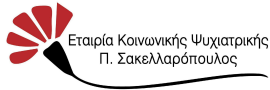


**ΕΤΑΙΡΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ Π.
ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ**



Αρχικός Τίτλος:

ΣΒΗΝΩ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΖΩΗ ΜΟΥ (ERASE-S GREECE)

*Με την γόμα μου στο χέρι, το στρες «σβήνω» σε όλα τα μέρη!
(τίτλος κατάλληλος για μικρότερες τάξεις)*

ΦΟΡΕΑΣ:

**ΕΤΑΙΡΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ Π.
ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ**

Επικοινωνία:

Δοϊράνης 181 και Φειδίου 18, Καλλιθέα, 17673, τηλ. 2109221739
& 2109227611

Υπεύθυνος Επικοινωνίας: Κα Δέσποινα Κατσούδα
despina.katsouda@yahoo.gr

Ιστοσελίδα:

<https://ekpse.gr>
<https://xroussi.users.uth.gr/>

Επιστημονική Υπεύθυνη: Χριστίνα Ρούση-Βέργου, Επίκ. Καθ.
Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας, Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής,
Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας
Εργαστήριο Ψυχολογίας και Εφαρμογών στην Εκπαίδευση

xroussi@uth.gr

Συνεργαζόμενοι Φορείς:

ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΑΡΓΩ ιστοσελίδα www.argo.org.gr
ΙΑΣΙΣ www.iasismed.eu
ΕΨΥΚΑ www.epsyka.gr
ΠΕΡΙΒΟΛΑΚΙ www.toperivolaki.gr

Θεματική:

(Ζω Καλύτερα- Ευ Ζην)

Υποενότητα:

- Ψυχική και Συναισθηματική Υγεία
- Πρόληψη
- Γνωρίζω το σώμα μου- Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση

**Απευθύνεται σε: Μαθητές/ριες
Δ', Ε' και ΣΤ' Δημοτικού και
Γυμνασίου**

Περιγραφή του Υλικού:

Το ERASE-S GREECE (ή ΣΒΗΝΩ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΑΠΟ ΤΗ ΖΩΗ ΜΟΥ) αποτελεί ένα ολοκληρωμένο ψυχοεκπαιδευτικό πρόγραμμα με σκοπό την υποστήριξη των μαθητών/ριών στην σχολική κοινότητα μετά από έκθεση σε ένα τραυματικό γεγονός, (γεγονός ζωής όπως θάνατος γονέα, διαζύγιο), έκθεση σε ανθρωπογενή ή φυσική καταστροφή (πόλεμος, πυρκαγιές, πλημμύρες, σεισμοί), αλλά και έκθεση στο συνεχές στρες και ενδεχομένως και σε βιώματα απώλειας που έχουν προκληθεί από την πανδημία του COVID-19. Ο γενικός στόχος του αφορά την μείωση των μετατραυματικών συμπτωμάτων των μαθητών/ριών, αλλά και την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητάς τους, έχοντας ως αποτέλεσμα τη μελλοντική αποτροπή της συμπτωματολογίας σχετικά με το στρες ύστερα από κρίσεις που προκαλούνται από στρεσογόνα γεγονότα (μικρής αλλά και ευρείας κλίμακας).

Το πρόγραμμα αποτελεί μετάφραση και προσαρμογή του εγχειριδίου: Berger, R., & Manasra, N. (2005). *Enhancing resiliency among students experiencing stress (ERASE-STRESS CHERISH): A manual for teachers*. Tel Aviv: Natal, Trauma Center for Victims of terror and War (Hebrew).

Για την μετάφραση και την προσαρμογή υπάρχει σχετική άδεια και έγκριση από τους συγγραφείς.

