

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ**  
**ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ &**  
**ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ**

**ΕΘΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΝΕΟΤΗΤΑΣ**

## **ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**

**ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ  
ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ 8-12 ΕΤΩΝ**



**ΑΝΑΔΟΧΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗΣ**  
**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**  
**ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ**

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ Ε. ΑΣΚΗΤΗΣ

**ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ:** Αθανάσιος Ε. Ασκητής,  
Νευρολόγος - Ψυχίατρος, Διδάκτωρ Ψυχιατρικής Πανεπιστημίου Αθηνών,  
Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Αγωγής Ψυχικής & Σεξουαλικής Υγείας

**ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ**

**Γεώργιος Α. Ζουπάνος,** Ουρολόγος - Παιδοουρολόγος

**Κωνσταντίνος Α. Ρόκκας,** Ουρολόγος - Ανδρολόγος

**Αθανάσιος Γ. Γιαννακούρης,** Μαιευτήρας - Χειρ. Γυναικολόγος

**Αθηναΐς Π. Παπαδοπούλου,** Παιδοψυχίατρος

**Μαρίνα Σ. Μόσχα,** Απόφοιτος University of Indianapolis - Μ.Δ. Κλινικής Ψυχολογίας

**Παρασκευή Ε. Μαχαιράκη,** Ψυχολόγος

**Χριστίνα Π. Χουσιάδα,** Ψυχολόγος

**Αικατερίνη Ν. Κωστακιώτη,** Εκπαιδευτικός - Ψυχολόγος, Μ. Sc Κοινωνικής Ψυχιατρικής -  
Παιδοψυχιατρικής

**Γεώργιος Β. Λίγκρης,** Ψυχολόγος

**Αγαθή Ν. Μητσογιάννη,** Κλινική Ψυχολόγος

**Μαρίνα Μ. Λουλακάκη,** Μ.Δ. Σπουδές της Οικογένειας και της Σεξουαλικότητας των δύο φύλων,  
Καθολικό Παν/μιο της Λούβεν - Βέλγιο

**Φιλολογική επιμέλεια:** Ειρήνη Κ. Ζέρβα, Γλωσσολόγος, Μ. Sc Λογοθεραπείας, Υπ. Διδάκτωρ  
Παν/μίου Αθηνών

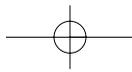
**Σκίτσα, Μακέτα Εξωφύλλου:** Σπυρίδων Α. Ορνεράκης

Η δημιουργία του παρόντος υλικού έγινε για λογαριασμό του Υπουργείου Παιδείας  
στα πλαίσια του Γ' Κοινοτικού Πλαισίου Στήριξης.

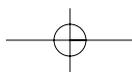
**ΑΞΟΝΑΣ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑΣ:** Α2 «Προώθηση & βελτίωση της εκπαίδευσης και της αρχι-  
κής επαγγελματικής κατάρτισης στα πλαίσια της δια βίου μάθησης», Μέτρο 2.4. Επαγγελμα-  
τικός προσανατολισμός και σύνδεση με την αγορά εργασίας, Ενέργεια 2.4.3. Κατηγορία πρά-  
ξεων α «Πιλοτικά προγράμματα σχολείων (Δημοτικά, Γυμνάσια, Ενιαία Λύκεια, Τ.Ε.Ε.)».

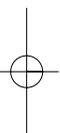
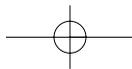
ISBN .....

**Copyright:** Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων Δ/νση Συμβουλευτικού  
Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Εκπαιδευτικών Δραστηριοτήτων.



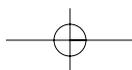
# **ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ**





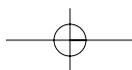
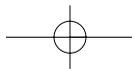
### **Επισήμανση ως προς τη χρήση του εκπαιδευτικού υλικού**

Το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό δίδεται προς χρήση του εκπαιδευτικού της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, με την προϋπόθεση ότι θα παρακολουθήσει ειδικό επιμορφωτικό σεμινάριο για την σωστή χρήση του συγκεκριμένου υλικού.



# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ .....	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	9
1η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Η γνωριμία μας .....	13
2η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Η παρέα μου και οι φίλοι μου I (Φιλία) .....	17
3η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Η παρέα μου και οι φίλοι μου II (Είμαι μοναδικός - Συνεργάζομαι) .....	21
4η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών I (Επικοινωνώ) .....	25
5η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών II (Γνωρίζω το σώμα μου και το σώμα του άλλου φύλου) .....	29
6η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών III (Αναπαραγωγή - Πρόληψη) .....	33
7η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: «Σε ποιον θα ήθελα να μοιάσω;» .....	37
8η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: «Νιώθω εγώ - Νιώθεις κι εσύ» I (Εκφράζομαι) .....	41
9η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: «Νιώθω εγώ - Νιώθεις κι εσύ» II (Αναγνωρίζω - Διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου) .....	43
10η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: «Όταν γίνω έφηβος» .....	47
11η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: «Οι σχέσεις μου με τους γονείς μου και την οικογένειά μου» .....	51
12η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ: Η τηλεόραση και τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, Διαδίκτυο, Αυτοπροστασία - Αυτοσεβασμός .....	55
ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ - ΓΟΝΕΩΝ .....	59
1η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ .....	63
2η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ .....	69
ΓΕΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ .....	71
ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΚΔΑΥ .....	93
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....	94



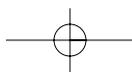
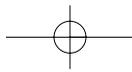
## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Το πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις» έγινε με στόχο να συμβάλλει στην προαγωγή της ψυχικής και σεξουαλικής υγείας, καθώς η σχολική ηλικία θεωρείται κατάλληλη για να λάβει το παιδί τα πρώτα ερεθίσματα που θα συντελέσουν στην ομαλή ψυχοσεξουαλική του ανάπτυξη.

Η προσπάθεια αυτή επιδιώκει να δώσει στο παιδί της ηλικίας 8-12 ετών τη δυνατότητα να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του, να μάθει για το άλλο φύλο και τις σχέσεις που αναπτύσσει με τα σημαντικά πρόσωπα της ζωής του, καθώς και να προετοιμαστεί για τις αλλαγές που θα ακολουθήσουν στην εφηβεία.

Το πρόγραμμα, συνδυάζοντας την επιστημονική γνώση με τη βιωματική προσέγγιση και δίνοντας στο παιδί κεντρικό ρόλο, θέτει τις κατάλληλες προϋποθέσεις, ώστε να αναπτύξει και να επεξεργαστεί θέματα που αφορούν στη σύνθετη έννοια της σεξουαλικότητας. Η σεξουαλικότητα είναι μια έννοια πολυδιάστατη που αφορά στη βιολογική, γνωστική, ψυχική, συναισθηματική και κοινωνική πλευρά του ανθρώπου. Ξεκινάει από τη γέννησή του και χαρακτηρίζει το σύνολο της ζωής του.

Το πρόγραμμα είναι εναρμονισμένο στο γνωστικό και ψυχοσυναισθηματικό επίπεδο και στις ανάγκες των παιδιών της ηλικίας 8-12 ετών. Ο εκπαιδευτικός, ως συντονιστής, διευκολύνει την ενεργό συμμετοχή και στην αλληλεπίδραση των παιδιών. Η μέθοδος και το υλικό του προγράμματος έχουν στόχο να διακινήσουν το ενδιαφέρον των παιδιών και να προσεγγίσουν τη γνώση με τρόπο βιωματικό, αξιοποιώντας τη φαντασία τους και τη δημιουργικότητά τους.



# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις» στόχο έχει να αναπτύξει μια υγιή σχέση και επικοινωνία του παιδιού με τον εαυτό του, καθώς και να συμβάλλει στην ομαλή συναισθηματική και ψυχοσεξουαλική του εξέλιξη. Το παιδί, σταδιακά και σε συνάρτηση με το ηλικιακό και γνωστικό-συναισθηματικό του επίπεδο, αποκτά τα κατάλληλα εφόδια, ώστε να γνωρίσει το σώμα του, τη λειτουργία του, αλλά και ολόκληρο τον εαυτό του. Το πρόγραμμα πραγματεύεται, επίσης, τις διαπροσωπικές και διαφυλικές σχέσεις και την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων.

Η υλοποίηση του προγράμματος γίνεται σε δώδεκα δίωρες συναντήσεις του εκπαιδευτικού με τους μαθητές του. Κάθε συνάντηση πραγματεύεται συγκεκριμένους στόχους και έχει συγκεκριμένη θεματολογία, η οποία αντιστοιχεί στο Τετράδιο του Μαθητή της ηλικίας 8-12 ετών. Επιπλέον, το πρόγραμμα περιλαμβάνει δύο δίωρες συναντήσεις του εκπαιδευτικού με τους γονείς των μαθητών. Προτείνεται η πρώτη συνάντηση να πραγματοποιηθεί στην αρχή του προγράμματος και η δεύτερη μετά την ολοκλήρωσή του.

## Μέθοδος διεξαγωγής του προγράμματος

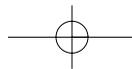
### Βιωματική προσέγγιση

Το πρόγραμμα βασίζεται στη βιωματική προσέγγιση, σύμφωνα με την οποία η εμπειρία δραματίζει σημαντικό ρόλο στη διαδικασία της μάθησης, που συντελείται μέσα από την εξοικείωση, την κατανόηση και την αναζήτηση νοήματος και όχι με την απλή απομνημόνευση πληροφοριών. Μέσω αυτής της προσέγγισης, το παιδί ενθαρρύνεται να έχει ενεργό συμμετοχή, να αξιοποιεί τη φαντασία του, τα βιώματά του, τη δημιουργικότητά του και την κριτική του σκέψη. Ο εκπαιδευτικός είναι μέλος της ομάδας που διευκολύνει τη μάθηση, ενώ ο μαθητής αναλαμβάνει ενεργητικό κεντρικό ρόλο.

Η προτεινόμενη τεχνική που διευκολύνει την προσέγγιση των θεματικών ενοτήτων είναι η ώρα του κύκλου (circle time). Συγκεκριμένα, τα παιδιά και ο εκπαιδευτικός κάθονται κυκλικά, τοποθετώντας τα θρανία τους σε μια γωνιά, έτσι ώστε να έχουν καλύτερη βλεμματική και ακουστική επαφή, αλλά και να πραγματοποιούνται οι προτεινόμενες βιωματικές διαδικασίες. Η κυκλική διάταξη στο χώρο βοηθάει στην αλληλεπίδραση, στη συμμετοχή όλων των μελών, στην κοινωνικοποίηση και στην λήψη αποφάσεων. Επίσης, με τον τρόπο αυτό τα παιδιά συζητούν θέματα που τους αφορούν και τους ενδιαφέρουν και τους δίνεται κοινός «χώρος» προς επίλυση θεμάτων που προκύπτουν μεταξύ τους.

### Συνεργατική μάθηση

Η συνεργατική μάθηση είναι μια διαδικασία ομαδικής μάθησης, στην οποία ο εκπαιδευτικός και οι μαθητές συμμετέχουν ενεργά. Η γνώση, δηλαδή, δεν είναι κάτι που δίνεται στους μαθητές, αλλά προκύπτει μέσα από τις αλληλεπιδράσεις τους και το συμμετοχικό διάλογο μεταξύ τους. Η συνεργατική μάθηση είναι η από κοινού εργασία πάνω σε μια συγκεκριμένη θεματική με τέτοιο τρόπο, ώστε να προωθείται η ατομική μάθηση, μέσω των συνεργατικών διεργασιών. Αυτού του είδους η μάθηση ευνοεί την αλληλοϋποστήριξη, την καλλιέργεια ενός ευχάριστου κλίματος, την κοινωνικοποίηση των παιδιών και είναι πιθανό να επιδράσει θετικά σε μαθητές που δυσκολεύονται να εκφράσουν τις απόψεις τους και τα συναισθήματά τους.

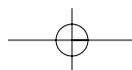


## Τεχνικές Ενεργητικής Μάθησης

Για την επεξεργασία των θεμάτων των δώδεκα συναντήσεων προτείνονται τεχνικές ενεργητικής μάθησης, οι οποίες προωθούν τη συμμετοχή και προκαλούν το ενδιαφέρον των παιδιών. Οι τεχνικές αυτές ενισχύουν τη γνώση και τις διαπροσωπικές σχέσεις και διευκολύνουν τη γνωστική και συναισθηματική έκφραση και τη συζήτηση ενδεχομένων δυσκολιών των παιδιών. Ειδικότερα, οι κυριότερες τεχνικές που προτείνονται στο εγχειρίδιο αυτό είναι:

- **Ελεύθερος συνειρμός:** αφορά στην αυθόρμητη και ελεύθερη έκφραση σκέψεων, συναισθημάτων και ιδεών αναφορικά με ένα θέμα, όπου η χρήση της φαντασίας παίζει σημαντικό ρόλο. Ο ελεύθερος συνειρμός διευκολύνει την παραγωγή μεγάλου αριθμού ιδεών σε μικρό χρονικό διάστημα.
- **Παιχνίδι ρόλων:** αναφέρεται σε διαδραμάτιση ρόλων, προσφέροντας ελεύθερη έκφραση και απεικόνιση φανταστικών ή πραγματικών καταστάσεων. Η τεχνική αυτή προσφέρει άμεση μάθηση και διευκολύνει τη διάδραση μεταξύ των μαθητών. Στόχος της είναι μέσα από το βίωμα να κατανοήσουν οι μαθητές βαθύτερα μια κατάσταση και τις αντιδράσεις τους απέναντι σε αυτή.
- **Δραματοποίηση:** αφορά στην απόδοση θεατρικής μορφής μιας ιστορίας, ενός στιγμιότυπου ή στον αυτοσχεδιασμό (π.χ. παντομίμα, κουκλοθέατρο). Στόχος είναι οι μαθητές να αναπαραστήσουν λεκτικά και εξωλεκτικά καταστάσεις και συναισθήματα, αξιοποιώντας τη φαντασία τους. Με τον τρόπο αυτό ενισχύεται η ενεργός συμμετοχή και η αλληλεπίδραση των παιδιών.
- **Καλλιτεχνική δημιουργία:** αφορά στην αποτύπωση σκέψεων, συναισθημάτων, προσώπων ή κοινωνικών σχέσεων και καταστάσεων με ζωγραφική ή κολλάζ. Μέσα από την καλλιτεχνική δημιουργία, διευκολύνονται οι μαθητές να εκφράσουν τον εαυτό τους και αυτά που αισθάνονται.
- **Μυθοπλασία:** αναφέρεται στη συγγραφή ιστοριών ή σεναρίων, ατομικά ή ομαδικά, με στόχο την έκφραση της φαντασίας των παιδιών και την αξιοποίηση προσωπικών βιωμάτων τους.
- **Συζήτηση:** αποτελεί μια πολύτιμη τεχνική, όπου τα παιδιά καλούνται να μοιραστούν στην ομάδα σκέψεις, συναισθήματα και προβληματισμούς τους γύρω από συγκεκριμένα θέματα. Επίσης, ακούγονται διαφορετικές απόψεις και διερευνώνται πεποιθήσεις, αξίες, στάσεις και προηγούμενες γνώσεις.
- **Εργασία σε ομάδες:** αποτελεί σημαντική τεχνική για τα παιδιά αυτού του ηλικιακού επιπέδου, καθώς ευνοεί την ανάπτυξη της κοινωνικότητας και της συνεργασίας.

Είναι σημαντικό σε κάθε βιωματική δραστηριότητα όπου τα παιδιά καλούνται να χωριστούν σε μικρές ομάδες ή σε ζευγάρια, ο εκπαιδευτικός να μεριμνεί, ώστε η σύσταση των ομάδων να είναι διαφορετική. Επιπλέον, σε ομαδικές δραστηριότητες, όπου ορίζεται εκπρόσωπος, είναι σκόπιμο όλα τα παιδιά να ενισχυθούν να αναλάβουν το ρόλο αυτό. Είναι απαραίτητη η ενίσχυση και η ενθάρρυνση της ενεργούς συμμετοχής όλων των παιδιών σε όλες τις δραστηριότητες του προγράμματος.





## Ο Ρόλος του Συντονιστή - Εκπαιδευτικού

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού αφορά στο συντονισμό της ομάδας των μαθητών και στην καλλιέργεια δεξιοτήτων συνεργασίας, αμοιβαιότητας και ανάληψης πρωτοβουλιών. Επιπλέον, διευκολύνει την επικοινωνία της ομάδας και την οργάνωσή της προς την επίτευξη των στόχων που κάθε συνάντηση έχει. Ο εκπαιδευτικός δεν παρέχει άμεσα τη γνώση στα παιδιά με διδακτικό τρόπο, αλλά τα βοηθάει και τα κινητοποιεί να παραγάγουν τα ίδια τη γνώση μέσα από βιωματικές διαδικασίες. Στόχος του είναι να τα παροτρύνει να εκφραστούν και να προβληματιστούν, χωρίς ο ίδιος να προβαίνει σε ερμηνείες ή κριτική σκέψεων και συμπεριφορών. Είναι χρήσιμο να παρέχει ανατροφοδότηση και να συμβάλλει στη δημιουργία κλίματος ασφάλειας και εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών της ομάδας.

## Γενικά Θέματα Ενημέρωσης για τον Εκπαιδευτικό

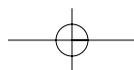
Στο εγχειρίδιο παρατίθενται «Γενικά Θέματα Ενημέρωσης για τον Εκπαιδευτικό», στα οποία ο ίδιος μπορεί να ανατρέξει για να αντλήσει πληροφορίες σχετικά με θέματα, που πρόκειται να διαπραγματευτεί με τους μαθητές του στις συναντήσεις.

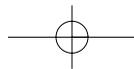
Κατά τη διάρκεια υλοποίησης του προγράμματος, οι μαθητές μπορεί να εκφράσουν στον εκπαιδευτικό απορίες, που αφορούν προσωπικά θέματα, όπως για παράδειγμα φίμωση, πόνο στα γεννητικά όργανα, προβλήματα συμπεριφοράς, οικογενειακά προβλήματα.

Σε περίπτωση που ο εκπαιδευτικός δεν γνωρίζει και δυσκολεύεται να χειριστεί κάποιο θέμα, είναι σκόπιμο, αφού συζητήσει με το σύλλογο των διδασκόντων, να ενημερώσει τους γονείς του μαθητή/ών και να γίνει παραπομπή σε ειδικό. Για το σκοπό αυτό παρατίθεται ο κατάλογος Κέντρων Διάγνωσης Αξιολόγησης και Υποστήριξης (Κ.Δ.Α.Υ.). Σε περίπτωση που τα ερωτήματα, αφορούν σε οργανικά θέματα ο εκπαιδευτικός είναι καλό να παραπέμψει τους γονείς σε έναν παιδίατρο.

## Συνοπτική παρουσίαση των Συναντήσεων

- **1η Συνάντηση: Η γνωριμία μας**  
Εισαγωγή στο πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις», γνωριμία και σύναψη συμβολαίου.
- **2η Συνάντηση: Η παρέα μου και οι φίλοι μου I (Φιλία)**  
Τα παιδιά κατανοούν την έννοια και τη σημασία της φιλίας και αναδεικνύονται οι κοινωνικές σχέσεις (διαπροσωπικές και διαφυλικές) που αναπτύσσονται στην ηλικία αυτή.
- **3η Συνάντηση: Η παρέα μου και οι φίλοι μου II (Είμαι μοναδικός - Συνεργάζομαι)**  
Η συνάντηση αυτή πραγματεύεται την έννοια της μοναδικότητας και της διαφορετικότητας, καθώς και τη σημασία της συνεργασίας στα πλαίσια της ομάδας.
- **4η Συνάντηση: Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών I (Επικοινωνώ)**  
Τα παιδιά διαπραγματεύονται θέματα που αφορούν στις σχέσεις και στην επικοινωνία μεταξύ των δύο φύλων.
- **5η Συνάντηση: Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών II (Γνωρίζω το σώμα μου και το σώμα του άλλου φύλου)**  
Στη συνάντηση αυτή τα παιδιά μαθαίνουν για το σώμα τους και το σώμα του άλλου φύλου και εκφράζουν σκέψεις και συναισθήματα για το φύλο τους και για το αντίθετο φύλο.



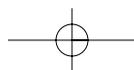


- **6η Συνάντηση: Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών III (Αναπαραγωγή - Πρόληψη)**  
Ενημέρωση σχετικά με την αναπαραγωγική διαδικασία και προαγωγή της πρόληψης (Αντι-σύλληψη και Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα).
- **7η Συνάντηση: Σε ποιον θα ήθελα να μοιάσω;**  
Η συνάντηση αυτή αφορά στο ρόλο και στη σημασία των προτύπων για τη διαμόρφωση της ψυχοκοινωνικής ταυτότητας και ανάπτυξης των παιδιών.
- **8η Συνάντηση: Νιώθω εγώ-Νιώθεις κι εσύ I (Εκφράζομαι)**  
Επεξεργασία συναισθημάτων μέσα από τη δημιουργικότητα και τη φαντασία.
- **9η Συνάντηση: Νιώθω εγώ-Νιώθεις κι εσύ II (Αναγνωρίζω - Διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου)**  
Στη συνάντηση αυτή, τα παιδιά ενισχύονται ως προς τη συναισθηματική τους έκφραση στις διαπροσωπικές και διαφυλικές σχέσεις και ως προς τη διαχείριση πιθανών συγκρούσεων.
- **10η Συνάντηση: Όταν γίνω έφηβος**  
Προετοιμασία των παιδιών για τις σωματικές και ψυχοσυναισθηματικές μεταβολές που πρόκειται να συμβούν κατά την εφηβική περίοδο.
- **11η Συνάντηση: Η σχέση μου με τους γονείς μου και την οικογένειά μου**  
Η συνάντηση αυτή πραγματεύεται τις σχέσεις που αναπτύσσονται στην οικογένεια και τους τρόπους επικοινωνίας μεταξύ των μελών της.
- **12η Συνάντηση: Η τηλεόραση και τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης, Διαδίκτυο, Αυτοπροστασία-Αυτοσεβασμός**  
Ενίσχυση της αυτοπροστασίας και του αυτοσεβασμού.

#### **Συναντήσεις Εκπαιδευτικού - Γονέων**

- **1η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων**  
Ενημέρωση και παρουσίαση των στόχων, του περιεχομένου και της σημασίας του προγράμματος και ενίσχυση της συνεργατικής σχέσης γονέων - εκπαιδευτικού.
- **2η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων**  
Ενημέρωση για την πορεία και την ολοκλήρωση του προγράμματος.

Το πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις» προσεγγίζει την ανθρώπινη σεξουαλικότητα μέσα από όλες τις διαστάσεις της, τη βιολογική, τη γνωστική, την ψυχοσυναισθηματική και την κοινωνική. Το εγχειρίδιο του εκπαιδευτικού είναι δομημένο με τέτοιο τρόπο, ώστε να προσεγγιστούν όλες οι παραπάνω πλευρές με επιστημονικά τεκμηριωμένο τρόπο και με το κατάλληλο υλικό για την ηλικία των μαθητών που απευθύνεται. Είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός που επιλέγει το συγκεκριμένο πρόγραμμα να αισθάνεται άνετα με τη θεματική που πραγματεύεται, έτσι ώστε να συμβάλλει ουσιαστικά στην προαγωγή της ψυχικής και σεξουαλικής υγείας των παιδιών.



# 1η Συνάντηση

## Η γνωριμία μας

### ΣΤΟΧΟΙ

- Γνωριμία της ομάδας.
- Σύναψη του «συμβολαίου».
- Εξοικείωση με τη μέθοδο διεξαγωγής των συναντήσεων.
- Να εκφράσουν τα παιδιά τις σκέψεις τους και τις προσδοκίες τους σχετικά με το πρόγραμμα.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Παρουσίαση της μεθόδου διεξαγωγής των συναντήσεων.
- Γνωριμία της ομάδας.
- Συμβόλαιο ομάδας.
- Βιωματική δραστηριότητα.
- Παρουσίαση βασικών θεμάτων.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1 $\frac{1}{2}$  ώρα

# 1η Συνάντηση

## Η γνωριμία μας

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Οι μαθητές και ο εκπαιδευτικός τοποθετούν τα θρανία στην άκρη της αίθουσας και κάθονται κυκλικά, είτε σε καρέκλες είτε στο πάτωμα (σε μαξιλάρια), έτσι ώστε να έχουν καλύτερη επαφή (βλεμματική και ακουστική), σύμφωνα με την προτεινόμενη μέθοδο διεξαγωγής του προγράμματος «η ώρα του κύκλου» (circle time).

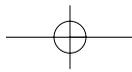
Η κυκλική διάταξη στο χώρο βοηθάει στην κοινωνικοποίηση, στη λήψη αποφάσεων και στην αλληλεπίδραση. Με αυτόν τον τρόπο τα παιδιά συμμετέχουν, συζητούν και μαθαίνουν να διαχειρίζονται τις διαπροσωπικές τους σχέσεις από μικρή ηλικία.

#### Παρουσίαση της μεθόδου διεξαγωγής των συναντήσεων



Αρχικά, ο εκπαιδευτικός είναι χρήσιμο να ενημερώσει τους μαθητές για τον σκοπό αυτής της συνάντησης (έναρξη του προγράμματος «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις»). Στη συνέχεια, παρουσιάζει τον τρόπο που θα πραγματοποιούνται οι συναντήσεις, καθώς και τον τρόπο λειτουργίας της ομάδας. Είναι σημαντικό να δοθεί έμφαση στη μέθοδο διεξαγωγής του προγράμματος αυτού, που στηρίζεται στη μάθηση μέσω της ενεργούς συμμετοχής των μαθητών και σε βιωματικές ασκήσεις. Πιο συγκεκριμένα, μπορούν να αναφερθούν τα παρακάτω σημεία:

- Σε κάθε συνάντηση ο εκπαιδευτικός και οι μαθητές κάθονται σε κύκλο, προκειμένου να υπάρχει καλύτερη βλεμματική επαφή μεταξύ τους και να διευκολύνεται η συμμετοχή όλων.
- Η επεξεργασία των θεμάτων των συναντήσεων γίνεται με ομαδικό τρόπο.
- Είναι σημαντική η συνεργασία και η συμμετοχή των μαθητών.
- Μεγάλο μέρος των συναντήσεων καλύπτουν οι βιωματικές δραστηριότητες, όπως ασκήσεις που περιλαμβάνουν ζωγραφική, παντομίμα, παιχνίδι ρόλων κτλ. Οι βιωματικές δραστηριότητες αξιοποιούν την εμπειρία, τη φαντασία του κάθε παιδιού και στηρίζονται στην ενεργό συμμετοχή των μαθητών.
- Στόχος είναι η εξοικείωση με τα διάφορα θέματα που διαπραγματεύονται στις συναντήσεις και όχι η απομνημόνευση πληροφοριών.



## Γνωριμία της ομάδας

 10 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να γνωριστούν μεταξύ τους με ένα παιχνίδι (χρήση πάνινης μπάλας). Τους εξηγεί ότι ο καθένας θα παρουσιάσει τον εαυτό του, λέγοντας το όνομά του και κάτι που του αρέσει, μόλις πάρει την πάνινη μπάλα. Ξεκινάει ο ίδιος, κρατώντας τη μπάλα. Στη συνέχεια, την πετάει σε ένα παιδί το οποίο παρουσιάζεται και συνεχίζουν με τον ίδιο τρόπο, έως ότου παρουσιαστούν όλοι οι μαθητές.

