



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων
και Αθλητισμού



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών

bullying
stop

bullying ▶

**Επιμόρφωση
για την ενδοσχολική
βία και τον εκφοβισμό**

**υπεύθυνων αποδεκτών αναφορών στη σχολική
μονάδα**



bullying
stop

Επιμόρφωση για την Ενδοσχολική Βία και τον Εκφοβισμό (Ε.ΒΙ.Ε.)

Επιστημονική Υπεύθυνη:

Αν. Καθηγήτρια Κωνσταντίνα Τσώλη
Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης, ΕΚΠΑ

Με την ευγενική επιστημονική επιμέλεια των:

Βασιλική Αρτινοπούλου

Καθηγήτρια, Πάντειον Πανεπιστήμιο
Πρόεδρος της Εθνικής Επιτροπής Εμπειρογνομόνων
για την πρόληψη και αντιμετώπιση των φαινομένων
βίας και παραβατικότητας ανηλίκων

Θωμά Μπαμπάλη

Καθηγητής, Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής
Εκπαίδευσης, ΕΚΠΑ
Μέλος της Εθνικής Επιτροπής Εμπειρογνομόνων για
την πρόληψη και αντιμετώπιση των φαινομένων
βίας και παραβατικότητας ανηλίκων



Οι θεματικές της σύγχρονης εκπαίδευσης

- **Ενδοσχολική Βία και Εκφοβισμός (Ε.ΒΙ.Ε.): ελληνικά και διεθνή ερευνητικά δεδομένα και καλές πρακτικές**
 - **Τρόποι πρόληψης της Ενδοσχολικής Βίας και του Εκφοβισμού (Ε.ΒΙ.Ε.)**
- **Στρατηγικές διαχείρισης της Ενδοσχολικής Βίας και του Εκφοβισμού (Ε.ΒΙ.Ε.)**
- **Προσεγγίσεις αντιμετώπισης και μέθοδοι παρέμβασης στην Ενδοσχολική Βία και Εκφοβισμό (Ε.ΒΙ.Ε.)**



bullying
stop



Ενότητα

**Τρόποι πρόληψης της
Ενδοσχολικής Βίας και του
Εκφοβισμού (Ε.ΒΙ.Ε.)**



Στόχοι Ενότητας

- Προσδιορισμός και περιγραφή των πυλώνων και των κριτηρίων των 'ευτυχισμένων σχολείων'.
- Διερεύνηση της σχέσης μεταξύ των πυλώνων και των κριτηρίων των 'ευτυχισμένων σχολείων' με την Ε.ΒΙ.Ε.
- Εφαρμογή του πλαισίου των 'ευτυχισμένων σχολείων', με σκοπό την πρόληψη και την αντιμετώπιση της Ε.ΒΙ.Ε.



► Περιεχόμενα Παρουσίασης

ΜΕΡΟΣ Α': Παρουσίαση του πλαισίου των 'ευτυχημένων σχολείων'

Η διπλή κρίση των εκπαιδευτικών συστημάτων παγκοσμίως (μάθηση και ευεξία)

Ορισμός των 'ευτυχημένων σχολείων'

Το πλαίσιο των 'ευτυχημένων σχολείων'

ΜΕΡΟΣ Β': Συσχέτιση των πυλώνων και των κριτηρίων των 'ευτυχημένων σχολείων' με την Ε.ΒΙ.Ε.

Συσχέτιση του Πυλώνα: Άνθρωποι με την Ε.ΒΙ.Ε.

Συσχέτιση του Πυλώνα: Διαδικασία με την Ε.ΒΙ.Ε.

Συσχέτιση του Πυλώνα: Χώρος με την Ε.ΒΙ.Ε.

Συσχέτιση του Πυλώνα: Αρχές με την Ε.ΒΙ.Ε.



ΜΕΡΟΣ Α΄:
Παρουσίαση του πλαισίου
των 'ευτυχισμένων
σχολείων'



Ως γονείς, απαντήστε στο chat στο παρακάτω ερώτημα:

- «Ποια ευχή θα κάνατε για το παιδί σας; Τι είναι αυτό που ονειρεύεστε για αυτό;»

Ως εκπαιδευτικοί, απαντήστε στο chat στο ίδιο ερώτημα:

- «Ποια ευχή θα κάνατε για κάθε μαθητή/ρια σας; Τι είναι αυτό που ονειρεύεστε για αυτούς/ες;»



‘Ευτυχισμένα Σχολεία’ (Happy Schools) (UNESCO, 2024)

Γιατί χρειαζόμαστε ‘ευτυχισμένα σχολεία’;

ΣΧΟΛΕΙΑ

- 250 εκ. παιδιά εκτός σχολείου
- 44 εκ. εκπαιδευτικοί χρειάζονται για να καλύψουν το κενό
 - Άγχος, εξουθένωση, φθορά
- Βαρύ εργασιακό φορτίο, εξετάσεις που προκαλούν άγχος
 - Άκαμπτοι τρόποι μάθησης

ΚΟΙΝΩΝΙΑ

- 763 εκ. αναλφάβητοι ενήλικες
- Αναντιστοιχία θέσεων εργασίας και δεξιοτήτων
- Επιδείνωση της ψυχικής υγείας και ευεξίας
 - Ραγδαίες τεχνολογικές εξελίξεις
 - Αυξανόμενος εξτρεμισμός



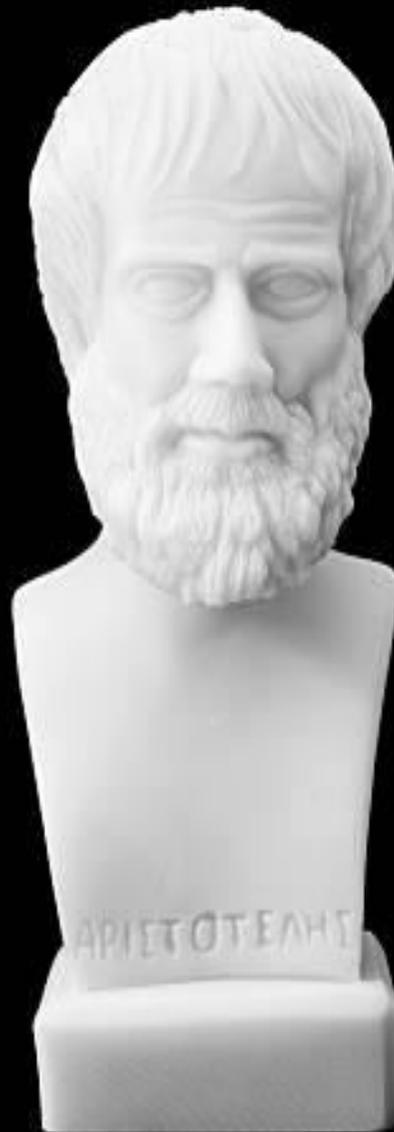
*«Η ευδαιμονία είναι για
τον άνθρωπο
αποκλειστικά
αυτοσκοπός.*

*Δεν είναι κατάσταση
αλλά ενέργεια.*

*Δεν αποτελεί μια
παθητική στάση, αλλά
δυναμική.*

*Είναι σύνολο πράξεων
και όχι μόνο γνώσεων.*

*Είναι ενεργητικός
τρόπος αντίληψης της
πραγματικότητας».*

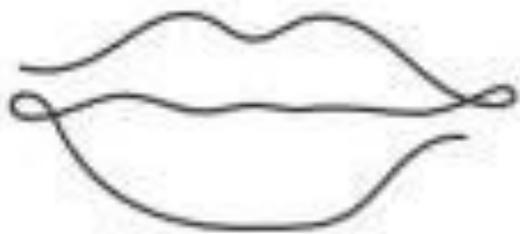


Η UNESCO (2024) προτείνει η ευτυχία να αποτελέσει ταυτόχρονα μέσο και στόχο της ποιοτικής μάθησης. Τα 'ευτυχισμένα σχολεία' δεν μετρούν την ευτυχία σε ατομικό επίπεδο, αλλά επιδιώκουν τη βελτίωση των συνθηκών των σχολείων (υλικών, κοινωνικών, παιδαγωγικών, επαγγελματικών), ώστε να αποτελέσουν χώρους όπου όλοι/ες να μπορούν να αναπτυχθούν, να έχουν χαρούμενες καθημερινές εμπειρίες, να αποκτούν γνώσεις και να εξασκούν την ενσυναίσθηση και την ανθεκτικότητά τους.



Αυτές οι 5 αισθήσεις ενεργοποιούν την ευτυχία στο σχολείο και βελτιώνουν τη μαθησιακή εμπειρία, τα ακαδημαϊκά αποτελέσματα και την ευεξία των μαθητών/ριών.

