα 9η: Περπάτησε ένα χιλιόμετρο μέσα από τα παπούτσια μου ..... 45

Η Μαργαρίτα έγραφε κάτω από τα σεντόνια του κρεβατιού με ένα φακό. ..... 46

Το ακόλουθο ημερολόγιο γράφτηκε από την Έλσα με τη βοήθεια ενός αρχηγού. ..... 47

Ο Ρικάρντο έχει ένα μεγάλο ημερολόγιο στο οποίο γράφει εδώ και χρόνια. Αυτό είναι το τι έγραψε για την «Θαυμάσια Ημέρα Περιπέτειας». ..... 48
Δραστηριότητα 10η: Οι κάρτες της Ενσυναίσθησης ..... 49
Καταστάσεις και γεγονότα ..... 51
Β. Ενσυνειδητότητα (Mindfulness) για μαθητές και εκπαιδευτικούς ..... 54
Quiz για την Ενσυνειδητότητα των εκπαιδευτικών ..... 55
Οι βασικοί κανόνες της Ενσυνειδητότητας ..... 57
Δραστηριότητα 1η: Σωστή Αναπνοή και συγκέντρωση ..... 58
Δραστηριότητα 2η: Λαβύρινθοι συγκέντρωσης ..... 59
Δραστηριότητα 3η: Πέτρες μηνυμάτων (Messages Rocks) ..... 60
Κεφάλαιο 3ο: Απόκτηση γνώσης για το προσφυγικό/μεταναστευτικό ..... 61
Δραστηριότητα 1η: Προβολή υλικού UNHCR και συζήτηση ..... 62
Δραστηριότητα 2η: Ενημέρωση για την αποστολή Ανθρωπιστικής Βοήθειας του σχολείου στην Ειδομένη ..... 63
Δραστηριότητα 3η: Ο χάρτης με τις χώρες καταγωγής του μετακινούμενου πληθυσμού ..... 65
Δραστηριότητα 4η: Παρουσίαση φωτογραφιών από τον καταυλισμό της Μόριας ..... 67
Δραστηριότητα 5η: Κατανοώντας την ψυχολογική κατάσταση του νέου συμμαθητή/τριας ..... 69
Κεφάλαιο 4ο: Προετοιμασία του σχολείου για την υποδοχή των παιδιών προσφύγων ..... 71
Δραστηριότητα 1η: Δημιουργία ενός «Βιβλίου Υποδοχής» - «Welcome Book» ..... 72
Δραστηριότητα 2η: Δημιουργία της «Ευρώπης» με εικόνες από το ταξίδι των προσφύγων ..... 77
Δραστηριότητα 3η: Δημιουργία του χάρτη των «Παιδιών της Γης» ..... 78
Κεφάλαιο 5ο: Υποδοχή των προσφύγων/μεταναστών μαθητών στο σχολείο μας ..... 79
Δραστηριότητα 1η: Διοργάνωση Τελετής Υποδοχής ..... 80
Δραστηριότητα 2η: Παιχνίδι Γνωριμίας με τη μπάλα ..... 81
Δραστηριότητα 3η: Ομαδική ζωγραφιά ..... 82
Δραστηριότητα 4η: Παιχνίδι καθοδήγησης με κλειστά μάτια ..... 83
Δραστηριότητα 5η: 10 πράγματα που μου δίνουν χαρά ..... 84
Κεφάλαιο 6ο ..... 85
Ένταξη γονέων προσφύγων/μεταναστών στο σχολικό πλαίσιο ..... 86
Ερωτηματολόγιο «Η Ζωή στην τάξη και στο σχολείο» ..... 88
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ ..... 90
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ ..... 92

# 1. Εισαγωγή

## Η επιμόρφωση στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ ΚΑ1

Κατά το σχολικό έτος **2017-2018** το **Δημοτικό Σχολείο Γόννων** υλοποίησε πρόγραμμα **Erasmus+ ΚΑ1.** Η δράση **ΚΑ1** αποτελεί μια από τις τρεις βασικές δράσεις του προγράμματος **Erasmus+,** του οποίου **Εθνική Μονάδα Συντονισμού** είναι το **Ίδρυμα Κρατικών Υποτροφιών (Ι.Κ.Υ.)** και αφορά τη **Σχολική Εκπαίδευση.**

Στο πλαίσιο του Ευρωπαϊκού Προγράμματος, εκπαιδευτικοί του σχολείου παρακολούθησαν επιμόρφωση στη Βαρκελώνη της Ισπανίας, από το φορέα υλοποίησης **EUROPASS Teachers Academy.** Η επιμόρφωση περιελάμβανε δομημένο κύκλο μαθημάτων με θέμα: **«Διαπολιτισμική διαχείριση και ένταξη προσφύγων-μεταναστών μαθητών».**

Στην επιμόρφωση συζητήθηκαν τα προβλήματα και οι **τρόποι διαχείρισης των πολυπολιτισμικών τάξεων.** Αναλύθηκαν οι ανάγκες των μαθητών με διαφορετικό πολιτιστικό και οικονομικό υπόβαθρο.

Αποσαφηνίστηκαν οι ορισμοί **πρόσφυγας, μετανάστης, ιθαγένεια, ανιθαγενής** και συζητήθηκαν οι μεταξύ τους διαφορές.

Δόθηκε ιδιαίτερη έμφαση στην **κατανόηση των συνθηκών ζωής** των παιδιών προσφύγων, εξαιτίας του βίαιου ξεριζωμού από τη χώρα τους λόγω του πολέμου και του ταξιδιού επιβίωσης σε χώρες της **Ευρωπαϊκής Ένωσης.**

Έγινε αναφορά στις έννοιες **«Ενσυναίσθηση»** και «Ε**νσυνειδητότητα»** καθώς και την ανάγκη καλλιέργειά τους σε εκπαιδευτικούς και μαθητές/τριες.

Παρουσιάστηκαν **καλές πρακτικές ενσωμάτωσης παιδιών προσφύγων** και **μεταναστών** στο Εκπαιδευτικό Σύστημα της χώρας υποδοχής, **μέθοδοι διαφοροποίησης της διδασκαλίας** και **τεχνικές συνεργατικής μάθησης.**

Στην προσπάθεια να **διαδώσουμε τα αποτελέσματα της επιμόρφωσης** μέσω του προγράμματος **Erasmus+ ΚΑ1,** αποφασίσαμε να αναπτύξουμε έναν πρακτικό οδηγό.

Η ελληνική κοινωνία τα τελευταία χρόνια **αντιμετωπίζει μεγάλο κύμα προσφύγων-μεταναστών.** Οι περισσότεροι από αυτούς είναι παιδιά τα οποία έχουν ενταχθεί ή θα ενταχθούν στο σχολείο.

Ως **εκπαιδευτικοί** είμαστε υποχρεωμένοι να προετοιμαστούμε σε επαγγελματικό και προσωπικό επίπεδο για τις κοινωνικοπολιτικές εξελίξεις, **οι οποίες επηρεάζουν και αλλάζουν το διαμεσολαβητικό ρόλο που καλείται να επιτελέσει το σχολείο ανάμεσα στο άτομο, την οικογένεια και την κοινωνία.**

**Με βάση το υλικό της επιμόρφωσης** και **τη συμβολή Κοινωνικής Λειτουργού,** δημιουργήσαμε το παρόν εγχειρίδιο το οποίο ελπίζουμε ότι θα είναι χρήσιμο σε όλους μας.

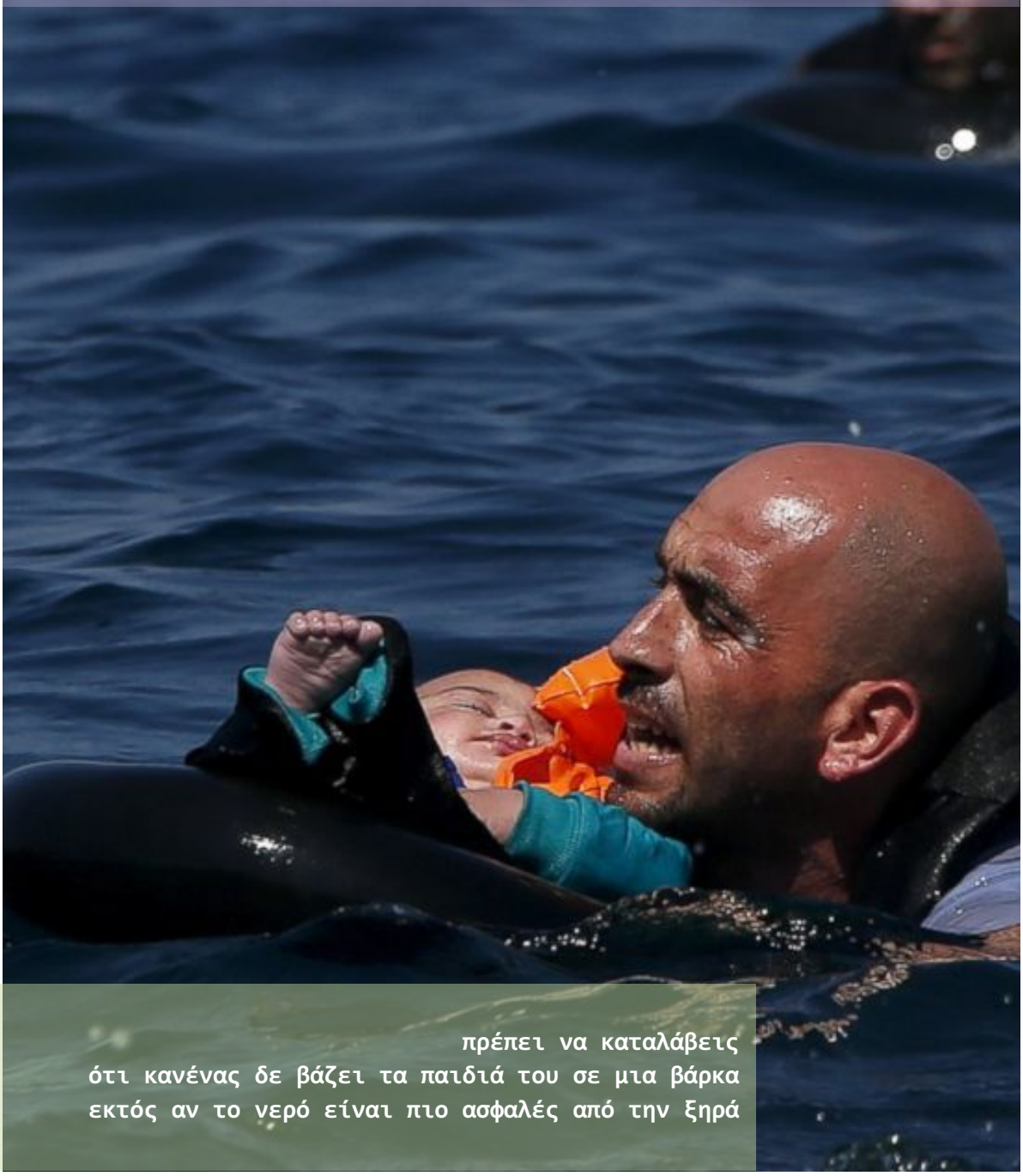
Παρουσιάζει **πρακτικές εφαρμογές ανάπτυξης συναισθηματικών δεξιοτήτων** και ενδιαφέρουσες **δραστηριότητες ενσωμάτωσης παιδιών προσφύγων-μεταναστών.**
Καλή ανάγνωση!

Η Διευθύντρια του σχολείου

Κωνσταντίνα Μπούτου

# Κεφάλαιο 1ο

# Τι πρέπει να γνωρίζουν οι εκπαιδευτικοί του σχολείου για το προσφυγικό-μεταναστευτικό, τη Συρία και το Εκπαιδευτικό της Σύστημα πριν τον πόλεμο



πρέπει να καταλάβεις
ότι κανένας δε βάζει τα παιδιά του σε μια βάρκα
εκτός αν το νερό είναι πιο ασφαλές από την ξηρά

# 1.1. Το δικαίωμα για εκπαίδευση

## Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα του Παιδιού

Τα τελευταία χρόνια βρίσκεται σε πλήρη εξέλιξη μια **πρωτοφανής μετακίνηση πληθυσμού παγκοσμίως**. Οι αιτίες αυτής της μετακίνησης είναι κυρίως η **βία** και ο **πόλεμος**.

Κατά την βίαιη μετακίνηση των ανθρώπων καταπατούνται πολλά από τα δικαιώματά τους, τα οποία ορίστηκαν από την **Οικουμενική Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου** (UDHR), που υιοθετήθηκε από τη Γενική Συνέλευση των **Ηνωμένων Εθνών** στις 10 Δεκεμβρίου του **1948**.

Η **Οικουμενική Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου**, ήταν το αποτέλεσμα των συνεπειών του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου. Με τη λήξη του πολέμου και τη δημιουργία των **Ηνωμένων Εθνών**, η διεθνής κοινότητα ορκίστηκε να μην ξανασυμβούν ποτέ στο μέλλον οι αγριότητες και η κτηνωδία που προκάλεσε αυτός ο φονικός πόλεμος.

**Σήμερα, πολύ μεγάλος αριθμός του μετακινούμενου πληθυσμού, είναι παιδιά** που λόγω του πολέμου φεύγουν από την πατρίδα τους και βιώνουν τραυματικές εμπειρίες, οι οποίες μαυρίζουν τις παιδικές ψυχές τους.

Καταπατούνται πολλά από τα δικαιώματά τους, όπως αυτά ορίστηκαν από τη **Σύμβαση του 1989 των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα του Παιδιού** και περιλαμβάνει:

- **δικαιώματα επιβίωσης** και ικανοποίησης των βασικών αναγκών (επαρκές επίπεδο διαβίωσης, στέγη, διατροφή, ιατρική περίθαλψη)
- **δικαιώματα ανάπτυξης** των δυνατοτήτων τους (εκπαίδευση, παιχνίδι και αναψυχή, πρόσβαση σε πληροφορίες και ελευθερία σκέψης, συνείδησης και θρησκείας)
- **δικαιώματα συμμετοχής** στις κοινότητες (ελευθερία να εκφράζουν τη γνώμη τους κ.α.)
- **δικαιώματα για την ασφάλεια** των παιδιών από κάθε μορφή κακοποίησης (ειδική μέριμνα για παιδιά πρόσφυγες και προστασία από τη συμμετοχή σε ένοπλες συγκρούσεις κ.α.)

Η **προσφυγική-μεταναστευτική κρίση** έχει ως αποτέλεσμα σχολεία σε όλο τον κόσμο, να φιλοξενούν έναν αυξανόμενο αριθμό παιδιών προσφύγων και μεταναστών.

**Οι εκπαιδευτικοί βρίσκονται αντιμέτωποι με νέες προκλήσεις** προσπαθώντας να κατανοήσουν, να αποδεχθούν αλλά και να εξηγήσουν στους μαθητές τους το φαινόμενο και την ανάγκη για ένταξη των παιδιών προσφύγων και μεταναστών στα σχολεία τους.

***Ας μάθουμε*** *στους/στις μαθητές/τριές μας και στα παιδιά μας να αγαπούν τα παιδιά όλου του κόσμου.*

***Ας συνεισφέρουμε*** *όλοι στη δημιουργία ασφαλούς πολυπολιτισμικού σχολικού περιβάλλοντος, όπου* ***οικοδομούνται οι γνώσεις, αξιοποιούνται οι ικανότητες*** *και* ***αναδεικνύονται οι δεξιότητες των παιδιών.***

***Ας δημιουργήσουμε ΜΑΖΙ*** *τις προϋποθέσεις που απαιτούνται ώστε τα παιδιά μας* ***να αναπτύσσονται συναισθηματικά και να ονειρεύονται!***

# 1.2. Ποίημα της Κενυάτισσας ποιήτριας Ουαρσάν Σάιρ «Home» - «Σπίτι»

*«Κανένας δεν αφήνει την πατρίδα του,*
*εκτός αν πατρίδα είναι το στόμα ενός καρχαρία*

*τρέχεις προς τα σύνορα μόνο όταν βλέπεις*
*ολόκληρη την πόλη να τρέχει κι εκείνη*
*οι γείτονές σου τρέχουν πιο γρήγορα από σένα*
*με την ανάσα ματωμένη στο λαιμό τους*

*το αγόρι που ήταν συμμαθητής σου*
*που σε φιλούσε μεθυστικά πίσω από το παλιό εργοστάσιο*
*τσίγκου κρατά ένα όπλο μεγαλύτερο από το σώμα του*

*αφήνεις την πατρίδα μόνο όταν η πατρίδα δε σε αφήνει*
*να μείνεις, κανένας δεν αφήνει την πατρίδα εκτός αν η*
*πατρίδα σε κυνηγά, φωτιά κάτω απ΄ τα πόδια σου*
*ζεστό αίμα στην κοιλιά σου*

*δεν είναι κάτι που φαντάστηκες ποτέ ότι θα έκανες*
*μέχρι που η λεπίδα χαράζει απειλές στο λαιμό σου*
*και ακόμα και τότε ψέλνεις τον εθνικό ύμνο*
*ανάμεσα στα δόντια σου και σκίζεις το διαβατήριό σου*
*σε τουαλέτες αεροδρομίων κλαίγοντας καθώς κάθε*
*μπουκιά χαρτιού δηλώνει ξεκάθαρα*
*ότι δεν πρόκειται να γυρίσεις*

*πρέπει να καταλάβεις*
*ότι κανένας δε βάζει τα παιδιά του σε μια βάρκα*
*εκτός αν το νερό είναι πιο ασφαλές από την ξηρά*

*κανένας δεν καίει τις παλάμες του*
*κάτω από τρένα, ανάμεσα από βαγόνια*

*κανένας δεν περνά μέρες και νύχτες στο στομάχι ενός*
*φορτηγού τρώγοντας εφημερίδες εκτός αν τα χιλιόμετρα*
*που ταξιδεύει σημαίνουν κάτι παραπάνω από ένα ταξίδι.*

*κανένας δε σέρνεται κάτω από φράχτες*
*κανένας δε θέλει να τον δέρνουν να τον λυπούνται*

*κανένας δε διαλέγει τα στρατόπεδα προσφύγων*
*ή τον πλήρη σωματικό έλεγχο σε σημεία όπου το σώμα σου*
*πονούσε ή τη φυλακή, επειδή η φυλακή είναι ασφαλέστερη*
*από μια πόλη που φλέγεται*
*και ένας δεσμοφύλακας το βράδυ είναι προτιμότερα από*
*ένα φορτηγό γεμάτο άντρες*
*που μοιάζουν με τον πατέρα σου*

*κανένας δε θα το μπορούσε, κανένας δε θα το*
*άντεχε κανένα δέρμα δε θα ήταν αρκετά σκληρό*
*για να ακούσει τα: γυρίστε στην πατρίδα σας μαύροι,*
*πρόσφυγες, βρωμομετανάστες, ζητιάνοι ασύλου που*
*ρουφάτε τη χώρα μας, αράπηδες με τα χέρια απλωμένα*
*μυρίζετε περίεργα, απολίτιστοι κάνατε λίμπα τη χώρα σας*
*και τώρα θέλετε να κάνετε και τη δική μας*

*πώς δε δίνουμε σημασία στα λόγια στα άγρια βλέμματα*
*ίσως επειδή τα χτυπήματα είναι πιο απαλά από το*
*ξερίζωμα ενός χεριού ή ποδιού ή τα λόγια είναι πιο*
*τρυφερά από δεκατέσσερις άντρες ανάμεσα στα πόδια σου*
*ή οι προσβολές είναι πιο εύκολο να τις καταπιείς από τα*
*χαλίκια, από τα κόκαλα από το κομματιασμένο κορμάκι του*
*παιδιού σου*

*θέλω να γυρίσω στην πατρίδα αλλά η πατρίδα είναι το*
*στόμα ενός καρχαρία*

*η πατρίδα είναι η κάνη ενός όπλου*
*και κανένας δε θα άφηνε την πατρίδα εκτός αν η πατρίδα*
*σε κυνηγούσε μέχρι  τις ακτές*
*εκτός αν η πατρίδα σού έλεγε να τρέξεις πιο γρήγορα, να*
*αφήσεις πίσω τα ρούχα σου, να συρθείς στην έρημο να*
*κολυμπήσεις ωκεανούς, να πνιγείς, να σωθείς, να πεινάσεις*
*να εκλιπαρήσεις να ξεχάσεις την υπερηφάνεια*
*η επιβίωσή σου είναι πιο σημαντική*

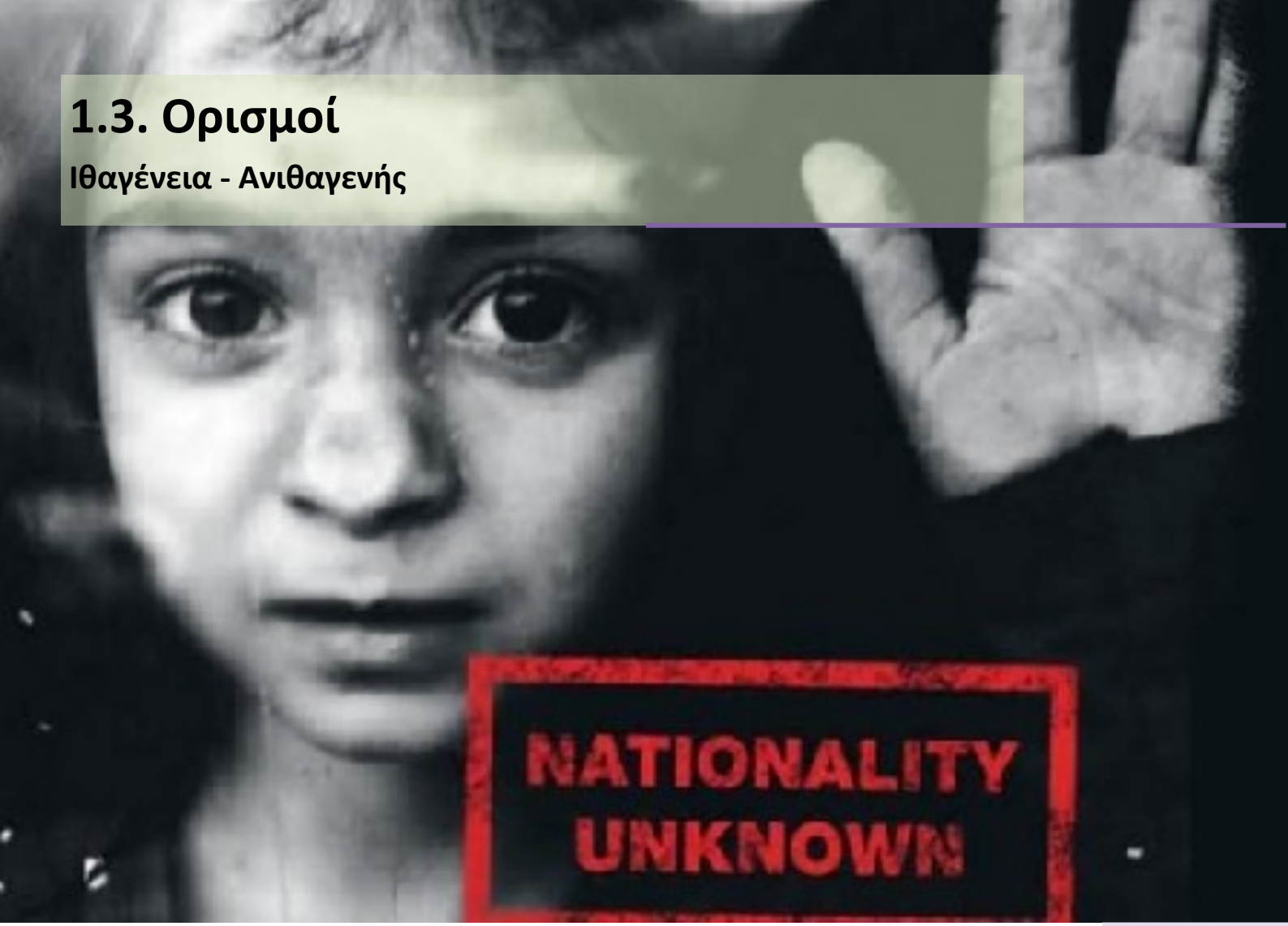
*κανένας δεν αφήνει την πατρίδα*
*εκτός αν η πατρίδα είναι*
*μια ιδρωμένη φωνή στο αυτή σου που λέει φύγε,*
*τρέξε μακριά μου τώρα,*
*δεν ξέρω τι έχω γίνει*
*αλλά ξέρω ότι οπουδήποτε αλλού*
*θα είσαι πιο ασφαλής απ΄ ό,τι εδώ»*

# 1.3. Ορισμοί

## Πρόσφυγας - Μετανάστης

**Πρόσφυγας (refugee)** ονομάζεται, σύμφωνα με τη Σύμβαση της Γενεύης, κάθε άνθρωπος που βρίσκεται έξω από το κράτος του οποίου είναι πολίτης, εξαιτίας δικαιολογημένου φόβου ότι εκεί θα υποστεί διωγμούς λόγω της φυλής, της Θρησκείας ή της εθνικότητάς του, ή ακόμα εξαιτίας των πολιτικών του απόψεων (*πολιτικός πρόσφυγας*) και επιπλέον τού είναι αδύνατο να αισθάνεται ασφαλής στη χώρα του (συνήθως εξαιτίας του πολέμου). Μέχρι να του αναγνωρισθεί νομικά η ιδιότητα του πρόσφυγα από μία χώρα, ένας άνθρωπος μπορεί να βρίσκεται υπό το καθεστώς του «αιτούντος άσυλο».

Η **Μετανάστευση (immigration)**, τόσο κατά τις κοινωνικές επιστήμες όσο και κατά το Διεθνές Δίκαιο, είναι η μετακίνηση ανθρώπων σε μία χώρα της οποίας δεν έχουν την ιθαγένεια, προκειμένου να εγκατασταθούν εκεί, ως μόνιμοι κάτοικοι ή μελλοντικοί πολίτες της χώρας. Η πολυπλοκότητά της μετανάστευσης οφείλεται στο γεγονός ότι αποτελεί ένα φαινόμενο εγγενές της ανθρώπινης εξέλιξης, της κοινωνίας, της οικονομίας, της πολιτικής και του πολιτισμού και αποτελεί μια δυναμική διαδικασία.




# 1.3. Ορισμοί

## Ιθαγένεια - Ανιθαγενής

**Ιθαγένεια (nationality)** ονομάζεται "η νομική και πολιτική ιδιότητα ενός ατόμου ως πολίτη με το κράτος στο οποίο ανήκει".

Ο όρος **υπηκοότητα** στην ελληνική νομική γλώσσα είναι ταυτόσημος με αυτόν της ιθαγένειας και χρησιμοποιείται παράλληλα (λέμε π.χ. ελληνική ιθαγένεια, αλλά Έλληνας υπήκοος (όχι Έλληνας ιθαγενής).

**Ανιθαγενής (stateless)** ονομάζεται ο άνθρωπος ο οποίος δεν θεωρείται πολίτης κανενός κράτους.
Κάποιοι από τους ανιθαγενείς είναι πρόσφυγες ή μετανάστες, που έχουν εγκαταλείψει τη χώρα καταγωγής τους. Άλλοι ζουν στη χώρα καταγωγής τους αλλά δεν αναγνωρίζονται ως πολίτες της. Ο αποκλεισμός των ανιθαγενών από τη συμμετοχή στην πολιτική ζωή κλονίζει την ισορροπία δικαιωμάτων και υποχρεώσεων. Στην πραγματικότητα, όσοι δεν έχουν την ιθαγένεια της χώρας όπου ζουν περιθωριοποιούνται ακόμη και στους τομείς όπου ο νόμος επιβάλει την υποχρέωση σεβασμού των δικαιωμάτων τους.

# 1.4. Η Συρία πριν τον πόλεμο

## Μια χώρα με μεγάλη ιστορία και βαθύτατα πολιτισμένη

Πριν τον πόλεμο η **Συρία** ήταν μια πανέμορφη χώρα, με πλούσια ιστορία και γνωστή στον κόσμο για τα μνημεία πολιτιστικής κληρονομιάς, τα τεμένη, τους ναούς και τα κάστρα. Οι υπαίθριες αγορές του Χαλεπίου και της Δαμασκού (σουκς) ήταν γνωστές, αποτελώντας αναπόσπαστο κομμάτι της αραβικής κουλτούρας.

Η οικονομία της χώρας στηριζόταν στη βιομηχανία τροφίμων, την υφαντουργία, τη υαλουργία, τη βυρσοδεψία, τη διύλιση πετρελαίου, ενώ εξήγαγαν βαμβάκι, σιτάρι, υφάσματα, μεταξωτά, κριθάρι, δέρματα και καπνό.

Η Συρία αποτελούσε ένα μωσαϊκό θρησκειών και εθνοτήτων, με τους Μουσουλμάνους να πλειοψηφούν, ενώ η Ορθόδοξη Χριστιανική κοινότητα ήταν αρκετά μεγάλη και οι μικτοί γάμοι αποτελούσαν πολύ συνηθισμένο φαινόμενο με Χριστιανούς να παντρεύονται συχνά Μουσουλμάνες και το αντίθετο. Μετά τον πόλεμο λόγω της έξαρσης του θρησκευτικού φανατισμού το φαινόμενο περιορίστηκε. Τα πολίτευμά είναι μονοκομματική προεδρική δημοκρατία, με την εξουσία να ελέγχεται από το κόμμα του Μπάαθ.

# 1.5. Το Εκπαιδευτικό Σύστημα της Συρίας

## Πριν την έναρξη του πολέμου

Η Συρία πριν την έναρξη του πολέμου, είχε ένα πολύ καλό Εκπαιδευτικό Σύστημα.

Αρχικά η υποχρεωτική φοίτηση ήταν έξι χρόνια, έως το Δημοτικό. Στη συνέχεια η υποχρεωτική φοίτηση επεκτάθηκε στα εννιά χρόνια. Η συνέχιση της εκπαίδευσης είναι προαιρετική. Οι περισσότεροι επιλέγουν τη συνέχιση της εκπαίδευσης στο Λύκειο και έπειτα στο Πανεπιστήμιο. Υπάρχει και η επιλογή του Επαγγελματικού/Τεχνικού Λυκείου καθώς και το Αγροτικό Λύκειο.

Στο Δημοτικό τα παιδιά προάγονται στην επόμενη τάξη μέσα από εξετάσεις. Όταν ένα παιδί δεν είναι έτοιμο να συνεχίσει στην επόμενη τάξη, την επαναλαμβάνει.

Για την προαγωγή των μαθητών στο Γυμνάσιο οι εξετάσεις είναι πιο απαιτητικές.

**Απομαγνητοφωνημένη συνέντευξη με τη Σύρια δασκάλα Al Kamel Tahane**

# 1.6. Το Πρόγραμμα Σπουδών στα Δημοτικά Σχολεία

## Τα μαθήματα που διδάσκονται οι μαθητές και το μάθημα των Θρησκευτικών

Τα **μαθήματα** των πρώτων τάξεων του Δημοτικού επικεντρώνονται στην εκμάθηση της Αραβικής Γλώσσας, τα Μαθηματικά, τη Βιολογία, Γυμναστική, Μουσική, Ζωγραφική και μαθαίνουν μέσα από δραστηριότητες τα έθιμα, την παραδοσιακή μουσική και το χορό.

Στις επόμενες τάξεις διδάσκεται η Γεωγραφία, η Ιστορία και η Φυσική. Στην Γ' Δημοτικού προστίθεται το μάθημα των Θρησκευτικών, γίνεται διαχωρισμός των μαθητών ανάλογα με την Θρησκεία τους και η διδασκαλία γίνεται σε διαφορετικές τάξεις. Οι μουσουλμάνοι μελετούν βασικές αρχές της θρησκείας τους και στην συνέχεια διδάσκονται το κοράνι. Οι Χριστιανοί αντίστοιχα μελετούν την δική τους θρησκεία.

Όταν το σχολείο βρίσκεται σε μουσουλμανική περιοχή λειτουργεί Κυριακή έως Πέμπτη, καθώς η Παρασκευή είναι μέρα προσευχής και αργίας. Όταν το σχολείο βρίσκεται σε Χριστιανική περιοχή λειτουργεί από Δευτέρα έως Παρασκευή.

Ο δάσκαλος αναλαμβάνει μια τάξη από την Α' Δημοτικού έως και την Δ' Δημοτικού ενώ ο Διευθυντής έχει την επίβλεψη του. Είναι πολύ σημαντικό για την εξέλιξη του παιδιού να υπάρχει σταθερός δάσκαλος. Οι δάσκαλοι που επιλέγονται είναι διαλεγμένοι προσεκτικά.

# 1.7. Η ραγδαία επιδείνωση του Εκπαιδευτικού Συστήματος της Συρίας λόγω του πολέμου

Ένα στα τέσσερα σχολεία καταστράφηκε ή μετατράπηκε σε καταφύγιο και από τον Σεπτέμβριο του 2015, περίπου 2,7 εκατομμύρια Σύριοι μαθητές/τριες δεν φοίτησαν στο σχολείο.

Το εκπαιδευτικό σύστημα της Συρίας βάλλεται λόγω του πολέμου και αυτό έχει ως αποτέλεσμα πολλά παιδιά να φτάνουν σε κέντρα υποδοχής προσφύγων με σημαντικό εκπαιδευτικό μειονέκτημα. **Λόγω της βίαιης διακοπής της σχολικής τους φοίτησης, τα παιδιά είναι πίσω σε όλα τα μαθήματα και θα πρέπει να καλύψουν τα κενά.** Ταυτόχρονα προσπαθούν να μάθουν μια νέα γλώσσα και να προσαρμοστούν σε ένα εντελώς νέο πολιτισμικό και κοινωνικό περιβάλλον ενώ στις περισσότερες περιπτώσεις οι συνθήκες διαβίωσης είναι απάνθρωπες.

Ο πιο βασικός παράγοντας για την ένταξη των μαθητών στα σχολεία των χωρών υποδοχής είναι η εκμάθηση της γλώσσας.

Παράλληλα το συναισθηματικό τραύμα που βιώνουν πολλά παιδιά πρόσφυγες μπορεί να επηρεάσει σημαντικά τη γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική τους ανάπτυξη, συνεπώς και την ένταξη.

