

Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης

Τόμ. 2014, Αρ. 2 (2014)

Σύγχρονες αναζητήσεις της Ειδικής Αγωγής στην Ελλάδα: Πρακτικά 4ου Πανελληνίου Συνεδρίου Επιστημών Εκπαίδευσης

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΤΟΜΕΑΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ Π.Τ.Δ.Ε.
ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

4^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ
ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας
20-22 ΙΟΥΝΙΟΥ 2014

ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2016

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Παπαδόπουλος Γιάννης

Πολυχρονόπουλου Σταυρούλα

Μισαοπούλου Αγγελική

ISSN: 2529-1157

ΑΘΗΝΑ

«Οι συναντήσεις - συμβόλαιο των εκπαιδευτικών που εκπονούν προγράμματα Αγωγής Υγείας με θεματική τον Σχολικό Εκφοβισμό και την Ψυχική Υγεία και η συμβολή τους στη βελτίωση των σχέσεων των μαθητών»

Πηνελόπη Φραντζή, Νικόλαος Χολέβας

doi: [10.12681/edusc.418](https://doi.org/10.12681/edusc.418)

Βιβλιογραφική αναφορά:

Φραντζή Π., & Χολέβας Ν. (2016). «Οι συναντήσεις - συμβόλαιο των εκπαιδευτικών που εκπονούν προγράμματα Αγωγής Υγείας με θεματική τον Σχολικό Εκφοβισμό και την Ψυχική Υγεία και η συμβολή τους στη βελτίωση των σχέσεων των μαθητών». *Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης*, 2014(2), 724–736.
<https://doi.org/10.12681/edusc.418>

«Οι συναντήσεις - συμβόλαιο των εκπαιδευτικών που εκπονούν
προγράμματα Αγωγής Υγείας με θεματική τον Σχολικό Εκφοβισμό και την
Ψυχική Υγεία

και η συμβολή τους στη βελτίωση των σχέσεων των μαθητών»

Πηνελόπη Κ. Φραντζή
Εκπ/κός ΠΕ70-Δ/ντρια Δημ.Σχ., ΜEd., Δίπλ. Μετ/σης,
E-mail: frap@upatras.gr
Νικόλαος Χολέβας
Εκπ/κός ΠΕ70- Σχολικός Σύμβουλος Π.Ε., ΜEd.
E-mail: nicholevas@sch.gr

Περίληψη

Προκειμένου για την ανάληψη και υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας στην ενότητα της πρόληψης του σχολικού εκφοβισμού και της ψυχικής υγείας, θεωρείται απαραίτητη η ευαισθητοποίηση από τον ίδιο τον εκπαιδευτικό. Κρίνεται αναγκαίο ο εκπαιδευτικός να διερευνήσει τη δική του στάση και αντίδραση απέναντι σε κάθε έκφραση σχολικού εκφοβισμού, την ψυχική υγεία και να αναλογιστεί και να διευθετήσει τις δικές του θέσεις, πριν κληθεί να ενημερώσει τους μαθητές του αλλά και να διαχειριστεί συμβάντα που θα βιώσουν οι μαθητές του.

Διαμέσου της δυναμικής των συναντήσεων οι μαθητές βιώνουν και αναγνωρίζουν τις διαφορετικότητές τους αποδεχόμενοι τα συναισθήματά τους και την προσωπική αξία τους. Γνωρίζουν τους «άλλους» και τα συναισθήματά τους, κατανοούν και μοιράζονται τις συγκινήσεις και τις σκέψεις τους. Συνεργάζονται, επιλύουν τα προβλήματα που τυχόν δημιουργούνται και συνειδητοποιούν αυτό που σηματοδοτεί το «ανήκειν» σε μια ομάδα.

Υιοθετώντας την αρχή του σεβασμού των ιδιομορφιών μέσα από συμμετοχικές και συνεργατικές διαδικασίες, τα προγράμματα Αγωγής Υγείας έχουν ως βασικό σκοπό: την ανάπτυξη της αλληλοεκτίμησης και της αλληλοαποδοχής των μαθητών. Το κυριότερο μέσο υλοποίησης ήταν η αξιοποίηση των βιωμάτων. Η δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης, ασφάλειας και αμοιβαιότητας ήταν το δεύτερο συστατικό στοιχείο.

Οι ενότητες των προγραμμάτων Αγωγής υγείας θα προσεγγιστούν θεωρητικά από τα μοντέλα του εποικοδομισμού, της ανακαλυπτικής και συνεργατικής μάθησης.

Λέξεις-Κλειδιά: προγράμματα Αγωγής Υγείας, εποικοδομισμός, ανακαλυπτική-συνεργατική μάθηση, σχολικός εκφοβισμός, ψυχική υγεία.

Abstract

In order to take up and implement health promotion projects and in the prevention of school bullying, it is considered necessary to increase awareness of the teacher. It's almost necessary for the teacher to investigate its own attitude and reaction to each expression school intimidation, to reflect and to settle its own positions, before getting inform the students but also to manage events from which the students will gain experience.

Through the dynamic of the meetings the students should experienced and recognize the differentiations, accepting their emotions and personal value. Get knowing the "other" and their feelings, understanding and sharing their emotions and their

thoughts. Cooperate, resolve problems that might arise and realize what it signifies "belonging" to a group.

By adopting the principle of respect for nature through participatory and collaborative processes, the health promotion projects had as main objective: the development of self-esteem and acceptance of students. The main achievement was the development of experience. The second component was to create a climate of confidence, security and reciprocity.

The sections of the Health Promotion projects will be approached theoretically by constructivism, discovery and cooperative learning models.

Keywords: Health Promotion projects, constructivism, discovery-collaborative learning, school bullying, mental health.

Εισαγωγή

Η προσπάθειά μας να προσεγγίσουμε τα θέματα του σχολικού εκφοβισμού, της ψυχικής υγείας και των διαπροσωπικών σχέσεων αποδείχθηκε μια περιπέτεια, καθώς ο σκοπός ήταν να επιτρέψουμε στο παιδί να φανταστεί, να ονειρευτεί, να παράγει γνώση, αλλά και να μας μάθει πράγματα για τον τρόπο που σκέφτεται και που εμείς ως ενήλικες, δεν μπορούμε πάντα να συλλάβουμε.

Η ψυχική υγεία κάθε παιδιού συνίσταται στο σύνολο των βιολογικών, ψυχολογικών και κοινωνικών παραγόντων. Μεταξύ αυτών η οικογένεια και το σχολείο ασκούν σημαντικότερη επίδραση στη ζωή του παιδιού. Αναγνωρίζεται σήμερα ότι η σχολική εκπαίδευση μέσω των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας μπορεί να συμβάλλει σημαντικά στην προαγωγή της υγείας γενικά και ειδικότερα της ψυχικής υγείας.

