

Πρακτικά 2ου Πανελληνίου Συνεδρίου: «Σχολείο, Οικογένεια και Κοινότητα: Συνεργασία, Προκλήσεις, Δυσκολίες και Προοπτικές»

Τόμ. 1, Αρ. 1 (2024)

Πρακτικά 2ου Πανελληνίου Συνεδρίου: «Σχολείο, Οικογένεια και Κοινότητα: Συνεργασία, Προκλήσεις, Δυσκολίες και Προοπτικές»

2^ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο

“Σχολείο, Οικογένεια και Κοινότητα:
Συνεργασία, Προκλήσεις,
Δυσκολίες και Προοπτικές”

Πρακτικά Συνεδρίου

29-30 Νοεμβρίου 2024
Κέντρο Διάδοσης Ερευνητικών Αποτελεσμάτων
του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

Διοργάνωση

Διεύθυνση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης
Ανατολικής Θεσσαλονίκης

Υπό την αιγίδα
Περιφέρεια Κεντρικής Μακεδονίας

Σε συνεργασία με

Τμήμα Φιλοσοφίας και Παιδαγωγικής
Τμήμα Ψυχολογίας, Π.Τ.Δ.Ε., Τ.Ε.Φ.Α.Α.
Εργαστήριο Ψυχολογίας και Εκπαίδευσης
του Παιδιού - ΨΥΧΗ (Τ.Ε.Π.Α.Ε.)
Περιφερειακή Δίση Α/θμιας & Β/θμιας
Εκπαίδευσης Κεντρικής Μακεδονίας



ISBN: 978-618-82743-3-4

Η βαθιά γνώση του φαινομένου της επιθετικότητας και η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης ως καταλυτικοί παράγοντες στην πρόληψη και ελαχιστοποίηση του φαινομένου της επιθετικότητας

Ναταλία Παρθενόπη Τσιλίκα, Σωτήριος Τσιλίκας

doi: [10.12681/pansynschool.7434](https://doi.org/10.12681/pansynschool.7434)

Η βαθιά γνώση του φαινομένου της επιθετικότητας και η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης ως καταλυτικοί παράγοντες στην πρόληψη και ελαχιστοποίηση του φαινομένου της επιθετικότητας

Ναταλία Παρθενόπη Τσιλίκα

Εκπαιδευτικός ΠΕ70, Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού
tsilika.natalia@gmail.com

Σωτήριος Τσιλίκας

τ. Ψυχίατρος, Υπουργείο Υγείας
sotiris.tsilikas@yahoo.gr

Περίληψη

Η παρούσα μελέτη εστιάζεται στη σημασία της εκπαίδευσης για τον περιορισμό της βίας, με έμφαση στον ρόλο της στην πρόληψη και διαχείριση συγκρούσεων, στη μείωση της βίας στη σχολική και ευρύτερη κοινότητα και στη διαμόρφωση μιας ειρηνικής κοινωνίας. Αντικείμενό της είναι η απόκτηση γνώσεων σχετικά με την επιθετικότητα (αφορμές εκδήλωσής της, βαθύτερα αίτια και τρόποι πρόληψης και αντιμετώπισής της), καθώς και η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης. Αναλύονται οι επιδράσεις της εκπαίδευσης στην ενσυναίσθηση μέσω βιωματικών δραστηριοτήτων. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η εκπαίδευση παίζει καθοριστικό ρόλο στη μείωση της βίας. Η γνώση της επιθετικότητας και των αιτιών της βοηθά μαθητές, εκπαιδευτικούς, γονείς να αναγνωρίσουν προειδοποιητικές ενδείξεις και να δράσουν προληπτικά. Επιπλέον, η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης προάγει την ουσιαστική επικοινωνία και μειώνει την επιθετικότητα. Τα εκπαιδευτικά προγράμματα που ενσωματώνουν αυτές τις αρχές συμβάλλουν στη δημιουργία ασφαλούς, υποστηρικτικού σχολικού περιβάλλοντος. Η εφαρμογή των αποτελεσμάτων μπορεί να ενισχύσει την ανάπτυξη προγραμμάτων εκπαίδευσης σε όλα τα επίπεδα της σχολικής κοινότητας (νηπιαγωγείο – λύκειο), την εκπαίδευση γονέων και εκπαιδευτικών, με έμφαση στην αναγνώριση και πρόληψη της βίας, ανάπτυξη δεξιοτήτων επίλυσης συγκρούσεων και προώθηση της ενσυναίσθησης.