# 1.8. Για να είναι το σχολείο ανοιχτό χρειάζεται βοήθεια από το κράτος

## Ανάγκη υποστήριξης του έργου των εκπαιδευτικών στα Σχολεία Υποδοχής προσφύγων/μεταναστών

## Η Διοίκηση του σχολείου Υποδοχής Προσφύγων πρέπει να μεριμνήσει ώστε:

- Να ενημερωθούν όλοι οι εκπαιδευτικοί του σχολείου για τα παιδιά πρόσφυγες/μετανάστες που θα έρθουν στο σχολείο, την χώρα προέλευσής τους, την ιθαγένεια και το θρήσκευμά τους, έτσι ώστε να έχουν όλες τις πληροφορίες που πρέπει να γνωρίζουν πριν συναντήσουν τους νέους μαθητές/τριες.
- Να επιτευχθεί η συνεργασία με τους Συντονιστές Εκπαίδευσης Προσφύγων (Σ.Ε.Π.) και η δημιουργία Δομής Υποδοχής Εκπαίδευσης Προσφύγων (Δ.Υ.Ε.Π.) πρωινής ζώνης, εντός της σχολικής μονάδας.
- Όλοι οι εκπαιδευτικοί του σχολείου να συμμετάσχουν σε σεμινάρια Διαπολιτισμικής Εκπαίδευσης με τη συμβολή του Σχολικού Συμβούλου, με τον οποίο θα έχουν συνεχή επαφή για τυχόν απορίες και προβλήματα που μπορεί να προκύψουν.
- Να απευθύνει αίτημα προς τον Δήμο για διοργάνωση προγραμμάτων επιμόρφωσης από τις υπάρχουσες δομές του Δήμου. Στόχος η υποστήριξη του εκπαιδευτικού προσωπικού ώστε να είναι σε θέση να ανταποκριθεί πλήρως στο δύσκολο έργο του.

# 1.9. Ενδοϋπηρεσιακή επιμόρφωση εκπαιδευτικών

## όπου θα προβληθεί:

- **Παρουσίαση** με πληροφορίες σχετικές με το Εκπαιδευτικό Σύστημα της Συρίας και των άλλων χωρών από τις οποίες προέρχονται τα παιδιά πρόσφυγες και μετανάστες. Θα δοθεί αφορμή για συζήτηση σχετικά με τις ομοιότητες και τις διαφορές των Εκπαιδευτικών Συστημάτων.
- **Εκπαιδευτικό υλικό** από την ιστοσελίδα της Ύπατης Αρμοστείας του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες (UNHCR). Στην ίδια ιστοσελίδα υπάρχουν διαθέσιμα εγχειρίδια και προγράμματα που έχουν αναπτύξει διεθνείς, περιφερειακοί και εθνικοί οργανισμοί και φορείς με εμπειρία και εξειδίκευση στις θεματικές: Ανθρώπινα Δικαιώματα, Αξίες, Ταυτότητα, Διακρίσεις και Στερεότυπα, Φροντίδα και Ασφάλεια, Διαπολιτισμικότητα, Πρόσφυγες, Μετανάστες, Αιτούντες άσυλο, Εκπαίδευση, Δημοκρατία.
- **Βίντεο** από το Youtube:

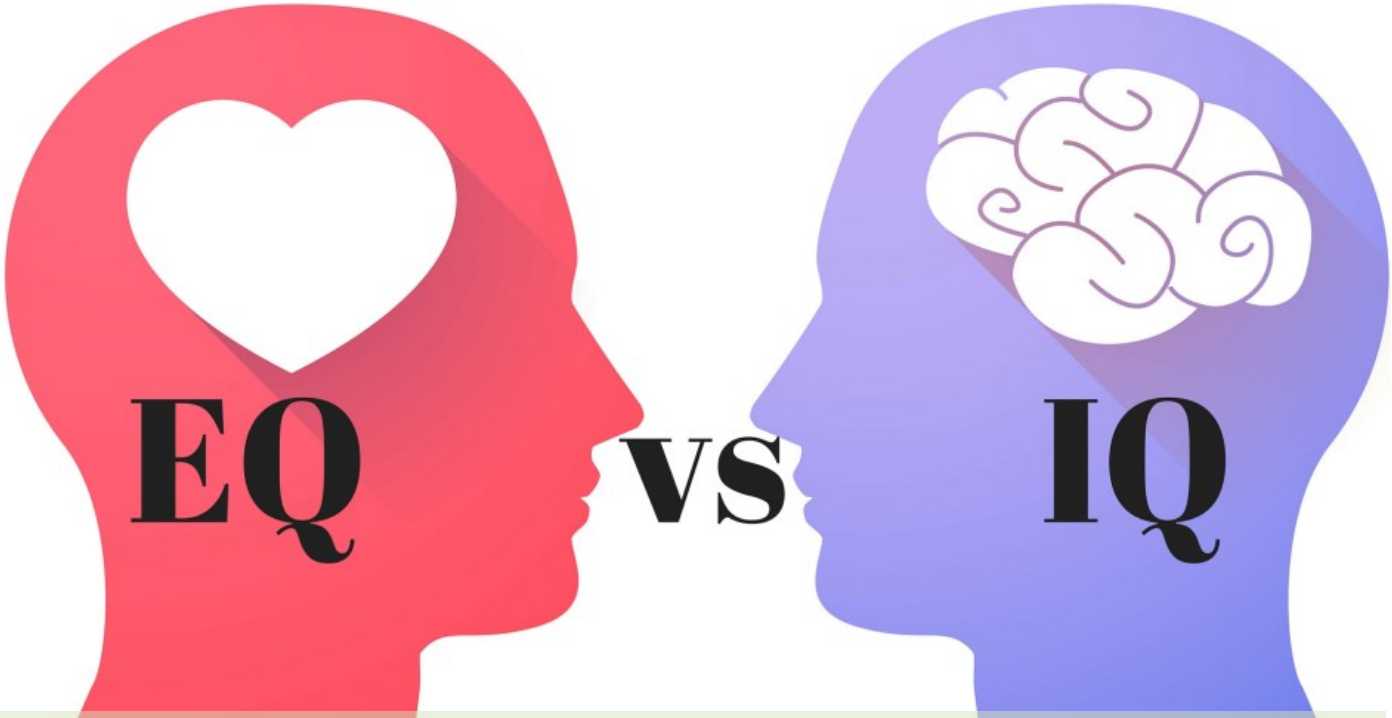
A. της Ύπατης Αρμοστείας του ΟΗΕ Πρόσφυγες (UNHCR)
   1. Αλληλεγγύη στους πρόσφυγες
   2. Syria: My Life Before the War

B. των Γιατρών Χωρίς Σύνορα The Journey: A short documentary

C. της ActionAid Hellas ActionAid: Μια ιστορία που θα σε εκπλήξει

D. σχετικό με τα προνόμια που κάποιοι άνθρωποι απολαμβάνουν στη ζωή τους, ενώ κάποιοι άλλοι όχι What Is Privilege?

- Θα ακολουθήσει συζήτηση σχετικά με το υλικό που παρουσιάστηκε.
- Καταγράφονται απορίες, απόψεις και συναισθήματα των εκπαιδευτικών.




## 1.10. Η σπουδαιότητα της Συναισθηματικής Νοημοσύνης

### Το υψηλό IQ δεν ισούται με υψηλό EQ

- Η Θεωρία της **Συναισθηματικής Νοημοσύνης** εισήχθη για πρώτη φορά από τον **Daniel Goleman** το 1994 και υποστηρίζει ότι οι άνθρωποι αποτελούνται από διάφορα είδη «νοημοσύνης».
- Ο Goleman ισχυρίζεται ότι η **Συναισθηματική Νοημοσύνη (Emotional Quotient EQ),** είναι εξίσου σημαντική με το **Δείκτη Νοημοσύνης (Intelligence Quotient IQ),** συμβάλλοντας στη δημιουργία πολύ λειτουργικών και ισορροπημένων ανθρώπων.
- Η **συνειδητοποίηση των συναισθημάτων κάποιου,** αποτελεί βασική προϋπόθεση τόσο για τους ενήλικες όσο και για τα παιδιά.
- Η **συναισθηματική νοημοσύνη** είναι σημαντική για την αποτελεσματική σκέψη, βοηθώντας μας να πάρουμε σωστές αποφάσεις και επιτρέποντάς μας να "σκεφτόμαστε καθαρά".
- **Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να γνωρίζουν ότι ένα παιδί με υψηλό επίπεδο νοημοσύνης αλλά με χαμηλό συναισθηματικό έλεγχο του εαυτού του, μπορεί να αισθάνεται ανήσυχο, ταραγμένο, αναστατωμένο.**
- Αυτό το παιδί διατρέχει κίνδυνο ακαδημαϊκής αποτυχίας ή και εγκληματικότητας επειδή έχει **κακό συναισθηματικό έλεγχο.**
- Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να βοηθήσουν τους μαθητές/τριες στην αναγνώριση των συναισθημάτων τους, καθώς αυτά μπορούν να βοηθήσουν ή να εμποδίσουν την πνευματική τους πρόοδο.

***Η συναισθηματική γλώσσα πρέπει να κατανοηθεί και να μεταφραστεί.***

# Κεφάλαιο 2ο
# Δραστηριότητες ανάπτυξης συναισθηματικών δεξιοτήτων (emotional skills):
# Α. Ενσυναίσθηση (Empathy)
# Β. Ενσυνειδητότητα (Mindfulness)

# 2.1. Προετοιμάζοντας συναισθηματικά τους μαθητές/τριές μας

Η **προετοιμασία των μαθητών/τριών** του σχολείου και η ολοκληρωμένη ενημέρωσή τους για την **επικείμενη αλλαγή** στο σχολείο, αποτελεί βασικό βήμα για την ένταξη και την αποδοχή των νέων μαθητών/τριών.

- Η προετοιμασία μπορεί να χωριστεί σε δύο χρονικές περιόδους. **Πριν** την έλευση των παιδιών προσφύγων και **μετά** την έλευση τους στο σχολείο.

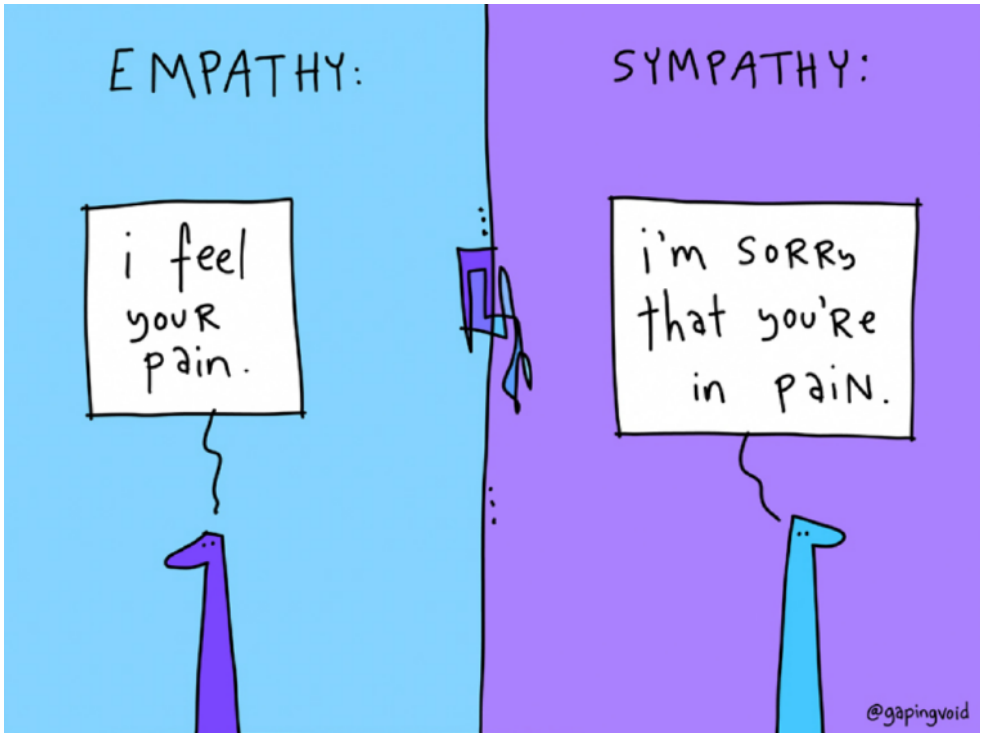
## Ανάπτυξη Συναισθηματικών και Κοινωνικών Δεξιοτήτων

Η **συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη** των παιδιών αφορά την καλλιέργεια και βελτίωση όλων των ικανοτήτων τους, της ικανότητας να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, να επιβάλλονται στις παρορμήσεις τους, να αντιλαμβάνονται τα συναισθήματα των άλλων, να εμπιστεύονται και να εκτιμούν τον εαυτό τους, να επικοινωνούν και να συνεργάζονται σωστά, να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες αλλά και την προσωπική τους ευθύνη, να έχουν αυτοεπίγνωση, να ζητούν βοήθεια κ.α.

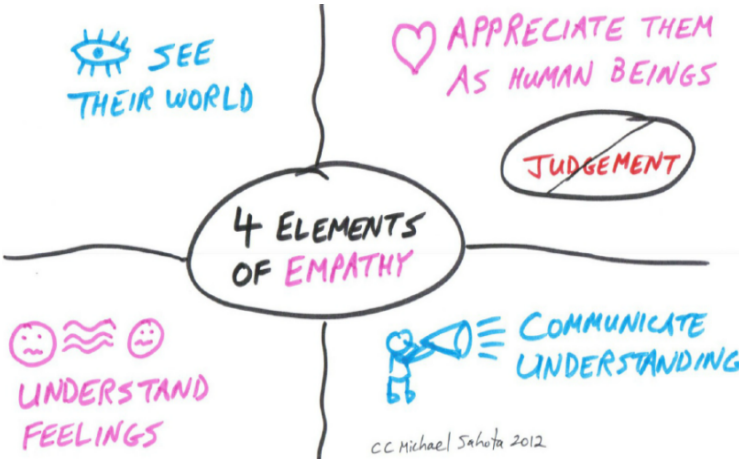
**Τελικός στόχος** των προτεινόμενων δραστηριοτήτων η κατανόηση της ψυχολογικής κατάστασης των παιδιών προσφύγων/μεταναστών, η επίγνωση των προνομίων που απολαμβάνουν οι ίδιοι, σε αντίθεση με τα παιδιά πρόσφυγες/μετανάστες και η ετοιμότητά τους να βοηθήσουν τους/τις νέους/νέες συμμαθητές/τριες να ενταχθούν στο σχολικό περιβάλλον.

# 2.2. Ανάπτυξη Συναισθηματικών & Κοινωνικών Δεξιοτήτων
# Α. Ενσυναίσθηση (Empathy)

- Στη γλώσσα μας, η λέξη **«Εμπάθεια-Empathy»** συνδέεται με το μίσος και την έντονη εχθρότητα.
- Η ετυμολογία ωστόσο της λέξης και η αρχική της σημασία παραπέμπουν στην **«Ενσυναίσθηση». Η Ενσυναίσθηση λειτουργεί ως αντίδοτο στο μίσος, "θέλει" να καταλάβει τον άλλον τόσο βαθιά, σαν να είναι μέσα του.**
- Η **Ενσυναίσθηση** αποτελεί έναν πολύ σημαντικό παράγοντα στην συναισθηματική ανάπτυξη.




**Τα 4 στοιχεία της ενσυναίσθησης:**
- Δείτε τον κόσμο των άλλων.
- Καταλάβετε τα συναισθήματά τους.
- Εκτιμήστε τους ως ανθρώπινα όντα, μην τους κρίνετε.
- Επικοινωνήστε και κατανοήστε.

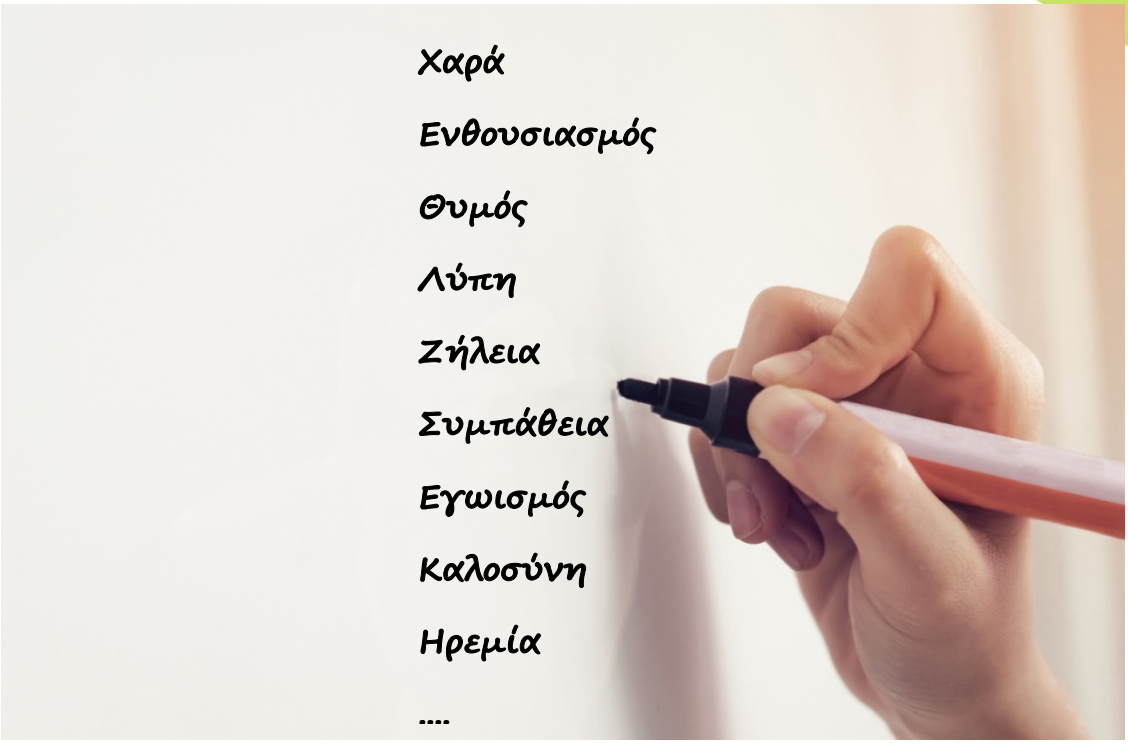


## Α.1. Εισαγωγική Δραστηριότητα για όλες τις τάξεις

# Μαθαίνουμε τα Συναισθήματα

Στην **Εισαγωγική Δραστηριότητα** θα μιλήσουμε για τα **συναισθήματα.** Θα δημιουργήσουμε με τους μαθητές/τριες μια λίστα με τα συναισθήματα που γνωρίζουν. Θα τους διδάξουμε ότι υπάρχουν:

- **Ευχάριστα συναισθήματα** (όπως: χαρά, ενθουσιασμένος, ηρεμία)
- **Δυσάρεστα συναισθήματα** (όπως: θυμός, ζήλεια, φόβος)




### Υλοποίηση

- Αρχικά ζητάμε από τους μαθητές/τριες να μας πούνε τα συναισθήματα που γνωρίζουν, σηκώνοντας το χέρι τους.
- Καταγράφουμε στον πίνακα όλα τα συναισθήματα που αναφέρουν οι μαθητές/τριες.
- **Ποιά ευχάριστα συναισθήματα** υπάρχουν στη λίστα; Κυκλώστε τα με **μπλε μαρκαδόρο.** Είναι ωραίο να μπορούμε να τα νιώθουμε συχνά!
- **Ποιά δυσάρεστα συναισθήματα** υπάρχουν στον κατάλογο; Κυκλώστε τα με **κόκκινο μαρκαδόρο.** Σίγουρα δεν θέλουμε να νιώθουμε δυσάρεστα!
- Συζητήστε μαζί τους **πως θα ήθελαν να νιώθουν κάθε μέρα.** Οι μαθητές/τριες συνήθως προτιμούν να νιώθουν ευχάριστα συναισθήματα.
- Τους αναφέρουμε, **ότι όλα τα συναισθήματα είναι φυσιολογικά και ανθρώπινα!** *Πρέπει όμως να μάθουμε πως να τα διαχειριζόμαστε ώστε να μην είναι επιζήμια για εμάς αλλά και τους γύρω μας.*

# Α.2. Αναλύοντας τα Συναισθήματα

**Παράρτημα 1**

- Στη συνέχεια χωρίζουμε τους μαθητές/τριες της τάξης σε **τέσσερις ομάδες** και μοιράζουμε το φύλλο με τα συναισθήματα **[Παράρτημα 1].**
- Οι δύο ομάδες έχουν τα **δυσάρεστα συναισθήματα** (ροζ και γαλάζια ομάδα) και οι άλλες δύο τα **ευχάριστα** (κίτρινη και πράσινη ομάδα).
- Ζητάμε από τις ομάδες να περιγράψουν τα συναισθήματα της ομάδας τους με απλά λόγια. Στόχος να εντοπίσουμε ***αν πράγματι καταλαβαίνουν σε τι κατάσταση βρίσκεται το σώμα τους και η ψυχή τους όταν νιώθουν αυτά τα συναισθήματα.***

**Αναλύουμε τα συναισθήματα όπως παρακάτω:**

- **Θυμός:** Αυξάνεται η ροή του αίματος στα χέρια, αυξάνεται ο καρδιακός ρυθμός και η βιασύνη της αδρεναλίνης παράγει ενέργεια για έντονη (και επιθετική) δράση.
- **Φόβος:** Το αίμα αυξάνεται στα πόδια ώστε να μπορεί το άτομο να τρέξει, προκαλώντας στο πρόσωπο χλωμό χρώμα. Το σώμα παγώνει για να αξιολογήσει αν είναι καλύτερο να τρέξει ή να κρυφτεί.
- **Ευτυχία:** Αναστέλλει τα αρνητικά συναισθήματα στον εγκέφαλο, αυξάνει την ενέργεια, ματαιώνει τις ανησυχητικές σκέψεις, προσφέρει ξεκούραση και ενθουσιασμό στο σώμα.
- **Έκπληξη:** Η ανύψωση των φρυδιών, επιτρέπει περισσότερο φως να περάσει στον αμφιβληστροειδή ώστε τα μάτια να αποκτήσουν περισσότερες πληροφορίες για το απροσδόκητο συμβάν!

# Δραστηριότητα 1η

## Ο τροχός των συναισθημάτων

## |Α’- Στ’ Δημοτικού|

**Σκοπός**

- Να φτιάξουν οι μαθητές/τριες τον δικό τους τροχό των συναισθημάτων.
- Να τηρούν καθημερινό ημερολόγιο με το πώς νιώθουν.
- Να συζητούν με τον/την εκπαιδευτικό ιδιαιτέρως τους λόγους που αισθάνονται κατ’ αυτόν τον τρόπο.

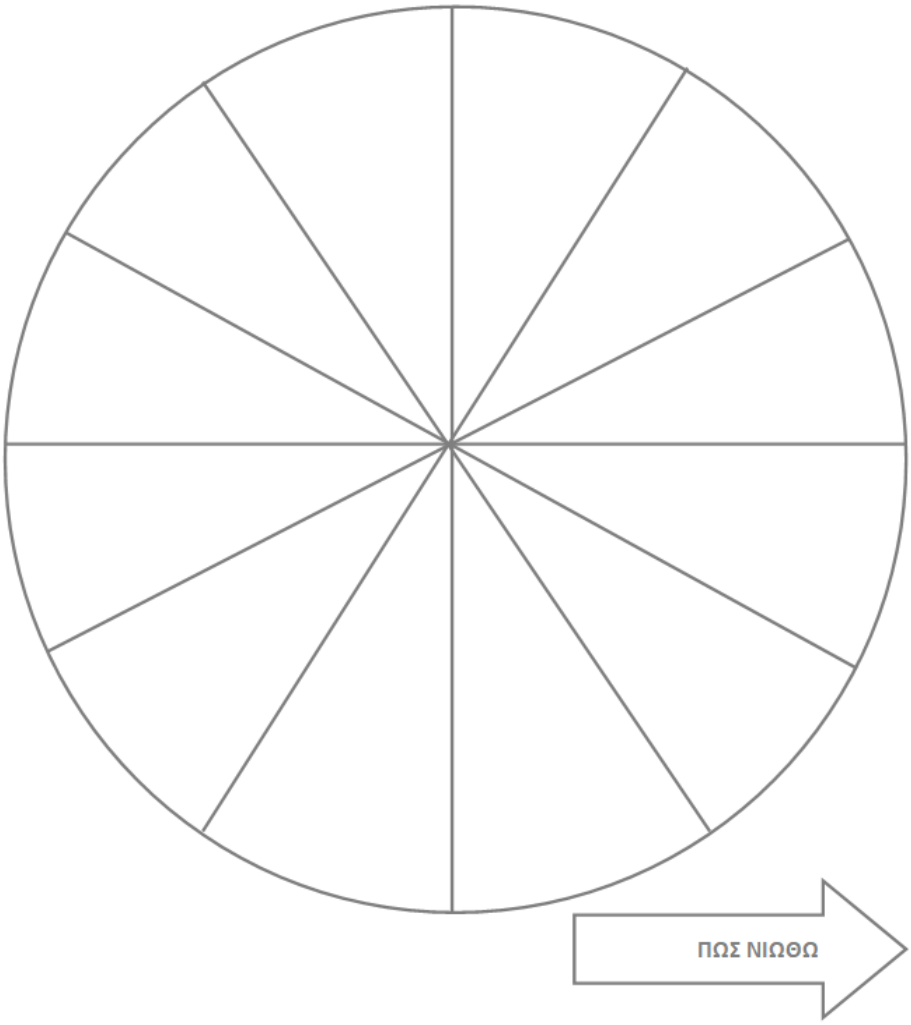
**Χρόνος**

- 1 διδακτική ώρα

**Υλοποίηση**

- Μοιράζουμε στους μαθητές/τριές μας το φύλλο εργασίας με τα 24 συναισθήματα **[Παράρτημα 1]**.
- Τους ζητάμε να επιλέξουν και να κόψουν **12 συναισθήματα από αυτά**, 6 ευχάριστα και 6 δυσάρεστα.
- Τους μοιράζουμε το φύλλο εργασίας με τον κενό τροχό **[Παράρτημα 2]**.

**Παράρτημα 2**

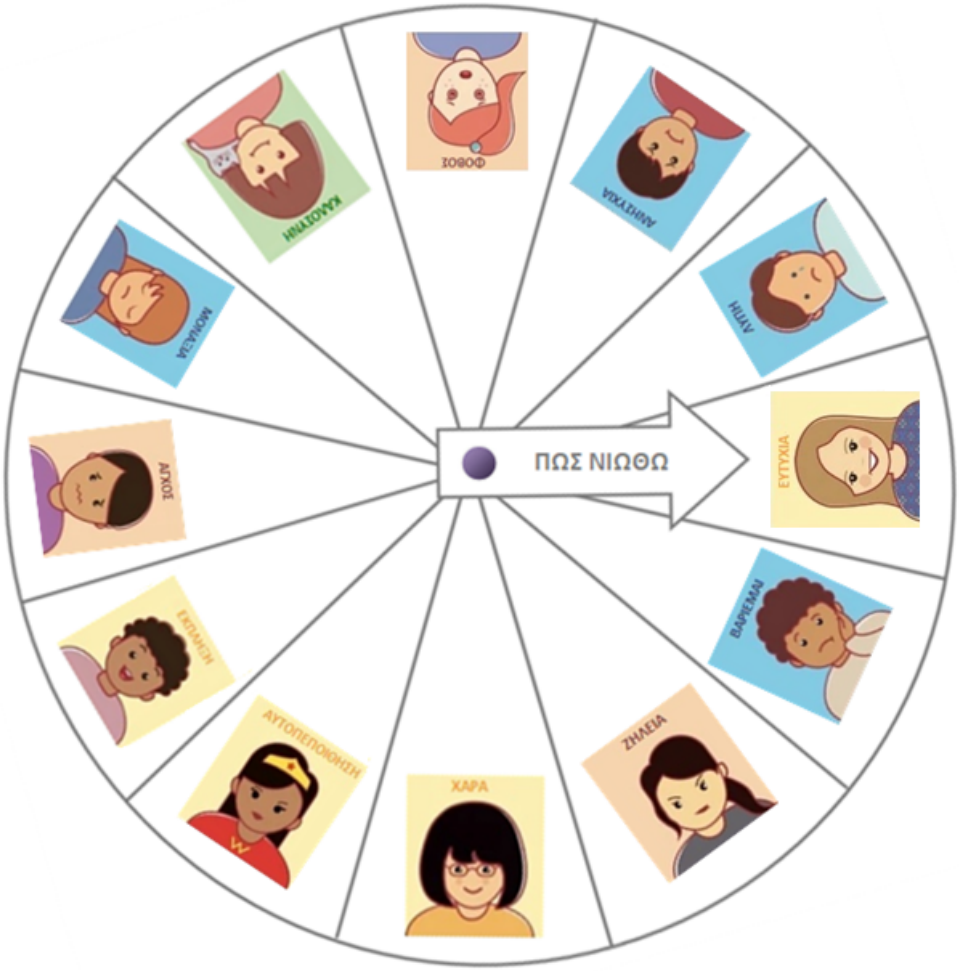


# Ο τροχός των συναισθημάτων

## |Α’ - Στ’ Δημοτικού|

***Υλοποίηση***

- Αφού κόψουν τον τροχό, λέμε στους μαθητές/τριες να κολλήσουν πάνω του τα 12 από τα 24 συναισθήματα που επέλεξαν
- Στη συνέχεια τους ζητάμε να τοποθετήσουν το δείκτη στο συναίσθημα που νιώθουν σήμερα.
- Όλοι οι τροχοί των συναισθημάτων τοποθετούνται σε κάποιο εμφανές σημείο της τάξης.
- Μπορούν οι μαθητές/τριες να γράψουν το όνομά τους μέσα στις ακτίνες του τροχού ή και να χρωματίσουν τα λευκά σημεία του τροχού.
- Καθημερινά στον τροχό οι μαθητές/τριες θα βάζουν το δείκτη στο συναίσθημα που νιώθουν.
- Κατά τη διάρκεια της ημέρας τα συναισθήματα μπορεί να μεταβάλλονται και ο δείκτης να μετακινείται.



# Εβδομαδιαίος πίνακας συναισθημάτων

## |Γ'-Στ' Δημοτικού|

### Υλοποίηση

- Στους μαθητές/τριες των Γ' – Στ' τάξεων δίνουμε τον εβδομαδιαίο πίνακα συναισθημάτων **[Παράρτημα 3].**
- Στο τέλος της κάθε μέρας ή την επόμενη ή στο τέλος της εβδομάδας, μπορούν να σημειώνουν πως ένιωσαν, ή τις μεταβολές των συναισθημάτων τους.
- Συζητάμε με τους μαθητές/τριες για τις αλλαγές στα συναισθήματά τους ενώ προσπαθούμε να τους κάνουμε να νιώθουν ασφάλεια και σιγουριά καθώς εκφράζονται.
- Κάθε παιδί είναι υπεύθυνο να συμπληρώνει τον α) εβδομαδιαίο πίνακα σε συνδυασμό β) με τον τροχό των συναισθημάτων.
- Ο/Η εκπαιδευτικός παρακολουθεί διακριτικά τους πίνακες.

**Παράρτημα 3**

### Αντίκτυπος

Οι μαθητές/τριες γνωρίζουν τα συναισθήματα και μαθαίνουν να εκφράζουν τα δικά τους μέσω του τροχού. Οι εβδομαδιαίοι πίνακες των συναισθημάτων λειτουργούν ως το προσωπικό ημερολόγιο του καθενός, όπου φαίνονται οι συναισθηματικές διακυμάνσεις καθόλη τη διάρκεια της χρονιάς.

# Δραστηριότητα 2η

## Πως νιώθω σήμερα;

## |Α’- Β’ Δημοτικού|

**Στόχοι**

- Να είναι σε θέση οι μαθητές/τριες να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους μέσω των emoticons.
- Να εκφράζουν τους λόγους που τους προκαλούν τα συναισθήματα.

**Χρόνος**

- 30’
- Δίνουμε στους μαθητές/τριές μας το φύλλο εργασίας **[Παράρτημα 4].**
- Τους ζητάμε να κυκλώσουν ένα emoticon με το συναίσθημα που νιώθουν αυτή τη στιγμή.
- Τους ζητάμε να γράψουν πολύ σύντομα τον λόγο για τον οποίο νιώθουνε έτσι.

**Παράρτημα 4**

### Αντίκτυπος

Οι μαθητές/τριες μέσα από τα αστεία emoticons μπορούν να επιλέξουν ένα συναίσθημα που τους αντιπροσωπεύει και να εξηγήσουν με πολύ απλά λόγια γιατί νιώθουν κατ’ αυτόν τον τρόπο. Μπαίνουν στη διαδικασία να ανιχνεύσουν το συναίσθημα και την αιτία που το προκαλεί.

# Δραστηριότητα 3η

## Φτιάχνω ένα πρόσωπο

## |Γ’ - Δ’ Δημοτικού|

***Σκοπός***

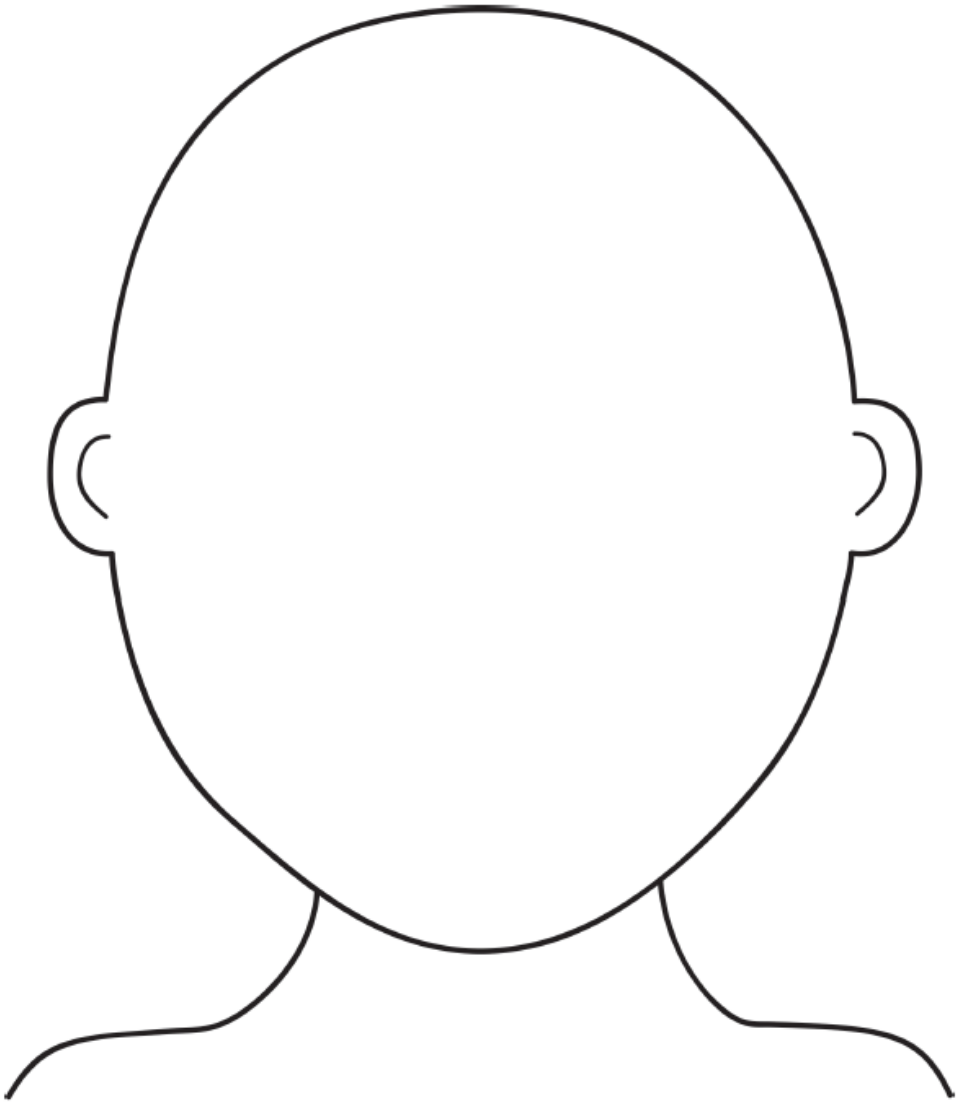
- Να μπορέσουν οι μαθητές/τριες να φτιάξουν το συναίσθημα που νιώθουν σ’ ένα πρόσωπο.

