

«ΣΤΗΡΙΖΟΜΑΙ ΣΤΑ ΠΟΔΙΑ ΜΟΥ»

Το «ΣΤΗΡΙΖΟΜΑΙ ΣΤΑ ΠΟΔΙΑ ΜΟΥ» αποτελεί ένα αξιόλογο υλικό αγωγής της ψυχικής υγείας για μαθητές της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και στοχεύει στην πρόληψη της χρήσης ουσιών υιοθετώντας στοιχεία και από τα τρία βασικά μοντέλα (το γνωστικό, το συναισθηματικό, το ψυχοκοινωνικό) που συνιστούν το θεωρητικό πλαίσιο στο οποίο αναπτύσσονται τα τελευταία χρόνια προγράμματα πρόληψης ουσιοεξαρτητικών συμπεριφορών.

Το πρόγραμμα επικεντρώνεται στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του εφήβου και των κοινωνικών δεξιοτήτων του και στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησής του. Συγκεκριμένα, οι μαθητές αποκτούν με βιωματικό τρόπο τις απαραίτητες ικανότητες που θα τους επιτρέψουν να *στηριχθούν στον εαυτό τους* και να αξιοποιήσουν το προσωπικό δυναμικό τους σε θέματα που σχετίζονται με την ψυχική υγεία τους.

Η υιοθέτηση αυτής της προσέγγισης σε συνδυασμό με τη χρησιμοποίηση βιωματικών μεθόδων ενεργητικής μάθησης για την εφαρμογή του υλικού, βοηθά στη διαφοροποίηση του ρόλου του εκπαιδευτικού στην τάξη, διευκολύνοντας παράλληλα την ανάπτυξη θετικών διαπροσωπικών σχέσεων στο σχολικό πλαίσιο.

Το υλικό αποτελείται από τις ακόλουθες ενότητες:

- Το Εγχειρίδιο: Περιλαμβάνει το θεωρητικό υπόβαθρο και τις οδηγίες για την προσωπική και κοινωνική εκπαίδευση που στοχεύει στην προστασία του παιδιού
- Εργαστήρια για το σχολείο: περιλαμβάνει εργαστήρια για όλο το σχολείο και την σχολική κοινότητα
- Εργαστήρια για γονείς: περιλαμβάνει εργαστήρια που απευθύνονται στους γονείς και την οικογένεια του παιδιού
- Διδακτικές κάρτες : περιλαμβάνει κάρτες με δραστηριότητες που μπορούν να χρησιμοποιήσουν οι δάσκαλοι με τα παιδιά. Οι δραστηριότητες αυτές βασίζονται στην ομαδική δουλειά και στην συνεργατική μάθηση.

Για την καλύτερη αποτελεσματικότητα της επιμόρφωσης, με το δεδομένο ότι είναι βιωματική, και την καλύτερη αφομοίωσή της από τους εκπαιδευτικούς, από τους οποίους θα ζητηθεί να την αξιοποιήσουν εφαρμόζοντάς την στην τάξη, συνιστάται να πραγματοποιείται σε μια συνέχεια και σε σύντομο χρονικό διάστημα.