



TUTOR

Teachers' upskilling aiming at a holistic inclusivity in learning

Εισαγωγή στη Συμπεριληπτική Εκπαίδευση

Κεφάλαιο 0.5 : Περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς

Αριθμός έργου: 101056515

Αριθμός συμφωνίας: 101056515 - TUTOR - ERASMUS-EDU-2021-PEX-TEACH-ACA

Περιεχόμενα

Εισαγωγή στα περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς	3
Ενότητα 0.5.1 [Ασύγχρονη]. Δημιουργία περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς.....	3
Εισαγωγή	3
Συνιστώσες ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς	4
Ερωτήσεις προβληματισμού	16
Αναφορές.....	17
Ενότητα 0.5.2 [Αυτοκατευθυνόμενη]. Το περιβάλλον ως μικρόκοσμος της ευρύτερης κοινωνίας	19
Ενότητα 0.5.3 [Αυτοκατευθυνόμενη]. Έλεγχος ενός περιβάλλοντος.....	19

Εισαγωγή στα περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς

Καλώς ήρθατε στο **Κεφάλαιο 0.5: Περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς**, που παρέχει καθοδήγηση για τον σχεδιασμό και τη διατήρηση περιβαλλόντων που υποστηρίζουν όλους τους μαθητές. Μέσω φυσικών χώρων, κοινωνικών και διδακτικών μεθόδων, θα σας δείξουμε πώς να φτιάχνετε χώρους όπου όλοι θα αισθάνονται ότι γίνονται σεβαστοί και εκτιμώνται.

Πώς θα διεξαχθεί αυτή η ενότητα

Αυτό το κεφάλαιο είναι ένας συνδυασμός **ασύγχρονης μάθησης** και **πρακτικής εφαρμογής**. Αυτές οι δραστηριότητες, που βασίζονται στα πρώτα κεφάλαια, περιλαμβάνουν την ανάλυση του δικού σας περιβάλλοντος, την εφαρμογή των αρχών του Καθολικού Σχεδιασμού για τη Μάθηση (UDL) και τη διερεύνηση εργαλείων κατά των προκαταλήψεων.

Πώς θα χρησιμοποιηθεί το εκπαιδευτικό υλικό

- **Εργαλειοθήκες:** Αξιολογήστε και βελτιώστε τα περιβάλλοντα με πόρους UDL και πόρους κατά των προκαταλήψεων.
- **Αναγνώσεις και βίντεο:** Βασικές πτυχές του σχεδιασμού χωρίς αποκλεισμούς.
- **Ασκήσεις λογιστικού ελέγχου:** Καταγράφοντας και παρακολουθώντας την πρόοδό σας, σε σχέση με τη συμπεριληπτικότητα, θα μάθετε βασικές πρακτικές που θα σας βοηθήσουν να καλλιεργήσετε τη συμπεριληπτικότητα σε κάθε εκπαιδευτική πρακτική που αναλαμβάνετε.

Ενότητα 0.5.1 [Ασύγχρονη]. Δημιουργία περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς

Εισαγωγή

Ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς στην εκπαίδευση είναι μια πολύπλευρη έννοια που ενσωματώνει τη φυσική προσβασιμότητα, την κοινωνική ένταξη, την εκπαιδευτική ανταπόκριση και τη συναισθηματική υποστήριξη. Όλοι οι μαθητές πρέπει να έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν ουσιαστικά, να αισθάνονται πολύτιμοι και να αξιοποιούν τις δυνατότητές τους.

Σε αυτή την ενότητα θα εξετάσουμε πώς να δημιουργούμε περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς στην εκπαίδευση. Θα εξερευνήσουμε τις φυσικές και συναισθηματικές πτυχές της συμπερίληψης, συζητώντας τη σημασία της προσβασιμότητας, των αισθητηριακών παραμέτρων και της συναισθηματικής υποστήριξης στην προώθηση μιας φιλόξενης ατμόσφαιρας για όλους τους μαθητές.

Βασικά συστατικά των περιβαλλόντων χωρίς αποκλεισμούς

Φυσική προσβασιμότητα: Η φυσική διάταξη και η υποδομή του εκπαιδευτικού περιβάλλοντος είναι σχεδιασμένα έτσι ώστε να εξυπηρετούν τις διαφορετικές ανάγκες όλων των μαθητών, συμπεριλαμβανομένων των μαθητών με αναπηρία. Αυτό περιλαμβάνει φαρδείς διαδρόμους, ρυθμιζόμενα έπιπλα και προσβάσιμα σημεία εισόδου και εξόδου

(Burgstahler, 2012- Woolner, 2010). Περιλαμβάνει επίσης αφίσες, πόρους, υλικούς πόρους (κούκλες διαφορετικού χρώματος για τα μαθήματα παιδικής φροντίδας/νοσηλευτικής/κομμωτικής κ.λπ., διαφορετικές σημαίες π.χ. σημαία προόδου για LGBTQI+) καθώς και πόρους και διδακτικό υλικό σε διάφορα μέσα που εμπεριέχουν και προάγουν τη διαφορετικότητα κ.λπ.

