

Εφαρμογή της Συμβουλευτικής Πράξης στην σχολική μονάδα

Δημόσια έκδοση: τα προσωπικά στοιχεία επικοινωνίας των εκπαιδευτικών έχουν αντικατασταθεί με XXXXXX.

Σχολικό έτος	2025-2026
Είδος προγράμματος	Αγωγής Υγείας
Κωδικός	3642
Σχολική μονάδα	1ο Εργαστηριακό Κέντρο Δ Αθήνας (Αγ. Δημητρίου)
Διευθυντής	Δημήτριος Κοτσιφάκος
Συντονιστής/στρια	ΛΥΜΠΕΡΑΤΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ
Κλάδος	ΠΕ87.02
Τηλέφωνο εκπαιδευτικού	XXXXXX
Email εκπαιδευτικού	XXXXXX
Συμμετέχοντες εκπαιδευτικοί	-
Αριθμός μαθητών/τριών	5

Κύριο θέμα και θεματικές ενότητες

Το πρόγραμμα επικεντρώνεται στην ψυχική υγεία, την ψυχική ανθεκτικότητα και τη συναισθηματική αγωγή, με στόχο την ενίσχυση της συναισθηματικής νοημοσύνης των μαθητριών του Τομέα Υγείας Πρόνοιας και Ευεξίας. Θα προσεγγιστούν διαστάσεις όπως η αυτογνωσία και η αποδοχή συναισθημάτων, η ανάπτυξη στρατηγικών διαχείρισης δύσκολων καταστάσεων, η ενίσχυση της αυτοεκτίμησης και της θετικής εικόνας του εαυτού. Επιπλέον, θα καλλιεργηθούν δεξιότητες επικοινωνίας και συνεργασίας, καθώς και δημιουργικές και θεραπευτικές πρακτικές έκφρασης συναισθημάτων. Το πρόγραμμα συνδέεται με την ομαλή κοινωνική ένταξη και την πρόληψη παραβατικών συμπεριφορών κατά τη μεταβατική περίοδο της εφηβείας.

Παιδαγωγικοί στόχοι

Το πρόγραμμα επιδιώκει να βοηθήσει τους μαθήτριες του Τομέα Υγείας Πρόνοιας και Ευεξίας να κατανοήσουν τη σημασία της αυτογνωσίας και της αποδοχής των συναισθημάτων τους, αξιοποιώντας διαδικασίες αναστοχασμού. Στόχος είναι να αναπτύξουν στρατηγικές για τη διαχείριση δύσκολων συναισθημάτων και καταστάσεων, να ενισχύσουν την αυτοεκτίμηση και τη θετική εικόνα του εαυτού τους, καθώς και να καλλιεργήσουν δεξιότητες επικοινωνίας και συνεργασίας. Παράλληλα, θα εξοικειωθούν με δημιουργικές και θεραπευτικές πρακτικές έκφρασης συναισθημάτων, ώστε να επιτευχθεί η ομαλή ένταξη τους στην εκπαιδευτική κοινότητα και η πρόληψη παραβατικών συμπεριφορών.

Μεθοδολογία υλοποίησης

Η υλοποίηση θα βασιστεί σε βιωματικές δραστηριότητες και συνεργατική μάθηση. Θα χρησιμοποιηθούν συζητήσεις σε ομάδες, παιχνίδια ρόλων και ασκήσεις αναστοχασμού για την αναγνώριση και διαχείριση συναισθημάτων. Δημιουργικές πρακτικές, όπως ζωγραφική, μουσική και γραφή, θα αξιοποιηθούν για την έκφραση συναισθημάτων. Παράλληλα, θα πραγματοποιηθούν παρουσιάσεις και μικρές δράσεις ευαισθητοποίησης στην εκπαιδευτική κοινότητα. Η διαδικασία θα υποστηριχθεί από συμβουλευτικές τεχνικές και εργαλεία αυτοαξιολόγησης, με στόχο την ενεργή συμμετοχή και την ανάπτυξη δεξιοτήτων επικοινωνίας και συνεργασίας.