***Χρόνος***

- 1 διδακτική ώρα

***Υλοποίηση***

- Αρχικά μοιράζουμε στους μαθητές/τριες το φύλλο εργασίας-1 με το πρόσωπο **[Παράρτημα 5]**.



Created by Kate Fairlie picklebums.com © 2019 For personal non-commercial use only.

# Δραστηριότητα 3η

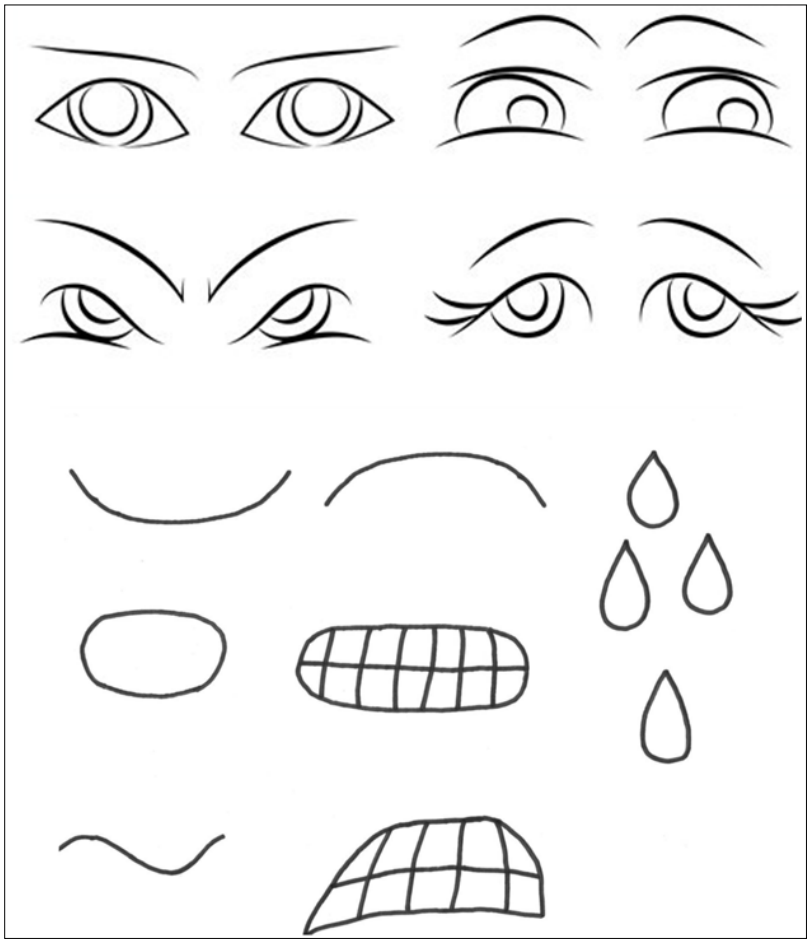
## Φτιάχνω ένα πρόσωπο

## |Γ' - Δ' Δημοτικού|

### Υλοποίηση

- Στη συνέχεια δίνουμε το φύλλο εργασίας-2 με τα διάφορα χαρακτηριστικά του προσώπου **[Παράρτημα 6]**.
- Τους ζητάμε να κόψουν τα χαρακτηριστικά που επιθυμούν και να τα κολλήσουν πάνω στο φύλλο εργασίας-1. Αν θέλουν μπορούν να αυτοσχεδιάσουν στο πρόσωπο ζωγραφίζοντας με μακραδόρους κ.α.
- Στο τέλος της δραστηριότητας τους ζητάμε να μιλήσουν για το συναίσθημα που επέλεξαν να έχει το πρόσωπο.

**Παράρτημα 6**



### Αντίκτυπος

Οι μαθητές/μαθήτριες φτιάχνουν ένα πρόσωπο με ένα συναίσθημα που επιλέγουν. Παρατηρούν τις μεταβολές στην έκφραση και το συναίσθημα του προσώπου ανάλογα με τα χαρακτηριστικά που επέλεξαν. Για παράδειγμα τα χαρακτηριστικά ενός προσώπου είναι τελείως διαφορετικά όταν νιώθει χαρά από όταν νιώθει λύπη.

# Δραστηριότητα 4η

## Πόσο καλά αναγνωρίζουμε τα αισθήματά μας

## |Γ'- Στ' Δημοτικού|

***Στόχοι***

- Να είναι σε θέση οι μαθητές/τριες να εντοπίζουν τα συναισθήματα στις εκφράσεις ενός πραγματικού προσώπου.
- Να σκεφτούν τις αιτίες που μπορεί να προκάλεσαν αυτά τα συναισθήματα.

***Χρόνος***

- 1 διδακτική ώρα

***Υλοποίηση***

- Μοιράζουμε στους μαθητές/τριες το φύλλο εργασίας με τις φωτογραφίες του Χρήστου Σ. και τις ετικέτες των συναισθημάτων **[Παράρτημα 7]**.
- Οι μαθητές/τριες κόβουν τις φωτογραφίες και από κάτω κολλούν τις ετικέτες με τα συναισθήματα.
- Ας συζητήσουμε μαζί τους τι μπορεί να προκάλεσε τα συναισθήματα του μικρού παιδιού.

**Τα συναισθήματα που εκφράζουν τα πρόσωπα και η στάση των σωμάτων του Αλέξανδρου, της Γεωργίας, του Χρήστου, της Έλενας και του Γιάννη είναι διαφορετικά.**

**Παράρτημα 7**

| | | |
|---|---|---|
| **Απορία** | **Μοναξιά** | **Ενθουσιασμός** |
| **Χαρά** | **Άγνοια** | **Αγωνία** |
| **Θυμός** | **Λύπη** | **Ανεμελιά** |

# Δραστηριότητα 5η

## Μάντεψε το συναίσθημα

## |Α'- Β' Δημοτικού|

**Στόχοι**

- Να μπορούν οι μαθητές/τριες να υποδύονται τα πιο γνωστά συναισθήματα.
- Να είναι σε θέση να μαντεύουν τα συναισθήματα των άλλων.

**Χρόνος**

- 1 διδακτική ώρα.

**Υλοποίηση**

- Επιλέγονται τυχαία **δύο παιδιά** και βγαίνουν από την αίθουσα διδασκαλίας.
- Όσο τα δύο παιδιά είναι εκτός της αίθουσας, ***τα υπόλοιπα παιδιά επιλέγουν να υποδυθούν ένα συναίσθημα***. Για παράδειγμα πως είναι θυμωμένα, χαρούμενα, λυπημένα, ενθουσιασμένα, απογοητευμένα, νιώθουν μοναξιά κ.α..
- Όταν οι δύο μαθητές/τριες επιστρέψουν στην αίθουσα οι υπόλοιποι συμμαθητές/τριες υποδύονται από ένα συναίσθημα. **Πρέπει να μαντέψουν ποιά είναι αυτά τα συναισθήματα**. Η άσκηση μπορεί να επαναληφθεί αρκετές φορές ώστε για να καλυφθούν όλα τα συναισθήματα.
- Στη συνέχεια ο/η εκπαιδευτικός κάνει τις εξής ερωτήσεις **στα παιδιά που βγήκαν από την τάξη**: Ήταν εύκολο να μαντέψετε τα συναισθήματα; Πώς τα καταφέρατε;
- **Προς όλη την τάξη:** Είναι καλό να ξέρετε πως αισθάνονται οι άνθρωποι γύρω σας; Γιατί; Πώς μπορούμε να καταλάβουμε ότι ο άλλος αισθάνεται χαρά ή λύπη ή άγχος; Τι θα συνέβαινε αν κανείς δεν λογάριαζε τα συναισθήματα του άλλου;

**Αντίκτυπος**

Οι μαθητές/τριες προσπαθώντας να μαντέψουν τα συναισθήματα των άλλων, παρατηρούν τις αλλαγές στις εκφράσεις και στη στάση σώματος όταν είμαστε χαρούμενοι, λυπημένοι, θυμωμένοι. Με το παιχνίδι ρόλων εξοικειώνονται με όλα τα συναισθήματα και τις εκφράσεις που τα συνοδεύουν.

# Δραστηριότητα 6η

## Η ενσυναίσθηση μέσω του κλασσικού παραμυθιού του Χανς Κρίστιαν Άντερσεν «Το κοριτσάκι με τα σπίρτα»

***Στόχοι***

- Οι μαθητές/τριες να προσπαθήσουν να αναλύσουν βαθύτερα το νόημα ενός κλασικού παραμυθιού των Χριστουγέννων.
- Να εντοπίσουν τα συναισθήματα που νιώθει το κοριτσάκι με τα σπίρτα και τους υπαίτιους για την κατάστασή της μικρής πρωταγωνίστριας.
- Να εκφράσουν τα συναισθήματα που νιώθουν για το κοριτσάκι και να δουν τα συναισθήματα των υπόλοιπων συμμαθητών/τριών τους.
- Να δώσουν ένα διαφορετικό τέλος στην δραματική ιστορία.

***Χρόνος***

- 2 διδακτικές ώρες.

***Υλοποίηση***

- Ανάγνωση παραμυθιού από τον/την εκπαιδευτικό.

# Ανάγνωση παραμυθιού
## «Το κοριτσάκι με τα σπίρτα»
## του Χανς Κρίστιαν Άντερσεν

Έκανε κρύο φοβερό, έπεφτε χιόνι πυκνό και είχε αρχίσει να νυχτώνει· το βράδυ, το τελευταίο βράδυ του χρόνου, πλησίαζε. Αλλά παρά το κρύο και το σκοτάδι, ένα φτωχό κοριτσάκι, ξεσκούφωτο και ξυπόλυτο, γύριζε στους δρόμους. Όταν έφυγε από το σπίτι της φορούσε παντόφλες, αλλά ήτανε πολύ μεγάλες - αφού ανήκανε στη μητέρα της - και της έφυγαν από τα ποδαράκια κάποια στιγμή που διέσχιζε τρέχοντας το δρόμο για ν' αποφύγει δυο άμαξες. Η μία παντόφλα χάθηκε, την άλλη την άρπαξε ένα παιδί που ήθελε να την κάνει κούνια για την κούκλα του.

Έτσι λοιπόν το κοριτσάκι περπατούσε ξυπόλυτο και τα πόδια του είχανε μελανιάσει από το κρύο. Κρατούσε ένα ματσάκι σπίρτα στο χέρι, και στην τσέπη τής φθαρμένης της ποδιάς είχε κι άλλα. Κανένας δεν είχε αγοράσει ούτ' ένα σπίρτο όλη την ημέρα, κανένας δεν της είχε δώσει μια δεκάρα. Έτρεμε από το κρύο και την πείνα καθώς σερνόταν εδώ κια εκεί - προσωποποίηση της δυστυχίας - το κακόμοιρο το κοριτσάκι.

Νιφάδες χιονιού κάθονταν στα μακριά, ξανθά μαλλιάς της, που έπεφτεν χυτά σε μπούκλες ως τους ώμους της· αλλά η μικρή δεν σκεφτότανε ούτε την ομορφιά της ούτε το κρύο. Σε όλα τα παράθυρα έλαμπαν φώτα κι η μυρωδιά της ψητής ψήνας έβγαινε από μερικά σπίτια: ήτανε παραμονή Πρωτοχρονιάς, κι αυτό μόνο σκεφτότανε το κοριτσάκι.

Σε μια γωνία που σχημάτιζαν δυο σπίτια, επειδή το ένα προεξείχε από το άλλο, το κοριτσάκι κάθισε και ζάρωσε τα ποδαράκια του όσο γινόταν πιο σφιχτά, όμως δεν μπορούσε να τα ζεστάνει. Δεν τολμούσε να γυρίσει στο σπίτι, γιατί δεν είχε πουλήσει ούτε ένα σπίρτο, δεν είχε κερδίσει ούτε μια δεκάρα, και ίσως ο πατέρας της την έδερνε· άλλωστε, η σοφίτα που μένανε δεν ήτανε πιο ζεστή από το δρόμο, και παρ' όλο που είχανε φράξει πολλές τρύπες στη στέγη με άχυρα και κουρέλια, ο παγωμένος αέρας και το χιόνι έμπαιναν μέσα.

Τα χεράκια του κοριτσιού ήτανε ξυλιασμένα· ένα μονάχα σπίρτο αν άναβε, μπορεί και να τα ζέσταινε λιγάκι. Πήρε ένα από το μάτσο και το 'τριψε στον τοίχο: μπράβο! Έβγαλε μια φωτεινή, ξεστή φλόγα και η μικρή πλησίασε τα χέρια της. Τότε της φάνηκε σαν να φωτίστηκαν όλα γύρω από τη μαγική φλόγα· και η μικρή νόμισε ότι στ' αλήθεια καθότανε μπροστά σε μια μεγάλη σιδερένια θερμάστρα με μπρούντζινα στολίδια, που μέσα της κόρωνε η φωτιά.

Η μικρή τέντωσε και τα πόδια της για να ζεσταθούν· όμως, τι κρίμα, μέσα σε λίγες στιγμές η φλόγα έσβησε, χάθηκε κι η θερμάστρα, και το κοριτσάκι βρέθηκε πάλι ξυλιασμένο με την κάφτρα του σπίρτου στο χέρι. Έτριβε και δεύτερο σπίρτο στον τοίχο, που άναψε και λαμποκόπησε, και σ' όποιο σημείο του τοίχου έπεφτε το φως του, τον έκανε διάφανο σαν πέπλο, έτσι που το κοριτσάκι μπορούσε να δει τι γινότανε μέσα στο σπίτι. (συνέχεια…)

# Ανάγνωση παραμυθιού

## «Το κοριτσάκι με τα σπίρτα»

## του Χανς Κρίστιαν Άντερσεν

(…συνέχεια) Στο τραπέζι ήταν στρωμένο ένα κατάλευκο τραπεζομάντιλο από δαμασκηνό ύφασμα και πάνω του σερβίτσιο πορσελάνινο· η ψητή χήνα, γεμισμένη με μήλα και ξερά δαμάσκηνα, μοσχομύριζε. Αλλά τότε ξαφνικά η χήνα, που είχε ακόμα μπηγμένα στο στήθος της ένα μαχαίρι κι ένα πιρούνι, πήδηξε απ' την πιατέλα στο πάτωμα και προχώρησε κουνιστή και λυγιστή προς το μέρος του φτωχού κοριτσιού. Όμως εκείνη τη στιγμή έσβησε το σπίρτο και η μικρή βρέθηκε πάλι δίπλα στον χοντρό, κρύο τοίχο.

Άναψε τρίτο σπίρτο. Πάλι άστραψε η φλόγα, κι αυτή τη φορά βρέθηκε κάτω από ένα πανέμορφο χριστουγεννιάτικο δέντρο, πολύ μεγαλύτερο και πολύ πλουσιότερο από εκείνο που είχε δει ανήμερα τα Χριστούγεννα μεσ' από τις γυάλινες πόρτες στο σπίτι του πλούσιου εμπόρου. Εκατοντάδες κεράκια φώτιζαν τα πράσινα κλαδιά του, όπου ήτανε κρεμασμένες μικροσκοπικές κούκλες, απ' αυτές που βλέπουμε στις βιτρίνες των καλών καταστημάτων. Η μικρή τέντωσε τα χέρια της να τις αγγίξει, αλλά εκείνη τη στιγμή το σπίρτο έσβησε· όμως τα χριστουγεννιάτικα κεράκια ανέβηκαν ψηλά, πολύ ψηλά, η μικρή τα έβλεπε σαν να ήταν αστέρια στον ουρανό. Κι έν' απ' τ΄ αστέρια έπεσε, αφήνοντας πίσω του μια φωτεινή ουρά.

«Κάποιος πεθαίνει ετούτη τη στιγμή», είπε το κοριτσάκι· αυτό της το είχε μάθει η γιαγιά της - ο μοναδικός άνθρωπος που της είχε φερθεί καλά, αλλά τώρα ήτανε πεθαμένη -, ότι δηλαδή, όποτε πέφτει έν' αστέρι στη γη, κάποια ψυχή ανεβαίνει στο Θεό.

Έτριψε κι άλλο σπίρτο στον τοίχο, κι όταν άναψε, είδε να στέκεται μπροστά της η αγαπημένη της γιαγιά, ευγενική και τρυφερή όπως πάντα, αλλά και γελαστή και χαρούμενη όσο δεν την είχε ξαναδεί ποτέ της.

«Γιαγιάκα μου!» φώναξε η μικρή. «Αχ, πάρε με μαζί σου! Ξέρω ότι θα χαθείς κι εσύ μόλις σβήσει το σπίρτο, όπως χάθηκε η ζεστή φωτιά στη σόμπα και το υπέροχο πρωτοχρονιάτικο τραπέζι και το πανέμορφο χριστουγεννιάτικο δέντρο!» Κι άρπαξε όλα τα υπόλοιπα σπίρτα και τ' άναψε για να μη χαθεί η γιαγιά της. Και τα σπίρτα έκαναν μια μεγάλη φλόγα και τα φώτισαν όλα γύρω σαν να ήτανε μέρα-μεσημέρι. Ποτέ η γιαγιά της δεν είχε παρουσιαστεί τόσο ψηλή και καλοντυμένη, τόσο ωραία κι ευγενική· πήρε το κοριτσάκι στην αγκαλιά της και πετάξανε μαζί, χαρούμενες κι οι δύο, ψηλά, πολύ ψηλά, εκεί όπου δεν υπάρχει ούτε κρύο ούτε πείνα ούτε βάσανα: στον Παράδεισο.

Το άλλο πρωί βρέθηκε το κοριτσάκι κουρνιασμένο στη γωνία. Τα μάγουλά της ήταν ρόδινα, τα χείλη της χαμογελαστά· αλλά το κρύο της τελευταίας νύχτας του παλιού χρόνου είχε ξυλιάσει το κορμάκι της. Ο ήλιος της Πρωτοχρονιάς έλαμψε πάνω από το άψυχο παιδί, που έγερνε στον τοίχο μ' ένα μάτσο καμένα σπίρτα στην αγκαλιά του. «Προσπαθούσε να ζεσταθεί το κακόμοιρο!» έλεγε ο κόσμος. Αλλά κανένας δεν μπορούσε να φανταστεί τα υπέροχα πράγματα που είχε δει, ούτε ότι εκείνη την ώρα κάπου πολύ ψηλά η μικρή και η γιαγιά της χαιρόντουσαν την ωραιότερη Πρωτοχρονιά τους.

# Συμπλήρωση Κάρτας Συναισθημάτων

## μετά την ανάγνωση του παραμυθιού

**Υλοποίηση**

- Μοιράστε στους μαθητές/τριες την κάρτα των συναισθημάτων **[Παράρτημα 8]**.
- Αφού συμπληρώσουν τις κάρτες οι μαθητές/τριες, τις μαζεύουμε και τις μοιράζουμε τυχαία στην τάξη.
- Οι μαθητές/τριες διαβάζουν τις σκέψεις άλλων παιδιών της τάξης.

**Το Κοριτσάκι με τα Σπίρτα**

**Ψευδώνυμο μαθητή:**

**Ποιο είναι το συναίσθημα που νιώθω μετά το τέλος της ιστορίας;**

Ποιοι είναι αυτοί που φταίνε για το ότι το κοριτσάκι είναι έξω στο κρύο και πουλάει σπίρτα;

Συμφωνείτε μ' αυτούς που βλέπουν το κορίτσι και δεν κάνουν τίποτε;

Πως θα ένιωθες αν ήσουν στη θέση του κοριτσιού;

Ποιο θα ήθελες να είναι το τέλος της ιστορίας;

**Παράρτημα 8**

**Αντίκτυπος**

Καλλιεργείται η ενσυναίσθηση των μαθητών/τριών οι οποίοι μπαίνουν στη θέση της πρωταγωνίστριας του παραμυθιού και νιώθουν τα συναισθήματά της. Βιώνουν την απόρριψη, τη μοναξιά και το κρύο. Νιώθουν την αδικία και προσπαθούν να δώσουν ένα λιγότερο δραματικό τέλος στην ιστορία. Μαθαίνουν τις σκέψεις και τα συναισθήματα των συμμαθητών/τριών τους.

# Δραστηριότητα 7η

## Πως θα ένιωθα αν ήμουν εσύ;

## |Γ'-Στ' Δημοτικού|

***Στόχοι***

- Να είναι σε θέση να εκφράσουν οι μαθητές/τριες πως θα ένιωθαν στη θέση κάποιου άλλου.
- Να εντοπίσουν τα συναισθήματα που τους «γεννάνε» οι εικόνες με τις αντιθέσεις.
- Να εκφράσουν ποια πιστεύουν ότι είναι τα συναισθήματα των εικονιζόμενων προσώπων.

***Χρόνος***

- 1 διδακτική ώρα.

***Υλοποίηση***

- Δίνουμε στους/στις μαθητές/τριες τις δύο κάρτες με τα έργα τέχνης **[Παράρτημα 9]**.
- Τους αφήνουμε κάποια λεπτά να σκεφτούν αναφορικά με τους εικονιζόμενους/νες. Εντοπίζουν τις αντιθέσεις;
- Τους ζητάμε να γράψουν σύντομα στις κάρτες πως θα ένιωθαν αν ήταν στη θέση των πρωταγωνιστών.

**Παράρτημα 9**

ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ Ο ΝΕΑΡΟΣ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ ΤΟ ΖΕΥΓΑΡΙ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

# Δραστηριότητα 7η

## Πως θα ένιωθα αν ήμουν εσύ;

## |Γ'-Στ' Δημοτικού|

### Υλοποίηση

- Συγκεντρώνουμε τις κάρτες με τις ανώνυμες απαντήσεις των μαθητών/τριών μας, τις ανακατεύουμε και τις μοιράζουμε τυχαία στην τάξη.
- Συζητάμε μαζί τους σχετικά με αυτά που γράψανε οι ίδιοι αλλά και οι συμμαθητές/τριές τους.
- Τι συμπεραίνουμε από τις απαντήσεις που δόθηκαν;

**Παράρτημα 9**

ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ Ο ΚΥΡΙΟΣ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ ΤΟ ΚΟΡΙΤΣΙ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

### Αντίκτυπος

Οι μαθητές/τριες αναπτύσσουν την ενσυναίσθηση κατανοώντας τη θέση των εικονιζόμενων προσώπων. Αντιλαμβάνονται τη μειονεκτική θέση στην οποία βρίσκεται ο νεαρός της πρώτης φωτογραφίας και ο άστεγος κύριος της δεύτερης. Διαπιστώνουν πως κάποια απλά πράγματα για τους ίδιους (π.χ. το κουτί με τα μπισκότα που δίνει το κοριτσάκι στον άστεγο) δεν είναι δεδομένα για όλους τους ανθρώπους γύρω τους. Δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι τις ίδιες ευκαιρίες.

# Δραστηριότητα 8η

## Με τα γυαλιά των άλλων

## |Γ'- Στ' Δημοτικού|

**Στόχος**

- Να είναι σε θέση οι μαθητές/τριες φορώντας τους σκελετούς οράσεως, να υποδύονται τα συναισθήματα ή τους ρόλους.
- Να εντοπίζουν από τις συμπεριφορές, τις εκφράσεις του προσώπου και τη στάση σώματος, τα συναισθήματα των συμμαθητών/τριών τους.

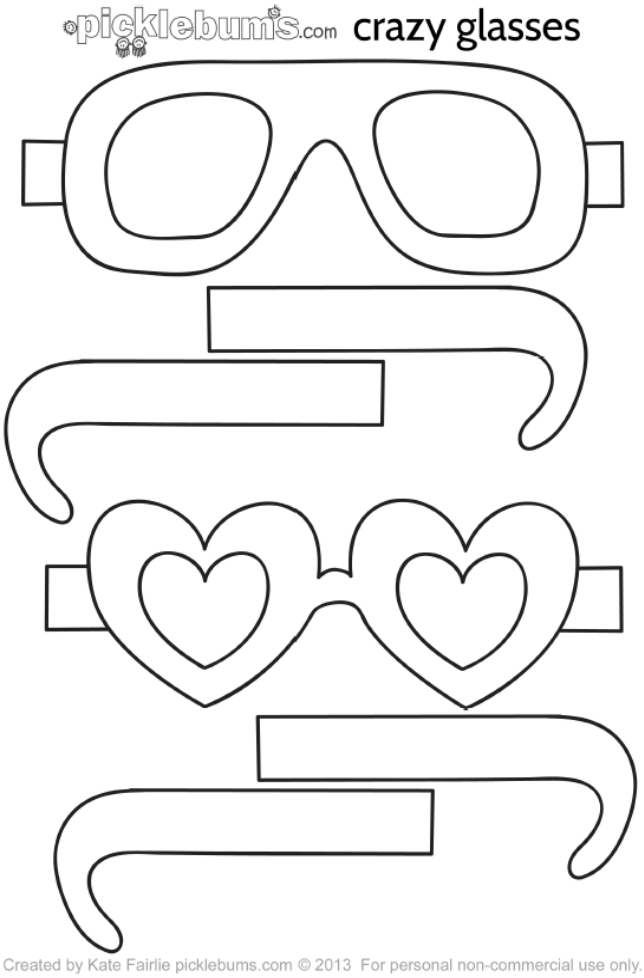
**Χρόνος**

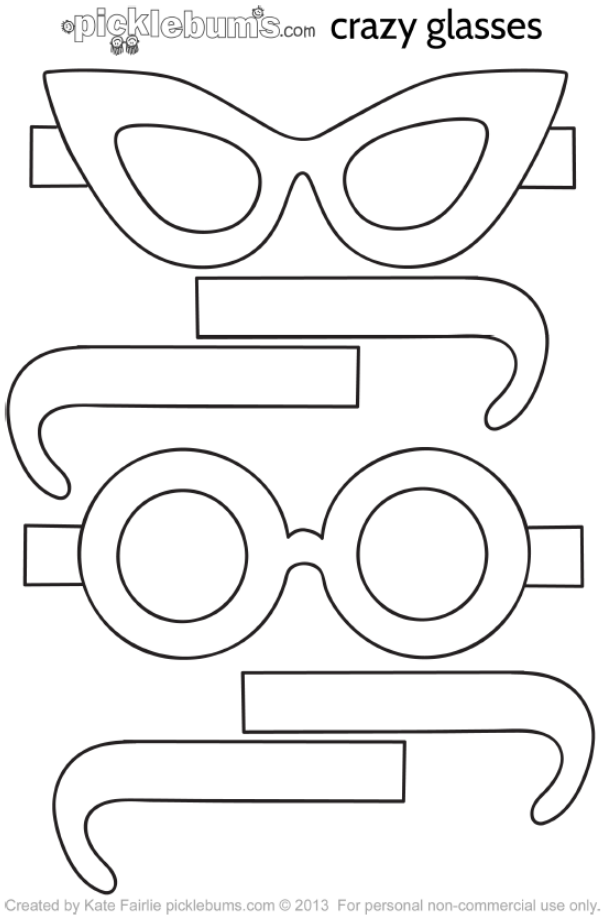
- 1 διδακτική ώρα

**Υλοποίηση**

- Χρωματίζουμε και κόβουμε σε σκληρό χαρτί, τους σκελετούς οράσεως **[Παράρτημα 10]**.

**Παράρτημα 10**



# Δραστηριότητα 8η

## Με τα γυαλιά των άλλων

## |Γ'- Στ' Δημοτικού|

### Υλοποίηση

- Ο/Η εκπαιδευτικός γράφει στο εσωτερικό των χάρτινων σκελετών οράσεως:
  α) **συναισθήματα** (θυμός, χαρά λύπη, απογοήτευση, ενθουσιασμός, έκπληξη κ.α.)
  β) **μια ιδιότητα** (ηλικιωμένη γιαγιά, αισιόδοξος, ντροπαλός, νέο παιδί στην τάξη, δασκάλα, ευγενικός, γκρινιάρης, κουρασμένος, μαθητής που δεν καταλαβαίνει τη γλώσσα των συμμαθητών του, μαθητής με πρόβλημα όρασης κ.α.).
- Τα παιδιά παίρνουν τυχαία ένα ζευγάρι χάρτινα γυαλιά και διαβάζουν το συναίσθημα ή την ιδιότητα.
- Τους δίνουμε λίγο χρόνο να σκεφτούν πως πρέπει να συμπεριφερθούν ώστε να γίνουν κατανοητοί στους υπόλοιπους συμμαθητές/τριές τους.
- **Φορούν τους χάρτινους σκελετούς οράσεως και αλληλεπιδρούν μεταξύ τους για λίγα λεπτά, συμπεριφερόμενοι σύμφωνα με αυτό που αναγράφεται στα γυαλιά τους.**

- Στην συνέχεια δίνεται χρόνος για συζήτηση θέτοντας στους μαθητές τις παρακάτω ερωτήσεις:
  - **Ποιές είναι οι εντυπώσεις των παιδιών;**
  - **Πώς ένιωσαν υποδυόμενοι κάποιον άλλον;**
  - **Προτιμούν να υποδύονται ένα θετικό συναίσθημα ή ρόλο ή ένα δυσάρεστο;**
  - **Μα δεν είναι όλα τα συναισθήματα κομμάτια της ζωής μας;**

### Αντίκτυπος

Οι μαθήτριες/μαθητές αντιλαμβάνονται πόσο σημαντικά είναι τα συναισθήματα, και πως μεταβάλλεται η συμπεριφορά τους ανάλογα με το συναίσθημα που νιώθουν. Μετά τη συζήτηση διαπιστώνουν ότι δεν είναι δυνατόν να αισθάνονται συνέχεια θετικά ή αρνητικά. Οι εναλλαγές των σκελετών οράσεων συμβολίζουν τις μεταβολές συναισθημάτων και ρόλων στην πραγματική ζωή.

# Δραστηριότητα 9η

## Περπάτησε ένα χιλιόμετρο μέσα από τα παπούτσια μου

## |Γ'- Στ' Δημοτικού|

***Στόχος***

- Να εξασκήσουν οι μαθητές/τριες τις δεξιότητες τους στην παρατήρηση γεγονότων σε μια ιστορία.
- Να ενισχυθεί η ενσυναίσθηση για τους άλλους.
- Να εντοπιστούν οι επικριτικές στάσεις.
- Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες την υποκειμενικότητα της προσωπικής εμπειρίας.
- Να γίνει συζήτηση για το δικαίωμα στην εκπαίδευση, το παιχνίδι και την υγειονομική περίθαλψη.