Στο πλαίσιο των ευρύτερων αλλαγών που έχουν λάβει χώρα στην οικογένεια και στην κοινωνία, καθίσταται πιο σημαντική η εκτίμηση των πιθανών επιδράσεων του σχολείου και της εκπαίδευσης στην εξέλιξη και ανάπτυξη του παιδιού.

Προϋπόθεση της ανάπτυξης της προσωπικότητας του ατόμου είναι η ικανότητα της αντίληψης της εικόνας του εαυτού του. Οι βασικές παράμετροι που απορρέουν από την έννοια αυτή είναι η αυτογνωσία, η αυτοεκτίμηση και η αυτορρύθμιση (Ρηγοπούλου, 2010:29).

«Στις δυτικές κοινωνίες η ανάπτυξη της ταυτότητας και του εαυτού ορίζεται κυρίως σε αντιδιαστολή με την ταυτότητα και την ατομικότητα του άλλου (Erikson, 1968), ενώ στις παραδοσιακές κοινωνίες η ανάπτυξη του ατόμου βιώνεται μέσα από αντιλήψεις 'ολότητας' και 'ένωσης' με την κοινωνία και όχι διαφοροποίησης ή αντίθεσης με τον 'άλλο'» (ΥΠΕΠΘ, 2008:7).

Υπάρχουν αρκετά ερευνητικά στοιχεία που δείχνουν ότι η ψυχοκοινωνική εξέλιξη του παιδιού μπορεί να επηρεαστεί – θετικά ή αρνητικά – από τα κοινωνικά χαρακτηριστικά του σχολείου στο οποίο φοιτούν τα παιδιά» (ΥΠΕΠΘ, 2008:7).

Ο ρόλος των καινοτόμων προγραμμάτων στη διδακτική πράξη

Το περιεχόμενο των διεπιστημονικών θεμάτων που συναντώνται σε πολλές ευρωπαϊκές χώρες ανήκουν σε ευρύτερες συσχετιζόμενες κατηγορίες με κύριους αντικειμενικούς στόχους: α) την ανάπτυξη θετικών στάσεων και συμπεριφορών καθώς και την καλλιέργεια αξιών στην κοινωνική ζωή των ατόμων και στο ρόλο τους ως ενεργοί πολίτες, β) την ανάπτυξη σε βάθος θεμελιωδών δεξιοτήτων που δεν συνδέονται με κανένα ξεχωριστό αντικείμενο, όπως οι κοινωνικές δεξιότητες μάθησης και επίλυσης προβλημάτων της καθημερινής ζωής, καθώς περιλαμβάνουν μορφές περιεχομένου που είναι δύσκολο να ενταχθούν σε οποιοδήποτε γνωστικό αντικείμενο, γ) την προώθηση νέων μεθόδων διδασκαλίας και μάθησης

(C.I.D.R.E.E., 1999) (στο Σπυροπούλου κ.ά., 2008α. Ανακτήθηκε στις 2-2-2015 από το http://www.pi-schools.gr/download/programs/erevnes/ax_poiot_xar_prot_deflt_ekp/poiot_ekp_erevn/s_197_240.pdf).

Τα προγράμματα Αγωγής Υγείας θεωρήθηκαν τα πλέον ενδεδειγμένα μέσα για την προαγωγή της υγείας, με την έννοια της πρόληψης και βελτίωσης της υγείας των ανθρώπων. Η εφαρμογή των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας στα σχολεία έχει ως στόχο την αλλαγή στάσης και συμπεριφοράς των μαθητών/τριών, με σκοπό την ενίσχυση της αυτοεκτίμησης, της αυτοπεποίθησης, της προσωπικότητας, της υπευθυνότητας και της ικανότητάς τους να υιοθετούν θετικούς τρόπους και στάσεις ζωής (ΚΕ.ΜΕ.ΤΕ., 1998) (στο Σπυροπούλου κ.ά., 2008α. Ανακτήθηκε στις 2-2-2015 από το http://www.pi-schools.gr/download/programs/erevnes/ax_poiot_xar_prot_deflt_ekp/poiot_ekp_erevn/s_197_240.pdf).

Στα καινοτόμα αυτά προγράμματα εμπλέκεται η έννοια της συναισθηματικής νοημοσύνης, η οποία προκαλεί σε διαρκώς αυξανόμενο βαθμό το ενδιαφέρον των μελετητών, τόσο στο χώρο της ψυχολογίας όσο και στο χώρο της εκπαίδευσης. Η συναισθηματική νοημοσύνη προσφέρει μια νέα προσέγγιση σε σχέση με τα παραδοσιακά μοντέλα νοημοσύνης που εστιάζονται αποκλειστικά στις γνωστικές ικανότητες των ατόμων και στην αξιολόγησή τους με τους δείκτες νοημοσύνης. Κεντρική ιδέα της αποτελεί ο ισχυρισμός ότι τα άτομα, τα σχολεία, η κοινωνία στο σύνολό της θα μπορέσουν να λειτουργήσουν πιο αποτελεσματικά, αν οι άνθρωποι αποκτήσουν επίγνωση και έλεγχο των συναισθηματικών αντιδράσεων, τόσο των δικών τους, όσο και των άλλων ατόμων (Goleman, 1997).

Θεωρητικό Πλαίσιο των διαδικασιών μάθησης

Οι κύριες μέθοδοι που δίνουν έμφαση τα καινοτόμα προγράμματα και δη τα προγράμματα Αγωγής Υγείας είναι οι ομαδοσυνεργατικές και βιωματικές προσεγγίσεις, η οικοδόμηση των γνώσεων (εποικοδομισμός) και η ανάπτυξη μεταγνωστικών δεξιοτήτων των μαθητών/τριών και η ευέλικτη διαχείριση του σχολικού χρόνου (στο Σπυροπούλου κ.ά., 2008β. Ανακτήθηκε στις 2-2-2015 από το http://reader.ekt.gr/bookReader/show/index.php?lib=EDULLL&item=109&bitstream=109_0_1#page/2/mode/2up).

Με τις κλασικές εποικοδομιστικές θεωρήσεις των διαδικασιών μάθησης, η προσοχή εστιάζεται στη δραστηριότητα του υποκειμένου που μαθαίνει.