Λέξεις κλειδιά: βία, επιθετικότητα, πρόληψη, εκπαίδευση, ενσυναίσθηση.

Εισαγωγή

Η επιθετική συμπεριφορά στα παιδιά είναι ένα φαινόμενο που προβληματίζει γονείς, εκπαιδευτικούς και ειδικούς ψυχικής υγείας. Η κατανόηση των αιτιών της βίας, η ικανότητα διαχείρισής της και η πρόληψη των συγκρούσεων είναι βασικά στοιχεία για τη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού περιβάλλοντος. Στην παρούσα εργασία, εξετάζεται το επίπεδο ύπαρξης της επιθετικότητας στα βρέφη, τα νήπια και τα παιδιά, με έμφαση στη σχέση γονιδίων και περιβάλλοντος, ενώ παράλληλα γίνεται αναφορά στον ρόλο του σχολείου στην πρόληψη και την αντιμετώπιση της επιθετικής συμπεριφοράς, κυρίως μέσω της ενσυναίσθησης. Πραγματοποιείται συνεπώς η ανάδειξη της σημασίας του σχολικού περιβάλλοντος ως πλαίσιο πρόληψης και αντιμετώπισης επιθετικών συμπεριφορών. Τέλος γίνεται ανάπτυξη προτάσεων για τη δημιουργία ενός υποστηρικτικού και ασφαλούς σχολικού περιβάλλοντος που συμβάλλει στην ομαλή κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών.

Η έννοια της επιθετικότητας

Σύμφωνα με την υπάρχουσα βιβλιογραφία, υπάρχουν πολλές διαφορετικές προσεγγίσεις οι οποίες αναφέρονται στον ορισμό της επιθετικότητας. Ωστόσο, ένα κοινό σημείο στις

περισσότερες από αυτές είναι ότι η επιθετικότητα αναφέρεται σε κάθε σκόπιμη συμπεριφορά που προκαλεί βλάβη στο θύμα είναι αυτή είναι σωματική, είτε είναι ψυχική (Dodge, Coie, & Lynam, 2006).

Η επιθετικότητα είναι μια κατάσταση, κατά την οποία εμπεριέχεται και κυριαρχεί σε ένα μεμονωμένο άτομο ή ομάδα ατόμων, αρνητική (κακή - βλαπτική - καταστροφική) ενέργεια, λόγου χάριν θυμός, μίσος, φθόνος. Η Επιθετικότητα, είτε ανέκφραστη, είτε εκφρασμένη ως καλυμμένη ή απροκάλυπτη επιβολή ή επίθεση χαρακτηρίζεται από την συνύπαρξη α) μιας ισχυρής άποψης (ιδέες – πιστεύω) με έντονη συναισθηματική φόρτιση – επένδυση β) από καταστροφικές δυνάμεις (φορείς της αρνητικής ενέργειας), είτε σε εκδήλωση, είτε σε αναστολή ή ετοιμότητα και γ) από τον στόχο που κατευθύνονται οι δυνάμεις αυτές, με τα αποτελέσματά τους. Η επιβολή της ισχυρής αυτής άποψης, μέσω των καταστροφικών δυνάμεων επί στόχων, αποτελεί την έκφραση της επιθετικότητας που είναι η βία (Τσιλίκας, 2022).