Κοινωνική ένταξη: Το κοινωνικό περιβάλλον προωθεί θετικές αλληλεπιδράσεις και σχέσεις μεταξύ των μαθητών, προωθώντας μια κουλτούρα σεβασμού, αποδοχής και αμοιβαίας υποστήριξης. Οι πολιτικές κατά του εκφοβισμού και οι γλωσσικές πρακτικές χωρίς αποκλεισμούς αποτελούν αναπόσπαστο στοιχείο για τη διατήρηση μιας ασφαλούς και φιλόξενης ατμόσφαιρας (Gregory, Cornell, & Fan, 2011- Espelage & Swearer, 2003).

Εκπαιδευτική συμπεριληπτικότητα: Οι διδακτικές πρακτικές είναι σχεδιασμένες έτσι ώστε να ανταποκρίνονται στις διαφορετικές μαθησιακές ανάγκες όλων των μαθητών. Αυτό περιλαμβάνει διαφοροποιημένη διδασκαλία, οπτικά βοηθήματα, οπτικοακουστικούς, απτικούς και κιναισθητικούς τρόπους και υποστηρικτικές τεχνολογίες, καθώς και μεθόδους διδασκαλίας που ανταποκρίνονται σε πολιτισμικά θέματα (Gay, 2010- Mayer, 2009).

Συναισθηματική υποστήριξη: Το συναισθηματικό κλίμα της τάξης είναι υποστηρικτικό και περιποιητικό, παρέχοντας στους μαθητές τη συναισθηματική ασφάλεια που χρειάζονται για να συμμετέχουν πλήρως στη μάθηση. Οι εκπαιδευτικοί διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση της ενσυναίσθησης και στην ενίσχυση της αίσθησης της κοινότητας (Jennings & Greenberg, 2009- Battistich et al., 1995).

Συνιστώσες ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς

Φυσικό περιβάλλον

Προσβάσιμοι όλοι οι χώροι εκπαίδευσης

Σημασία της συμμόρφωσης με τις νομικές απαιτήσεις

Νομικές απαιτήσεις: Η δημιουργία προσβάσιμων διαρρυθμίσεων των αιθουσών διδασκαλίας δεν αποτελεί απλώς βέλτιστη πρακτική, αλλά νομική υποχρέωση σε πολλές χώρες. Για παράδειγμα, η Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρία (CRPD) ορίζει ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο για την προώθηση, την προστασία και τη διασφάλιση της πλήρους και ισότιμης απόλαυσης όλων των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και των θεμελιωδών ελευθεριών από τα άτομα με αναπηρία. Δίνει έμφαση στον σεβασμό της εγγενούς αξιοπρέπειάς τους και διασφαλίζει ότι αντιμετωπίζονται ως ισότιμα μέλη της κοινωνίας.

Προώθηση της ανεξαρτησίας: Μια προσβάσιμη διάταξη της τάξης συμβάλλει σημαντικά στην ανεξαρτησία των μαθητών με αναπηρία. Ο σχεδιασμός χώρων που επιτρέπουν στους μαθητές να κινούνται ελεύθερα και να χρησιμοποιούν τις εγκαταστάσεις ανεξάρτητα είναι ο καλύτερος τρόπος για την προώθηση της αίσθησης αυτονομίας και αυτοπεποίθησης των μαθητών με αναπηρία. Η ανεξαρτησία στην πλοήγηση στην τάξη ενισχύει τη συνολική μαθησιακή τους εμπειρία και τη συμμετοχή τους.

Σκέψεις σχεδιασμού

Ευρείς διάδρομοι: Οι φαρδείς διάδρομοι είναι απαραίτητοι για να εξασφαλιστεί ότι οι μαθητές που χρησιμοποιούν βοηθήματα κινητικότητας όπως αναπηρικά αμαξίδια, μπορούν να περιηγηθούν στην τάξη χωρίς εμπόδια. Οι κατευθυντήριες γραμμές ADA για την προσβασιμότητα αναφέρουν ότι οι διάδρομοι πρέπει να έχουν πλάτος τουλάχιστον 36 ίντσες για να μπορούν να φιλοξενήσουν αναπηρικά αμαξίδια. Επομένως, είναι επιτακτική ανάγκη να υπάρχουν φαρδύτεροι διάδρομοι για να διευκολύνεται η μετακίνηση και να μειώνεται ο κίνδυνος ατυχημάτων και τραυματισμών.