Το να **γεύεσαι** ένα
θρεπτικό
σχολικό
γεύμα.



Το να **νιώθεις**
μια αγκαλιά
από
έναν/μία
φίλο/η.



Το να **μυρίζεις**
καθαρό
αέρα.



Το να **ακούς**
τους/τις
συμμαθητές/ρι
ές σου να
γελάνε.



Το να **βλέπεις**
τους/τις
εκπαιδευτικούς
σου να
χαμογελάνε.





ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

4 ΠΥΛΩΝΕΣ

(UNESCO, 2024)

ΑΝΘΡΩΠΟΙ	ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	ΧΩΡΟΣ
<p><u>Κριτήριο 1</u> Υποστηρικτικές και συνεργατικές σχέσεις</p> <p><u>Κριτήριο 2</u> Σωματική και κοινωνικο- συναισθηματική ευεξία</p> <p><u>Κριτήριο 3</u> Θετικές στάσεις και χαρακτηριστικά γνώρισματα</p>	<p><u>Κριτήριο 4</u> Ισορροπημένο Πρόγραμμα Σπουδών</p> <p><u>Κριτήριο 5</u> Ευχάριστες και ελκυστικές παιδαγωγικές προσεγγίσεις</p> <p><u>Κριτήριο 6</u> Ολιστικές και ευέλικτες αξιολογήσεις</p>	<p><u>Κριτήριο 7</u> Ασφαλείς, υγιείς, προσβάσιμες και βιώσιμες υποδομές και εγκαταστάσεις</p> <p><u>Κριτήριο 8</u> Λειτουργικά και ενταξιακά χωροταξικά σχέδια</p> <p><u>Κριτήριο 9</u> Κόμβοι κοινότητας (hubs)</p>
	ΑΡΧΕΣ	
<p><u>Κριτήριο 10</u> Εμπιστοσύνη</p>	<p><u>Κριτήριο 11</u> Συμπερίληψη</p>	<p><u>Κριτήριο 12</u> Ενδυνάμωση</p>



ΜΕΡΟΣ Β΄:
Συσχέτιση των πυλώνων
και των κριτηρίων των
‘ευτυχισμένων σχολείων’
με την Ε.ΒΙ.Ε.



Ας χωριστούμε σε 12 ομάδες όσα και τα κριτήρια των πυλώνων των 'ευτυχισμένων σχολείων'.

Αφού συζητήσετε μεταξύ σας, να:

- α) περιγράψετε συνοπτικά το κριτήριο που αντιστοιχεί στην ομάδα σας και
- β) περιγράψετε πώς σχετίζεται με την Ε.ΒΙ.Ε.

Χρόνος: 10 λεπτά

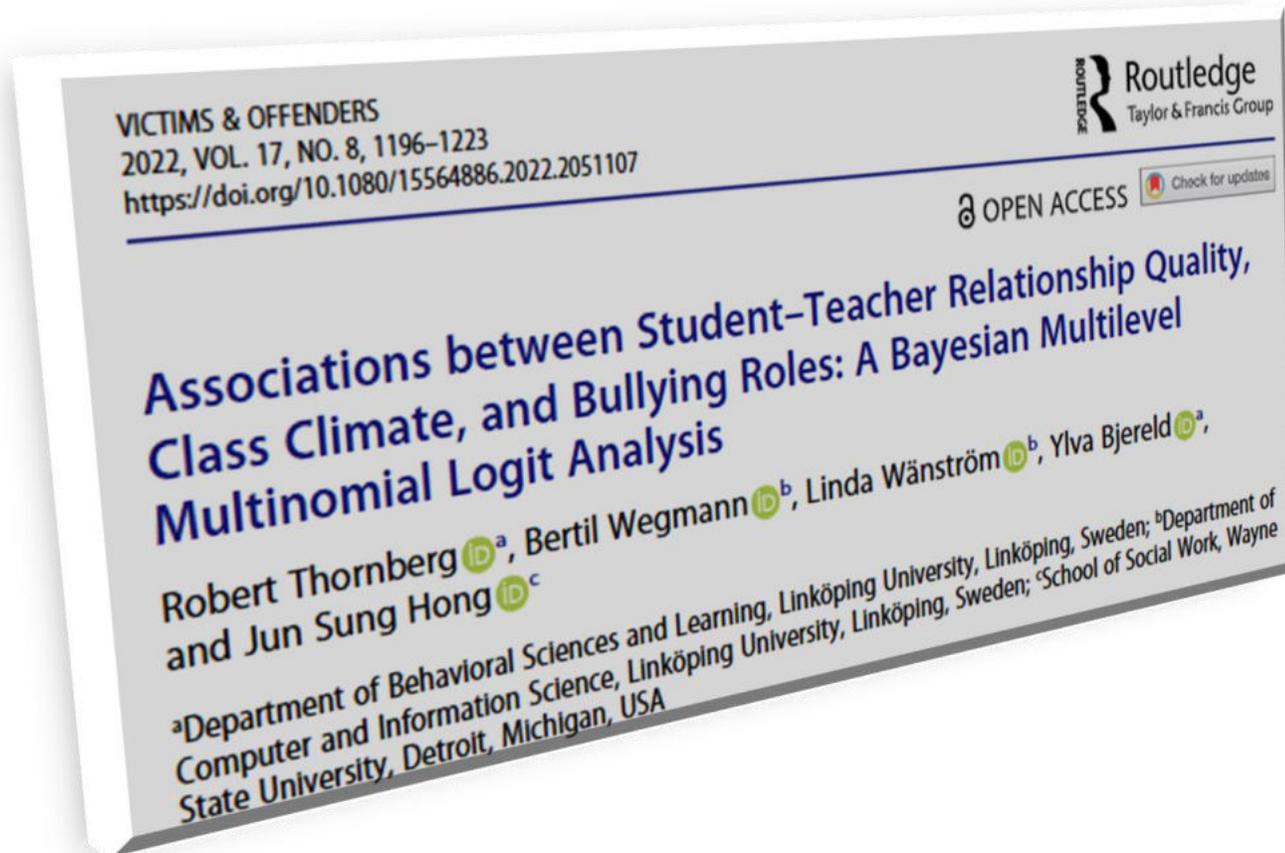
Παρουσίαση στην ολομέλεια από τον/την εκπρόσωπο της ομάδας: 3 λεπτά



ΑΝΘΡΩΠΟΙ

Κριτήριο 1

Υποστηρικτικές και συνεργατικές σχέσεις



ΔΕΙΓΜΑ

3.578 μαθητές/ριες από 213 σχολεία της Σουηδίας

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

- Η ποιότητα της σχέσης μαθητή-εκπαιδευτικού σε ατομικό επίπεδο και το κλίμα της σχολικής τάξης συσχετίστηκαν με μικρότερη πιθανότητα να εμπλακεί ένα παιδί σε περιστατικό εκφοβισμού ως θύτης, θύτης/θύμα ή θύμα.



Μαθητής/ήτρια- Μαθητής/ήτρια:

εξασκούνται
στον σεβασμό,
την ανοχή και
την
ενσυναίσθηση
που
συμβάλλουν
στην αίσθηση
του ανήκειν στη
σχολική
κοινότητα.

Μαθητής/ήτρια- Εκπαιδευτικός:

οι εκπαιδευτικοί
δείχνουν γνήσιο
ενδιαφέρον για
την ακαδημαϊκή,
κοινωνική και
συναισθηματική
ανάπτυξη των
μαθητών /ριών
και τη ζωή τους
εν γένει.

Μαθητής/ήτρια- Γονέας:

υποστηρίζουν
αμφίδρομα την
ενεργό
συμμετοχή τους
στο σχολείο και
στις
δραστηριότητές
του.

Εκπαιδευτικός- Εκπαιδευτικός:

οικοδομούν
συνεργατικά
περιβάλλοντα,
μοιράζονται
καλές πρακτικές
διαχείρισης της
Ε.ΒΙ.Ε., μειώνουν
το αίσθημα της
απομόνωσης και
υποστηρίζουν τη
συνεχιζόμενη
επαγγελματική
τους ανάπτυξη.

Εκπαιδευτικός- Διευθυντής/ρια σχολείου:

ο/η
διευθυντής/ρια
σέβεται την
αυτονομία των
επιλεγόμενων
παιδαγωγικών
πρακτικών και
συνεργάζεται
για την
αντιμετώπιση
της Ε.ΒΙ.Ε.



Γονέας- Εκπαιδευτικός:

συνεκπαιδεύονται και
εργάζονται από κοινού
για την πρόληψη και
αντιμετώπιση της
Ε.ΒΙ.Ε.