Μορφή Υλικού

Ψηφιακό:

Επισυνάπτεται

Εκτυπώσιμο:

Ψηφιακό εκτυπώσιμο υλικό

Στόχοι

A. Δεξιότητες Μάθησης 21^{ου} αιώνα (4cs)

A1: Δεξιότητες Μάθησης 21^{ου} αιώνα

Κριτική σκέψη (Critical thinking)

Επικοινωνία (Communication)

Συνεργασία (Collaboration)

Δημιουργικότητα (Creativity)

A3: Παραγωγική Μάθηση μέσω των τεχνών και της δημιουργικότητας

B. Δεξιότητες Ζωής

B1. Δεξιότητες της Κοινωνικής ζωής (Αυτομέριμνα,

B2. Δεξιότητες διαμεσολάβησης και κοινωνικής ενσυναίσθησης

Ενσυναίσθηση και ευαισθησία,

Ανθεκτικότητα

Πολιτειότητα

Προσαρμοτικότητα

Γ. Δεξιότητες της τεχνολογίας της μηχανικής και της επιστήμης

Γ1: Δεξιότητες της τεχνολογίας (Δεξιότητες δημιουργίας και κοινοποίησης ψηφιακών δημιουργημάτων) Δεξιότητες διαχείρισης των μέσων (Πληροφορικός γραμματισμός, Ψηφιακός γραμματισμός Δεξιότητες διεπιστημονικής και διαθεματικής χρήσης των νέων τεχνολογιών Συνδυαστικές δεξιότητες ψηφιακής τεχνολογίας, επικοινωνίας και συνεργασίας Δ. Δεξιότητες του νου Δ1: Στρατηγική σκέψη (Οργανωσιακή σκέψη, Μελέτη περιπτώσεων (case studies) και Επίλυση προβλημάτων) Δ2: Πλάγια σκέψη (Δημιουργική, παραγωγική, ολιστική σκέψη), Κατασκευές, παιχνίδια, εφαρμογές Δ3: Ρουτίνες σκέψεις και αναστοχασμός Στρατηγική σκέψη Αξιολόγηση Η αξιολόγηση γίνεται με ερωτηματολόγιο προς τα παιδιά: <u>Η Γνώμη μου.</u> Επισυνάπτεται Μετά το πέρας των παρεμβάσεων ο/η υπεύθυνος/η εκπαιδευτικός ή/και ο/η Δ/ντης-ντρια της σχολικής μονάδας ή/και ο/η σχολικός/ή ψυχολόγος καλούνται να συμπληρώσουν ανώνυμη αξιολόγηση, είτε σε ημιδομημένη συνέντευξη αποτίμησης των αποτελεσμάτων των δράσεων.	
--	--

Ενότητες- Περιγραφή:

1. Ξεκινώ
2. Ενισχύω τους τρόπους με τους οποίους αντιμετωπίζω τις δύσκολες καταστάσεις
3. Σε επαφή με το σώμα μου
4. Αναγνωρίζω τα συναισθήματά μου
5. Ελέγχω τα συναισθήματά μου
6. Αντιμετωπίζω τους φόβους μου
7. Διαχειρίζομαι το θυμό και την οργή μου
8. Αντιμετωπίζω το πένθος και την απώλεια
9. Χτίζω την προσωπική κοινωνική ασπίδα
10. Ενισχύω την αυτοεκτίμησή μου
11. Μετατρέπω την κρίση σε ευκαιρία
12. Αναζητώ ένα καλύτερο μέλλον

Περιλαμβάνει/ Υποστηρικτικό υλικό:

Το πρόγραμμα αποτελείται από ένα εγχειρίδιο – αναλυτικό οδηγό για τον εκπαιδευτικό με ενσωματωμένες οδηγίες και φύλλα εργασίας για τους/ις μαθητές/ριες.

Για την εφαρμογή του στα σχολεία, οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να απευθυνθούν στους συνεργαζόμενους φορείς ώστε να λάβουν την κατάλληλη εκπαίδευση – επιμόρφωση και η υλοποίησή του να πραγματοποιηθεί

σε ένα πλαίσιο εποπτείας με συναντήσεις (και με εξ αποστάσεως μεθόδους) δύο φορές τον μήνα, διάρκειας 90 λεπτών η κάθε μία.