## Συμβόλαιο ομάδας

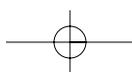
 10 ΛΕΠΤΑ

Για να διευκολυνθεί και να ενισχυθεί η ενεργός συμμετοχή των μαθητών στις ομαδικές αυτές συναντήσεις για το πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις», είναι σκόπιμο ο εκπαιδευτικός να κάνει ένα «συμβόλαιο», δηλαδή μια συμφωνία από κοινού με τους μαθητές του. Αυτό το «συμβόλαιο» περιλαμβάνει τους κανόνες λειτουργίας της ομάδας αυτής, τους οποίους δεσμεύονται όλοι να τηρήσουν, ώστε να επιτευχθεί η ομαλή διεξαγωγή των δραστηριοτήτων και η εποικοδομητική επικοινωνία μεταξύ όλων των μελών. Ο εκπαιδευτικός ζητά από τους μαθητές να σκεφτούν και να προτείνουν τις προϋποθέσεις που χρειάζονται να ισχύουν στην ομάδα, ώστε να νιώθουν άνετα να εκφράζουν τη γνώμη τους και τα συναισθήματά τους. Αφού συμφωνηθούν αυτά που προτείνουν τα παιδιά, ο εκπαιδευτικός μπορεί, αν κρίνει σκόπιμο, να προτείνει και ο ίδιος με τη σειρά του όρους που θεωρεί απαραίτητους να περιλαμβάνονται στο συμβόλαιο.

Είναι σημαντικό να δοθεί έμφαση στον αλληλοσεβασμό, την εχεμύθεια, τη συνεργασία, την ειλικρίνεια και την αποδοχή της διαφορετικής άποψης του άλλου. Όλα αυτά συμβάλλουν στη συνοχή της ομάδας και στη δημιουργία κλίματος ασφάλειας και εμπιστοσύνης. Επιπλέον, να διευκρινιστεί ότι πρέπει να αποφευχθούν επικριτικά ή χλευαστικά σχόλια προς τους άλλους, σεβόμενοι τις προσωπικές τους απόψεις και τα συναισθήματά τους. Σκοπός της συζήτησης όλων των παραπάνω είναι να συμφωνήσει ο εκπαιδευτικός μαζί με τους μαθητές του, τους όρους του δικού τους «συμβολαίου» και να τους γράψει σε ένα χαρτόνι, το οποίο θα είναι τοποθετημένο στην αίθουσα καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος.

Ορισμένα παραδείγματα των όρων του «συμβολαίου» μπορεί να είναι:

- Συμφωνούμε να σεβόμαστε τη γνώμη των άλλων.
- Συμφωνούμε να ακούμε με προσοχή τους άλλους.
- Συμφωνούμε να μιλάει ένας κάθε φορά.
- Συμφωνούμε να εκφράζουμε ελεύθερα την άποψή μας.
- Συμφωνούμε να μένουν μεταξύ μας όσα αφορούν προσωπικά θέματα των άλλων.





## Βιωματική δραστηριότητα



Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να πουν τι τους έρχεται στο μυαλό όταν ακούνε τη λέξη «σεξ». Ο εκπαιδευτικός καταγράφει στον πίνακα ή σε χαρτί του μέτρου όσα αναφέρουν.

Στη συνέχεια, τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές ομάδες των τεσσάρων ή πέντε ατόμων με τον εξής τρόπο: τοποθετούν μέσα σε ένα κουτί χρωματιστά χαρτάκια και κάθε παιδί με τη σειρά του επιλέγει τυχαία ένα χαρτάκι. Κάθε χρώμα αντιστοιχεί σε μια ομάδα. Όσα παιδιά έχουν το ίδιο χρώμα ανήκουν στην ίδια ομάδα.

Από κάθε ομάδα ζητάει να σκεφτούν και να συζητήσουν πώς φαντάζονται τις συναντήσεις του προγράμματος «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις» και τι περιμένουν από αυτές. Η κάθε ομάδα επιλέγει τον εκπρόσωπό της, ο οποίος στη συνέχεια καλείται να μεταφέρει στη μεγάλη ομάδα τις απόψεις της ομάδας του.

Στόχος είναι να εκφράσουν ελεύθερα τις σκέψεις τους, να φανταστούν ποια θέματα θα διαπραγματευτούν κατά τη διάρκεια του προγράμματος, αλλά και να διατυπώσουν τις προσδοκίες τους για τις συναντήσεις που θα ακολουθήσουν. Έχει αξία να ενισχυθεί η διάδραση μεταξύ των παιδιών και το «μοίρασμα» διαφορετικών σκέψεων και συναισθημάτων.

## Παρουσίαση βασικών θεμάτων



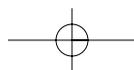
Αφού έχει προηγηθεί η παραπάνω βιωματική δραστηριότητα, ο εκπαιδευτικός παρουσιάζει τα βασικά θέματα, τα οποία θα διαπραγματευτούν κατά τη διάρκεια των 12 συναντήσεων. Θα μπορούσε να αναφέρει ότι βασικά θέματα των συναντήσεων είναι: ο εαυτός μου, ο άλλος, οι φίλοι, η οικογένεια, τα συναισθήματα, η επικοινωνία και οι αλλαγές που θα ακολουθήσουν στην εφηβική ηλικία. Σε αυτή την πρώτη συνάντηση είναι σημαντικό να εισάγει τα παιδιά στο πνεύμα του «Τετραδίου του Μαθητή», αναφέροντάς τους ότι η ιστορία διαδραματίζεται με βασικούς ήρωες μια παρέα της ηλικίας τους. Είναι ωφέλιμο ο εκπαιδευτικός να αξιοποιήσει τις σκέψεις και αυτά που οι μαθητές προηγουμένως ανέφεραν και να τα εντάξει σε αυτήν την παρουσίαση.

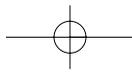
## Κλείσιμο



Ο εκπαιδευτικός μαζί με τους μαθητές του ζωγραφίζουν ένα μεγάλο καράβι σε χαρτί του μέτρου, τοποθετημένο στο κέντρο του κύκλου. Κάθε μαθητής γράφει πάνω στο καράβι κάτι που αποκόμισε από τη σημερινή συνάντηση, η οποία περιλάμβανε τη μέθοδο διεξαγωγής του προγράμματος, τη γνωριμία της ομάδας, το συμβόλαιο και την παρουσίαση των βασικών θεμάτων. Το καράβι συμβολίζει το «ταξίδι» των δώδεκα συναντήσεων του προγράμματος.

Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση. Το κλείσιμο της συνάντησης είναι σημαντικό, γιατί επιτρέπει την ανατροφοδότηση και την ελεύθερη έκφραση των συναισθημάτων που τα παιδιά βίωσαν κατά τη διάρκεια αυτής, αλλά συμβάλλει και στη δημιουργία κλίματος εμπιστοσύνης και στην ενίσχυση του δεσμού μεταξύ των μελών της ομάδας.





## 2η Συνάντηση

# Η παρέα μου και οι φίλοι μου I (Φιλία)

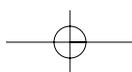
### ΣΤΟΧΟΙ

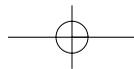
- Η κατανόηση της έννοιας της φιλίας.
- Η ανάδειξη του ρόλου της παρέας και των φίλων στη ζωή του παιδιού.
- Η έκφραση σκέψεων και συναισθημάτων για τις σχέσεις με το άλλο φύλο στα πλαίσια της παρέας.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Ελεύθερος συνειρμός.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση σε κύκλο – Βιωματικές ασκήσεις.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 2η Συνάντηση

## Η παρέα μου και οι φίλοι μου I (Φιλία)

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Μετά την προετοιμασία της αίθουσας ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Ελεύθερος Συνειρμός



Ο εκπαιδευτικός γράφει τη λέξη «φιλία» στον πίνακα ή σε χαρτί του μέτρου, που τοποθετείται στο κέντρο του κύκλου και σχηματίζει ένα ακτινωτό διάγραμμα γύρω από τη λέξη. Στη συνέχεια παροτρύνει τους μαθητές να συμπληρώσουν λέξεις στο διάγραμμα, που τους έρχονται αυθόρμητα στο μυαλό στο άκουσμα της λέξης «φιλία».

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Γνωριμία με τους ήρωες» και «Η παρέα μου και οι φίλοι μου». Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός δίνει χρόνο στα παιδιά για να συμπληρώσουν τα ερωτήματα που υπάρχουν στο «Τετράδιο του Μαθητή»:

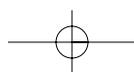
- Ποιοι είναι οι δικοί σου φίλοι;
- Γιατί τους διάλεξες;
- Τι σου αρέσει να κάνεις μαζί με τους φίλους σου;
- Λες πάντα αυτό που σκέφτεσαι στους φίλους σου;
- Τι σημαίνει «φιλία» για σένα;

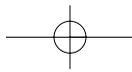
Κρίνεται σκόπιμο τα παραπάνω ερωτήματα να δίνονται σταδιακά και όχι όλα μαζί, έτσι ώστε να υπάρχει ο απαραίτητος χρόνος για να συζητηθούν.

#### Συζήτηση - Βιωματικές ασκήσεις



Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας συζητούν τις απόψεις τους και εκφράζουν τις σκέψεις τους για τα ερωτήματα που συμπλήρωσαν στο «Τετράδιο του Μαθητή». Θα μπορούσαν να εμπλουτίσουν τη συζήτηση αυτή για τη φιλία, μιλώντας και για δραστηριότητες που κάνουν μαζί με τους φίλους τους.





Σε περίπτωση που ένα παιδί δεν έχει φίλους, ο εκπαιδευτικός το παροτρύνει να μιλήσει για το πώς φαντάζεται ή θα ήθελε τον φίλο του.

Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συζητήθηκαν στην ομάδα του.

Αφού ολοκληρωθεί αυτή η διαδικασία, τα παιδιά παροτρύνονται να γυρίσουν στις ομάδες τους και με αφορμή την παρέα των ηρώων της ιστορίας, η οποία αποτελείται από αγόρια και κορίτσια, να μιλήσουν για τις δικές τους παρέες, αναφορικά με το αν είναι ομόφυλες ή ετερόφυλες και πώς αισθάνονται ή πώς φαντάζονται ότι θα ένιωθαν σε ομόφυλες ή ετερόφυλες παρέες. Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός τα προτρέπει να παρατηρήσουν και να συζητήσουν σχετικά με το πώς κάθονται (ποιοι είναι οι διπλανοί τους, αν είναι αγόρια ή κορίτσια) και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους.

Αφού ολοκληρωθεί αυτό το μέρος της βιωματικής άσκησης, οι εκπρόσωποι των ομάδων μεταφέρουν στον κύκλο αυτά που συζητήθηκαν και ο εκπαιδευτικός μαζί με έναν ή δύο μαθητές συνοψίζουν τα βασικά σημεία.

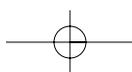
## Κλείσιμο

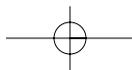


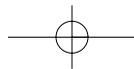
10 ΛΕΠΤΑ

Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση. Με αφορμή την άσκηση του ελεύθερου συνειρμού και όσα συζητήθηκαν καθ' όλη τη διάρκεια της συνάντησης, ο εκπαιδευτικός παροτρύνει τα παιδιά να ορίσουν τη φιλία και μαζί με έναν μαθητή καταγράφουν στον πίνακα ή στο χαρτί του μέτρου τον ορισμό που δίνουν τα ίδια τα παιδιά.

Ο εκπαιδευτικός ανακεφαλαιώνει τα βασικά σημεία της συνάντησης, όσον αφορά στη φιλία και στην παρέα, δίνοντας την ευκαιρία στα παιδιά να μιλήσουν για αυτήν την εμπειρία και όσα αποκόμισαν.







## 3η Συνάντηση

### Η παρέα μου και οι φίλοι μου II (Είμαι μοναδικός - Συνεργάζομαι)

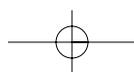
#### ΣΤΟΧΟΙ

- Η κατανόηση της μοναδικότητας και της διαφορετικότητας του καθενός μέσα στην ομάδα.
- Η ανάδειξη της σπουδαιότητας της συνεργασίας μεταξύ των μελών της ομάδας.

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 3η Συνάντηση

## Η παρέα μου και οι φίλοι μου II (Είμαι μοναδικός - Συνεργάζομαι)

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Ο εκπαιδευτικός προτείνει στους μαθητές να διαβάσουν την ιστορία «Η παρέα μου και οι φίλοι μου» για να τη θυμηθούν, αν το κρίνει απαραίτητο.

#### Βιωματικές δραστηριότητες



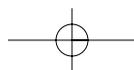
##### Δραστηριότητα (α): Εργασία σε ομάδες

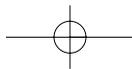
Τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες. Καλούνται να παρατηρήσουν τους ήρωες της ιστορίας και με αφορμή αυτούς να συζητήσουν στην ομάδα τους σχετικά με τη μοναδικότητα και τη διαφορετικότητα του καθενός και τον τρόπο που επιτυγχάνεται η συνεργασία μεταξύ τους. Η κάθε ομάδα ορίζει έναν εκπρόσωπο, ο οποίος μεταφέρει στον κύκλο τις απόψεις της ομάδας του. Τα παιδιά καλούνται να παρατηρήσουν ομοιότητες και διαφορές στις απόψεις που εκφράστηκαν. Στόχος είναι να κατανοήσουν τις διαφορές που υπάρχουν ανάμεσα στα άτομα, αλλά και τις διαφορές μεταξύ των ομάδων.

##### Δραστηριότητα (β): Παιχνίδι ρόλων

Τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες. Ο εκπαιδευτικός προτρέπει την κάθε ομάδα να φανταστεί καταστάσεις ή δραστηριότητες, στις οποίες η συνεργασία, η βοήθεια και η συμβολή των μελών την ομάδας είναι σημαντική για την ολοκλήρωση ενός έργου και την επίτευξη ενός στόχου. Για παράδειγμα, η δημιουργία μιας μαθητικής εφημερίδας, ένα σκετς ή η επίλυση ενός προβλήματος που προκύπτει στην τάξη. Στη συνέχεια, η κάθε ομάδα μπορεί να επιλέξει μία κατάσταση ή δραστηριότητα και να αναπαραστήσει, με παιχνίδι ρόλων, τον τρόπο που συνεργάζονται και το ρόλο που έχει κάθε μέλος της ομάδας στη μεγάλη ομάδα. Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να κλείσει αυτή τη δραστηριότητα, μιλώντας για τη σημασία της συνεργασίας στην επίτευξη ενός σκοπού.

Στόχος είναι οι μαθητές να λειτουργήσουν ομαδικά και να αναδειχθεί η σημασία της ενεργούς συμμετοχής και της συνεργασίας στις διαπροσωπικές και διαφυλικές σχέσεις.





### **Δραστηριότητα (γ): Ουράνιο τόξο**

**Υλικά:** Κόλλες A4, μαρκαδόροι

Τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες. Το κάθε παιδί ζωγραφίζει το δικό του ουράνιο τόξο και γράφει το όνομά του. Στη συνέχεια, τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας επιλέγουν από ένα χρώμα του ουράνιου τόξου που έχει ζωγραφίσει ο συμμαθητής τους και γράφουν ένα χαρακτηριστικό που τον κάνει να ξεχωρίζει. Η διαδικασία γίνεται ταυτόχρονα από όλα τα μέλη της μικρής ομάδας και στο τέλος καθένας παρουσιάζει τον εαυτό του στη μεγάλη ομάδα, σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά που του έχουν αποδώσει οι άλλοι.

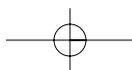
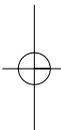
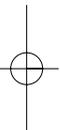
Στόχος είναι να αντιληφθούν τη μοναδικότητά τους και τη διαφορετικότητά τους από τους άλλους, αναγνωρίζοντας τις ικανότητες και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους και παίρνοντας ανατροφοδότηση από τους συνομηθικούς τους. Ταυτόχρονα, δίνεται η ευκαιρία στα παιδιά να καταλάβουν τις ομοιότητες που τους συνδέουν με τους γύρω τους.

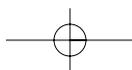
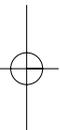
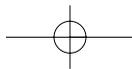
### **Κλείσιμο**



10 ΛΕΠΤΑ

Για το κλείσιμο προτείνεται να αξιοποιηθούν τα ουράνια τόξα που έχουν φτιάξει τα παιδιά στη βιωματική δραστηριότητα (γ). Σε χαρτί του μέτρου κόβουν και κολλούν τα ουράνια τόξα όλων και σε συνεργασία σχηματίζουν ένα μεγάλο ουράνιο τόξο, το οποίο μπορούν να τοποθετήσουν σε μια γωνιά της τάξης. Στη συνέχεια, τα παιδιά με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού καταλήγουν στα δικά τους συμπεράσματα για όλα όσα αποκόμισαν μέσα από αυτή την εμπειρία.





# 4η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών I (Επικοινωνώ)

### ΣΤΟΧΟΙ

- Οι μαθητές να εκφράσουν σκέψεις και συναισθήματα για τις σχέσεις αγοριών και κοριτσιών.
- Οι μαθητές να κατανοήσουν καλύτερα τον εαυτό τους μέσα από τις ομοιότητες και τις διαφορές με το άλλο φύλο.
- Διαχείριση και επίλυση συγκρούσεων μεταξύ των δύο φύλων.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα



# 4η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών I (Επικοινωνώ)

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Μετά την προετοιμασία της αίθουσας, ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών» μέχρι το σημείο που η Ελένη λέει «...Η αλήθεια είναι ότι υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στα αγόρια και τα κορίτσια».

#### Συζήτηση



Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας καλούνται να εκφράσουν σκέψεις γύρω από τα θέματα που πραγματεύεται η ιστορία στο «Τετράδιο του Μαθητή». Ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να κάνει ερωτήσεις, ώστε να διευκολύνει την εξέλιξη της συζήτησης. Για παράδειγμα «Πώς είναι οι σχέσεις των αγοριών και των κοριτσιών της ιστορίας;» «Πώς συνεργάζονται;» «Υπάρχουν διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών στη συμπεριφορά τους;» «Πώς χειρίζονται τη διαφωνία που προκύπτει μεταξύ τους;» «Μπορείτε να προτείνετε άλλους τρόπους για να λύσουν τη διαφωνία τους;». Θα ήταν καλό τα παραπάνω ερωτήματα να δίνονται σταδιακά και όχι όλα μαζί, έτσι ώστε να υπάρχει ο απαραίτητος χρόνος για να συζητηθούν.

Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συζητήθηκαν στην ομάδα του. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να συνοψίσει τα βασικά σημεία της παραπάνω συζήτησης και μαζί με έναν ή δύο μαθητές να τα καταγράψουν στον πίνακα ή σε χαρτί του μέτρου.

Στόχος είναι να μιλήσουν για τις σχέσεις των δύο φύλων, τη συνεργασία αγοριών και κοριτσιών και για τις διαφορές μεταξύ τους. Με τον τρόπο αυτό δίνεται η ευκαιρία στα παιδιά να κατανοήσουν καλύτερα τον εαυτό τους μέσα από τους άλλους.

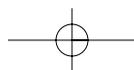
#### Βιωματικές δραστηριότητες



**Δραστηριότητα (α):** Κουκλοθέατρο

**Υλικά:** Γαντόκουκλες

Τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες και ορίζουν εκπρόσωπο. Ο εκπαιδευτικός προτρέπει τις ομάδες να δημιουργήσουν μια αυτοσχέδια ιστορία, που να περιλαμβάνει ανδρικές και γυναι-





κειές φιγούρες. Τα παιδιά παίζουν κουκλοθέατρο και μετά από κάθε ιστορία ακολουθεί συζήτηση στη μικρή ομάδα σε σχέση με όσα παρατήρησαν, εκφράζοντας τις σκέψεις τους, τις εντυπώσεις τους και το πώς ένιωσαν. Αφού ολοκληρωθεί αυτή η διαδικασία, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο τις απόψεις της ομάδας του και στο τέλος, ο εκπαιδευτικός μπορεί να συνοψίσει μιλώντας για τον διαφορετικό τρόπο με τον οποίο καθένας αντιλαμβάνεται τις σχέσεις μεταξύ των δύο φύλων.

Στόχος είναι, αφήνοντας ελεύθερη τη φαντασία τους, να εκφράσουν και να αναπαραστήσουν τους ρόλους και τις σχέσεις ανάμεσα στα δύο φύλα.

### **Δραστηριότητα (β):** Παιχνίδι ρόλων

Ο εκπαιδευτικός ζητάει από δύο εθελοντές, ένα αγόρι και ένα κορίτσι, να αναλάβουν τον ρόλο των «ηθοποιών» και να αναπαραστήσουν μια σκηνή σύγκρουσης σε μια φανταστική ιστορία, την οποία θα φτιάξουν οι ίδιοι. Τα υπόλοιπα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες και ορίζουν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας καλούνται να προτείνουν τρόπους επίλυσης συγκρούσεων, δηλαδή «τι θα έκαναν αν βρίσκονταν στη θέση των δύο εθελοντών-ηθοποιών, προκειμένου να σταματήσει η μεταξύ τους σύγκρουση». Επιλέγουν μία εναλλακτική λύση, την οποία θα υποδείξουν στους εθελοντές-ηθοποιούς για να την διαδραματίσουν. Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας αναλαμβάνει τον ρόλο «σκηνοθέτη» και μεταφέρει στους εθελοντές-ηθοποιούς το σενάριο που επέλεξε η ομάδα του.

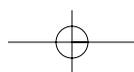
Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός μπορεί να αναφερθεί στους διαφορετικούς τρόπους που είναι πιθανό να επιλύουν μια σύγκρουση και να εστιάσει στα κυριότερα σημεία.

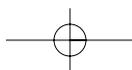
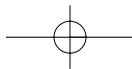
Στόχος είναι η διαχείριση των συγκρούσεων και η καλή συνεργασία των δύο φύλων.

### **Κλείσιμο**



Ο εκπαιδευτικός και οι μαθητές κάνουν μια ανακεφαλαίωση και εκφράζουν τις σκέψεις τους και τις απόψεις τους για τις σχέσεις των δύο φύλων και την επικοινωνία μεταξύ τους, μοιραζόμενοι τα όσα αποκόμισαν από τη συνάντηση αυτή. Ο εκπαιδευτικός παροτρύνει τα παιδιά να περιγράψουν τις προϋποθέσεις μιας καλής επικοινωνίας μεταξύ των δύο φύλων, φτιάχνοντας τους «χρυσούς κανόνες της καλής επικοινωνίας». Αυτό μπορεί να γίνει σε χαρτόνι, στο οποίο θα καταγραφούν 4-5 βασικοί κανόνες που προτείνουν οι μαθητές και μπορεί να αναρτηθεί μέσα στην τάξη. Για παράδειγμα, ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να ρωτήσει τους μαθητές: «Από όσα κάναμε στη σημερινή συνάντηση, θα μπορούσατε να σκεφτείτε τέσσερις κανόνες που πιστεύετε ότι βοηθούν τα αγόρια και τα κορίτσια στις μεταξύ τους σχέσεις, όπως π.χ. στη συνεργασία τους, στον τρόπο που μιλάνε και φέρονται ο ένας στον άλλο;»





# 5η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών II

### (Γνωρίζω το σώμα μου και το σώμα του άλλου φύλου)

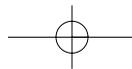
#### ΣΤΟΧΟΙ

- «Γνωρίζω το σώμα μου».
- «Μαθαίνω για το σώμα του άλλου φύλου».
- Οι μαθητές να εκφράσουν και να ανταλλάξουν σκέψεις και συναισθήματα για το φύλο τους και το αντίθετο φύλο, όσον αφορά στα ανατομικά τους χαρακτηριστικά.

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα



# 5η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών II

### (Γνωρίζω το σώμα μου και το σώμα του άλλου φύλου)

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Αφού προετοιμαστεί η αίθουσα, ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά μπορούν να θυμηθούν την ιστορία «Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών» (αν κρίνεται απαραίτητο) και διαβάζουν τη συνέχεια της ιστορίας και τα κείμενα που αφορούν στα γεννητικά όργανα των αγοριών και των κοριτσιών. Προτείνεται να δοθεί προσωπικός χρόνος σε κάθε παιδί να διαβάσει το συγκεκριμένο κείμενο μόνο του.

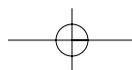
#### Συζήτηση



Ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Προτρέπει τα παιδιά να εκφράσουν στις ομάδες τους και να καταγράψουν τις απορίες τους, τους προβληματισμούς τους και αν κάτι, από αυτά που διάβασαν για το φύλο τους και το αντίθετο φύλο, νιώθουν ότι τους δυσκόλεψε. Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συγκεντρώθηκαν κατά τη διάρκεια της συζήτησης στην ομάδα του και με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού δίνονται οι απαντήσεις.

Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός είναι χρήσιμο να αναφέρει στα παιδιά ότι «όπως όλα τα μέρη του σώματος δεν είναι ίδια μεταξύ των ανθρώπων, έτσι μπορεί να υπάρχουν και μικρές διαφορές στα γεννητικά όργανα».

Έχει σημασία τα παιδιά να εξοικειωθούν με τους επιστημονικούς όρους που αφορούν στα γεννητικά όργανα του αγοριού και του κοριτσιού. Στόχος δεν είναι η απομνημόνευση της επιστημονικής ορολογίας. Τα παιδιά σε αυτή την ηλικία βρίσκονται σε μια διαδικασία όπου μαθαίνουν τον εαυτό τους και τους άλλους. Είναι φυσικό, λοιπόν, να εκφράζουν απορίες και να έχουν περιέργεια για θέματα που αφορούν στο σώμα τους και στο σώμα του άλλου φύλου. Είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός να συμβάλλει σε αυτή την εξοικείωση και την ελεύθερη έκφραση των σκέψεων των μαθητών του, ώστε να μη νιώθουν αμηχανία και ενοχές για τα ερωτήματά τους. Στην περίπτωση εμφάνισης μιας προκλητικής συμπεριφοράς, ο χειρισμός μπορεί να είναι η οριοθέτησή της και η ρεαλιστική απόδοση των εννοιών.



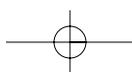
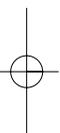


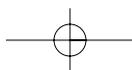
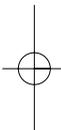
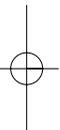
## Κλείσιμο

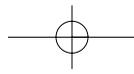


10 ΛΕΠΤΑ

Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση, στην οποία εξοικειώθηκαν με την ανατομία και τη φυσιολογία των δύο φύλων. Ο εκπαιδευτικός προτρέπει τους μαθητές να συζητήσουν για τη σημασία και τη χρησιμότητα όσων αποκόμισαν από αυτή τη συνάντηση. Στη συνέχεια, μπορούν να συγκεντρώσουν περιληπτικά τα βασικά σημεία και ένας ή δύο μαθητές να τα καταγράψουν στον πίνακα.







## **6η Συνάντηση**

# **Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών III**

### **(Αναπαραγωγή - Πρόληψη)**

#### **ΣΤΟΧΟΙ**

- Να μιλήσουν για την αναπαραγωγική διαδικασία.
- Πρόληψη (Αντισύλληψη και Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα).

#### **ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ**

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 6η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών III

### (Αναπαραγωγή - Πρόληψη)

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Μετά την προετοιμασία της αίθουσας, ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν τη συνέχεια της ιστορίας και το κείμενο με τίτλο «Αναπαραγωγική διαδικασία». Προτείνεται τα παιδιά να έχουν προσωπικό χρόνο ανάγνωσης του συγκεκριμένου κειμένου.

#### Συζήτηση



Ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας καλούνται να εκφράσουν και να καταγράψουν τις απορίες τους, τους προβληματισμούς τους και αν κάτι, από αυτά που διάβασαν για την αναπαραγωγική διαδικασία, νιώθουν ότι τους δυσκόλεψε. Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συγκεντρώθηκαν κατά τη διάρκεια της συζήτησης στην ομάδα του και με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού δίνονται οι απαντήσεις.

