

2^ο ΕΠΑΛ ΕΛΕΥΣΙΝΑΣ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2009-2010

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ:

ΕΦΗΒΕΙΑ – ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΛΗΨΕΙΣ



ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Ροντογιάννη Ελένη, Φιλολόγος
Ντάρδας Αθανάσιος, Μαθηματικός

ΜΑΘΗΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ:

Αντεκελίδου Μαρία
Γεωργακοπούλου Χριστίνα
Γουρζουλίδη Μαρία
Ζαβέρζα Έλενα
Καπνά Ελένη
Καρασαββίδου Μαρία
Καλυμνίου Χρυσυαγή
Κόλλιας Κωνσταντίνος
Μπαρή Ειρήνη

Μιχαήλοβσκα Αγάπη
Νικολάου Αικατερίνη
Όλα Χριστίνα
Παπαδοπούλου Μαρία
Προσάδα Βιολέτα
Σαββίδη Αναστασία
Χαρτοματσίδη Ευδοκία
Παππάς Δονάτος

Γιατί επιλέξαμε το θέμα

Τα κριτήρια επιλογής του θέματος ήταν τα προβλήματα (ψυχολογικά, βιοσωματικά κ.λ.π.) των μαθητών/τριών του σχολείου μας αλλά και γενικότερα των εφήβων.

Το συγκεκριμένο θέμα το επέλεξαν οι μαθητές/ριες γιατί θέλησαν μέσα από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα να κατανοήσουν τον εαυτό τους καλύτερα ώστε να βοηθηθούν να ξεπεράσουν ομαλά τα κρίσιμα σημεία της περιόδου της εφηβείας αλλά και να προσπαθήσουν να βρουν τις αιτίες των προβλημάτων τους και πώς αυτές μπορούν να οδηγήσουν σε ορισμένα είδη συμπεριφορών (π.χ επιθετική συμπεριφορά, άγχος, συγκρούσεις μεταξύ τους αλλά και μέσα στην οικογένεια, παραβατικές συμπεριφορές κλπ.)

Βασικός Σκοπός

Βασικός σκοπός της εφαρμογής του προγράμματος μέσα από το συγκεκριμένο θέμα υλοποίησης είναι : «να συνειδητοποιήσουν οι μαθητές τις αλλαγές σε βιολογικό και ψυχολογικό επίπεδο και να αναζητήσουν τη δική τους ταυτότητα».

Επίσης να βοηθήσει τους μαθητές να προσπαθήσουν να βρουν τρόπους ανάπτυξης υπεύθυνων συμπεριφορών και στάσεων στο χώρο του σχολείου αλλά και στην κοινωνία γενικότερα.

Θεματικές ενότητες του προγράμματος

- Εφηβεία – Ήβη
- Απόκτηση Ταυτότητας
- Βιοσωματικές αλλαγές
- Ψυχολογικές –συναισθηματικές αλλαγές
- Δυσκολίες – συγκρούσεις
- Παραβατικές συμπεριφορές – εγκληματικότητα - βία
- Αλκοόλ – ναρκωτικά – κατάθλιψη
- Σχέσεις εφήβων - γονέων

Δραστηριότητες

Για την υλοποίηση του προγράμματος Αγωγής Υγείας που επιλέξαμε, αποφασίσαμε να συναντιόμαστε μία φορά την εβδομάδα μετά το πέρας των μαθημάτων. Στις πρώτες συναντήσεις προσπαθήσαμε να κατανοήσουμε καλύτερα την ψυχολογία των εφήβων, τα προβλήματά τους και την καθημερινότητά τους.

Στη συνέχεια χωριστήκαμε σε ομάδες εργασίας. Η 1^η ομάδα ανέλαβε την επεξεργασία πληροφοριών, η 2η τη συλλογή πληροφοριών (ερωτηματολόγιο), η 3^η τη

σύνταξη ερωτηματολογίου και η 4η ανέλαβε ορισμένες κατασκευές (όπως κολάζ, αφίσες, ζωγραφική).

Καθώς προχωρούσαν οι συναντήσεις μας, ασχοληθήκαμε με τις επί μέρους θεματικές ενότητες του προγράμματος, όπως :

1. Βιοσωματικές αλλαγές κατά την εφηβεία και πώς αυτές επηρεάζουν τον έφηβο στην αναζήτηση μιας νέας ταυτότητας
2. Συναισθηματικές αλλαγές τις οποίες βιώνει ο έφηβος κατά τη μετάβασή του από τον κόσμο των παιδιών στον κόσμο των μεγάλων.
3. Ψυχολογικές αλλαγές και πώς αυτές επηρεάζουν τους εφήβους στην προσπάθειά τους να ανεξαρτητοποιηθούν από το οικογενειακό και κοινωνικό τους περιβάλλον καθώς και πώς οι αλλαγές αυτές μπορεί να οδηγήσουν σε διάφορες συναισθηματικές διαταραχές π.χ κατάθλιψη, αίσθημα κατωτερότητας αλλά και σε ορισμένα είδη συμπεριφορών όπως επιθετική συμπεριφορά, αλκοόλ, ναρκωτικά. Τέλος, πώς οι αλλαγές κατά την εφηβεία επηρεάζουν τις σχέσεις των εφήβων με την οικογένεια και το σχολείο.

Καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι η εφηβεία είναι μία από τις πιο δύσκολες περιόδους της ζωής του ανθρώπου και είναι η ηλικία που απαιτεί απόλυτο σεβασμό και αγάπη.

Προσπαθήσαμε να αντιμετωπίσουμε με αισιοδοξία μερικά από τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι νέοι σήμερα, θεωρώντας ότι το σχολείο και η οικογένεια είναι καθοριστικοί παράγοντες στην εξέλιξη της κρίσιμης ηλικίας των εφήβων.

Στις τελευταίες συναντήσεις μας κατασκευάσαμε ένα μεγάλο ταμπλό με το πρόγραμμα του σχολείου μας, συνθέσαμε κολάζ και αφίσες και τυπώσαμε μπλουζάκια σχετικά με το θέμα ναρκωτικά - αλκοόλ - βία - εγκληματικότητα - κατάθλιψη.



Συνεργασίες και επισκέψεις από φορείς

Παρακολουθήσαμε τη διάλεξη του φιλόλογου συγγραφέα Ν. Σιδέρη στην παρουσίαση του βιβλίου του «Τα παιδιά δεν θέλουν ψυχολόγο, γονείς θέλουν». Τα παιδιά έθεσαν ερωτήσεις σχετικά με τα προβλήματα στην εφηβεία.

Μετά την παρουσίαση επισκεφθήκαμε διάφορα βιβλιοπωλεία στο κέντρο της Αθήνας και ενημερωθήκαμε σχετικά με εκδόσεις βιβλίων με θέμα την εφηβεία.

Δεχθήκαμε ακόμη την επίσκεψη της κ. Καλλιόπης Τσεμπέρη, Συμβούλου της Ελληνικής Εταιρείας Οικογενειακού Προγραμματισμού και καθηγήτριας ΤΕΙ – ΕΣΥ, η οποία και ενημέρωσε τους μαθητές και τις μαθήτριες γύρω από θέματα εφηβείας και διαφυλικών σχέσεων.

Δράσεις

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος συντάξαμε ερωτηματολόγιο και το διανεμίσαμε στους μαθητές του σχολείου μας και σε άλλους ενδιαφερόμενους εφήβους.

Αναρτήσαμε το ταμπλό, τις αφίσες και τα κολάζ σε κεντρικό χώρο του σχολείου όπου μία ομάδα μαθητών απαντούσαν σε απορίες των υπόλοιπων μαθητών σχετικά με το θέμα που είχαν επεξεργαστεί.

Επίσης αναρτήσαμε σε μία αίθουσα πίνακες ζωγραφικής του μαθητή Κόλλια Κωνσταντίνου σχετικά με την αναζήτηση ταυτότητας και τα παιδιά έθεσαν ερωτήσεις.



Τι αποκομίσαμε από το πρόγραμμα αυτό:

- Οι μαθητές/ριες συνειδητοποίησαν τις αλλαγές που συμβαίνουν σε βιολογικό και ψυχολογικό επίπεδο κατά την κρίσιμη περίοδο της εφηβείας.
- Κατά τη διάρκεια του προγράμματος προσπάθησαν να διερευνήσουν τον εαυτό τους και να ανακαλύψουν την ταυτότητά τους.
- Συνειδητοποίησαν ότι για να ξεπεραστεί η κρίση της εφηβείας, καθοριστικοί παράγοντες είναι η προσωπικότητα και οι ψυχικές δυνάμεις των εφήβων αλλά και η στάση και η συμπεριφορά της οικογένειας.
- Προβληματίστηκαν για τις επιπτώσεις που μπορεί να έχει η χρήση των ναρκωτικών και του αλκοόλ στην ψυχική και σωματική τους υγεία και για το γεγονός ότι μπορεί να τους οδηγήσουν σε ορισμένα είδη παραβατικών συμπεριφορών όπως βία και επιθετικότητα
- Αντιλήφθηκαν επίσης ότι τα παιδιά με επίμονα προβληματική – αντικοινωνική συμπεριφορά συνάπτουν φιλίες με μη «φυσιολογικούς» εφήβους.
- Τα παιδιά με παραβατική συμπεριφορά προέρχονται πιο συχνά από οικογένειες που χαρακτηρίζονται από δυσαρμονία στις σχέσεις των μελών της.
- Η οικογένεια είναι το πρώτο σχολείο και ο πρώτος παιδαγωγός του εφήβου. Ας θυμηθούμε τα λόγια του Rousseau: «Παραδώστε καλή οικογένεια για να σας παραδώσω μέσα σε ελάχιστο χρόνο χρηστούς και ικανούς για τη ζωή πολίτες».