

Λίγα λόγια...

Τα « **Βήματα για τη Ζωή**» μας κέντρισαν εξ αρχής το ενδιαφέρον.

Πρόκειται για ένα ολοκληρωμένο παρεμβατικό πρόγραμμα ψυχικής υγείας που στοχεύει στην Ενίσχυσης Ατομικών και Κοινωνικών Δεξιοτήτων στην Πρώτη Σχολική Ηλικία. Οργανώνει και μεθοδεύει βήμα το βήμα και συστηματικά, τη συνεχή εκπαίδευση του παιδιού στο να αποκτήσει τις αναγκαίες για τη ζωή του δεξιότητες. **Δεξιότητες ατομικές** (π.χ. αναγνώριση και διαχείριση συναισθημάτων, ενσυναίσθηση, εκτίμηση καταστάσεων...) **και κοινωνικές** (ικανότητες συνεργασίας, ανάπτυξης φιλίας, διαπραγμάτευσης, άρνησης, αποφυγή θυματοποίησης, συγκρούσεων...). Το πρόγραμμα είναι ανεπτυγμένο σε **4 θεματικές ενότητες**. Μοιράζεται σε **52 μαθήματα** - 52 βήματα που ξεδιπλώνουν την άρτια στοχευμένη δομή του.

Η πρώτη ενότητα αφορά το «Διάστημα προσαρμογής» : Στην εισαγωγική αυτή ενότητα προετοιμάζουμε τα παιδιά με παιχνίδια γνωριμίας, εξοικειώνονται με διαδικασίες, όπως να καθόμαστε στον κύκλο, να σχηματίζουμε ομάδες, να περιμένουμε τη σειρά μας για να μιλήσουμε.

Η δεύτερη ενότητα αναφέρεται σε Βασικές έννοιες όπως: *Ίδιο - Διαφορετικό, Είμαστε διαφορετικοί αλλά μοναδικοί, Πώς διακόπτω και πότε, Περισπασμοί, Πώς αντιδρώ όταν προσπαθούν να μου αποσπάσουν την προσοχή.*

Η τρίτη ενότητα αφορά την Αναγνώριση και Διαχείριση συναισθημάτων. Μαθαίνουμε ότι όλα τα συναισθήματα είναι φυσιολογικά και αποδεκτά, δουλεύουμε με αυτά, μαθαίνουμε να τα αναγνωρίζουμε, να τα διαχειριζόμαστε και να ελέγχουμε ενδεχόμενες ακραίες μη αποδεκτές συμπεριφορές.

Η τελευταία ενότητα αφορά την Επίλυση προβλημάτων. Τα παιδιά ανακαλώντας τα όσα διδάχτηκαν σε προηγούμενες ενότητες, διαχειρίζονται και επιλύουν προβληματικές καταστάσεις. Μαθαίνουν τη **στρατηγική – ακολουθούν συγκεκριμένα βήματα**, υπολογίζουν πιθανές συνέπειες προτού προβούν στη λήψη απόφασης.

Η λύση που θα δώσουν **δεν είναι επιβαλλόμενη** και «φορεμένη» από άλλους και φυσικά **δεν είναι μία**. Είναι η λύση που ταιριάζει στον καθένα ξεχωριστά, και που πάρθηκε μέσα από **ζυγισμένη σκέψη** και ανάλογα με το θυμικό του....

Στη φιλοσοφία του προγράμματος ο δάσκαλος παύει να είναι ο διαχειριστής, ο διαμεσολαβητής στα προβλήματα των παιδιών. Δεν δίνει έτοιμες λύσεις και οδηγίες. **Δε λέει στο παιδί «τι» να σκέφτεται του μαθαίνει το « πώς» να σκέφτεται.** Η διδαχή που δέχτηκε σε ανύποπτο χρόνο θα το βοηθήσει - στην καίρια στιγμή - να εκτιμήσει, επιλέξει, υιοθετήσει συνειδητά την αποδεκτή π.χ. συμπεριφορά.

Δεν πρόκειται για ένα ακόμη θεωρητικό οικοδόμημα. Βασικό πλεονέκτημά του η **πρακτικότητα, αρτιότητα και εγκυρότητα** του που φάνηκαν, υλοποιώντας το πρόγραμμα στην τάξη σε προηγούμενα έτη. Το ίδιο το βιβλίο είναι έτσι δοσμένο που δεν ένιωσα στιγμή αμήχανη, ακάλυπτη, ότι καταπιανόμουν με κάτι που με ξεπερνούσε ή που με έριχνε σε περίεργες διαδρομές.

Πολλά τα εργαλεία και οι στρατηγικές στη ροή του Προγράμματος. Δράσεις, ιδέες, υλικό περιέχει παραπάνω από αρκετά. Τόσο που νιώθεις πως **ο χρόνος δεν είναι ποτέ αρκετός...**

Με την κα Μάκη συνεργαστήκαμε απόλυτα καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος. Ξεκινώντας το πρόγραμμα αργά είχαμε δύσκολες αποφάσεις να πάρουμε. Προσαρμογές και επιλογές μπορούσαμε και έπρεπε να κάνουμε. Δεν έπρεπε όμως να προσπεράσουμε ή να παραλείψουμε μαθήματα, προκειμένου να διατηρηθεί η ταυτότητα του προγράμματος.