Στόχος είναι να έρθουν σε επαφή με τη διαδικασία της αναπαραγωγής, της εγκυμοσύνης και του τοκετού, χωρίς να χρειάζεται να απομνημονεύσουν την επιστημονική ορολογία.

#### Αφήγηση της ιστορίας

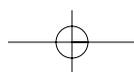


Τα παιδιά διαβάζουν τη συνέχεια της ιστορίας «Οι σχέσεις μεταξύ αγοριών και κοριτσιών», με τίτλο «Αντισύλληψη και Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (Σ.Μ.Ν.)». Προτείνεται να δοθεί προσωπικός χρόνος σε κάθε παιδί να διαβάσει το συγκεκριμένο κείμενο μόνο του.

#### Συζήτηση



Τα παιδιά γυρίζουν στις ομάδες τους ορίζουν νέο εκπρόσωπο. Ο εκπαιδευτικός παροτρύνει τα παιδιά να εκφράσουν και να καταγράψουν τις απορίες τους, τους προβληματισμούς τους και αν κάτι, από αυτά που διάβασαν για το φύλο τους και το αντίθετο φύλο, νιώθουν ότι τους δυσκόλεψε. Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συγκεντρώθηκαν κατά τη διάρκεια της συζήτησης στην ομάδα του και με τη βοήθεια του εκπαιδευτικού δίνονται οι απαντήσεις. Ο εκπαιδευτικός συζητά με τα παιδιά για τις μεθόδους αντισύλληψης. Κρίνεται σκόπιμο να αναφερθεί εκτός από το προφυλακτικό που αναλύεται στο «Τετράδιο του Μαθητή» και στο αντισυλληπτικό χάπι με κατανοητά λόγια. Για παράδειγμα, θα μπορούσε να





αναφέρει ότι «το αντιουλληπτικό χάπι είναι ένας άλλος τρόπος αντιούλληψης, που αφορά στις γυναίκες και δίνεται μόνο από γυναικολόγο».

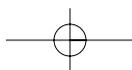
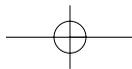
Στόχος είναι να εξοικειωθούν με την έννοια της αντιούλληψης, τη συμβολή της στον οικογενειακό προγραμματισμό και στην πρόληψη των Σ.Μ.Ν., χωρίς να χρειάζεται να απομνημονεύσουν την επιστημονική ορολογία.

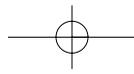
## Κλείσιμο



Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση και τους προτρέπει να αναφέρουν τι αποκόμισαν από αυτήν. Ανακεφαλαιώνοντας, ο εκπαιδευτικός μαζί με ένα παιδί μπορούν να καταγράψουν στον πίνακα ή στο χαρτί του μέτρου τα βασικά σημεία της συνάντησης, όπως αυτά ειπώθηκαν από τα παιδιά.







# 7η Συνάντηση

## «Σε ποιον θα ήθελα να μοιάσω;»

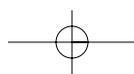
### ΣΤΟΧΟΙ

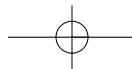
- Ο ρόλος και η σημασία των προτύπων στη διαμόρφωση της ταυτότητας των παιδιών και της ψυχοκοινωνικής τους ανάπτυξης.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Βιωματική δραστηριότητα.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 7η Συνάντηση

## «Σε ποιον θα ήθελα να μοιάσω;»

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

#### Προετοιμασία της αίθουσας

 10 ΛΕΠΤΑ

Αφού η αίθουσα προετοιμαστεί κατάλληλα, ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας

 15 ΛΕΠΤΑ

Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Σε ποιόν θα ήθελα να μοιάσω;» και απαντούν στην ερώτηση που ακολουθεί στο «Τετράδιο του Μαθητή»: «Σε ποιον θα ήθελες να μοιάσεις;»

#### Συζήτηση

 20 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας συζητούν, με αφορμή την ιστορία που διάβασαν και την ερώτηση που συμπλήρωσαν στο «Τετράδιο του Μαθητή», για τα δικά τους πρότυπα, τα πρόσωπα, δηλαδή, που θαυμάζουν. Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συζητήθηκαν στην ομάδα του και ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να κλείσει τη συζήτηση αυτή, συνοψίζοντας μαζί με έναν ή δύο μαθητές τα βασικά σημεία της συζήτησης για τα πρότυπα.

Είναι σημαντικό να δοθεί «χώρος» στην έκφραση προτύπων, χωρίς απαραίτητα να έχουν θετικό χαρακτήρα, ώστε το παιδί, το οποίο ενδεχομένως έχει αρνητικό πρότυπο, να πλαισιωθεί από την ομάδα. Για παράδειγμα, ένα παιδί που μπορεί να έχει ως πρότυπο μια βίαιη φιγούρα, δεν σημαίνει απαραίτητα ότι είναι επιθετικό. Θεωρούμε χρήσιμο να γίνει μια συζήτηση, ώστε να το διευκολύνουμε να μιλήσει για αυτό που αισθάνεται. Χρησιμοποιώντας το υλικό που δίνει το παιδί και χωρίς να ακυρώνει το αρχικό του πρότυπο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από το παιδί να σκεφτεί και άλλα πρόσωπα που θα μπορούσαν να λειτουργήσουν σαν πρότυπα για εκείνο, ώστε να αισθανθεί με τον ίδιο τρόπο. Για παράδειγμα:

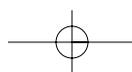
Μαθητής: «Θέλω να γίνω δυνατός σαν ... (αρνητικό-βίαιο πρότυπο)»

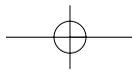
Εκπαιδευτικός: «Ποια άλλα πρότυπα συμβολίζουν τη δύναμη, αλλά δε χρησιμοποιούν τη βία για να δείξουν τη δύναμή τους;» Η συζήτηση δεν εστιάζεται απαραίτητα στο συγκεκριμένο παιδί, αλλά μπορεί να επεκταθεί σε όλη την ομάδα και να προτείνουν και τα υπόλοιπα παιδιά εναλλακτικά πρότυπα.

#### Βιωματική δραστηριότητα

 35 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας επιλέγουν ένα ή περισσότερα θετικά χαρακτηριστικά ενός προσώπου που θαυμάζουν και τα παρουσιάσουν με παντομίμα στην ομάδα τους. Τα υπόλοιπα





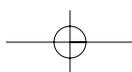
παιδιά καλούνται να αναγνωρίσουν αυτά τα χαρακτηριστικά. Στη συνέχεια, καταγράφουν σε ένα χαρτόνι τα θετικά χαρακτηριστικά που συγκεντρώνονται από όλα τα παιδιά της ομάδας και να συζητήσουν τι σημαίνουν για τον εαυτό τους. Έπειτα, οι εκπρόσωποι μεταφέρουν στον κύκλο όσα έχουν καταγράψει στο χαρτόνι και όσα συζητήθηκαν στην ομάδα τους και μαζί με τον εκπαιδευτικό μπορούν να βγάλουν ένα συμπέρασμα για τη σημασία των προτύπων. Για παράδειγμα, θα μπορούσε ο εκπαιδευτικός να ρωτήσει: «Από όλα όσα ακούστηκαν πώς πιστεύετε ότι τα πρότυπα σας επηρεάζουν;»

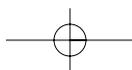
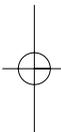
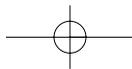
Στόχος της δραστηριότητας είναι τα παιδιά να εκφράσουν τα θετικά χαρακτηριστικά των προτύπων τους και να κατανοήσουν τη σπουδαιότητά τους.

## Κλείσιμο



Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους, που απορρέουν από το θέμα της συνάντησης αυτής. Ο εκπαιδευτικός πλαισιώνει θετικά όλα όσα συζητήθηκαν κατά τη διάρκειά της, λέγοντας ότι «στη συνάντηση αυτή δόθηκε σε όλα τα παιδιά η δυνατότητα να μοιραστούν διαφορετικές απόψεις, σκέψεις και συναισθήματα για τα πρότυπα που έχουν».







## 8η Συνάντηση

### «Νιώθω εγώ – Νιώθεις κι εσύ» I (Εκφράζομαι)

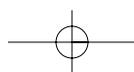
#### ΣΤΟΧΟΙ

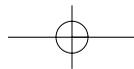
- Η ενίσχυση της έκφρασης των συναισθημάτων.
- Η κατανόηση του διαφορετικού τρόπου με τον οποίο ο καθένας σκέφτεται, αισθάνεται και συμπεριφέρεται σε διάφορες καταστάσεις.

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Βιωματική δραστηριότητα.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 8η Συνάντηση

## «Νιώθω εγώ – Νιώθεις κι εσύ» I

### (Εκφράζομαι)

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Νιώθω εγώ-Νιώθεις κι εσύ», μέχρι την άσκηση «Συνέχισε την ιστορία...»

#### Βιωματική δραστηριότητα



Ο εκπαιδευτικός ζητά από τα παιδιά να συνεχίσουν την ιστορία των ηρώων στον αντίστοιχο χώρο του «Τετραδίου του Μαθητή». Στη συνέχεια, παροτρύνει το κάθε παιδί να διαβάσει την ιστορία που έγραψε και να εκφράσει τα συναισθήματα των πρωταγωνιστών της ιστορίας του.

Είναι σημαντικό να διαβαστούν όλες ανεξαιρέτως οι ιστορίες των παιδιών. Ο εκπαιδευτικός είναι σκόπιμο να μην προβεί σε αξιολόγηση ή ερμηνεία των ιστοριών τους, αλλά να αφήσει ελεύθερη τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους. Για παράδειγμα, ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να πει στους μαθητές: «Συνεχίστε, όπως εσείς φαντάζεστε, την ιστορία (από το «Τετράδιο του Μαθητή»), όπου η Ελένη, ο Γιάννης, η Μαρία και ο Αλέξανδρος θυμούνται τις διακοπές που είχαν πάει όλοι μαζί».

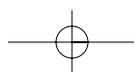
Στόχος είναι η συναισθηματική έκφραση των παιδιών, καθώς και η κατανόηση του ότι ο καθένας έχει τον δικό του τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται τις δυσάρεστες καταστάσεις, στις οποίες αισθάνεται διαφορετικά συναισθήματα και αντιδρά με διαφορετικό τρόπο. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από τη δημιουργία και παρουσίαση της ιστορίας του κάθε παιδιού.

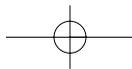
#### Κλείσιμο



Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός καλεί τους μαθητές να συγκεντρώσουν τα συναισθήματα που εκφράστηκαν στις ιστορίες των παιδιών. Στη συνέχεια, ζητά τόσους εθελοντές όσα και τα συναισθήματα που συγκεντρώθηκαν, με σκοπό να σχεδιάσουν στον πίνακα ή σε χαρτί του μέτρου από μια μαργαρίτα. Στο κέντρο της μαργαρίτας γράφουν ένα συναίσθημα και στα πέταλα κάθε κατάσταση που προκάλεσε το συγκεκριμένο συναίσθημα, για παράδειγμα στο κέντρο γράφουν θυμός και σε ένα πέταλο τσακωμός, σε άλλο αδικία, προσβολή κ.ο.κ., ανάλογα με αυτά που τα παιδιά εξέφρασαν στις ιστορίες τους. Στη διαδικασία αυτή συμμετέχουν όλοι οι μαθητές.

Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να παρατηρήσουν τις μαργαρίτες, να σκεφτούν και να συζητήσουν τα συμπεράσματα που προκύπτουν όσον αφορά στη συσχέτιση των καταστάσεων και των συναισθημάτων. Στο παραπάνω παράδειγμα, θα μπορούσαν να συνοψίσουν τα εξής: «Ο θυμός είναι ένα συναίσθημα που μπορεί να νιώσουμε σε μια ποικιλία καταστάσεων».





## 9η Συνάντηση

### «Νιώθω εγώ – Νιώθεις κι εσύ» II

### (Αναγνωρίζω - Διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου)

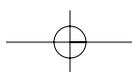
#### ΣΤΟΧΟΙ

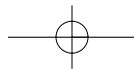
- Αναγνώριση συναισθημάτων και συναισθηματική έκφραση.
- Διαχείριση συναισθημάτων και τρόποι επίλυσης συγκρούσεων.
- Έκφραση σκέψεων, αντιλήψεων και συναισθημάτων μεταξύ των δύο φύλων.

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 9η Συνάντηση

## «Νιώθω εγώ – Νιώθεις κι εσύ» II

### (Αναγνωρίζω - Διαχειρίζομαι τα συναισθήματά μου)

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Νιώθω εγώ-Νιώθεις κι εσύ» από το σημείο που η Ιφιγένεια θυμάται τη συζήτηση με τη μητέρα της και συμπληρώνουν την άσκηση που ακολουθεί: «Γιατί είναι σημαντικό να μιλάμε για αυτό που νιώθουμε;»

#### Βιωματικές δραστηριότητες



**Δραστηριότητα (α):** Τρόποι επίλυσης και διαχείρισης συγκρούσεων

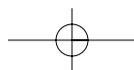
**Υλικά:** Χαρτόνι, μαρκαδόροι

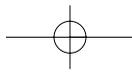
Τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες και ορίζουν έναν εκπρόσωπο. Τα παιδιά κάθε ομάδας συζητούν όσα διάβασαν και έγραψαν στο «Τετράδιο του Μαθητή». Στόχος είναι να προταθούν τρόποι επικοινωνίας, διαχείρισης συναισθημάτων και επίλυσης προβλημάτων. Ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να διευκολύνει τη συζήτηση με ερωτήσεις, όπως για παράδειγμα: «Πώς αλλιώς θα μπορούσε η Ιφιγένεια να εκφράσει τον θυμό της στη φίλη της;», «Με ποιους τρόπους θα μπορούσε η Ιφιγένεια να επιλύσει τη διαφωνία της με τη φίλη της;», «Εσείς έχετε διαφωνήσει με κάποιον/α φίλο/η σας; Πώς νιώσατε και πώς συμπεριφερθήκατε;», «Πιστεύετε ότι θα μπορούσατε να είχατε αντιδράσει διαφορετικά;». Θα ήταν καλό οι ερωτήσεις να δίνονται σταδιακά και όχι όλες μαζί, έτσι ώστε να υπάρχει ο απαραίτητος χρόνος για να συζητηθούν.

Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος της κάθε ομάδας παρουσιάζει τις απόψεις της ομάδας του στον κύκλο. Οι διαφορετικοί τρόποι επίλυσης προβλημάτων και διαχείρισης συγκρούσεων συγκεντρώνονται και καταγράφονται σε χαρτόνι, το οποίο μπορεί να αναρτηθεί σε μια γωνιά της τάξης.

**Δραστηριότητα (β):** Παντομίμα

Ο εκπαιδευτικός καλεί επτά εθελοντές να αναπαραστήσουν με παντομίμα στο κέντρο του κύκλου ένα συναίσθημα (θυμό, λύπη, χαρά, έκπληξη, φόβο, ντροπή, δυσφορία). Τα υπόλοιπα παιδιά χωρίζονται σε μικρές μεικτές ομάδες και ορίζουν έναν εκπρόσωπο. Μετά από κάθε παντομίμα η κάθε ομάδα «συνεδριάζει» και καλείται να αναγνωρίσει και να καταγράψει το συναίσθημα που αναπαραστάθηκε. Η δραστηριότητα αυτή συνεχίζεται μέχρι να αναπαραστα-





θούν και τα επτά συναισθήματα. Κλείνοντας, ο εκπαιδευτικός συνοψίζει, μιλώντας για τη σημασία της συναισθηματικής έκφρασης και με μη λεκτικούς τρόπους. Για παράδειγμα, θα μπορούσε να πει ότι: «τα συναισθήματα μπορούμε να τα αποδώσουμε με λέξεις, με εκφράσεις του προσώπου μας, με τον τόνο της φωνής μας, με το βλέμμα μας, αλλά και με κινήσεις και τη στάση του σώματός μας».

Στόχος είναι η αναγνώριση συναισθημάτων και η εξοικείωση με την εξωλεκτική επικοινωνία των συναισθημάτων.

### **Δραστηριότητα (γ): Μπαλόνια**

**Υλικά:** μπαλόνια, μαρκαδόροι

Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Μπορεί να μοιράσει μπαλόνια και μαρκαδόρους σε όλα τα παιδιά. Κάθε παιδί ζωγραφίζει στο φουσκωμένο μπαλόνι ένα πρόσωπο και ανακοινώνει στην ομάδα του πώς αισθάνεται το πρόσωπο που ζωγράφισε και για ποιο λόγο αισθάνεται έτσι. Εναλλακτικά, τα παιδιά θα μπορούσαν να ζωγραφίσουν προσωπάκια στα δάχτυλά τους. Στη συνέχεια, ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας μεταφέρει στον κύκλο όσα συζητήθηκαν στην ομάδα του.

Οι μαθητές, χρησιμοποιώντας τη φαντασία τους και τα προσωπικά τους βιώματα, εκφράζονται συναισθηματικά και συνδέουν καταστάσεις και συναισθήματα που δημιουργούνται από αυτές.

### **Δραστηριότητα (δ): Σκιαγραφώ το αντίθετο φύλο**

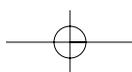
**Υλικά:** κόλλες Α4

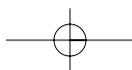
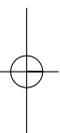
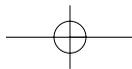
Τα παιδιά χωρίζονται σε ζευγάρια, αγόρι-κορίτσι. Ο εκπαιδευτικός ζητάει από κάθε ζευγάρι να σκιαγραφήσει ο ένας τον άλλον, περιγράφοντας γραπτά το πώς είναι, τι πιστεύει ότι του αρέσει και τι φαντάζεται ότι μπορεί να κάνει καλά. Στη συνέχεια, το κάθε παιδί διαβάζει αυτό που έγραψε για το «ταίρι» του στην ομάδα. Στο τέλος, εκφράζουν τα συναισθήματά τους και τις σκέψεις τους γι' αυτά που έγραψαν για τον άλλο και γι' αυτά που άκουσαν για τον εαυτό τους. Στόχος είναι να αναδειχτεί η εικόνα του εαυτού τους μέσα από τα μάτια του αντίθετου φύλου και το συναίσθημα που αυτή διακινεί.

## **Κλείσιμο**



Τα παιδιά εκφράζουν τις απόψεις τους, τις σκέψεις τους και το πώς ένιωσαν για αυτή τη συνάντηση, όπου διαπραγματεύτηκαν θέματα που αφορούν στα συναισθήματα, στην έκφραση και στη διαχείρισή τους, στις διαπροσωπικές και διαφυλικές σχέσεις. Ο εκπαιδευτικός πλαισιώνει θετικά όσα συζητήθηκαν, δίνοντας στα παιδιά την ευκαιρία να μιλήσουν για αυτά που αποκόμισαν, αν και πώς θα μπορούσαν να τα αξιοποιήσουν.





# 10η Συνάντηση

## «Όταν γίνω έφηβος»

### ΣΤΟΧΟΙ

- Προετοιμασία των παιδιών για τις αλλαγές, σωματικές και συναισθηματικές, που θα συμβούν στην εφηβεία.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Ελεύθερος Συνειρμός.
- Αφήγηση της ιστορίας .
- Συζήτηση .
- Αφήγηση της ιστορίας .
- Συζήτηση .
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1½ ώρα

# 10η Συνάντηση

## «Όταν γίνω έφηβος»

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



10 ΛΕΠΤΑ

Μετά την προετοιμασία της αίθουσας, ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Ελεύθερος συνειρμός



10 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός γράφει στον πίνακα ή σε χαρτί του μέτρου τη λέξη «εφηβεία» και ζητά από τους μαθητές να μιλήσουν για το πώς τη φαντάζονται. Στόχος είναι να εκφράσουν ελεύθερα τις σκέψεις τους και ό,τι τους έρχεται στο μυαλό στο άκουσμα της λέξης «εφηβεία».

#### Αφήγηση της ιστορίας



5 ΛΕΠΤΑ

Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Όταν γίνω έφηβος» μέχρι το σημείο που ο Αλέξανδρος προτείνει να διαβάσουν ένα βιβλίο για την εφηβεία.

#### Συζήτηση



10 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός προτρέπει τα παιδιά να σχολιάσουν και να εκφράσουν σκέψεις, συναισθήματα και προβληματισμούς σε σχέση με την ιστορία που διάβασαν. Στόχος είναι να προετοιμαστούν για τις αλλαγές που πρόκειται να συμβούν στην εφηβεία.

#### Αφήγηση της ιστορίας



10 ΛΕΠΤΑ

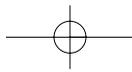
Τα παιδιά διαβάζουν τη συνέχεια της ιστορίας που αναφέρεται στην «εφηβεία». Προτείνεται να δοθεί προσωπικός χρόνος σε κάθε παιδί να διαβάσει το συγκεκριμένο κείμενο μόνο του. Στη συνέχεια, συμπληρώνουν την άσκηση που υπάρχει στο «Τετράδιο του Μαθητή».

#### Συζήτηση



15 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά να εκφράσουν σκέψεις, συναισθήματα, προβληματισμούς και απορίες για όσα διάβασαν. Συζητούν για αυτά που έγραψαν στην αντίστοιχη άσκηση. Στόχος είναι να προετοιμαστούν για τις σωματικές αλλαγές που πρόκειται να συμβούν στην εφηβεία.



## Βιωματικές δραστηριότητες

 20 ΛΕΠΤΑ

**Δραστηριότητα (α):** Φαντάζομαι τον εαυτό μου στην εφηβεία

**Υλικά:** Κόλλες Α4, μαρκαδόροι

Ο εκπαιδευτικός προτρέπει τα παιδιά να φανταστούν τον εαυτό τους στην εφηβεία και να τον ζωγραφίσουν σε μια λευκή σελίδα. Κάτω από τη ζωγραφιά ο κάθε μαθητής γράφει ευχές και σκέψεις για το μέλλον, π.χ. «Όταν γίνω έφηβος θα είμαι πιο ψηλός». Στο τέλος, καθένας μοιράζεται τις δικές του σκέψεις με την ομάδα. Στόχος είναι να εκφράσουν σκέψεις, ανησυχίες, συναισθήματα και προσδοκίες για την εφηβεία.

**Δραστηριότητα (β):** Τα επιτεύγματά μου

**Υλικά:** Κόλλες Α4, μαρκαδόροι

Τα παιδιά ζωγραφίζουν μια σκάλα και γράφουν σε κάθε σκαλοπάτι κάτι που καταφέρανε από τη γέννησή τους μέχρι σήμερα. Στη συνέχεια, μπορούν να φανταστούν και να γράψουν με ένα άλλο χρώμα τι θα ήθελαν να πετύχουν στην εφηβεία.

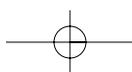
Στόχος είναι να αντιληφθούν ότι είναι φυσικό να μεγαλώνουν, να αλλάζουν και να αναγνωρίσουν όσα έχουν καταφέρει μέχρι σήμερα, εκφράζοντας παράλληλα στόχους και προσδοκίες για το μέλλον.

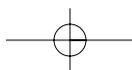
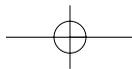
## Κλείσιμο

 10 ΛΕΠΤΑ

Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση, στην οποία συζητήθηκαν θέματα που αφορούν στην εφηβεία. Με βάση την άσκηση του ελεύθερου συνειρμού και όσα διαπραγματεύτηκαν στη συνάντηση, ο εκπαιδευτικός μαζί με τα παιδιά ανακεφαλαιώνουν όλες τις σκέψεις και τα συναισθήματα που εκφράστηκαν για την εφηβική περίοδο που ακολουθεί και τα ενθαρρύνει να δώσουν το δικό τους θετικό μήνυμα.

Στο τέλος, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να φέρουν μαζί τους μία οικογενειακή φωτογραφία για την επόμενη συνάντηση.







# 11η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μου με τους γονείς μου και την οικογένειά μου

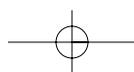
### ΣΤΟΧΟΙ

- Οι μαθητές να μιλήσουν για τις σχέσεις με την οικογένειά τους.
- Να εκφράσουν συναισθήματα και τρόπους επικοινωνίας που απορρέουν από τις σχέσεις αυτές.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Βιωματικές δραστηριότητες.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 1η Συνάντηση

## Οι σχέσεις μου με τους γονείς μου και την οικογένειά μου

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Οι σχέσεις μου με τους γονείς μου και την οικογένειά μου» και συμπληρώνουν τις ασκήσεις που ακολουθούν το κείμενο στο «Τετράδιο του Μαθητή».

#### Συζήτηση



Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Καλούνται να διαβάσουν τις απαντήσεις τους στις ασκήσεις που συμπλήρωσαν και στη συνέχεια οι εκπρόσωποι μεταφέρουν στον κύκλο τα βασικά σημεία όσων ειπώθηκαν. Ο εκπαιδευτικός προτρέπει τα παιδιά να σχολιάσουν και να εκφράσουν σκέψεις, συναισθήματα και προβληματισμούς σε σχέση με την ιστορία που διάβασαν και τις ασκήσεις που συμπλήρωσαν. Οι εικόνες, οι διάλογοι και οι ασκήσεις αποτελούν αφορμή προκειμένου να συζητήσουν τα παιδιά για τις σχέσεις που αναπτύσσονται στην οικογένειά τους, για τους δεσμούς με τα μέλη της, καθώς και σκέψεις και συναισθήματα που μοιράζονται μεταξύ τους. Με αφορμή την παραπάνω συζήτηση, είναι χρήσιμο ο εκπαιδευτικός να βοηθήσει τα παιδιά να παρατηρήσουν και να κατανοήσουν παρόμοιες ή διαφορετικές συμπεριφορές από τις δικές τους εμπειρίες, που αφορούν στις σχέσεις που αναπτύσσονται ανάμεσα στα μέλη μιας οικογένειας και σε μεταβολές στη δυναμική των σχέσεων μεταξύ των μελών της. Εάν κάποιο παιδί δεν επιθυμεί να μιλήσει για την οικογένειά του, ο εκπαιδευτικός σέβεται την επιθυμία του και δεν επιμένει.

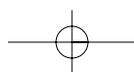
#### Βιωματικές δραστηριότητες

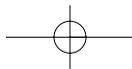


##### Δραστηριότητα (α): Δημοσιογράφοι

Ο εκπαιδευτικός καλεί τα παιδιά να χωριστούν σε ζευγάρια και τους αναθέτει να παίξουν το ρόλο του δημοσιογράφου, παίρνοντας συνέντευξη ο ένας από τον άλλον εναλλάξ. Το θέμα της συνέντευξης είναι «Εγώ και η οικογένειά μου», όπου καλείται το κάθε παιδί να μιλήσει για (α) τι κάνει με κάποιο/α πρόσωπα της οικογένειάς του και (β) τι θα ήθελε να κάνει μαζί του/ς. Ο «δημοσιογράφος» μπορεί να κάνει ερωτήσεις, οι οποίες θα τον βοηθήσουν να συλλέξει τα απαραίτητα στοιχεία, ώστε στο τέλος αυτής της δραστηριότητας να παρουσιάσει στην ομάδα το «ταίρι» του. Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά να εκφράσουν το πώς ένιωσαν, ακούγοντας κάποιον άλλο να μιλάει για αυτά.

Στόχος είναι να συζητήσουν όλοι μαζί για τις δραστηριότητες που κάνουν με τα μέλη της οικογένειάς τους, αλλά και να φανταστούν και να εκφράσουν τις επιθυμίες τους και τις προσδοκίες





τους για τις μεταξύ τους σχέσεις. Μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, το κάθε παιδί έχει τη δυνατότητα να μοιραστεί προσωπικές του εμπειρίες, σκέψεις και συναισθήματα, καθώς και να δει τις διαφορετικές σχέσεις που αναπτύσσονται μεταξύ διαφορετικών οικογενειών.