Ο κονστρουκτιβισμός δεν συνδέεται αποκλειστικά με μια θεωρία. Βρίσκει όμως τη βάση του στη θεωρία Gestalt και θεμελιώνεται στη βασική αρχή ότι οι γνώσεις κάθε ατόμου δεν είναι μια απλή καταγραφή της πραγματικότητας, αλλά μια επι-οικοδόμηση αυτής. Μελετά τους μηχανισμούς και τις διαδικασίες της κατασκευής της πραγματικότητας από τα ίδια τα άτομα. Η γνώση οικοδομείται με βάση τις αναπαραστάσεις και την εμπειρία του ατόμου. Κατά τον Piaget, η μάθηση διαμεσολαβείται από τα λεγόμενα γνωστικά σχήματα ή μοντέλα που χρησιμοποιούνται για την κατανόηση των νέων πληροφοριών και τη συγκρότηση της γνώσης. Σύμφωνα με τη θεωρία της γνωστικής επεξεργασίας της πληροφορίας, μεσολαβούν ανάμεσα στην πληροφορία και την αντίληψη, διάφορες διεργασίες όπως η αποκωδικοποίηση, ο συσχετισμός της πληροφορίας και η οργάνωσή της (Ράπτης Α., Ράπτη Α., 2001:81-85) (στο Κουλαϊδής, 2007).

Από τη σκοπιά της εποικοδομιστικής προσέγγισης η διδασκαλία δεν αποβλέπει στη μετάδοση έγκυρης γνώσης αλλά στη δημιουργία των κατάλληλων προϋποθέσεων που θα βοηθήσουν τα άτομα να οικοδομήσουν τα ίδια επιστημονικά έγκυρη γνώση για

τον εαυτό τους. Για να υποστηρίξει την οικοδόμηση γνώσης από τους μαθητές το μαθησιακό περιβάλλον πρέπει να ενθαρρύνει την ενεργή συμμετοχή τους, να λαμβάνει υπόψη και να αξιοποιεί τις προηγούμενες γνώσεις του και να τους παρέχει ερεθίσματα που προκαλούν εννοιολογικές συγκρούσεις, που προβληματίζουν τους μαθητές για την εγκυρότητα των απόψεων τους και τους ενθαρρύνουν να υιοθετήσουν επιστημονικά έγκυρες ιδέες (Τσεχερίδης, χ.χ.).

Η έρευνα καταδεικνύει ότι η μάθηση ενισχύεται όταν οι εκπαιδευτικοί αποδίδουν μεγάλη προσοχή στην προϋπάρχουσα γνώση του εκπαιδευόμενου και τη χρησιμοποιούν ως σημείο αφετηρίας για τη διδασκαλία (Vosniadou, 2001) (στο Καραμάνου, 2014).

Ο Piaget δίνει μια νέα κατεύθυνση στη μάθηση προσεγγίζοντάς την ως παιδαγωγικό φαινόμενο. Δίνεται έμφαση στο «τι είναι γνώση» και στο «πώς οικοδομείται» (Κολιάδης, 1997:112). Ο Piaget τονίζει τη σημασία των γνωστικών σχημάτων και τα ορίζει ως δομή και οργάνωση των δράσεων του ατόμου (Μπασέτας, 2002:211-213). Η μάθηση κατά τον Piaget οικοδομείται από τις ίδιες τις ενέργειες του παιδιού πάνω στα πράγματα και στις σχέσεις που συντονίζονται μέσω των διαδικασιών της ταξινόμησης, αντιστοίχισης και σειροθέτησης (Κουλαϊδής, 2007). Δηλαδή η οικοδόμηση της γνώσης περνά από διάφορες μεταβατικές φάσεις. Πιο συγκεκριμένα, περνάει από μια κατάσταση ισορροπίας σε μια κατάσταση ανισορροπίας, όταν οι προηγούμενες γνώσεις αποδειχθούν λανθασμένες ή ανεπαρκείς και με αυτόν τον τρόπο κατανοούμε ότι έγινε αναδιοργάνωση των γνώσεων και οι νέες γνώσεις ενσωματώθηκαν στις παλιές (Κουλαϊδής, 2007).

Σύμφωνα με τον Bruner: η μάθηση είναι μια ανακαλυπτική διαδικασία (discovery learning) και χαρακτηρίζεται από πολύπλοκες γνωστικές διαδικασίες, οι οποίες έχουν σχέση με την πρόσκτηση, την επεξεργασία και την κωδικοποίηση των πληροφοριών (Στασιάκος, 2008). Ο Bruner επισημαίνει ότι κατά τη μαθησιακή διαδικασία το άτομο πρέπει να οδηγείται από την ανακάλυψη των γνώσεων και των εννοιών, στο μετασχηματισμό των γνώσεων και την αξιολόγηση-εκτίμηση-έλεγχο των γνώσεων (Κολιάδης, 1997, Μπασέτας, 2002).

Ο Bruner υποστηρίζει, ότι η ανακαλυπτική διαδικασία μάθησης επηρεάζεται και προωθείται από ενδοατομικούς παράγοντες, όπως η ετοιμότητα, τα κίνητρα, οι γενικές νοητικές ικανότητες, η κατοχή γνωστικών στρατηγικών για επίλυση προβλημάτων και ο τρόπος που είναι οργανωμένες οι πληροφορίες στη γνωστική δομή του ατόμου (Κουλαϊδής, 2007). Η μάθηση πραγματοποιείται με «συνεργατικές διαδικασίες, σύμφωνα με τον Piaget (2001), ευνοώντας την κοινωνικά αυθόρμητη γνώση (αξίες, ηθική, κανόνες) μέσω της αλληλεπίδρασης του παιδιού με τους συνομηλίκους. Η συνεργατική μάθηση είναι η οργάνωση της διδακτικής διαδικασίας μέσω μικρών ομάδων με σκοπό τη δημιουργική συνεργασία των μαθητών, προκειμένου να φτάσουν στη μάθηση (Johnson, 1993). Η αλληλεπίδραση αυτή αυξάνει τη δυνατότητα για κριτική αντίληψη. Σύμφωνα με τον Freinet (1993) το παιδί αγαπά την ομαδική εργασία εντός μιας ομάδας που συνεργάζεται. Αντίθετα, δεν αγαπά την εργασία σε «κοπάδι», όπου πρέπει να υποκύψει σαν ρομπότ. Στόχος είναι η ανάπτυξη της δημιουργικότητας του παιδιού, δηλαδή η διαδικασία επίλυσης των προβλημάτων, εύρεσης προβλημάτων, είναι εξερεύνηση, είναι μια πνευματική ενέργεια που συνεπάγεται σοβαρή, μελετημένη λήψη αποφάσεων» (στο ΥΠ.Ε.Π.Θ.-Ε.Ι.Ν., 2008:11).

