

# Η ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

Η σύγχρονη- αρνητική -πραγματικότητα των εφήβων σε λέξεις κλειδιά:

- ❑ Άγχος
- ❑ Στρες
- ❑ Θυμός
- ❑ Επιθετικότητα
- ❑ Αποξένωση-Μοναξιά
- ❑ Έλλειψη χώρου
- ❑ Έλλειψη χρόνου
- ❑ Έλλειψη δημιουργικότητας
- ❑ Ανασφάλεια
- ❑ Αβεβαιότητα
- ❑ Απόγνωση



Η σύγχρονη αυτή πραγματικότητα έχει  
οδηγήσει σε σύγχρονες διαταραχές...

# ΕΥΓΧΡΟΝΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΣΤΗΝ ΕΦΗΒΕΙΑ

- ▶ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΓΧΟΥΣ
- ▶ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ
- ▶ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΔΙΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΕΝΑΝΤΙΩΣΗΣ-ΑΝΤΙΘΕΣΗΣ
- ▶ ΕΙΔΙΚΕΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ
- ▶ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
- ▶ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΕΞΑΡΤΗΣΗΣ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ
- ▶ BULLYING...



Η «ΘΕΡΑΠΕΙΑ» (είμφωνα με τους εφήβους):


Και τι ζητάμε...;  
Μια αγκαλιά που  
να μας χωράει με όλα μας  
τα ελαττώματα.



We  Minions

## Η «ΘΕΡΑΠΕΙΑ» (σύμφωνα με τους παιδαγωγούς μας):

- ▶ Οι σύγχρονες αυτές διαταραχές πλήττουν όλο και μεγαλύτερα ποσοστά των εφήβων και καθιστούν επιτακτική την ανάγκη για άμεση θεραπεία. Αρκετοί γονείς επιλέγουν να βοηθήσουν τα παιδιά τους με τις κατάλληλες ψυχοθεραπευτικές μεθόδους, όμως είναι εξίσου αρκετοί κι εκείνοι που είτε δεν μπορούν είτε δεν γνωρίζουν πώς να τα βοηθήσουν. Χρειάζεται να τονιστεί πως τα παιδιά που δέχονται βοήθεια από ειδικούς έχουν καλύτερη ψυχική υγεία στην πορεία της ζωής τους από εκείνα που μένουν χωρίς βοήθεια. Επιπρόσθετα, υπάρχουν και οι περιπτώσεις των ατόμων που βρίσκονται σε πρόωρα στάδια συναισθηματικών-ψυχικών δυσκολιών χωρίς να είναι απαραίτητη η ψυχοθεραπεία. Η σύγχρονη αυτή πραγματικότητα, λοιπόν, δημιουργεί την ανάγκη για την ύπαρξη παιδαγωγικών μεθόδων που να έχουν συμβουλευτικό/παραινετικό χαρακτήρα ώστε να βοηθηθεί η πλειοψηφία των εφήβων που δεν χρήζουν ψυχοθεραπείας, χρειάζονται όμως στήριξη και παραίνεση σε καίρια ζητήματα που τους απασχολούν, από ανθρώπους που είναι ειδικοί πάνω σ' αυτά. Άλλωστε η πρόληψη των πάντων είναι προτιμότερη της θεραπείας. Αυτή είναι και η φιλοσοφία της παρούσας μεθόδου:



ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΗ  
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ ΚΑΙ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ  
(Φ.Π.Σ.)

# ΣΤΟΧΟΙ

- ▶ Εκπαίδευση στην αναζήτηση και ανάλυση προσωπικών και κοινωνικών εμποδίων
- ▶ Εκπαίδευση στην αναζήτηση τρόπων/λύσεων (**τεχνικές και τρόποι χαλάρωσης, αναζήτηση βοήθειας...**) για να προσπεραστούν τα εμπόδια (**διαχείριση άγχους, στρες, πίεσης....**)
- ▶ Εκπαιδεύομαι να συναισθάνομαι
- ▶ Εκπαιδεύομαι να με ακούω-να αναγνωρίζω τις ανάγκες μου
- ▶ Μαθαίνω να με ΑΓΑΠΩ (**ανάκτηση αυτοπεποίθησης**)
- ▶ Επίτευξη προσωπικών στόχων σε κάθε επίπεδο (**πανελλήνιες, προσωπικές σχέσεις, ατομική ηρεμία και γαλήνη**)

# ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Διάλογος

Κινηματογράφος

Λογοτεχνία

Μουσική

Ζωγραφική



# ΟΜΑΔΕΣ

## ΟΜΑΔΕΣ ΕΩΣ 6 ΑΤΟΜΑ

- ΕΦΗΒΟΙ(ΓΥΜΝΑΣΙΟ-ΛΥΚΕΙΟ)
- ΓΟΝΕΙΣ/ΕΝΗΛΙΚΕΣ

# ΔΙΑΡΚΕΙΑ

- ▶ 1,5 ΩΡΑ 2 ΦΟΡΕΣ ΤΟ ΜΗΝΑ

Εισηγήτρια: Μαυρομανιάκη Θεοδοσία, φιλόλογος

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ: ΕΝ ΔΙΚΩ