***Χρόνος***

- 1 διδακτική ώρα

***Υλοποίηση***

- Εξηγούμε στους μαθητές/τριες ότι τρία παιδιά από την κατασκήνωση (του περασμένου καλοκαιριού) μας δώσανε το ημερολόγιο που κράτησε ο καθένας για την ίδια ημέρα στην κατασκήνωση.
- Δίνουμε σε τρεις μαθητές (δύο μαθήτριες και έναν μαθητή) τις τρεις ιστορίες.
- **Η ιστορίες διαβάζονται διαδοχικά, πρώτα της Μαργαρίτας, στη συνέχεια της Έλσας και στο τέλος του Ρικάρντο.**
- Με την ολοκλήρωση της ανάγνωσης, **στεκόμαστε στα γεγονότα και στις δραστηριότητες από την ημέρα των κατασκηνωτών** (π.χ. επίλυση παζλ, μεσημεριανό, ποδόσφαιρο, κατασκευή σχεδίας, διάσχιση ποταμού), στα συναισθήματα που νιώθει ο/η συγγραφέας του ημερολογίου σε κάθε δραστηριότητα/γεγονός και τους λόγους που νιώθει κατ' αυτόν τον τρόπο.
- Στην συνέχεια γίνεται συζήτηση για το πώς μπορεί κάθε παιδί να έχει τόσο διαφορετικές εμπειρίες από τα ίδια γεγονότα. **Η συζήτηση κατευθύνεται από τις εξής ερωτήσεις:** - Γιατί αυτά τα παιδιά παρεξηγούν το ένα το άλλο; - Πιστεύετε ότι αυτά τα παιδιά θα συμπεριφέρονταν διαφορετικά αν γνώριζαν περισσότερα το ένα για τη ζωή του άλλου; - Τι παρεξηγήσεις είχαν ο ένας με τον άλλον; - Πώς έκαναν αυτά τα λάθη; - Τι συμβαίνει όταν παρεξηγούμε κάποιον; - Τι μπορούμε να κάνουμε για να αποφύγουμε να κάνουμε λάθη στην άποψη μας για τους άλλους ανθρώπους; - Μπορείτε να έχετε φίλους έστω και αν είστε φτωχοί ή δεν μπορείτε να διαβάσετε; - Γιατί; - Τί είναι φιλία;

# Περπάτησε ένα χιλιόμετρο μέσα από τα παπούτσια μου

## Ιστορία 1η

**Η Μαργαρίτα έγραφε κάτω από τα σεντόνια του κρεβατιού με ένα φακό.**

Αγαπητό Ημερολόγιο,
Ω, τι υπέροχη μέρα ήταν. Κάναμε πολλά τρελά πράγματα και πιστεύω πως αυτή ήταν ίσως η καλύτερη ημέρα της ζωής μου. Είχαμε συναρπαστικές δραστηριότητες που μερικές φορές ήταν ακόμη και επικίνδυνες. Αλλά δε φοβήθηκα. Απόλαυσα κάθε στιγμή σε αντίθεση με τους φίλους μου που δεν απόλαυσαν τα πάντα όπως ήλπιζα ότι θα έκαναν. Είναι κρίμα που η Έλσα και ο Ρικάρντο ήταν τόσο περίεργοι σήμερα.
Αλλά ας ξεκινήσω από την αρχή – Όταν ξυπνήσαμε, οι αρχηγοί μάς χωρίσανε σε διαφορετικές ομάδες. Εγώ ήμουν μαζί με το Ρικάρντο και την Έλσα. Μου αρέσουν και οι δυο επειδή χθες ήμασταν πάλι μαζί στην ίδια ομάδα και γελάσαμε τόσο πολύ με τα αστεία που έλεγε ο ένας του άλλου. Ο αρχηγός μάς έδωσε 3 μηνύματα γραμμένα με μυστικούς κωδικούς και έπρεπε να βρούμε τις λύσεις. Ήμουν η πρώτη που βρήκε τη λύση. Μετά από λίγο και ο Ρικάρντο τη βρήκε, αλλά η Έλσα ήταν πολύ αργή. Όταν τη ρώτησα αν ήθελε καθόλου να τη βοηθήσω, είπε πως δεν της άρεσε η δραστηριότητα και ότι το να πρέπει να λύσεις ένα μυστικό κώδικα είναι βαρετό. Μετά πρόσεξα ότι κρατούσε το χαρτί της ανάποδα και γέλασα μαζί της λέγοντας της ότι δε θα το βρει ποτέ με αυτόν τον τρόπο. Μου έριξε μια θυμωμένη ματιά και έριξε το χαρτί μακριά. «Θέλω να παίξω, όχι να διαβάσω», είπε. Δε νομίζω ότι είναι πολύ έξυπνη. Αναρωτιέμαι αν μπορεί να διαβάσει κάτι- περίεργο, επειδή όλα τα παιδιά της ηλικίας μου μπορούν να διαβάζουν και να γράφουν!
Τέλος πάντων, τελικά καταφέραμε να ανακαλύψουμε το νόημα των 3 μηνυμάτων. Μετά πήγαμε στον ποταμό όπου παίξαμε ποδόσφαιρο εναντίον μιας άλλης ομάδας παιδιών. Ήταν διασκεδαστικό. Σχεδόν νικήσαμε αλλά χάσαμε εξαιτίας της Έλσας. Κάθε φορά που η μπάλα ερχόταν κοντά της, την άγγιζε με τα χέρια της, κλωτσούσε τα άλλα παιδιά και έκανε πολλά λάθη. Ήταν σαν να μην είχε παίξει ποτέ στη ζωή της ποδόσφαιρο. Αυτό είναι περίεργο. Όλοι παίζουμε ποδόσφαιρο μετά το σχολείο. Την επόμενη φορά θέλω να είμαι σε διαφορετική ομάδα από την Έλσα.
Μετά από το μεσημεριανό – τα φαγητά ήταν πολύ αηδιαστικά- έπρεπε να κατασκευάσουμε μια σχεδία για να διασχίσουμε τον ποταμό. Και αυτό ήταν τέλειο επειδή έπρεπε να ψάξουμε για ξύλα και μετά να κάνουμε όλων των ειδών κόμπους με σκοινιά. Η Έλσα και εγώ ψάχναμε για καλούς δυνατούς κορμούς, αλλά ο Ρικάρντο έφερνε πάντα κάτι λεπτά κλαδάκια. Του είπα ότι αφού ήταν αγόρι έπρεπε να δουλέψει το ίδιο σκληρά όπως και εμείς. Ήταν πολύ ζαλισμένος και η πλάτη του πονούσε. Νομίζω αυτό ήταν απλά μια δικαιολογία για να μη δουλέψει. Όταν τελειώσαμε, η σχεδία μας ήταν η καλύτερη – ακόμη και ο αρχηγός το είπε αυτό! Τότε ο αρχηγός μέτρησε «1, 2 και 3» και τότε έπρεπε να πηδήξουμε πάνω στη σχεδία και να διασχίσουμε τον ποταμό με αυτή. Πήδηξα πρώτη αλλά έπεσα μέσα στο νερό. Μπρρ…το νερό ήταν πολύ, πολύ κρύο και στρίγκλισα στην αρχή. Ευτυχώς ο αρχηγός με βοήθησε να βγω έξω από το νερό και μετά γελούσαμε όλοι. Όταν είπα στους φίλους μου πόσο κρύο ήταν το νερό, ο Ρικάρντο είπε πως δεν ήθελε πλέον τόσο πολύ να πάει. Νομίζω πως φοβόταν το κρύο νερό. Δεν ήξερα ότι ο Ρικάρντο ήταν τόσο δειλός! Πρώτα με τα ξύλα και μετά με το νερό! Όταν του είπα πως έπρεπε να είναι πιο θαρραλέος, έτρεξε μακριά κλαίγοντας. Δε νομίζω πως θα ήθελα να είμαι στην ίδια ομάδα μαζί του πια! Πραγματικά, θα ζητήσω από τον αρχηγό να με βάλει σε άλλη ομάδα την επόμενη φορά επειδή η Έλσα είναι χαζή και ο Ρικάρντο είναι «αδελφή». Δεν ξαναμίλησα με την Έλσα και το Ρικάρντο μετά από αυτό και.. ουπς, νομίζω πως οι αρχηγοί έρχονται μέσα στο δωμάτιο μας. Καλό ύπνο, καλό μου ημερολόγιο. Αύριο θα σου γράψω και άλλα νέα.

# Περπάτησε ένα χιλιόμετρο μέσα από τα παπούτσια μου

## Ιστορία 2η

**Το ακόλουθο ημερολόγιο γράφτηκε από την Έλσα με τη βοήθεια ενός αρχηγού.**

Γεια σου Ημερολόγιο,

Είσαι το πρώτο μου ημερολόγιο και εγώ είμαι η Έλσα. Ελπίζω να μείνεις μαζί μου για πολύ καιρό. Ζήτησα από έναν αρχηγό να γράψει αυτή τη σελίδα για εμένα. Λέει ότι όταν μεγαλώσω, θα μπορώ να διαβάσω γι' αυτά που έκανα στην κατασκήνωση. Μου αρέσει η ιδέα. Καθόμαστε μακριά από τα άλλα παιδιά επειδή δεν ήθελα να ξέρει κανείς ότι ο αρχηγός με βοηθά.

Σήμερα η μέρα ήταν γεμάτη με δραστηριότητες. Το πρωί έπρεπε να είμαι στην ίδια ομάδα με τη Μαργαρίτα

και τον Ρικάρντο. Μου αρέσει ο Ρικάρντο περισσότερο από τη Μαργαρίτα. Πάντα νομίζει ότι ξέρει καλύτερα από οποιονδήποτε άλλο!

Όλα άρχισαν με τα μηνύματα του μυστικού κώδικα που έπρεπε να λύσουμε. Δεν μου αρέσουν αυτά τα πράγματα επειδή δε μπορώ ακόμα να διαβάζω πολύ καλά και η Μαργαρίτα συνέχεια φώναζε να βιαστούμε. Εύχομαι να μπορούσα να διαβάζω καλύτερα. Τότε θα μπορούσα να διαβάζω όλα τα βιβλία στον κόσμο. Αλλά από τότε που έφυγε ο πατέρας μου, πρέπει να μένω σπίτι και να φροντίζω τους μικρούς όταν η μαμά πηγαίνει στη δουλειά.

Θέλω πολύ να πάω στο σχολείο, αλλά η μαμά μου πάντα λέει ότι είναι πιο σημαντικό να μπορούμε να έχουμε να φάμε παρά να μπορώ να διαβάζω βιβλία…Δεν ήθελα ο Ρικάρντο και η Μαργαρίτα να ξέρουν ότι δε μπορώ να διαβάσω, έτσι προσποιήθηκα ότι προσπαθούσα να λύσω το μυστικό κώδικα. Αλλά τότε η Μαργαρίτα γέλασε μαζί μου και ήμουν λυπημένη και θυμωμένη ταυτόχρονα.

Και τότε ήταν η ίδια ιστορία με το ποδόσφαιρο. Ήθελα πολύ να νικήσει η ομάδα μας, αλλά ότι και να έκανα ήταν λάθος. Όλοι ξέρουν το παιχνίδι εκτός από εμένα. Βλέπω πάντα τα παιδιά να παίζουν ποδόσφαιρο όταν επιστρέφουν από το σχολείο. Αλλά η μητέρα μου λέει, «Αν έχεις χρόνο να παίξεις, έχεις χρόνο να δουλέψεις».

Έτσι δεν κατάφερα ποτέ να μάθω να παίζω.

Μετά από το μεσημεριανό πήγαμε να φτιάξουμε μια βάρκα για να διασχίσουμε το ποτάμι. Και σε αυτό ένιωσα ότι ήμουν καλύτερη από τη Μαργαρίτα και τον Ρικάρντο. Ξέρω πώς να φτιάχνω κόμπους και τι είδος ξύλου χρειάζεται μια δυνατή βάρκα. Αλλά ο Ρικάρντο φεροταν τόσο περίεργα. Σχεδόν έβρεξε το παντελόνι του όταν του είπε η Μαργαρίτα πόσο κρύο ήταν το νερό.

Ελπίζω πως αύριο θα ήμαστε ξανά στην ίδια ομάδα. Θέλω να τους αποδείξω ότι μπορώ να κάνω πολλά πράγματα! Και μου αρέσουν πολύ οι αρχηγοί της κατασκήνωσης!

Αντίο, Ημερολόγιο, μέχρι αύριο.

# Περπάτησε ένα χιλιόμετρο μέσα από τα παπούτσια μου

**Ιστορία 3η**

**Ο Ρικάρντο έχει ένα μεγάλο ημερολόγιο στο οποίο γράφει εδώ και χρόνια. Αυτό είναι το τι έγραψε για την «Θαυμάσια Ημέρα Περιπέτειας».**

Πολυαγαπημένο μου Ημερολόγιο,

Σου γράφω ξανά για να σου πω πόσο λυπημένος και απογοητευμένος είμαι. Το πρωί κάναμε δραστηριότητες που μου άρεσαν. Ο μυστικός κωδικός ήταν πολύ εύκολος για εμένα αφού τους κάνω συνέχεια στο σπίτι. Και στο ποδόσφαιρο έπαιξα τερματοφύλακας όπως πάντα.

Το μεσημεριανό ήταν τέλειο, πιθανώς το πιο ωραίο που έχω φάει ποτέ. Τρώω πολύ εδώ, σε αντίθεση με σπίτι που πρέπει πάντα να περιμένω μέχρι να φάνε τα μικρά μου αδελφάκια. Όχι εδώ! Μπορώ να πάω πίσω ακόμη και για δεύτερο πιάτο. Μου αρέσει αυτό! Νομίζω πως ακόμη άρχισα να παίρνω και βάρος. Όταν πάω πίσω σπίτι, δεν θα είμαι πια 'πετσί και κόκαλο'!

Αλλά το απόγευμα ήταν απαίσιο. Έπρεπε να μαζέψουμε πολύ βαρετά ξύλα και μετά να πάμε σε πολύ κρύο νερό. Δεν μου αρέσει αυτό επειδή θα αρρώσταινα στα σίγουρα και δεν το θέλω αυτό. Ο πατέρας μου είπε ότι όταν βρει καινούργια δουλειά θα με πάρει στο νοσοκομείο και θα με κάνουν ξανά υγιή. Μου λέει ότι μετά θα μπορώ να κάνω όλες εκείνες τις δραστηριότητες που θέλω και δε θα πρέπει να μένω στο κρεβάτι όλη την ώρα.

Εύχομαι ο πατέρας μου να μπορούσε να έχει καινούρια δουλειά αύριο κιόλας. Τότε θα μπορούσα ξανά να γίνω υγιής γρήγορα! Δεν θέλω να το λέω αυτό στα άλλα παιδιά στην κατασκήνωση επειδή μετά θα ξέρουν ότι δεν έχουμε χρήματα και θα με κοροϊδεύουν γι' αυτό.

Αγαπητό Ημερολόγιο, πότε θα είμαι ξανά υγιής; Θέλω να είμαι σαν τα άλλα τα παιδιά. Θέλω να παίζω και να τρέχω και να πηδώ. Ελπίζω πως θα γίνει γρήγορα, αλλά φοβάμαι ότι μπορεί να μη συμβεί ποτέ.

Καλό ύπνο, πολυαγαπημένο μου Ημερολόγιο. Θα σου πω περισσότερα αύριο. Είσαι το μόνο που γνωρίζει τα μυστικά μου.

Ρικάρντο

## Αντίκτυπος

Οι μαθητές/τριες επανεξετάζουν τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζουν αρχικά την κάθε ιστορία. Αντιλαμβάνονται πόσο διαφορετικές είναι οι εμπειρίες των πρωταγωνιστών και πόσο διαφέρει ο τρόπος που ζούνε. Οι ζωές των παιδιών-πρωταγωνιστών διαμορφώνουν και τις ευκαιρίες για υγεία και παιδεία, πράγματα που θεωρούνται αυτονόητα για πολλούς από τους μαθητές/τριές μας αλλά τελικά δεν είναι. Ενισχύεται η ενσυναίσθηση.

# Δραστηριότητα 10η

## Οι κάρτες της Ενσυναίσθησης

## |Ε'- Στ' Δημοτικού|

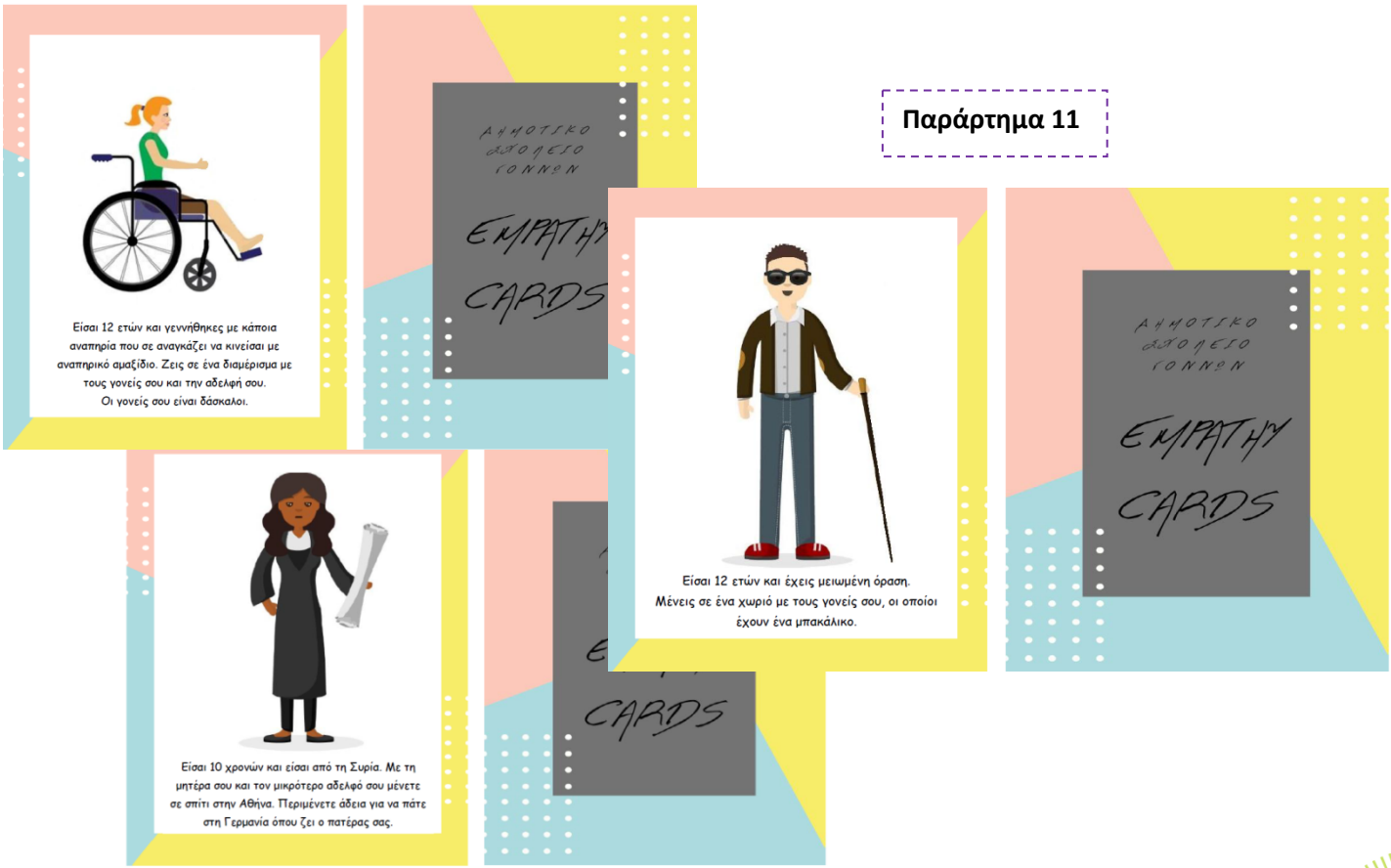
**Στόχοι**

- Να ενδυναμωθεί η ενσυναίσθηση προς τη διαφορετικότητα και την ποικιλομορφία των φυλών.
- Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες την ανισότητα των ευκαιριών στην κοινωνία.
- Να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές/τριες τα προνόμια που απολαμβάνουν οι ίδιοι σε σχέση με άλλα παιδιά.

**Υλοποίηση**

- Ο/Η εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά πως πρόκειται να παίξουνε ένα παιχνίδι ρόλων και πως σε αυτό το παιχνίδι **πρέπει να φανταστούν πως είναι κάποιος άλλος**.
- Δημιουργείται ένας κύκλος και μοιράζονται από τον/την εκπαιδευτικό οι κάρτες ρόλων στα παιδιά, τυχαία **[Παράρτημα 11]**.
- Ο καθένας διαβάζει τον ρόλο του αθόρυβα.

**Παράρτημα 11**



# Δραστηριότητα 10η
# Οι κάρτες της Ενσυναίσθησης
## |Ε'- Στ' Δημοτικού|

***Υλοποίηση***

Για να διευκολυνθούν τα παιδιά να κατανοήσουν τον τυχαίο ρόλο της κάρτα τους, **τους κάνουμε τις εξής ερωτήσεις**:

- Πού γεννήθηκες; Πώς ήταν τα πράγματα όταν ήσουν μικρός/μικρή; Πώς ήταν η οικογένειά σου όταν ήσουν μικρός/μικρή; Είναι διαφορετική τώρα;
- Πώς είναι η καθημερινή σου ζωή τώρα; Πού ζεις; Πού πηγαίνεις σχολείο;
- Τι κάνεις το πρωί; Το απόγευμα; Το βράδυ;
- Τι είδους παιχνίδια σου αρέσει να παίζεις; Με ποιους παίζεις;
- Τι δουλειά κάνουν οι γονείς σου; Πόσα χρήματα κερδίζουν κάθε μήνα; Έχετε καλό επίπεδο ζωής; Δουλεύεις; Αν ναι, που; Κερδίζεις αρκετά χρήματα;
- Τι κάνεις στις διακοπές σου; Έχεις κατοικίδιο;
- Τι σε κάνει ευτυχισμένο/ευτυχισμένη; Τι φοβάσαι;

Οι ερωτήσεις **δεν πρέπει να απαντηθούν** από κάποιον απλά βοηθούν τα παιδιά να κατανοήσουν καλύτερα τον ρόλο που τους δόθηκε τυχαία με την κάρτα.

- Εφόσον τα παιδιά έχουν κατανοήσει τον ρόλο τους, **τους ζητάμε να σχηματίσουν μια γραμμή κοιτώντας όλοι προς την ίδια κατεύθυνση.**
- Τότε ο/η εκπαιδευτικός εκφωνεί τις **καταστάσεις και τα γεγονότα [Παράρτημα 12]**.
- Εξηγεί στα παιδιά πως όταν θεωρούν πως μια κατάσταση **ισχύει** για το ρόλο τους **κάνουν ένα βήμα μπροστά**.

# Δραστηριότητα 10η

## Καταστάσεις και γεγονότα

1. Όλη η οικογένειά σου ζει μαζί, στη χώρα καταγωγής σου.
2. Δεν έχεις καμία τραυματική εμπειρία από πόλεμο.
3. Εσύ και η οικογένεια σου έχετε πάντα αρκετά χρήματα για να καλύψετε τις ανάγκες σας.
4. Δεν σε αντιμετωπίζουν περίεργα λόγω του χρώματος της επιδερμίδας σου.
5. Δεν σε αντιμετωπίζουν περίεργα λόγω κάποιας αναπηρίας που αντιμετωπίζεις.
6. Μπόρεσες/μπορείς να τελειώσεις το σχολείο.
7. Μπορείς να σπουδάσεις και να ακολουθήσεις το επάγγελμα που επιθυμείς.
8. Δεν φοβάσαι ότι θα σε σταματήσει στον δρόμο η αστυνομία.
9. Δεν έχεις νοιώσει ποτέ ρατσισμό για την καταγωγή σου.
10. Δεν σε κοροϊδεύουν για την εμφάνισή σου.
11. Έχεις πρόσβαση στο σύστημα υγείας.
12. Μπορείς να πας διακοπές μια φορά τον χρόνο.
13. Μπορείς να καλέσεις τους φίλους σου στο σπίτι σου για φαγητό.
14. Περνάς καλά στη ζωή σου, έχεις όσα χρειάζεσαι για να κοιτάς το μέλλον με αισιοδοξία.
15. Δεν φοβάσαι ότι μπορεί να σου επιτεθούν στον δρόμο.
16. Αγοράζεις ρούχα και παπούτσια όποτε τα χρειάζεσαι.
17. Μπορείς να γιορτάσεις τις θρησκευτικές γιορτές με την οικογένεια και τους φίλους σου.
18. Μπορείς να συμμετέχεις σε ένα σεμινάριο στο εξωτερικό.
19. Μπορείς να συμμετέχεις σε όλες τις δραστηριότητες χωρίς προβλήματα.
20. Δεν αναγκάζεσαι να δουλέψεις για να βοηθήσεις οικονομικά την οικογένειά σου.
21. Σέβονται και αναγνωρίζουν τις ικανότητες σας στην κοινωνία σας.
22. Έχεις κινητό, έχεις πρόσβαση στο διαδίκτυο και στις νέες τεχνολογίες.
23. Έχεις αρκετό χρόνο να παίξεις και φίλους να παίξεις μαζί τους.
24. Μπορείς να αγοράσεις μια σοκολάτα την εβδομάδα.
25. Δεν φοβάσαι για το μέλλον σου ή το μέλλον των παιδιών σου.
26. Δεν νιώθεις αδικημένος και άτυχος σ' αυτή τη ζωή.
27. Είσαι ικανοποιημένος/η με τη ζωή σου και νιώθεις ευτυχισμένος/η
28. Μπορείς να ζήσεις όπως έχεις ονειρευτεί.

**Παράρτημα 12**

# Δραστηριότητα 10η

## Οι κάρτες της Ενσυναίσθησης

## Αντίκτυπος

### Υλοποίηση

- Όταν **τελειώσει** η δραστηριότητα και η εκφώνηση των καταστάσεων από τον/την εκπαιδευτικό, τα παιδιά **βρίσκονται σε διαφορετικές θέσεις στο χώρο**, κάποια πολύ πίσω, κάποια στο κέντρο και κάποια πολύ μπροστά.
- ***Κάθε παιδί διαβάζει το ρόλο του δυνατά και ακολουθούν οι εξής ερωτήσεις από τον/την εκπαιδευτικό:***

1. Τι συνέβη σ΄ αυτή τη δραστηριότητα;
2. Πόσο εύκολο ή δύσκολο σας φάνηκε το να υποδύεστε κάποιο άλλο άτομο διαφορετικό από εσάς;
3. Πώς αισθανθήκατε, φανταζόμενοι τον εαυτό σας ως αυτό το άτομο;
4. Γνωρίζετε κάποιον που είναι σαν αυτό το άτομο;
5. Πως αισθανθήκατε όταν κάνατε ή δεν κάνατε ένα βήμα μπροστά;
6. Αν προχωρούσατε συχνά μπροστά, πότε αρχίσατε να παρατηρείτε ότι κάποιοι άλλοι δεν κινούνταν τόσο γρήγορα όσο εσείς;
7. Το άτομο που υποδυόσασταν προχώρησε μπροστά ή όχι; Γιατί;
8. Μήπως αισθανθήκατε ότι κάτι ήταν άδικο;
9. Τι δίνει σε μερικούς ανθρώπους της κοινωνίας μας περισσότερες ευκαιρίες απ’ ότι σ άλλους; Τι δίνει λιγότερες ευκαιρίες;
10. Ποιος έχει περισσότερες ευκαιρίες και ποιος όχι;
11. Ποια πρώτα βήματα θα μπορούσαν να γίνουν ώστε να καταστήσουμε τις ευκαιρίες πιο ίσες για όλους;

### Αντίκτυπος

Τα παιδιά συνειδητοποιούν από τις τελικές θέσεις ότι δεν έχουν όλοι οι άνθρωποι τις ίδιες ευκαιρίες στη ζωή και ότι αυτό σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με θέματα υγείας, την κοινωνική θέση, την οικονομική κατάσταση και με ζητήματα προέλευσης και θρησκείας. Ενισχύεται η ενσυναίσθηση για τη θέση κάποιων παιδιών, τα οποία λόγω του ρόλου τους έμειναν πολύ πίσω, άρα δεν απολαμβάνουν τα ίδια προνόμια με κάποιους άλλους.

# Ανάπτυξη Συναισθηματικών & Κοινωνικών Δεξιοτήτων Β.Ενσυνειδητότητα (Mindfulness)

- Η μετάφραση της λέξης **«Mindfulness»** στα ελληνικά είναι η λέξη **«Ενσυνειδητότητα».**
- **Ενσυνειδητότητα** είναι η κατάσταση κατά την οποία κάποιος/α είναι επικεντρωμένος/η και έχει επίγνωση για το τι γίνεται στο παρόν, στο **«τώρα», χωρίς κριτική διάθεση σ' αυτό που συμβαίνει και χωρίς προσδοκία να ήταν διαφορετικό.**

- Η εφαρμογή της **Ενσυνειδητότητας** στα σχολεία στοχεύει στην ηρεμία και χαλάρωση των μαθητών/τριών και των εκπαιδευτικών, στην ενίσχυση της συμπόνιας και της ενσυναίσθησης προς τους άλλους.
- Η ενσυνειδητότητα όταν επιτευχθεί:
    - μειώνει το άγχος
    - διευκολύνει τον ύπνο
    - ανακουφίζει από τον πόνο, σωματικό, ή συναισθηματικό
    - χαλαρώνει
    - βοηθάει στη συγκέντρωση
    - αυξάνει τη χαρά, τη συμπόνια, την ειρήνη
    - μπορεί να βελτιώσει την ποιότητα ζωής

# Ενσυνειδητότητα

# για μαθητές και εκπαιδευτικούς

- **Δεν μπορούμε να «διδάξουμε» στους μαθητές/τριές μας κάτι που δεν «γνωρίζουμε»!**
- Η παρουσία μας, η αίσθηση της ηρεμία και της ησυχίας είναι τα καλύτερα δώρα που μπορούμε να προσφέρουμε στα παιδιά!
- Για να είμαστε καλοί εκπαιδευτικοί πρέπει **<u>να γνωρίζουμε τους εαυτούς μας και να τους φροντίζουμε</u>**!

## Συγκεντρωθείτε! (Get Focused)

- Πόσο συχνά ζητάμε από τους μαθητές/τριές μας να συγκεντρωθούν, να δώσουν προσοχή σ' αυτά που τους λέμε;
- Γνωρίζουν όμως οι μαθητές/τριες πώς να το κάνουν;
- Η **Ενσυνειδητότητα** μπορεί να τους διδάξει πώς να **συγκεντρώνουν τη σκέψη τους** και τη διαφορά μεταξύ του να είναι το μυαλό τους σε πολλά αντικείμενα, από το να είναι συγκεντρωμένο **σε ένα αντικείμενο τη φορά**!

# Quiz για την Ενσυνειδητότητα των εκπαιδευτικών

**Στόχος**

- Να διαπιστώσουν οι εκπαιδευτικοί αν έχουν πράγματι επίγνωση-ενσυνειδητότητα όσων καταστάσεων ζουν στο παρόν, στο τώρα.

**Υλοποίηση**

- Οι εκπαιδευτικοί συμπληρώνουν το Quiz της Ενσυνειδητότητας **[Παράρτημα 13]** και με βάση το σκορ που συγκέντρωσαν κατατάσσονται σε ένα από τα τρία επίπεδα επίγνωσης.
- Η άσκηση μπορεί να υλοποιηθεί και από τους μαθητές/τριες απλοποιώντας τις προτάσεις.

**Παράρτημα 13**

## Quiz Ενσυνειδητότητας – Mindfulness

Σε κάθε μια από τις παρακάτω δηλώσεις, εισαγάγετε τον αριθμό από την κλίμακα που αντιστοιχεί καλύτερα σε σχέση με το πόσο συχνά αντιμετωπίζετε αυτές τις καταστάσεις.

| 1 Ποτέ | 2 Σπάνια | 3 Μερικές φορές | 4 Συχνά | 5 Πάντα |
|---|---|---|---|---|

| | |
|---|---|
| 1. Όταν περπατάτε κάπου και βλέπετε ένα λουλούδι στο δρόμο σας, σταματάτε να το μυρίσετε. | |
| 2. Έχετε την τάση να ανησυχείτε για το μέλλον και / ή να μετανιώνετε για πράγματα από το παρελθόν. | |
| 3.Αφιερώνεται χρόνο για να απολαύσετε πραγματικά το φαγητό σας. | |
| 4. Μετακινείστε από το ένα μέρος στο άλλο χωρίς να παρατηρείτε τι συμβαίνει γύρω σας. | |
| 5. Χάνεστε στις σκέψεις σας ενώ κάποιος άλλος μιλάει. | |
| 6. Παρατηρείτε τι συμβαίνει στο σώμα σας όταν έχετε άγχος (π.χ. γρήγορος καρδιακός παλμός, ένταση μυών). | |
| 7. Είναι πολύ ωραίο απλά να κάθεστε και να παρακολουθείτε ένα ηλιοβασίλεμα. | |
| 8. Μετά από ένα επιχείρημα, συνεχίζετε να σκέφτεστε όλα τα πράγματα που θα μπορούσατε να πείτε για να αποδείξετε τη θέση σας. | |
| 9. Είστε χαμένος/η στη σκέψη σας ακόμη και όταν μπορείτε να απολάυσετε μια αισθητική εμπειρία, όπως ένα φιλί! | |
| 10. Είστε ανυπόμονοι ενώ περιμένετε στη γραμμή, σε ένα κόκκινο φανάρι ή με τα μέσα μαζικής μεταφοράς. | |
| 11. Δίνετε χρόνο στον εαυτό σας να σταματήσετε και να αισθανθείτε ευγνώμονες για τα πράγματα που έχετε. | |
| 12. Είστε σκληροί με τον εαυτό σας όταν κάνετε λάθη. | |
| 13. Συχνά προσπαθείτε να σκέφτεστε τον εαυτό σας έξω από προβλήματα και καταστάσεις | |
| 14. Δίνετε προσοχή στους ήχους όπως ο άνεμος που φυσάει μέσα από τα δέντρα, τα αυτοκίνητα που περνούν ή η βροχή πέφτει. | |
| Το σύνολο των απαντήσεων στις ερωτήσεις 1, 3, 6, 7, 11, 14 είναι = | |
| **Προσθέστε το 34 =** | |
| **Αφαιρέστε το σύνολο των απαντήσεων στις ερωτήσεις 2, 4, 5, 8, 9, 10, 12, 13 =** | |
| **Συνολικό Άθροισμα =** | |

**Βαθμολογία 0 -18:**
**Αρχάριος/α. Πιάνετε τον εαυτό σας συχνά να χάνετε στις σκέψεις και να χάνεται το παρόν, τη στιγμή. Συνεχίστε την εξάσκηση.**
**Βαθμολογία 19-38:**
**Έχετε αρκετές στιγμές όπου συνειδητοποιείται το παρόν και ό,τι ζείτε. Συνεχίστε την εξάσκηση.**
**Βαθμολογία 39 - 56:**
**Έχετε σχεδόν πάντα επίγνωση του παρόντος. Συνεχίστε την εξάσκηση.**

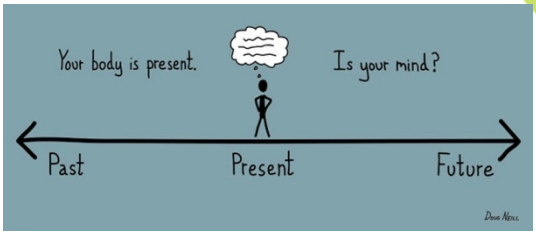
**Αντίκτυπος**

Οι εκπαιδευτικοί αντιλαμβάνονται από το επίπεδο επίγνωσης αν πράγματι συνειδητοποιούν όσα ζούνε. Το συγκεκριμένο Quiz είναι μια πολύ καλή αφορμή να σκεφτούν τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζουν όσα συμβαίνουν γύρω τους και κατά πόσο συγκεντρώνονται στο παρόν και στις απλές όμορφες στιγμές της καθημερινότητας.

# Οι βασικοί κανόνες της Ενσυνειδητότητας (1)

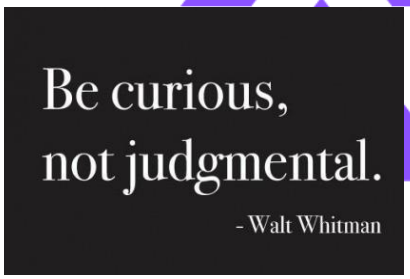
## 1. *Μείνετε στο παρόν, στο τώρα*

*Προσπαθούμε να «είμαστε» στο τώρα, πνευματικά και σωματικά, χωρίς να μετανιώνουμε για το παρόν ή να ανησυχούμε για το μέλλον!*



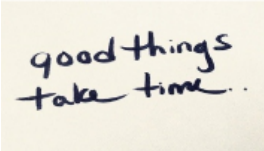

## 2. Μην κρίνετε

Ακούστε το μυαλό σας και εντοπίστε πως αυτό κρίνει. Έχουμε την τάση να κατηγοριοποιούμε και να βάζουμε ταμπέλες, πράγμα που είναι χρήσιμο αλλά όχι πάντα. Μην προσπαθήσετε να σταματήσετε να κρίνετε τους άλλους, αλλά εξετάστε το γιατί τους κρίνετε κατ' αυτόν τον τρόπο.
Από πού πηγάζει ο τρόπος που κρίνετε, είναι κληρονομικός ή είναι απόρροια των εμπειριών σας;




## 3. *Κάνετε υπομονή*

*Κάνετε υπομονή με τις περιπλανήσεις του μυαλού σας. Συμπεριφερθείτε στο μυαλό σας σαν να είναι ένα μικρό σκυλάκι που του μαθαίνετε να κάθεται!*



## 4. Να είστε ευγενικοί με τον εαυτό σας

Όταν επίπονες σκέψεις και αισθήματα έρχονται στην επιφάνεια, που καταφεύγετε για βοήθεια; Σε φίλους και στην οικογένειά σας ή σ' αυτούς που σας κρίνουν και σας δίνουν ανεπιθύμητες συμβουλές; Να είστε καλοί και συμπονετικοί με τον εαυτό σας.

# Οι βασικοί κανόνες της Ενσυνειδητότητας (2)

## 4. Να είστε περίεργοι

Εμείς οι εκπαιδευτικοί έχουμε την τάση να νομίζουμε ότι πρέπει να τα ξέρουμε όλα! Με την Ενσυνειδητότητα, μπορούμε να προσεγγίζουμε κάθε άσκηση με περιέργεια και περιπετειώδη διάθεση.