### **Δραστηριότητα (β):** «Μια ζωντανή φωτογραφία»

#### **Υλικά:** Φωτογραφίες

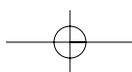
Ο εκπαιδευτικός από την προηγούμενη συνάντηση έχει ζητήσει από τους μαθητές να φέρουν μια οικογενειακή φωτογραφία. Ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε ομάδες των 4 ή 5 ατόμων. Η κάθε ομάδα θα πρέπει να παρατηρήσει καλά μια φωτογραφία και να την αναπαραστήσει με ακρίβεια. Συγκεκριμένα, έχοντας αναλάβει ο καθένας έναν ρόλο, τα παιδιά καλούνται να ζωντανέψουν τη φωτογραφία και να διαδραματίσουν τη σχετική με τη φωτογραφία ιστορία, βασιζόμενοι στις οδηγίες που δίνει το παιδί, στο οποίο αυτή ανήκει. Μέσα από αυτή τη διαδικασία το κάθε παιδί έχει την ευκαιρία να παρουσιάσει κάποιες πτυχές της οικογένειάς του, της σχέσης μεταξύ των μελών της και της επικοινωνίας τους. Αντίστοιχα, κάθε μέλος της ομάδας που αναπαριστά τη φωτογραφία μπορεί να εκφράσει τα δικά του συναισθήματα και σκέψεις που αφορούν στην οικογένεια μέσα από το παίξιμο ρόλου.

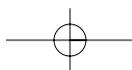
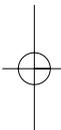
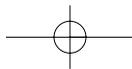
### **Κλείσιμο**



10 ΛΕΠΤΑ

Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση, όπου συζητήθηκαν θέματα σχετικά με την οικογένεια, τις σχέσεις και τους τρόπους επικοινωνίας. Ο εκπαιδευτικός μαζί με έναν μαθητή μπορούν να καταγράψουν στον πίνακα τα βασικά σημεία και όσα αποκόμισαν όλα τα παιδιά από αυτή τη συνάντηση.







# 12η Συνάντηση

## Η τηλεόραση και τα μέσα μαζικής ενημέρωσης

### Διαδίκτυο

### Αυτοπροστασία-αυτοσεβασμός

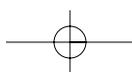
#### ΣΤΟΧΟΙ

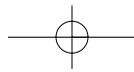
- Η δημιουργική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου.
- Η ενίσχυση της αυτοπροστασίας και του αυτοσεβασμού, με στόχο την πρόληψη της σεξουαλικής κακοποίησης.

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Προετοιμασία της αίθουσας.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Συζήτηση.
- Αφήγηση της ιστορίας.
- Βιωματική δραστηριότητα.
- Κλείσιμο: Ανασκόπηση.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 12η Συνάντηση

## Η τηλεόραση και τα μέσα μαζικής ενημέρωσης

### Διαδίκτυο

### Αυτοπροστασία-αυτοσεβασμός

#### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Προετοιμασία της αίθουσας



Ο εκπαιδευτικός αφιερώνει χρόνο για τυχόν ερωτήσεις ή σχόλια από την προηγούμενη συνάντηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Η τηλεόραση και τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης» και συμπληρώνουν τις ασκήσεις που ακολουθούν το κείμενο.

#### Συζήτηση



Ο εκπαιδευτικός προτρέπει τα παιδιά να εκφράσουν σκέψεις σε σχέση με την ιστορία που διάβασαν. Στη συνέχεια, ζητά από τους μαθητές να παρουσιάσουν τις απαντήσεις τους. Οι ασκήσεις αποτελούν αφορμή προκειμένου να συζητήσουν τα παιδιά για τα ΜΜΕ, τις προτιμήσεις τους, αλλά και για εναλλακτικούς τρόπους δημιουργικής αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου, καταγράφοντας σε ένα χαρτόνι τα βασικά σημεία που προκύπτουν από αυτή τη συζήτηση.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Διαδίκτυο».

#### Συζήτηση

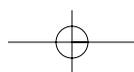


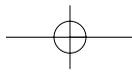
Ο εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τα παιδιά να εκφράσουν σκέψεις σε σχέση με την ιστορία που διάβασαν. Στη συνέχεια, μπορεί να ακολουθήσει συζήτηση για το διαδίκτυο και τη χρησιμότητά του, καταλήγοντας σε 4-5 βασικά σημεία, τα οποία μπορούν να καταγραφούν σε ένα χαρτόνι. Είναι σκόπιμο, με αφορμή την ιστορία, να δοθεί έμφαση στη συνεργασία του παιδιού με τον γονέα του ή τον εκπαιδευτικό στη χρήση του διαδικτύου.

#### Αφήγηση της ιστορίας



Τα παιδιά διαβάζουν την ιστορία «Αυτοπροστασία-Αυτοσεβασμός».





## Βιωματική δραστηριότητα



Ο εκπαιδευτικός, με αφορμή την ιστορία που διάβασαν, παροτρύνει τα παιδιά να δημιουργήσουν ένα φανταστικό σενάριο για το πώς μπορούν να προστατέψουν τον εαυτό τους. Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο. Διαβάζουν και συζητούν τα σενάρια που έφτιαξαν στην ομάδα τους. Ο εκπρόσωπος κάθε ομάδας καταγράφει τα σενάρια και τα μεταφέρει στον κύκλο.

Ο εκπαιδευτικός εκμειεύει διάφορους εναλλακτικούς τρόπους αυτοπροστασίας από τις ιστορίες των παιδιών, οι οποίοι μπορούν να καταγραφούν σε ένα χαρτόνι.

Στόχος είναι η ενίσχυση της αυτοπροστασίας και του αυτοσεβασμού των παιδιών.

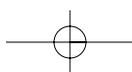
## Κλείσιμο: Ανασκόπηση

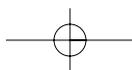
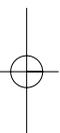
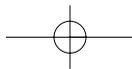


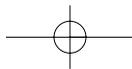
Ο εκπαιδευτικός ζητάει από τα παιδιά να χωριστούν σε μικρές μεικτές ομάδες και να ορίσουν έναν εκπρόσωπο.

Στο κλείσιμο, ο εκπαιδευτικός ζητάει από τους μαθητές να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για αυτή τη συνάντηση. Ο εκπαιδευτικός τοποθετεί στο κέντρο του κύκλου τα τρία χαρτόνια που έχουν φτιάξει στη διάρκεια της συνάντησης και ανακεφαλαιώνουν τα κεντρικά νοήματα που προκύπτουν.

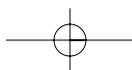
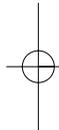
Τέλος, ο εκπαιδευτικός προτείνει στα παιδιά να ζωγραφίσουν από ένα καράβι και πάνω σε αυτό να γράψουν «τι κράτησαν» από αυτό το «ταξίδι» των δώδεκα συναντήσεων. Στη συνέχεια, όλοι μαζί μπορούν να συζητήσουν για το πώς ένιωσαν, τι τους άρεσε, πώς συνεργάστηκαν και τι τους δυσκόλεψε κατά τη διάρκεια του προγράμματος. Στόχος είναι να εκφράσουν τις σκέψεις τους, τα συναισθήματά τους και τις εντυπώσεις τους για όλη αυτή την πορεία του προγράμματος και να κλείσουν με ένα θετικό μήνυμα για το τι αποκόμισαν από το σύνολο του προγράμματος.

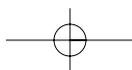
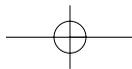






# **ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ - ΓΟΝΕΩΝ**





## Συναντήσεις Εκπαιδευτικού - Γονέων

Οι συναντήσεις εκπαιδευτικού και γονέων στοχεύουν στην ενημέρωση, ευαισθητοποίηση και συνεργασία των γονέων στο πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις».

Οι συναντήσεις αυτές χωρίζονται σε δύο δίωρα. Η πρώτη συνάντηση προτείνεται να γίνει στην αρχή του προγράμματος και η δεύτερη μετά την ολοκλήρωσή του.

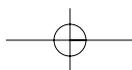
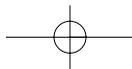
Οι γονείς έχουν πάντοτε τον πρώτο ρόλο στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών τους, το σχολείο και ο εκπαιδευτικός, όμως, είναι ο συνδεδετικός κρίκος με την κοινωνία.

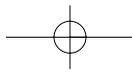
Η σεξουαλική αγωγή ενισχύεται και ισχυροποιείται με τη συμβολή του εκπαιδευτικού και των γονέων, απεικονίζοντας την πραγματικότητα, την αλήθεια της ζωής και καταρρίπτοντας λανθασμένες πεποιθήσεις γύρω από τη σεξουαλικότητα. Οι στάσεις, οι πεποιθήσεις και οι εικόνες που έχουν οι γονείς για θέματα που αφορούν στο σεξ επηρεάζουν τις απόψεις που θα υιοθετήσουν τα παιδιά τους γύρω από τα θέματα αυτά και κατ' επέκταση τη στάση που θα έχουν και στο συγκεκριμένο πρόγραμμα.

Η αποδοχή και η συμμετοχή των γονέων είναι απαραίτητη και πολύτιμη, ώστε να είναι μαζί με τον εκπαιδευτικό συνεκτιμητές και συνεργάτες, που θα διαμορφώνουν τις θέσεις και τις απόψεις απέναντι και δίπλα στο παιδί, το οποίο επικοινωνεί και ενθαρρύνεται και από τους δύο. Οι γονείς είναι πρωταγωνιστές όλης αυτής της προσπάθειας και είναι σημαντικό να γνωρίζουν τι διαπραγματεύεται ο εκπαιδευτικός με τους μαθητές του. Ως σύμμαχοι, ενισχύουν το έργο του εκπαιδευτικού, επικοινωνώντας με το παιδί στο σπίτι και μεταφέροντας μηνύματα. Έχει, λοιπόν, καθοριστική σημασία η συνεργασία και η συμμαχία των δύο πλευρών που περιβάλλουν το παιδί, το οποίο εισπράττει το θετικό κλίμα και την αλληλενίσχυση που οι γονείς και ο εκπαιδευτικός εκφράζουν.

Η θετική στάση και η αλληλοενίσχυση των δύο πλευρών είναι απαραίτητες προϋποθέσεις για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος προς όφελος του παιδιού.

Στην περίπτωση που προκύψουν θέματα από τους γονείς τα οποία χρήζουν εξειδικευμένης παρέμβασης, ο εκπαιδευτικός είναι σκόπιμο να παραπέμψει τους γονείς στις κατάλληλες υπηρεσίες (βλ. κατάλογο Κ.Δ.Α.Υ.).





# 1η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων

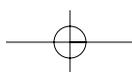
## ΣΤΟΧΟΙ

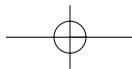
- Να ενημερωθούν οι γονείς για το περιεχόμενο, τους στόχους και τη σημασία του προγράμματος «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις».
- Να κατανοήσουν τη σημασία της θετικής στάσης τους και της συνεργασίας τους απέναντι στο πρόγραμμα.

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Υποδοχή των γονέων.
- Ενημέρωση και Συζήτηση.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1<sup>1/2</sup> ώρα





# 1η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

### Υποδοχή των γονέων



Ο εκπαιδευτικός προτείνει στους γονείς να καθίσουν σε κύκλο, ώστε να διευκολυνθεί η ενημέρωση και η συζήτηση που ακολουθεί. Γίνεται γνωριμία μεταξύ τους και στη συνέχεια, τους ενημερώνει για το θέμα της πρώτης αυτής συνάντησης, το οποίο τους έχει ήδη γνωστοποιηθεί με γραπτή ανακοίνωση.

### Ενημέρωση και Συζήτηση



Αρχικά, προτείνεται να γίνει ενημέρωση των γονέων από τον εκπαιδευτικό για τη σημασία, τους στόχους και το περιεχόμενο του προγράμματος «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές σχέσεις» για τα παιδιά της ηλικίας 8-12 ετών.

Ο εκπαιδευτικός μπορεί να αναφέρει στους γονείς τα εξής σημεία:

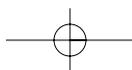
#### Στόχοι και σημασία του προγράμματος

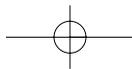
- Η σεξουαλική αγωγή προσεγγίζει τη βιολογική, τη συναισθηματική, τη γνωστική και την κοινωνική διάσταση του ατόμου.
- Προάγει την ψυχική και σεξουαλική υγεία.
- Βοηθάει στην ομαλή ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη του παιδιού.
- Συμβάλλει στην ανάπτυξη μιας υγιούς και ολοκληρωμένης προσωπικότητας, καθώς και στην πρόληψη και υιοθέτηση μιας υγιούς και υπεύθυνης σεξουαλικής συμπεριφοράς στην ενήλικη ζωή.
- Καλλιεργεί τον αυτοσεβασμό και ευαισθητοποιεί το παιδί σε θέματα αυτοπροστασίας.
- Ένα παιδί μέσα από το πρόγραμμα αποκτά πιο ολοκληρωμένη εικόνα για τον εαυτό του, τις διαπροσωπικές και διαφυλικές του σχέσεις.
- Η έννοια της σεξουαλικότητας συχνά συνδέεται με λανθασμένες και άκαμπτες πεποιθήσεις, ταμπού, προκαταλήψεις, μύθους και κοινωνικά στερεότυπα. Η σεξουαλική αγωγή στόχο έχει να συμβάλλει στη σωστή ενημέρωση και γνώση, στην απεικόνιση της πραγματικότητας, στην κατάρριψη μύθων.

#### Περιεχόμενο του προγράμματος

Το πρόγραμμα, συνδυάζοντας την επιστημονική γνώση και τη βιωματική προσέγγιση, βοηθάει ένα παιδί:

- Να γνωρίσει τον εαυτό του, το φύλο του, το σώμα του.
- Να εξοικειωθεί με την ανατομία και τη φυσιολογία των γεννητικών οργάνων.
- Να μάθει για την αναπαραγωγική διαδικασία, την αντισύλληψη και την πρόληψη των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Νοσημάτων.
- Να μάθει να σέβεται τον εαυτό του και τους άλλους - Αυτοσεβασμός, Αλληλοσεβασμός.
- Να μάθει να οριοθετεί τη συμπεριφορά του.





- Να μάθει να προστατεύει τον εαυτό του – Αυτοπροστασία.
- Να επικοινωνεί και να εκφράζει τα συναισθήματά του.
- Να κατανοήσει τις ομοιότητες και τις διαφορές μεταξύ των δύο φύλων.
- Να επικοινωνεί με τους άλλους - Διαπροσωπικές και Διαφυλικές Σχέσεις.
- Να κατανοήσει τη δυναμική των σχέσεων μεταξύ των μελών της οικογένειας.
- Να αναπτύξει δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων.
- Να αποδεχθεί τη μοναδικότητά του και τη διαφορετικότητα, μαθαίνοντας και κατανοώντας τον εαυτό του και τους άλλους.
- Να προετοιμαστεί για τις αλλαγές στην εφηβεία.

### **Μέθοδος διεξαγωγής του προγράμματος**

Όλα τα παραπάνω επιτυγχάνονται μέσα από μεθόδους βιωματικής προσέγγισης, όπου όλα τα παιδιά συμμετέχουν ενεργά στη διαδικασία της μάθησης και αλληλεπιδρούν, αξιοποιώντας τις εμπειρίες τους και τα προσωπικά τους βιώματα. Μέσα από βιωματικές, δηλαδή, δραστηριότητες μαθαίνουν με έναν τρόπο που προκαλεί το ενδιαφέρον τους και ενισχύει τη δημιουργικότητά τους. Στόχος δεν είναι η απομνημόνευση γνώσεων, αλλά η εξοικείωση με έννοιες, η κατανόησή τους και η έκφραση σκέψεων και συναισθημάτων.

Το «Τετράδιο του Μαθητή», μέσα από ιστορίες με κεντρικούς ήρωες παιδιά αντίστοιχης ηλικίας, προσφέρει ερεθίσματα, ώστε να συζητηθούν και να αναπτυχθούν στις δώδεκα συναντήσεις θέματα που προσπαθούν να προσεγγίσουν τη σύνθετη έννοια της ανθρώπινης σεξουαλικότητας και της διαφυλικότητας. Κάθε συνάντηση έχει συγκεκριμένους στόχους, τους οποίους επιδιώκει να υλοποιήσει, χρησιμοποιώντας τεχνικές ενεργητικής μάθησης, όπως το παιχνίδι ρόλων, η ζωγραφική, η συγγραφή ιστοριών, η παντομίμα, το κουκλοθέατρο και άλλες δραστηριότητες που λειτουργούν κυρίως ομαδικά και προάγουν τη συνεργασία μεταξύ των παιδιών.

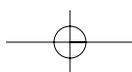
Ο ρόλος του εκπαιδευτικού είναι ο συντονισμός όλης αυτής της διαδικασίας και η διευκόλυνση της επίτευξης των στόχων του προγράμματος. Δεν παρέχει άμεσα γνώσεις με διδακτικό τρόπο, αλλά βοηθάει και κινητοποιεί τα παιδιά που έχουν κεντρικό ρόλο στην εκπαιδευτική και βιωματική αυτή διαδικασία. Δημιουργεί ένα κλίμα ασφάλειας και εμπιστοσύνης, ώστε τα παιδιά, ως μέλη μιας ομάδας, να μοιραστούν και να κατανοήσουν όσα οι θεματικές ενότητες διαπραγματεύονται.

**Σημείωση:** Εάν ο εκπαιδευτικός κρίνει σκόπιμο να ενημερώσει τους γονείς σε αυτή τη συνάντηση αναλυτικά για το περιεχόμενο των δώδεκα συναντήσεων του προγράμματος, μπορεί να αξιοποιήσει το υλικό της εισαγωγής, όπου γίνεται η συνοπτική παρουσίασή τους.

### **Δημιουργώντας συμμαχία με τους γονείς**

Ένας επιπλέον βασικός στόχος αυτής της συνάντησης του εκπαιδευτικού με τους γονείς των μαθητών του, είναι η ενδυνάμωση της συμμαχικής τους σχέσης και η γεφύρωση του σχολείου και της οικογένειας. Είναι σημαντικό οι γονείς να γνωρίζουν ότι η ενημέρωση, η ευαισθητοποίηση και η θετική στάση τους αποτελούν σημαντικές προϋποθέσεις για την επίτευξη των στόχων του προγράμματος.

Η θετική στάση των γονέων απέναντι στη σεξουαλική αγωγή επηρεάζει άμεσα τη στάση του παιδιού τους, τόσο στη διαδικασία διεξαγωγής του προγράμματος όσο και στην επίτευξη των στόχων του, καθώς οι γονείς αποτελούν βασικά πρότυπα ταύτισης. Η σεξουαλικότητα, πολλές φορές, συνδέεται με άγνοια, φόβο, ντροπή, παραπληροφόρηση και προκαταλήψεις. Η συνεργασία των γονέων με τον εκπαιδευτικό μέσα από τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση βοηθά στην έγκυρη πληροφόρηση και στη διαμόρφωση υγιών στάσεων ζωής.





Το σχολείο είναι η δεύτερη σημαντική για το παιδί κοινωνική ομάδα, στην οποία εντάσσεται μετά την οικογένεια. Είναι σημαντικό αυτά τα δύο υποστηρικτικά του συστήματα, δηλαδή η οικογένεια και το σχολείο, να αναπτύσσουν και να διατηρούν μια καλή και ουσιαστική επικοινωνία και επαφή. Έτσι, μαζί προετοιμάζουν το παιδί και του δίνουν τα κατάλληλα για την ηλικία του και το γνωστικό και ψυχοσυναισθηματικό του επίπεδο εφόδια, για να γίνει ένας ολοκληρωμένος και υγιής ενήλικας.

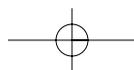
Για το πρόγραμμα «Σεξουαλική Αγωγή και Διαφυλικές Σχέσεις» είναι απαραίτητη και πολύτιμη η αποδοχή, η συνεργασία και η συμμετοχή των γονέων. Οι γονείς, σωστά ενημερωμένοι για τα θέματα που αφορούν στα παιδιά τους, μπορούν να απαντούν στις ερωτήσεις, που πολύ συχνά θέτουν τα παιδιά αυτής της ηλικίας, για να χτίσουν μια σωστή και υγιή σχέση επικοινωνίας με το παιδί τους.

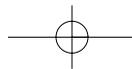
Στη συνέχεια, ο εκπαιδευτικός προτείνεται να ενημερώσει τους γονείς για την αξία της επικοινωνίας τους με τα παιδιά τους και για τη στάση τους απέναντι σε θέματα που αφορούν στη σεξουαλικότητα.

### **Επικοινωνία γονέα-παιδιού**

Καθώς το παιδί μεγαλώνει και ωριμάζει βιολογικά, γνωστικά και συναισθηματικά, αυξάνονται οι ανάγκες του για πληροφορίες και απαντήσεις και βρίσκεται σε μια διαρκή αναζήτηση στοιχείων για την κατανόηση του εαυτού του και των άλλων.

- Οι γονείς είναι σημαντικό να είναι κοντά στο παιδί τους, πρόθυμοι και διαθέσιμοι όταν αυτό τους χρειάζεται. Να το ακούνε και να προάγουν τον διάλογο μαζί του, αποφεύγοντας την κριτική στάση και ενισχύοντας τη θετική εικόνα του παιδιού για τον εαυτό του.
- Η ανοιχτή επικοινωνία και ο διάλογος μεταξύ του παιδιού και των γονέων του θα μπορούσαν να συμβάλλουν στη δημιουργία σχέσης εμπιστοσύνης και ασφάλειας για το παιδί.
- Είναι σημαντικό για το παιδί να γνωρίζει ότι μπορεί να εκφράζει συναισθήματα, σκέψεις, επιθυμίες, έχοντας απέναντί του έναν αποδέκτη.
- Η επικοινωνία ενισχύει τη συμμαχική σχέση μεταξύ γονέα-παιδιού. Αυτή η σχέση δεν ταυτίζεται με τη φιλία μεταξύ τους, αλλά στηρίζεται στο γνήσιο ενδιαφέρον του γονέα για το παιδί του.
- Οι κοινές και σταθερές στρατηγικές διαπαιδαγώγησης και η θετική στάση του ενός γονέα προς τον άλλον συμβάλλουν στην υγιή ψυχοσεξουαλική ωρίμανση του παιδιού.
- Αξίζει να σημειωθεί ότι οι διαφωνίες και οι αλληλοακυρώσεις των γονέων μπροστά στο παιδί πρέπει να αποφεύγονται. Ένας τέτοιος χειρισμός έχει ως συνέπεια τη δημιουργία ενός κλίματος ανασφάλειας και αβεβαιότητας για το παιδί, το οποίο δημιουργεί λανθασμένες πεποιθήσεις και διαμορφώνει ένα αρνητικό μοντέλο συντροφικών σχέσεων.





## Στάση των γονέων σε θέματα που αφορούν στη σεξουαλικότητα

Οι γονείς πολύ συχνά έρχονται αντιμέτωποι με συνεχείς και επίμονες ερωτήσεις των παιδιών τους, τα οποία μεγαλώνουν, αλλάζουν και κατ' επέκταση τους δημιουργούνται απορίες για το σώμα τους, τις λειτουργίες του, τους συνομηλικούς τους, το άλλο φύλο και τη σεξουαλικότητά τους.

Η ενημέρωση από την πλευρά των γονέων γύρω από θέματα σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης συμβάλλει στην υιοθέτηση μιας θετικής στάσης σε αυτήν τη φυσιολογική και αναμενόμενη αναζήτηση απαντήσεων των παιδιών.

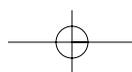
- Είναι βοηθητικό οι γονείς να είναι δεκτικοί στην επικοινωνία και τον διάλογο γύρω από τα θέματα αυτά.
- Οι απορίες του παιδιού είναι χρήσιμο να απαντώνται συγκεκριμένα και με απλά και κατανοητά λόγια για το παιδί, χωρίς να δίνονται περισσότερες πληροφορίες από αυτές που το παιδί ζητάει ή μπορεί να ακούσει και να επεξεργαστεί.
- Οι γονείς είναι σημαντικό να του απαντούν με ειλικρίνεια, χωρίς να κρύβονται και χωρίς να προσπαθούν να ξεφύγουν με ασάφειες.
- Όταν οι γονείς διακατέχονται από συναισθήματα αμηχανίας, φόβου, ντροπής γύρω από θέματα σεξουαλικότητας και αποφεύγουν να απαντήσουν, μεταδίδουν στο παιδί τα αντίστοιχα συναισθήματα, περνώντας το μήνυμα ότι τα σεξουαλικά ζητήματα αποτελούν θέματα ταμπού. Αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει τα παιδιά στην αναζήτηση πληροφοριών σε άλλες, λιγότερο έγκυρες πηγές (συνομηλικοί, διαδίκτυο, ΜΜΕ).
- Ακόμα κι αν το παιδί εκφράζει ενδιαφέρον για σεξουαλικά θέματα, δεν σημαίνει ότι έχει πρόθεση να αρχίσει τη σεξουαλική του ζωή.

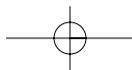
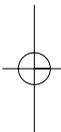
## Κλείσιμο

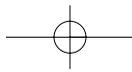


10 ΛΕΠΤΑ

Οι γονείς καλούνται να εκφράσουν τις σκέψεις τους και τις εντυπώσεις τους από τη συνάντηση.







## 2η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων

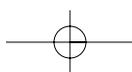
### ΣΤΟΧΟΙ

- Ενημέρωση για την πορεία και την ολοκλήρωση του προγράμματος.

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

- Υποδοχή των γονέων.
- Ενημέρωση και Συζήτηση.
- Κλείσιμο.

Χρόνος 1 $\frac{1}{2}$  ώρα





## 2η Συνάντηση Εκπαιδευτικού - Γονέων

### ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ:

---

#### Υποδοχή των γονέων



Οι γονείς κάθονται σε κυκλική διάταξη προκειμένου να υπάρχει καλύτερη βλεμματική επαφή και να διευκολυνθεί η συζήτηση.

#### Ενημέρωση και Συζήτηση



Στο κλείσιμο του προγράμματος, ο εκπαιδευτικός κάνει μια γενική αξιολόγηση και ενημέρωση στους γονείς σε σχέση με τη συνολική πορεία του προγράμματος, όπως αυτή εξελίχτηκε κατά τη διάρκεια των δώδεκα συναντήσεων.

Πιο συγκεκριμένα, ο εκπαιδευτικός ενημερώνει τους γονείς σχετικά με το πώς δέχτηκαν τα παιδιά το πρόγραμμα, πώς ανταποκρίθηκαν σε αυτό και τι αποκόμισαν. Στο σημείο αυτό αξίζει να σημειωθεί ότι κάθε τάξη έχει τη δική της δυναμική, γεγονός που συνεπάγεται ότι ο εκπαιδευτικός θα επικεντρωθεί στα βασικά θέματα που διαπραγματεύτηκαν στην πορεία του προγράμματος και απασχόλησαν τα παιδιά της συγκεκριμένης τάξης. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να μιλήσει για τις εντυπώσεις των μαθητών, τις αντιδράσεις τους, τη συμμετοχή τους στην ομάδα, τη διάδρασή τους με τα άλλα παιδιά. Επιπλέον, μπορεί να αναφερθεί σε πιθανούς προβληματισμούς των παιδιών, αν προέκυψαν δυσκολίες και πώς αυτές αντιμετωπίστηκαν.