Η επιθετικότητα στα βρέφη, στα νήπια και στα παιδιά, χρειάζεται να εξετάζεται πάντα στο πλαίσιο του περιβάλλοντος που αυτά ζουν και αναπτύσσονται, σαν σώμα, σαν ψυχή και σαν κοινωνικότητα (Berk, 2013). Το βρέφος από την αρχή της ζωής του, έχει μόνο βιολογικές, ενστικτώδεις ανάγκες. Συνεπώς, όταν πεινάει ή πονάει, κλαίει. Με το κλάμα αυτό, ζητάει από το περιβάλλον την κάλυψη των αναγκών του. Αργότερα θα προστεθούν και οι επιθυμίες. Έτσι, τους τέσσερις πρώτους μήνες της ζωής, το βρέφος νιώθει ένα με τη μητέρα και ελαττώνεται ο ενδόμυχος φόβος αφανισμού του. Μετά, εξελικτικά, έρχεται η φυσιολογική διαδικασία εξατομίκευσης. Στον πρώτο χρόνο ζωής η μητέρα δίνει την αίσθηση ασφάλειας στο παιδί. Είναι άκρως σημαντικά η αίσθηση ασφάλειας και η λήψη ικανοποιήσεων, διότι έτσι δημιουργείται ο λεγόμενος δεσμός. Το παιδί αισθάνεται ασφαλές και παίρνει ικανοποιήσεις (Cole & Cole, 2001). Στον δεύτερο χρόνο της ζωής η λήψη ευχαρίστησης συνεχίζει να υπάρχει όπως και πριν, αλλά γίνεται μετατόπιση και εντοπισμός της ιδίως στα απεκκριτικά όργανα (πρωκτικό στάδιο). Η συγκράτηση - κατακράτηση ούρων και κοπράνων ή αντίθετα η ενούρηση και η εγκόπριση, μπορεί να δίνουν ηδονή στο παιδί αλλά ταυτόχρονα ανησυχούν και κινητοποιούν το περιβάλλον και έτσι το παιδί, θα λέγαμε, με αυτόν τον τρόπο νιώθει ότι μπορεί να «ελέγχει» το περιβάλλον. Κατά τον τρίτο χρόνο η αυτοερωτική σεξουαλικότητα μετατοπίζεται στα γεννητικά όργανα, με αυνανιστικές εκδηλώσεις και στα δύο φύλα (Freud, 1905). Στο κορίτσι ο αυνανισμός δεν είναι εμφανής (αν δεν υπάρχει η αντίστοιχη γνώση επί του θέματος) και από μερικές μητέρες, το εξέρυθρο προσωπείο, η συχνότητα της αναπνοής και το «χάσιμο», εκλαμβάνονται ως επιληπτική κατάσταση (Γιωσαφάτ, 2010).

Λόγω του εντοπισμού της ευχαρίστησης στα γεννητικά όργανα, αυτό μπορεί να οδηγεί σε ατραπούς μη αποδεκτούς από το περιβάλλον. Έτσι, το αγόρι, για παράδειγμα, βλέπει τον πατέρα σαν έναν παρείσακτο, που το εκτόπισε από την θαυμαστή σχέση με την μητέρα του και παίρνει αυτός την αγάπη της. Θέλει να παντρευτεί το ίδιο την μητέρα του και να κάνουν παιδιά και επιθυμεί να διώξει, να εξαφανίσει, να «σκοτώσει» τον πατέρα, για να την έχει το ίδιο. Όμως στις μικρές ηλικίες τα παιδιά θεωρούν ότι οι «θεοί» γονείς «διαβάζουν» τις σκέψεις τους. Τότε το αγόρι «συνειδητοποιεί» ότι κινδυνεύει από τον πατέρα. Μπορεί να το ευνουχίσει και να το σκοτώσει. Έτσι εμφανίζεται λόγω αυτού του φόβου κινδύνου, το άγχος ευνουχισμού. Η «συνειδητοποίηση» του κινδύνου από τις σκέψεις – επιθυμίες που φαίνονται τελικά ως μη αποδεκτές από το περιβάλλον, και επιφέρουν πιθανές κυρώσεις (άγχος ευνουχισμού), αλλά ταυτόχρονα και οι ενοχές για τις κακές πατροκτόνες σκέψεις – επιθυμίες, συντελούν ώστε να εμφανισθεί εν σπέρματι η ηθική συνειδηση. Το αγόρι σιγά – σιγά «εγκαταλείπει» τις «άνομες βλέψεις» του για την μητέρα και προσανατολίζεται στο να αρχίσει να μοιάζει, να ταυτίζεται με τον πατέρα και να αποζητά επιτρεπτό υποκατάστατο της μητέρας. Έτσι λύνεται θετικά το οιδιπόδειο. Κατ' αναλογία συμβαίνουν παρόμοια και στο κορίτσι. Μπορεί, φυσικά, η ταύτιση, λόγω

σχετικών στρεβλώσεων, να μην είναι προς τον ομόφυλο γονέα, αλλά προς τον γονέα του άλλου φύλου (Klein, 1945). Η όποια εξέλιξη, θα φανεί στο μέλλον.