Ρυθμιζόμενα έπιπλα: Τα ρυθμιζόμενα έπιπλα είναι απαραίτητα για να ανταποκρίνονται στις διαφορετικές ανάγκες των μαθητών. Τα γραφεία και οι καρέκλες που μπορούν να τροποποιηθούν σε ύψος και διαμόρφωση επιτρέπουν στους μαθητές να βρίσκουν άνετες και εργονομικές θέσεις για μάθηση. Μελέτες έχουν δείξει ότι τα εργονομικά έπιπλα μπορούν να μειώσουν τη σωματική καταπόνηση και να αυξήσουν τη συγκέντρωση και την παραγωγικότητα (Chaffin, Andersson & Martin, 2006). Τα ρυθμιζόμενα έπιπλα εξασφαλίζουν επίσης ότι οι μαθητές με διάφορες φυσικές συνθήκες μπορούν να χρησιμοποιούν τους ίδιους πόρους, προωθώντας τη συμπεριληπτικότητα. Οι αίθουσες διδασκαλίας πρέπει να διαθέτουν προσβάσιμα σημεία εισόδου και εξόδου. Αυτό είναι απαραίτητο για να διασφαλιστεί ότι όλοι οι μαθητές μπορούν να εισέρχονται και να εξέρχονται από την αίθουσα με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα. Οι πόρτες πρέπει να είναι αρκετά φαρδιές για αναπηρικά αμαξίδια και δεν πρέπει να υπάρχουν σκαλοπάτια ή άλλα εμπόδια σε αυτά τα σημεία. Τα πρότυπα ADA συνιστούν ότι οι πόρτες πρέπει να έχουν πλάτος τουλάχιστον 32 ίντσες (U.S. Department of Justice, 2010). Οι αυτόματες πόρτες ή οι πόρτες με προσβάσιμες χειρολαβές μπορούν να βελτιώσουν περαιτέρω την προσβασιμότητα.

Φροντίδα σχετικά με το σχολικό κτίριο:

- Πολυθρησκευτικές αίθουσες προσευχής/πνευματικοί χώροι
- Κοινές τουαλέτες (χωρίς ένδειξη φύλου)
- Κυλικεία/χώροι εστίασης που λαμβάνουν υπόψη τις διαφορετικές θρησκευτικές πεποιθήσεις ή ηθικές αξίες.
- Χώροι άθλησης και κοινωνικοποίησης χωρίς αποκλεισμούς

Λήψη υπόψη των αισθητηριακών ευαισθησιών

Αντιμετώπιση των αισθητηριακών ευαισθησιών με τη διαχείριση των οπτικών, ακουστικών και απτικών εισροών

Οπτικές εισροές: Ειδικά για μαθητές με αισθητηριακές ευαισθησίες ή διαταραχές όπως η διαταραχή του φάσματος του αυτισμού (ΔΑΦ). Ο έντονος φωτισμός, όπως οι λαμπτήρες φθορισμού, πρέπει να αποφεύγεται, καθώς μπορεί να είναι συντριπτικός και να αποσπά την προσοχή. Μελέτες έχουν δείξει ότι τα άτομα με ΔΦΑ και άλλες διαταραχές αισθητηριακής επεξεργασίας είναι συχνά υπερευαίσθητα στα έντονα φώτα και στην οπτική ακαταστασία (Ashburner, Ziviani, & Rodger, 2008). Ως εκ τούτου, η χρήση πιο ήπιου, μη φθορίζοντος φωτισμού είναι ο καλύτερος τρόπος για τη δημιουργία ενός πιο άνετου και λιγότερο αγχωτικού οπτικού περιβάλλοντος.

Οι ακουστικές εισροές, συμπεριλαμβανομένου του θορύβου στο παρασκήνιο και των ξαφνικών δυνατών ήχων, μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά τους μαθητές με αισθητηριακές ευαισθησίες. Ο θόρυβος μπορεί να αποτελέσει ιδιαίτερη πρόκληση σε ανοικτές ή ηχογενείς αίθουσες διδασκαλίας. Η εφαρμογή τεχνολογιών ηχομόνωσης ή η παροχή ακουστικών ακύρωσης θορύβου (ηχομονωτικών ακουστικών) είναι η λύση. Έρευνες δείχνουν ότι η μείωση των ακουστικών περισπασμών μπορεί να βελτιώσει τη συγκέντρωση και την ακαδημαϊκή απόδοση σε μαθητές με διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) και προβλήματα αισθητηριακής επεξεργασίας (Schaaf, Benevides, Kelly, & Mailloux, 2012).

Είσοδοι αφής: Οι απτικές εισοδοι είναι φυσικές αισθήσεις που βιώνονται μέσω της αφής. Ορισμένοι μαθητές μπορεί να είναι υπερευαίσθητοι σε ορισμένες υφές ή να χρειάζονται συγκεκριμένα απτικά ερεθίσματα για να παραμείνουν συγκεντρωμένοι. Η ενσωμάτωση ηρεμιστικών υλικών, όπως μαλακά υφάσματα και αισθητηριακά εργαλεία (π.χ. μπάλες άγχους, σβούρες), παρέχει τις απαραίτητες απτικές εισροές και βοηθά στη ρύθμιση των αισθητηριακών εμπειριών. Η προσέγγιση αυτή ευθυγραμμίζεται με τις αρχές της θεραπείας αισθητηριακής ολοκλήρωσης, η οποία στοχεύει στο να βοηθήσει τα άτομα να επεξεργάζονται και να ανταποκρίνονται στις αισθητηριακές πληροφορίες πιο αποτελεσματικά (Ayres, 2005).

Πρακτικές προσαρμογές

Φωτισμός χωρίς φθορισμό: είναι ένας αποτελεσματικός τρόπος για τη μείωση της οπτικής καταπόνησης και της δυσφορίας. Ο φωτισμός χωρίς φθορισμό είναι λιγότερο σκληρός και πιο διάχυτος, γεγονός που ελαχιστοποιεί την υπερδιέγερση. Μελέτες έχουν δείξει ότι ο φυσικός φωτισμός μπορεί να βελτιώσει τη διάθεση και την παραγωγικότητα, καθιστώντας τον μια ευεργετική εναλλακτική λύση για τις αίθουσες διδασκαλίας (Figueiro, Rea, & Stevens, 2002).