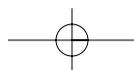
Στα πλαίσια της ενημέρωσης, ο εκπαιδευτικός μπορεί να παρουσιάσει στους γονείς το καράβι που τα παιδιά ζωγράφισαν στην τελευταία συνάντηση και απεικονίζει «τι κράτησαν» από το σύνολο των δώδεκα συναντήσεων. Επίσης, θα μπορούσε να δείξει και άλλες ομαδικές δημιουργίες των παιδιών από τις βιωματικές δραστηριότητες, με σκοπό να δώσει μια συνολική εικόνα της πορείας του προγράμματος και να δουν οι γονείς ένα μέρος του τρόπου που τα παιδιά εργάστηκαν.

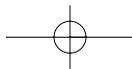
#### Κλείσιμο



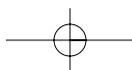
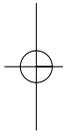
Στο κλείσιμο αυτής της ενημερωτικής συνάντησης ο εκπαιδευτικός μπορεί να καλέσει τους γονείς να εκφράσουν πώς οι ίδιοι αντιλήφθηκαν τη συμμετοχή των παιδιών τους στο πρόγραμμα, τις εντυπώσεις τους και τις σκέψεις τους για το σύνολο του προγράμματος και την αξία του.

Τέλος, ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να κλείσει τη συνάντηση αυτή εκφράζοντας τις σκέψεις του για το πώς τα παιδιά θα μπορούσαν να αξιοποιήσουν αυτά που αποκόμισαν στο παρόν, αλλά και τα οφέλη που θα προκύψουν μακροπρόθεσμα. Ο εκπαιδευτικός σε αυτό το σημείο μπορεί να κάνει μια ανασκόπηση των στόχων και της σημασίας του προγράμματος.





# **ΓΕΝΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ**



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

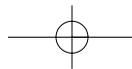
Τα Γενικά Θέματα Ενημέρωσης περιλαμβάνουν βασικά σημεία των θεματικών ενότητων του προγράμματος, από όπου ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να αντλήσει πληροφορίες για να διευκολυνθεί κατά τη διεξαγωγή των συναντήσεων. Οι θεματικές ενότητες που έχουν επιλεγεί περιλαμβάνουν σημαντικές πληροφορίες που είναι χρήσιμο να λάβει ο εκπαιδευτικός όσον αφορά σε ανατομικά - οργανικά και ψυχολογικά θέματα. Αυτή η επιλογή έγινε με στόχο να διευκολύνει τον εκπαιδευτικό, στο σύνολο του προγράμματος, σε σχέση με τα θέματα που πρόκειται να διαπραγματευτεί με τους μαθητές του στις συναντήσεις, αλλά και με θέματα που μπορεί να προκύψουν στις συναντήσεις με τους γονείς.

Τα κεφάλαια που αφορούν στην ανατομία - φυσιολογία των γεννητικών οργάνων, στην αναπαραγωγική διαδικασία, καθώς και στην αντισύλληψη και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα έχουν ως στόχο να δώσουν στον εκπαιδευτικό βασικές γνώσεις που θα τον βοηθήσουν να αποκτήσει μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα αυτών των θεμάτων. Οι γνώσεις αυτές αποτελούν και ένα σημαντικό εργαλείο κατά τη διάρκεια του προγράμματος, ώστε ο εκπαιδευτικός να είναι σε θέση να απαντήσει σε απορίες των μαθητών ή των γονέων, που μπορεί να τεθούν.

Επιπλέον, έχουν επιλεγεί σημαντικά θέματα, όπως «κοινωνικοποίηση», «διαφυλικές σχέσεις», «πρότυπα», «ψυχοσυναισθηματικές αλλαγές στην παιδική ηλικία», με σκοπό την ενημέρωση του εκπαιδευτικού και τη θεωρητική πλαισίωση των όσων διαπραγματεύεται στις συναντήσεις με τους μαθητές του.

Σε περίπτωση που ο εκπαιδευτικός επιθυμεί να αντλήσει περισσότερες πληροφορίες για τα θέματα που αναπτύσσονται, θα μπορούσε να ανατρέξει στις βιβλιογραφικές πηγές που παρατίθενται στο τέλος του εγχειριδίου.

Συστήνουμε, λοιπόν, ο εκπαιδευτικός να διαβάσει τα «Θέματα Ενημέρωσης» πριν τη διεξαγωγή του προγράμματος, προκειμένου να αξιοποιήσει καλύτερα όσα θα διαπραγματευτεί στις συναντήσεις, αλλά και να μπορέσει να διαχειριστεί πιθανές απορίες και ερωτήματα των παιδιών και των γονέων, που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια υλοποίησής του.

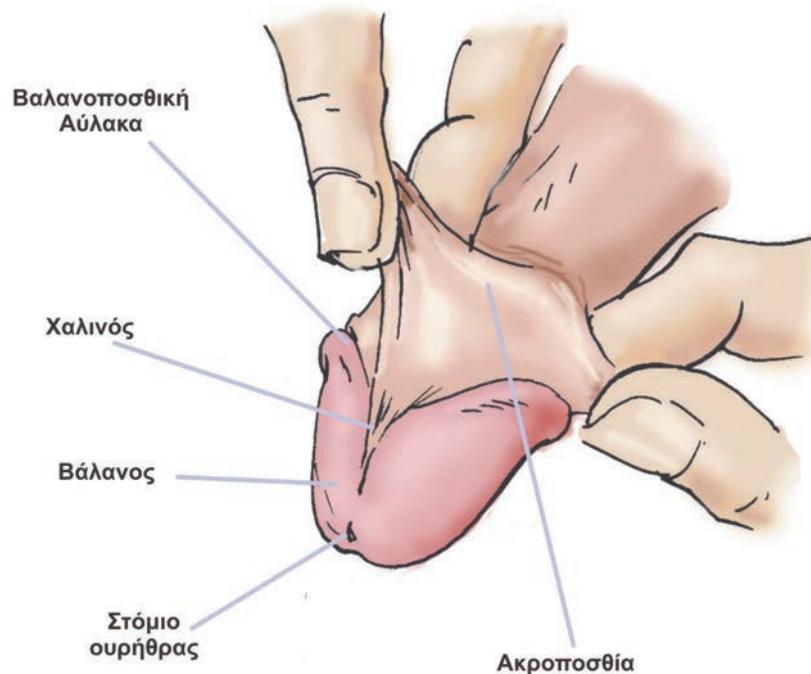


## ΑΝΑΤΟΜΙΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΓΕΝΝΗΤΙΚΩΝ ΟΡΓΑΝΩΝ ΑΓΟΡΙΟΥ

### A) Έξω γεννητικά όργανα

Έξω γεννητικά όργανα είναι εκείνα τα οποία είναι εξωτερικά και φαίνονται.

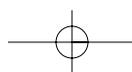
Σχήμα 1



Το πέος (σχ.1) αποτελείται από το σώμα του και την κεφαλή του (βάλανος). Το όριο μεταξύ βάλανου και σώματος ονομάζεται βαλανοποσθική αύλακα. Η αύλακα αυτή είναι ορατή, όταν τραβάμε την ακροποσθία προς τα πίσω. Στην άκρη της κεφαλής και στο κέντρο αυτής υπάρχει μια μικρή τρύπα, το στόμιο της ουρήθρας, από την οποία βγαίνουν τα ούρα, αλλά αργότερα και το σπέρμα. Το σπέρμα περιέχει τα σπερματοζωάρια. Η έξοδος του σπέρματος από την ουρήθρα λέγεται εκσπερμάτιση και είναι ανεξάρτητη της ούρησης. Η εκσπερμάτιση μάλιστα δεν μπορεί να συμβεί την ίδια στιγμή με την ούρηση, είναι δε εφικτή από την έναρξη της εφηβείας. Η εφηβεία οριοθετείται από τα 14 έως τα 20 χρόνια του αγοριού.

Από την περίοδο της εφηβείας και μετά, η στύση παράγεται από ψυχογενή ερεθίσματα (οπτικά, ακουστικά, οσφρητικά και φαντασιωσικά) και τοπικούς παράγοντες (άγγιγμα και επαφή).

Η σκληρότητα του πέους, που σηματοδοτεί τη στύση, έχει ως νόημα τη βιολογική υγεία του αρσενικού, που, κατά την περίοδο της σεξουαλικής ζωής, εισέρχεται στον κόλπο του θηλυκού, με σκοπό την επίτευξη της σεξουαλικής διαδικασίας (πράξης), απαραίτητης προϋπόθεσης για την αναπαραγωγή.



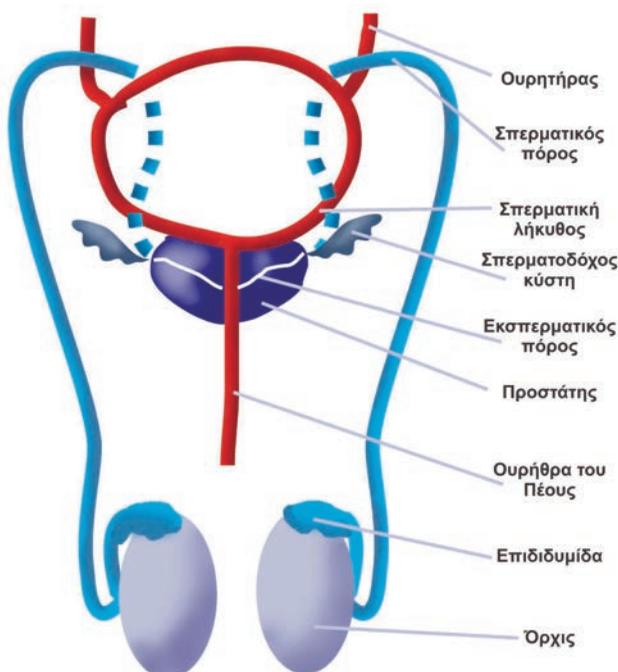
### Πώς προκαλείται η στύση;

Μέσα στο σώμα του πέους υπάρχουν τα δύο σπραγγώδη σώματα. Τα σπραγγώδη σώματα έχουν κυλινδρικό σχήμα και μπορούμε να τα παρομοιάσουμε με σφουγγάρια. Η στύση είναι μια πολύπλοκη οργανική διαδικασία, κατά την οποία τα σπραγγώδη σώματα του πέους γεμίζουν με αίμα, το οποίο «φυλακίζεται» μέσα τους, με αποτέλεσμα το πέος να παραμένει ευθύ και σκληρό για κάποιο χρονικό διάστημα. (σχ.2)

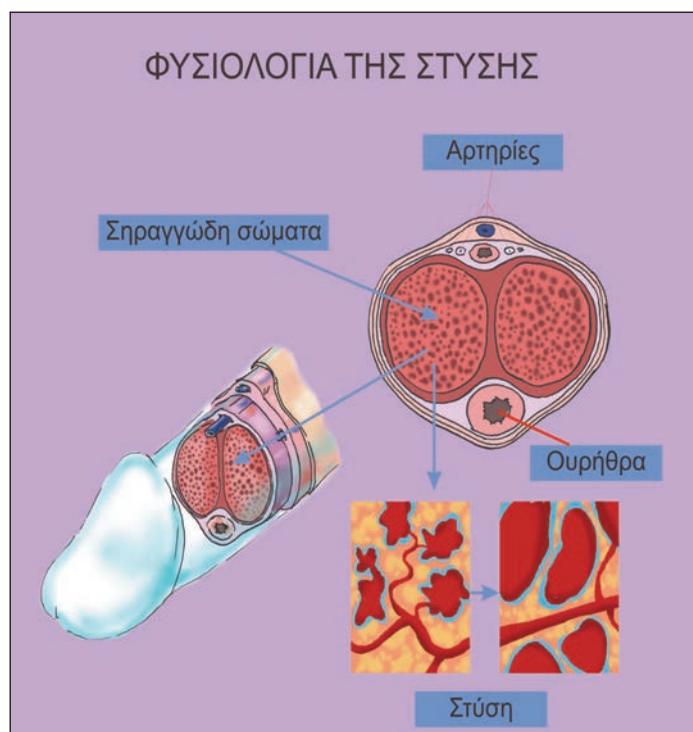
Η **ουρήθρα** είναι το κανάλι, που αρχίζει από την ουροδόχο κύστη και διατρέχοντας το πέος καταλήγει στο στόμιό της. Η ουροδόχος κύστη είναι ο σάκκος εκείνος, όπου μαζεύονται τα ούρα που παράγουν οι νεφροί. Όταν η ουροδόχος κύστη γεμίσει, ο άνθρωπος νιώθει ανάγκη για ούρηση. Κατά την ούρηση τα ούρα περνάνε από την ουρήθρα και βγαίνουν έξω.

Η **βάλανος** σκεπάζεται από την πόσθη ή ακροποσθία. Η πόσθη είναι ένας σωλήνας, που από την εξωτερική του πλευρά αποτελείται από δέρμα και από την εσωτερική του, δηλαδή αυτό που έρχεται σε επαφή με την βάλανο, από βλεννογόνο. Ο βλεννογόνος έχει μικροσκοπικούς εκκριτικούς αδένες, που παράγουν μια ουσία που λέγεται σμήγμα. Όταν η πόσθη είναι κλειστή, η βάλανος δεν φαίνεται. Για να δούμε τη βάλανο, πρέπει να τραβήξουμε την πόσθη προς το σώμα του πέους. Αυτή ξεδιπλώνεται και η βάλανος βγαίνει έξω. Στην κάτω επιφάνεια του πέους, η ακροποσθία έχει ένα είδος φρένου στο τράβηγμα της, που λέγεται χαλνός. Ο χαλνός είναι μια αναδίπλωση του βλεννογόνου της ακροποσθίας. Όταν ο χαλνός είναι από την κατασκευή του βραχύς, μπορεί να σκιστεί κατά την διάρκεια συνήθως των πρώτων επαφών, ιδίως εάν το πέος έρθει σε επαφή με ένα σχετικά στεγνό αιδοίο.

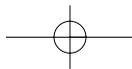
Οι **όρχεις** (σχ.3) είναι δύο σφαιρικοί σχηματισμοί, που βρίσκονται μέσα στο σακούλι που κρέμεται κάτω από το πέος, το όσχεο. Οι όρχεις είναι δύο και βρίσκονται ο ένας δίπλα στον άλλο. Οι όρχεις βρίσκονται έξω από τον κορμό του σώματος του αγοριού, για να ζουν σε μια χαμηλή θερμοκρασία της τάξης των 34° C. Η έκθεση τους σε υψηλότερες θερμοκρασίες, π.χ. όταν το παιδί έχει κρυπορχία, εμποδίζει τη σωστή ανάπτυξη και ωρίμανση των κυττάρων τους, με αποτέλεσμα το μεθαιριανό σπέρμα να είναι προβληματικό, αλλά και να αυξάνονται οι πιθανότητες καρκινογένεσης.



Σχήμα 3



Σχήμα 2



Οι όρχεις έχοντας πολυάριθμες νευρικές απολήξεις, είναι ευαίσθητοι στην επαφή και κατ'επέκτασιν ένα κτύπημα τους μπορεί να είναι εξαιρετικά επώδυνο. Ευτυχώς, παρά τη θέση τους έξω από το σώμα, η φύση έχει προνοήσει να τους προστατεύει και σπάνια τραυματίζονται, εκτός από ειδικές περιπτώσεις.

Όταν μεγαλώσει το αγόρι, οι όρχεις κάνουν δύο δουλειές : 1) παράγουν από την έναρξη της ήβης (ηλικία 12-14 ετών), προθαλάμου της εφηβείας, την ανδρική ορμόνη την τεστοστερόνη, η οποία εξασφαλίζει τη βιολογική και ψυχική εξέλιξη του παιδιού προς την ανδρική ωρίμανση και 2) παράγουν τα σπερματοζώαρια, τα οποία σηματοδοτούν την αναπαραγωγική ικανότητα του ανθρώπου, που εξελίσσεται από την περίοδο της ήβης και μετά.

Τα **σπερματοζώαρια** είναι μικροσκοπικά και δεν φαίνονται με γυμνό οφθαλμό. Το σχήμα τους είναι τέτοιο, για να αυξάνεται η κινητικότητά τους, προκειμένου να είναι ικανά να φτάσουν και να εισβάλλουν μέσα στο ωάριο, το οποίο τρυπούν και γονιμοποιούν. Σε κάθε εκσπερμάτιση από την εφηβική περίοδο και μετά του νεαρού άνδρα, εξέρχονται 40-100 εκατομμύρια σπερματοζώαρια, υποψήφια να γονιμοποιήσουν ένα ωάριο. Το πιο δυνατό και ικανό φαίνεται να κυριαρχεί των άλλων και να το επιτυγχάνει. Τα υπόλοιπα θα πεθάνουν μέσα στις προσεχείς 24 ώρες από την εκσπερμάτιση. Η παραγωγή σπερματοζωαρίων στον άνδρα συνεχίζεται μέχρι το τέλος της ζωής του και δεν συσχετίζεται με τη σεξουαλική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της ζωής του.

## **B) Έσω γεννητικά όργανα**

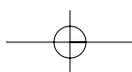
Τα έσω γεννητικά όργανα δεν είναι ορατά εξωτερικά, στον κορμό του σώματος και είναι:

**Επιδιδυμίδα - Σπερματικός πόρος - Σπερματική λήκυθος:** Στο πλάι του κάθε όρχι υπάρχει κολλημένη πάνω του η επιδιδυμίδα, η οποία είναι ένα όργανο που συνεργάζεται με τον όρχι, γιατί συλλέγει τα σπερματοζώαρια, προκειμένου αυτά να ταξιδέψουν μέχρι τον τελικό χώρο αποθήκευσής τους μέσα από τους σπερματικούς πόρους. Οι σπερματικοί πόροι είναι μικροσκοπικά σωληνάκια που ξεκινούν από την επιδιδυμίδα μεταφέροντας τα σπερματοζώαρια, για να καταλήξουν στις σπερματικές ληκύθους, όπου θα τα αποθηκεύσουν (σχ.3).

**Προστάτης:** Είναι ένα όργανο, που βρίσκεται στη βάση της ουροδόχου κύστης. Από το κέντρο του προστάτη περνάει η ουρήθρα.

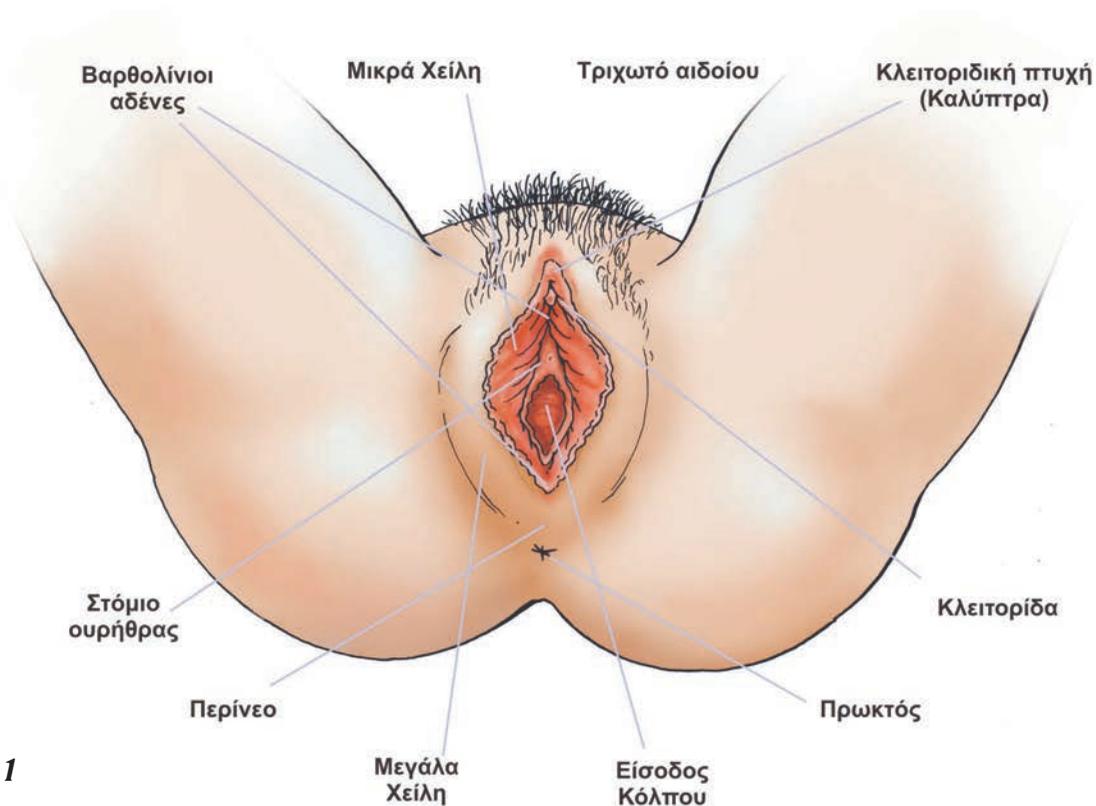
Ο ρόλος του προστάτη είναι να παραγάγει το σπερματικό υγρό, που φτάνει μέσα από μικροσκοπικά κανάλια στις σπερματικές ληκύθους. Εκεί τα σπερματοζώαρια ανακατεύονται με το προστατικό υγρό και γίνεται το σπέρμα. Από εκεί το σπέρμα φεύγει κατά την εκσπερμάτιση με ορμή προς την ουρήθρα και από εκεί στον εξωτερικό χώρο.

Ο προστάτης, λοιπόν, είναι ένα σημαντικό όργανο για την καλή ποιότητα του σπέρματος. Το υγρό που παράγει φιλοξενεί και θρέφει τα σπερματοζώαρια, συμβάλλοντας στην καλή τους διατήρηση μέχρι την επόμενη εκσπερμάτιση. (σχ.3)



## ΑΝΑΤΟΜΙΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΓΕΝΝΗΤΙΚΩΝ ΟΡΓΑΝΩΝ ΚΟΡΙΤΣΙΟΥ

Τα γεννητικά όργανα της γυναίκας διακρίνονται σε εξωτερικά, αυτά που φαίνονται και εσωτερικά, αυτά τα οποία δεν φαίνονται.



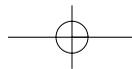
Σχήμα 1

### Α) Εξωτερικά γεννητικά όργανα (σχ.1)

Όλα μαζί τα εξωτερικά γεννητικά όργανα της γυναίκας είναι γνωστά με τον όρο αιδοίο. Το αιδοίο αποτελείται από τα μεγάλα χείλη, τα μικρά χείλη, την κλειτορίδα και τον παρθενικό υμένα. Θα μπορούσαμε να το παρομοιάσουμε με μια είσοδο ή προθάλαμο προς τα έσω γεννητικά όργανα της γυναίκας. Κύριοι ρόλοι του είναι: (α) να προφυλάσσει τα έσω γεννητικά όργανα από τον έξω κόσμο και (β) να διευκολύνει τη σεξουαλική επαφή, άρα και την αναπαραγωγική διαδικασία. Τον πρώτο ρόλο αναλαμβάνουν τα μεγάλα και μικρά χείλη του αιδοίου, που είναι μακρόστενες πτυχές του δέρματος, που προεξέχουν.

Η **ουρήθρα** είναι μικρός σωλήνας, που μεταφέρει τα ούρα από την ουροδόχο κύστη προς τα έξω.

Η **κλειτορίδα** είναι ένα όργανο που σε μικρογραφία μοιάζει με το ανδρικό πέος. Η κλειτορίδα έχει πλούσιες νευρικές απολήξεις, που είναι ιδιαίτερα ευαίσθητες σε ερεθίσματα. Όταν η γυναίκα ερεθιστεί σεξουαλικά, από ψυχικά ή σωματικά ερεθίσματα, τότε τα δύο σπραγγώδη σώματα της κλειτορίδας γεμίζουν με αίμα και την οδηγούν σε σύσπ. Αποτέλεσμα είναι να διογκώνεται και να αυξάνεται σε μήκος. Κατά τη σεξουαλική επαφή η διογκωμένη κλειτορίδα έρχεται σε επαφή με το πέος, όπου και ερεθίζεται ακόμη περισσότερο, εξασφαλίζοντας το ξεκίνημα του οργασμού στη γυναίκα (ο οργασμός είναι μια σύνθετη λειτουργία ψυχικής και σωματικής συνεργασίας, που φέρνει τη γυναίκα στην τελική κορύφωση της διέγερσής της).



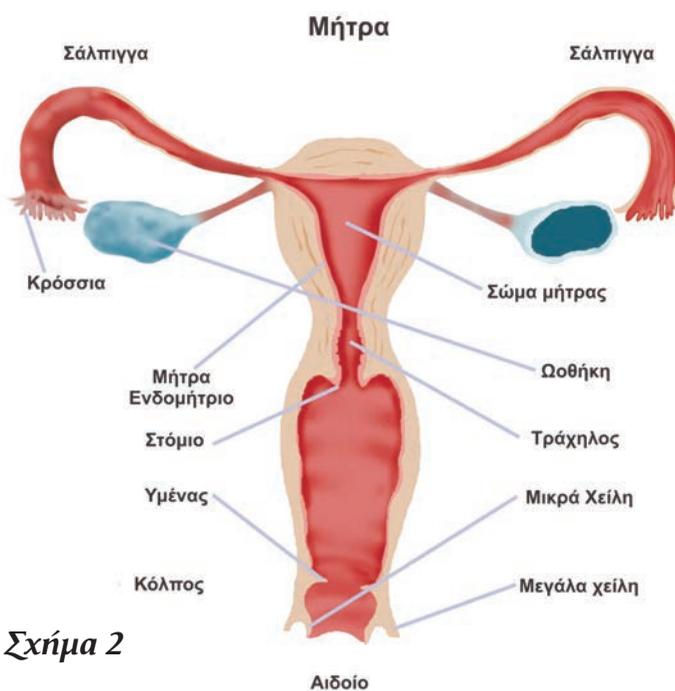
Ο **παρθενικός υμένας** είναι μια μεμβράνη με μια μικρή οπή στη μέση, που καλύπτει την είσοδο του κόλπου. Αποτελεί ακόμα ένα μέτρο προστασίας των έσω γεννητικών οργάνων από τον έξω κόσμο. Μετά την πρώτη σεξουαλική επαφή γίνεται ρήξη του υμένα, με αποτέλεσμα συνήθως μικρή αιμορραγία, η οποία σταματάει μόνη της.

## Β) Εσωτερικά γεννητικά όργανα

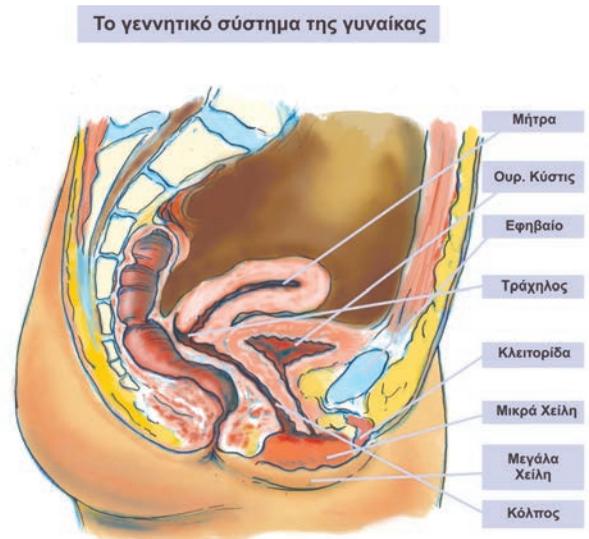
### Κόλπος - Μήτρα - Σάλπιγγες - Ωθήκες.