Κατά τα χρόνια του Δημοτικού, το παιδί συνήθως είναι υπάκουο, αφιερώνει χρόνο στο σχολείο και το παιχνίδι, και γενικά δεν δημιουργεί προβλήματα στους γονείς του. Ωστόσο, υπάρχουν περιπτώσεις όπου αυτό δεν ισχύει, ειδικά αν έχουν γίνει σοβαρά λάθη στις προηγούμενες φάσεις της ανάπτυξής του ή αν έχει βιώσει σημαντικά τραυματικά γεγονότα.

Η εφηβεία αποτελεί μια χρονική περίοδο και ταυτόχρονα μια διαδικασία μετάβασης από την παιδική ηλικία στην ενήλικη ζωή. Επιστημονικά, ο έφηβος πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ένα άτομο που βρίσκεται στο στάδιο της προετοιμασίας για την ενηλικίωση. Δεν μπορεί να θεωρηθεί ούτε παιδί, καθώς έχει ήδη ξεπεράσει αυτό το στάδιο, ούτε πλήρως ενήλικας, καθώς δεν έχει ακόμη ολοκληρώσει την εξέλιξή του, αλλά ως υποψήφιος ενήλικας. Είναι σημαντικό να δημιουργείται ένα περιβάλλον επικοινωνίας, ενθάρρυνσης και υποστήριξης, με ανεκτικότητα, σταθερότητα και όρια που προσαρμόζονται στις ανάγκες του. Η εφαρμογή των ορίων πρέπει να είναι ευέλικτη, σαν ένα ελαστικό σκοινί και η σχέση με τον έφηβο να βασίζεται στην ισοτιμία (Χουρδάκη, 2007).

Η εφηβεία σηματοδοτεί και περιλαμβάνει την περίοδο απεξάρτησης του παιδιού από την ανάγκη της φροντίδας, προστασίας, εξουσίας, μέσω των «πρέπει – δεν πρέπει» των γονιών. Εκφράζεται με την αμφισβήτηση της γονεακής κυριαρχίας, στα πλαίσια πειραματισμού των εφήβων, για την δική τους αυτονομία. Επιπλέον, εκφράζεται με τη συνοδό σύγκρουση με τα «πρέπει - δεν πρέπει», μέχρι την αίσθηση απελευθέρωσης και την ουσιαστική αυτονομία τους (υγιής εξέλιξη). Οι γονείς πιθανόν να νιώθουν σαν έκπτωτοι πρώην παντοδύναμοι «θεοί». Αν είναι ώριμοι το αποδέχονται, το αντέχουν, ωριμοποιούνται ακόμη περισσότερο, στηρίζουν και χαίρονται την εξέλιξη των παιδιών τους.

Στην αρνητική περίπτωση, όταν οι γονείς είναι προβληματικοί ή ακόμα αν το παιδί είναι αδύναμο για οποιονδήποτε λόγο, το παιδί αυτό, που είναι ουσιαστικά φοβισμένο, εκφράζεται με την φανερή αδυναμία του για σύγκρουση ή την παραίτηση από τη σύγκρουση. Οι κακοί - εξουσιαστικοί γονείς, εμποδίζουν τα παιδιά τους να μεγαλώσουν (ψυχολογικά), για να συνεχίσουν να διατηρούν οι ίδιοι μισοσυνειδητά, την υπαρξιακή αίσθηση της δύναμης – κυριαρχίας.

Επομένως, ακόμα και από την αρχή της ζωής του όντος, πέραν των γονιδίων, το περιβάλλον παίζει σημαντικότερο και μάλιστα καταλυτικό ρόλο στην καλή ή όχι εξέλιξή του. Οι ταυτίσεις με πρότυπα θετικά ή όχι και τα στερεότυπα του πώς μεγαλώνουμε το αγόρι και πώς το κορίτσι, αλλά και τον σύγχρονο προβληματισμό των γονιών για το ποιος είναι ο σωστός τρόπος διαπαιδαγώγησης, με τις κατακλυσμαϊκές πληροφορίες από το διαδίκτυο, δημιουργούν ένα πλαίσιο σύνθετο και συχνά αντιφατικό, όπου οι γονείς καλούνται να ισορροπήσουν ανάμεσα σε παραδοσιακές αξίες και νέες παιδαγωγικές θεωρίες, γεγονός που καθιστά τη διαδικασία της ανατροφής ιδιαίτερως απαιτητική.