Ο κος Κούτρας, χωρίς ζητούμενα ή εμπλοκή στο έργο μας, μας στήριξε – όποτε του ζητήθηκε. Ουσιαστική η βοήθεια του στο ξεκίνημά μας. Μας καθοδήγησε στο σχεδιασμό και τη σύμπτυξη της ύλης και παρουσίασε το πρόγραμμα στην ομάδα γονέων. Τον ευχαριστούμε από καρδιάς γι' αυτό.

Κάποια **μεθοδολογικά εργαλεία** και διαδικασίες ήταν για εμάς αδιαπραγμάτευτα αναγκαία, μιας και αποτελούσαν **δυνατά σημεία** του Προγράμματος. Πιο συγκεκριμένα:

Ο σχηματισμός του κύκλου: έχει μια δύναμη που καθηλώνει τα παιδιά. Βρίσκαμε τη θέση μας σε αυτόν συντεταγμένα, με τάξη και με τη **δικαιοσύνη του τυχαίου** που εξασφάλιζαν οι κάρτες – κλήροι που φτιάξαμε γι' αυτό το λόγο.

Το κουνελάκι του κύκλου: έδινε με τάξη το λόγο σ' αυτόν που ήθελε να μιλήσει.

Οι Επιστολές: ενημέρωναν, κάποιες φορές καθοδηγούσαν, βοηθούσαν στο συντονισμό σχολείου-οικογένειας. Οι γονείς καλούνται να λειτουργήσουν ως συνεχιστές της εκπαίδευσης του παιδιού τους στις διδαγμένες από τον εκπαιδευτικό τεχνικές. Για εμάς η σύμπραξη με τους γονείς ήταν ευχή και κάναμε ό,τι ήταν δυνατό γι' αυτό.

Ο Βοηθός: προέκυπτε από κλήρωση, ήταν το σημαίνον πρόσωπο της εβδομάδας (το αστέρι της βδομάδας), αυτοπαρουσιάζονταν στην ομάδα, αναλάμβανε ρόλους, δέχονταν φιλοφρονήσεις που του αναλογούσαν και στην κορυφαία στιγμή του βοηθού καλούσαμε το γονιό του στον κύκλο για να τον τιμήσουμε όλοι μαζί.

Στην παρουσίαση που ακολουθεί, βλέπετε πίνακες αυτοπαρουσίασης βοηθών, δίπλωμα-φιλοφρόνηση από τη δασκάλα της τάξης και φιλοφρονήσεις από τους συμμαθητές.

Το άνοιγμα της πόρτας στο γονιό είναι από μόνο του μια καινοτομία...

Απαιτεί γενναιότητα, δηλώνει μια άλλη επικοινωνιακή αντίληψη-όμως όλο αυτό στόχευε κάπου... Ο επισκέπτης στην τάξη μας γονιός, αποκτούσε έστω και για 10 λεπτά εικόνα και αυτό είχε από μόνο του ενδιαφέρον. Έμπαινε στον κύκλο μας για να μιλήσει και αυτός για το παιδί του.

Ο γονιός βλέπει το παιδί του που υπάρχει και λειτουργεί μέσα σε μια ομάδα. Η εικόνα αυτή έχει δύναμη και αξία και κάποιες φορές φτάνει να συγκινήσει το γονιό. Φυσικά και για τον τιμώμενο βοηθό παιδί η παρουσία του γονιού του ήταν σημαντική στιγμή.

Εντυπωσιακή υπήρξε η **ανταπόκριση των παιδιών** καθ' όλη τη διάρκεια του Προγράμματος. Τα παιδιά στον κύκλο είναι συγκεντρωμένα, ακούνε τη δασκάλα, αλλά και το ένα το άλλο, πάντα έχουν πράγματα να πουν, να μοιραστούν εμπειρίες, να εκφράσουν σκέψεις, ο ενθουσιασμός περισσεύει. Το πρωτόγνωρο της διαδικασίας, η καλή οργάνωση και ο απόλυτος σχεδιασμός, το περιεχόμενο τα καθηλώνουν και το αποτέλεσμα είναι πέρα από κάθε προσδοκία. Καταπληκτικό το πώς αποτυπώνουν έννοιες, κατανοούν το περιεχόμενό τους, εντάσσουν νέες λέξεις στο λεξιλόγιό τους. Ανακαλούν και φέρνουν στη κουβέντα μας δύσκολα σοφίσματα, γεγονός που μαρτυρά ότι το όλο πράγμα «δουλεύει».

Διαβάζω από το ημερολόγιο μου: μιλάμε για την απογοήτευση, κάνει συνειρμό ο Μ. και λέει: *« Η γιαγιά μου λέει πως στη ζωή δε γίνεται να τα 'χεις όλα. Μια χάνεις μια κερδίζεις»!*

Έρχεται να σου δηλώσει με χαρά η Ε. πως ακολούθησε τις οδηγίες όταν θύμωσε, πήρε βαθιές ανάσες με την κοιλίτσα και όλοι σχεδόν τρέχουν να σου πουν πως έφτιαξαν το μαξιλάρι του θυμού με τη μαμά στο σπίτι.