Διευθυντής/ρια Σχολείου- Προϊστάμενοι:

ενθαρρύνεται η
συνεργασία, ο
ανοιχτός διάλογος
και εξασφαλίζεται
αντιστοιχία
ανάμεσα στη
σχολική διοίκηση
και την ευρύτερη
πολιτική για την
Ε.ΒΙ.Ε.

Εκπαιδευτικός- Υποστηρικτικό Προσωπικό (σχολικός ψυχολόγος, κοινωνικός λειτουργός, κ.ά.):

συνεργάζονται και
αναπτύσσουν
ολιστικές
στρατηγικές για την
υποστήριξη όλων
των παιδιών και την
αντιμετώπιση της
Ε.ΒΙ.Ε.

Άνθρωπος- Τεχνολογία:

προτεραιοποιούνται
οι κοινωνικές
ανθρώπινες
αλληλεπιδράσεις
και υποστηρίζεται η
ψηφιακή τεχνολογία
ως εργαλείο
πρόληψης και
αντιμετώπισης της
Ε.ΒΙ.Ε. (π.χ.
ευαισθητοποίηση,
παρακολούθηση
εκπαιδευτικών
προγραμμάτων,
χρήση εφαρμογών)



ΑΝΘΡΩΠΟΙ

Κριτήριο 2

Σωματική και κοινωνικο-συναισθηματική ευεξία

Συναισθηματική Νοημοσύνη

Ένα σύνολο ικανοτήτων και δεξιοτήτων που επιτρέπουν στον άνθρωπο να κατανοεί και να χειρίζεται τις συναισθηματικές καταστάσεις, τις δικές του και των άλλων, με σκοπό την προσωπική και κοινωνική τους ανάπτυξη (Goleman, 2011; Πλατσίδου, 2010; Τσώλη, 2015).



Η συναισθηματική νοημοσύνη και ο εκφοβισμός συσχετίζονται αρνητικά, πράγμα που σημαίνει ότι όσο πιο συναισθηματικά ευφυές είναι ένα άτομο τόσο λιγότερες πιθανότητες έχει να εκφοβίσει ή να πέσει θύμα εκφοβισμού (Espelage et al., 2015; Woods, 2024).



Συναισθηματική Νοημοσύνη και Ε.ΒΙ.Ε.-Έρευνες

- Έρευνα σε 822 μαθητές/ήτριες Ε' και Στ' Δημοτικού έδειξε ότι *όσο υψηλότερη είναι η ρύθμιση και η κατανόηση των συναισθημάτων τους, τόσο λιγότερο πιθανό είναι να δεχτούν Ε.ΒΙ.Ε.* (León-del-Barco et al., 2020; Rueda et al., 2022).
- Σύμφωνα με έρευνα σε 309 μαθητές/ήτριες ηλικίας 12 έως 16 ετών, *η χαμηλή διαχείριση των συναισθημάτων συνδέθηκε με συμπεριφορές εκφοβισμού* (Méndez et al., 2019).
- Μετα-ανάλυση ερευνών με σκοπό τη διερεύνηση της σχέσης ανάμεσα στην αυτο-εκτίμηση και την εκφοβιστική συμπεριφορά έδειξε ότι *η θυματοποίηση των συνομηλίκων συνδέεται αρνητικά με την αυτοεκτίμηση* (Tsaousis, 2016).
- *Έφηβοι με χαμηλά επίπεδα διαχείρισης των διαπροσωπικών σχέσεων και άγχους* αποτελούν τους ισχυρότερους προγνωστικούς παράγοντες για συμπεριφορές εκφοβισμού (van Rens et al., 2025).
- Σε μετα-ανάλυση με σκοπό τη συσχέτιση της κοινωνικο-συναισθηματικής νοημοσύνης με τους έξι ρόλους: παιδιά που ασκούν Ε.ΒΙ.Ε., ακόλουθοι, παιδιά που δέχονται Ε.ΒΙ.Ε., παιδιά που ασκούν και δέχονται Ε.ΒΙ.Ε., υπερασπιστές, και παρατηρητές βρέθηκαν *θετικές συσχετίσεις μόνο για τους υπερασπιστές και αρνητικές συσχετίσεις με τη διάσταση της ενσυναίσθησης (γνωστικής και συναισθηματικής) για παιδιά που ασκούν Ε.ΒΙ.Ε. και τους ακόλουθους* (Imuta et al., 2022).



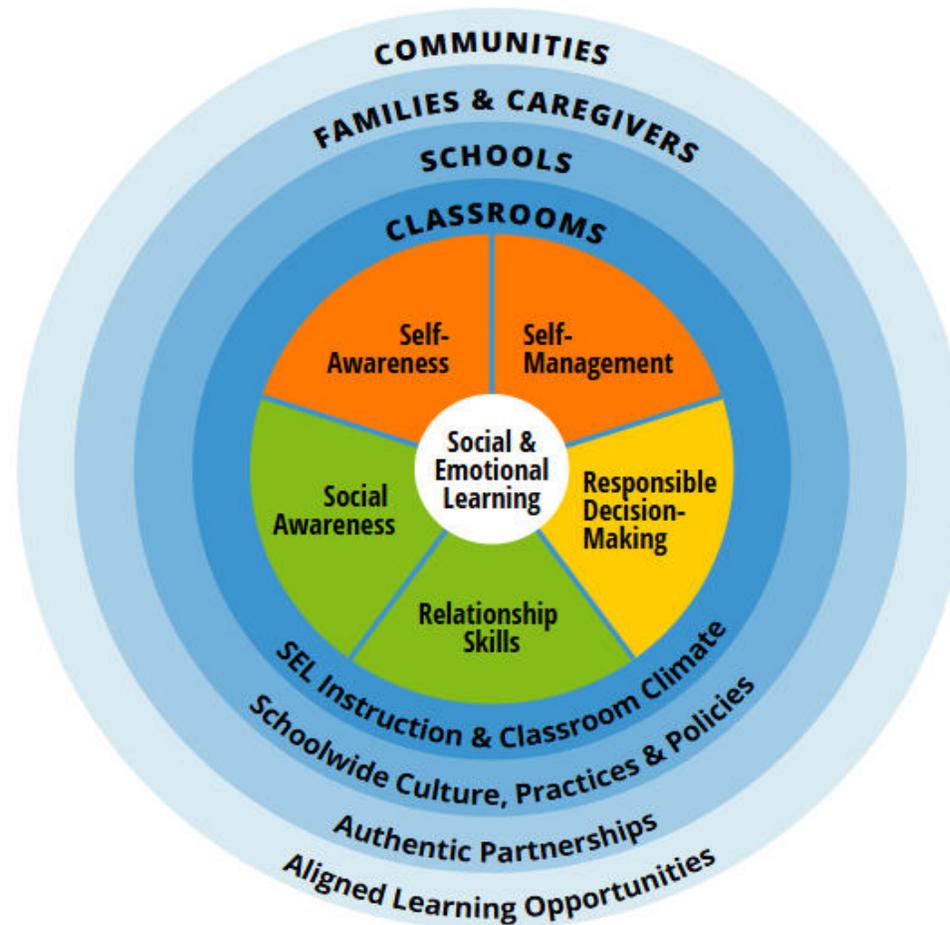
Κοινωνικές-Συναισθηματικές Δεξιότητες που είναι σημαντικό να αναπτυχθούν με βάση τον ρόλο στον εκφοβισμό (Committee for Children, 2014)

ΚΣ Δεξιότητα	Παιδί που δέχεται Ε.ΒΙ.Ε.	Παιδί που ασκεί Ε.ΒΙ.Ε.	Ακόλουθος
Ενσυναίσθηση		✓	✓
Διαχείριση συναισθημάτων	✓	✓	
Επίλυση κοινωνικού προβλήματος	✓	✓	✓
Οικοδόμηση φιλίας	✓	✓	✓
Διεκδικητικότητα	✓		✓

Κοινωνική και Συναισθηματική Μάθηση

Πρόκειται για μία διαδικασία κατά την οποία οι μαθητές/ήτριες αναπτύσσουν σημαντικές κοινωνικές και συναισθηματικές δεξιότητες, στάσεις και γνώσεις που σχετίζονται με την αυτογνωσία, αυτοδιαχείριση, κοινωνική επίγνωση, σχέσεις με άλλους και υπεύθυνη λήψη αποφάσεων (Borowski, 2019).