Η σημασία των θετικών προτύπων – ο ρόλος εκπαιδευτικών και γονέων

Οι γονείς, αλλά και οι εκπαιδευτικοί διαδραματίζουν κεντρικό ρόλο στην καλλιέργεια της ενσυναίσθησης, τόσο με τη διδασκαλία όσο και με το παράδειγμά τους. Οι γονείς είναι τα πρώτα πρότυπα για τα παιδιά τους. Όταν οι γονείς δείχνουν ενσυναίσθηση μέσω της συμπεριφοράς τους και της αλληλεπίδρασής τους, βοηθούν τα παιδιά να κατανοήσουν τη σημασία της κατανόησης και της υποστήριξης των άλλων (Olweus, D. 1993). Οι εκπαιδευτικοί λειτουργούν ως πρότυπα για τους μαθητές τους. Ο τρόπος με τον οποίο διαχειρίζονται τις συγκρούσεις και οι σχέσεις που διαμορφώνουν με τους μαθητές επηρεάζουν άμεσα τα παιδιά. Εάν δείχνουν κατανόηση, υπομονή και σεβασμό προς τους μαθητές τους, διδάσκουν έμμεσα και τους μαθητές να πράττουν το ίδιο. Η καθημερινή τους συμπεριφορά και οι αλληλεπιδράσεις τους αποτελούν ένα ισχυρό εργαλείο διδασκαλίας

της ενσυναίσθησης. Συνεπώς, η ύπαρξη θετικών προτύπων στο σχολικό, αλλά και όχι μόνο, περιβάλλον είναι ζωτικής σημασίας για την πρόληψη της επιθετικότητας.

Ο ρόλος της εκπαίδευσης στην πρόληψη της επιθετικότητας

Ο ρόλος της Εκπαίδευσης στην πρόληψη της βίας είναι ιδιαίτερα σημαντικός, με τα τελευταία χρόνια να γίνονται πολλές προσπάθειες για διαχείρισή της ήδη από την πρωτοβάθμια εκπαίδευση, με διάφορες δράσεις και προγράμματα (Δημητριάδου, 2016). Αυτό συμβαίνει διότι η βία και η επιθετικότητα εμφανίζονται σε διάφορα στάδια ανάπτυξης και με διάφορους τρόπους. Η εξέταση της επιθετικής συμπεριφοράς σε βρέφη, νήπια και παιδιά, οφείλει να γίνεται λαμβάνοντας υπόψιν τόσο το γενετικό υπόβαθρο (DNA), όσο και την επίδραση του περιβάλλοντος.

Η εκπαίδευση διαδραματίζει ιδιαίτερα κρίσιμο ρόλο στην πρόληψη της βίας, μέσω της προώθησης αξιών, όπως είναι η ενσυναίσθηση, η δικαιοσύνη, καθώς και η ειρηνική επίλυση των διαφορών (Smith&Sharp, 1994). Οι σχολικές κοινότητες είναι το ιδανικό περιβάλλον για την εισαγωγή και καλλιέργεια αυτών των αξιών, καθώς μαθητές και μαθήτριες βρίσκονται σε μια περίοδο της ζωής τους όπου διαμορφώνονται οι στάσεις και οι συμπεριφορές τους.

Η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης μέσω της εκπαίδευσης

Η ενσυναίσθηση (ή empathy) αναφέρεται στην ικανότητα ενός ατόμου να κατανοεί και να μοιράζεται τα συναισθήματα και τις σκέψεις των άλλων. Είναι η συναισθηματική διεργασία μέσα από την οποία αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο από την προοπτική των άλλων και βιώνουμε, έστω και προσωρινά, τα συναισθήματά τους. Περιλαμβάνει δύο βασικές διαστάσεις, τη συναισθηματική διάσταση, όπου βιώνουμε τα συναισθήματα των άλλων, και τη γνωστική διάσταση, όπου κατανοούμε τις σκέψεις και τις προθέσεις τους. Μελετητές όπως ο Carl Rogers, ο Martin Hoffman, και ο Daniel Goleman έχουν αναδείξει την ενσυναίσθηση ως κεντρική για την προσωπική ανάπτυξη και τις διαπροσωπικές σχέσεις, υπογραμμίζοντας τη σημασία της στην επιτυχία και την κοινωνική συνοχή.

Στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας, η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης μπορεί να επιτευχθεί μέσω ποικίλων διδακτικών προσεγγίσεων, όπως η βιωματική μάθηση, οι ανοιχτές συζητήσεις και τα προγράμματα κοινωνικής μάθησης. Η βιωματική μάθηση, ωστόσο, είναι ιδιαίτερα αποτελεσματική, καθώς επιτρέπει στους μαθητές να αναπτύξουν ενσυναίσθηση μέσω προσωπικών εμπειριών. Για παράδειγμα, δραστηριότητες που επιτρέπουν στους μαθητές να μπουν στη θέση των άλλων, όπως τα παιχνίδια ρόλων (Δημητριάδου, 2016:234), βοηθούν στην ενίσχυση της κατανόησης και του σεβασμού προς τους άλλους. Επιπλέον, οι ανοιχτές συζητήσεις ενθαρρύνουν τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους, προάγοντας έτσι την ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Παιχνίδια ρόλων: Οι μαθητές καλούνται να υποδυθούν ρόλους άλλων προσώπων, είτε αυτοί είναι συμμαθητές είτε φανταστικοί χαρακτήρες και πρέπει να λύσουν μία προβληματική κατάσταση. Σκοπός είναι να αναπτύξουν την ικανότητα να βλέπουν την κάθε κατάσταση υπό διαφορετικό πρίσμα. Αυτό τους βοηθά να κατανοήσουν καλύτερα τις σκέψεις και τα συναισθήματα των άλλων. Πολύ σημαντικό σε αυτό το παιχνίδι είναι στο τέλος να γίνεται συζήτηση σχετικά με το πώς ένιωσαν και τι άλλο θα μπορούσαν να κάνουν για να λύσουν το πρόβλημα.

Συνεργατική μάθηση – συνεργατικά παιχνίδια: Οι μαθητές εργάζονται σε ομάδες για να επιλύσουν προβλήματα ή να ολοκληρώσουν έργα, αναπτύσσοντας έτσι δεξιότητες επικοινωνίας και κατανόησης των αναγκών των άλλων. Στόχος είναι να μάθουν να αναγνωρίζουν τις ανάγκες των άλλων και να δουλεύουν μαζί (Johnson&Johnson, 1995).

Ανοιχτές συζητήσεις και εκφράσεις συναισθημάτων: Οι εκπαιδευτικοί ενθαρρύνουν τους μαθητές να μιλήσουν για τα συναισθήματά τους, να μοιραστούν τις σκέψεις τους και

να ακούσουν τις εμπειρίες των άλλων, χωρίς ωστόσο κριτική διάθεση. Αυτές οι συζητήσεις βοηθούν τους μαθητές να αναπτύξουν ενσυναίσθηση, καθώς κατανοούν καλύτερα τις συναισθηματικές ανάγκες των συμμαθητών τους.

Καθρέφτης συναισθημάτων: Σε αυτή τη δραστηριότητα μαθητές και μαθήτριες καλούνται να μιμηθούν συναισθήματα που βλέπουν σε εικόνες. Στη συνέχεια, συζητούν για αυτά τα συναισθήματα και τότε μπορεί να τα βιώνει κάποιος. Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τα παιδιά να αναγνωρίζουν τις εκφράσεις και τα συναισθήματα των άλλων.

Κύκλος Συναισθημάτων: Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο και μοιράζονται ένα συναισθήματα που βίωσαν πρόσφατα. Καθώς ο καθένας μιλά, οι υπόλοιποι ακούν χωρίς διακοπή και στη συνέχεια εκφράζουν κατανόηση. Αυτή η δραστηριότητα βοηθά τα παιδιά να εξασκηθούν στην ενεργητική ακρόαση και να κατανοήσουν τα συναισθήματα των άλλων.