Διάρκεια και έναρξη

Διάρκεια: 16 εβδομάδες (μία συνάντηση ανά εβδομάδα, 1 ώρα). Έναρξη προγραμμάτων με εκδήλωση στο αμφιθέατρο στα μέσα Δεκεμβρίου και μετά την έγκριση των προγραμμάτων

Επισκέψεις και συνεργασίες

Αριθμός προβλεπόμενων επισκέψεων: 3 Το πρόγραμμα προβλέπει επισκέψεις σε δομές που υποστηρίζουν την ψυχική υγεία και την αγωγή υγείας, όπως Κέντρα Πρόληψης, Συμβουλευτικούς Σταθμούς και Κέντρα Ψυχικής Υγείας. Θα επιδιωχθεί συνεργασία με ειδικούς ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς και συμβούλους εκπαίδευσης για την ενίσχυση της αποτελεσματικότητας των δράσεων. Επιπλέον, θα πραγματοποιηθούν συναντήσεις με φορείς της τοπικής κοινότητας και οργανώσεις που προάγουν την ψυχική ανθεκτικότητα και την κοινωνική ένταξη, ώστε να υπάρξει ανταλλαγή καλών πρακτικών και υποστήριξη των μαθητριών.

Σύνδεση με τα προγράμματα σπουδών

Το πρόγραμμα συνδέεται άμεσα με το αναλυτικό πρόγραμμα της Β΄ τάξης του Τομέα Υγείας-Πρόνοιας-Ευεξίας του ΕΠΑΛ: Διαπροσωπικές Σχέσεις: Ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων, ενσυναίσθησης και διαχείρισης σύγκρουσης. Πρώτες Βοήθειες: Εφαρμογή δεξιοτήτων διαχείρισης κρίσεων και υποστήριξης ψυχικής σταθερότητας. Εργασιακό Περιβάλλον Τομέα: Καλλιέργεια υπευθυνότητας, επαγγελματικών και συνεργατικών δεξιοτήτων. Ανατομία – Φυσιολογία: Κατανόηση της βιολογικής βάσης συναισθημάτων & του stress

Διάχυση αποτελεσμάτων

Η διάχυση των αποτελεσμάτων θα γίνει με ποικίλες δράσεις εντός και εκτός σχολικής κοινότητας. Προβλέπεται παρουσίαση των εργασιών και των δημιουργικών προϊόντων (αφίσες, ημερολόγια, καλλιτεχνικές εκφράσεις) σε σχολική εκδήλωση. Θα δημιουργηθεί ενημερωτικό υλικό (φυλλάδια, αφίσες) και θα αναρτηθεί σε πίνακες ανακοινώσεων και στην ιστοσελίδα του σχολείου. Επιπλέον, θα αξιοποιηθούν ψηφιακά μέσα, όπως αναρτήσεις σε εκπαιδευτικές πλατφόρμες και κοινωνικά δίκτυα του σχολείου. Τέλος, θα επιδιωχθεί συμμ

Αποτίμηση προγράμματος

Για την αποτίμηση θα αξιοποιηθούν κυρίως ποσοτικοί συμμετοχικοί δείκτες και ερωτηματολόγια πριν και μετά την υλοποίηση για την καταγραφή αλλαγών στην αυτογνωσία, στη διαχείριση συναισθημάτων και στις δεξιότητες επικοινωνίας. Θα πραγματοποιηθεί παρατήρηση της συμμετοχής και της συμπεριφοράς των μαθητών στις δραστηριότητες, καθώς και αξιολόγηση δημιουργικών προϊόντων (ημερολόγια, αφίσες, καλλιτεχνικές εκφράσεις). Επιπλέον, θα γίνουν ομαδικές συζητήσεις και σύντομες γραπτές αναφορές.

Χρονοδιάγραμμα

Εβδομάδα 1: Παρουσίαση προγράμματος, συζήτηση για ψυχική υγεία και στόχους. Εβδομάδα 2-3: Δραστηριότητες αυτογνωσίας και αναστοχασμού (ημερολόγια συναισθημάτων, παιχνίδια ρόλων). Εβδομάδα 4-6: Ανάπτυξη δεξιοτήτων διαχείρισης συναισθημάτων και επικοινωνίας μέσω βιωματικών ασκήσεων. Εβδομάδα 7-9: Δημιουργικές πρακτικές έκφρασης (ζωγραφική, μουσική, γραφή) και δράσεις ενίσχυσης αυτοεκτίμησης. Εβδομάδα 10-11: Συνεργασία με φορείς ψυχικής υγείας, επισκέψεις και συζητήσεις με ειδικούς. Εβδομάδα 12: Τελική παρουσίαση αποτελεσμάτων, ανατροφοδότηση και αξιολόγηση.

Τα στοιχεία τηλεφώνου και email των εκπαιδευτικών έχουν αποσιωπηθεί για δημόσια ανάρτηση.