Ο οργανισμός CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning)



Βραχυπρόθεσμα οφέλη:

- Ανάπτυξη ΚΣ δεξιοτήτων
- Θετικές στάσεις απέναντι στον εαυτό, τους άλλους, την εργασία
- Θετικές κοινωνικές σχέσεις και συμπεριφορά
- Λιγότερα προβλήματα συμπεριφοράς
- Μειωμένες συναισθηματικές διαταραχές
- Υψηλότερες ακαδημαϊκές επιδόσεις κατά 11%

Μακροπρόθεσμα οφέλη:

- Υψηλά ποσοστά αποφοίτησης
- Υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις
- Ψυχική ευεξία
- Μειωμένη παραβατική συμπεριφορά
- Αυξημένη αίσθηση της ιδιότητας του πολίτη

(Durlak et al., 2011)

Κριτήριο 3

Θετικές στάσεις και χαρακτηριστικά γνωρίσματα Στατική Νοοτροπία ≠ Νοοτροπία Ανάπτυξης (Dweck, 2019)

ΣΤΑΤΙΚΗ ΝΟΟΤΡΟΠΙΑ

Θέλω να
αποφύγω
να κάνω
λάθη.

Ποτέ δεν
θα γίνω
αρκετά
έξυπνος/η.

Τα
παρατάω.

Μάταιη
προσπά-
θεια.

Η
δουλειά
μου είναι
αρκετά
καλή.

ΝΟΟΤΡΟΠΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Η
ανατροφοδότηση
είναι σημαντική.

Μπορώ να
βελτιωθώ
με
εξάσκηση.

Αυτό
είναι
το
καλύτε-
ρο που
μπορώ
να
κάνω;

Δεν θα
τα
παρατή-
σω.

Μαθαίνω
μέσα από
τα λάθη.

Ξεκίνησε μια νέα σχολική χρονιά και τα πράγματα δείχνουν να πηγαίνουν αρκετά καλά. Ξαφνικά κάποια δημοφιλή παιδιά αρχίζουν να σε κοροϊδεύουν. Στην αρχή δεν δίνεις σημασία— συμβαίνουν αυτά τα πράγματα. Αλλά συνεχίζεται. Κάθε μέρα σε ακολουθούν, σε κοροϊδεύουν για τα ρούχα σου και την εμφάνισή σου και σου λένε ότι είσαι ένας 'χαμένος' - μπροστά σε όλους. Κάθε μέρα.

Οι μαθητές/ήτριες με στατική νοοτροπία εξέφρασαν την επιθυμία για εκδίκηση και πήραν το θέμα πιο προσωπικά. Η συμπεριφορά των παιδιών τους έκανε να νιώθουν ότι δεν αξίζουν τίποτα, ότι είναι ανόητοι και παράξενοι.

Οι μαθητές/ήτριες με νοοτροπία ανάπτυξης δεν πήραν τον εκφοβισμό προσωπικά. Αντίθετα, το αντιμετώπισαν ως ψυχολογικό πρόβλημα των παιδιών που ασκούν Ε.ΒΙ.Ε. και έναν τρόπο να βρουν μια θέση στην ομάδα των συνομηλίκων ή να ενισχύσουν την αυτοεκτίμησή τους. Μάλιστα, εξέφρασαν την επιθυμία για τελική συγχώρεση αντί για εκδίκηση.



ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Κριτήριο 4

Ισορροπημένο Πρόγραμμα Σπουδών

Διαχειρίσιμο

(ως προς τον φόρτο εργασίας)

- Πρόσθεση νέων μαθημάτων χωρίς αφαίρεση άλλων
- Επέκταση του ΠΣ
- Συνέπειες: γνωστική υπερφόρτωση, αδυναμία κάλυψης της ύλης, άγχος, επαγγελματική εξουθένωση

Ολιστικό

(ως προς την ολόπλευρη ανάπτυξη του ατόμου)

- Μαθήματα υψηλής (παραδοσιακά ακαδημαϊκά) και χαμηλής προτεραιότητας (τέχνες, κ.ά.)
- Ισορροπία ανάμεσα σε διαφορετικές δεξιότητες (γνωστικές και ήπιες δεξιότητες)
- Χώρος για συζήτηση και διάλογο για την ανάπτυξη του ενεργού πολίτη
- Εξωσχολικές δραστηριότητες

Σχετικό και με νόημα

(ως προς τα ενδιαφέροντα και το υπόβαθρο των μαθητών/ριών)

- Σύνδεση της μάθησης με προηγούμενα βιώματα και προσωπικά ενδιαφέροντα των μαθητών/ριών
- Πολιτισμικά Ανταποκρινόμενη Διδασκαλία (Culturally Responsive Teaching)
- Σέβεται τη διαφορετικότητα



Ανάπτυξη ήπιων δεξιοτήτων και Ε.ΒΙ.Ε.

- Ένα ευρύ φάσμα αντικοινωνικής συμπεριφοράς παρατηρείται μεταξύ των μαθητών/ριών, όπως βανδαλισμοί, τσακωμοί, πειράγματα, χλευασμοί και εκφοβισμός.
- Η εκπαίδευση στις ήπιες δεξιότητες ενθαρρύνει την προκοινωνικότητα των μαθητών/ριών και συμβάλλει στην πρόληψη της βίας και του εκφοβισμού.

Παραδείγματα

Ελλιπείς δεξιότητες διαχείρισης συναισθημάτων (π.χ. όταν επιλέγουν τους ίδιους ανθρώπους για να εκτονώσουν τον θυμό τους)

Ανεπαρκής έλεγχος των παρορμήσεων (π.χ. όταν ένας έφηβος συμπεριφέρεται αλαζονικά στις νίκες ή δεν ξέρει να χάνει)

Χαμηλή κοινωνική θέση και εξουσία (π.χ. όταν κάποιος ασκούν εκφοβισμό για να προσπαθήσουν να είναι πιο δημοφιλείς)

Χαμηλή αυτοεκτίμηση (π.χ. όταν ένα νέο άτομο βλέπει ή δέχεται επιβλαβείς συμπεριφορές είτε από φθόνο είτε από μη υγιή σύγκριση/ανταγωνισμό)

Έλλειψη ενσυναίσθησης (π.χ. όταν ένα άτομο δεν μπαίνει στη θέση άλλων ανθρώπων που είναι διαφορετικοί από το ίδιο, ώστε να τους κατανοήσει)



Ανάπτυξη ήπιων δεξιοτήτων και Ε.ΒΙ.Ε.

Το μοντέλο του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Π.Ο.Υ.) προσδιορίζει πέντε (5) κύριες «περιοχές» δεξιοτήτων (Τσώλη & Μπαμπάλης, 2023):

1. λήψη αποφάσεων και επίλυση προβλημάτων
2. κριτική και δημιουργική σκέψη
3. επικοινωνία και διαπροσωπικές σχέσεις
4. αυτεπίγνωση και ενσυναίσθηση
5. διαχείριση συναισθημάτων και αγχογόνων παραγόντων

Ενδεικτικές δραστηριότητες ανάπτυξης ήπιων δεξιοτήτων του Π.Ο.Υ.

Νηπιαγωγείο: Λήψη απόφασης

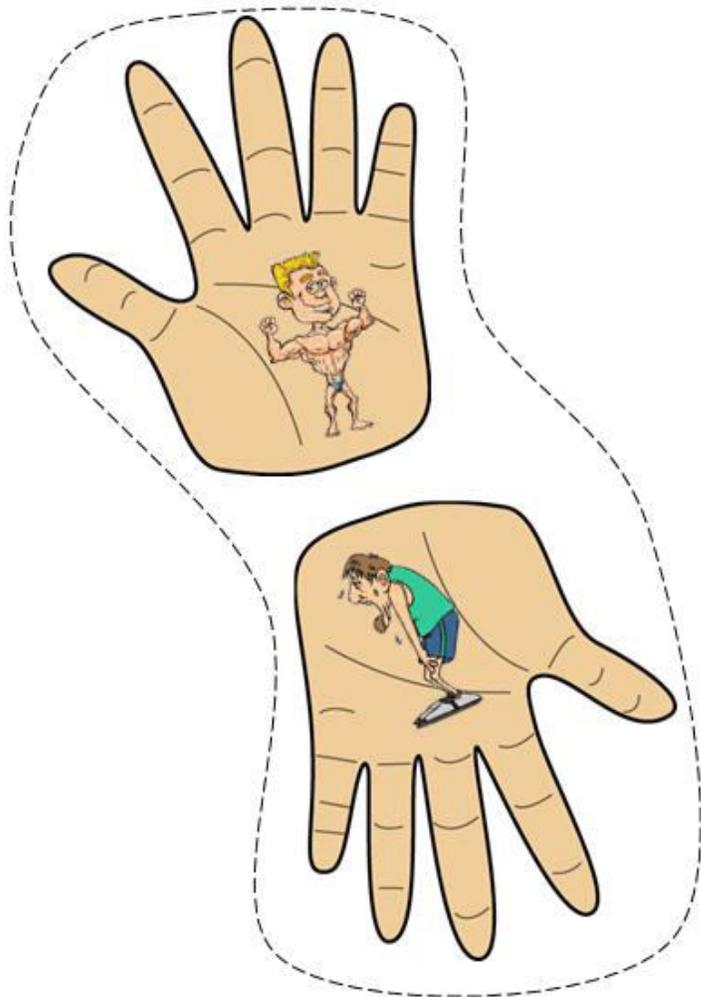
β. Οι συνελεύσεις στο νηπιαγωγείο

Μπορεί να ακούγεται «προχωρημένη» η διοργάνωση συνελεύσεων τάξης στο νηπιαγωγείο. Ωστόσο, τα παιδαγωγικά εργαλεία του νηπιαγωγείου και η ευελιξία του προγράμματός του μπορούν να βοηθήσουν ουσιαστικά τη διεξαγωγή συζητήσεων στα νήπια, τα οποία με αυτόν τον τρόπο μαθαίνουν και εξασκούνται σε πρακτικές διαλόγου που θα τους είναι χρήσιμες και στο μέλλον.