Ο **κόλπος** είναι ένας κυλινδρικός σωλήνας, μήκους 9 εκατοστών, που βρίσκεται ανάμεσα στο αιδοίο και τη μήτρα και έχει δύο στόμια. Το έξω στόμιο, όπως προαναφέραμε, βρίσκεται στο αιδοίο και σε παρθένα γυναίκα καλύπτεται από τον παρθενικό υμένα. Το έσω στόμιο επικοινωνεί με τη μήτρα. Ο κόλπος είναι ιδιαίτερα ελαστικός. Αρκεί να αναφέρουμε ότι κατά τη διάρκεια του τοκετού, το έμβρυο, με διάμετρο κεφαλής 9 εκατοστών, περνάει μέσα από τον κόλπο για να γεννηθεί. Κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής, το πέος εισέρχεται στον κόλπο, ο οποίος υγραίνεται και λιπαίνεται από τους αδένες του αιδοίου και της μήτρας. Κατά τη φάση της σεξουαλικής διέγερσης, το εσωτερικό άκρο του κόλπου βαθιάει, ούτως ώστε να είναι έτοιμο να δεχθεί το σπέρμα, που θα προκύψει από την εκσπερμάτιση του άνδρα. Από εκεί τα σπερματοζώαρια θα ανέβουν προς τη μήτρα και τις σάλπιγγες.

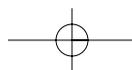
Η **μήτρα** είναι ένα κοίλο μυώδες όργανο, σε σχήμα αχλαδιού, με παχιά τοιχώματα, που βρίσκεται μέσα στην κοιλιά της γυναίκας. Αποτελείται από δύο μέρη, το σώμα, που είναι το πιο ογκώδες μέρος της και βρίσκεται προς τα πάνω και τον τράχηλο, που είναι το λεπτότερο μέρος της και βρίσκεται προς τα κάτω. Ο τράχηλος επικοινωνεί με τον κόλπο και είναι ορατός από αυτόν. Αποτελεί την ασπίδα της μήτρας. Κύριος ρόλος της μήτρας είναι η φιλοξενία, η διατροφή και η διασφάλιση της ακεραιότητας του εμβρύου μέχρι τη γέννησή του. Το εσωτερικό της μήτρας επενδύεται από βλεννογόνο, που ονομάζεται ενδομήτριο. Κάθε μήνα, από την αρχή της εφηβείας, το ενδομήτριο, με τη μορφή αίματος, εξέρχεται της μήτρας περνώντας από τον κόλπο και το αιδοίο. Αυτό ονομάζεται περίοδος. Σε περίπτωση εγκυμοσύνης, το ενδομήτριο διατηρείται, ώστε να βοηθήσει στην εμφύτευση και ανάπτυξη του εμβρύου. Στο πάνω μέρος της μήτρας συναντάμε δύο στόμια, ένα αριστερά και ένα δεξιά, με τα οποία η μήτρα επικοινωνεί με τις δύο σάλπιγγες.

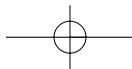


Σχήμα 2



Σχήμα 3





Οι **σάλπιγγες** είναι δύο κινητοί μυϊκοί σωλήνες, μήκους 10 εκατοστών, που εκτείνονται από τη μήτρα μέχρι τις ωοθήκες και έχουν δύο στόμια. Το ένα βρίσκεται μέσα στη μήτρα, το άλλο έχει σχήμα κωνίου και βρίσκεται ελεύθερο μέσα στην κοιλιά της γυναίκας, κοντά στην ωοθήκη. Οι σάλπιγγες είναι ο χώρος, όπου γίνεται η συνάντηση του ωαρίου (αβγού) με τα σπερματοζώαρια.

Οι **ωοθήκες** είναι δύο, βρίσκονται μέσα στην κοιλιά της γυναίκας και κρέμονται από το αριστερό και δεξιό πλάγιο της μήτρας. Έχουν σχήμα αμυγδάλου, με μήκος περίπου 3 εκατοστών και πλάτος 1,5 εκατοστών. Δύο είναι οι λειτουργίες τους: (α) απελευθερώνουν τα ωάρια τα οποία περιέχουν και (β) παράγουν τις γυναικείες ορμόνες (οιστρογόνα). Τα οιστρογόνα είναι ορμόνες, οι οποίες αναπτύσσουν τα γεννητικά όργανα της γυναίκας, αλλά και τα δευτερογενή χαρακτηριστικά του φύλου της, όπως είναι η ανάπτυξη των μαστών, η χαρακτηριστική γυναικεία κατανομή του σωματικού λίπους, η γυναικεία λεκάνη, η γυναικεία χροιά της φωνής, η παρουσία της εμμηνορρυσίας (περίοδος) της γυναίκας κάθε μήνα. (σχ. 2,3)

## ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

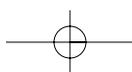
Αναπαραγωγή εξ' ορισμού καλείται η συγκεκριμένη διαδικασία μέσω της οποίας προκύπτει ένας νέος οργανισμός. Έτσι, διασφαλίζεται η διαιώνιση του είδους. Οι διαφορές ανάμεσα στον άνδρα και τη γυναίκα, όσον αφορά τα έσω και έξω γεννητικά όργανα, δηλαδή τα πρωτεύοντα χαρακτηριστικά του φύλου, αλλά και τα δευτερεύοντα χαρακτηριστικά, όπως η ύπαρξη μαστών στη γυναίκα, εξυπηρετούν ακριβώς την έννοια της αναπαραγωγής.

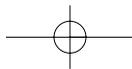
Αναλύοντας βιολογικά τη διαδικασία της αναπαραγωγής θα πρέπει να αναφέρουμε ότι κατά τη σεξουαλική επαφή, μετά την εκσπερμάτιση μέσα στον κόλπο της γυναίκας, τα ικανότερα σπερματοζώαρια, μέσω της μήτρας, θα φθάσουν στις σάλπιγγες σε λιγότερο από μισή ώρα. Εκεί μπορούν να επιβιώσουν για 24 - 36 ώρες.

Αυτό, συνήθως, γίνεται εναλλάξ, τον ένα μήνα απελευθερώνει ωάριο η μία ωοθήκη τον επόμενο μήνα η άλλη. Το ωάριο θα βρεθεί στην σάλπιγγα σε ελάχιστο χρόνο, όπου μπορεί να επιβιώσει περίπου για 12 - 24 ώρες. Αν λοιπόν η σεξουαλική επαφή και η εκσπερμάτιση στο κόλπο γίνουν τις γόνιμες ημέρες η πιθανότητα συνάντησης και γονιμοποίησης του ωαρίου από το ικανότερο σπερματοζώαριο είναι «μεγάλη». Η πιθανότητα αυτή για το ανθρώπινο είδος δεν ξεπερνά το 20%.

Το γονιμοποιημένο ωάριο αποτελεί το πρώτο κύτταρο ενός νέου οργανισμού που ονομάζεται έμβρυο. Το έμβρυο στη σάλπιγγα θα αρχίσει να διαιρείται σε δύο, τέσσερα, οκτώ, δέκα-έξι... κύτταρα. Όταν φτάσει σε ένα ορισμένο μέγεθος μετακινείται από την σάλπιγγα και πέφτει μέσα στη μήτρα, η οποία θα το κυοφορήσει για περίπου εννέα μήνες.

Τους τρεις πρώτους μήνες της κύσεως συντελείται η οργανογένεση του εμβρύου, δηλαδή δημιουργούνται όλα τα όργανά του. Στο δεύτερο τρίμηνο γίνονται αντιληπτές οι κινήσεις του εμβρύου. Στο τρίτο τρίμηνο, το έμβρυο αναπτύσσεται σε όγκο και βάρος με γρήγορους ρυθμούς.





## ΑΝΤΙΣΥΛΛΗΨΗ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΑ ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ (Σ.Μ.Ν.)

Ως «αντισύλληψη» καλούνται τα μέσα και οι τεχνικές που καταφέρνουν να αναστείλουν τη γονιμότητα, με τρόπο παροδικό και αναστρέψιμο. Με τον παραπάνω ορισμό αποκλείονται επομένως οι μέθοδοι στειρωποίησης στη γυναίκα και τον άνδρα.

Η αποτελεσματικότητα κάθε μεθόδου χαρακτηρίζεται από την ικανότητά της να προλάβει ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες.

Οι μέθοδοι αντισύλληψης είναι δυνατό να ταξινομηθούν σε τρεις μεγάλες κατηγορίες:

- Μέθοδοι οι οποίες βασίζονται στη φυσιολογία της γυναίκας.
- Μέθοδοι οι οποίες βασίζονται σε μηχανικά μέσα.
- Μέθοδοι οι οποίες βασίζονται σε φαρμακευτικά μέσα (ορμονικά σκευάσματα).

### Μέθοδοι οι οποίες βασίζονται στη φυσιολογία της γυναίκας.

#### A. Μέθοδος του ρυθμού (αποχή κατά τις γόνιμες μέρες)

Η αποφυγή σεξουαλικών επαφών γίνεται 5 ημέρες πριν από την πιθανή ωοθυλακιορρηξία (την απελευθέρωση δηλαδή του ωαρίου από την ωοθήκη) και τρεις ημέρες μετά.

#### B. Διακεκομμένη συνουσία

Η εκσπερμάτιση έξω από τον κόλπο αποτελεί παλαιά και αρκετά διαδεδομένη μέθοδο. Τα ζευγάρια που χρησιμοποιούν αυτή τη μέθοδο μπορούν να έχουν οποιαδήποτε μορφή σεξουαλικών σχέσεων μέχρι τη στιγμή της εκσπερμάτισης, οπότε το πέος πρέπει να βγει από τον κόλπο και η εκσπερμάτιση να γίνει μακρύτερα από τα γυναικεία γεννητικά όργανα.

### Μέθοδοι οι οποίες βασίζονται σε μηχανικά μέσα

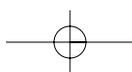
#### A. Ανδρικό προφυλακτικό

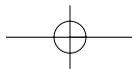
Αποτελεί ένα από τα πλέον αξιόπιστα μέσα και για αντισύλληψη, αλλά και για προστασία έναντι των σεξουαλικών μεταδιδόμενων νοσημάτων. Το προφυλακτικό είναι λεπτή θήκη από Latex ή πολυουρεθάνη που χρησιμοποιείται για την κάλυψη του πέους κατά τη συνουσία. Επειδή το ανδρικό προφυλακτικό θεωρείται πολύ σημαντικό για την απόλυτη προστασία από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, ο αγοραστής που πρέπει να είναι ο άνδρας και η γυναίκα, οφείλει να γνωρίζει βασικά χαρακτηριστικά της επιλογής του. Δηλαδή, το προφυλακτικό αγοράζεται από τα φαρμακεία ή τα super markets με την ένδειξη της ημερομηνίας λήξης του. Φυλάσσεται πάντα σε μέρος που δεν εκτίθεται σε υψηλή θερμοκρασία και κυρίως να μην αποθηκεύεται στο αυτοκίνητο, όπου ο κίνδυνος αλλοίωσής του είναι πολύ μεγάλος, με αποτέλεσμα κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής πράξης να σπάσει. Εάν υπάρχουν υποψίες μεταβολής του ντύματός του, πρέπει να μην χρησιμοποιείται ακόμη και αν δεν έχει παρέλθει η ημερομηνία λήξης, γιατί μπορεί να είναι ήδη φθαρμένο και να υποστεί διάτρηση κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής.

Μεγάλο το πλεονέκτημα, όπως αναφέρθηκε, είναι η προστασία έναντι των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων. Αυτά οφείλονται είτε σε ιούς, είτε σε μικρόβια. Απειλητικότεροι ιοί είναι το AIDS, η ηπατίτιδα, τα κονδυλώματα και οι διάφοροι ερπητοϊοί. Εξ' άλλου, μικροβιακοί νόσοι, όπως η σύφιλη και η βλεννόρροια, ταλαιπώρησαν για χρόνια, γενιές ανθρώπων. Εκτός από το ανδρικό προφυλακτικό κυκλοφορεί και το γυναικείο προφυλακτικό, που δεν έχει τύχει γενικότερης αποδοχής. Η αποτελεσματικότητα της μεθόδου για ζευγάρια που εφαρμόζουν με ακρίβεια τη μέθοδο είναι 3 κυψίσεις ανά 100 γυναίκες που τη χρησιμοποιούν για ένα χρόνο. Πρακτικά, όμως, η αποτυχία φθάνει το 10%, λόγω κατασκευαστικών μειονεκτημάτων ή λαθών στην εφαρμογή του προφυλακτικού.

#### B. Κολπικό διάφραγμα

Είναι μια κάψα συνήθως από καουτσούκ που τοποθετείται στο βάθος του κόλπου, έτσι ώστε να καλύψει το τράχηλο της μήτρας.





Η τοποθέτηση γίνεται πριν από τη σεξουαλική επαφή και πρέπει να παραμείνει στον κόλπο τουλάχιστον 8 ώρες μετά την τελευταία συνουσία. Σήμερα υπάρχουν διαφράγματα εμπλουτισμένα με σπερματοκτόνες κρέμες. Πλεονέκτημα της μεθόδου είναι η σχετικά εύκολη τοποθέτηση. Μειονεκτήματα είναι ότι αφενός η συνεχής χρήση μπορεί να προκαλέσει ουρολοιμώξεις και αφετέρου ότι η προετοιμασία καταστρέφει τον αυθορμητισμό της σεξουαλικής επικοινωνίας. Η αποτελεσματικότητά της, όμως, είναι αρκετά ικανοποιητική, γύρω στις 5 κυήσεις ανά 100 γυναίκες που τη χρησιμοποιούν για 1 χρόνο.

### **Γ. Ενδομήτρια σπειράματα**

Το ενδομήτριο σπείραμα είναι μια συσκευή από μαλακό πλαστικό ή συνδυασμό πλαστικού και μετάλλου, μήκους 2-4 cm και τοποθετείται στην κοιλότητα της μήτρας, όπου μπορεί να παραμείνει για 2-3 χρόνια. Η τοποθέτηση συνιστάται κατά τη διάρκεια της περιόδου ή αμέσως μετά, ώστε να αποφεύγεται το ενδεχόμενο ύπαρξης εγκυμοσύνης και ο τράχηλος να είναι μαλακότερος και εύκαμπτος. Μπορεί να τοποθετηθεί στη μήτρα αμέσως μετά τον τοκετό ή ύστερα από διακοπή εγκυμοσύνης, αν και δεν συνιστάται λόγω φόβου αποβολής του. Η τοποθέτηση γίνεται χωρίς αναισθησία και η εξαγωγή του διευκολύνεται από την ύπαρξη νήματος που βγαίνει από το τράχηλο και κρέμεται μέσα στο κόλπο. Ο κύριος τρόπος της αντισυλληπτικής δράσης του είναι ότι εμποδίζει την εμφύτευση του γονιμοποιημένου ωαρίου στον ενδομητρικό βλεννογόνο.

## **Μέθοδοι οι οποίες βασίζονται σε φαρμακευτικά ορμονικά σκευάσματα**

### **A. Από του στόματος αντισύλληψη**

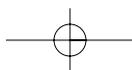
Η χρήση αυτής της μεθόδου απαιτεί τη συνεχή ιατρική παρακολούθηση. Η δράση των αντισυλληπτικών δισκίων βασίζεται στην αναστολή της ωοθηλακιορρηξίας, δηλαδή στη μη έξοδο του ωαρίου από την ωοθήκη. Τα αντισυλληπτικά είναι συνδυασμός οιστρογόνων και προγεστερόνης. Ανάλογα με την περιεκτικότητά τους στις ορμόνες αυτές, διακρίνονται σε μονοφασικά, με σταθερή αναλογία ορμονών, στα δισφασικά και τριφασικά, με διαφορετικά αναλογία ορμονών και στα minipills, που περιέχουν μόνο προγεστερόνη. Είναι μέθοδος εκλογής για νέες άτεκνες γυναίκες.

### **B. Επείγουσα Αντισύλληψη (χάπι έπειτα από επαφή)**

Δισκία που τελευταία περιέχουν μεγάλη δόση προγεσταγόνων και χορηγούνται ύστερα από επαφή σε γόνιμες μέρες. Η αποτελεσματικότητά αυξάνει όταν ληφθούν σύντομα μετά την επαφή. Δεν αποτελεί μέθοδο αντισύλληψης, αλλά αναγκαστική παρέμβαση λόγω λάθους. Είναι προφανές ότι χορηγείται υπό αυστηρή ιατρική οδηγία.

Το ποιες από τις μεθόδους επιλέγεται για κάθε περίπτωση, καθορίζεται από:

- Την ηλικία της γυναίκας
- Την αποτελεσματικότητα
- Την ευκολία χρήσης
- Το χρόνο κάλυψης στην αντισύλληψη
- Τη συνεργασία της γυναίκας με το γιατρό
- Το αν έχει ήδη τεκνοποιήσει



## ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

Τα παιδιά της ηλικίας 8-12 ετών αρχίζουν να δίνουν μεγάλη σημασία στις δραστηριότητες και τις διαπροσωπικές σχέσεις, που αναπτύσσουν εκτός της οικογένειας και ιδιαίτερα στην ομάδα των συνομηλίκων τους.

Βασικό αναπτυξιακό χαρακτηριστικό αυτής της ηλικίας στις παιδικές παρέες και ομάδες είναι η σημασία που δίνεται στο φύλο των συνομηλίκων, καθώς επιθυμούν να συναναστρέφονται και να κάνουν φίλους με κοινά χαρακτηριστικά γνωρίσματα. Οι συναναστροφές γίνονται όλο και περισσότερο ομόφυλες. Η διαφοροποίηση αυτή εξυπηρετεί την απόκτηση και ενίσχυση των μορφών συμπεριφοράς του κάθε φύλου. Συνεπώς, τα παιδιά μέσα από τις ομόφυλες ομάδες διαμορφώνουν την ταυτότητα του φύλου τους και σταθεροποιούν συμπεριφορές, που το χαρακτηρίζουν. Μέσα από αυτές, υιοθετούν διάφορους ρόλους, αναλαμβάνουν δράση και πρωτοβουλίες. Επίσης, σημαντική είναι η γνώμη των συνομηλίκων τους για τα ίδια, η οποία συμβάλει στη διαμόρφωση της εικόνας του εαυτού τους, ως αγόρι ή ως κορίτσι.

Τα παιδιά της ηλικίας 8-12 χρόνων, μέσα από τις παρέες και τους φίλους τους, μαθαίνουν πράγματα για τον εαυτό τους, τις συμπεριφορές τους, τις σκέψεις τους και τα συναισθήματά τους. Μέσω της παρατήρησης, της σύγκρισης, της ενίσχυσης και της αποφυγής μπορούν να καταλάβουν καλύτερα τον εαυτό τους, τις ομοιότητες και τις διαφορές τους με τους άλλους, αλλά και να κατανοούν τις αντιδράσεις των ανθρώπων γύρω τους. Μαθαίνουν τρόπους επικοινωνίας, μαθαίνουν να εμπιστεύονται, να μοιράζονται, να αποδέχονται τη διαφορετικότητα, να σέβονται τον εαυτό τους και τους άλλους.

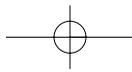
Ο εκπαιδευτικός, παροτρύνοντας τα παιδιά να δουλεύουν συνεργατικά και ενισχύοντας την εργασία σε ομάδες, συμβάλλει στη δημιουργία σχέσεων που στηρίζονται στη συνεργασία, την αμοιβαιότητα, την ομαδικότητα και τον αλληλοσεβασμό και διευκολύνει την κοινωνικοποίηση των μαθητών του. Επιπλέον, μέσα από ομαδικές δραστηριότητες, οι μαθητές μαθαίνουν να συμμορφώνονται σε κανόνες λειτουργίας μιας ομάδας και αναγνωρίζουν τα όρια του εαυτού τους και των άλλων.

Η ομάδα των συμμαθητών-συνομηλίκων αποτελεί σημαντικό παράγοντα κοινωνικοποίησης και οριοθετεί συμπεριφορές, μέσω της επιβράβευσης ή της αποθάρρυνσης. Η συμβολή της ομάδας αυτής είναι μεγάλη, καθώς προσφέρει στο κάθε παιδί αισθήματα ένταξης, αποδοχής, φιλίας και αναγνώρισης. Αισθάνεται ότι επικοινωνεί και μοιράζεται σκέψεις, συναισθήματα, κοινές αξίες και δραστηριότητες, συμμετέχει και δρα ως μέλος μιας ομάδας στην οποία ανήκει. Μέσα από αυτή, λαμβάνει κοινωνική στήριξη και ασφάλεια, ώστε να μπορεί να ανταποκρίνεται στις καινούριες προκλήσεις και να διαχειρίζεται αγχογόνους παράγοντες

## ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Οι διαφυλικές σχέσεις ακολουθούν μια εξελικτική διαδικασία, που συντελείται καθ' όλη τη διάρκεια της αναπτυξιακής πορείας ενός ατόμου. Οι διαφυλικές σχέσεις συμβάλλουν σημαντικά στη γνωστική, κοινωνική και ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη ενός παιδιού και επηρεάζουν τον τρόπο που οργανώνεται και προετοιμάζεται για την ενηλικίωση και ωρίμανσή του, για τις κοινωνικές, φιλικές και συντροφικές του σχέσεις στο μέλλον.

Στην ηλικία αυτή έκδηλος είναι ο ανταγωνισμός μεταξύ των δύο φύλων. Ο ανταγωνισμός αυτός εξυπηρετεί την ισχυροποίηση των χαρακτηριστικών του φύλου τους και της ταυτότητάς τους. Με τον τρόπο αυτό, τα παιδιά διευκολύνονται να κατανοήσουν τη διαφορετικότητα και τη μοναδικότητά τους και τις διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα.



Τα παιδιά στην ηλικία αυτή έχουν κατακτήσει την έννοια του φύλου και μπορούν να περιγράψουν τις διαφορές των χαρακτηριστικών και των ρόλων των δύο φύλων. Αυτή η περιγραφή, συνήθως, βασίζεται στα κοινωνικά στερεότυπα, δηλαδή τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα, τις ικανότητες και τις συμπεριφορές που θεωρούνται αποδεκτές για το κάθε φύλο και που προβάλλονται από το κοινωνικό περιβάλλον του παιδιού. Τα στερεότυπα των δύο φύλων επηρεάζουν την αντιμετώπιση των αγοριών και των κοριτσιών από την οικογένεια, το σχολείο, την ευρύτερη κοινωνία. Αυτό συντελεί στην ανάπτυξη της κοινωνικής ταυτότητας του ρόλου του φύλου. Πολλές φορές, όμως, είναι πιθανό να δημιουργούν δυσκολίες στη συναισθηματική, γνωστική και κοινωνική έκφραση του ατόμου και στην επικοινωνία, στις διαφυλικές του σχέσεις. Ο εκπαιδευτικός είναι σημαντικό να μην προβάλλει στα παιδιά συγκεκριμένες προσδοκίες και κοινωνικά στερεότυπα ανάλογα με το φύλο τους.

Παρόλο που οι συναναστροφές είναι ομόφυλες, το ενδιαφέρον για το άλλο φύλο υπάρχει. Πολλές φορές τα παιδιά αυτής της ηλικίας δηλώνουν ερωτευμένα, αισθάνονται ενθουσιασμό, προσμονή, χαρά και ικανοποίηση με την παρουσία και τη συναναστροφή με το πρόσωπο προς το οποίο απευθύνουν τα συναισθήματα αυτά, τα οποία συνήθως, αν και βιώνονται έντονα, είναι επιφανειακά και παροδικά. Ένα παιδί δεν εννοεί ποτέ τη σεξουαλική συμπεριφορά του ενηλίκου, γιατί ουσιαστικά την αγνοεί και δεν μπορεί να την οργανώσει, ούτε να τη διεκδικήσει στην παιδική ηλικία. Συχνά, τα παιδιά μέσα στο σχολείο θαυμάζουν και ερωτεύονται το δάσκαλό τους, το φίλο τους, τους συμμαθητές τους, παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας. Αυτά τα συναισθήματα δεν σχετίζονται με τη σεξουαλική έλξη, που αναπτύσσεται με τα χρόνια και κυρίως μετά την ήβη, στην περίοδο της εφηβείας, από τα 14 έως τα 19 χρόνια. Το να ερωτεύονται τα παιδιά και πολλές φορές να ενθουσιάζονται ή να απογοητεύονται και να μελαγχολούν είναι ένα θετικό μήνυμα για τη συναισθηματική εξέλιξή τους.

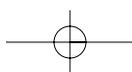
Είναι σημαντικό να μην ασκείται αρνητική κριτική από τον εκπαιδευτικό, όταν τα παιδιά εκφράζουν αυθόρμητα το ενδιαφέρον τους για το άλλο φύλο. Αντίθετα, είναι καλό να ενισχύεται η συναισθηματική έκφρασή τους, γεγονός που θα διευκολύνει αργότερα τις ενήλικες διαπροσωπικές και διαφυλικές τους σχέσεις.

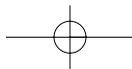
## ΠΡΟΤΥΠΑ

Το παιδί μαθαίνει ένα μεγάλο μέρος της κοινωνικής του συμπεριφοράς μιμούμενο σημαντικά πρόσωπα, που αποτελούν πρότυπο για το ίδιο. Αυτή η μορφή μάθησης, η οποία βασίζεται περισσότερο σε γνωστικές διαδικασίες, ονομάζεται μάθηση μέσω παρατήρησης, η οποία παγιώνεται μέσω της ενίσχυσης, δηλαδή μέσα από τον έπαινο και την ενθάρρυνση. Για παράδειγμα, κάθε φορά που το παιδί εκδηλώνει μια συμπεριφορά και επιβραβεύεται γι' αυτή, τείνει να την επαναλαμβάνει και να την υιοθετεί.

Στην ηλικία αυτή, τα παιδιά ταυτίζονται με τους ενήλικες του ίδιου φύλου. Οι ταυτίσεις μπορεί να αφορούν στους γονείς, στον δάσκαλο ή σε άλλα σημαντικά πρόσωπα του περιβάλλοντός τους. Η περίοδος από τα 8 έως τα 12 χρόνια είναι σημαντική για την ενίσχυση της ταυτότητας του φύλου και την ψυχοσεξουαλική ανάπτυξη του παιδιού μέσω της μίμησης, της ταύτισης και της αλληλεπίδρασής του ιδιαίτερα με τον ομόφυλο γονέα του. Παράλληλα, το παιδί ενισχύεται και από το ετερόφυλο γονεϊκό πρότυπο. Επιπλέον, η σχέση των γονέων του παιδιού μπορεί να επηρεάσει τις διαφυλικές σχέσεις του στην ενήλικη ζωή του.

Επίσης, σημαντική επίδραση ασκεί η συμπεριφορά του εκπαιδευτικού. Αυτό σημαίνει ότι ο εκπαιδευτικός επηρεάζει τη συμπεριφορά των μαθητών του ατομικά, αλλά και ολόκληρη την τάξη ως σύνολο. Επιπρόσθετα, αποτελεί σημείο αναφοράς για τους μαθητές του και πηγή ασφάλειας και ενθάρρυνσης, μετά το οικογενειακό περιβάλλον. Η στάση αποδοχής προς όλα ανεξαι-





ρέτως τα παιδιά της τάξης διευκολύνει τις διαπροσωπικές σχέσεις των μαθητών του.

Αρκετά συχνά τα παιδιά έχουν ως πρότυπο κάποιο συνομήλικό τους, αφού η ομάδα των συνομηλίκων αποτελεί ομάδα αναφοράς, μέσα από την οποία αντλούν πρότυπα και αντιγράφουν συμπεριφορές. Τα δημοφιλή παιδιά είναι αυτά που συνήθως αποτελούν πρότυπα για τα άλλα παιδιά.