Η σημασία του έργου των εκπαιδευτικών

Σύμφωνα με τις παραπάνω θεωρήσεις, ο εκπαιδευτικός παύει να είναι απλός φορέας και αναμεταδότης γνώσεων, αλλά επιδιώκει να περάσει στη θέση του υποκειμένου

της μάθησης και να ανιχνεύσει τα μαθησιακά εκείνα εμπόδια, που δυσχεραίνουν ή οδηγούν στην αποτυχία την εκπαιδευτική διαδικασία. Σ' αυτό ακριβώς το σημείο προέκυψε και η ανάγκη καταγραφής των βιωματικών νοητικών παραστάσεων των παιδιών.

Αφτηρία της γνώσης θα πρέπει να είναι το τι ήδη γνωρίζουν ή αγνοούν τα παιδιά πριν τη διδακτική παρέμβαση. Οι εκπαιδευτικοί οφείλουν να αξιοποιούν τις αναπαραστάσεις με σκοπό τη μετάβαση σε περισσότερο επεξεργασμένες νοητικές οντότητες, οι οποίες θα μπορούσαν να είναι συμβατές με τα επιστημονικά μοντέλα.

Καθίσταται σαφές ότι μια διδακτική προσέγγιση που βασίζεται στις αρχές του εποικοδομισμού οφείλει να διερευνήσει και να καταγράψει τις νοητικές αναπαραστάσεις των υποκειμένων της μάθησης. Κατ' αυτόν τον τρόπο μπορεί να τις αξιοποιήσει, όταν αυτές ανταποκρίνονται στο επιστημονικό πρότυπο, ή να προσπαθήσει να τις ανατρέψει, όταν αποτελούν γνωστικά εμπόδια, μέσω της δημιουργίας συνθηκών γνωστικής σύγκρουσης.

Σύντομη ανασκόπηση της βιβλιογραφίας για το σχολικό εκφοβισμό

Αν και τα περιστατικά σχολικού εκφοβισμού δεν είναι πρόσφατα, εντούτοις σε ακαδημαϊκό επίπεδο άρχισαν να εμφανίζονται οι πρώτες έρευνες στη δεκαετία του 1980 (Misawa, 2015). Ειδικότερα, οι ερευνητές εστίασαν στην σωματική και ψυχολογική παρενόχληση που εμφανίστηκε στους μαθητές πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης δίνοντας μεγαλύτερη έμφαση στην εξερεύνηση του «πώς» το σχολικό περιβάλλον ευνοεί αυτού του τύπου τον εκφοβισμό.

Έρευνες έδειξαν ότι η σωματική παρενόχληση εμφανίζεται κυρίως μεταξύ αγοριών, ενώ μεταξύ κοριτσιών εμφανίζεται ο «σχεσιακός» εκφοβισμός (π.χ. με τη φράση: *δεν σε έχω φίλη μου πια*) (Hartley, Bauman, Nixon & Davis, 2015).

Έρευνες έδειξαν ότι ένα άτομο δέχεται εκφοβισμό όταν εκτίθεται επανειλημμένα και για ένα χρονικό διάστημα σε αρνητικές ενέργειες εκ μέρους ενός ή περισσότερων προσώπων και εκείνο δυσκολεύεται να υπερασπιστεί τον εαυτό του. Ο ορισμός αυτός προσδιορίζει τρία κύρια στοιχεία του εκφοβισμού: α) ότι είναι μια επιθετική συμπεριφορά η οποία εκφράζεται με ανεπιθύμητες αρνητικές ενέργειες, β) συνήθως περιλαμβάνει ένα μοτίβο με αναγνωρίσιμες συμπεριφορές οι οποίες επαναλαμβάνονται με την πάροδο του χρόνου και γ) προϋποθέτει μια διαφορά της ισορροπίας ισχύος μεταξύ του θύτη και του θύματος (ManchongLimlunthang, 2014).

Όλα τα περιστατικά του εκφοβισμού έχουν μια συναισθηματική ή ψυχολογική διάσταση (Μπογιατζόγλου κ.ά., 2012). Επιπλέον, δεν αποτελεί αντίδραση σε κάποια ενέργεια, αλλά συμβαίνει χωρίς να έχει προηγηθεί κάτι.

Η σχολική βία είναι μια μορφή έκφρασης του θυμού ή του φόβου και αποτελεί μια φυσιολογική ανθρώπινη αντίδραση, είναι μια μορφή κοινωνικού ελλείμματος που αντανάκλα την κοινωνική ανισότητα, τον αποκλεισμό και τη ματαίωση των ατομικών προσδοκιών. Μαθαίνεται σε μικρή ηλικία, συνεπώς μπορεί να αποφευχθεί μέσα από πρώιμες θετικές εμπειρίες. «Όπως αναφέρουν οι Harris και Petrie (2003), ο καλύτερος τρόπος για την επίλυση των προβλημάτων εκφοβισμού είναι να μάθουμε στα παιδιά πώς να προλαμβάνουν τον εκφοβισμό εξ αρχής. Επειδή ο εκφοβισμός είναι μια μαθημένη συμπεριφορά, είναι σημαντικό αυτές οι επιθετικές συμπεριφορές να διευθετούνται στα πρώιμα στάδια ανάπτυξής τους, όπου οι μαθητές μπορούν να τις απομάθουν. Συνιστάται οι στρατηγικές παρέμβασης στη συμπεριφορά των παιδιών να εφαρμόζονται από την ηλικία των δύο ετών, όπου τα περισσότερα παιδιά αρχίζουν να αποκτούν δεξιότητες για να ξεπερνούν την ματαίωση» (Μπογιατζόγλου κ.ά., 2012:18).

Οι προσεγγίσεις των προγραμμάτων Αγωγής Υγείας με θεματική τον σχολικό εκφοβισμό και την ψυχική υγεία στην εκπαιδευτική πράξη

Οι ερευνητές τείνουν να συμφωνούν ότι τα προγράμματα πρόληψης είναι η καλύτερη άμυνα ενάντια στον σχολικό εκφοβισμό και στην προώθηση της ψυχικής υγείας.

Προγράμματα που εφαρμόζονται σε μαθητές όλων των σχολικών βαθμίδων από το νηπιαγωγείο μέχρι το λύκειο σε διάφορες χώρες του κόσμου είναι το πρόγραμμα *Second Step*, το πρόγραμμα *PATHS*, εφαρμόζεται στο νηπιαγωγείο και στις τάξεις του δημοτικού σχολείου, το *KiVa*, πρόγραμμα προώθησης επιμόρφωσης, διαδικτυακών και εξ αποστάσεως δραστηριοτήτων, γονεϊκής συμβουλευτικής και υποστήριξης (Hutchings, 2015).