Ημερολόγιο Συναισθημάτων: Τα παιδιά γράφουν σε ένα ημερολόγιο καθημερινά για τα συναισθήματα που ένιωσαν στη διάρκεια της ημέρας. Ενθαρρύνονται να αναλογιστούν και τα συναισθήματα των συμμαθητών ή της οικογένειάς τους. Αυτή η δραστηριότητα προάγει την αυτογνωσία και την κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων.

Κουτί της Καλοσύνης: Τα παιδιά καλούνται να βάζουν σε ένα κουτί σημειώματα με πράξεις καλοσύνης που παρατήρησαν κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, είτε από συμμαθητές είτε από τα ίδια. Στο τέλος της εβδομάδας, ανοίγουν το κουτί και διαβάζουν τις πράξεις καλοσύνης, προάγοντας έτσι την ενσυναίσθηση και την αλληλεγγύη.

Όλες οι παραπάνω δραστηριότητες, όχι μόνο ενισχύουν την ενσυναίσθηση στα παιδιά, αλλά προάγουν επίσης την κοινωνική συνοχή και την αλληλεγγύη μέσα στην τάξη. Μέσα από βιωματικές προσεγγίσεις, τα παιδιά μαθαίνουν να κατανοούν καλύτερα τα συναισθήματα των άλλων και, επιπρόσθετα, να αναπτύσσουν θετικές διαπροσωπικές σχέσεις.

Η εφαρμογή των αποτελεσμάτων στην εκπαιδευτική κοινότητα

Τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης μπορούν να ενσωματωθούν σε όλα τα επίπεδα της σχολικής κοινότητας, από το νηπιαγωγείο έως το λύκειο. Η εκπαίδευση για την πρόληψη της επιθετικότητας οφείλει να στοχεύει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που σχετίζονται με την επίλυση συγκρούσεων, την κατανόηση της επιθετικότητας και την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης.

Πέρα από το σχολικό περιβάλλον, είναι επίσης σημαντικό να εκπαιδεύονται οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί σε θέματα που σχετίζονται με την αναγνώριση και την πρόληψη της επιθετικότητας. Η ανάπτυξη μιας συνολικής στρατηγικής για την πρόληψη της επιθετικότητας, η οποία θα περιλαμβάνει εκπαιδευτικά προγράμματα για μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικούς, μπορεί να συμβάλει στη δημιουργία ενός ασφαλούς και ενθαρρυντικού περιβάλλοντος για όλους τους συμμετέχοντες (Collins&Harlacher, 2022).

Συμπεράσματα

Συμπερασματικά, η επιθετική συμπεριφορά στα παιδιά αποτελεί ένα πολυδιάστατο ζήτημα που επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες, όπως τα γονίδια, το οικογενειακό και κοινωνικό περιβάλλον, καθώς και οι εκπαιδευτικές επιρροές. Η επιθετικότητα, ανεξαρτήτως της ηλικίας, είναι ένα φαινόμενο που εμφανίζεται με διαφορετικές μορφές και ένταση και το σχολείο, σε συνεργασία με την οικογένεια, διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στην πρόληψη και τη διαχείρισή της.

Η κατανόηση της επιθετικής συμπεριφοράς απαιτεί μια ολιστική προσέγγιση που να περιλαμβάνει τόσο την ανάλυση των βιολογικών παραγόντων όσο και την επίδραση του περιβάλλοντος. Η ανάπτυξη της ενσυναίσθησης αποτελεί κεντρικό στοιχείο στη διαμόρφωση της συμπεριφοράς των παιδιών και μπορεί να αποτελέσει ισχυρό εργαλείο πρόληψης της επιθετικότητας. Τα σχολεία, μέσω κατάλληλων προγραμμάτων και

διδασκικών μεθόδων, μπορούν να καλλιεργήσουν δεξιότητες που προωθούν την κατανόηση, τη συνεργασία και τη θετική επίλυση συγκρούσεων.

Όπως γίνεται φανερό, η εκπαίδευση αποτελεί ένα από τα πιο αποτελεσματικά εργαλεία για τη μείωση της επιθετικότητας. Μέσω της καλλιέργειας της ενσυναίσθησης και της κατανόησης των αιτιών της επιθετικότητας, οι μαθητές μαθαίνουν να διαχειρίζονται τις συγκρούσεις με ειρηνικό τρόπο και να προάγουν την αρμονία στο σχολικό και ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Οι εκπαιδευτικές στρατηγικές που επικεντρώνονται στην ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων μπορούν να συμβάλουν στη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού περιβάλλοντος για όλους τους συμμετέχοντες.