## 5. Εμπιστευθείτε

Εμπιστευθείτε τις γνώσεις σας και τη διαίσθησή σας. Δεν μπορείτε να εμπιστεύεστε πάντα τις σκέψεις σας γιατί αυτές «έρχονται και φεύγουν»!

## 6. Μην αγχώνεστε να αποδώσετε

Στην Ενσυνειδητότητα προσπαθούμε να ξεφύγουμε από το άγχος της απόδοσης. Δε χρειάζεται να κάνουμε τα πάντα σωστά ή να καταφέρνουμε τα πάντα. Δε χρειάζεται να πιέζουμε συνέχεια τον εαυτό μας να βελτιωθεί, να αλλάξει. Μπορούμε απλά να απολαμβάνουμε τις στιγμές.

## 7. Αφήστε το να περάσει (Let it go)

Ας εξασκηθούμε στο να αφήνουμε να περάσουν ιδέες, σκέψεις, αισθήματα, επιθυμίες!

## 6. Αποδεχτείτε

Αποδεχτείτε τις καταστάσεις στη ζωή όπως έρχονται, με τα πάνω και τα κάτω τους. Αυτό δεν σημαίνει ότι δεν θα αλλάξουν ποτέ, αλλά ότι προς το παρόν η κατάσταση είναι αυτή!

# Δραστηριότητα 1η

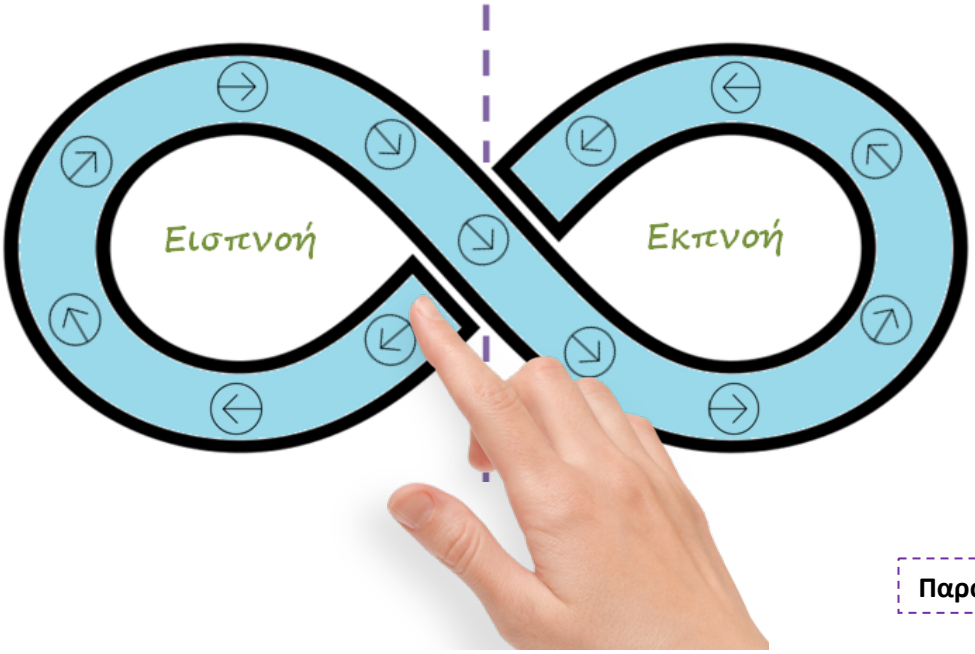
## Σωστή Αναπνοή και συγκέντρωση

**Στόχος**

- Να καταφέρουν οι μαθητές/τριες να συγκεντρώσουν τη σκέψη τους στο παρόν, στο τώρα.
- Να χαλαρώσουν παίρνοντας βαθιές αναπνοές.

**Υλοποίηση**

- Για να διδάξουμε στους μαθητές/τριες πώς να αναπνεύσουν σωστά σε βάθος, μοιράζουμε το παρακάτω φύλλο εργασίας **[Παράρτημα 14]**.
- Με το δάκτυλό τους ακολουθούν τα βέλη από την αριστερή πλευρά του φύλλου ενώ παράλληλα εισπνέουν ήρεμα και βαθιά!
- Στο δεξί μέρος του φύλλου εκπνέουν αργά!
- Επαναλαμβάνουμε τη δραστηριότητα πολλές φορές.




**Παράρτημα 14**

- Αφού οι μαθητές/τριες έχουν μάθει να αναπνέουν σωστά προβάλλουμε βίντεο στο Youtube δίνοντάς τους εμείς τις εντολές χαλάρωσης, σύμφωνα με τη ροή του βίντεο:
  [5 Minutes Bodyscan Meditation for Kids and Adults (Classrooms and Educators)]

**Αντίκτυπος**

Οι μαθητές/τριες αναπνέοντας σωστά αντιλαμβάνονται πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η σωστή αναπνοή στη χαλάρωση του σώματος και στη συγκέντρωση του μυαλού.

# Δραστηριότητα 2η

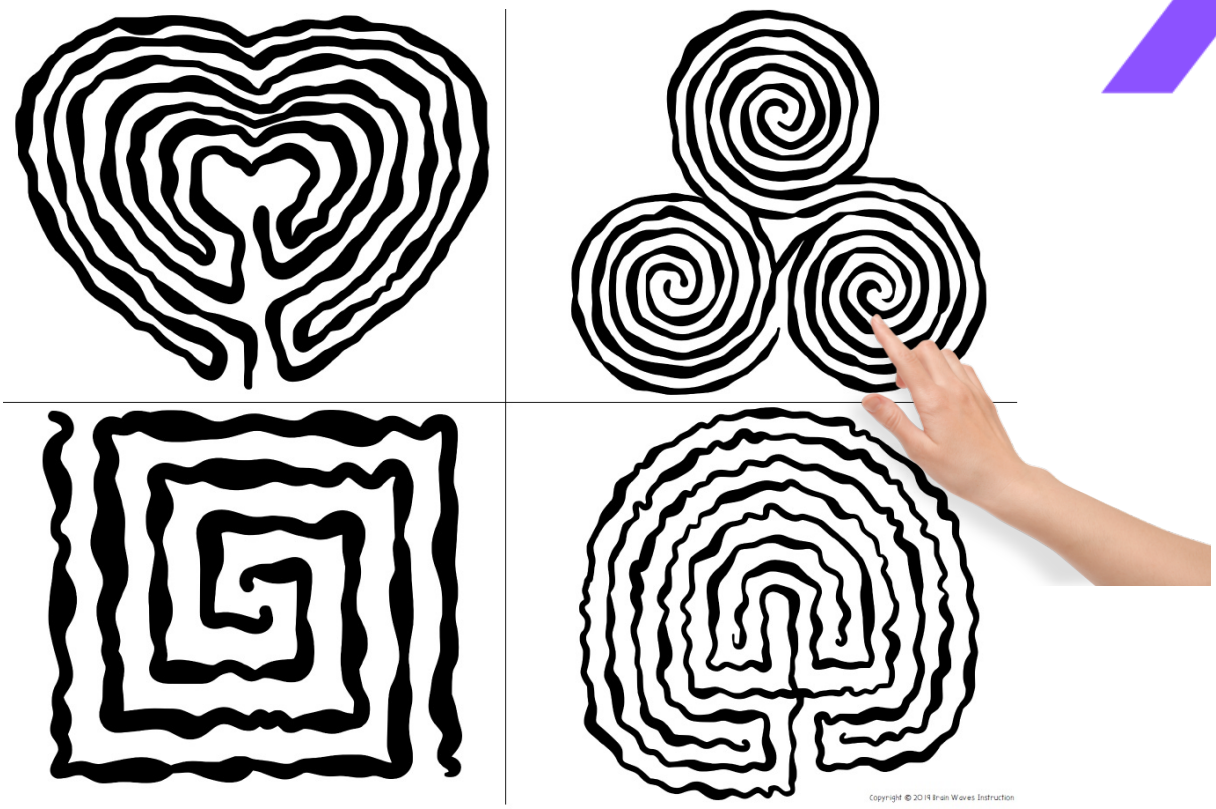
## Λαβύρινθοι συγκέντρωσης

**Στόχος**

- Να καταφέρουν οι μαθητές/τριες να συγκεντρώσουν τη σκέψη τους και να ακολουθήσουν χωρίς λάθη το σωστό μονοπάτι του λαβύρινθου.

**Υλοποίηση**

- Οι μαθητές/τριες επιλέγουν από ένα λαβύρινθο.
- Στη συνέχεια παίρνουν μια βαθιά ανάσα.
- Έπειτα εντοπίζουν το μονοπάτι του λαβύρινθου με το δάχτυλό τους.
- Καθώς οι μαθητές/τριες ακολουθούν το μονοπάτι του λαβυρίνθου, τους/τις υπενθυμίζουμε να προσπαθήσουν να ξεκαθαρίσουν τις σκέψεις τους και να επικεντρωθούν στη διαδρομή του δακτύλου τους, μέσα στο μονοπάτι, αναπνέοντας σωστά.
- Τους ενθαρρύνουμε να επαναλάβουν την άσκηση.




**Παράρτημα 15**

**Αντίκτυπος**

Οι μαθητές/τριες αντιλαμβάνονται πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η συγκέντρωση του μυαλού στη σωστή υλοποίηση μιας δραστηριότητας.

# Δραστηριότητα 3η
# Πέτρες μηνυμάτων
# (Messages Rocks)

***Στόχος***

- Οι μαθητές/τριες να φτιάξουν πάνω σε πέτρες μηνύματα αισιοδοξίας, αυτοσυγκέντρωσης, χαράς, καλοσύνης και ευγνωμοσύνης σαν και αυτά του **Παραρτήματος 16** και να κρύψουν τα μηνύματα σε χώρους του σχολείου.

***Υλοποίηση***

- Οι μαθητές/τριες βρίσκουν πέτρες στη θάλασσα, στο πάρκο, στο ποτάμι κ.α.
- Πλένουν τις πέτρες και τις φέρνουν στο σχολείο.
- Με πινέλα και ακρυλικό χρώμα ζωγραφίζουν πάνω στις πέτρες και γράφουν διάφορα μηνύματα.
- Κρύβουν τις πέτρες σε διάφορα μέρη του σχολείου, στη βιβλιοθήκη, στο προαύλιο, στην τάξη, στον κήπο.
- Οι μαθητές/τριες που βρίσκουν τις πέτρες με τα θετικά μηνύματα προσπαθούν να τα εφαρμόσουν!

**Παράρτημα 16**

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Απλά ανέπνευσε! | Μη σταματάς ποτέ να ελπίζεις! | Κάνε ότι σου δίνει χαρά! | Κάνε τη μέρα σου υπέροχη! | Γέλα περισσότερο | Η ζωή είναι ένα ταξίδι κ όχι αγώνας δρόμου! | Σκέψου θετικά για όλους! |
| Να μαζεύεις στιγμές και όχι πράγματα! | Να είσαι ευγενικός/η πάντα! | Τα λάθη είναι αποδείξεις ότι προσπαθείς! | Να είσαι αστείος/α! | Αν το έχεις ονειρευτεί μπορείς κ να το κάνεις! | Να είσαι τίμιος/α πάντα! | Κάνε κάποιον/α να γελάσει σήμερα! |
| Πες ναι σε νέες περιπέτειες | Πες σε κάποιον/α σ' αγαπώ! | Κάνε μια καλή πράξη! | Πες σε κάποιον/α ότι χαίρεσαι που είστε φίλοι! | Δώρισε κάτι σε κάποιον/α! | Βοήθησε κάποιον/α που έχει ανάγκη! | Πες ευχαριστώ συχνά! |
| Κοίτα τον ήλιο κ πάρε βαθιά ανάσα! | Ζήτα συγνώμη όταν φταις! | Δώσε ένα λουλούδι στη/στο δασκάλα/ο! | Να λες ευχαριστώ για την κάθε μέρα! | Η καλύτερη στιγμή είναι το τώρα! | Κάνε ότι σου δίνει χαρά! | Να είσαι ευγνώμων για όσα έχεις! |

# Κεφάλαιο 3ο

# Απόκτηση γνώσης για το προσφυγικό/μεταναστευτικό

**Οι δραστηριότητες που προτείνονται υλοποιούνται πριν την έλευση των νέων προσφύγων/μεταναστών μαθητών.**

- Πολύ βασικός παράγοντας για την ένταξη παιδιών προσφύγων και μεταναστών στο νέο σχολικό περιβάλλον, είναι η ενημέρωση των μαθητών/τριών του σχολείου μας, για τους λόγους μετανάστευσης, τη χώρα προέλευσης, τον πολιτισμό, τη θρησκεία και το εκπαιδευτικό σύστημα των νέων μαθητών/τριών. Οι μαθητές/τριές μας πρέπει να αντιληφθούν ότι το σχολείο μας αποτελεί μέρος των σχολείων όλου του κόσμου και πρέπει να είναι ανοιχτό για όλα τα παιδιά του κόσμου, σεβόμενοι το δικαίωμα όλων των παιδιών στην εκπαίδευση.

# Δραστηριότητα 1η

## Προβολή υλικού UNHCR και συζήτηση

*Να ενημερωθούν οι μαθητές/τριες του σχολείου μας για τις κατηγορίες των μετακινούμενων πληθυσμών, τα δικαιώματά τους, τις χώρες καταγωγής και τις αιτίες της μετανάστευσης.*

**Σενάριο:**

- Στο εργαστήριο πληροφορικής με χρήση Projector, προβάλλουμε εγκεκριμένα βίντεο ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, σύμφωνα με τις ηλικίες των παιδιών.

Τα προτεινόμενα εκπαιδευτικά βίντεο για μαθητές Δημοτικού, βρίσκονται αναρτημένα στο Youtube από την Ύπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες στην Ελλάδα (UNHCR). Στην ίδια ιστοσελίδα https://www.unhcr.org/gr/ υπάρχει πλούσιο εκπαιδευτικό υλικό με Ερωτήσεις σχετικές με τα προτεινόμενα βίντεο.

1. Πρόσφυγες – Ποιοι είναι;
2. Μετανάστες - Ποιοι είναι;
3. Εσωτερικά εκτοπισμένοι – Ποιοι είναι;
4. Αιτούντες άσυλο – Ποιοι είναι;
5. Από πού έρχονται οι πρόσφυγες;
6. Που πηγαίνουν οι πρόσφυγες;
7. Δικαιώματα των προσφύγων
8. Ποιος βοηθάει τους πρόσφυγες

Επιπλέον βίντεο με ενδιαφέροντα μηνύματα για μαθητές Δημοτικού:

1. «Ειρήνη» - Η ιστορία ενός παιδιού πρόσφυγα
2. Η Ivine και το μαξιλάρι - "Unfairy Tales"
3. 80 χρόνια διαφορά, όμως αυτοί οι δυο πρόσφυγες έχουν πάρα πολλά κοινά μεταξύ τους

- Αφού προβάλλουμε το υλικό ο/η εκπαιδευτικός απευθύνει στα παιδιά ερωτήσεις όπως: πώς ένιωσε η Ειρήνη, η πρωταγωνίστρια της ιστορίας; Ποιά συναισθήματα μπορούν να αναγνωρίσουν; Ποιές είναι οι βασικές ανάγκες αυτών των παιδιών (φαγητό, σπίτι, ύπνος, παιχνίδι, αγάπη);
- Τέλος, μοιράζουμε κόλλες αναφοράς και κηρομπογιές και ζητούμε να ζωγραφίσουν ελεύθερα ακολουθώντας το συναίσθημα τους. Οι ζωγραφιές μπορούν να τοποθετηθούν από τον/την εκπαιδευτικό σε ένα σημείο μέσα στην τάξη και να ζητηθεί από τους μαθητές να τις χαρίσουν στους νέους, συμμαθητές τους, την πρώτη ημέρα άφιξης τους στο σχολείο, ως δώρο καλωσορίσματος.

# Δραστηριότητα 2η (α)

## Ενημέρωση για την αποστολή Ανθρωπιστικής Βοήθειας του σχολείου

*Να ενημερωθούν οι μαθητές/τριες για τον συντονισμό, την συγκέντρωση και την αποστολή Ανθρωπιστικής Βοήθειας στον καταυλισμό της Ειδομένης από το σχολείο.*

**Σενάριο:**

- Οι μαθητές/τριες μεταφέρονται ανά τάξη/τμήμα στο εργαστήριο πληροφορικής όπου και προβάλλεται το υλικό της **Αποστολής Ανθρωπιστικής Βοήθειας** του σχολείου στον **προσφυγικό καταυλισμό της Ειδομένης το Νοέμβριο του 2015.**

Το έντυπο με τις δράσεις για το προσφυγικό είναι διαθέσιμο στην ιστοσελίδα του σχολείου **http://dim-gonnon.lar.sch.gr**

- Ακολουθεί συζήτηση για την παροχή βοήθειας σε καταστάσεις κρίσης και το πως πρέπει να ενεργούμε όταν άλλοι άνθρωποι βρίσκονται σε κίνδυνο.
- Συζητάμε με τους μαθητές/τριές μας τη σημαντική συμβολή της τοπικής κοινωνίας και του σχολείου στην συγκέντρωση και παράδοση ειδών πρώτης ανάγκης στον μετακινούμενο πληθυσμό στα σύνορα της Ειδομένης.

# Δραστηριότητα 2η (β)

## Ενημέρωση για τη βράβευση του σχολείου για τις δράσεις προς τους πρόσφυγες

*Να ενημερωθούν οι μαθητές/τριες για τη βράβευση του σχολείου από το Υπουργείο Παιδείας, Έρευνας & Θρησκευμάτων για την Ανθρωπιστική του Δράση.*

- Συζητάμε με τους μαθητές/τριες για τη βράβευση του σχολείου από **το Υπουργείο Παιδείας Έρευνας & Θρησκευμάτων** για τη σημαντική συμβολή του στο προσφυγικό ζήτημα.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΕΡΕΥΝΑΣ
ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

ΕΠΑΙΝΟΣ

Το Υπουργείο Παιδείας Έρευνας & Θρησκευμάτων αναγνωρίζοντας τη σημαντική συμβολή των μαθητών και εκπαιδευτικών του 1ΟΣ Γόννων Λάρισας της Διεύθυνσης Α'/θμιας Εκπαίδευσης Λάρισας, οι οποίοι υλοποίησαν προγράμματα και δράσεις γύρω από το προσφυγικό ζήτημα για το σχολικό έτος 2015-16,

τους απονέμει τιμητικό έπαινο

Αθήνα 10 Μαΐου 2016

Ο ΥΠΟΥΡΓΟΣ

ΝΙΚΟΣ ΦΙΛΗΣ

- Αναφέρουμε ότι σε περιπτώσεις ανθρωπιστικής κρίσης πρέπει να φερόμαστε **ως άνθρωποι πάνω από όλα.**
- Συζητάμε για τις **εικόνες των μικρών παιδιών** από τον προσφυγικό καταυλισμό Ειδομένης και τα συναισθήματα που τους προκαλούν.

# Δραστηριότητα 3η

## ΓΕΩΓΡΑΦΙΑ: Ο χάρτης με τις χώρες καταγωγής του μετακινούμενου πληθυσμού

*Να ενημερωθούν οι μαθητές/τριες για τις χώρες προέλευσης και καταγωγής των πληθυσμών που μετακινούνται καθώς και τις αιτίες της μετακίνησης.*

**Σενάριο:**

- Χρησιμοποιούμε έναν χάρτη ή την υπηρεσία **Google Maps** και εντοπίζουμε την Ελλάδα, τη Συρία και τις χώρες με τις οποίες συνορεύει.

- Αναφέρουμε ότι η **Συρία** είναι μια χώρα της Μέσης Ανατολής, συνορεύει με την **Τουρκία**, το **Ιράκ**, την **Ιορδανία**, με το **Ισραήλ** και το **Λίβανο** ενώ βρέχεται από τη **Μεσόγειο Θάλασσα**.
- Η πρωτεύουσα της είναι η **Δαμασκός**. Άλλες πόλεις είναι το Χαλέπι, η Χομς και η Λαττάκεια. Το 87% του πληθυσμού είναι Μουσουλμάνοι ενώ το 10% είναι Χριστιανοί.
- Εξηγούμε στους μαθητές/τριες ότι στη **Συρία από το 2011 βρίσκεται σε εξέλιξη μια εμφύλια διαμάχη.**
- Ο πόλεμος που μαίνεται έχει στοιχίσει τη ζωή σε πάνω από 370.000 ανθρώπους κι έχει μετατρέψει εκατομμύρια άλλους σε εσωτερικά εκτοπισμένους και πρόσφυγες.

# Δραστηριότητα 3η

## ΓΕΩΓΡΑΦΙΑ: Ο χάρτης με τις χώρες καταγωγής του μετακινούμενου πληθυσμού

- Για να γλιτώσουν από τη βία, 4 εκατομμύρια πολίτες της Συρίας **έχουν εγκαταλείψει τη χώρα καταφεύγοντας στις γειτονικές χώρες** της Ιορδανίας, Ιράκ, του Λιβάνου, στην Τουρκία, στην Ελλάδα και από εκεί στην Ευρωπαϊκή Ένωση, αποτελώντας ένα σημαντικό ρεύμα της Ευρωπαϊκής μεταναστευτικής κρίσης.

Στην **Ελλάδα** το μεγαλύτερο ποσοστό αιτούντων ασύλου που εισέρχονται στην χώρα μας τα τελευταία έξι χρόνια κατάγονται από την **Συρία** (48,3%).

Δεύτερη χώρα καταγωγής είναι το Αφγανιστάν (15,1%), ενώ ακολουθούν το Ιράκ (13,1%), το Ιράν (3,7%) και η Παλαιστίνη (3,2%).

# Δραστηριότητα 4η

## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Παρουσίαση φωτογραφιών από τον καταυλισμό της Μόριας στη Λέσβο

*Να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές/τριες σχετικά με τις απάνθρωπες συνθήκες διαβίωσης μικρών παιδιών στον καταυλισμό της Μόριας.*

**Σενάριο:**

- Οι μαθητές/τριες μεταφέρονται ανά τάξη/τμήμα στο εργαστήριο πληροφορικής όπου τους προβάλλονται φωτογραφίες, κυρίως παιδιών και τις απάνθρωπες συνθήκες διαβίωσής τους στον καταυλισμό της Μόρια στη Λέσβο. Το Κέντρο Υποδοχής και Ταυτοποίησης της Μόριας είναι η δεύτερη μεγαλύτερη πόλη της Λέσβου μετά την πρωτεύουσα Μυτιλήνη.
- Ο καταυλισμός έχει περίπου 13.000 κατοίκους, βρίσκεται 1,5 χλμ. από το χωριό της Μόριας με τους 1000 περίπου κατοίκους και εννιά χλμ. από την πόλη της Μυτιλήνης με τους 35.000 κατοίκους.

# Δραστηριότητα 4η

## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Παρουσίαση φωτογραφιών από τον καταυλισμό της Μόριας στη Λέσβο

- Αφού δείξετε στους μαθητές/τριες τις φωτογραφίες ζητάτε να γράψουν **σε ένα λευκό χαρτί Α4 τις σκέψεις τους σχετικά με τις συνθήκες διαβίωσης των παιδιών στον καταυλισμό της Μόριας** και το **πώς θα ένιωθαν οι ίδιοι/ίδιες αν βρισκόντουσαν αυτών των παιδιών.** Στο τέλος να γράψουν το όνομά τους.
- Ο/Η εκπαιδευτικός συγκεντρώνει τα χαρτιά των μαθητών/τριών και τα διαβάζει σε όλη την τάξη. Με βάση όσα έχουν γράψει οι μαθητές/μαθήτριες τους **απευθύνει ερωτήσεις** ώστε να ξεκινήσει μια συζήτηση σχετικά με το πόσο ανθρώπινο είναι μικρά παιδιά να ζούνε έτσι και **ποια δικαιώματα των παιδιών καταπατούνται**.

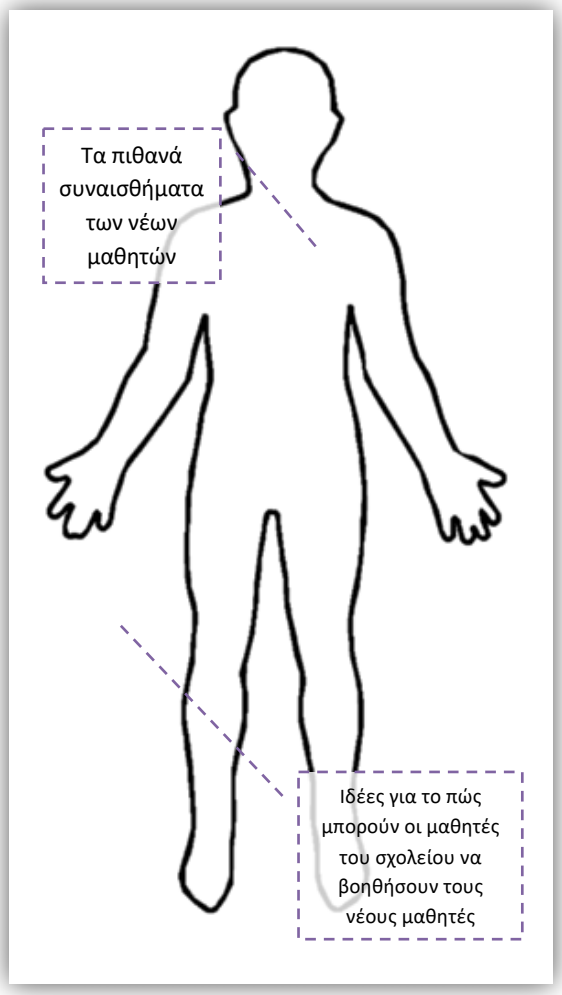
# Δραστηριότητα 5η

## ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ: Κατανοώντας την ψυχολογική κατάσταση του νέου μας συμμαθητή/τριας

*Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες τα συναισθήματα των παιδιών προσφύγων, τα οποία θα έρθουν στο σχολείο μας μετά τον ξεριζωμό από την πατρίδα τους και το δύσκολο ταξίδι επιβίωσης.*

**Σενάριο:**

- Παίρνουμε ένα μεγάλο χαρτί ρολό μέτρου. Ζητάμε από έναν μαθητή/τρια να ξαπλώσει πάνω του και ζωγραφίζουμε το περίγραμμα του.
- **Εξιστορούμε μια ιστορία ενός παιδιού πρόσφυγα που πηγαίνει πρώτη μέρα στο σχολείο, το οποίο είναι μακριά από το σπίτι του, δεν γνωρίζει κανέναν και δεν γνωρίζει την γλώσσα.**
- Μπορούμε να προσθέσουμε στοιχεία διαφορετικότητας στην εμφάνιση, όπως π.χ. φθαρμένα παπούτσια, λίγο πιο σκουρόχρωμος/η από τους/τις υπόλοιπους μαθητές/τριες, με παλιά/χαλασμένη σχολική τσάντα ή ατημέλητη εμφάνιση.
- Ζητάμε από τα παιδιά να φανταστούν πως νιώθει αυτό το παιδί και να γράψουν τα συναισθήματα που πιθανόν να νιώθει **εσωτερικά του περιγράμματος.**
- Στην συνέχεια ζητάμε από τους μαθητές να μας εκφράσουν ιδέες για το πως θα μπορούσαν οι υπόλοιποι να βοηθήσουν αυτό το παιδί. **Τους ζητάμε να γράψουν έξω από το περίγραμμα τις ιδέες τους.**




- Τέλος, συσχετίζουμε την ιστορία της δραστηριότητας με τον ερχομό προσφύγων μαθητών στο σχολείο. Ζητάμε να μας προτείνουν ιδέες για το πως μπορεί το σχολείο να υποδεχτεί τους μαθητές πρόσφυγες.

# Κεφάλαιο 4ο

# Προετοιμασία του σχολείου για την υποδοχή των προσφύγων/μεταναστών μαθητών

- Για την ένταξη των νέων προσφύγων/μεταναστών μαθητών είναι απαραίτητη **η δημιουργία ασφαλούς και φιλόξενου πολυπολιτισμικού σχολικού περιβάλλοντος,** ώστε οι νέοι μαθητές/τριες θα αισθανθούν αποδοχή, ασφάλεια και συμπόνια για την κατάσταση που βιώνουν.
- **Πρέπει κάθε στιγμή να έχουμε στο μυαλό μας ότι περιμένουμε στο σχολείο μας παιδιά που πιθανόν να έχουν βιώσει κάποιο τραύμα ή να βιώνουν πένθος κατά την προσπάθεια ενσωμάτωσης στο νέο περιβάλλον διαβίωσης και μάθησης.**

# Δραστηριότητα 1η

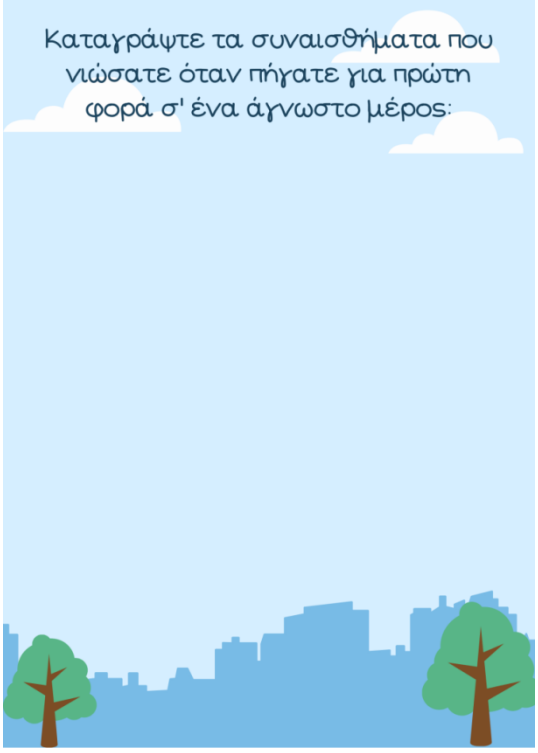
## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Δημιουργία ενός «Βιβλίου Υποδοχής» - «Welcome Book»

*Να δημιουργήσουν οι μαθητές/τριες του σχολείου ένα βιβλίο καλωσορίσματος και προσανατολισμού για τα παιδιά πρόσφυγες. Θα πρέπει να μπουν στη θέση τους και να νιώσουν τι σημαίνει να είσαι ξένος αλλά ευπρόσδεκτος σε ένα νέο σχολείο.*

**Σενάριο:**

- Ζητήστε από τους μαθητές/τριές σας να σκεφτούν κάποια στιγμή από τη ζωή τους κατά την οποία **έφθασαν για πρώτη φορά σε ένα νέο χώρο όπως είναι το σχολείο ή ένα διαφορετικό σπίτι.**
- Ζητήστε τους να κλείσουν τα μάτια τους και να φανταστούν **πως είναι να είσαι νέος σε ένα μέρος.**
- Θέστε τους ερωτήσεις, όπως για παράδειγμα, τι ακούγατε γι' αυτό το νέο μέρος πριν πάτε; Που βρισκόταν αυτό το νέο μέρος; Γιατί πήγατε εκεί; Το θέλατε να βρίσκεστε σ' αυτό το νέο μέρος; Γνωρίσατε νέους ανθρώπους;
- Στη συνέχεια καταγράφουν τις απαντήσεις τους στο παρακάτω φύλλο εργασίας:

**Παράρτημα 17**



# Δραστηριότητα 1η

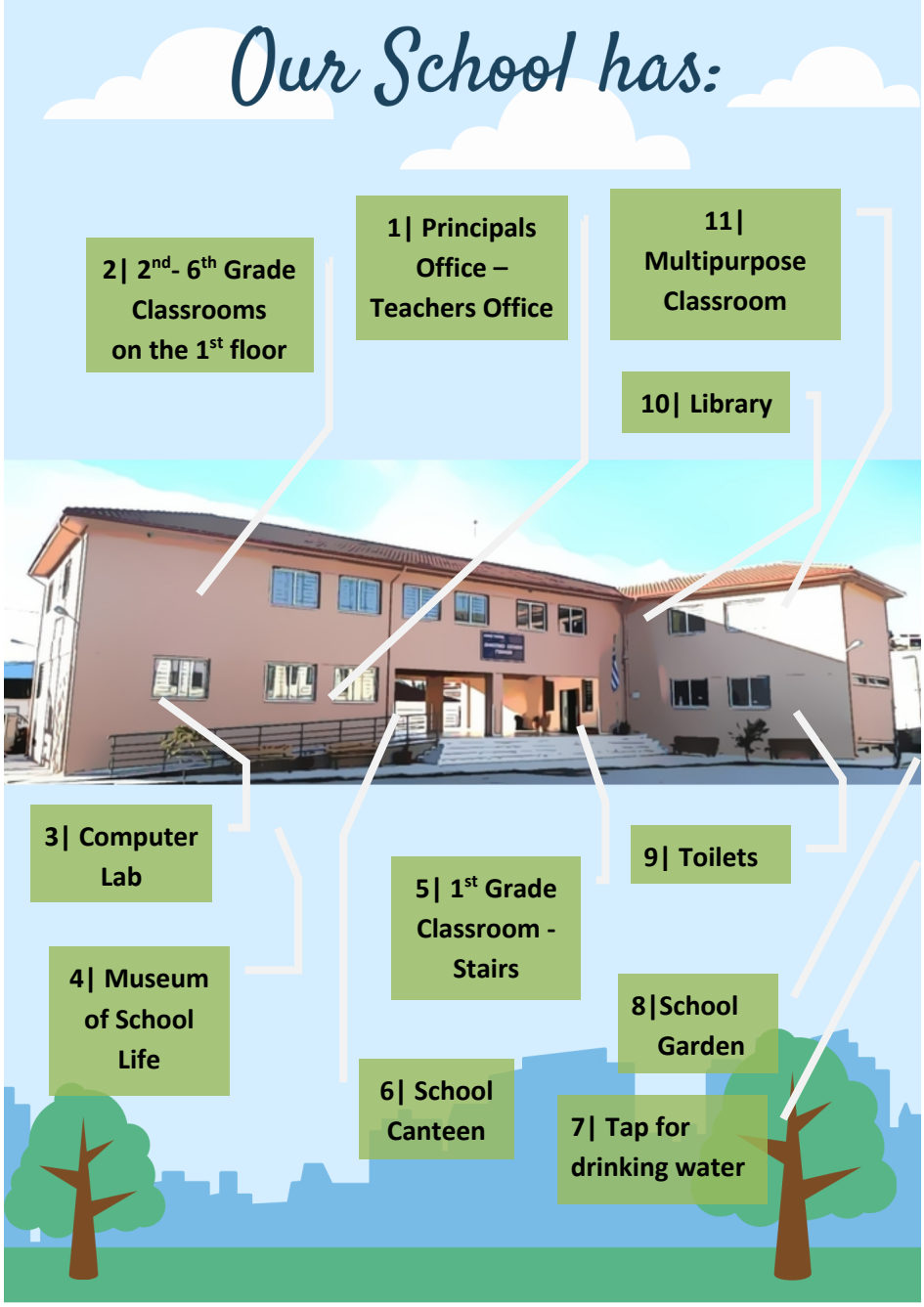
## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Δημιουργία ενός «Βιβλίου Υποδοχής» - «Welcome Book»

- Συλλέγετε τις απαντήσεις και αφού τις διαβάσετε προσεκτικά, ζητάτε από τους μαθητές/τριες να σκεφθούν ότι είναι στη θέση των νέων μαθητών προσφύγων/μεταναστών που έρχονται στο σχολείο.
- Αναφέρετε τις κακουχίες που πιθανόν έχουν βιώσει φεύγοντας από την πατρίδα τους και τις τωρινές συνθήκες διαβίωσης.
- Πως θα ένιωθαν και τι θα ήθελαν να συναντήσουν στο νέο σχολείο που τους περιμένει;
- Με γνώμονα τις απαντήσεις τους προτείνετε να δημιουργήσετε μαζί ένα **«Βιβλίο Υποδοχής – Welcome Book»** για το σχολείο, όπου θα αναφέρονται στα αγγλικά τα κυριότερα σημεία του.