Τα κύρια στοιχεία της συνέλευσης στα νήπια είναι ο **κύκλος** (κυκλική διάταξη της τάξης, που έτσι και αλλιώς χρησιμοποιείται συχνά) και το **αντικείμενο του λόγου** (ένα κουκλάκι ή άλλο αντικείμενο) που βοηθά τα παιδιά να διακρίνουν και να μαθαίνουν να ακούν αυτόν ή αυτήν που μιλάει. Οι **αποφάσεις** των συνελεύσεων, που λαμβάνονται με ανάταση χεριών και καταμέτρηση (για να εκπαιδεύονται τα παιδιά στη διαδικασία), μπορούν να αναρτώνται στους τοίχους της τάξης με λίγες λέξεις μαζί με ένα σκίτσο ή μια φωτογραφία, που θυμίζει στα παιδιά τη συζήτηση που είχε γίνει μεταξύ τους.

Η/ο νηπιαγωγός εξηγεί στα παιδιά ότι η ώρα που συζητούν (και κάνουν συνέλευση τάξης) είναι πολύ σημαντική, γιατί μέσα από την κουβέντα και τις αποφάσεις μαθαίνουν να λύνουν τα προβλήματά τους με ειρηνικό τρόπο και σχεδιάζουν μαζί ενέργειες που μπορούν να κάνουν ομορφότερο το περιβάλλον τους και την κοινή τους ζωή. Εξηγεί επίσης ότι όλα τα παιδιά έχουν δικαίωμα στη διαφορετική γνώμη και ότι είναι σπουδαίο να μάθουμε να ακούμε τους άλλους/ες και να ανταλλάσσουμε επιχειρήματα.

Ενδεικτικές δραστηριότητες ανάπτυξης ήπιων δεξιοτήτων του Π.Ο.Υ. Δημοτικό: Αυτεπίγνωση



- Σε κάθε δάχτυλο της πάνω παλάμης οι μαθητές/ήτριες καταγράφουν 5 δυνατά σημεία που νομίζουν ότι έχουν (εξωτερική εμφάνιση και χαρακτήρας), ενώ στα δάχτυλα της κάτω παλάμης γράφουν αντίστοιχα 5 αδυναμίες που νομίζουν ότι έχουν. Με ψαλίδι κόβουν τις παλάμες, όπως φαίνεται και από το περίγραμμα, και τις μοιράζουν μεταξύ τους. Ο/Η κάθε μαθητής/ήτρια θα πρέπει να εντοπίσει ποιανού είναι οι παλάμες που έλαβε.



Ενδεικτικές δραστηριότητες ανάπτυξης των ήπιων δεξιοτήτων του Π.Ο.Υ.

Γυμνάσιο: Μία προσέγγιση έξι βημάτων για επίλυση συγκρούσεων

1. Να βρεθούν οι πραγματικές ανάγκες πίσω από το πρόβλημα με μη προκλητικό τρόπο

2. Διατυπώνεται το πρόβλημα με τρόπο που και τα δύο μέρη μπορούν να συμφωνήσουν.

3. Οι λύσεις δεν σχολιάζονται ούτε κρίνονται.

4. Νίκη-νίκη, ήττα-ήττα, νίκη-ήττα, ήττα-νίκη.

5. Η λύση πρέπει να είναι αποδεκτή.

6. Μετά από κάποιο διάστημα η λύση πρέπει να αξιολογηθεί και να αναπροσαρμοστεί.

Νίκη-νίκη: περιγράφει μια κατάσταση στην οποία και τα δύο μέρη ωφελούνται με τον ίδιο τρόπο από τη λύση και αισθάνονται ότι πέτυχαν αυτό που επιδίωκαν. Αυτή είναι ιδανική κατάσταση επίλυσης σύγκρουσης, δεδομένου ότι εξασφαλίζει ότι η σύγκρουση δεν θα ξαναεμφανιστεί.

Νίκη-ήττα ή ήττα -νίκη: αυτή η κατάσταση περιγράφει επίλυση στην οποία το ένα μέρος έχει χάσει και το άλλο έχει κερδίσει. Σε αυτή την κατάσταση η σύγκρουση συνήθως ξαναεμφανίζεται, δεδομένου ότι δεν υπάρχει όφελος για τον ηττημένο.

Ήττα-ήττα: Σε αυτή την περίπτωση κανένα μέρος δεν έχει όφελος από την επίλυση. Σε αυτή την κατάσταση η σύγκρουση εξαφανίζεται προσωρινά αλλά είναι πολύ πιθανό να ξαναεμφανιστεί.

1. Ανάγκες μέρους Α α) β) γ) δ)	1. Ανάγκες μέρους Β
2. Ορισμός του προβλήματος	
3. Ιδέες για λύσεις α) β) γ) δ)	
4. Αξιολόγηση λύσεων για το μέρος Α	4. Αξιολόγηση λύσεων για το μέρος Β
5. Ποια λύση είναι η καλύτερη:	
6. Αποφασίστε πώς και πότε η λύση θα πρέπει να αξιολογηθεί	



Ενδεικτικές δραστηριότητες ανάπτυξης των ήπιων δεξιοτήτων του Π.Ο.Υ. Λύκειο: Ενσυναίσθηση

‘Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ’



Ύλλο εργασίας για τον μαθητή με σύνδρομο Asperger

Τι θα ήθελες να γίνεις όταν μεγαλώσεις:	Πυρηνικός επιστήμονας
Ποιο είναι το μεγαλύτερό σου όνειρο:	Να πάρω Νόμπελ
Τι φοβάσαι:	Να πάνε να με δείρουν κατά λάθος
Τι δώρο θα ζητήσεις τα Χριστούγεννα από τον Άγιο Βασίλη:	Ένα μικροσκόπιο
Ποια τα χαρακτηριστικά του καλύτερού σου φίλου / φίλης:	Να ενδιαφέρεται για εμένα
Με τι ασχολείσαι τον ελεύθερο χρόνο σου:	Παίζω με τον σκύλο μου

Ύλλο εργασίας για τον μαθητή με κινητική αναπηρία

Τι θα ήθελες να γίνεις όταν μεγαλώσεις:	Γιατρός
Ποιο είναι το μεγαλύτερό σου όνειρο:	Να περπατήσω
Τι φοβάσαι:	Την ταχύτητα
Τι δώρο θα ζητήσεις τα Χριστούγεννα από τον Άγιο Βασίλη:	laptop
Ποια τα χαρακτηριστικά του καλύτερού σου φίλου / φίλης:	Δεν ντρέπεται για εμένα
Με τι ασχολείσαι τον ελεύθερο χρόνο σου:	Με την πληροφορική

Πηγή:

https://foundation.parliament.gr/VoulhFoundation/VoulhFoundationPortal/images/site_content/voulhFoundation/file/Ekpaideytika%20New/diversity/2_0diversity.pdf



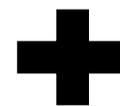
ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Κριτήριο 5

Ευχάριστες και ελκυστικές παιδαγωγικές προσεγγίσεις

Ενεργητικές
Προσεγγίσεις
(Babalys & Tsoyi, 2017)

- Οι μαθητές/ήτριες πειραματίζονται, συμμετέχουν, αναστοχάζονται
- Περιλαμβάνουν διαδραστικές, βιωματικές, πρακτικές (hands-on) και στοχαστικές (minds-on) δραστηριότητες
- Προάγουν την περιέργεια, την έρευνα και την κριτική και δημιουργική σκέψη
- Ενθαρρύνουν συνεργατικές ομαδικές μαθησιακές δραστηριότητες



Μαθητο-
κεντρικές
προσεγγίσεις
(Jacobs, Renandya,
Power, 2016)

- Επικεντρώνονται στους στόχους, τα ενδιαφέροντα και τις ανάγκες των μαθητών και όχι σε απλή μετάδοση της γνώσης από τον εκπαιδευτικό στον μαθητή
- Οι μαθητές/ριες 'επηρεάζουν' το περιεχόμενο, τις δραστηριότητες και τον ρυθμό μάθησης
- Προάγουν τη συμπερίληψη και σέβονται τη διαφορετικότητα των μαθητών/ριών
- Στοχεύουν στη 'ροή' που ενισχύει τη συγκέντρωση και την παραγωγικότητα.