Τα προγράμματα αγωγής υγείας που υλοποιήσαμε επιδιώκουν την ανάπτυξη στρατηγικών για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής, την πρόληψη και τη φροντίδα, την ασφάλεια, την απουσία του φόβου και τη μάθηση μεθόδων αντιμετώπισης απειλητικών καταστάσεων. Ενθαρρύνουν την ειρηνική διευθέτηση των συγκρούσεων, τις τεχνικές διαπραγματεύσεως, τονίζοντας τη σημασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, της αλληλεγγύης και της ισότητας. Είναι μια προσπάθεια που σχετίζεται με τις διαδικασίες έκφρασης και συμβολισμού των συναισθημάτων αλλά και την επαφή και την αποδοχή των συναισθημάτων των άλλων.

Η μέθοδος που επιλέχθηκε να προσεγγιστεί η θεματική μας στηρίχθηκε στο μοντέλο διδασκαλίας που το επίκεντρο είναι οι ανάγκες των μαθητών (μαθητοκεντρικό μοντέλο) και η ενεργός συμμετοχή τους (ομαδοσυνεργατική και δημιουργική-ενεργητική μάθηση) (ΥΠ.Ε.Π.Θ.-Ε.Ι.Ν., 2008:11).

Η εποικοδομιστική προσέγγιση της διδασκαλίας περιλαμβάνει τα εξής φάσεις: α) την φάση της πρόκλησης του ενδιαφέροντος. Το ξεκίνημα πρέπει να είναι καλά οργανωμένο, να περιέχει παρατηρήσεις, διαφάνειες και ο ρόλος του δασκάλου πρέπει να είναι ενθαρρυντικός ως προς την έρευνα και συντονιστικός στις αισθήσεις. β) Τη φάση της ανάδειξης των ιδεών των μαθητών. Εδώ οι μαθητές αποκαλύπτουν και ξεδιαλώνουν τις εντυπώσεις που τους προξένησε η αφόρμηση. Η εξωτερικευση των αντιλήψεών τους βοηθάει και το δάσκαλο να διευκρινίσει το επίπεδό τους. Για να πραγματοποιηθεί μια εννοιολογική αλλαγή πρέπει να προηγηθεί η γνωστική σύγκρουση. Ο δάσκαλος πρέπει να εκφράζεται τόσο λεκτικά όσο και μη λεκτικά με αποδοχή και φιλικά προς τους μαθητές, απορρίπτοντας κάθε διάθεση ειρωνείας ή κριτικής. γ) Η φάση της αναδόμησης των ιδεών των μαθητών. Στη φάση αυτή οι μαθητές καλούνται να ελέγξουν τις ιδέες τους, με σκοπό να τις επεκτείνουν, να αναπτύξουν ιδέες αν δεν είχαν πριν, ή να τις αντικαταστήσουν. δ) Η φάση ελέγχου. Στη φάση αυτή τα παιδιά ελέγχουν το κατά πόσο οι νέες γνώσεις που απέκτησαν είναι εφαρμόσιμες και τις συσχετίζουν με εμπειρίες της καθημερινής ζωής. ε) Η φάση της ανασκόπησης. Εδώ οι μαθητές αναγνωρίζουν τη σπουδαιότητα αυτών που ανακάλυψαν. Συγκρίνουν τη νέα γνώση με την παλαιά και συνειδητοποιούν με ποια διαδικασία αποκτήθηκε (μεταγνώση).

Τα χαρακτηριστικά της προσέγγισής μας είναι: α) η εργασία σε ομάδες. Κύριο χαρακτηριστικό της εποικοδομιστικής προσέγγισης είναι η εργασία των μαθητών σε ομάδες. Ενθαρρύνεται ένα περιβάλλον εμπιστοσύνης και συνεργατικής ευθύνης. β) Η συζήτηση στην ομάδα. Με τη συζήτηση ο μαθητής κυρίως ανακαλύπτει τις δικές του απόψεις και δευτερευόντως πείθει την ομάδα του. γ) Η παρουσία του εκπαιδευτικού. Πρέπει να επιτευχθεί η οργανωμένη συζήτηση αλλά να αποστασιοποιηθεί ο εκπαιδευτικός από τις ομάδες εργασίας των παιδιών.

Περιγραφή και περιεχόμενο των συναντήσεων

Για να επιτευχθεί ο στόχος του προγράμματος, φροντίσαμε να προσαρμόσουμε το υλικό μας στον τρόπο σκέψης των παιδιών. Η έμφαση δίνεται στη διαδικασία και όχι στο αποτέλεσμα.

Οι συναντήσεις που προβλέπονται για τους μαθητές, ακολουθούν την παρακάτω δομή:

- Προετοιμασία της δραστηριότητας
- Αφήγηση της ιστορίας
- Συζήτηση
- Βιωματικές δραστηριότητες
- Κλείσιμο-τέλος συνάντησης

1η Συνάντηση: «Γνωρίζομαι-Εμπιστεύομαι-Συνεργάζομαι»

Η πρώτη συνάντηση έχει στόχο να γνωριστεί η ομάδα και τα παιδιά να δημιουργήσουν κλίμα εμπιστοσύνης και συνεργασίας στην τάξη με διάφορες δραστηριότητες, όπως: φτιάχνουν όλοι οι μαθητές έναν κύκλο, χωρίζονται σε ζευγάρια, γίνεται ανάγνωση παραμυθιού αξιοποιώντας το περιεχόμενό του.

Η δραστηριότητα «Χωρισμός σε ζευγάρια» έχει τις παρακάτω υπο-ενότητες:

1) Δημιουργία εμπιστοσύνης

Κόψαμε στη μέση εικόνες από περιοδικά. Οι εικόνες μοιράζονται τυχαία. Η μουσική αρχίζει να ακούγεται και τα παιδιά προχωρούν σιωπηλά ψάχνοντας να βρουν το ταίρι τους. Όταν το βρουν παίρνουν θέση στον κύκλο.

Εικόνα 1. Δημιουργία εμπιστοσύνης



2) Το παιχνίδι του τυφλού και του οδηγού.

Τα ζευγάρια που προέκυψαν από την προηγούμενη δραστηριότητα σηκώνονται με τη σειρά. Ο ένας γίνεται οδηγός και κλείνει τα μάτια στον άλλον. Τον οδηγεί σε εμπόδια. Μόλις τελειώσει οι ρόλοι αλλάζουν. Γυρνούν στον κύκλο και συνεχίζουν τα άλλα ζευγάρια.

Εικόνα 2. Το παιχνίδι του τυφλού και του οδηγού



3) Μουσικά γόνατα.

Φτιάχνουμε κύκλο. Ακούγεται μουσική. Τα παιδιά περπατούν στον κύκλο και μόλις η μουσική σταματήσει προσπαθούν να καθίσουν μαλακά στα γόνατα του παιδιού που βρίσκεται πίσω τους. Η μουσική αρχίζει πάλι και ξεκινά η ίδια διαδικασία.