Ακουστικά ακύρωσης θορύβου: Παρέχετε ακουστικά ακύρωσης θορύβου (ηχομονωτικά ακουστικά) για τους μαθητές που είναι ευαίσθητοι στα ακουστικά ερεθίσματα. Αυτά τα ακουστικά δημιουργούν ένα πιο ήσυχο περιβάλλον, επιτρέποντας στους μαθητές να συγκεντρώνονται καλύτερα και να μειώνουν το άγχος. Μια μελέτη των Schaaf κ.ά. (2012) υποστηρίζει τη χρήση ηχομονωτικών συσκευών ως μέρος των στρατηγικών αισθητηριακής ολοκλήρωσης, αποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητά τους στη βελτίωση της προσοχής και τη μείωση της αισθητηριακής υπερφόρτωσης.

Ηρεμιστικά υλικά: Ενσωματώστε ηρεμιστικά υλικά στην τάξη για να δημιουργήσετε ένα καταπραϋντικό περιβάλλον αφής. Αντικείμενα όπως σταθμισμένες κουβέρτες βαρύτητας, μαλακά μαξιλάρια και αισθητηριακά παιχνίδια βοηθούν τους μαθητές να αυτορυθμίζονται. Αυτά τα υλικά παρέχουν τις απαραίτητες αισθητηριακές εισροές για τη διατήρηση της συγκέντρωσης και της ηρεμίας. Η θεραπεία αισθητηριακής ολοκλήρωσης χρησιμοποιεί συχνά παρόμοια εργαλεία για να βοηθήσει τα άτομα να επιτύχουν μια ισορροπημένη αισθητηριακή κατάσταση (Ayres, 2005).

Οπτικά βοηθήματα, σήμανση και διακόσμηση

Ενίσχυση της κατανόησης και του προσανατολισμού για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες ή προβλήματα όρασης

Οπτικά βοηθήματα και κατανόηση: Τα οπτικά βοηθήματα είναι απαραίτητα για την ενίσχυση της κατανόησης για μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες ή προβλήματα όρασης. Τα βοηθήματα αυτά περιλαμβάνουν πίνακες, διαγράμματα, αφίσες και ψηφιακές οθόνες που απλοποιούν τις πολύπλοκες πληροφορίες και τις καθιστούν πιο προσιτές. Έρευνες αποδεικνύουν ότι τα οπτικά βοηθήματα βελτιώνουν σημαντικά τα μαθησιακά αποτελέσματα, καθώς παρέχουν εναλλακτικές αναπαραστάσεις των πληροφοριών, οι οποίες βοηθούν τους μαθητές να κατανοήσουν και να διατηρήσουν καλύτερα τις έννοιες (Mayer, 2009). Για τους μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες, τα οπτικά βοηθήματα αναλύουν τις πληροφορίες σε διαχειρίσιμα κομμάτια, καθιστώντας τη μάθηση πιο αποτελεσματική.

Σήμανση και πλοήγηση: Η σαφής και συνεπής σήμανση είναι απαραίτητη για να βοηθηθούν οι μαθητές με προβλήματα όρασης να προσανατολιστούν στην τάξη και στο σχολικό περιβάλλον. Η σήμανση πρέπει να περιλαμβάνει μεγάλα γράμματα, χρώματα υψηλής αντίθεσης και γραφή Braille, ώστε να διασφαλίζεται ότι είναι προσβάσιμη από όλους τους μαθητές. Το Αμερικανικό Ίδρυμα Τυφλών (AFB) αναφέρει ότι η αποτελεσματική σήμανση μπορεί να ενισχύσει σημαντικά την ανεξαρτησία και την αυτοπεποίθηση των μαθητών με προβλήματα όρασης, παρέχοντάς τους τις απαραίτητες ενδείξεις για να κινούνται με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα (AFB, 2016).

Αντικατοπτρίζοντας την ποικιλομορφία των μαθητών μέσω πολιτισμικά ευαίσθητων υλικών

Πολιτισμικά ανταποκρινόμενα υλικά: Η διακόσμηση και τα υλικά της τάξης πρέπει να αντικατοπτρίζουν την ποικιλομορφία των μαθητών, ώστε να προάγεται ένα περιβάλλον χωρίς αποκλεισμούς. Τα υλικά που ανταποκρίνονται πολιτισμικά περιλαμβάνουν βιβλία, αφίσες και μαθησιακά βοηθήματα που αντιπροσωπεύουν διαφορετικούς πολιτισμούς, γλώσσες και εμπειρίες. Αυτά τα υλικά επικυρώνουν τις ταυτότητες όλων των μαθητών, προωθώντας την αίσθηση του ανήκειν και του σεβασμού. Η έρευνα της Gay (2010) καθιστά σαφές ότι η πολιτισμικά ανταποκρινόμενη διδασκαλία είναι απαραίτητη για την ενίσχυση της δέσμευσης και της επίδοσης των μαθητών. Όταν οι μαθητές βλέπουν τους πολιτισμούς και τις εμπειρίες τους να αντικατοπτρίζονται στην τάξη, είναι πιο πιθανό να αισθάνονται ότι εκτιμώνται και να έχουν κίνητρο να συμμετέχουν.