Εκτός από τα πρόσωπα του οικογενειακού περιβάλλοντος και της σχολικής κοινότητας, τα παιδιά αντλούν πρότυπα που προβάλλονται από τα ΜΜΕ και τις διαφημίσεις. Το παιδί μπορεί να ενθουσιάζεται, να θαυμάζει και να εξιδανικεύει αθλητές, τραγουδιστές, ηθοποιούς και γενικότερα πρόσωπα της τέχνης και της επικαιρότητας. Τα πρότυπα αυτά μπορούν να συντελέσουν στην ομαλή ψυχοκοινωνική του ανάπτυξη και να λειτουργήσουν ως θετικοί ενισχυτές, που καλλιεργούν τη δημιουργικότητα. Πολύ εύκολα, όμως, τα παιδιά μπορούν να παρασυρθούν από τα αρνητικά πρότυπα που παρουσιάζονται ως ελκυστικά και εντυπωσιακά, γι' αυτό και έχει σημασία η συμβολή του εκπαιδευτικού και των γονέων, μέσα από την προβολή υγιών και θετικών προτύπων.

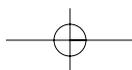
## **ΨΥΧΟΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ**

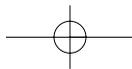
Τα παιδιά σε αυτό το αναπτυξιακό στάδιο διαμορφώνουν μια συνολική εικόνα για τον εαυτό τους, η οποία περιλαμβάνει χαρακτηριστικά που αφορούν στην εμφάνισή τους, στη συμπεριφορά τους, στις συναισθηματικές τους αντιδράσεις, στην κοινωνικότητά τους και στη σχέση τους με τους άλλους, διαμορφώνουν, δηλαδή, την αυτοαντίληψή τους.

Φτάνοντας στη μέση παιδική ηλικία, αρχίζουν να ορίζουν τον εαυτό τους σε σύγκριση με τα άλλα παιδιά. Αυτή η διαδικασία αποκαλείται κοινωνική σύγκριση και μέσα από αυτή τα παιδιά διαμορφώνουν κρίσεις για τον εαυτό τους, για παράδειγμα αναρωτιούνται αν είναι καλοί φίλοι ή αν τους συμπαθούν τα άλλα παιδιά. Αυτό σημαίνει ότι λαμβάνουν υπόψη τις γνώμες των άλλων και παράλληλα συγκρίνονται μαζί τους, διαμορφώνοντας την εικόνα του εαυτού τους. Το βιωματικό παιχνίδι, μέσα από το οποίο αναλαμβάνουν ρόλους, τους δίνει την ευκαιρία, εκτός από τη συναισθηματική έκφραση και εκτόνωση, να κάνουν ανοιχτές συγκρίσεις. Η διαδικασία της κοινωνικής σύγκρισης συμβάλλει σημαντικά στη διαμόρφωση της αυτό-εκτίμησής τους.

Το γεγονός ότι αρχίζουν να ενδιαφέρονται και να καταλαβαίνουν τα συναισθήματα των άλλων, συμβάλλει στην αντίληψή του πως η δική τους συμπεριφορά επηρεάζει τις συναναστροφές τους με άλλα άτομα (γονείς, φίλους, συμμαθητές). Με αυτό τον τρόπο, λαμβάνουν μηνύματα από τις αντιδράσεις των άλλων και μαθαίνουν ποιες συμπεριφορές είναι αποδεκτές και ποιες όχι. Επίσης, κατανοούν ότι κάθε άνθρωπος έχει διαφορετικές συναισθηματικές αντιδράσεις, αισθάνεται και αντιλαμβάνεται με το δικό του μοναδικό τρόπο τις καταστάσεις που συμβαίνουν στη ζωή του.

Είναι σημαντικό να μην ξεχνάμε ότι υπάρχουν σημαντικές ατομικές διαφορές μεταξύ των παιδιών, που υποδεικνύουν τη διαφορετική αντιμετώπιση που χρειάζονται. Η ιδιοσυγκρασία του παιδιού, η οικογένεια και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον αλληλεπιδρούν και επηρεάζουν την ψυχοσυναισθηματική κατάσταση του παιδιού, με διαφορετικό τρόπο για το καθένα. Συνεπώς, το κάθε παιδί βιώνει με ξεχωριστό τρόπο και με διαφορετική ένταση αυτές τις αλλαγές. Η διαχείριση των συναισθημάτων διευκολύνεται, όταν τα παιδιά εκφράζουν λεκτικά αυτό που νιώθουν, επικοινωνούν τα συναισθήματά τους, συζητούν και γίνονται καλοί ακροατές των άλλων.





## ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Καθώς το παιδί μεγαλώνει και ωριμάζει γνωστικά και σωματικά, αυξάνονται οι ανάγκες του για πληροφορίες και απαντήσεις και βρίσκεται σε μια διαρκή αναζήτηση στοιχείων για την κατανόηση των ρόλων, των συμπεριφορών και των κοινωνικών και βιολογικών διαφορών των δύο φύλων. Η σχέση του με τους γονείς είναι σημαντικό να του επιτρέψει να εκφράζει ελεύθερα τις απορίες του σε αυτούς. Είναι χρήσιμο ο ομόφυλος γονέας να καλλιεργεί μια ιδιαίτερη σχέση και επικοινωνία με το παιδί του, και ταυτόχρονα ο ετερόφυλος γονέας να ενισχύει την ομόφυλη ταύτιση.

Στις μονογονεϊκές οικογένειες και σε οικογένειες όπου υπάρχει διαζύγιο των γονέων, το παιδί στερείται προτύπων και των δύο φύλων στο καθημερινό του περιβάλλον, καθώς και της δυνατότητας να αναπτύξει στενή σχέση και με τα δύο φύλα. Σε περιπτώσεις διαζυγίου είναι χρήσιμο οι γονείς να κατανοούν τις ψυχολογικές ανάγκες του παιδιού και να ενισχύουν το θετικό συναισθηματικό δεσμό με τον άλλο γονέα. Αξίζει να σημειωθεί ότι πρέπει να αποφεύγονται κατηγορίες του ενός γονέα προς τον άλλο ενώπιον του παιδιού, γιατί λαμβάνει αρνητικά μηνύματα που αφορούν στα γονεϊκά πρότυπα και στις διαφυλικές του σχέσεις.

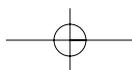
Στις μονογονεϊκές οικογένειες, είναι ιδιαίτερα δύσκολο για τον ένα γονέα να αναλαμβάνει και το ρόλο του γονέα που είναι απών (θάνατος, πλήρης απουσία-απομάκρυνση). Όταν αυτό συμβαίνει, καλό είναι να ενθαρρύνεται η σχέση του παιδιού με κάποιο διαθέσιμο, ομόφυλο με το παιδί, μέλος του ευρύτερου οικογενειακού περιβάλλοντος π.χ. θείος/α. Επίσης, πρότυπα ταύτισης μπορούν να αποτελούν και ο/η νέος/α σύντροφος του γονέα, σε περιπτώσεις ανασυσταμένης οικογένειας και όταν έχει αναπτυχθεί μια θετική συναισθηματική σχέση μεταξύ τους.

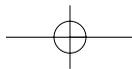
Όταν το παιδί μεγαλώνει σε υπερπροστατευτικό περιβάλλον, όπου δεν υπάρχει χώρος να αναλάβει πρωτοβουλίες, ευθύνες, υποχρεώσεις, δεν μπορεί να αναπτυχθεί, να αυτονομηθεί και να ωριμάσει ψυχοσυναισθηματικά. Είναι σημαντικό να δίνεται στο παιδί η ευκαιρία να βιώνει εμπειρίες, όπου τον έλεγχο θα τον έχει το ίδιο και έτσι θα αισθάνεται υπεύθυνο για τον εαυτό του και τις πράξεις του. Οι γονείς καλό είναι να είναι διακριτικά παρόντες και πρόθυμοι να το καθοδηγήσουν, αφήνοντάς του τον απαραίτητο χώρο ελευθερίας. Έτσι, θα αναπτυχθεί σταδιακά το αίσθημα της εμπιστοσύνης μεταξύ τους, αλλά και το παιδί θα αισθάνεται αυτοπεποίθηση. Αυτή η σχέση εμπιστοσύνης θα αποδειχτεί πολύτιμη στην περίοδο της εφηβείας που ακολουθεί.

## ΜΕΣΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ (ΜΜΕ)

Ο χρόνος που τα παιδιά αφιερώνουν μπροστά στην τηλεόραση έχει αυξηθεί τα τελευταία χρόνια. Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, τα παιδιά παρακολουθούν τηλεόραση, κατά μέσο όρο 2-3 ώρες καθημερινά και 5-6 ώρες τα Σαββατοκύριακα. Αυτό ενέχει δύο σημαντικούς κινδύνους: πρώτον ότι τα παιδιά σπαταλούν χρόνο στην καθημερινότητά τους, ο οποίος αποβαίνει σε βάρος άλλων εποικοδομητικών δραστηριοτήτων και δεύτερον ότι μπορεί να εκτεθούν σε προγράμματα ακατάλληλα για την ηλικία τους.

Η περιέργεια γύρω από θέματα σεξουαλικότητας, σε συνδυασμό με την έλλειψη κατάλληλης ενημέρωσης, μπορεί να ωθήσουν το παιδί να αναζητήσει πληροφορίες σε προγράμματα ή έντυπα με σεξουαλικές εικόνες. Είναι σημαντικό τα παιδιά να μην εκτίθενται σε σκηνές με σεξουαλικό περιεχόμενο, είτε μόνα τους, είτε παρουσία των γονέων τους. Σε περίπτωση που οι γονείς ανακαλύψουν κάποιο τολμηρό περιοδικό στο παιδικό δωμάτιο, είναι βοηθητικό να μη δείξουν ενοχλημένοι με το παιδί, να μη θυμώσουν μαζί του ή να μην αντιδράσουν με επιθετικό τρόπο. Ωστόσο οι γονείς οριοθετούν το παιδί τους, απαγορεύοντας την αγορά τέτοιων περιοδικών, αφού του εξηγήσουν με απλά λόγια ότι αυτά τα έντυπα απευθύνονται σε ενήλικες.





Ανάλογη συμπεριφορά πρέπει να έχει ο γονέας όταν πρόκειται για τηλεοπτικά προγράμματα με έντονες σεξουαλικές σκηνές. Ο γονέας, δηλαδή, απαγορεύει στο παιδί να παρακολουθεί τέτοιου είδους προγράμματα εξηγώντας του τους λόγους. Η έκθεση του παιδιού σε σεξουαλικές σκηνές μπορεί να προκαλέσει συναισθήματα φόβου, ντροπής, αμηχανίας και να μεταδώσει λανθασμένες στάσεις και αντιλήψεις, καθώς το παιδί δεν μπορεί να φιλτράρει τις πληροφορίες που λαμβάνει και δεν είναι έτοιμο να χειριστεί συνειδητά τη σεξουαλικότητά του. Αυτό σημαίνει ότι από τη μια μεριά την αισθάνεται, αλλά από την άλλη δεν μπορεί να την οριοθετήσει και να τη διαχειριστεί με υπευθυνότητα, όπως ένας ενήλικας. Η τηλεόραση δεν πρέπει να βρίσκεται στο δωμάτιο του παιδιού και πρέπει να είναι κλειδωμένη κατά τις βραδινές ώρες, σε περίπτωση που οι γονείς απουσιάζουν. Είναι χρήσιμο οι γονείς να παρακολουθούν τηλεόραση μαζί με τα παιδιά τους, ώστε να μπορούν να απαντήσουν σε ερωτήσεις και απορίες και να κάνουν επεξηγηματικά σχόλια, όταν το κρίνουν απαραίτητο. Αυτό μπορεί να γίνει αφορμή για διάλογο και επικοινωνία.

Τα παιδιά καλό είναι να βλέπουν τηλεόραση για περιορισμένο χρονικό διάστημα κάθε ημέρα. Μπορεί να γίνει μια συμφωνία, ένα είδος «συμβολαίου» σε σχέση με τις ώρες και τα προγράμματα που βλέπει το παιδί στην τηλεόραση. Ακόμα, το παιδί είναι βοηθητικό να κατανοήσει ότι η τηλεόραση προσφέρεται για ψυχαγωγία ή ενημέρωση και επομένως οι επιλογές προγραμμάτων γίνονται με συγκεκριμένα κριτήρια.

Η τηλεόραση δεν έχει μόνο αρνητικές επιπτώσεις, αλλά μπορεί να συμβάλει θετικά στη μάθηση, εάν χρησιμοποιηθεί σωστά. Εκπαιδευτικά, αλλά και επιλεγμένα παιδικά προγράμματα μπορεί να προσφέρουν νέους ορίζοντες και θετικές εμπειρίες στα παιδιά και ειδικότερα σε αυτά των οποίων το περιβάλλον δεν παρέχει πολλά ερεθίσματα.

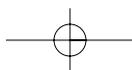
## ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Το διαδίκτυο αποτελεί ένα χρήσιμο και απαραίτητο εργαλείο παροχής πληροφοριών και γνώσεων, που οδηγεί στη διεύρυνση των πνευματικών οριζόντων του παιδιού. Είναι, όμως, αναγκαία η διασφάλιση της προστασίας του, που μέσα από την παιδική του περιέργεια, τη δίψα του για μάθηση και την ανάγκη της διερεύνησης του κόσμου, είναι πιθανό να συναντήσει εικόνες από διάφορες περιοχές του διαδικτύου, που δεν είναι κατάλληλες για την ηλικία του ή μπορεί να το οδηγήσουν σε σελίδες πορνογραφικού περιεχομένου.

Τα τελευταία χρόνια το διαδίκτυο αποτελεί τόπο δράσης κυκλωμάτων παιδοφιλίας, με ιστοσελίδες παιδικής πορνογραφίας. Οι παιδόφιλοι με υπόγειους, συνήθως, τρόπους αναζητούν μέσω του διαδικτύου και έρχονται σε επαφή με παιδιά που μπορεί να πέσουν θύματα σεξουαλικής εκμετάλλευσης. Γι' αυτό είναι σκόπιμο οι γονείς και ο εκπαιδευτικός να ενημερώνουν τα παιδιά για την υπεύθυνη χρήση του διαδικτύου: να μη δίνουν όνομα, τηλέφωνο, διεύθυνση ή άλλα προσωπικά στοιχεία, να μην απαντούν σε μηνύματα και να μην κανονίζουν συναντήσεις μέσω του διαδικτύου. Επίσης, πρέπει να τονιστεί στα παιδιά πως οι πληροφορίες που λαμβάνουν από το διαδίκτυο δεν είναι πάντοτε αληθείς.

Για τους παραπάνω λόγους, είναι απαραίτητο οι γονείς και ο εκπαιδευτικός να έχουν τον έλεγχο της χρήσης του διαδικτύου και να είναι πάντα παρόντες στην ηλεκτρονική πλοήγηση των παιδιών. Επίσης, να φροντίζουν να χρησιμοποιούν τις υπηρεσίες ασφάλειας, προκειμένου να αποτρέψουν την πρόσβαση σε ακατάλληλες ιστοσελίδες.

Επιπλέον, οι γονείς, περνώντας χρόνο με το παιδί στο διαδίκτυο είναι καλό να το παροτρύνουν να τους δείξει τις αγαπημένες του ιστοσελίδες. Με αυτόν τον τρόπο έχουν τη δυνατότητα του διακριτικού ελέγχου στην πλοήγηση του παιδιού στο διαδίκτυο και επίσης το βοηθούν να μάθει καινούρια πράγματα, να εμπλουτίσει τις γνώσεις του και να διεκπεραιώσει σχολικές εργασίες. Τέλος, είναι καλό ο ηλεκτρονικός υπολογιστής να μη βρίσκεται στο δωμάτιο του παιδιού.



## ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ

Η σεξουαλική κακοποίηση μπορεί να περιλαμβάνει σωματική επαφή, επίδειξη γεννητικών οργάνων στο παιδί ή/και εξαναγκασμό του παιδιού σε εμπλοκή με πορνογραφικό υλικό. Η σεξουαλική κακοποίηση αφορά και στα δύο φύλα και ασκείται συνήθως από ενήλικες ή μεγαλύτερα παιδιά (άνω των 16 ετών). Μπορεί να συμβεί και μέσα στην ευρύτερη οικογένεια. Οι θύτες πολύ συχνά δημιουργούν στα θύματά τους εκφοβισμό, ώστε να αποφύγουν την αποκάλυψη των πράξεών τους ή σε άλλες περιπτώσεις προσπαθούν να τα δελεάσουν με παροχές για να κερδίσουν τη σιωπή τους.

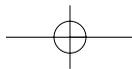
Η σεξουαλική κακοποίηση είναι μια αρνητική και επώδυνη σεξουαλική εμπειρία για ένα παιδί, που μπορεί να τραυματίσει την ψυχή του. Μπορεί να επηρεάσει την προσωπικότητά του, αλλά και τη μελλοντική του εξέλιξη τόσο σε ψυχολογικό και συναισθηματικό επίπεδο, όσο και σε κοινωνικό. Για τον λόγο αυτό είναι σημαντική η άμεση παροχή ψυχολογικής υποστήριξης και παρέμβασης. Ένα παιδί που έχει παρενοχληθεί ή κακοποιηθεί, με την κατάλληλη ψυχοθεραπευτική φροντίδα από επαγγελματίες ψυχικής υγείας και με τη σωστή στήριξη από το οικογενειακό και κοινωνικό του περιβάλλον, είναι δυνατό να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες του, επανακτώντας την ψυχική και συναισθηματική του ισορροπία και υγεία.

Ένα παιδί, που πέφτει θύμα και εξαναγκάζεται σε σεξουαλικές δραστηριότητες, βιώνει καταρχήν φόβο, πανικό, αλλά και ντροπή. Νιώθει ένοχο, πολλές φορές, για όσα έχει υποστεί. Πιο συγκεκριμένα, η εικόνα ενός παιδιού που έχει κακοποιηθεί σεξουαλικά μπορεί να χαρακτηρίζεται από τις ακόλουθες ενδεικτικές συμπεριφορές και αντιδράσεις:

- Θετικές ή αρνητικές, απότομες, ακραίες αλλαγές στη συμπεριφορά του παιδιού.
- Συστολή του παιδιού και κοινωνική απομόνωση (τα συνεσταλμένα, ντροπαλά παιδιά γίνονται πιο εύκολα θύματα σεξουαλικής κακοποίησης).
- Ζωγραφιές με σεξουαλικό περιεχόμενο.
- Ξαφνική επιθετικότητα προς τους άλλους, απόσυρση ή φυγή.
- Η υπερβολική αναφορά σε κάποιον ενήλικα ή μεγαλύτερο παιδί.
- Η συστηματική αποφυγή ενός συγκεκριμένου ατόμου.
- Η δυσκολία, η διστακτική συμπεριφορά του παιδιού να εκφραστεί για κάτι και η απότομη διακοπή της συζήτησης, ιδιαίτερα παρουσία συγκεκριμένου ατόμου.
- Η συστηματική άρνηση του παιδιού να συμμετάσχει σε ομαδικές δραστηριότητες με άλλα παιδιά.
- Ξαφνικές αλλαγές στη συμπεριφορά, όπως ενούρνηση, εγκόπριση ή υπερβολικό κλάμα.
- Διαταραχές του ύπνου και φόβος να πάει στο κρεβάτι.
- Αδικαιολόγητος φόβος ιατρικής εξέτασης.
- Σχολική άρνηση και προβλήματα συμπεριφοράς στο σχολείο.

Σημείωση: Είναι σημαντικό να διευκρινιστεί ότι η ύπαρξη μίας ή περισσότερων συμπεριφορών που προαναφέρθηκαν δεν σημαίνει απαραίτητα ότι το παιδί έχει υποστεί σεξουαλική κακοποίηση. Μερικές συμπεριφορές μπορεί να οφείλονται και σε άλλους παράγοντες, ωστόσο είναι σημαντικό οι γονείς να βοηθήσουν το παιδί τους όποια κι αν είναι η εξήγηση αυτών των συμπεριφορών.

Το παιδί είναι πιθανό να διστάσει να μιλήσει για αυτό που του συνέβη. Είναι σημαντικό να βρεθεί σε ένα περιβάλλον εμπιστοσύνης και ασφάλειας, ώστε να ενθαρρυνθεί να μιλήσει, καθώς του είναι αρκετά δύσκολο να ανοίξει μια τέτοια συζήτηση. Σε αυτές τις περιπτώσεις είναι ιδιαίτερα χρήσιμο να διατυπωθούν ερωτήσεις που απαιτούν συγκεκριμένες και μονολεκτικές απαντήσεις, για να μπορέσει να διευκολυνθεί. Είναι, επίσης, ουσιαστική η προσεκτική ακρόαση και η διάθεση επαρκούς χρόνου στο παιδί, λαμβάνοντας σοβαρά υπόψη τα λεγόμενά του, ακόμα κι αν αυτά μπορεί να θεωρηθούν υπερβολικά.



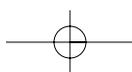
Πιο συγκεκριμένα οι γονείς σε μια τέτοια δύσκολη κατάσταση μπορούν να κάνουν τα ακόλουθα:

- Να παραμείνουν ψύχραιμοι, χωρίς να προκαλούν φόβο και πανικό στο παιδί τους.
- Είναι σημαντικό να το ενισχύσουν και να το επιβραβεύσουν για το γεγονός ότι μίλησε για αυτό που του συνέβη.
- Το παιδί συνήθως ενοχοποιείται και κατηγορεί τον εαυτό του για την κακοποίηση που έχει υποστεί. Για το λόγο αυτό, οι γονείς θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα υποστηρικτικοί και διαθέσιμοι να του παρέχουν προστασία, ώστε να κατανοήσει ότι σε καμία περίπτωση δεν ευθύνεται για ό,τι συνέβη.
- Μια τέτοια κατάσταση είναι απαραίτητο να αντιμετωπιστεί α) με άμεση καταγγελία και β) με τη βοήθεια και παρέμβαση ειδικών ψυχικής υγείας.

Είναι πολύ σημαντικό το παιδί να γνωρίζει και να συνειδητοποιήσει, ότι το σώμα του τού ανήκει και δεν πρέπει να αφήνει κανένα να το αγγίζει εάν δεν το θέλει. Επιπλέον, μπορεί και επιβάλλεται να λέει «όχι» σε συμπεριφορές που δεν θεωρεί αποδεκτές, καθώς και να αρνείται προτάσεις και πράξεις που του προκαλούν δυσφορία.

Οι γονείς είναι απαραίτητο να ενημερώσουν το παιδί με ποιον τρόπο μπορεί να διαχειριστεί καταστάσεις, όπου διατρέχει κίνδυνο σεξουαλικής κακοποίησης: να απομακρυνθεί γρήγορα από αυτή και να μιλήσει άμεσα στους γονείς του ή σε κάποιον ενήλικα, που εμπιστεύεται. Ακόμη, να του εξηγήσουν ότι σεβασμός δεν σημαίνει να υπακούει σε πρόσωπα ισχύος και σε όλα όσα του ζητούν.

Όλα αυτά είναι αναγκαίο να μεταδοθούν στο παιδί με τρόπο ανάλογο της ηλικίας του και του γνωστικού και ψυχοσυναισθηματικού του επιπέδου, χωρίς όμως να του προκαλέσουμε φόβο και άγχος ότι κάθε άνθρωπος που το πλησιάζει έχει σκοπό να του κάνει κακό.





## ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ, ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΚΑΙ ΗΒΗ ΣΤΟ ΑΓΟΡΙ

Από την ηλικία των 10 ετών και μετά, αρχίζει η περίοδος της ήβης όπου παρουσιάζονται οι πρώτες σωματικές αλλαγές στα αγόρια. Έτσι, αρχίζουν τα κύτταρα των όρχεων να παραγάγουν την τεστοστερόνη, μία ορμόνη η οποία θα δημιουργήσει έντονες σωματικές αλλαγές.

Σε μια πρώτη φάση, αρχίζει να εμφανίζεται τριχοφυΐα στο εφηβαίο και αργότερα στις μασχάλες. Τα γεννητικά όργανα (πέος και όρχεις) αρχίζουν να αναπτύσσονται με γοργούς ρυθμούς. Η περίοδος της ήβης κρατάει περίπου δύο χρόνια και μετά από αυτήν αρχίζει η περίοδος της εφηβείας. Η εφηβεία διαρκεί τουλάχιστον μέχρι την ηλικία των δεκαοκτώ ετών στα αγόρια.

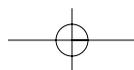
Κατά την εφηβεία η τριχοφυΐα του αγοριού αναπτύσσεται περαιτέρω και εξαπλώνεται και σε άλλα σημεία του σώματος του όπως στο πρόσωπο, στα άκρα και το στήθος. Το αγόρι ψηλώνει με γρήγορους ρυθμούς, η φωνή του γίνεται αντρική και τα γεννητικά του όργανα αναπτύσσονται περαιτέρω σε μέγεθος. Κατά την περίοδο αυτή εμφανίζεται και η εκσπερμάτιση. Ως επί το πλείστον, οι πρώτες εκσπερματίσεις γίνονται αυτομάτως κατά την διάρκεια της νύκτας και ονομάζονται ρεύσεις. Οι πρώτες ηθελημένες εκσπερματίσεις κατά την διάρκεια της ημέρας είναι συνήθως αποτέλεσμα αυνανισμού.

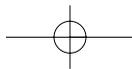
## ΣΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ, ΕΞΕΛΙΚΤΙΚΗ ΠΟΡΕΙΑ ΚΑΙ ΗΒΗ ΣΤΟ ΚΟΡΙΤΣΙ

Μετά το δέκατο περίπου χρόνο της ζωής της, η φυσιολογική κοπέλα, παρουσιάζει μια βαθμιαία αλλά θεαματική σωματική και ψυχική μεταμόρφωση κατά την οποία, ενώ παύει να είναι παιδί, δεν μπορεί να θεωρηθεί και γυναίκα. Η περίοδος αυτή μεταξύ παιδικής και εφηβικής ηλικίας ονομάζεται ήβη. Η ήβη διαρκεί δύο με τέσσερα χρόνια. Κατά τη διάρκεια της οι σωματικές διαφοροποιήσεις είναι κατά σειρά οι εξής:

- α)** Επιταχύνεται η σωματική ανάπτυξη. Η ανάπτυξη αυτή δεν είναι πάντα συμμετρική με αποτέλεσμα τη δημιουργία παροδικών ασυμμετριών στο σώμα των κοριτσιών της ηλικίας αυτής. Έτσι, συχνά προηγείται η ανάπτυξη των οστών χεριών και ποδιών, με αποτέλεσμα προσωρινή μακροσκελία, η οποία διορθώνεται αργότερα με την ανάπτυξη της σπονδυλικής στήλης.
- β)** Αναπτύσσονται οι μαστοί. Η αρχή γίνεται περίπου στα δέκα έτη με μικρή υπέργερση της θηλής από το σώμα.
- γ)** Εμφανίζεται τρίχωμα στο εφηβαίο, δηλαδή στην περιοχή πάνω από το αιδού. Στην αρχή οι τρίχες είναι αραιές και ίσιες, ενώ αργότερα πυκνώνουν και γίνονται βοστρυχοειδείς.
- δ)** Εμφανίζεται τρίχωμα στην μασχάλη. Η ανάπτυξη του μοιάζει με αυτή του εφηβαίου.
- ε)** Τέλος, εμφανίζεται η περίοδος. Περίοδος λέγεται η μικρή ποσότητα αίματος που εξέρχεται από τα γεννητικά όργανα της γυναίκας κάθε μήνα και διαρκεί τέσσερις με έξι μέρες. Η περίοδος προέρχεται από το ενδομήτριο, το εσωτερικό κάλυμμα δηλαδή της μήτρας. Το ενδομήτριο, κάθε μήνα, από την εφηβεία και μετά εξέρχεται υπό τη μορφή περιόδου, εκτός αν η γυναίκα μείνει έγκυος οπότε το ενδομήτριο διατηρείται ώστε να βοηθήσει στην εμφύτευση και ανάπτυξη του εμβρύου.