Εικόνα 3. Μουσικά γόνατα



2η Συνάντηση: «Συμβόλαιο – Εγώ και η τάξη μου»

Οι μαθητές αποδέχονται όλους τους κανόνες λειτουργίας της ομάδας. Βρίσκουν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα της συνεργασίας μέσα στην τάξη, αλλά και πρακτικούς τρόπους για την προαγωγή της συνεργασίας.

Διαλέγουμε τέσσερα τραγούδια:

«Χαρωπά τα δυο μου χέρια τα χτυπάω», «Ήταν ένας γάιδαρος», «Βγαίνει η βαρκούλα του ψαρά», «Μια ωραία πεταλούδα». Ψιθυρίζουμε τα τραγούδια στο αυτί των παιδιών, ώστε να χωριστούν σε τέσσερις ομάδες. Τα παιδιά περπατούν στο χώρο και σιγοτραγουδούν. Όταν βρίσκουν παιδί με το ίδιο τραγούδι προχωρούν παρέα. Μόλις βρουν όλα τα παιδιά της ίδιας ομάδας, συγκεντρώνονται σε μια γωνιά της αίθουσας.

Οι ομάδες της προηγούμενης δραστηριότητας συγκεντρώνονται ώστε σε χαρτί του μέτρου να ζωγραφίσουν μια κοινή ζωγραφιά. Όλες οι ζωγραφιές αναρτώνται και τα παιδιά κάνουν παρουσίαση της ζωγραφιάς τους.

Σε κάρτες βαθμολογήσαμε από το 1-10 το «Πόσο μας άρεσαν!!!» τα παιχνίδια και οι δραστηριότητες που κάναμε. (Βέβαια σε κάποιες περιπτώσεις η βαθμολογία μας ξεπέρασε το ...10).

Εικόνα 4. Βαθμολόγηση

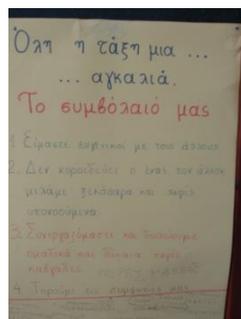


3η Συνάντηση: «Εγώ και το σχολείο μου»

Οι μαθητές θεωρούν τον εαυτό τους σαν μέλος του σχολείου. Προσπαθούν να βρουν τρόπους να γίνει το σχολείο τους ένας χώρος καλύτερος, με ασφάλεια και ενδιαφέρον για όλους. Με τη δραστηριότητα της συνέντευξης σε άτομα του σχολείου τους αισθάνονται και συνειδητοποιούν ότι και άλλα άτομα με διαφορετικές ασχολίες είναι μέρος του σχολείου.

Χωρίζουμε τα παιδιά σε ζευγάρια με τις κομμένες κάρτες. Αφού δημιουργηθούν οι ομάδες, ζητάμε από τα παιδιά να συζητήσουν κανόνες που θα ήθελαν να τηρούνται στην τάξη. Τα παιδιά αφού συζητήσουν, ανακοινώνουν τους κανόνες, οι οποίοι έχουν καταγραφεί σε χαρτόνι και τοιχοκολλώνται στην τάξη.

Εικόνα 5. Το συμβόλαιο της τάξης



4η Συνάντηση: «Εγώ – Ένας μοναδικός άνθρωπος»

Η ανάπτυξη της αυτογνωσίας και της αυτοεκτίμησης είναι οι στόχοι της 4ης συνάντησης. Οι μαθητές αντιλαμβάνονται με δραστηριότητες και ανάπτυξη συνεργασίας, ότι κάθε άνθρωπος είναι ξεχωριστός, διαφορετικός και μοναδικός.

Δραστηριότητες

1) Μπαλόνη: Χωριζόμαστε σε τέσσερις (4) ομάδες. Η πρώτη ομάδα σηκώνεται στο κέντρο. Αφήνουμε ένα μπαλόνη πάνω από τα κεφάλια τους και τα παιδιά προσπαθούν να κρατήσουν το μπαλόνη ψηλά μόνο ακουμπώντας το με το κεφάλι. Μόλις χάσουν συνεχίζει η άλλη ομάδα.

2) Μεταφορά χαμόγελου: καθόμαστε όλοι σε κύκλο. Κάποιος ξεκινάει και χαμογελάει στο διπλανό του με έναν παράξενο τρόπο. Προσπαθούμε να μεταφέρουμε το χαμόγελο μέχρι να ξαναφτάσει στην αρχή. Συνεχίζουμε με άλλο χαμόγελο.

3) Ένα μήνυμα για τον διπλανό μας: παίρνουμε ένα χαρτάκι και γράφουμε κάτι για τον διπλανό μας. Όταν όλα τα παιδιά γράψουν κάτι, διαβάζουμε φωναχτά το μήνυμά μας στον διπλανό μας.

Εικόνα 6. Ένα μήνυμα για το διπλανό μας



5η Συνάντηση

«Εγώ – Ένας μοναδικός άνθρωπος (Συνέχεια)»

Οι μαθητές αναγνωρίζουν τις δυνάμεις τους, τις ικανότητες και τα ατομικά χαρακτηριστικά τους φέρνοντας από το σπίτι μια φωτογραφία από τη νηπιακή ηλικία τους και μία πρόσφατη.

Συζητάμε για πράγματα που κάνουμε μόνοι μας, π.χ. διαβάζουμε, γράφουμε, κοιμόμαστε, σκεφτόμαστε, αποφασίζουμε, ακούμε μουσική. Κατόπιν συζητάμε για πράγματα που κάνουμε ομαδικά. Καταλήγουμε στο συμπέρασμα, ότι ομαδικά κάνουμε κάποια από τα παραπάνω, αλλά και άλλα, όπως: συνεργαζόμαστε σε δουλειές, χορεύουμε, τραγουδάμε, αποφασίζουμε για θέματα που ενδιαφέρουν όλους. Συμφωνούμε έτσι στην ομαδική εργασία και τη σωστή συνεργασία καθώς και στο ότι μόνοι μας κάνουμε λιγότερα πράγματα απ' ό,τι πολλοί μαζί.

Τέλος διαβάζουμε το παραμύθι «Η συναυλία των ζώων» των αδελφών Γκριμ, στο οποίο οι ήρωες με τη συνεργασία πέτυχαν αυτά που πέτυχαν.

6η Συνάντηση: «Προσέχω τον εαυτό μου»

Οι μαθητές κατανοούν ότι έχει σχέση ο τρόπος που φροντίζουν τον εαυτό τους με την ποιότητα ζωής και την υγεία τους.