Επίδραση στο κλίμα της τάξης και του σχολείου: Η ενσωμάτωση υλικών που ανταποκρίνονται πολιτισμικά στη διακόσμηση της τάξης είναι ένας αποτελεσματικός τρόπος για τη δημιουργία θετικού κλίματος χωρίς αποκλεισμούς. Στέλνει ένα σαφές μήνυμα στους μαθητές ότι η διαφορετικότητα γιορτάζεται και γίνεται σεβαστή, γεγονός που μπορεί να μειώσει τα αισθήματα περιθωριοποίησης και αποκλεισμού. Η προσέγγιση αυτή ευθυγραμμίζεται με τις αρχές της διαπολιτισμικής, φυλετικής, ταξικής και σεξουαλικής εκπαίδευσης, οι οποίες απαιτούν ένα πρόγραμμα σπουδών χωρίς αποκλεισμούς που να αντικατοπτρίζει το διαφορετικό υπόβαθρο όλων των μαθητών (Banks & Banks, 2010) και πρέπει να είναι εμφανές στις παιδαγωγικές προσεγγίσεις και σχέσεις. Με την προώθηση της διαπολιτισμικής ευαισθητοποίησης και ευαισθησίας, οι εκπαιδευτικοί πρέπει να προωθήσουν μια πιο υποστηρικτική και συνεκτική μαθησιακή κοινότητα.

Επιδείξεις σημαιών (πρόσδος ή εθνικότητες)

Αφίσες/εικαστικά/πόροι/βιβλία που μοιάζουν με τον τυπικό σχολικό πληθυσμό, π.χ. διαφορετικά φύλα, σεξουαλικότητες, οικογενειακοί σχηματισμοί, εθνικότητες, θρησκείες, φυλές, άτομα με ειδικές ανάγκες/αναπηρίες, γλώσσες (σενάριο από όλες τις γλώσσες που εκπροσωπούνται στο σχολικό περιβάλλον).

Συναισθηματικό περιβάλλον

Χαρακτηριστικά ενός συναισθηματικά υποστηρικτικού περιβάλλοντος

Καθιέρωση ασφάλειας και σεβασμού μέσω σαφών κανόνων κατά του εκφοβισμού και των διακρίσεων

Ασφάλεια και σεβασμός: Η δημιουργία ενός συναισθηματικά υποστηρικτικού περιβάλλοντος στην τάξη αρχίζει με τη δημιουργία ενός θεμελίου ασφάλειας και σεβασμού. Είναι σημαντικό να διασφαλιστεί ότι όλοι οι μαθητές και το προσωπικό αισθάνονται ασφάλεια και εκτίμηση, δηλώνοντας με σαφήνεια τους κανόνες, τις πολιτικές και τις κατευθυντήριες γραμμές κατά του εκφοβισμού και των διακρίσεων.

Οι Gregory, Cornell και Fan (2011) διαπίστωσαν ότι οι μαθητές που αισθάνονται ασφαλείς και υποστηριζόμενοι στο σχολικό τους περιβάλλον ασχολούνται περισσότερο με τη μάθηση και έχουν καλύτερες ακαδημαϊκές επιδόσεις. Αυτό υπογραμμίζει τη σημασία της αποτελεσματικής εφαρμογής αυτών των στρατηγικών. Ακολουθούν πρακτικά βήματα για την επίτευξη αυτού του στόχου:

Σαφώς καθορισμένοι κανόνες και πολιτικές:

Ανάπτυξη ολοκληρωμένων πολιτικών κατά του εκφοβισμού: Περιγράψτε με σαφήνεια τι συνιστά εκφοβισμό και διακρίσεις. Συμπεριλάβετε παραδείγματα και εξασφαλίστε ότι οι πολιτικές αυτές είναι ορατές και προσβάσιμες σε όλους τους μαθητές και το προσωπικό. Να αναθεωρείτε και να ενημερώνετε τακτικά τις πολιτικές αυτές ώστε να αντικατοπτρίζουν τις τρέχουσες ανάγκες και τις νομικές απαιτήσεις.

Συνεπής εφαρμογή: Διασφαλίστε ότι οι κανόνες κατά του εκφοβισμού και των διακρίσεων εφαρμόζονται με συνέπεια. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να λαμβάνετε άμεσα και κατάλληλα μέτρα όταν συμβαίνουν περιστατικά. Η συνεπής επιβολή δημιουργεί εμπιστοσύνη και αποδεικνύει τη δέσμευση του σχολείου για ένα ασφαλές περιβάλλον.

Εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση:

Προγράμματα κατάρτισης: Παροχή τακτικής κατάρτισης για εκπαιδευτικούς, προσωπικό και μαθητές σχετικά με την αναγνώριση, την πρόληψη και την αντιμετώπιση του εκφοβισμού και των διακρίσεων. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει εργαστήρια, σεμινάρια και δραστηριότητες παιχνιδιού ρόλων.