# Δραστηριότητα 1η

## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Δημιουργία ενός «Βιβλίου Υποδοχής» - «Welcome Book»

- Σημειώνετε τις απαντήσεις των μαθητών/τριών στον πίνακα. Τις διαβάζετε μαζί με όλα τα παιδιά και κάνετε τις απαραίτητες προσθήκες και διορθώσεις.
- Στη συνέχεια βοηθάτε τους μαθητές/τριες να μεταφράσουν στην αγγλική γλώσσα τους χώρους του σχολείου και σχεδιάζετε μαζί τους τη δομή του βιβλίου υποδοχής.
- Στο εργαστήριο πληροφορικής αναπτύσσετε σταδιακά τον οδηγό.



## Δραστηριότητα 1η

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Δημιουργία ενός «Βιβλίου Υποδοχής» - «Welcome Book»

- Δίνετε στους μαθητές/τριες τη φωτογραφική μηχανή ώστε να φωτογραφίσουν τους χώρους του σχολείου.
- Τους βοηθάτε να επιλέξουν τις πιο αντιπροσωπευτικές και να τις προσθέσουν στο βιβλίο υποδοχής. Προτείνεται να χρησιμοποιούνται περισσότερες εικόνες παρά λόγια.

# Δραστηριότητα 1η

## ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ: Δημιουργία ενός «Βιβλίου Υποδοχής» - «Welcome Book»

- Στην τελευταία σελίδα του οδηγού βρίσκονται τα **στοιχεία επικοινωνίας** με τη σχολική μονάδα.
- Διευκολύνεται κατ' αυτόν τον τρόπο η επικοινωνία με τους νέους πρόσφυγες/μετανάστες μαθητές και τις οικογένειές τους. Χτίζουμε γέφυρες με τις οικογένειες των παιδιών προσφύγων ώστε να νιώσουν ότι τα παιδιά τους είναι ευπρόσδεκτα στο σχολείο.

# Δραστηριότητα 2η

## ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ: Δημιουργία της «Ευρώπης» με εικόνες από το ταξίδι των προσφύγων

*Να δημιουργήσουν οι μαθητές/τριες ένα συνεργατικό έργο με το σώμα της «Ευρώπης», η οποία αγκαλιάζει τους βασανισμένους προσφυγές. Τα παιδιά πρόσφυγες κατά την έλευσή τους στο νέο σχολικό περιβάλλον να αισθανθούν ότι οι μαθητές/τριες του σχολείου κατανοούν το δράμα τους.*

**Σενάριο:**

- Ζητάμε από τους μαθητές/τριες να δημιουργήσουν ένα κολάζ της «Ευρώπης» αποτελούμενο από τέσσερα μεγάλα χαρτόνια.
- Η «Ευρώπη» θα είναι το περίγραμμα του σώματος ενός μαθητή/τριας και συμβολίζει την Ευρωπαϊκή Ένωση.
- Οι μαθητές/τριες εργάζονται σε ομάδες και πάνω στα χαρτόνια κολλούν φωτογραφίες από εφημερίδες, περιοδικά, ιστοσελίδες κ.α. από το ταξίδι επιβίωσης των προσφύγων στις χώρες πρώτου ασύλου.
- Το έργο «Ευρώπη» μπαίνει σε εμφανές σημείο στην είσοδο του σχολείου.

# Δραστηριότητα 3η

## ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ: Δημιουργία του χάρτη των «Παιδιών της Γης»

*Να δημιουργήσουν οι μαθητές/τριες έναν τρισδιάστατο χάρτη των παιδιών της γης, ο οποίος παρουσιάζει τις δυσκολίες των παιδιών όλου του κόσμου και τις ανισότητες των ευκαιριών σε θέματα συνθηκών επιβίωσης, υγείας, εκπαίδευσης. Το έργο αντικατοπτρίζει την «αγκαλιά» του σχολείου για τα παιδιά όλου του κόσμου.*

**Σενάριο:**

- Ζητάμε από τους μαθητές/τριες να ζωγραφίσουν σε ένα μεγάλο φελιζόλ το χάρτη της γης.
- Στη συνέχεια ανά ομάδες σε κάθε ήπειρο θα βάλουν ενδεικτικές εικόνες και φιγούρες από τα παιδιά που κατοικούν σ' αυτές, καθώς και τις ευκαιρίες που έχουν ή δεν έχουν στη ζωή.

# Κεφάλαιο 5ο
# Υποδοχή των προσφύγων/μεταναστών μαθητών στο σχολείο μας

Όλοι οι εμπλεκόμενοι στην μαθησιακή διαδικασία θα πρέπει να γνωρίζουν:

- Το Άρθρο 26 της **Οικουμενικής Διακήρυξης των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου** (UDHR) 1948 το οποίο ορίζει ότι: 1) καθένας έχει δικαίωμα στην εκπαίδευση. Η εκπαίδευση πρέπει να παρέχεται δωρεάν τουλάχιστον στη στοιχειώδη και βασική βαθμίδα της. Η στοιχειώδης εκπαίδευση είναι υποχρεωτική. 2) Η εκπαίδευση πρέπει να αποβλέπει στην πλήρη ανάπτυξη της ανθρώπινης προσωπικότητας και στην ενίσχυση του σεβασμού των ανθρώπινων δικαιωμάτων και των θεμελιακών ελευθεριών. Πρέπει να προάγει την κατανόηση, την ανεκτικότητα και τη φιλία ανάμεσα σε όλα τα έθνη και σε όλες τις φυλές και τις θρησκευτικές ομάδες, και να ευνοεί την ανάπτυξη των δραστηριοτήτων των Ηνωμένων Εθνών για τη διατήρηση της Ειρήνης.
- Την **Ευρωπαϊκή Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Ανθρώπου του 1950**, η οποία περιλαμβάνει πολλές διατάξεις για την προστασία των δικαιωμάτων του παιδιού, όπως για παράδειγμα το Πρωτόκολλο 1, Άρθρο 2, το **«δικαίωμα στην εκπαίδευση»**.

# Δραστηριότητα 1η

## Διοργάνωση Τελετής Υποδοχής

*Να δημιουργηθεί φιλόξενο κλίμα στο σχολείο ώστε τα παιδιά πρόσφυγες να αισθανθούν ευπρόσδεκτα. Επιπλέον οι εκπρόσωποι της Εκπ/σης, του Δήμου, των φορέων και της τοπικής κοινωνίας να δεσμευτούν ότι θα στηρίξουν την ομαλή ένταξη των νέων*

- Μαθητές/τριες τους σχολείου **φτιάχνουν πανό με μηνύματα υποδοχής** για τα παιδιά πρόσφυγες το οποίο μπαίνει στην είσοδο του σχολείου.
- Διοργανώνεται **μικρή τελετή υποδοχής,** όπου ακούγεται διακριτική παραδοσιακή μουσική από τη Συρία (Traditional Syrian Music (Aleppo)ή από άλλες χώρες προέλευσης των νέων μαθητών. Στη συνέχεια ακούγεται ελληνική μουσική με παγκόσμια εμβέλεια.
- Ο χώρος της τελετής διακοσμείται με χαρτόνια που γράφουν **«Καλώς Ήρθατε» στα Ελληνικά, «ترحيب» στα Αραβικά και «Welcome» στα Αγγλικά**.
- Στην τελετή παρίστανται **εκπρόσωποι** της εκπαίδευσης από την Περιφερειακή Δ/νση Α/θμιας & Β/θμιας Εκπ/σης, από τη Δ/νση Α/θμιας Εκπ/σης, Σχολικοί Σύμβουλοι, από το Δήμο: Δήμαρχος, Αντιδήμαρχοι, Δημοτικοί Σύμβουλοι, Πρόεδρος & Συμβούλιο Τοπικής Κοινότητας, το Δ.Σ. του Συλλόγου Γονέων & Κηδεμόνων του Σχολείου, εκπρόσωποι όλων των φορέων και γονείς των μαθητών/τριών.
- Γίνεται σύντομη αναφορά στην **ανάγκη συνεργασίας** όλων για την ομαλή ένταξη των παιδιών προσφύγων στο σχολείο.
- Δίνεται το **«welcome Book - Βιβλίο Υποδοχής»** και **μικρά δωράκια** στους μαθητές/τριες.
- **Ομάδα μαθητών/τριών** του σχολείου αναλαμβάνει την πρώτη ξενάγησή των παιδιών στους χώρους του σχολείου παρουσία του διερμηνέα, των εκπαιδευτικών ΣΕΠ και των επαγγελματιών ψυχικής υγείας (κοινωνικών λειτουργών, ψυχολόγων).

# Δραστηριότητα 2η

## Παιχνίδι Γνωριμίας με τη μπάλα

*Να αναπτυχθεί αρχική επικοινωνία μεταξύ εκπαιδευτικού και των νέων μαθητών/τριών, αλλά και όλων των μαθητών/τριών μεταξύ τους λέγοντας τα ονόματά τους ανταλλάσσοντας τη μπάλα.*

**Σενάριο:**

- Τα παιδιά σχηματίζουν κύκλο.
- Ο/Η εκπαιδευτικός στέκεται στο κέντρο του κύκλου, κρατώντας την μπάλα.
- Πετάει την μπάλα σε ένα παιδί και ρωτάει **«Πως σε λένε;»**.
- **Το παιδί λέει το όνομα του** και επιστρέφει την μπάλα στον/στην εκπαιδευτικό.
- Στη συνέχεια τα παιδιά σχηματίζουν κύκλο ενώ ο/η εκπαιδευτικός παρακολουθεί διακριτικά.
- **Ανταλλάσσουν την μπάλα φωνάζοντας το όνομα του παιδιού που πρόκειται να ρίξουν την μπάλα.**
- Το παιχνίδι επαναλαμβάνεται πολλές φορές και οι μαθητές/τριες μαθαίνουν τα ονόματα όσων παίζουν.

# Δραστηριότητα 3η

## Ομαδική ζωγραφιά

*Στόχος να αναπτυχθούν σχέσεις μεταξύ των μαθητών/τριών και να συνεργαστούν για τη δημιουργία ενός κοινού έργου-ζωγραφιάς.*

**Σενάριο:**

- Δίνεται ένα **μεγάλο χαρτόνι,** ξυλομπογιές και χρώματα στα παιδιά.
- Το χαρτόνι τοποθετείται στο πάτωμα ή στον τοίχο της αίθουσας διδασκαλίας.
- Ζητείται από τα παιδιά **να συνεργαστούν** για να δημιουργήσουν μια μεγάλη κοινή ζωγραφιά.
- Το **θέμα** της ζωγραφιάς μπορεί να είναι ελεύθερο ή συγκεκριμένο.
- Ο/Η εκπαιδευτικός είναι παρατηρητής σε όλη την διαδικασία χωρίς να παρεμβαίνει (μόνο αν κριθεί απαραίτητο).
- Γίνεται **διαγωνισμός καλύτερης ζωγραφιάς** μεταξύ των τάξεων και έτσι δίνεται κίνητρο στα παιδιά για καλή και υγιή συνεργασία.
- Καλό θα ήταν η καλύτερη ζωγραφιά να κερδίζει ένα έπαθλο π.χ. επιπλέον χρόνο διαλείμματος για μια ημέρα, μια επιπλέον ώρα στην αίθουσα των Η/Υ ή μια επιπλέον ώρα εικαστικών ή γυμναστικής.

# Δραστηριότητα 4η

## Παιχνίδι καθοδήγησης με κλειστά μάτια

*Στόχος να καλλιεργηθεί η συνεργασία των παιδιών και η εμπιστοσύνη μεταξύ τους.*

**Σενάριο:**

- Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τα παιδιά σε ζευγάρια, **φροντίζοντας να αναμειχθούν** και να κάνουν ζευγάρι με τα νέα παιδιά που δεν γνωρίζουν ή δεν είναι φίλοι.
- Το ένα παιδί παίρνει τον αριθμό 1 και το άλλο τον αριθμό 2. Το παιδί με τον αριθμό 1 κλείνει τα μάτια του ενώ το παιδί με τον αριθμό 2 είναι ο οδηγός του.
- Περπατούν μέσα στην τάξη και ο/η οδηγός φροντίζει για την ασφάλεια του παιδιού με τα κλειστά μάτια.
- Στην συνέχεια τα ζευγάρια αλλάζουν ρόλους.
- Στο τέλος ο/η εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να κάνουν μια ζωγραφιά ως **ευχαριστήριο δώρο στο ζευγάρι τους,** βασιζόμενη στο παιχνίδι που μόλις έπαιξαν.

# Δραστηριότητα 5η

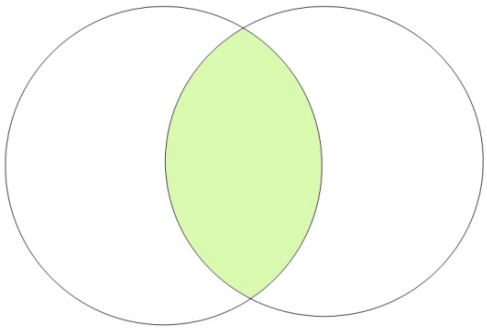
## 10 πράγματα που μου δίνουν χαρά

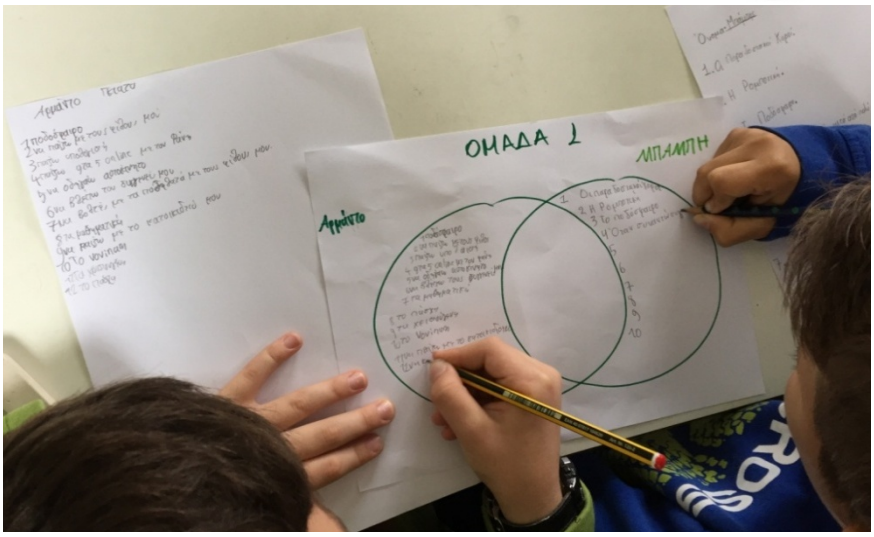
*Να αντιληφθούν οι μαθητές/τριες ότι με τους/τις νέους/ες μαθητές/τριες παρότι είναι άγνωστοι/ες ή δεν κάνουν καθόλου παρέα εντός και εκτός σχολείου, έχουν κοινά πράγματα που τους δίνουν χαρά!*

**Σενάριο:**

- Εξηγούμε τη δραστηριότητα και χωρίζουμε τους μαθητές της τάξης σε ομάδες των δύο, φροντίζοντας να αναμειχθούν παλιοί/ιές και νέοι/ες μαθητές/τριες.
- Μοιράζουμε στις ομάδες το φύλλο εργασίας με τους κύκλους **[Παράρτημα 18].**
- Σε μια λευκή σελίδα αρχικά ο κάθε μαθητής/τρια γράφει τα 10 πράγματα που του/της δίνουν χαρά (δραστηριότητες, παιχνίδια, φαγητά κ.α.)
- Αντιγράφουν στο κοινό φύλλο εργασίας τα 10 στοιχεία που σημείωσε ο/η καθένας/καθεμία και εντοπίζουν ποιά από αυτά είναι κοινά.
- Τα κοινά γράφονται στον κοινό χώρο των επικαλυπτόμενων κύκλων.
- Συζητάνε μεταξύ τους και παρουσιάζουν τα αποτελέσματα της δραστηριότητας στην τάξη.

**Παράρτημα 18**





# Κεφάλαιο 6ο
# Οικοδομώντας σχέσεις με τις οικογένειες των προσφύγων και μεταναστών μαθητών

- Καθοριστικής σημασίας είναι η **στρατηγική διοίκησης του σχολείου** για την οικοδόμηση σχέσεων με τις οικογένειες των παιδιών προσφύγων.
- Η **αλληλεπίδραση** και **επικοινωνία** των γονέων με το σχολείο, η **συμμετοχή** στα σχολικά δρώμενα, στις ενημερώσεις και στις συγκεντρώσεις γονέων που πραγματοποιούνται εντός του σχολείου, παίζει καθοριστικό ρόλο στην επιτυχημένη ενσωμάτωση των παιδιών.
- **Αναπτύσσεται συνεργασία** με τους εκπαιδευτικούς του σχολείου και **βελτιώνεται** η σχολική επίδοση των παιδιών.

# Ένταξη γονέων προσφύγων/μεταναστών στο σχολικό πλαίσιο

Το σχολείο, λαμβάνοντας υπόψη το γλωσσικό εμπόδιο, πρέπει να καταβάλλει προσπάθειες ώστε να αναπτύξει δίαυλο επικοινωνίας με τις οικογένειες των παιδιών προσφύγων. Κάθε προσπάθεια του σχολείου δείχνει την θετική διάθεση για την ένταξη των παιδιών. Παράλληλα επιφέρει στους γονείς την αίσθηση πως τα παιδιά τους αλλά και οι ίδιοι είναι επιθυμητοί και πως το σχολείο ενδιαφέρεται για την ουσιαστική εκπαίδευση των παιδιών τους. Έτσι μετατίθεται και στους ίδιους μια επιπλέον ευθύνη για την ενσωμάτωση των παιδιών τους.

- Συμμετοχή στις συναντήσεις γονέων - εκπαιδευτικών, παρουσία διερμηνέα.
- Ενημέρωση τους για το εκπαιδευτικό πρόγραμμα της χώρας υποδοχής, μέσα από ομαδικές συναντήσεις με τον/την Διευθυντή/τρια του σχολείου, παρουσία διερμηνέα.
- Συμμετοχή των γονέων των παιδιών προσφύγων/μεταναστών σε όλες τις ενημερώσεις που λαμβάνουν χώρα στο χώρο του σχολείου (παράδοση βαθμών, ενημέρωση για την σχολική επίδοση).
- Ενημέρωση τους, για οτιδήποτε θεωρεί ο/η εκπαιδευτικός πως χρειάζεται να λάβει γνώση ο γονέας, μέσω ενός σημειώματος στα ελληνικά.
- Θα μπορούσε να δημιουργηθεί ένα «τετράδιο επικοινωνίας» για το οποίο θα έχουν γνώση οι ΣΕΠ και θα βοηθούν στην διαμεσολάβηση μεταξύ των εκπαιδευτικών και των γονέων.

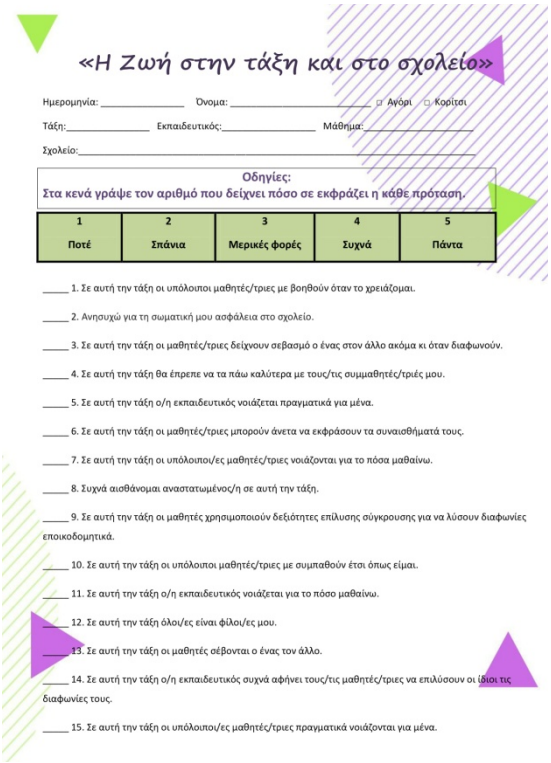
# Ένταξη γονέων προσφύγων/μεταναστών στο σχολικό πλαίσιο

- Ένα τηλεφώνημα στο σπίτι και μερικά θετικά λόγια για τον/την νέο/α μαθητή/τρια, μπορεί να βοηθήσει στη δημιουργία μιας καλής σχέσης με τον/την μαθητή/τρια και την οικογένειά του/της.
- Εάν η γλώσσα συνεχίζει να αποτελεί ζήτημα, ζητάμε από διερμηνέα να μεταφράσει μια επιστολή ή ένα email στη μητρική γλώσσα της οικογένειας του/της μαθητή/τριας.
- Η προσπάθεια για επικοινωνία θα εκτιμηθεί.
- Ας ΜΗΝ πιστέψουμε ότι η έλλειψη ανταπόκρισης σημαίνει έλλειψη φροντίδας.
- Ένας γονέας μπορεί να εργάζεται πολλές ώρες, ή μπορεί να φοβούνται να μιλήσουν μαζί μας εξαιτίας ενός γλωσσικού φραγμού, ή λόγω του καθεστώτος μετανάστευσης κλπ.
- Συνεχίζουμε να προσεγγίζουμε την οικογένεια φιλικά και φιλόξενα.
- Τους ρωτάμε συχνά πώς αισθάνονται για την πορεία των παιδιών τους στο σχολείο, τι τους λείπει από την πατρίδα τους, τι τους αρέσει και δεν τους αρέσει και ποιες ερωτήσεις έχουν να μας κάνουν.

# Ερωτηματολόγιο
# «Η Ζωή στην τάξη και στο σχολείο»

- Προτρέπουμε τους/τις νέους/νέες μαθητές/τριες να εκφραστούν ελεύθερα και να συμπληρώσουν ερωτηματολόγιο σχετικά με την **«Ζωή στην τάξη και στο σχολείο» [Παράρτημα 19].**
- Τους/τις ενθαρρύνουμε να το συμπληρώσουν με ειλικρίνεια και χωρίς φόβο, ώστε να είμαστε σε θέση να εξάγουμε αληθινά συμπεράσματα.
- Μέσα από τις απαντήσεις των μαθητών/τριών δίνεται η δυνατότητα να εντοπίσουμε τα δυνατά σημεία της τάξης μας ή κάποιες δυσλειτουργίες τις οποίες δεν έχουμε αντιληφθεί και μπορεί να δημιουργούν αρνητικά συναισθήματα στους νέους μαθητές/τριες.
- Το ερωτηματολόγιο μπορεί να δοθεί σε όλη την τάξη.
- Καλό θα ήταν τα αποτελέσματα να κοινοποιηθούν στους γονείς, σε περίπτωση που πρέπει με το σχολείο να εφαρμοστεί κοινή στρατηγική για την επίλυση προβλημάτων στην ένταξη των νέων μαθητών/τριών.

Παράρτημα 19



«Η Ζωή στην τάξη και στο σχολείο»

Ημερομηνία: _____ Όνομα: _____ ☐ Αγόρι ☐ Κοριτσι

Τάξη:_____ Εκπαιδευτικός:_____ Μάθημα:_____

Σχολείο:_____

Οδηγίες:
Στα κενά γράψε τον αριθμό που δείχνει πόσο σε εκφράζει η κάθε πρόταση.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| Ποτέ | Σπάνια | Μερικές φορές | Συχνά | Πάντα |

_____ 1. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι μαθητές/τριες με βοηθούν όταν το χρειάζομαι.

_____ 2. Ανησυχώ για τη σωματική μου ασφάλεια στο σχολείο.

_____ 3. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές/τριες δείχνουν σεβασμό ο ένας στον άλλο ακόμα κι όταν διαφωνούν.

_____ 4. Σε αυτή την τάξη θα έπρεπε να τα πάω καλύτερα με τους/τις συμμαθητές/τριές μου.

_____ 5. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός νοιάζεται πραγματικά για μένα.

_____ 6. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές/τριες μπορούν άνετα να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.

_____ 7. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι/ες μαθητές/τριες νοιάζονται για το πόσα μαθαίνω.

_____ 8. Συχνά αισθάνομαι αναστατωμένος/η σε αυτή την τάξη.

_____ 9. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές χρησιμοποιούν δεξιότητες επίλυσης σύγκρουσης για να λύσουν διαφωνίες εποικοδομητικά.

_____ 10. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι μαθητές/τριες με συμπαθούν έτσι όπως είμαι.

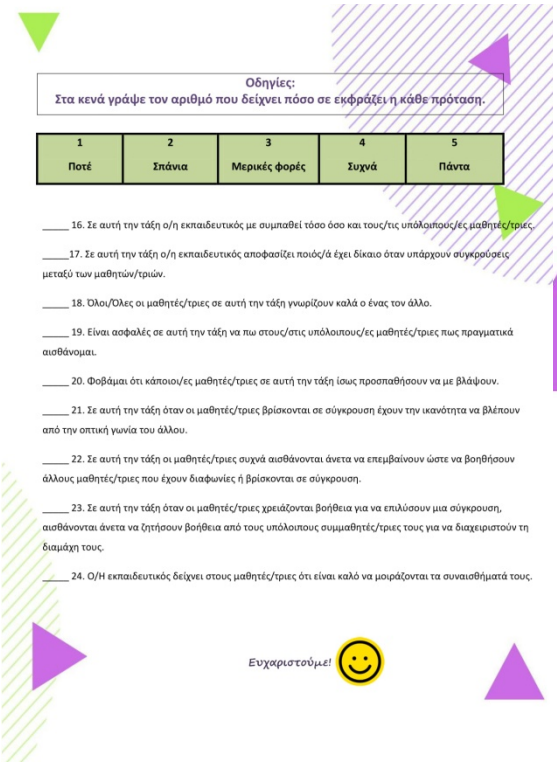
_____ 11. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός νοιάζεται για το πόσο μαθαίνω.

_____ 12. Σε αυτή την τάξη όλοι/ες είναι φίλοι/ες μου.

_____ 13. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές σέβονται ο ένας τον άλλο.

_____ 14. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός συχνά αφήνει τους/τις μαθητές/τριες να επιλύσουν οι ίδιοι τις διαφωνίες τους.

_____ 15. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι/ες μαθητές/τριες πραγματικά νοιάζονται για μένα.



Οδηγίες:
Στα κενά γράψε τον αριθμό που δείχνει πόσο σε εκφράζει η κάθε πρόταση.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| Ποτέ | Σπάνια | Μερικές φορές | Συχνά | Πάντα |

_____ 16. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός με συμπαθεί τόσο όσο και τους/τις υπόλοιπους/ες μαθητές/τριες.

_____17. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός αποφασίζει ποιός/ά έχει δίκαιο όταν υπάρχουν σύγκρούσεις μεταξύ των μαθητών/τριών.

_____ 18. Όλοι/Όλες οι μαθητές/τριες σε αυτή την τάξη γνωρίζουν καλά ο ένας τον άλλο.

_____ 19. Είναι ασφαλές σε αυτή την τάξη να πω στους/στις υπόλοιπους/ες μαθητές/τριες πως πραγματικά αισθάνομαι.

_____ 20. Φοβάμαι ότι κάποιοι/ες μαθητές/τριες σε αυτή την τάξη ίσως προσπαθήσουν να με βλάψουν.

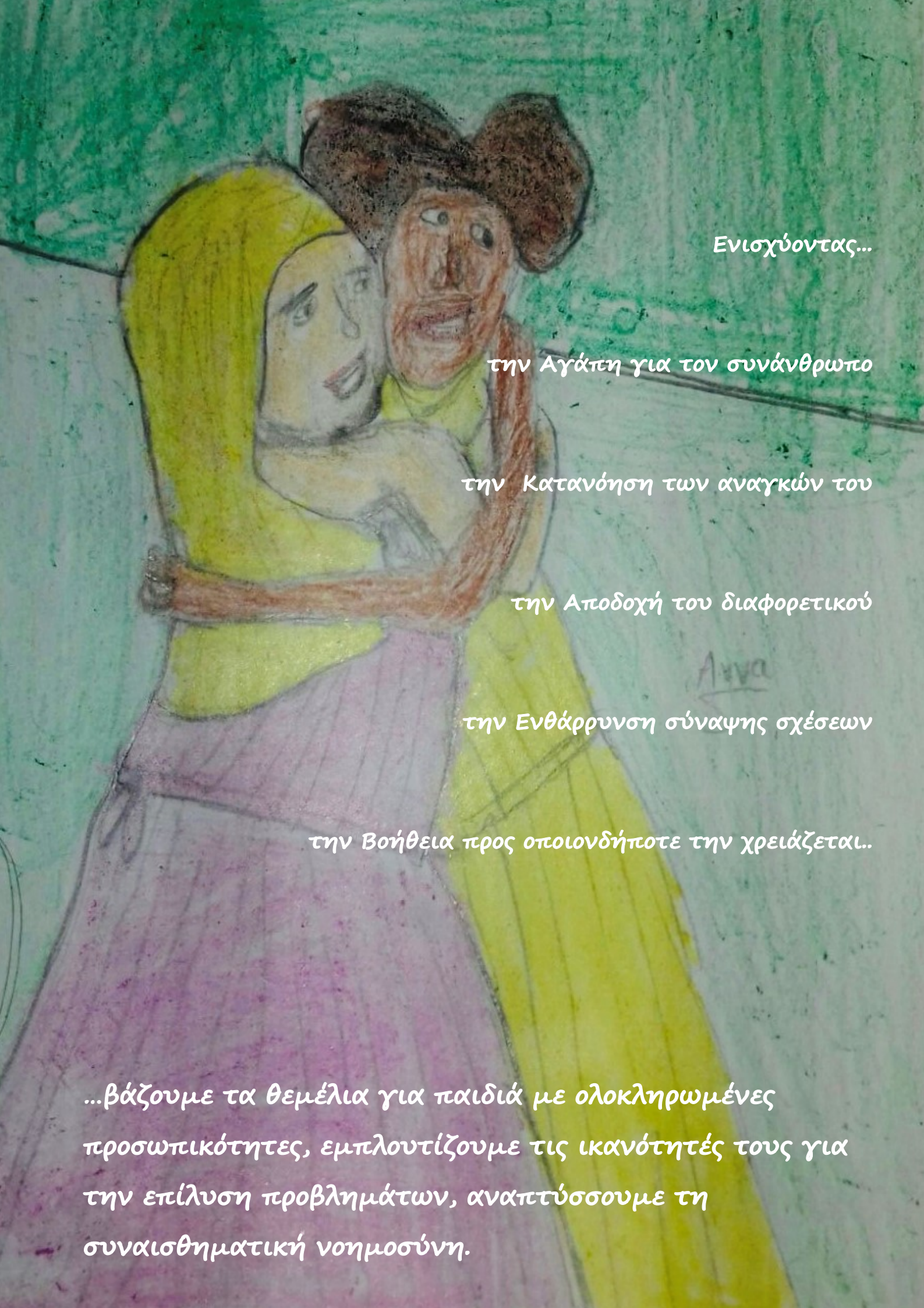
_____ 21. Σε αυτή την τάξη όταν οι μαθητές/τριες βρίσκονται σε σύγκρουση έχουν την ικανότητα να βλέπουν από την οπτική γωνία του άλλου.

_____ 22. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές/τριες συχνά αισθάνονται άνετα να επεμβαίνουν ώστε να βοηθήσουν άλλους μαθητές/τριες που έχουν διαφωνίες ή βρίσκονται σε σύγκρουση.

_____ 23. Σε αυτή την τάξη όταν οι μαθητές/τριες χρειάζονται βοήθεια για να επιλύσουν μια σύγκρουση, αισθάνονται άνετα να ζητήσουν βοήθεια από τους υπόλοιπους συμμαθητές/τριες τους για να διαχειριστούν τη διαμάχη τους.

_____ 24. Ο/Η εκπαιδευτικός δείχνει στους μαθητές/τριες ότι είναι καλό να μοιράζονται τα συναισθήματά τους.

Ευχαριστούμε! ☺


Ενισχύοντας...
την Αγάπη για τον συνάνθρωπο
την Κατανόηση των αναγκών του
την Αποδοχή του διαφορετικού
Αννα
την Ενθάρρυνση σύναψης σχέσεων
την Βοήθεια προς οποιονδήποτε την χρειάζεται..
...βάζουμε τα θεμέλια για παιδιά με ολοκληρωμένες προσωπικότητες, εμπλουτίζουμε τις ικανότητές τους για την επίλυση προβλημάτων, αναπτύσσουμε τη συναισθηματική νοημοσύνη.

# ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Χανς Κρίστιαν Άντερσεν, *Ιστορίες και Παραμύθια*, μετάφραση Ερρίκος Μπελιές, Ωκεανίδα, Αθήνα 1993, σ. 39-43]

Nancy Flowers, Compasito - Μικρή Πυξίδα, μετάφραση Στέφανος Αγγελίδης, Συμβούλιο της Ευρώπης // Hope for Children-UNCRC // Κέντρο Στήριξης Μη Κυβερνητικών Οργανισμών, Κύπρος 2012.

Ελένη Σβορόνου, Σκληρό Καρύδι, Ύπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους πρόσφυγες (UNCHR) Β΄ Έκδοση, 2016.

Γραμματή Ν. Μακέλη, Βιωματικές Ασκήσεις για δουλεία με την ομάδα, Υπουργείο Εθνικής Παιδείας & Θρησκευμάτων // Περιφερειακή Διεύθυνση Εκπαίδευσης Θεσσαλίας // Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μακρινίτσας, 2009.

Καραμπέρη- Τσουριάδου Ελένη & Πανταζή Σταυρούλα, Παιδαγωγικά παιχνίδια: Παιχνίδια γνωριμίας, εμπιστοσύνης, συνεργασίας (τεύχ. Α'), Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων – Τμήμα Φ.Π.Ψ. , 2004.