Γράφουν αξιολογώντας το πρόγραμμα στο τέλος του.

«Μου άρεσε πολύ που καθόμασταν όλοι μαζί παρεούλα σε κύκλο και μιλούσαμε. Χαιρόμουν που μοιραζόμασταν το λαγουδάκι για να μιλάμε, επίσης μου άρεσαν οι καρτέλες με τα ζωάκια. Μου άρεσε που μιλήσαμε για την ζήλεια, το θυμό, για το δίκαιο και το πώς να διακόπτουμε ευγενικά. Αυτά που είπαμε για το θυμό, εγώ τα έκανα. Κάθε Παρασκευή περίμενα με αγωνία τον κύκλο.»

«Φέτος στο πρόγραμμα έμαθα πολλά ενδιαφέροντα πράγματα. Έμαθα ότι σημασία δεν έχει να βγαίνεις πάντα πρώτος αλλά να προσπαθείς. Για να κερδίσεις έναν φίλο πρέπει να τον σέβεσαι. Θα ήθελα το πρόγραμμα να συνεχιστεί και του χρόνου.»

Φυσικά να σημειώσω πως το πρόγραμμα δεν είναι το μαγικό της μάγισσας ραβδάκι που το κουνάς και όλα πάνε κατ'ευχύν .. όμως αφήνει πράγματα στο μυαλό και η παραπέρα δουλειά που γίνεται ή δε γίνεται του προσδίδει άλλο ειδικό βάρος.

Παρότι είναι γραμμένο για μικρότερες ηλικιακές ομάδες, **λειτουργήσε περίφημα και για εμάς**. Αναρωτιέμαι για το αν, πόσο και πώς βοήθησε το ότι τα παιδιά ήταν μεγαλύτερα. Ίσως ήταν πιο ώριμα και διέθεταν περισσότερη αντίληψη. Ίσως το ότι αναφερόμαστε στο Δημοτικό Σχολείο και όχι στο Νηπιαγωγείο να κάνει τη διαφορά. Στη συνείδηση παιδιού και γονέα έχει μεγαλύτερη βαρύτητα, τα πράγματα σοβαρεύουν, υπάρχουν σαφή σημαντικά ζητούμενα εδώ... Μπαίνει πιο μέσα, για πρώτη φορά στέκεται και παρατηρεί **με τέτοια ένταση**, ψάχνεται περισσότερο.

Το δικό μας σχολείο, συντονισμένο στη λογική ότι η πρόωπη παιδική ηλικία είναι κρίσιμη στην ψυχοκοινωνική εκπαίδευση του παιδιού και ότι το σχολείο μπορεί δυνητικά να είναι ένας ουσιαστικός φορέας παρέμβασης σ' αυτό το πεδίο, ενίσχυσε το Πρόγραμμά μας μέσα από τη λειτουργία **Σχολής Γονέων**. Σε ανεξάρτητες απογευματινές συναντήσεις στο χώρο του σχολείου, η κα Έρη Φείδη, ψυχοπαιδαγωγός από το Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας «Σχεδία», οργάνωσε και υποστήριξε ένα κύκλο συνεδριών για τους γονείς του σχολείου μας.

Όλα όσα αναφέραμε προκύπτουν από την **εμπειρία στον κύκλο, τη σχολική καθημερινότητα** και ενισχύονται από τα **δεδομένα της αξιολόγησης** του Προγράμματος.

Στις κύριες δυσκολίες μας, εκτός από **τεχνικά ζητήματα**, σχετικά με την οργάνωση και διαχείριση του χώρου, θα επισημάνω τον υπερβολικό για εμάς αλλά αναγκαίο χρόνο που απαιτεί το Πρόγραμμα. Παρά τις προσαρμογές που έγιναν ο χρόνος για την ανάπτυξη της τελευταίας (σημαντικότητας;) ενότητας συμπίεστηκε πολύ. Λόγω της σημαντικότητας της συγκεκριμένης ενότητας, της ωφελιμότητας του πακέτου, της ανταπόκρισης παιδιών και γονέων, τη φετινή χρονιά (2013-2014) θα συνεχίσουμε τα βήματα για τη ζωή.

Τα οφέλη από την υλοποίηση του προγράμματος ήταν και σε **ατομικό επίπεδο αξιόλογα**. Να επισημάνω τέλος πως το πρόγραμμα απαιτεί αρκετή ενέργεια, ένταση και επαγρύπνηση από την ομάδα για να αποδώσει καρπούς. Αν δεν το πιστέψει ο εκπαιδευτικός που το εφαρμόζει και δεν του **«αφιερωθεί»** δε θα είναι παρά **ένα πρόγραμμα σαν όλα τα άλλα**. Έτσι θα είναι όχι «Βήματα για τη Ζωή», αλλά **«Βήματα για μια Ζωή»**.

Οκτώβρης 2013

Σοφία Στρατηδάκη