Εκστρατείες ευαισθητοποίησης: Ξεκινήστε εκστρατείες που προάγουν τον σεβασμό και τη συμπερίληψη. Χρησιμοποιήστε αφίσες, διοργανώστε σχολικές συνελεύσεις και δραστηριότητες για να ενισχύσετε το μήνυμα.

Συστήματα υποστήριξης:

Συμβουλευτικές υπηρεσίες: Διασφάλιση ότι οι φοιτητές έχουν πρόσβαση σε συμβουλευτικές υπηρεσίες. Οι εκπαιδευμένοι σύμβουλοι μπορούν να παρέχουν υποστήριξη στα θύματα εκφοβισμού και διακρίσεων και να τα βοηθήσουν να αναπτύξουν στρατηγικές αντιμετώπισης.

Προγράμματα υποστήριξης ομότιμων: Δημιουργία ομάδων καθοδήγησης και υποστήριξης από ομοτίμους, όπου οι μαθητές μπορούν να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και να στηρίξουν ο ένας τον άλλον σε έναν ασφαλή χώρο.

Ενθάρρυνση θετικής συμπεριφοράς:

Θετική ενίσχυση: Αναγνωρίστε και επιβραβεύστε τη θετική συμπεριφορά που προάγει τη συμπερίληπτικότητα και τον σεβασμό. Αυτό μπορεί να γίνει μέσω βραβείων, δημόσιας αναγνώρισης ή άλλων κινήτρων.

Κοινωνικο-συναισθηματική μάθηση (SEL): Ενσωματώστε προγράμματα SEL στο πρόγραμμα σπουδών για να διδάξετε στους μαθητές την ενσυναίσθηση, τη ρύθμιση των συναισθημάτων και την επίλυση συγκρούσεων.

Δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς αποκλεισμούς:

Πρόγραμμα σπουδών χωρίς αποκλεισμούς: Διασφάλιση ότι το πρόγραμμα σπουδών περιλαμβάνει διαφορετικές προοπτικές και αναπαραστάσεις. Αυτό βοηθά τους μαθητές να κατανοήσουν και να εκτιμήσουν τους διαφορετικούς πολιτισμούς και υπόβαθρα.

Εκπαίδευση πολιτισμικής επάρκειας: Παροχή κατάρτισης για το προσωπικό σε θέματα πολιτισμικής επάρκειας, ώστε να το βοηθήσει να κατανοήσει και να αντιμετωπίσει τις ανάγκες ενός ποικιλόμορφου μαθητικού σώματος.

Συμμετοχή μαθητών:

Συμμετοχή των φοιτητών: Εμπλοκή των μαθητών στη δημιουργία και εφαρμογή πολιτικών κατά του εκφοβισμού. Όταν οι μαθητές έχουν λόγο στους κανόνες, είναι πιο πιθανό να τους τηρούν.

Ευκαιρίες ηγεσίας: Παροχή ευκαιριών στους μαθητές να αναλάβουν ηγετικούς ρόλους για την προώθηση μιας θετικής σχολικής κουλτούρας. **Εκφοβισμός και διακρίσεις:** Είναι σαφές ότι ο εκφοβισμός και οι διακρίσεις έχουν σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία και την ακαδημαϊκή επιτυχία των μαθητών. Η εφαρμογή αυστηρών πολιτικών κατά του εκφοβισμού και η προώθηση μιας κουλτούρας χωρίς αποκλεισμούς μπορούν και πρέπει να χρησιμοποιηθούν για τον μετριασμό αυτών των ζητημάτων. Το Εθνικό Κέντρο Εκπαιδευτικών Στατιστικών (2016), αναφέρει ότι τα σχολεία με ολοκληρωμένες πολιτικές κατά του εκφοβισμού αναφέρουν λιγότερα περιστατικά εκφοβισμού και θετικότερο σχολικό κλίμα. Επιπλέον, η προώθηση του σεβασμού της διαφορετικότητας και η εφαρμογή πρακτικών κατά των διακρίσεων είναι απαραίτητες για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος όπου όλοι οι μαθητές και το προσωπικό θα αισθάνονται αποδεκτοί ανεξάρτητα από το υπόβαθρό τους (Espelage & Swearer, 2003). Για την αποτελεσματική εφαρμογή πολιτικών κατά του εκφοβισμού και την προώθηση μιας κουλτούρας χωρίς αποκλεισμούς, οι εκπαιδευτικοί χρειάζονται πρακτικά εργαλεία και στρατηγικές που μπορούν να ενσωματωθούν στην καθημερινή τους ρουτίνα. Ακολουθούν ορισμένες τεκμηριωμένες μέθοδοι και εργαλεία που

μπορούν να βοηθήσουν στη δημιουργία ενός ασφαλούς και με σεβασμό μαθησιακού περιβάλλοντος:

1. Σαφής κοινοποίηση της εφαρμοζόμενης πολιτικής

- **Μαθητικά εργαστήρια και συνελεύσεις:** Να διοργανώνετε τακτικά εργαστήρια και συνελεύσεις για την ενημέρωση των μαθητών σχετικά με τις πολιτικές κατά του εκφοβισμού, τις συνέπειες του εκφοβισμού και τη σημασία του σεβασμού και της συμπερίληψης. Χρησιμοποιήστε ελκυστικές δραστηριότητες όπως παιχνίδια ρόλων για να βοηθήσετε τους μαθητές να κατανοήσουν τον αντίκτυπο των πράξεών τους.