Διεθνής Αμνηστία, Πρώτα Βήματα Εγχειρίδιο για τη Βασική Εκπαίδευση στα Ανθρώπινα Δικαιώματα, μετάφραση, Γιαννόγκονα Αθηνά, Παπαχρήστος Κώστας, Συλλιγαρδάκη Αγγελική, Πατάκη, Αθήνα, 2007.

Παπαμιχαήλ Έλενα, Ανακαλύπτοντας τον ελέφαντα, Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου Υπηρεσία Ανάπτυξης Προγραμμάτων, Κύπρος, 2013.

https://www.amnesty.gr/universal-declaration-of-human-rights

https://www.unhcr.org/gr/teaching_about_refugees

https://www.newyorker.com/news/news-desk/an-island-of-refugees

https://www.opensocietyfoundations.org/voices/effort-assist-refugees-arriving-greece-s-islands

https://abcnews.go.com/International/dozens-refugees-die-boat-sinks-off-coast-greece/story?id=33748347

https://to-synoro.blogspot.com/2016/11/kanenas-den-afhnei-thn-patrida-tou.html

https://www.israaid.org/projects/greece

http://gloriousruin.com/volunteering-with-refugees-in-lesvos-greece/

https://www.independent.co.uk/news/world/middle-east/syrian-civil-war-fifth-anniversary-child-refugees-refugee-crisis-a6930426.html

https://www.eleftherostypos.gr/istories/388295-i-syria-prin-ton-polemo-ena-krama-thriskeion-kai-politismon/

https://www.wnpr.org/post/war-torn-syria-snowy-prep-school-syrian-refugees-seek-education-vermont

https://www.irishtimes.com/life-and-style/abroad/working-abroad/teaching-abroad-how-and-where-to-find-a-job-1.2933071]

https://www.maxmag.gr/psychologia/mindfulness-i-ensyneiditotita-os-tropos-zois/

https://www.brilliantmindfulness.com/mindfulness-programs-for-teachers2/

https://www.unhcr.org/cy/education/

https://www.ecre.org/asylum-statistics-2018-changing-arrivals-same-concerns/

https://www.cnn.gr/news/ellada/gallery/19205/prosfygiko-h-zoi-sti-moria-mesa-apo-10-kare

https://www.kathimerini.gr/1044745/gallery/epikairothta/ellada/mytilhnh-aytoyia-ston-kataylismo-ths-morias-fwtografies

https://www.pappaspost.com/video-applause-welcome-greek-english-thessaloniki-students-welcome-refugee-students-class/

http://www.sfschool.org/live/news/127-week-of-105-and-1012

http://asylo.gov.gr/wp-content/uploads/2018/06/Beneficiaries_dashboard-18062018.pdf

http://asylo.gov.gr/wp-content/uploads/2018/02/AIDA-Report-2018.pdf

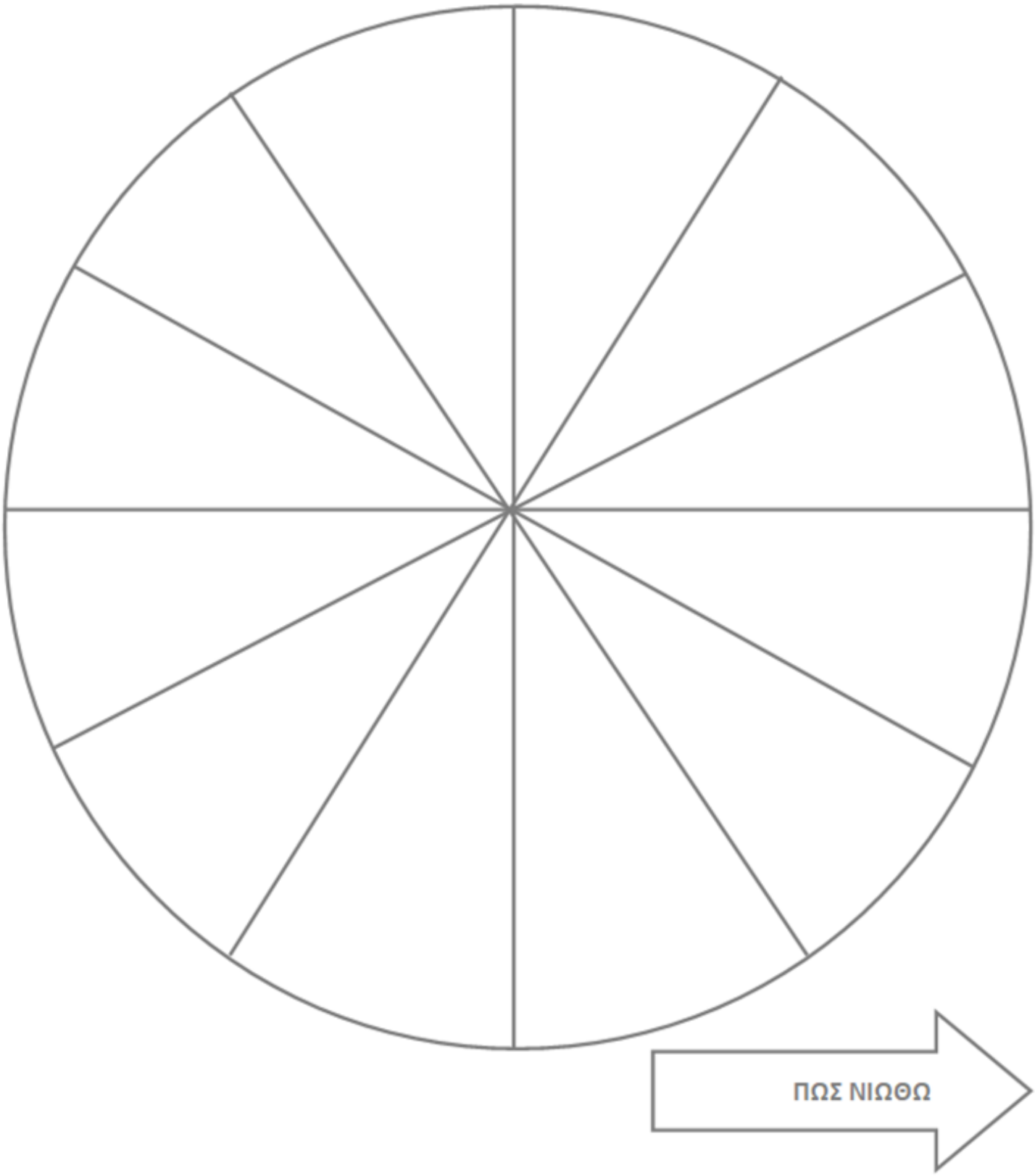
http://www.ekathimerini.com/227898/article/ekathimerini/community/a-refugee-familys-integration-into-greek-education

https://favpng.com/png_view/crowd-european-migrant-crisis-refugee-asylum-seeker-immigration-idomeni-png/zuPuTSsz

# ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

**Παράρτημα 1**

**Παράρτημα 2**



Παράρτημα 3

ΤΑ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ ΜΟΥ

ΜΗΝΑΣ

ΕΒΔΟΜΑΔΑ

ΟΝΟΜΑ

| ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ |
|---|---|---|---|
| | | | |

| ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ | ΣΑΒΒΑΤΟ | ΚΥΡΙΑΚΗ | ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ |
|---|---|---|---|
| | | | |

**Παράρτημα 4**

*Κυκλώνω το συναίσθημα*

# ΠΩΣ ΝΙΩΘΩ ΣΗΜΕΡΑ;

*Σήμερα νιώθω έτσι γιατί:*

---

---

*Κυκλώνω το συναίσθημα*

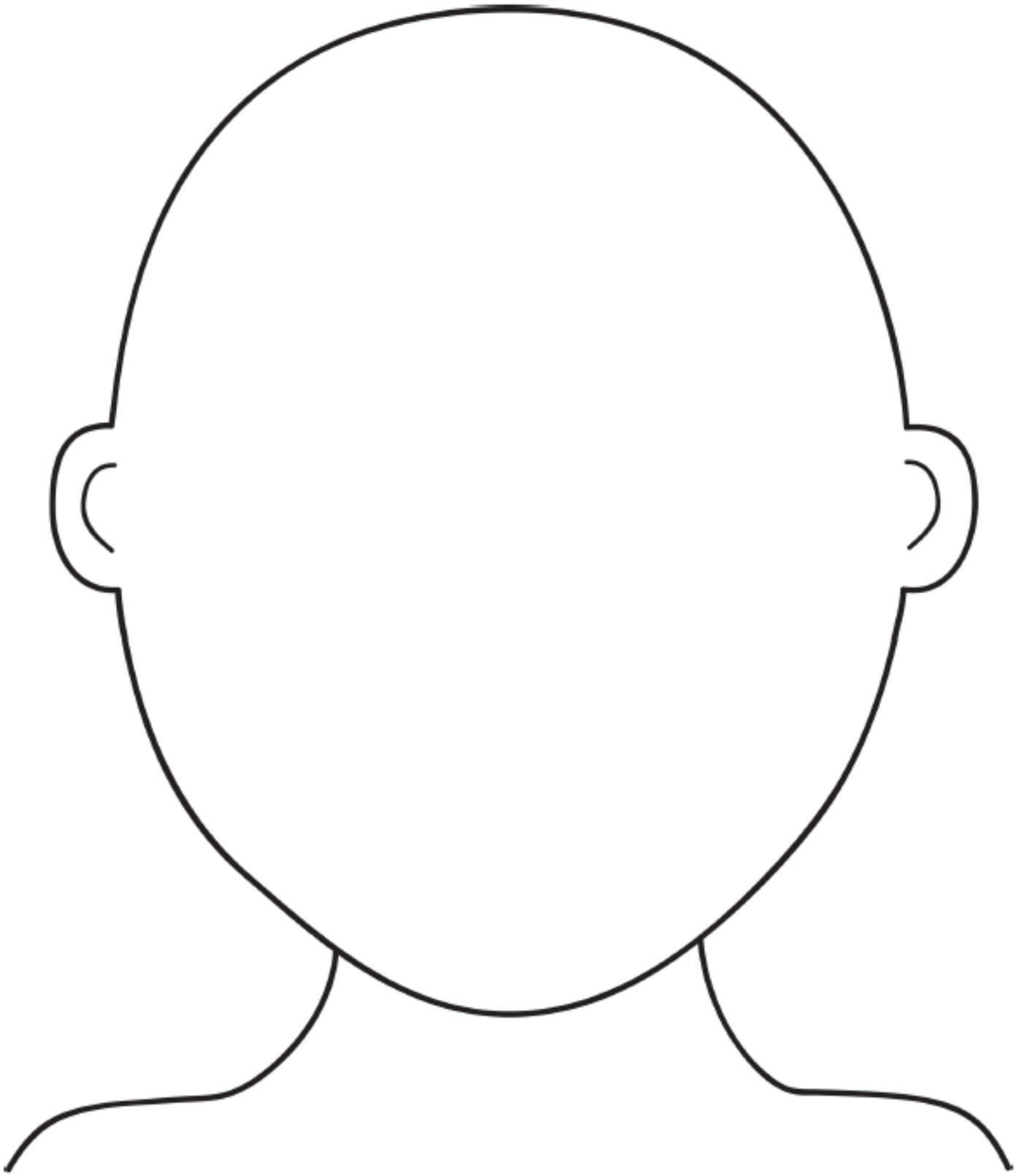
# ΠΩΣ ΝΙΩΘΩ ΣΗΜΕΡΑ;

*Σήμερα νιώθω έτσι γιατί:*

---

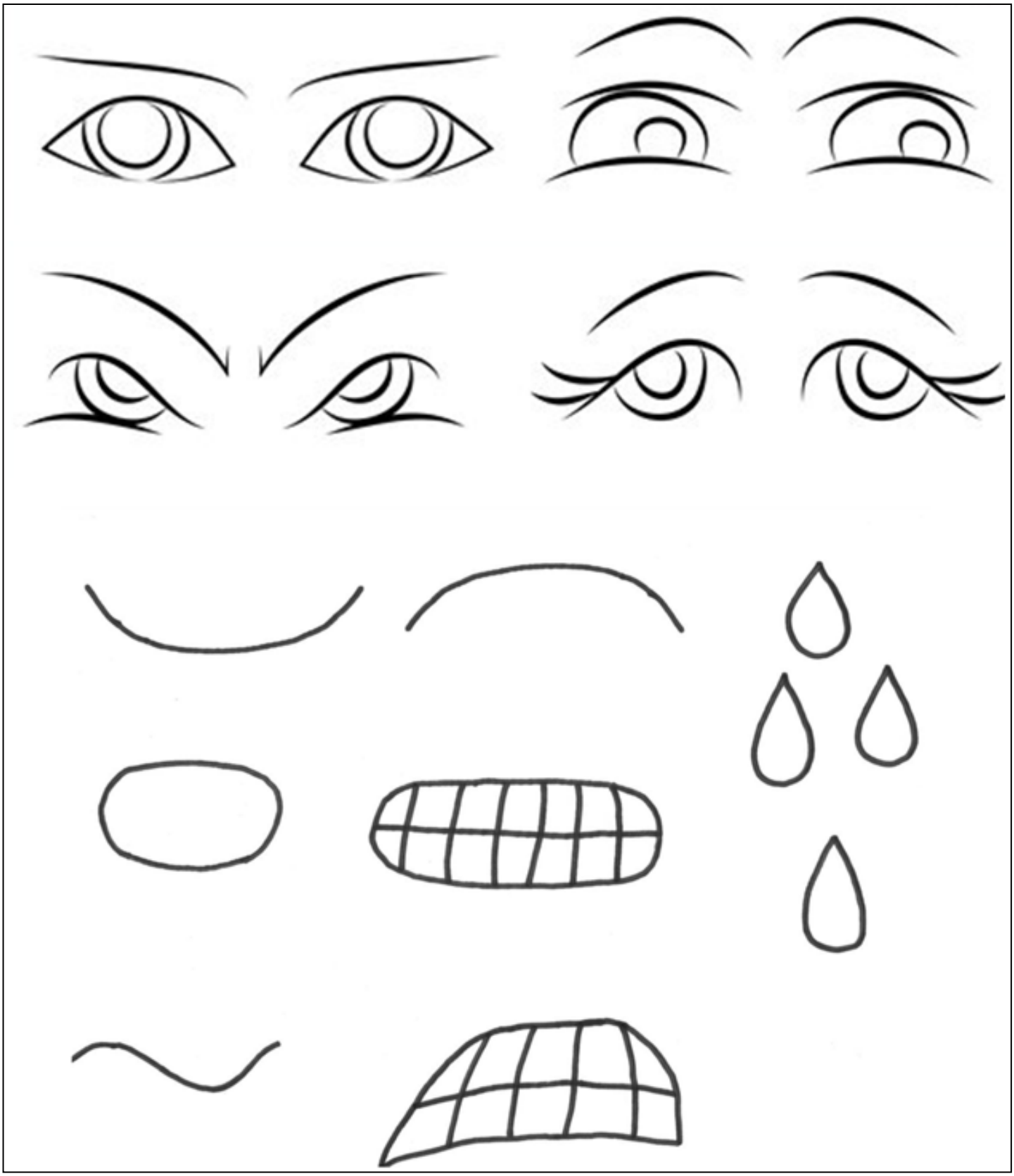
---

**Παράρτημα 5**



Created by Kate Fairlie picklebums.com © 2019 For personal non-commercial use only.

**Παράρτημα 6**



Παράρτημα 7

| | | |
|---|---|---|
| Απορία | Μοναξιά | Ενθουσιασμός |
| Χαρά | Άγνοια | Αγωνία |
| Απογοήτευση | Λύπη | Ανεμελιά |
| | Θυμός | |

SURFERS
FOR LIFE
SUMMER LOADING
COOL

YOUR REST
CALIFORNIA BEACH RESORT
SURFERS
FOR LIFE
SUMMER LOADING

YOUR REST
CALIFORNIA BEACH RESORT
SURFERS
FOR LIFE
SUMMER LOADING

YOUR REST
CALIFORNIA BEACH RESORT
SURFERS
FOR LIFE
SUMMER LOADING
COOL

YOUR REST
CALIFORNIA BEACH RESORT
SURFERS
FOR LIFE
SUMMER LOADING

**Παράρτημα 8**

# Το Κοριτσάκι με τα Σπίρτα

**Ψευδώνυμο μαθητή:**

_____

**Ποιο είναι το συναίσθημα που νιώθω μετά το τέλος της ιστορίας;**

Ποιοι είναι αυτοί που φταίνε για το ότι το κοριτσάκι είναι έξω στο κρύο και πουλάει σπίρτα;

_____

Συμφωνείτε μ' αυτούς που βλέπουν το κορίτσι και δεν κάνουν τίποτε;

_____

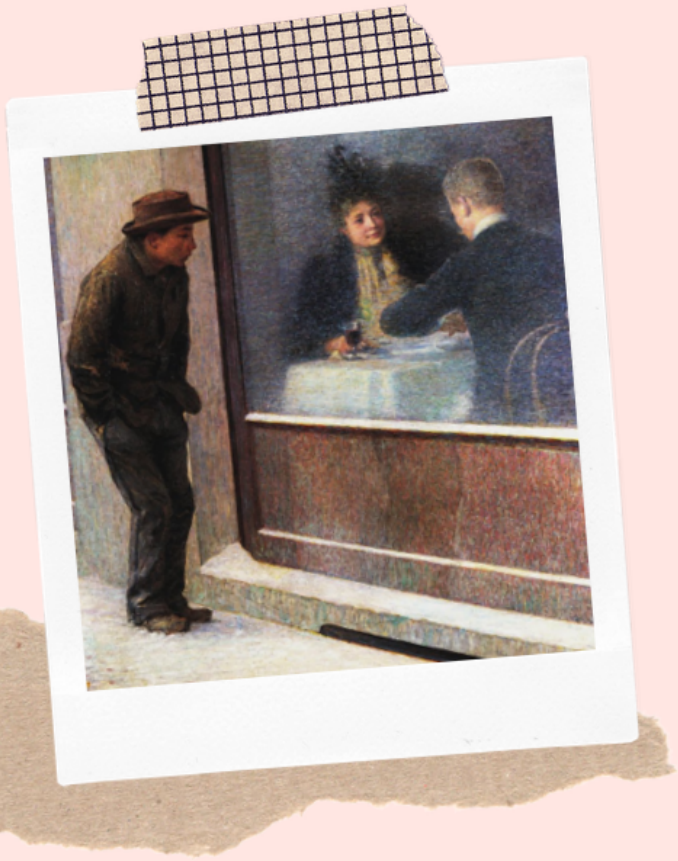
Πως θα ένιωθες αν ήσουν στη θέση του κοριτσιού;

_____

Ποιο θα ήθελες να είναι το τέλος της ιστορίας;

_____

**Παράρτημα 9**



ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ Ο ΝΕΑΡΟΣ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

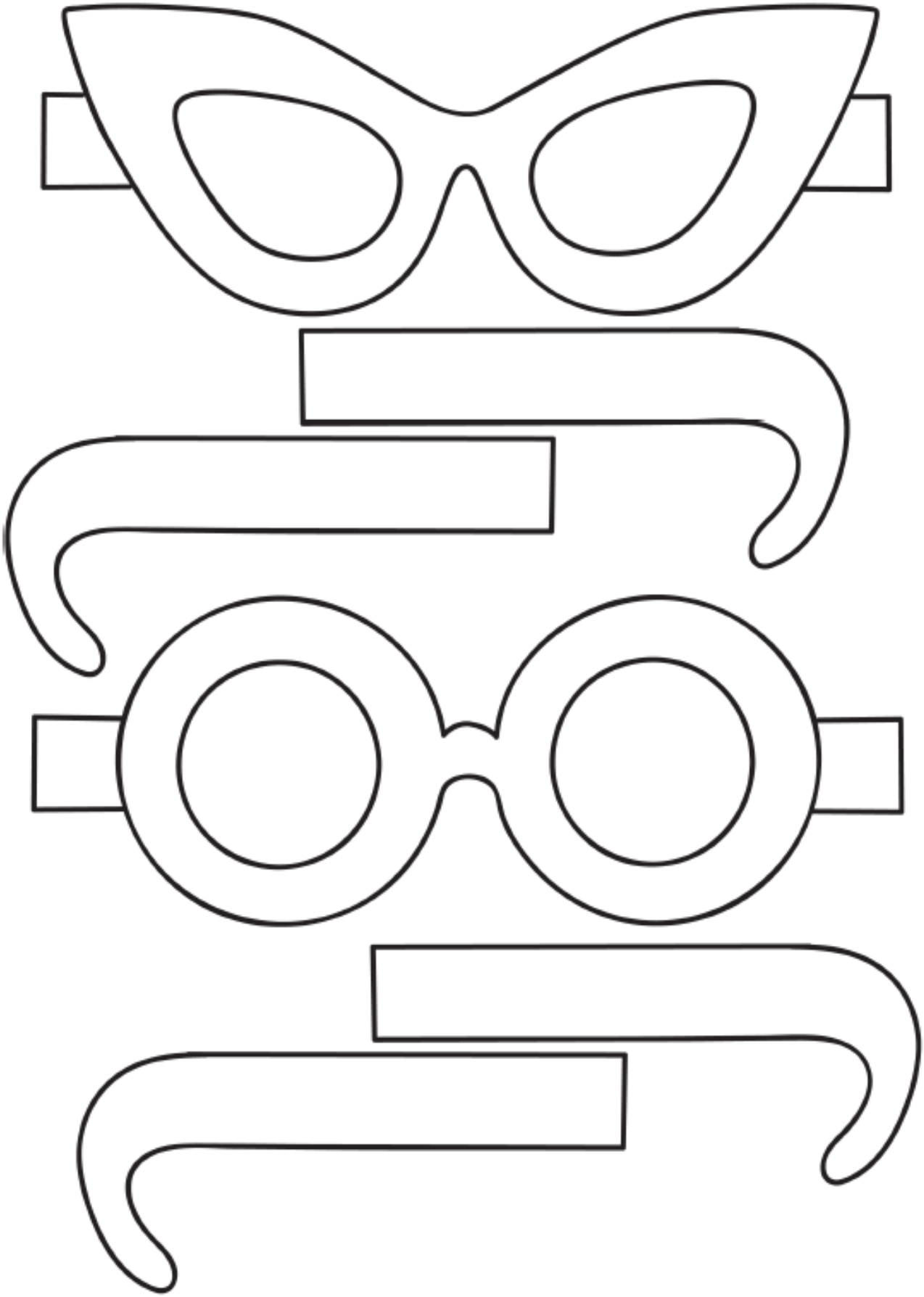
ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ ΤΟ ΖΕΥΓΑΡΙ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ Ο ΚΥΡΙΟΣ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

ΠΩΣ ΘΑ ΕΝΙΩΘΑ ΑΝ ΗΜΟΥΝ ΤΟ ΚΟΡΙΤΣΙ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ;

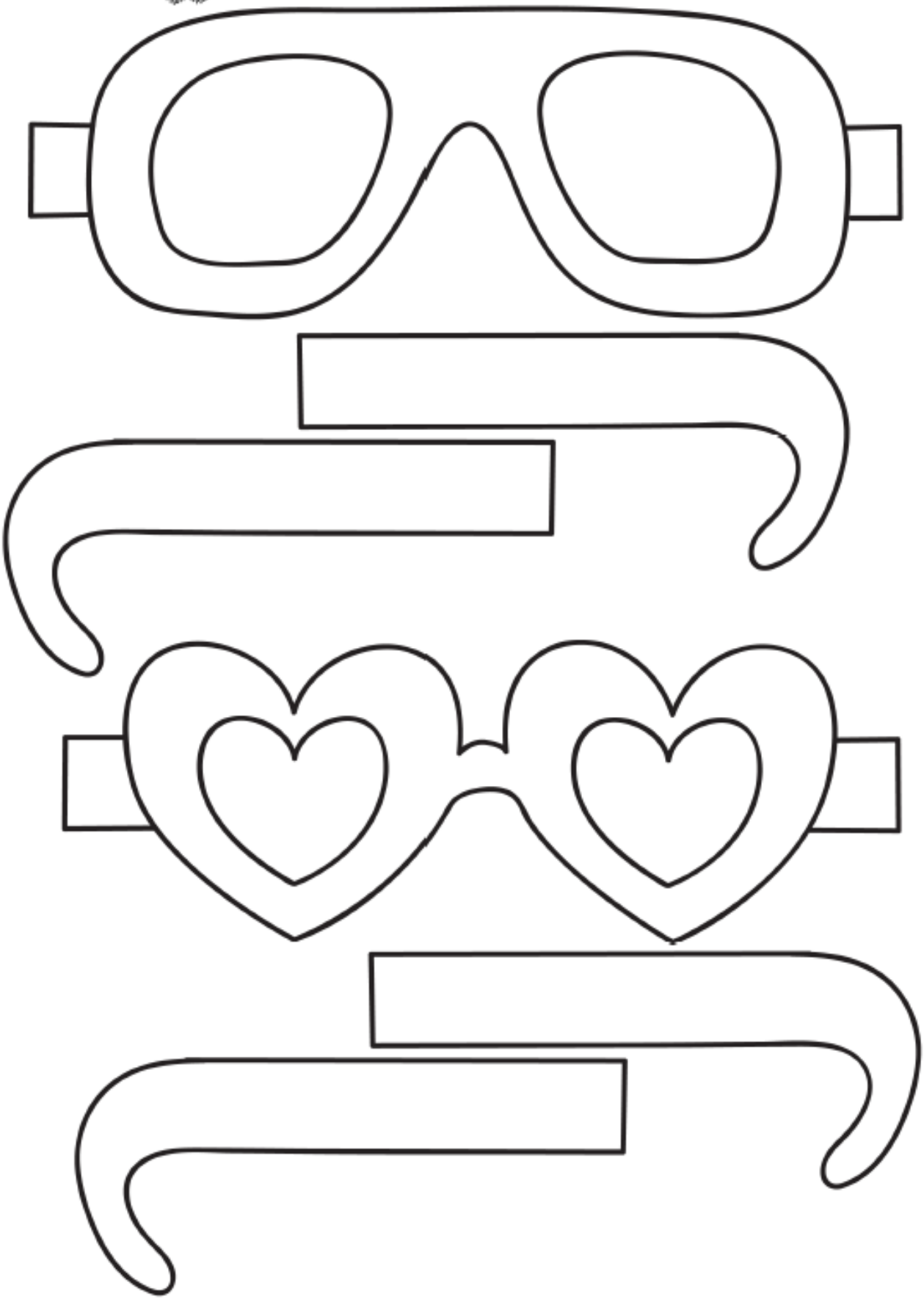
Παράρτημα 10

picklebums.com crazy glasses



Created by Kate Fairlie picklebums.com © 2013 For personal non-commercial use only.

# picklebums.com crazy glasses



Created by Kate Fairlie picklebums.com © 2013 For personal non-commercial use only.

**Παράρτημα 11**

Είσαι 10 χρονών και είσαι από τη Συρία. Με τη μητέρα σου και τον μικρότερο αδελφό σου μένετε σε σπίτι στην Αθήνα. Περιμένετε άδεια για να πάτε στη Γερμανία όπου ζει ο πατέρας σας.

Είσαι 11 ετών και ζεις σε παιδικό χωριό από τότε που ήσουν βρέφος. Δεν γνωρίζεις ποιοί είναι οι γονείς σου.

Είσαι 20 χρονών και είσαι κόρη Διευθυντή Τράπεζας. Σπουδάζεις οικονομικά στο Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Είσαι 12 ετών και γεννήθηκες με κάποια αναπηρία που σε αναγκάζει να κινείσαι με αναπηρικό αμαξίδιο. Ζεις σε ένα διαμέρισμα με τους γονείς σου και την αδελφή σου.
Οι γονείς σου είναι δάσκαλοι.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι ένα κορίτσι Roma 17 χρονών που δεν τελείωσε το Δημοτικό μιας και από μικρή εργάζεσαι.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι από το Πακιστάν και είσαι 16 χρονών. Μένεις στην Ελλάδα σε ξενώνα, πηγαίνεις σχολείο, μαθαίνεις ελληνικά και είσαι χαρούμενος γιατί παίζεις στην ομάδα ποδοσφαίρου. Ονειρεύεσαι να ξαναδείς τους γονείς σου και τους φίλους σου.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι μία ανύπαντρη μητέρα 2 παιδιών από την Αλβανία που δουλεύει σερβιτόρα σε καφετέρια.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι γιος του Προέδρου Πολυεθνικής Εταιρείας. Σου αρέσει να διασκεδάζεις συνέχεια.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι 9 ετών και ζεις σε ένα διαμέρισμα με τους γονείς σου. Ο πατέρας σου είναι οικοδόμος και η μητέρα σου δουλεύει σε Σούπερ Μάρκετ. Είσαι πάρα πολύ καλός στον αθλητισμό.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι 15 ετών. Εσύ και τα αδέλφια σου ζείτε σε ένα όμορφο σπίτι με μεγάλο κήπο. Ο πατέρας σου είναι Προϊστάμενος σε Τράπεζα και η μητέρα σου φροντίζει το σπίτι.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι ένα αγόρι με κινητικές δυσκολίες από ένα μικρό χωριό στην Ήπειρο. Οι γονείς σου δουλεύουν και οι δύο σε μία φάρμα.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι 8 ετών και η μικρότερη από τα τρία παιδιά της οικογένειας. Ζείτε σε ένα μικρό διαμέρισμα στη Θεσσαλονίκη. Ο πατέρας σου είναι μηχανικός, προς το παρόν είναι άνεργος γι' αυτό δεν έχετε πολλά χρήματα. Όμως, ο πατέρας σου διαθέτει περισσότερο χρόνο για να παίζει μαζί σου.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι μία άνεργη δασκάλα που ζει σε μία χώρα της οποίας τη γλώσσα δεν μιλάει καλά.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι ένας άστεγος άντρας 27 χρονών.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι ένα αγόρι 11 χρονών που δουλεύει στα χωράφια σε ένα απομακρυσμένο νησί.
Δεν πηγαίνεις σχολείο.

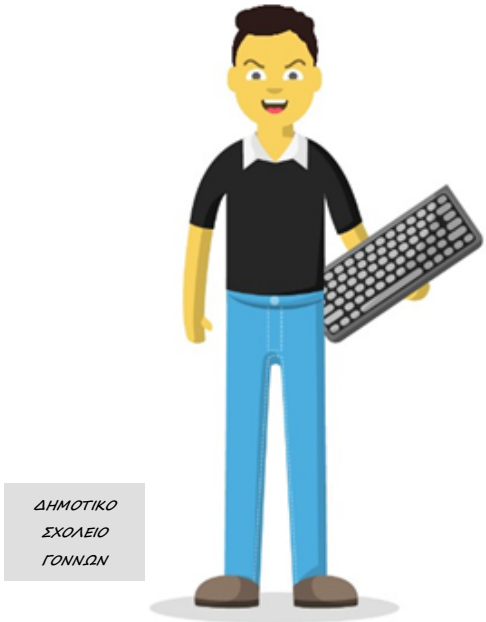
ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι Μουσουλμάνα και ζεις με τους γονείς σου που είναι και οι δύο πολύ πιστοί στη θρησκεία σας.
Ο πατέρας σου είναι αγρότης.

Είσαι ένα αγόρι 8 χρονών που δουλεύει στο τοπικό εργοστάσιο μαζί με τον πατέρα του. Έχεις πάει μόνο στην Α' Δημοτικού.

Είσαι 13 ετών. Γεννήθηκες στο Βόλο όμως οι γονείς σου μετανάστευσαν εδώ από την Βουλγαρία. Διατηρούν ένα εστιατόριο και μένετε σε δωμάτια πάνω από το εστιατόριο με την αδελφή σου. Και οι δύο βοηθάτε στο εστιατόριο μετά το σχολείο.

Είσαι ένα αγόρι 19 χρονών που σπουδάζει Εμπορικό Δίκαιο στο Λονδίνο.




Είσαι το παιδί Αμερικανού Πρέσβη στη χώρα που βρίσκεσαι. Είσαι 11 ετών και πηγαίνεις σε ιδιωτικό σχολείο. Είσαι πολύ καλός στις Νέες Τεχνολογίες.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Εσύ και οι γονείς σου ήρθατε στη χώρα για να βρείτε ασφάλεια από τον πόλεμο που μαίνεται στη πατρίδα σου. Είσαι 12 ετών και βρίσκεσαι εδώ σχεδόν 3 χρόνια. Δεν ξέρεις πότε και αν θα μπορέσεις να επιστρέψεις στη πατρίδα σου.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι κόρη Διευθυντή Τράπεζας. Σπουδάζεις Οικονομικά στο Πανεπιστήμιο της Πάτρας.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι δασκάλα από τη Βοσνία. Ζεις στην Ελλάδα, και μένεις στο ίδιο σπίτι με μια ηλικιωμένη κυρία που φροντίζεις. Έχεις ρεπό μια φορά την εβδομάδα.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Εσύ και ο μεγάλος σου αδελφός είστε ιδιαίτερα χαρισματικοί στα μαθήματα και στις εξωσχολικές δραστηριότητες. Οι γονείς σας είναι Καθηγητές Πανεπιστημίου. Σας στέλνουν σε μαθήματα προγραμματισμού και εκπαιδευτικές κατασκηνώσεις για να προετοιμαστείτε για διαγωνισμούς.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι Αφγανός πρόσφυγας, ζεις στην Ελλάδα και δουλεύεις στα χωράφια. Ζεις με 4 συμπατριώτες σου σε μια καλύβα δίπλα στις καλλιέργειες.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

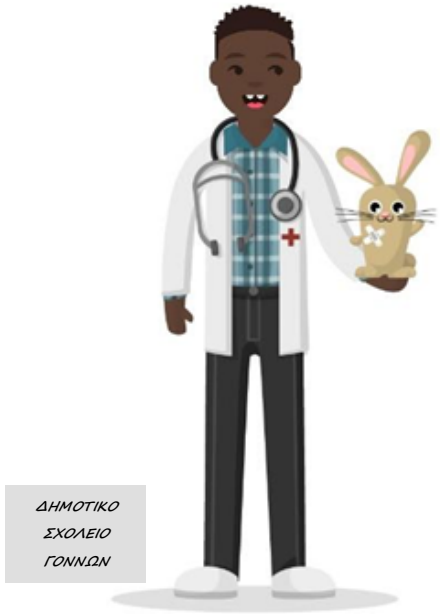
Είσαι 15 χρονών κορίτσι από τη Σομαλία. Τώρα ζεις σε καταυλισμό προσφύγων στη Τουρκία, πηγαίνεις σχολείο αλλά θες να ξανασμίξεις με την οικογένειά σου που βρίσκεται στη Σομαλία.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Μετανάστευσες σε αυτή τη χώρα όταν ήσουν μωρό. Τώρα είσαι 10 ετών. Πολλοί άλλοι μετανάστες ζουν στη γειτονιά σου, όπου ο πατέρας σου διαθέτει ένα κατάστημα. Μιλάς τις γλώσσες τόσο της παλιάς, όσο και της νέας σου πατρίδας και συχνά μεταφράζεις για τη μητέρα και τη γιαγιά σου.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΟΝΝΩΝ

Είσαι 12 ετών και έχεις μειωμένη όραση. Μένεις σε ένα χωριό με τους γονείς σου, οι οποίοι έχουν ένα μπακάλικο.