- ❖ Μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αυτό-αποτελεσματικότητα
- ❖ Ισχυρότερες διαπροσωπικές σχέσεις
- ❖ Ανάπτυξη δεξιοτήτων κριτικής σκέψης και επίλυσης προβλημάτων
- ❖ Προετοιμασία για τις προκλήσεις της καθημερινής ζωής
- ❖ Βελτιωμένη αυτοεκτίμηση



Καταιγισμός Ιδεών
Μιλώντας για ενεργητικές
και μαθητο-κεντρικές
παιδαγωγικές
προσεγγίσεις, ποιες
διδασκτικές τεχνικές σας
έρχονται στο νου;



1. Ανεστραμμένη τάξη (flipped classroom)

2. Σχέδιο Εργασίας (project-based learning)

3. Μαιευτική μέθοδος (Socratic method)

4. Εκπαίδευση βασισμένη στον τόπο
(place-based learning)

5. Μάθηση μέσα από το παιχνίδι
(play-based learning)

6. Παιχνιδοποίηση (gamification)

7. Μάθηση μέσω επίλυσης προβλήματος
(problem-based learning)

Α. Οι μαθητές/ριες παρακολουθούν διαδικτυακές διαλέξεις ή διαβάζουν υλικό πριν από την τάξη και στη συνέχεια χρησιμοποιούν το χρόνο της τάξης για συζητήσεις, ομαδική εργασία ή άλλες δραστηριότητες.

Β. Οι μαθητές/ριες διερευνούν ένα θέμα εργαζόμενοι/ες μία παρατεταμένη περίοδο συνήθως με διεπιστημονικές προσεγγίσεις.

Γ. Οι μαθητές/ριες ενθαρρύνονται μέσα από μία σειρά ερωτήσεων που προκαλούν τη σκέψη να διατυπώσουν ιδέες και να εμπλακούν σε διάλογο.

Δ. Αξιοποιείται η τοπική κοινότητα και το τοπικό περιβάλλον ως σημείο αναφοράς στη διδασκαλία εννοιών.

Ε. Ενσωματώνει παιγνιώδεις δραστηριότητες στη διδασκαλία, ώστε να καταστήσει ικανούς/ές τους/τις μαθήτριες/ές να εξερευνήσουν, πειραματιστούν και ανακαλύψουν έννοιες με φυσικό τρόπο.

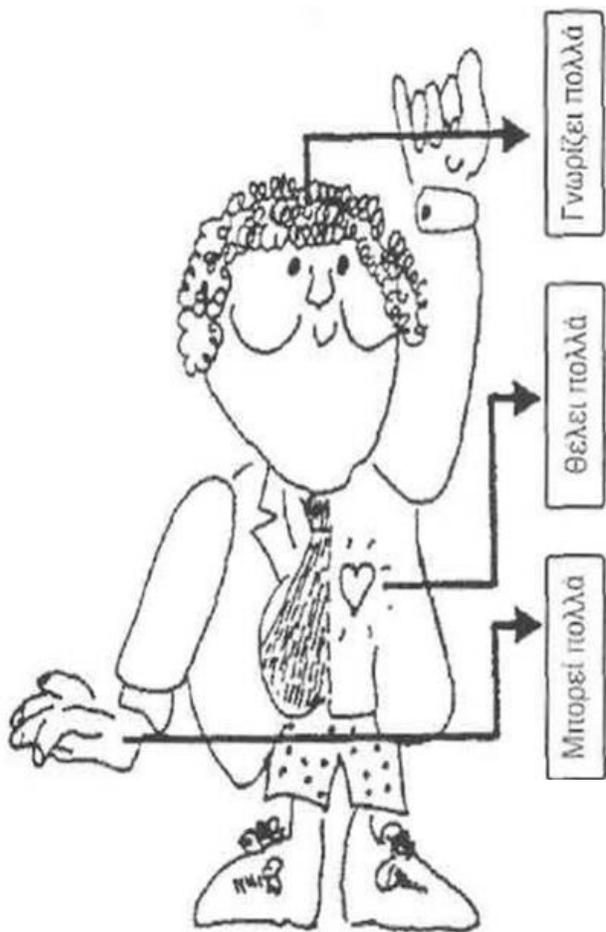
Στ. Ενσωματώνονται στοιχεία παιχνιδιού, όπως όπως συστήματα πόντων, βαθμολογικοί πίνακες, διακριτικά σήματα (badges), προκειμένου να αυξηθεί η δέσμευση και τα κίνητρα των μαθητών/ριών.

Ζ. Κινητοποιεί τη μάθηση των μαθητών/ριών δημιουργώντας μια ανάγκη για την επίλυση ενός αυθεντικού προβλήματος.

ΑΝΘΡΩΠΟΙ

Κριτήριο 6

Ολιστικές και ευέλικτες αξιολογήσεις



Ο "τριδιάστατος μαθητής"

- «Τι» αξιολογείται
Αξιολόγηση γνωστικών, διανοητικών, κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων.
- «Πώς» αξιολογείται
Αρχική, διαμορφωτική, αθροιστική αξιολόγηση
- Αυτο-αξιολόγηση
- Θετική ανατροφοδότηση (γνώση των δυνατοτήτων και παροχή εποικοδομητικών προτάσεων για βελτίωση)
- Θετική ενίσχυση (ανταμοιβές, έπαινος, ενθάρρυνση ως ανταπόκριση σε θετική εργασία ή συμπεριφορά με πιθανότητες μελλοντικής επανάληψης)



ΧΩΡΟΣ

Κριτήριο 7

Ασφαλείς, υγιείς, προσβάσιμες και βιώσιμες υποδομές και εγκαταστάσεις

Το οργανωτικό, φυσικό περιβάλλον του σχολείου μπορεί να επηρεάσει την Ε.ΒΙ.Ε. (Francis et al., 2022)

Φωτισμός
Σχεδιασμός κτιρίου
Συνωστισμός-Μέγεθος σχολείου

Αερισμός
Θερμοκρασία
Ακουστική και θόρυβος
«Ουρές»
Αισθητική, βανδαλισμός
Έπιπλα και καθίσματα

Συνεργατικοί χώροι εργασίας
Χώροι για σκέψη και διαχείριση
συναισθημάτων
Συμπεριληπτικά περιβάλλοντα

Ορατότητα

Επίβλεψη

Σωματική και
ψυχολογική άνεση
και ασφάλεια

Κοινωνικο-
συναισθηματικές
δεξιότητες

Εκφοβιστική
συμπεριφορά





ΧΩΡΟΣ

Κριτήριο 7

Ασφαλείς, υγιείς, προσβάσιμες και βιώσιμες υποδομές και εγκαταστάσεις

Hotspots (σημεία μεγάλης επικινδυνότητας)

- Σχολική αίθουσα
- Διάδρομοι ή σκάλες
- Σχολική τραπεζαρία
- Αυλή
- Διαδίκτυο
- Τουαλέτες
- Γυμναστήριο
- Σχολικό λεωφορείο