Ποιο γεγονός, όμως, είναι εκείνο που πυροδοτεί το ξεκίνημα της ήβης και στη συνέχεια όλες αυτές τις σημαντικές αλλαγές στο σώμα του κοριτσιού;





Το κυριότερο γεγονός είναι η αφύπνιση των ωοθηκών που συμβαίνει περίπου στην ηλικία των δέκα ετών. Μέχρι την ηλικία αυτή οι ωοθήκες του παιδιού βρίσκονται σε χειμερία νάρκη, δηλαδή δεν λειτουργούν και δεν εκκρίνουν ορμόνες. Βγαίνοντας από τη νάρκη τους οι ωοθήκες παράγουν κυρίως οιστρογόνα, την κυριότερη γυναικεία ορμόνη. Χάρη στα οιστρογόνα επιταχύνεται η ανάπτυξη του σώματος, αναπτύσσονται τα δευτερογενή χαρακτηριστικά του γυναικείου φύλου, όπως οι μαστοί, το τρίχωμα του εφηβαίου, της μασχάλης και τέλος εμφανίζεται περίοδος.

Το νεαρό κορίτσι, για να αποκτήσει την αναπαραγωγική του ικανότητα θα πρέπει η ωοθήκη του μια φορά το μήνα να απελευθερώνει ένα ωάριο, δηλαδή να κάνει ωορρηξία. Η ωορρηξία δεν συμβαίνει από την πρώτη εμφάνιση της περιόδου, αλλά αργότερα. Η μέση ηλικία εμφάνισης περιόδου για τις Ελληνίδες είναι τα δωδεκάμισι περίπου χρόνια, αλλά συχνά η έναρξη περιόδου γίνεται αργότερα ακόμα και στα δεκατέσσερα ή και δεκαπέντε χρόνια.

## ΨΥΧΟΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

Η εφηβική ηλικία αποτελεί μια περίοδο καθοριστικής σημασίας, κατά την οποία λαμβάνουν χώρα σημαντικές σωματικές και ψυχοσυναισθηματικές αλλαγές, οι οποίες αποτελούν ορόσημα για τη διαμόρφωση της ταυτότητας του ατόμου, καθώς θα καθορίσουν την προσωπικότητά του και τη μετέπειτα υγιή ψυχοσεξουαλική του εξέλιξη. Ο έφηβος σταδιακά αποχωρίζεται το ασφαλές και προστατευμένο περιβάλλον που του παρέχει η οικογένεια για να γίνει πιο ανεξάρτητος και να δοκιμάσει τον εαυτό του σε νέες εμπειρίες και ρόλους.

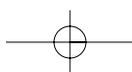
Ο έφηβος ωθείται σταδιακά στη διαμόρφωση μιας νέας ταυτότητας, η οποία συνδέεται με τις συνεχείς σωματικές και ψυχοσυναισθηματικές αλλαγές αυτής της περιόδου. Η αναγνώριση και στη συνέχεια η αποδοχή της νέας εικόνας εαυτού είναι σημαντική, καθώς αποτελεί προϋπόθεση για να αποκτήσει ο έφηβος θετική εικόνα για τον εαυτό του. Επίσης, καθοριστικό ρόλο στην αυτοεκτίμησή του παίζει και ο τρόπος με τον οποίο αντιλαμβάνεται το πώς τον βλέπουν οι άλλοι γύρω του.

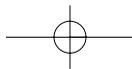
Ανάμεσα στις πιο συνηθισμένες συναισθηματικές αλλαγές και ψυχολογικές αντιδράσεις αυτής της περιόδου είναι η αμφιθυμία, η αυξημένη ευσυγκινησία, η ένταση και η συναισθηματική αστάθεια, οι οποίες υπαγορεύονται από τις βιολογικές και ορμονικές αλλαγές, καθώς και από την επιθυμία του εφήβου να ανεξαρτητοποιηθεί και να αυτονομηθεί. Επιπρόσθετα, στη διάρκεια αυτής της περιόδου μπορεί να παρατηρηθεί αντιδραστική συμπεριφορά απέναντι στους ενήλικες.

Στην αρχή της εφηβείας μπορεί να υπάρχει αντιπαράθεση στις σχέσεις των δύο φύλων, που συνήθως εκδηλώνεται με αρνητικά σχόλια και επικρίσεις απέναντι στο αντίθετο φύλο. Σύντομα, όμως, αναπτύσσεται η ετερόφυλη έλξη, το φλερτ και ερωτικά συναισθήματα.

Οι ορμονικές αφύπνισεις ενεργοποιούν την περιέργειά του για το σώμα του, αλλά και για το σώμα του άλλου φύλου και αρχίζει να έχει πιο έντονη ανάγκη να διερευνήσει τη σεξουαλικότητά του. Ο αυνανισμός, στην ηλικία αυτή, αποτελεί μια ολοκληρωμένη συνειδητή πράξη, μέσα από την οποία ο έφηβος αναζητά τη σεξουαλική ευχαρίστηση. Αποτελεί μια φυσιολογική συμπεριφορά, η οποία είναι σημαντικό να γίνεται ιδιωτικά και όχι παρουσία άλλων ανθρώπων.

Το ενεργό ενδιαφέρον για το άλλο φύλο, έχει διαπιστωθεί, ότι εκδηλώνεται ένα έως δύο χρόνια νωρίτερα στα κορίτσια παρά στα αγόρια. Ωστόσο, οποτεδήποτε κι αν εκδηλώνεται το διαφορετικό ενδιαφέρον, τα δύο φύλα βιώνουν άγχος και αμηχανία σχετικά με τις νέες εμπειρίες και το ρόλο τους σε αυτές. Μέρος του άγχους μπορεί να οφείλεται στις αυξημένες προσδοκίες των





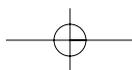
άλλων, όπως και στις περιορισμένες γνώσεις που έχουν για θέματα σεξουαλικής λειτουργίας και συμπεριφοράς.

Στο σημείο αυτό αξίζει να σημειωθεί ότι ένας έφηβος μπορεί να αισθανθεί ερωτική έλξη για άτομα του ίδιου φύλου, χωρίς απαραίτητα να σημαίνει ότι είναι ομοφυλόφιλος. Επίσης, η πιθανότητα ένας έφηβος να μη νιώθει στην ηλικία αυτή έλξη ή να μην είναι σίγουρος για τις ερωτικές του προτιμήσεις είναι υπαρκτή.

Το ενδιαφέρον και η ενασχόληση με θέματα σεξουαλικής φύσεως είναι χαρακτηριστικά αυτής της περιόδου και συνδέονται με την αύξηση και ωρίμανση των γεννητικών οργάνων και την εμφάνιση των δευτερευόντων χαρακτηριστικών της ήβης. Με το κλείσιμο της εφηβικής ηλικίας, ο ερωτισμός και η σεξουαλικότητα θα αποτελέσουν βασικές ανάγκες της ψυχικής και σωματικής ωρίμανσης του ατόμου προς την ενηλικίωσή του.

## Γονείς και έφηβοι

- Ο έφηβος χρειάζεται το δικό του χώρο, χωρίς τη συνεχή παρεμβολή των γονέων. Είναι σημαντικό οι γονείς να σέβονται αυτή την προσωπική του ανάγκη και να του αφήνουν «χώρο» για τις προσωπικές του αναζητήσεις.
- Έχει ανάγκη να περνάει χρόνο με τον εαυτό του και αυτό αποτελεί μια φυσιολογική αντίδραση στα πλαίσια της εφηβικής αναζήτησης, στο βαθμό που δεν εμφανίζεται κοινωνική απομόνωση ή απόσυρση.
- Ο έφηβος συχνά αντιδρά, όταν προσπαθούν να τον οριοθετήσουν. Είναι σημαντικό η οριοθέτηση να γίνεται με διακριτικό και όχι αυταρχικό τρόπο, κάνοντας διάλογο μαζί του και παρουσιάζοντάς του επιχειρήματα. Επιπλέον, είναι βασικό οι γονείς να ακούν και τη δική του θέση και να δείχνουν κατανόηση. Μια τέτοια στάση από την πλευρά των γονέων κάνει τον έφηβο πιο συνεργάσιμο και μειώνει τις εντάσεις στις μεταξύ τους σχέσεις.
- Η αμφισβήτηση είναι ένα κατεξοχήν χαρακτηριστικό της εφηβείας. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο ο έφηβος συχνά αμφισβητεί και τους γονείς του. Οι γονείς είναι καλό να διαχειρίζονται αυτή την κατάσταση με κατανόηση, χωρίς να ενισχύουν ακραίες συμπεριφορές.
- Οι γονείς είναι καλό να έχουν μεγαλύτερη ανοχή στις συγκρούσεις τους με το παιδί τους. Η αυταρχική και δύσκαμπτη στάση και οι απαγορεύσεις πολύ συχνά φέρνουν τα αντίθετα από τα επιθυμητά αποτελέσματα. Αντίθετα και η έλλειψη ύπαρξης ορίων μπορεί να οδηγήσει σε συμπεριφορές προκλητικού τύπου (μπορεί να σημαίνει πιθανή διεκδίκηση προσοχής).
- Οι γονείς είναι σημαντικό καθ' όλη τη διάρκεια της εφηβείας να βρίσκονται διακριτικά κοντά στο παιδί τους και να του παρέχουν υποστήριξη, καθώς είναι μια από τις πιο δύσκολες φάσεις στη ζωή του ανθρώπου.
- Οι γονείς, εφόσον αισθάνονται άνετα να προσεγγίσουν το συγκεκριμένο θέμα, μπορούν να μιλήσουν στον έφηβο για ζητήματα που αφορούν στην πρόληψη της σεξουαλικής του υγείας. Ειδικότερα να μιλήσουν για τις μεθόδους αντισύλληψης, όπως το προφυλακτικό, το αντισυλληπτικό χάπι. Μια τέτοια στάση από την πλευρά των γονέων προλαμβάνει τον κίνδυνο ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης και τον κίνδυνο μετάδοσης σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων. Σε αντίθετη περίπτωση, οι γονείς μπορούν να απευθυνθούν σε ειδικό, ή σε άτομο εμπειροσύννης.



## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

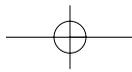
Ένα παιδί σχολικής ηλικίας μπορεί να εμφανίσει αντιδραστικού τύπου συμπεριφορές μέσα στον παιδοκεντρικό χαρακτήρα της ψυχοσύνθεσής του, αντίστοιχα με ενδεχόμενα προβλήματα που μπορεί να βιώνει στο οικογενειακό του περιβάλλον. Σε αρκετές περιπτώσεις το παιδί κουβαλάει στο σχολείο παθητική ή επιθετική συμπεριφορά, ενώ δεν μπορεί να διαχειριστεί ώριμα καταστάσεις και γεγονότα που πιθανά να επιδρούν στην εύθραυστη και ευάλωτη συναισθηματική του πορεία. Η ομάδα που ζει και βιώνει το παιδί μέσα στη σχολική κοινότητα μπορεί να ενισχύσει συμπεριφορές αντίδρασης, πρόκλησης και ανατροπής ή να απομονώσει το παιδί που θα προκαλέσει τέτοιες συμπεριφορές.

Είναι σημαντικό ο εκπαιδευτικός να είναι σε θέση να αντιμετωπίσει συμπεριφορές που θα φέρουν σε δύσκολη θέση τόσο τον ίδιο, όσο όμως και την τάξη ή ακόμη και ολόκληρη τη σχολική κοινότητα. Είναι επίσης απαραίτητο να γνωρίζει ποιες είναι οι πιθανές αντιδράσεις ενός παιδιού, που με τη στάση του θα επιδιώξει να φέρει ένταση και αντίδραση στην ομάδα της τάξης, αλλά και στον εκπαιδευτικό του.

Γι' αυτό και θα περιγραφούν αντιδράσεις και συμπεριφορές που ο εκπαιδευτικός ενδεχόμενα θα κληθεί να διαχειριστεί και να ελέγξει, αποσβένοντας, όσο γίνεται πιο αθόρυβα και ανώδυνα, τέτοιου είδους καταστάσεις.

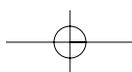
Χαρακτηριστικές συμπεριφορές του μαθητή ή ομάδας μαθητών με σκοπό την πρόκληση, τη λεκτική χυδαιοποίηση, τη σωματική βιαιότητα και τον χλευασμό σε βάρος άλλων παιδιών, τόσο του ίδιου όσο και του άλλου φύλου, περιγράφονται παρακάτω:

- α) Το παιδί προκαλεί λεκτικού παρορμητικού τύπου χυδαιότητα, αναζητώντας τον εντυπωσιασμό και τον θαυμασμό από τους συνομηλίκους του, πιστεύοντας ότι αυτός ξεχωρίζει και είναι πιο δυνατός από τους άλλους.
- β) Η στάση του σώματός του και οι κινήσεις των χεριών του είναι άσεμνες και χυδαίες συμπεριφορές, τόσο προς τον εαυτό του, όσο όμως και προς τα άλλα παιδιά του ίδιου ή του άλλου φύλου.
- γ) Το παιδί φέρνει μαζί του άσεμνο και απαγορευμένο για την ηλικία του έντυπο υλικό, το επιδεικνύει προκλητικά και επιθετικά στους άλλους, προβάλλοντας τον εαυτό του στους άλλους ως «προχωρημένο».
- δ) Μια ομάδα παιδιών της τάξης προκαλούν με τη συμπεριφορά τους και πολλά λεκτικά υπονοούμενα αλλά και υποκοριστικά, ένα παιδί ή κάποια παιδιά που δεν συμμετέχουν στις επιθετικές δραστηριότητες της ομάδας, έχοντας παθητικό ρόλο και στάση που παρεξηγείται ως μη αγορίστικη και πολλές φορές θηλυπρεπής.
- ε) Ένα αγόρι και ένα κορίτσι εκφράζουν τον ενθουσιασμό τους μεταξύ τους με το να φιληθούν στο στόμα.
- στ) Ένα παιδί ή μια ομάδα παιδιών με επιθετικότητα παρορμητικού τύπου, αφαιρεί μέρος των ρούχων κάποιου άλλου παιδιού του ίδιου ή του αντίθετου φύλου.



Σε όλες τις αναφερόμενες ενδεικτικές περιπτώσεις που μπορεί ο εκπαιδευτικός να βρεθεί αντιμέτωπος στη σχολική κοινότητα, πρέπει να γνωρίζει ότι η πρώτη του ενέργεια είναι να μην προσβάλλει το παιδί παρουσία των άλλων συμμαθητών του, γιατί έτσι ουσιαστικά του δίνει κύρος και το κάνει να πετυχαίνει αυτό που εκείνο ζητάει με τη συγκεκριμένη πράξη του. Χωρίς να χάσει χρόνο, πρέπει να απομονώσει το παιδί στο γραφείο των δασκάλων και να το ρωτήσει γιατί φέρεται έτσι και αν πιστεύει ότι αυτή η συμπεριφορά του είναι σωστή και το εκφράζει. Παράλληλα, οφείλει να επικοινωνήσει με το γονεϊκό περιβάλλον του παιδιού και να τους γνωστοποιήσει τη συμπεριφορά, ζητώντας τους να έρθουν σε άμεση επαφή μαζί του (με τον εκπαιδευτικό).

Αντίστοιχα με την πράξη και τη βαρύτητα που έχει αυτή σε βάρος κάποιου παιδιού ή της σχολικής ομάδας, οι συνέπειες και η τιμωρία θα είναι ανάλογης εκτίμησης από τους κανόνες που εφαρμόζει το σχολείο. Η έννοια της οριοθέτησης μιας συμπεριφοράς που εκλύει σεξουαλική χυδαιότητα και ανεπίτρεπτου τύπου προκλητικότητα του ηθικού κώδικα, ξεκινάει κατά βάση από την οικογένεια και τους τρόπους που οι ίδιοι οι γονείς φέρονται μεταξύ τους. Προς τούτο, σε αυτές τις περιπτώσεις, που ένα παιδί ή μια ομάδα παιδιών παραφέρονται, ξεπερνώντας τα όρια της κοινωνικής ηθικής και του πολιτισμικού κώδικα της οικογένειας και του σχολείου, η άμεση συνεργασία εκπαιδευτικού και γονέα είναι απόλυτα επιβεβλημένη. Ο εκπαιδευτικός οφείλει με ξεκάθαρες κουβέντες, να ενημερώσει τους γονείς για τη συμπεριφορά του παιδιού που εκθέτει το ίδιο τον εαυτό του και την ομάδα του, ζητώντας την άμεση συμμόρφωση και διόρθωση αυτής της συμπεριφοράς, ενώ σε πολλές περιπτώσεις και η εμπλοκή του παιδοψυχολόγου κρίνεται αναγκαία.



## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ Κ.Δ.Α.Υ.

1. **ΚΔΑΥ ΑΘΗΝΑΣ** Θηβών 250 (3° Ενιαίο Λύκειο Αιγάλεω) 12241 ΑΘΗΝΑ
2. **ΚΔΑΥ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ** Τριφυλλίας & Αργοστολίου (Θυρίδα) 15344 ΓΛΥΚΑ ΝΕΡΑ
3. **ΚΔΑΥ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ** Αλκιβιάδου & Αρκαδίου (Ειδ. Δημ. Σχολ. Ελευσίνας) 19200 ΕΛΕΥΣΙΝΑ
4. **ΚΔΑΥ ΠΕΙΡΑΙΑ** Τζαβέλλα 88 (ΝΕΛΕ Πειραιά) 18533 ΠΕΙΡΑΙΑΣ
5. **ΚΔΑΥ ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ** Κύτταρου 80 (Ειδ. Δημ. Σχολ. Μεσολογγίου) 30200 ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ
6. **ΚΔΑΥ ΑΡΚΑΔΙΑΣ** Πλατεία Αγ. Δημητρίου 4 (Δ/νση Π. Ε. Αρκαδίας) 22100 ΤΡΙΠΟΛΗ
7. **ΚΔΑΥ ΑΧΑΙΑΣ** Ιππολύτης 8 (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο) 26334 ΠΑΤΡΑ
8. **ΚΔΑΥ ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΟΥ** Αντ. Δαμασκηνού 102 85100 ΡΟΔΟΣ
9. **ΚΔΑΥ ΕΒΡΟΥ ΝΕΛΕ** Αλεξανδρούπολης 68100 ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ
10. **ΚΔΑΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ** Μονοφατίου 3 (1° Γραφείο Δ. Ε. Ηρακλείου) 71201 ΗΡΑΚΛΕΙΟ
11. **ΚΔΑΥ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ** Αλεξ. Συμεωνίδου 36 54638 ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
12. **ΚΔΑΥ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ** Γ. Παπανδρέου 4-6 (2° Γυμνάσιο Ιωαννίνων) 45444 ΙΩΑΝΝΙΝΑ
13. **ΚΔΑΥ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ** Κέντρο Αποθεραπείας, Αποκατάστασης & Υποστήριξης Περιοχή Αεροδρομίου-ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ 52200 ΚΑΣΤΟΡΙΑ
14. **ΚΔΑΥ ΚΕΡΚΥΡΑΣ** Δημ. Καββάδα 22 49100 ΚΕΡΚΥΡΑ
15. **ΚΔΑΥ ΚΟΖΑΝΗΣ** Νηπιαγωγείο Πρωτοχωρίου 50100 ΚΟΖΑΝΗ
16. **ΚΔΑΥ ΚΥΚΛΑΔΩΝ** Λιβάδια Μάνα (Δ/νση Δ.Ε. Κυκλάδων) 84100 ΣΥΡΟΣ
17. **ΚΔΑΥ ΛΑΡΙΣΑΣ** Αντώνη Φασούλα 18 (18° Δημ. Σχολείο Λάρισας) 41335 ΛΑΡΙΣΑ
18. **ΚΔΑΥ ΛΕΣΒΟΥ** Γ. Μούρα 10 (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Μυτιλήνης) 81100 ΜΥΤΙΛΗΝΗ
19. **ΚΔΑΥ ΞΑΝΘΗΣ** 11° Δημοτικό Σχολείο Ξάνθης-ΝΕΑΠΟΛΗ 67100 ΞΑΝΘΗ
20. **ΚΔΑΥ ΠΕΛΛΑΣ** Κων/πόλεως 72 (Ειδικό Δημοτικό Σχολείο Έδεσσας) 58200 ΕΔΕΣΣΑ
21. **ΚΔΑΥ ΡΟΔΟΠΗΣ** Δημοκρατίας 1 (Δ/νση Π. Ε. Ροδόπης) 69100 ΚΟΜΟΤΗΝΗ
22. **ΚΔΑΥ ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ** Παπασιοπούλου 2 (2° Ειδικό Δημοτικό Σχολείο) 35100 ΛΑΜΙΑ

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Adaski, Rock, & Rosenwaks, (1996). *Reproductive endocrinology, surgery, technology*. Linnincott.

Αραβαντινός, Δ. (1982). *Φυσιολογία της γυναίκας*. Αθήνα: Εκδόσεις Παρισιάνος.

Ασκητής, Θ. (2006). *Γονείς και Παιδί, Απαντήσεις σε Κρίσιμα Ερωτήματα*. Αθήνα: Εκδοτικός Οργανισμός Λιβάνη.

Ασκητής, Θ. (2000). *Η σεξουαλική αφύπνιση της Εφηβείας*. Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη.

Ασκητής, Θ. (1997). *Σεξ: ο Μύθος, τα Προβλήματα και η Προσέγγισή του σήμερα*. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Βαϊδάκης, Ν. (2005). *Η σεξουαλική συμπεριφορά του ανθρώπου*. Αθήνα: Εκδόσεις ΒΗΤΑ.

Beck, R. (1990). *Motivation, theories and principles*, 3rd edition. New Jersey: Prentice Hall.

Bee, H. (1999). *The growing child, an applied approach*, 2nd edition. New York: Longman.

Bshford, A., Strange, K. (2004). *Public Pedagogy: Sex Education and Mass Communication in the Mid-Twentieth Century*, *Journal of History of Sexuality*, vol. 13, No 1, 71-99.

Brown, J. (2002). *Mass Media Influences on Sexuality*. *Journal of Sex Research*, 39, 42-45.

Brown, J., & Steel, J. (1996). *Sexuality and the Mass Media: An Overview*. *SIECUS Report*, 24( 4), 3-9.

Γεώργα, Δ. (1995). *Κοινωνική Ψυχολογία*, 1ος τόμος, δ' έκδοση, Αθήνα.

Γεώργα, Δ. (1995). *Κοινωνική Ψυχολογία*, 2ος τόμος, δ' έκδοση, Αθήνα.

Γιωτάκος, Ο., Πρεκατέ, Β. (2005). *Οδηγός Εκπαιδευτικών και Γονέων για την Ανίχνευση της Παιδικής Κακοποίησης*. Αθήνα: Βήτα Ιατρικές Εκδόσεις.

Cichetti, D., & Carlson, V. (eds) (1998). *Child maltreatment: Theory and Research on the Causes and Consequences of child Abuse and Neglect*. New York: Cambridge University Press.

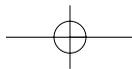
Cole, M., & Cole, S.R. (2002). *Η ανάπτυξη των παιδιών*, β' τόμος. Αθήνα: Τυπωθήτω.

Coustan, D. Hunning, R., & Singer, D. (eds) (1995). *Human Reproduction: Growth and Development*. Boston Little, Brown and Co.

Δεδούλη, Μ. (2002). *Βιοματική μάθηση - Δυνατότητες αξιοποίησής της στο πλαίσιο της Ευέλικτης Ζώνης*. Από την ιστοσελίδα <http://www.pi-schools.gr/download/publications/epitheorisi/teyxos6/deloudi.PDF>

Francescato D.&, Putto A., (1995). *Stare Meglio Insieme, Oltre l'individualismo: imparare a crescere e a collaborare con gli altri*, *Psichologia oscar saggi mondadori*, I edizione Saggi Settembre.

- Gootman, M. (1993). Reaching and Teaching Abused Children. *Childhood Education*, 70, 15-19.
- Gordon, D., & Schroeder, C. (1995). *Sexuality: A Developmental Approach to Problems*. New York : Plenum Press.
- Hyde, J., & Delamater, J. (2003). *Understanding Human Sexuality*, 8TH edition. Boston: McGrawl Hill.
- Kahle W., Leonard H., & Platzer W. (1985). *Εγχειρίδιο Ανατομικής του ανθρώπου με έγχρωμο Άτλαντα*. Αθήνα: Εκδόσεις Λίτσας.
- Kelly, G. (2001). *Sexuality Today, The Human Perspective*, 7th edition. Boston: McGraw Hill.
- Kurtz, D., Gaudin, J., Wodarski, J., & Howing, P. (1993). Maltreatment and the School-Aged Child, *School Performance Consequences*. *Child Abuse and Neglect*, 17 , 581-589.
- Kyman, W. (1995). The First Step: Sexuality Education for Parents, *Journal for Sex Education and Therapy*, 21, No 3, 153-157.
- Letts, W., & Sears, J. (1999). *Sexualities and Schooling*. MD: Rowman and Littlefield.
- Lewellyn, D. (1992). *Σεξουαλικά Μεταδιδόμενες Ασθένειες*. Αθήνα: Εκδόσεις Λύχνος.
- Λώζης Δ.(1995). *Γυναικολογία και Μαιευτική*. Αθήνα: Εκδόσεις Παρισιάνος.
- Μπρακόνιε, Α. & Μαρτσέλι, Ν. (2002). *Τα χίλια πρόσωπα της εφηβείας*. Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη.
- Παπαγεωργίου, Β. Α.(2001). *Παιδιά και Έφηβοι, Προβλήματα Ψυχικής Υγείας*. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1992) *Εξελικτική Ψυχολογία, 1ος τόμος*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1992) *Εξελικτική Ψυχολογία, 2ος τόμος*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1992) *Εξελικτική Ψυχολογία, 3ος τόμος*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παρασκευόπουλος, Ι. (1992) *Εξελικτική Ψυχολογία, 4ος τόμος*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παρασκευόπουλος, Ι., Μπεζεβέγκης, Η., Γιαννίτσας, Ν., & Καραθανάση, Α. (1995). *Διαφυλικές Σχέσεις, 1ος τόμος, 2η έκδοση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Παρασκευόπουλος, Ι., Μπεζεβέγκης, Η., Γιαννίτσας, Ν., & Καραθανάση, Α. (1995). *Διαφυλικές Σχέσεις, 2ος τόμος, 2η έκδοση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Pervin, L. A., & John, O. P. (2001). *Θεωρίες προσωπικότητας, Έρευνα και Εφαρμογές*. Αθήνα: Εκδόσεις Γιώργος Δαρδανός.
- Pomeroy, W. (1970). *Boys and Sex*. London: Penguin Editions.



Πρεκάτε, Β. & Γιωτάκος, Ο. (2005). Οδηγός Εκπαιδευτικών και Γονέων για την Ανίχνευση της Παιδικής Κακοποίησης. Αθήνα: Εκδόσεις Βήτα.

Rathus, S., Nevid, J., & Fichner- Rathus, L., (2002). Human Sexuality, In a World of Diversity, 5th edition. Boston: Allyn and Bacon.

Salkind, N. J. (1985). Θεωρίες της ανθρώπινης ανάπτυξης. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη.

Σέγκος Χ.(1990). Γυναικολογική και ενδοκρινολογία. Αθήνα: Εκδόσεις Λίτσα.

Shaffer, R. D. (2000). Social and personality development, 4th ed. Australia: Wadsworth Thomson Learning

Siegler, R. S. (2002). Πώς σκέφτονται τα παιδιά. Αθήνα: Gutenberg.

Steele, J. (1999). Teenage Sexuality and Media Practise: Factoring in the Influences of Family, Friends and Family. Journal of Sex Research, 36 (4), 331-341.

Swartz, P. (2003). Bridging Multicultural Education: Bringing Sexual Orientation into the Children's and Young Adult Literature Classrooms. Radical Teachers, 66, 11-16.