7η Συνάντηση: «Συναισθήματα: έκφραση-διαχείριση-αποδοχή»

Κατανοούν οι μαθητές ότι όλοι οι άνθρωποι νιώθουν συναισθήματα, ότι οι εκφράσεις στο πρόσωπο ή στο λόγο είναι τρόποι να μιλούν, δηλαδή να εκφράζονται τα συναισθήματα. Μαθαίνουν να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν συναισθήματα. Βρίσκουν τρόπους για να διαχειρίζονται έντονα συναισθήματα (π.χ. θυμό, φόβο,

ζήλια). Διευκρινίσαμε ότι όλοι οι άνθρωποι νιώθουν συναισθήματα, ότι οι εκφράσεις στο πρόσωπο ή στο λόγο είναι τρόποι να εκφράζονται τα συναισθήματά μας.

Δραστηριότητες που ακολούθησαν είναι οι παρακάτω.

1) Παιχνίδι: «Αγάλματα». Ακούγεται μουσική. Σταματάμε και φωνάζει πρώτος ο εκπαιδευτικός ένα συναίσθημα. Τα παιδιά σταματούν και με το σώμα τους σαν άγαλμα απεικονίζουν το συναίσθημα, π.χ. χαρούμενοι, λυπημένοι, έκπληκτοι, φοβισμένοι, οργισμένοι, μελαγχολικοί.

Εικόνα 7. «Είμαι θυμωμένος μαζί σου!»



Εικόνα 8. «Αχ, τι έκπληξη ήταν αυτή!»



2) Αφίσα συναισθημάτων.

Είπαμε φράσεις που χρησιμοποιούμε στο λόγο μας και δείχνουν τα συναισθήματα που έχουμε εκείνη τη στιγμή: π.χ. κέρωσε από το φόβο του, του κόπηκε το αίμα, πρασίνισε από τη ζήλια του, ξεφυσά σαν ταύρος, ανέβηκε στον έβδομο ουρανό.

Στη συνέχεια διαλέξαμε κάποιες από αυτές τις φράσεις και τις ζωγραφίσαμε.

Εικόνα 9. «Ανέβηκα στον έβδομο ουρανό!»



Εικόνα 10. «Μου κόπηκε το αίμα!»



Κατόπιν συζητήσαμε με τον παρακάτω τρόπο για τα συναισθήματα που νιώθουμε.
«Νιώθω χαρά όταν: μου χαρίζουν δώρα, παίζω με τους φίλους μου, πηγαίνω βόλτα με την οικογένειά μου, παίζω με τα αδέρφια μου και τον μπαμπά μου».
«Νιώθω λύπη όταν: οι φίλοι μου δεν με παίζουν, δεν έρχομαι στο σχολείο, δε μου παίρνουν το αγαπημένο μου παιχνίδι, βλέπω μια ταινία και κόβεται το ρεύμα, μου υπόσχονται κάτι και δεν το κάνουν».
«Νιώθω ντροπή όταν: πηγαίνω σε άλλα σπίτια. Τότε δε μιλάω καθόλου, βρίσκομαι ανάμεσα σε ξένους και μου ζητάνε οι γονείς μου να χαιρετήσω, πρέπει να χαιρετήσω ξένους. Τότε πηγαίνω με την αδερφή μου και κρύβομαι, αγαπάω κάποιον. Τότε ντρέπομαι να του το πω».
«Νιώθω θυμό όταν: μαλώνω με κάποιον, με πειράζει ο αδερφός μου, η μαμά και ο μπαμπάς δε μου κάνουν χάρες, δε με πηγαίνουν ποδόσφαιρο, μου πειράζουν τα πράγματά μου, δε με αφήνει η αδερφή μου να μπω το δωμάτιό της, δε με προσέχετε».
«Νιώθω αγάπη όταν: η οικογένειά μου είναι συγκεντρωμένη, οι φίλοι μου μού κάνουν μια έκπληξη, νιώθω ότι με αγαπάει η μαμά μου».
«Νιώθω φόβο όταν: βρίσκομαι μόνη μου στο σπίτι, βλέπω ζώφια, έρχεται το σκοτάδι, βλέπω σκιές, βλέπω τα νύχια και τα δόντια της αδερφής μου που με δαγκώνει και με γρατζουνάει».

8η Συνάντηση: «Η οικογένειά μου και εγώ που μεγαλώνω»

Με τις αντίστοιχες δραστηριότητες οι μαθητές συνειδητοποιούν ότι όλα τα ζωντανά πλάσματα μεγαλώνουν και αλλάζουν. Μαθαίνουν να εντάσσουν τον εαυτό τους στον κύκλο της οικογένειάς τους.

Καλέσαμε στην τάξη μας τον ζωγράφο για να ζωγραφίζουμε μαζί τα συναισθήματα. Μας είπε ότι τα χρώματα βοηθούν πολύ να δείξουμε τα συναισθήματά μας και πολλά άλλα!

Εικόνες 11, 12. Ο ζωγράφος μας



9η Συνάντηση: «Ομοιότητα και διαφορά»

Οι μαθητές ερευνούν τις ομοιότητες και τις διαφορές που υπάρχουν ανάμεσα σε όλους τους ανθρώπους, είτε είναι από διαφορετικές χώρες και πολιτισμούς, είτε όχι. Με τις ανάλογες δραστηριότητες κατανοούν ότι ο κόσμος είναι πιο «πλούσιος» με διαφορετικούς ανθρώπους. Συνειδητοποιούν ότι η ανοχή, ο σεβασμός, η συνεργασία των ανθρώπων είναι αυτά που κάνουν τη ζωή των ανθρώπων διαφορετική.

Εικόνες 13. Το καράβι των «θέλω»



10η Συνάντηση: «Επικοινωνούμε»

Οι μαθητές καταλαβαίνουν τη σημασία της σωστής επικοινωνίας και τα στοιχεία της καλής ακρόασης. Εντοπίζουν τρόπους επικοινωνίας και εξασκούνται στη σωστή ακρόαση και την αποτελεσματική επικοινωνία.

Η επισφράγιση των κόπων μας ήρθε όταν πραγματοποιήσαμε το μεγάλο ταξίδι στην Αθήνα, για να επισκεφτούμε το Μουσείο Συναισθημάτων. Ακολουθούν σχετικές φωτογραφίες.

Εικόνες 14, 15. Μουσείο Συναισθημάτων



Στη γιορτή λήξης του σχολικού έτους παρουσιάστηκε το θεατρικό: «Χαίρομαι, φοβάμαι, θυμώνω, λυπάμαι. ΝΙΩΘΩ!», όπου η χαρά, ο φόβος, ο θυμός και η λύπη θα μπλεχτούν. Εμείς ήμαστε εκεί για να τα ξεμπερδέψουμε!