- **Οπτικές υπενθυμίσεις:** Τοποθετήστε αφίσες σε όλο το σχολείο που περιγράφουν τους κανόνες κατά του εκφοβισμού και των διακρίσεων, καθώς και τα βήματα για την αναφορά περιστατικών. Τα οπτικά βοηθήματα ενισχύουν τις πολιτικές και τις κρατούν στο μυαλό των μαθητών.

2. Μηχανισμοί αναφοράς

- **Εργαλεία ανώνυμης αναφοράς.** Εφαρμόστε συστήματα ανώνυμης αναφοράς, όπως μια φυσική θυρίδα ή μια ηλεκτρονική φόρμα, όπου οι μαθητές μπορούν να αναφέρουν με ασφάλεια περιστατικά εκφοβισμού χωρίς το φόβο αντιποίνων.

- **Καθορισμένοι ασφαλείς χώροι:** Δημιουργήστε καθορισμένους χώρους όπου οι μαθητές μπορούν να πάνε για να αναφέρουν τον εκφοβισμό ή να ζητήσουν υποστήριξη. Βεβαιωθείτε ότι οι χώροι αυτοί είναι στελεχωμένοι με εκπαιδευμένο προσωπικό που μπορεί να παρέχει άμεση βοήθεια.

3. Κοινωνικο-συναισθηματική μάθηση (SEL)

- **Ενσωμάτωση του SEL στο πρόγραμμα σπουδών:** Ενσωματώστε προγράμματα κοινωνικο-συναισθηματικής μάθησης στο καθημερινό πρόγραμμα σπουδών. Τα προγράμματα SEL διδάσκουν στους μαθητές δεξιότητες όπως η ενσυναίσθηση, η συναισθηματική ρύθμιση και η επίλυση συγκρούσεων. Πόροι όπως το CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) παρέχουν πλαίσια και σχέδια μαθημάτων για το SEL.

- **Προγράμματα διαμεσολάβησης μεταξύ συνομηλίκων:** Εκπαιδεύουν τους μαθητές να γίνουν διαμεσολαβητές συνομηλίκων που μπορούν να βοηθήσουν στην επίλυση συγκρούσεων μεταξύ των συμμαθητών τους. Η διαμεσολάβηση μεταξύ συνομηλίκων μπορεί να είναι ένας αποτελεσματικός τρόπος για την αντιμετώπιση μικρών συγκρούσεων πριν αυτές κλιμακωθούν σε εκφοβισμό.

4. Στρατηγικές στην τάξη

- **Δραστηριότητες σε κύκλο και τακτικές αναφορές:** Χρησιμοποιήστε δραστηριότητες σε κύκλο ή τις πρωινές συναντήσεις για να δώσετε στους μαθητές ένα βήμα για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να συζητήσουν τυχόν θέματα που μπορεί να αντιμετωπίζουν. Οι τακτικοί έλεγχοι μπορούν να βοηθήσουν στον έγκαιρο εντοπισμό πιθανών προβλημάτων.

- **Επανορθωτικές πρακτικές:** Εφαρμόστε πρακτικές δικαιοσύνης αποκατάστασης που επικεντρώνονται στην αποκατάσταση της βλάβης και την αποκατάσταση των σχέσεων αντί της τιμωρίας των παραβατών. Οι επανορθωτικοί κύκλοι και οι στοχευμένες ομιλίες μπορούν

να βοηθήσουν τους μαθητές να κατανοήσουν τον αντίκτυπο των πράξεών τους και να ενισχύσουν το αίσθημα της υπευθυνότητας και της ενσυναίσθησης.

5. Επαγγελματική ανάπτυξη

- **Συνεχής κατάρτιση:** Παρέχετε συνεχείς ευκαιρίες επαγγελματικής ανάπτυξης για τους εκπαιδευτικούς και το προσωπικό ώστε να ενημερώνονται για τις τελευταίες στρατηγικές πρόληψης και αντιμετώπισης του εκφοβισμού και των διακρίσεων. Τα εργαστήρια, τα διαδικτυακά σεμινάρια και οι συνεδρίες συνεργατικής μάθησης μπορεί να είναι χρήσιμα.

- **Συνεργασία και υποστήριξη:** Ενθαρρύνετε τους εκπαιδευτικούς να συνεργάζονται και να μοιράζονται τις βέλτιστες πρακτικές για τη δημιουργία τάξεων χωρίς αποκλεισμούς. Δημιουργήστε ομάδες υποστήριξης ή προγράμματα καθοδήγησης όπου οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ζητούν συμβουλές και υποστήριξη από τους συναδέλφους τους.

6. Προώθηση της συμπεριληπτικότητας και της ποικιλομορφίας

- **Γιορτάστε τη διαφορετικότητα:** Διοργανώστε εκδηλώσεις και δραστηριότητες που γιορτάζουν την πολιτιστική ποικιλομορφία, όπως πολυπολιτισμικές ημέρες, μήνες πολιτιστικής κληρονομιάς και εορτασμούς διακοπών χωρίς αποκλεισμούς. Αυτές οι εκδηλώσεις μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να εκτιμήσουν τους διαφορετικούς πολιτισμούς και υπόβαθρα.