Είσαι ένα αγόρι από το Κονγκό, μένεις σε μια δομή προσφύγων με τη μαμά σου. Περιμένεις να ξεκινήσεις το σχολείο και θέλεις να γίνεις γιατρός.

Είσαι το 8ο παιδί πολύτεκνης οικογένειας που ζει σε χωριό. Οι γονείς ασχολούνται με τη γεωργία και την κτηνοτροφία. Μετά το σχολείο με τα αδέρφια σου βοηθάτε τους γονείς σας στις δουλειές.

**Παράρτημα 12**

# Κάρτες Ενσυναίσθησης – Empathy Cards
# Καταστάσεις και γεγονότα

1. Όλη η οικογένειά σου ζει μαζί, στη χώρα καταγωγής σου.
2. Δεν έχεις καμία τραυματική εμπειρία από πόλεμο.
3. Εσύ και η οικογένεια σου έχετε πάντα αρκετά χρήματα για να καλύψετε τις ανάγκες σας.
4. Δεν σε αντιμετωπίζουν περίεργα λόγω του χρώματος της επιδερμίδας σου.
5. Δεν σε αντιμετωπίζουν περίεργα λόγω κάποιας αναπηρίας που αντιμετωπίζεις.
6. Μπόρεσες/μπορείς να τελειώσεις το σχολείο.
7. Μπορείς να σπουδάσεις και να ακολουθήσεις το επάγγελμα που επιθυμείς.
8. Δεν φοβάσαι ότι θα σε σταματήσει στον δρόμο η αστυνομία.
9. Δεν έχεις νοιώσει ποτέ ρατσισμό για την καταγωγή σου.
10. Δεν σε κοροϊδεύουν για την εμφάνισή σου.
11. Έχεις πρόσβαση στο σύστημα υγείας.
12. Μπορείς να πάς διακοπές μια φορά τον χρόνο.
13. Μπορείς να καλέσεις τους φίλους σου στο σπίτι σου για φαγητό.
14. Περνάς καλά στη ζωή σου, έχεις όσα χρειάζεσαι για να κοιτάς το μέλλον με αισιοδοξία.
15. Δεν φοβάσαι ότι μπορεί να σου επιτεθούν στον δρόμο.
16. Αγοράζεις ρούχα και παπούτσια όποτε τα χρειάζεσαι.
17. Μπορείς να γιορτάσεις τις θρησκευτικές γιορτές με την οικογένεια και τους φίλους σου.
18. Μπορείς να συμμετέχεις σε ένα σεμινάριο στο εξωτερικό.
19. Μπορείς να συμμετέχεις σε όλες τις δραστηριότητες χωρίς προβλήματα.
20. Δεν αναγκάζεσαι να δουλέψεις για να βοηθήσεις οικονομικά την οικογένειά σου.
21. Σέβονται και αναγνωρίζουν τις ικανότητες σας στην κοινωνία σας.
22. Έχεις κινητό, έχεις πρόσβαση στο διαδίκτυο και στις νέες τεχνολογίες.
23. Έχεις αρκετό χρόνο να παίξεις και φίλους να παίξεις μαζί τους.
24. Μπορείς να αγοράσεις μια σοκολάτα την εβδομάδα.
25. Δεν φοβάσαι για το μέλλον σου ή το μέλλον των παιδιών σου.
26. Δεν νιώθεις αδικημένος και άτυχος σ’ αυτή τη ζωή.
27. Είσαι ικανοποιημένος/η με τη ζωή σου και νιώθεις ευτυχισμένος/η
28. Μπορείς να ζήσεις όπως έχεις ονειρευτεί.

# Quiz Ενσυνειδητότητας – Mindfulness

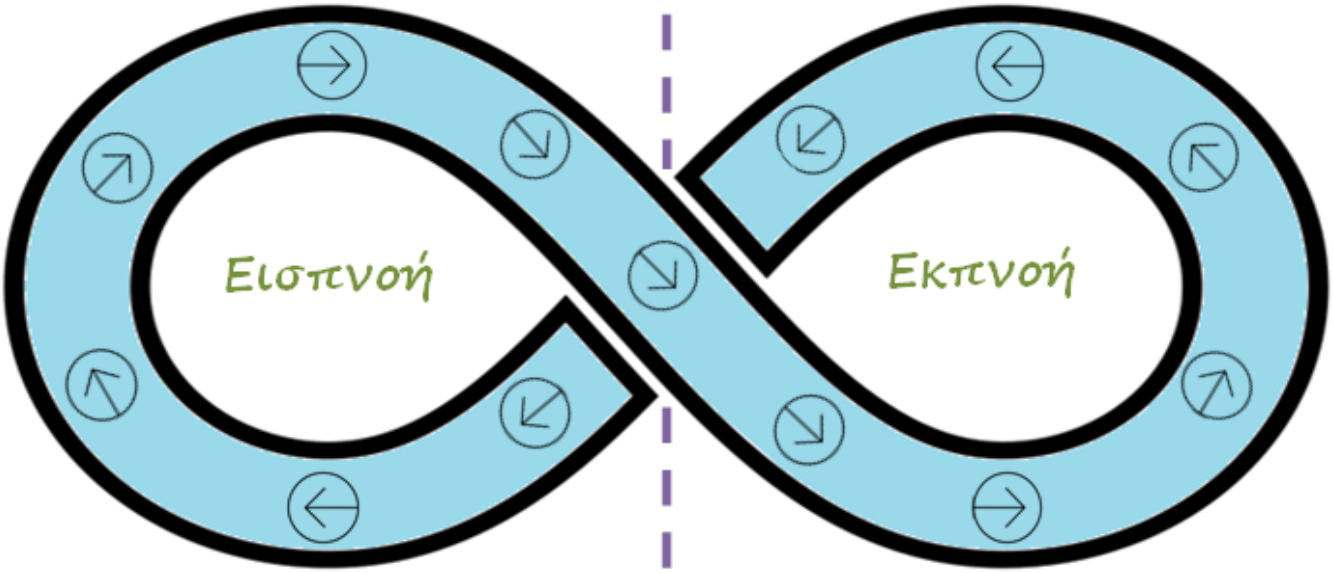
Σε κάθε μια από τις παρακάτω δηλώσεις, εισαγάγετε τον αριθμό από την κλίμακα που αντιστοιχεί καλύτερα σε σχέση με το πόσο συχνά αντιμετωπίζετε αυτές τις καταστάσεις.

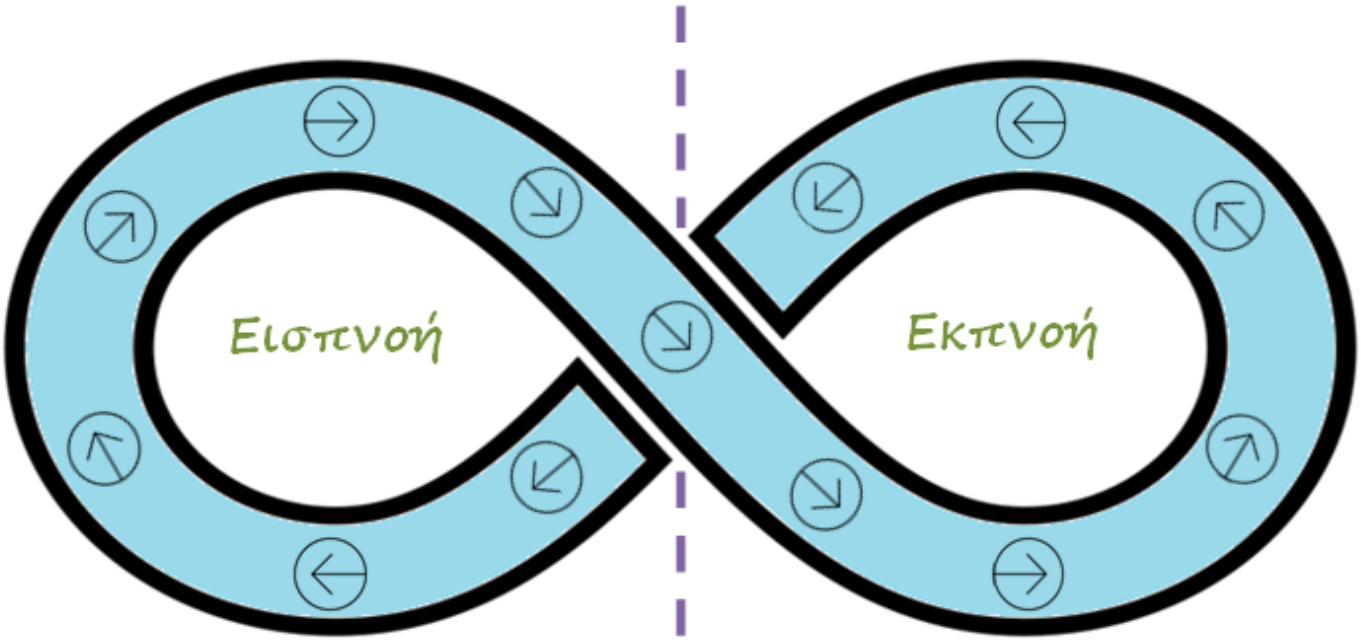
| 1 Ποτέ | 2 Σπάνια | 3 Μερικές φορές | 4 Συχνά | 5 Πάντα |
|---|---|---|---|---|

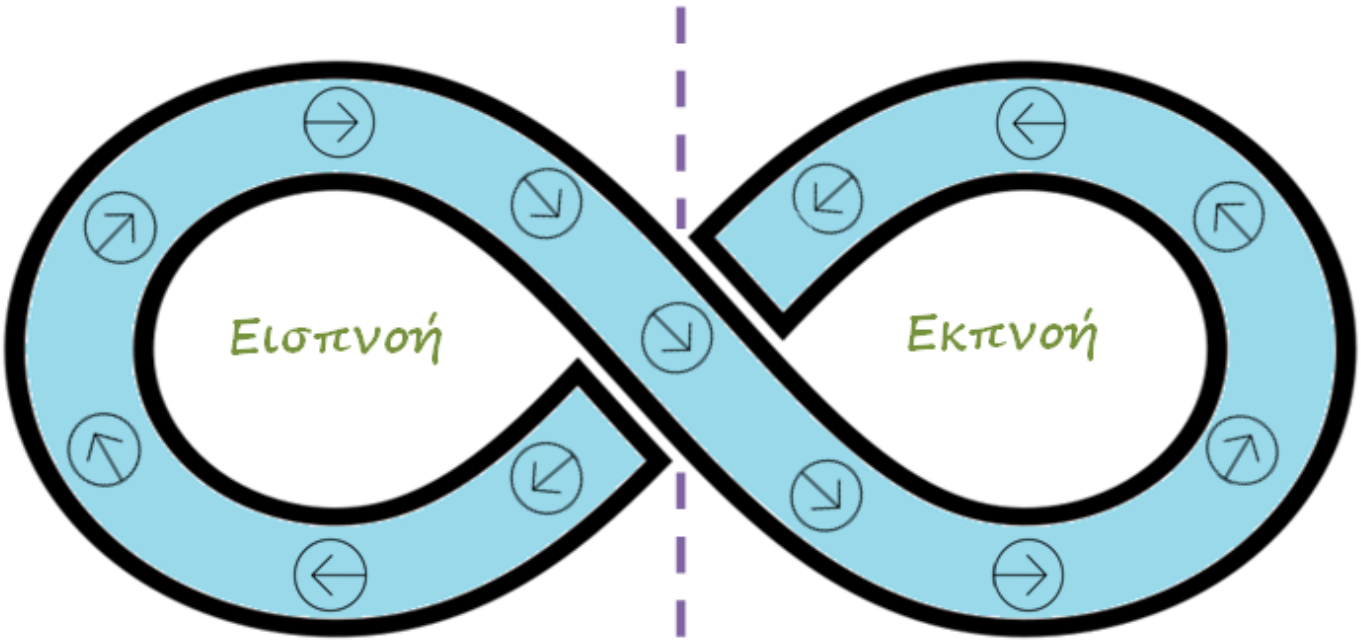
| | |
|---|---|
| 1. Όταν περπατάτε κάπου και βλέπετε ένα λουλούδι στο δρόμο σας, σταματάτε να το μυρίσετε. | |
| 2. Έχετε την τάση να ανησυχείτε για το μέλλον και / ή να μετανιώνετε για πράγματα από το παρελθόν. | |
| 3.Αφιερώνεται χρόνο για να απολαύσετε πραγματικά το φαγητό σας. | |
| 4. Μετακινείστε από το ένα μέρος στο άλλο χωρίς να παρατηρείτε τι συμβαίνει γύρω σας. | |
| 5. Χάνεστε στις σκέψεις σας ενώ κάποιος άλλος μιλάει. | |
| 6. Παρατηρείτε τι συμβαίνει στο σώμα σας όταν έχετε άγχος (π.χ. γρήγορος καρδιακός παλμός, ένταση μυών). | |
| 7. Είναι πολύ ωραίο απλά να κάθεστε και να παρακολουθείτε ένα ηλιοβασίλεμα. | |
| 8. Μετά από ένα επιχείρημα, συνεχίζετε να σκέφτεστε όλα τα πράγματα που θα μπορούσατε να πείτε για να αποδείξετε τη θέση σας. | |
| 9. Είστε χαμένος/η στη σκέψη σας ακόμη και όταν μπορείτε να απολάυσετε μια αισθητική εμπειρία, όπως ένα φιλί! | |
| 10. Είστε ανυπόμονοι ενώ περιμένετε στη γραμμή, σε ένα κόκκινο φανάρι ή με τα μέσα μαζικής μεταφοράς. | |
| 11. Δίνετε χρόνο στον εαυτό σας να σταματήσετε και να αισθανθείτε ευγνώμονες για τα πράγματα που έχετε. | |
| 12. Είστε σκληροί με τον εαυτό σας όταν κάνετε λάθη. | |
| 13. Συχνά προσπαθείτε να σκέφτεστε τον εαυτό σας έξω από προβλήματα και καταστάσεις | |
| 14. Δίνετε προσοχή στους ήχους όπως ο άνεμος που φυσάει μέσα από τα δέντρα, τα αυτοκίνητα που περνούν ή η βροχή πέφτει. | |
| Το σύνολο των απαντήσεων στις ερωτήσεις 1, 3, 6, 7, 11, 14 είναι = | |
| **Προσθέστε το 34 =** | |
| **Αφαιρέστε το σύνολο των απαντήσεων στις ερωτήσεις 2, 4, 5, 8, 9, 10, 12, 13 =** | |
| **Συνολικό Άθροισμα =** | |

**Βαθμολογία 0 -18:**
**Αρχάριος/α. Πιάνετε τον εαυτό σας συχνά να χάνετε στις σκέψεις και να χάνεται το παρόν, τη στιγμή. Συνεχίστε την εξάσκηση.**
**Βαθμολογία 19-38:**
**Έχετε αρκετές στιγμές όπου συνειδητοποιείται το παρόν και ό,τι ζείτε. Συνεχίστε την εξάσκηση.**
**Βαθμολογία 39 - 56:**
**Έχετε σχεδόν πάντα επίγνωση του παρόντος. Συνεχίστε την εξάσκηση.**

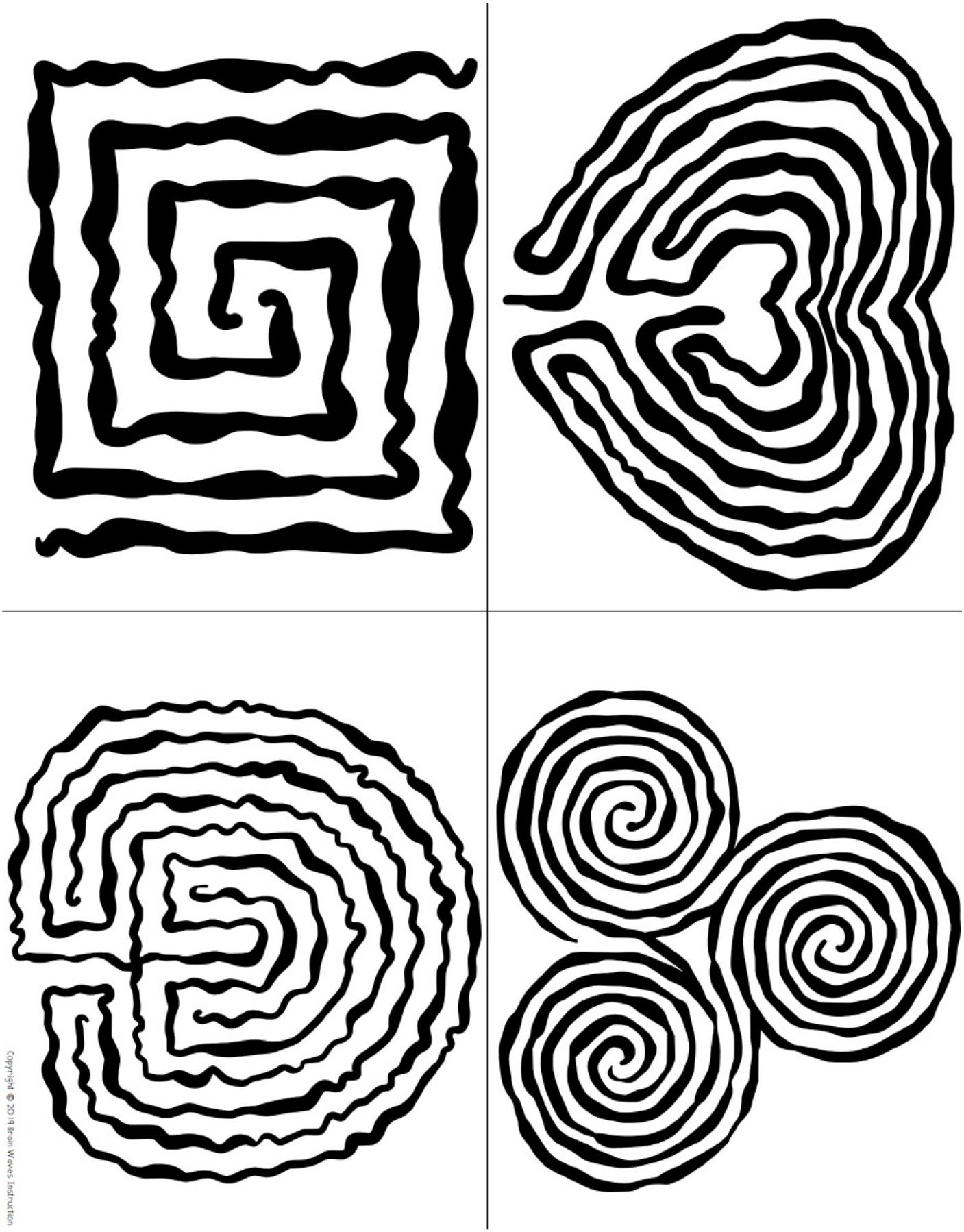
**Παράρτημα 14**



**Παράρτημα 15**



**Παράρτημα 16**

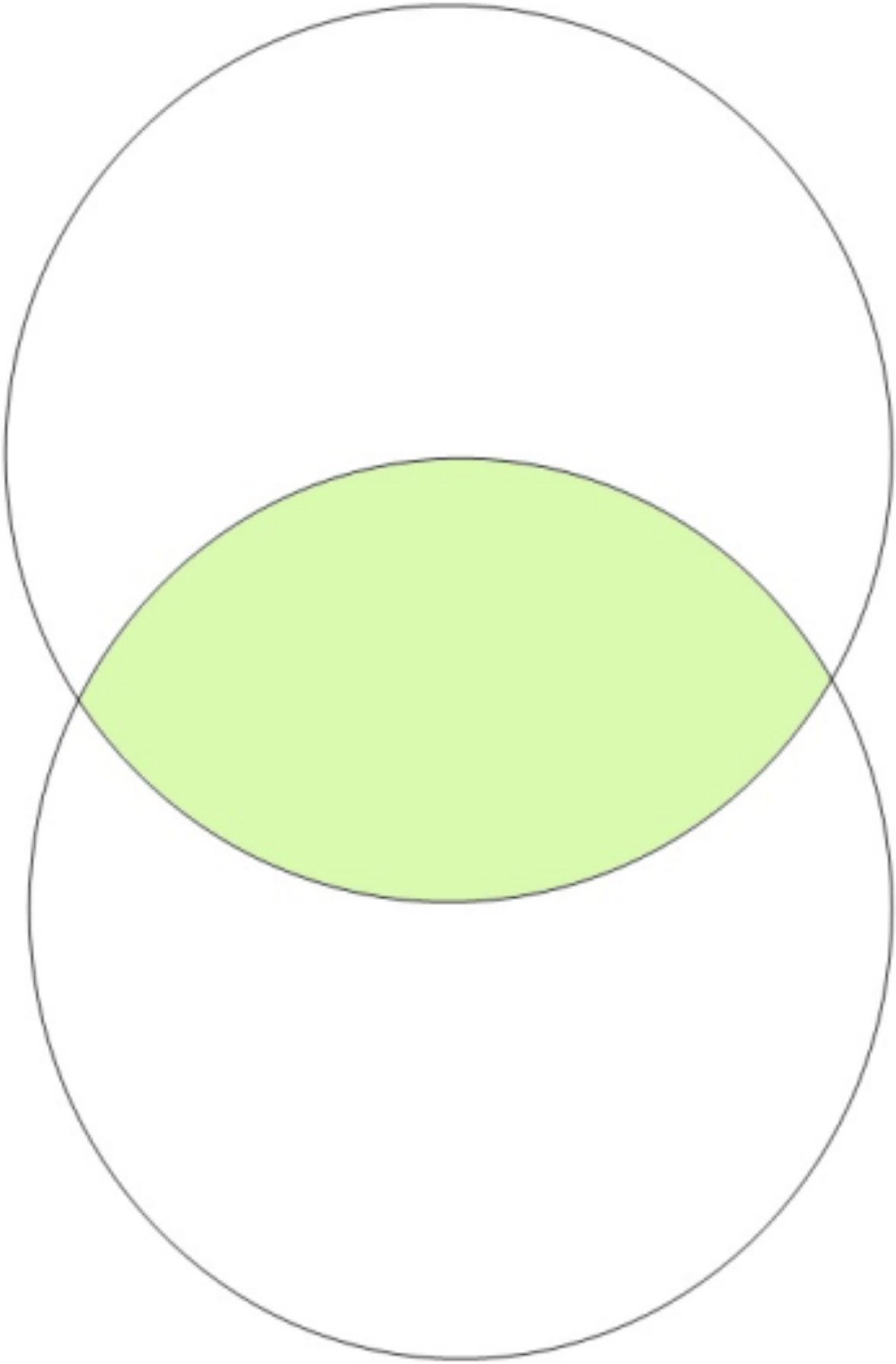
| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Απλά ανέπνευσε! | Μη σταματάς ποτέ να ελπίζεις! | Κάνε ότι σου δίνει χαρά! | Κάνε τη μέρα σου υπέροχη! | Γέλα περισσότερο | Η ζωή είναι ένα ταξίδι κ όχι αγώνας δρόμου! | Σκέψου θετικά για όλους! |
| Να μαζεύεις στιγμές και όχι πράγματα! | Να είσαι ευγενικός/η πάντα! | Τα λάθη είναι αποδείξεις ότι προσπαθείς! | Να είσαι αστείος/α! | Αν το έχεις ονειρευτεί μπορείς κ να το κάνεις! | Να είσαι τίμιος/α πάντα! | Κάνε κάποιον/α να γελάσει σήμερα! |
| Πες ναι σε νέες περιπέτειες | Πες σε κάποιον/α σ' αγαπώ! | Κάνε μια καλή πράξη! | Πες σε κάποιον/α ότι χαίρεσαι που είστε φίλοι! | Δώρισε κάτι σε κάποιον/α! | Βοήθησε κάποιον/α που έχει ανάγκη! | Πες ευχαριστώ συχνά! |
| Κοίτα τον ήλιο κ πάρε βαθιά ανάσα! | Ζήτα συγνώμη όταν φταις! | Δώσε ένα λουλούδι στη/στο δασκάλα/ο! | Να λες ευχαριστώ για την κάθε μέρα! | Η καλύτερη στιγμή είναι το τώρα! | Κάνε ότι σου δίνει χαρά! | Να είσαι ευγνώμων για όσα έχεις! |


| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Απλά ανέπνευσε! | Μη σταματάς ποτέ να ελπίζεις! | Κάνε ότι σου δίνει χαρά! | Κάνε τη μέρα σου υπέροχη! | Γέλα περισσότερο | Η ζωή είναι ένα ταξίδι κ όχι αγώνας δρόμου! | Σκέψου θετικά για όλους! |
| Να μαζεύεις στιγμές και όχι πράγματα! | Να είσαι ευγενικός/η πάντα! | Τα λάθη είναι αποδείξεις ότι προσπαθείς! | Να είσαι αστείος/α! | Αν το έχεις ονειρευτεί μπορείς κ να το κάνεις! | Να είσαι τίμιος/α πάντα! | Κάνε κάποιον/α να γελάσει σήμερα! |
| Πες ναι σε νέες περιπέτειες | Πες σε κάποιον/α σ' αγαπώ! | Κάνε μια καλή πράξη! | Πες σε κάποιον/α ότι χαίρεσαι που είστε φίλοι! | Δώρισε κάτι σε κάποιον/α! | Βοήθησε κάποιον/α που έχει ανάγκη! | Πες ευχαριστώ συχνά! |
| Κοίτα τον ήλιο κ πάρε βαθιά ανάσα! | Ζήτα συγνώμη όταν φταις! | Δώσε ένα λουλούδι στη/στο δασκάλα/ο! | Να λες ευχαριστώ για την κάθε μέρα! | Η καλύτερη στιγμή είναι το τώρα! | Κάνε ότι σου δίνει χαρά! | Να είσαι ευγνώμων για όσα έχεις! |

**Παράρτημα 17**

Καταγράψτε τα συναισθήματα που νιώσατε όταν πήγατε για πρώτη φορά σ' ένα άγνωστο μέρος:

**Παράρτημα 18**



Παράρτημα 19

# «Η Ζωή στην τάξη και στο σχολείο»

Ημερομηνία: _____ Όνομα: _____ ☐ Αγόρι ☐ Κορίτσι

Τάξη:_____ Εκπαιδευτικός:_____ Μάθημα:_____

Σχολείο:_____

**Οδηγίες:**
**Στα κενά γράψε τον αριθμό που δείχνει πόσο σε εκφράζει η κάθε πρόταση.**

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| **Ποτέ** | **Σπάνια** | **Μερικές φορές** | **Συχνά** | **Πάντα** |

_____ 1. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι μαθητές/τριες με βοηθούν όταν το χρειάζομαι.

_____ 2. Ανησυχώ για τη σωματική μου ασφάλεια στο σχολείο.

_____ 3. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές/τριες δείχνουν σεβασμό ο ένας στον άλλο ακόμα κι όταν διαφωνούν.

_____ 4. Σε αυτή την τάξη θα έπρεπε να τα πάω καλύτερα με τους/τις συμμαθητές/τριές μου.

_____ 5. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός νοιάζεται πραγματικά για μένα.

_____ 6. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές/τριες μπορούν άνετα να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.

_____ 7. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι/ες μαθητές/τριες νοιάζονται για το πόσα μαθαίνω.

_____ 8. Συχνά αισθάνομαι αναστατωμένος/η σε αυτή την τάξη.

_____ 9. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές χρησιμοποιούν δεξιότητες επίλυσης σύγκρουσης για να λύσουν διαφωνίες εποικοδομητικά.

_____ 10. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι μαθητές/τριες με συμπαθούν έτσι όπως είμαι.

_____ 11. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός νοιάζεται για το πόσο μαθαίνω.

_____ 12. Σε αυτή την τάξη όλοι/ες είναι φίλοι/ες μου.

_____ 13. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές σέβονται ο ένας τον άλλο.

_____ 14. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός συχνά αφήνει τους/τις μαθητές/τριες να επιλύσουν οι ίδιοι τις διαφωνίες τους.

_____ 15. Σε αυτή την τάξη οι υπόλοιποι/ες μαθητές/τριες πραγματικά νοιάζονται για μένα.

**Οδηγίες:**
**Στα κενά γράψε τον αριθμό που δείχνει πόσο σε εκφράζει η κάθε πρόταση.**

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| **Ποτέ** | **Σπάνια** | **Μερικές φορές** | **Συχνά** | **Πάντα** |

_____ 16. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός με συμπαθεί τόσο όσο και τους/τις υπόλοιπους/ες μαθητές/τριες.

_____17. Σε αυτή την τάξη ο/η εκπαιδευτικός αποφασίζει ποιός/ά έχει δίκαιο όταν υπάρχουν συγκρούσεις μεταξύ των μαθητών/τριών.

_____ 18. Όλοι/Όλες οι μαθητές/τριες σε αυτή την τάξη γνωρίζουν καλά ο ένας τον άλλο.

_____ 19. Είναι ασφαλές σε αυτή την τάξη να πω στους/στις υπόλοιπους/ες μαθητές/τριες πως πραγματικά αισθάνομαι.

_____ 20. Φοβάμαι ότι κάποιοι/ες μαθητές/τριες σε αυτή την τάξη ίσως προσπαθήσουν να με βλάψουν.

_____ 21. Σε αυτή την τάξη όταν οι μαθητές/τριες βρίσκονται σε σύγκρουση έχουν την ικανότητα να βλέπουν από την οπτική γωνία του άλλου.

_____ 22. Σε αυτή την τάξη οι μαθητές/τριες συχνά αισθάνονται άνετα να επεμβαίνουν ώστε να βοηθήσουν άλλους μαθητές/τριες που έχουν διαφωνίες ή βρίσκονται σε σύγκρουση.

_____ 23. Σε αυτή την τάξη όταν οι μαθητές/τριες χρειάζονται βοήθεια για να επιλύσουν μια σύγκρουση, αισθάνονται άνετα να ζητήσουν βοήθεια από τους υπόλοιπους συμμαθητές/τριες τους για να διαχειριστούν τη διαμάχη τους.

_____ 24. Ο/Η εκπαιδευτικός δείχνει στους μαθητές/τριες ότι είναι καλό να μοιράζονται τα συναισθήματά τους.

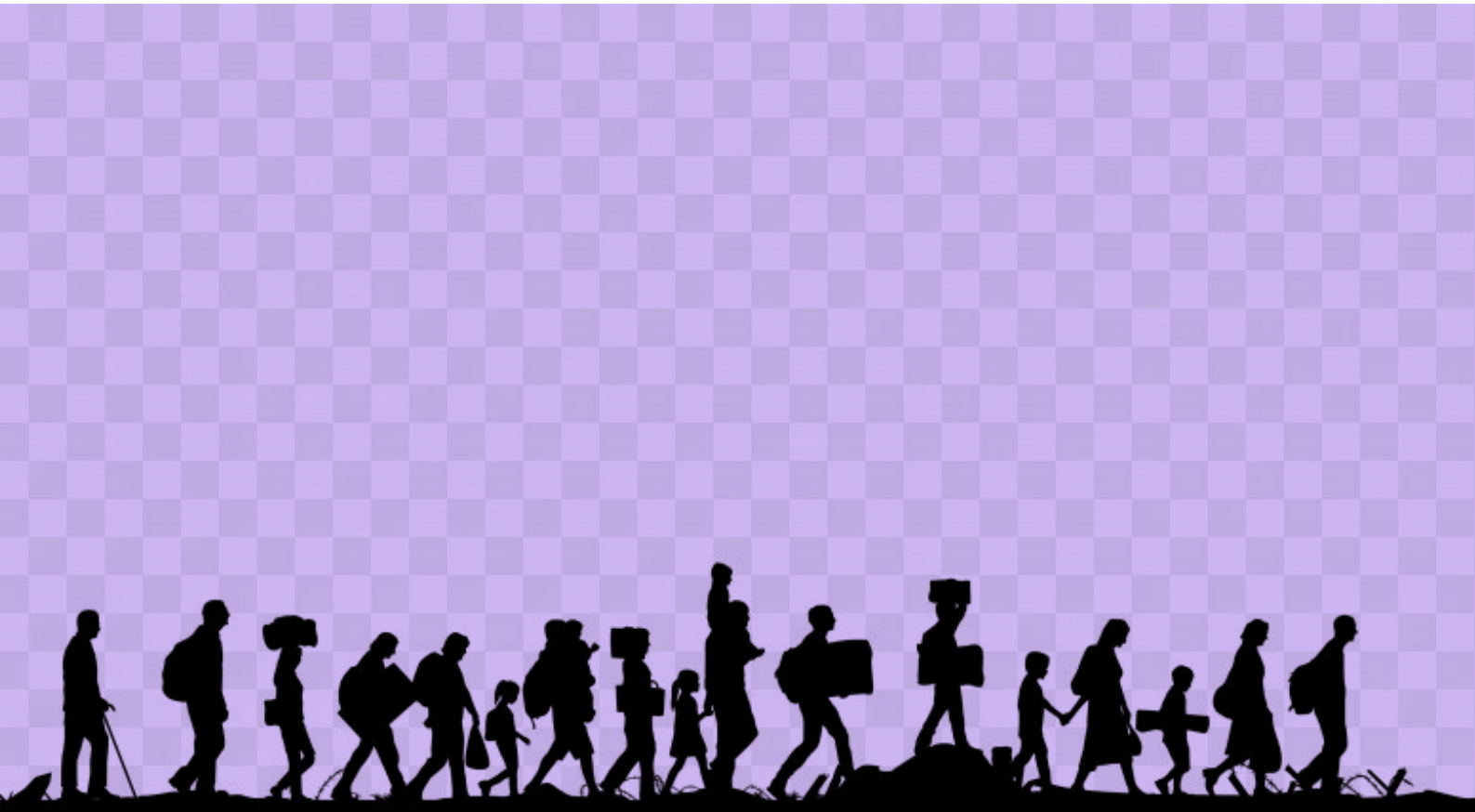
*Ευχαριστούμε!*

Το παρόν βιβλίο εκδίδεται από το Δημοτικό Σχολείο Γόννων για τη διάχυση των αποτελεσμάτων επιμόρφωσης που πραγματοποιήθηκε, στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ ΚΑ1, κατά το σχολικό έτος 2017-2018. Είναι αποτέλεσμα συνεργασίας ομάδας εκπαιδευτικών με κοινωνική λειτουργό.

ISBN: 978-618-84561-1-2

© 2020 Δημοτικό Σχολείο Γόννων
Α’ έκδοση από χορηγό
Δωρεάν Διάθεση

Επιμέλεια - Σελιδοποίηση
Αποστολίνα Σαΐτη
Εκπαιδευτικός Πληροφορικής κλ. ΠΕ86



ISBN: 978-618-84561-1-2

© 2020 Δημοτικό Σχολείο Γόννων