Συμπεράσματα

Πολλά και ποικίλα προγράμματα έχουν σχεδιαστεί και εφαρμοστεί σε διάφορες χώρες του κόσμου στην προσπάθεια καταπολέμησης του σχολικού εκφοβισμού και της προώθησης της ψυχικής υγείας.

Στο πρόγραμμα που μόλις παρουσιάστηκε φάνηκε πως στόχος των προγραμμάτων πρόληψης-παρέμβασης του σχολικού εκφοβισμού είναι η γνώση του εαυτού μας όσο και του άλλου, προκειμένου να προωθηθεί ο σεβασμός, η αποδοχή του άλλου και η αλληλοεκτίμηση. Στο επίκεντρο των προγραμμάτων βρίσκεται η εκπαίδευση των μαθητών σε ποικίλες κοινωνικό-συναισθηματικές και συμπεριφοριστικές δεξιότητες, οι οποίες προάγουν την προκοινωνική συμπεριφορά. Κρίσιμο ρόλο παίζει η συμμετοχή όλων των αρμόδιων φορέων και ομάδων. Απαραίτητη κρίνεται η συνεργασία των διευθυντών, των εκπαιδευτικών, των γονέων και των μαθητών, προκειμένου να λάβει χώρα μια σωστή και αποτελεσματική πρόληψη-παρέμβαση για την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού και άλλων προβληματικών καταστάσεων στο χώρο του σχολείου.

Βιβλιογραφία

- Hartley, T., M., Bauman, S., Nixon L.,C. & Davis, S. (2015). Comparative Study of Bullying Victimization Among Students in General and Special Education. *Exceptional Children*. 81 (2), 176. doi: 10.1177/1045159514558413
- Hutchings, J., Clarkson, S. (2015). Introducing and piloting the KiVa bullying prevention programme in the UK. *Educational & Child Psychology*. 32, (1). 49-58. The British Psychological Society.
- Goleman, D. (1997). *Η συναισθηματική νοημοσύνη των παιδιών. Ένας πρακτικός οδηγός για γονείς*. (επιμ. Ι.Ν. Νέστορος & Χ. Ξενάκη Μτφρ. Α. Παπασταύρου). (12^η εκ.). Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα.
- Καραμάνου, Μ. (2014). *Ανίχνευση και διδακτική παρέμβαση στις νοητικές αναπαραστάσεις μαθητών της πέμπτης τάξης του δημοτικού σχολείου για τη δομή του ηλιακού συστήματος*. (Μεταπ.Διπλ.Εργασία). Πάτρα.

- Κολιάδης, Ε. (1997). *Θεωρίες Μάθησης και Εκπαιδευτική Πράξη. Κοινωνικογνωστικές Θεωρίες*. Τόμος β. Αθήνα: Αυτοέκδοση.
- Κουλαϊδής Β. (2007). *Σύγχρονες Διδακτικές Προσεγγίσεις για την ανάπτυξη της κριτικής-δημιουργικής σκέψης για την πρωτοβάθμια εκπαίδευση*. Αθήνα.
- ManchongLimlunthang, Z., NiveditaGanguli, Shahnawaz, Md., G. (2014). Personality and Connectedness as predictors of school bullying among adolescent boys. *Journal of Indian Association for Child & Adolescent Mental Heal.* 10 (4), 249-270. Ανακτήθηκε στις 2-2-2014 από το <http://www.jiacam.org/1004/orig1oct2014.pdf>
- Misawa, M. (2015). Cuts and Bruises caused by arrows, sticks, and stones in Academia. *Adult Learning.* 26 (1), 6-13. Ανακτήθηκε στις 2-2-2014 από το <http://alx.sagepub.com/content/26/1/6.full.pdf+htm>. doi: 10.1177/0014402914551741
- Μπασέτας, Κ. (2002). *Ψυχολογία της μάθησης*. Αθήνα: Ατραπός.
- Μπογιατζόγλου, Ν., Βίλλη, Μ., και Γαλάνη, Α. (2012). Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού και προγράμματα πρόληψής του. *e -Journal of Science & Technology.* 2 (7), 15-23. Ανακτήθηκε στις 2-2-2015 από το http://e-jst.teiath.gr/issue_25/Bogiatzoglou_25.pdf
- Ρηγοπούλου, Ε. (2010). *Η συναισθηματική νοημοσύνη και η επίδρασή της στην ψυχική και συναισθηματική υγεία των μαθητών του σχολείου*. (Διπλ.Εργασία). Πάτρα: Ε.Α.Π.
- Σπυροπούλου, Δ., Αναστασάκη, Α., Δεληγιάννη, Δ., Κούτρα, Χ., Μπούρας, Σ. (2008α). *Τα καινοτόμα προγράμματα στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση: λειτουργική διεισδυτικότητα και βιωσιμότητα*. Αθήνα: Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Ανακτήθηκε στις 2-2-2015 από το http://reader.ekt.gr/bookReader/show/index.php?lib=EDULLL&item=109&bitstream=109_01#page/1/mode/2up
- Σπυροπούλου, Δ., Αναστασάκη, Α., Δεληγιάννη, Δ., Κούτρα, Χ., Λουκά, Ε., Μπούρας, Σ. (2008β). *Καινοτόμα προγράμματα στην εκπαίδευση (3)*. Αθήνα: Παιδαγωγικό Ινστιτούτο. Ανακτήθηκε στις 2-2-2015 από το http://www.pi-schools.gr/download/programs/erevnes/ax_poiot_xar_prot_deft_ekp/poiot_ekp_erevn/s_197_240.pdf
- Στασιάκος, Κ. (2008). *Παιδαγωγικές Εφαρμογές Η/Υ. Παιδαγωγική Επιμόρφωση εκπαιδευτικών του ΟΑΕΔ*. Ε.Κ.Π.Α., ΑΣΠΑΙΤΕ, ΥΠΕΠΘ-Ευρωπαϊκή Ένωση.
- Τσεχερίδης, Σ. (χ.χ.). *Προτεινόμενη διδακτική παρέμβαση στο πλαίσιο της επικοινωνιακής διδασκαλίας*.
- ΥΠ.Ε.Π.Θ.. (2008). *Από τα σπορ στην καθημερινή ζωή. Όλοι διαφορετικοί, όλοι ίσοι*. Ευρωπαϊκή Ένωση-Ελληνικό Δημόσιο. Αθήνα: multimedia.
- ΥΠ.Ε.Π.Θ., Ε.Ι.Ν. (2008). *Αγωγή Υγείας. Ψυχική Υγεία και Διαπροσωπικές σχέσεις, Εγχειρίδιο εκπαιδευτικού*. Αθήνα: Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο-Εθνικοί Πόροι.