Η κατανόηση της επιθετικότητας και η πρόωξη της ενσυναίσθησης δεν περιορίζονται μόνο στη σχολική κοινότητα, αλλά επεκτείνονται και στην κοινωνία, γενικότερα. Οι άνθρωποι που έχουν αναπτύξει αυτές τις δεξιότητες είναι περισσότερο πιθανό να λειτουργούν ως θετικά πρότυπα, προωθώντας μια κουλτούρα ειρήνης και συνεργασίας. Συνεπώς, η εκπαίδευση για την πρόληψη της βίας είναι κρίσιμης σημασίας για τη δημιουργία μιας πιο ειρηνικής κοινωνίας.

Οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς, ως πρότυπα για τα παιδιά, είναι κεντρικά πρόσωπα στην καλλιέργεια μιας κουλτούρας ενσυναίσθησης και κατανόησης. Μέσω της συμπεριφοράς και των διδαγμάτων τους, μπορούν να ενισχύσουν θετικά πρότυπα, βοηθώντας τα παιδιά να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες που θα τα αποτρέψουν από το να υιοθετήσουν επιθετικές συμπεριφορές. Οι βιωματικές δραστηριότητες, όπως τα παιχνίδια ρόλων και οι ανοιχτές συζητήσεις, είναι εξαιρετικά εργαλεία για την ενίσχυση της ενσυναίσθησης και της συνεργασίας στις σχολικές κοινότητες.

Τέλος, καθίσταται σαφές ότι η πρόληψη της επιθετικότητας απαιτεί συντονισμένες προσπάθειες από γονείς, εκπαιδευτικούς και ειδικούς, με στόχο τη δημιουργία ενός ασφαλούς, υποστηρικτικού και δίκαιου περιβάλλοντος για τα παιδιά. Με την καλλιέργεια των σωστών αξιών και την υποστήριξη της κοινωνικής ανάπτυξης, τα παιδιά μπορούν να εξελιχθούν σε υπεύθυνους πολίτες, συμβάλλοντας σε μια κοινωνία απαλλαγμένη από βία και επιθετικότητα.

Βιβλιογραφίες

Ξενόγλωσσες

- Berk, L. E. (2013). *Child development* (9th ed.). Pearson Education.
- Cole, M., & Cole, S. (2001). *The development of children* (5th ed.). Worth Publishers.
- Collins, A., & Harlacher, J. (2022). *Effective Bullying Prevention: A Comprehensive Schoolwide Approach*. Guilford Press.
- Dodge, K. A., Coie, J. D., & Lynam, D. (2006). Aggression and antisocial behavior in youth. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology* (6th ed.), Vol. 3: Social, emotional, and personality development (pp. 719–788). Wiley.
- Freud, S. (1905). *Three essays on the theory of sexuality*. Basic Books.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1995). *Social interdependence: Cooperative learning in education*. Interaction Book Company.
- Klein, M. (1945). *Contributions to psychoanalysis: 1921-1945*. The Hogarth Press.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Smith, P. K., & Sharp, S. (1994). *School bullying: Insights and perspectives*. Routledge.

Ελληνόγλωσσες

- Γιωσαφάτ, Μ. (2010). *Μεγαλώνοντας μέσα στην ελληνική οικογένεια*. Αρμός.

- Δημητριάδου, Κ. (2016). *Νέοι προσανατολισμοί της διδακτικής. Προσαρμογή της διδασκαλίας στις εκπαιδευτικές προκλήσεις του 21ου αιώνα*. Gutenberg.
- Νταβλαμάνου, Ε., Πλαγιάς, Α., & Τσαρδακά, Σ. (2022). *Ως εδώ! StopBullying*. Γράφημα.
- Τσιλίκας, Σ. (2022). *Αρχίζοντας το ταξίδι. Έλα κι εσύ. Η Ψυχοθεραπεία*. Γράφημα.
- Χουρδάκη, Μ. (2007). *Ψυχολογία εφήβων: Θέματα ανάπτυξης και συμπεριφοράς*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.