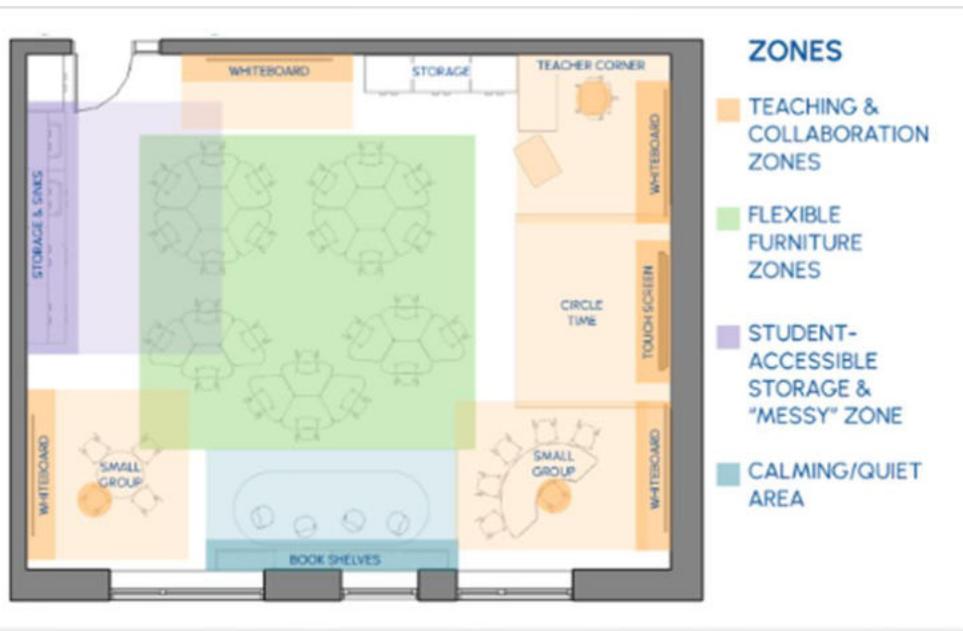




ΧΩΡΟΣ

Κριτήριο 8

Λειτουργικά και συμπεριληπτικά χωροταξικά σχέδια



ΕΚΤΟΝΩΣΗ ΚΑΙ ΟΡΑΤΟΤΗΤΑ





ΧΩΡΟΣ

Κριτήριο 9

Κόμβοι κοινότητας (hubs)





ΑΡΧΕΣ

Κριτήριο 10

Εμπιστοσύνη



1. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
2. ΔΕΣΜΕΥΣΗ
3. ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ
4. ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ
5. ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ
6. ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ
7. ΕΙΛΙΚΡΙΝΕΙΑ

<https://wordwall.net/el/resource/84454142>



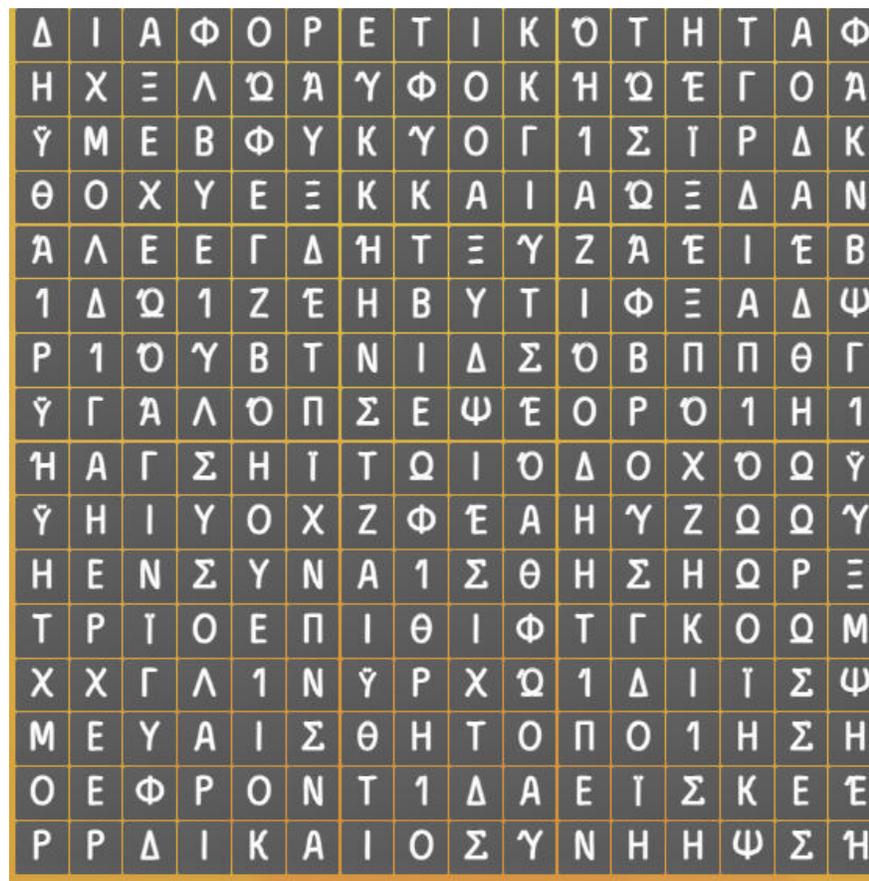


ΑΡΧΕΣ

Κριτήριο 11

Συμπερίληψη

1. Δικαιοσύνη
2. Ισότητα
3. Διαφορετικότητα
4. Ενσυναίσθηση
5. Φροντίδα
6. Ευγένεια
7. Ευαισθητοποίηση



<https://wordwall.net/el/resource/8445426>



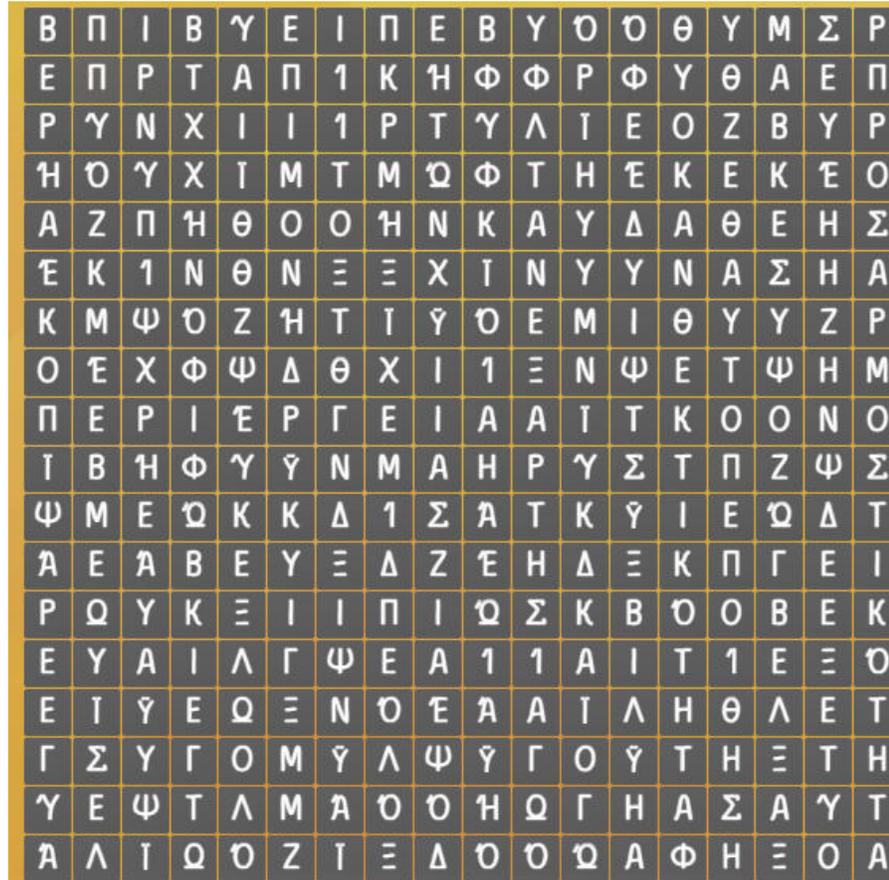


ΑΡΧΕΣ

Κριτήριο 11

Ενδυνάμωση

1. Ανεξαρτησία
2. Ευελιξία
3. Περιέργεια
4. Αυτοπεποίθηση
5. Επιμονή
6. Ανθεκτικότητα
7. Προσαρμοστικότητα





ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΣ...

ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΑ ΣΧΟΛΕΙΑ		
4 ΠΥΛΩΝΕΣ (UNESCO, 2024)		
ΑΝΘΡΩΠΟΙ	ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	ΧΩΡΟΣ
<p><u>Κριτήριο 1</u> Υποστηρικτικές και συνεργατικές σχέσεις</p> <p><u>Κριτήριο 2</u> Σωματική και κοινωνικο-συναισθηματική ευεξία</p> <p><u>Κριτήριο 3</u> Θετικές στάσεις και χαρακτηριστικά γνωρίσματα</p>	<p><u>Κριτήριο 4</u> Ισορροπημένο Πρόγραμμα Σπουδών</p> <p><u>Κριτήριο 5</u> Ευχάριστες και ελκυστικές παιδαγωγικές προσεγγίσεις</p> <p><u>Κριτήριο 6</u> Ολιστικές και ευέλικτες αξιολογήσεις</p>	<p><u>Κριτήριο 7</u> Ασφαλείς, υγιείς, προσβάσιμες και βιώσιμες υποδομές και εγκαταστάσεις</p> <p><u>Κριτήριο 8</u> Λειτουργικά και ενταξιακά χωροταξικά σχέδια</p> <p><u>Κριτήριο 9</u> Κόμβοι κοινότητας (hubs)</p>
ΑΡΧΕΣ		
<u>Κριτήριο 10</u> Εμπιστοσύνη	<u>Κριτήριο 11</u> Συμπερίληψη	<u>Κριτήριο 12</u> Ενδυνάμωση

Επιλέξτε και ιεραρχήστε τα 3 σημαντικότερα, κατά τη γνώμη σας, κριτήρια των ευτυχισμένων σχολείων για την πρόληψη της Ε.ΒΙ.Ε.



Σύνοψη Ενότητας

01

Η έννοια της ευτυχίας τοποθετείται στον πυρήνα του μετασχηματισμού της εκπαίδευσης.

02

Τα ‘ευτυχισμένα σχολεία’ αποτελούν χώρους που υποστηρίζουν τη μάθηση, την υγεία, την ευεξία και την καθημερινή χαρά όλης της σχολικής κοινότητας.

03

Τα ‘ευτυχισμένα σχολεία’ διαρθρώνονται σε 4 πυλώνες που αντιστοιχούν σε 12 κριτήρια.

04

Καθένα από τα 12 κριτήρια μπορεί να λειτουργήσει προληπτικά στην εμφάνιση της Ε.ΒΙ.Ε.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων
και Αθλητισμού



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών

bullying
stop

Ευχαριστούμε

για την προσοχή σας



Βιβλιογραφικές Αναφορές

Babalis, Th., & Tsoli, K. (2017). *Classroom Life: Shaping the Learning Environment, Classroom Management Strategies and Teaching Techniques*. Nova Publishers.

Borowski, T. (2019). *CASEL's Framework for Systemic Social and Emotional Learning*. CASEL.

Brown, B. (2012). *The Power of Vulnerability: Teachings on Authenticity, Connection and Courage*. Sounds True.

CASEL (2021). *2011-2021. 10 years of social and emotional learning in U.S. school districts. Elements of long-term sustainability of SEL*. CASEL.

Coch, D. (2021). *Neural and behavioral correlates of child maltreatment in the context of education*. IBE Science of Learning Portal.

Committee for Children (2014). *Bullying Prevention in Schools Starts with Social-Emotional Learning*. Second Step.

Denham, S. (2018). *Keeping SEL Developmental: The Importance of a Developmental Lens for Fostering and Assessing SEL Competencies*. Διαθέσιμο στο <https://casel.s3.us-east-2.amazonaws.com/CASEL-Resources-Keeping-SEL-Developmental.pdf>

Durlak, J. A., Domitrovich, Joseph, L.M. (Eds.). (2025). *Handbook of social and emotional learning* (2nd edition). The Guilford Press.

Βιβλιογραφικές Αναφορές

Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Dymnicki, A.B., Taylor, R.D., & Schellinger, K.B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

Dweck. C. (2019). *Άλλαξε τον τρόπο που σκέφτεσαι. Για να πετύχεις στην προσωπική και στην επαγγελματική σου ζωή.* Ψυχογιός.

Espelage, D.L., Rose, C.A., & Polanin, J.R. (2015). Social-Emotional Learning Program to Reduce Bullying, Fighting, and Victimization Among Middle School Students With Disabilities. *Remedial and Special Education*, 36(5), 299-311. <https://doi.org/10.1177/0741932514564564>

Francis, J., Trapp, G., Pearce, N., Burns, S. & Cross, D. (2022). School Built Environments and Bullying Behaviour: A Conceptual Model Based on Qualitative Interviews. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 15955. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315955>

Fornari, A. & Poznanski, A. (2019). *How-to Guide for Active Learning.* Springer.

Goleman, D. (2011). *Η Συναισθηματική Νοημοσύνη. Γιατί το «EQ» είναι πιο σημαντικό από το «IQ»;* Πεδίο.



Βιβλιογραφικές Αναφορές

Imuta, K., Song, S., Henry, J. D., Ruffman, T., Peterson, C., & Slaughter, V. (2022). A meta-analytic review on the social–emotional intelligence correlates of the six bullying roles: Bullies, followers, victims, bully-victims, defenders, and outsiders. *Psychological Bulletin*, 148(3-4), 199–226. <https://doi.org/10.1037/bul0000364>

Jacobs, G.M., Renandya, W.A., Power, M. (2016). *Simple, Powerful Strategies for Student Centered Learning*. Springer.

León-del-Barco, B., Mendo Lázaro, S., Polo-del-Río, M.-I., & López-Ramos, V.M. (2020). Emotional Intelligence as a Protective Factor against Victimization in School Bullying. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 9406, <https://doi.org/10.3390/ijerph17249406>

Méndez, I., Jorquera, A. B., Ruiz-Esteban, C., Martínez-Ramón, J. P., & Fernández-Sogorb, A. (2019). Emotional Intelligence, Bullying, and Cyberbullying in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23), 4837. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234837>

Μόσχος, Γ., & Καλησώρα, Α. (2019). *Η συνέλευση των παιδιών. Τα πρώτα βήματα άσκησης στη δημοκρατία. Από το νηπιαγωγείο ... μέχρι και το λύκειο. Ένας πρακτικός οδηγός για εκπαιδευτικούς, γονείς και παιδιά.*

OECD (2020). *Curriculum Overload: A Way Forward*. OECD. <file:///C:/Users/nadts/Downloads/3081ceca-en.pdf>



Βιβλιογραφικές Αναφορές

Πλατσίδου, Μ. (2010). *Η Συναισθηματική νοημοσύνη, Θεωρητικά μοντέλα, Τρόποι Μέτρησης και Εφαρμογές στην Εκπαίδευση και στην Εργασία*. Gutenberg.

Rueda, P., Pérez-Romero, N., Victoria Cerezo, M., and Fernández-Berrocal, P. (2022). The Role of Emotional Intelligence in Adolescent Bullying: A Systematic Review. *Psicología Educativa*, 28(1), 53 - 59.
<https://doi.org/10.5093/psed2021a29>

Seligman, M. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. Vintage.

Thornberg, R., Wegmann, B., Wänström, L., Bjereld, Y., & Hong, J. S. (2022). Associations between student–teacher relationship quality, class climate, and bullying roles: A Bayesian multilevel multinomial logit analysis. *Victims & Offenders*, 17(8), 1196–1223. <https://doi.org/10.1080/15564886.2022.2051107>

Tsaousis, I. (2016). The relationship of self-esteem to bullying perpetration and peer victimization among schoolchildren and adolescents: A meta-analytic review. *Aggression and Violent Behavior*, 31, 186–199.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.09.005>

Τσώλη, Κ. (2015). *Η προώθηση της κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης των μαθητών του δημοτικού σχολείου στο μάθημα της νεοελληνικής γλώσσας: διδακτικές προσεγγίσεις και εφαρμογές στην τάξη*. [Διδακτορική Διατριβή, ΕΚΠΑ]. ΕΚΤ. <https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/44173>



Βιβλιογραφικές Αναφορές

- Τσώλη, Κ. & Μπαμπάλης, Θ.** (2023). *Δεξιότητες ζωής: θεωρία και εφαρμογές για εκπαιδευτικούς και γονείς*. Διάδραση.
- Χατζηχρήστου, Χ.** (2015). *Πρόληψη και προαγωγή της ψυχικής υγείας στο σχολείο και στην οικογένεια*. Gutenberg.
- van Rens, S.M., Lemelin, C., Kloosterman, P.H., Summerfeldt, L.J., & Parker, J. D.A.** (2025). Bullying in High School Youth: Relationships with Trait Emotional Intelligence. *Canadian Journal of School Psychology*. <https://doi.org/10.1177/08295735241311080>
- Waldinger, R.** (2023). *Μαθήματα καλής ζωής. Με βάση την πολυετή επιστημονική έρευνα του Harvard*. Ψυχογιός.
- Woods, H.** (2024). *Being a Teenager is Hard: Using Emotional Intelligence to Overcome Bullying, Low Self Esteem, and Toxic Relationships*. Hailee Woods.



Χρήσιμες διευθύνσεις στο διαδίκτυο

<https://casel.org/fundamentals-of-sel/what-is-the-casel-framework/>

<https://www.novakeducation.com/blog/redefining-learning-spaces-a-journey-towards-universal-design>

<https://eddesignmagazine.com/13-design-ideas-to-reduce-bullying-at-school/>

stop-bullying.gov.gr