- **Διαφορετικό πρόγραμμα σπουδών:** Διασφαλίστε ότι το πρόγραμμα σπουδών περιλαμβάνει ποικίλες προοπτικές και υλικά. Χρησιμοποιήστε βιβλία, βίντεο και άλλους πόρους που αντικατοπτρίζουν ένα ευρύ φάσμα πολιτισμών, εμπειριών και ταυτοτήτων.

7. Συμμετοχή των γονέων και της κοινότητας

- **Εργαστήρια γονέων:** Οργανώστε εργαστήρια για τους γονείς για να τους ενημερώσετε για τις πολιτικές του σχολείου κατά του εκφοβισμού και για το πώς μπορούν να υποστηρίξουν τα παιδιά τους στην καλλιέργεια ενός περιβάλλοντος σεβασμού στο σπίτι.

- **Κοινοτικές συνεργασίες:** Συνεργασία με τοπικές οργανώσεις και εμπειρογνώμονες για την παροχή πρόσθετων πόρων και υποστήριξης για τους μαθητές και το προσωπικό. Η συμμετοχή της κοινότητας μπορεί να ενισχύσει τις προσπάθειες του σχολείου να δημιουργήσει ένα ασφαλές και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλον.

Η δημιουργία ενός ασφαλούς και χωρίς αποκλεισμούς σχολικού περιβάλλοντος απαιτεί την ενεργό συμμετοχή διαφόρων μελών της σχολικής κοινότητας. Κάθε ομάδα διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στην εφαρμογή και διατήρηση πολιτικών και πρακτικών που αποτρέπουν τον εκφοβισμό και τις διακρίσεις.

1. Σχολική διοίκηση.

Ρόλος: Οι διευθυντές των σχολείων, συμπεριλαμβανομένων των διευθυντών και των υποδιευθυντών, είναι υπεύθυνοι για τον καθορισμό του τόνου και της κουλτούρας του σχολείου.

- **Ανάπτυξη πολιτικής:** Αναπτύσσουν και εφαρμόζουν ολοκληρωμένες πολιτικές κατά του εκφοβισμού και των διακρίσεων, διασφαλίζοντας ότι κοινοποιούνται αποτελεσματικά στους μαθητές, το προσωπικό και τους γονείς.

- **Εκπαίδευση και πόροι:** Οι διευθυντές παρέχουν συνεχή κατάρτιση στο προσωπικό σχετικά με τον τρόπο αναγνώρισης, πρόληψης και αντιμετώπισης του εκφοβισμού και των διακρίσεων. Διαθέτουν επίσης πόρους για την υποστήριξη αυτών των πρωτοβουλιών

- **Παρακολούθηση και αξιολόγηση:** Παρακολουθούν την αποτελεσματικότητα των πολιτικών μέσω τακτικών αξιολογήσεων και προσαρμόζουν τις στρατηγικές με βάση την ανατροφοδότηση και τα νέα ερευνητικά ευρήματα.

2. Εκπαιδευτικοί και βοηθητικό προσωπικό.

Ρόλος: Οι εκπαιδευτικοί και το βοηθητικό προσωπικό βρίσκονται στην πρώτη γραμμή, αλληλεπιδρώντας άμεσα με τους μαθητές καθημερινά.

- **Διαχείριση της τάξης:** Δημιουργούν ένα θετικό περιβάλλον στην τάξη θέτοντας σαφείς προσδοκίες για τη συμπεριφορά και εφαρμόζοντας με συνέπεια τους κανόνες κατά του εκφοβισμού και των διακρίσεων.

- **Ενσωμάτωση SEL:** Οι εκπαιδευτικοί ενσωματώνουν την κοινωνικο-συναισθηματική μάθηση (SEL) στα μαθήματά τους για να διδάξουν ενσυναίσθηση, συναισθηματική ρύθμιση και δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων.

- **Παρατήρηση και υποβολή εκθέσεων:** Οι εκπαιδευτικοί και το προσωπικό εκπαιδεύονται να παρατηρούν τα σημάδια εκφοβισμού και διακρίσεων και να αναφέρουν αμέσως τα περιστατικά. Παρέχουν επίσης υποστήριξη στους θιγόμενους μαθητές και διευκολύνουν τις επανορθωτικές πρακτικές όταν χρειάζεται.

3. Μαθητές

Ρόλος: Οι μαθητές διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην καλλιέργεια μιας σχολικής κουλτούρας με σεβασμό και χωρίς αποκλεισμούς.

- **Υποστήριξη από ομότιμους:** Οι μαθητές μπορούν να συμμετέχουν σε προγράμματα καθοδήγησης από συνομηλίκους, βοηθώντας στη διαμεσολάβηση συγκρούσεων και υποστηρίζοντας τους συμμαθητές τους που μπορεί να αντιμετωπίζουν εκφοβισμό.

- **Μαθητική ηγεσία:** Η συμμετοχή σε μαθητικά συμβούλια και ομάδες ηγεσίας επιτρέπει στους μαθητές να υποστηρίξουν πρωτοβουλίες κατά του εκφοβισμού και να προωθήσουν την ενσωμάτωση μέσω σχολικών εκδηλώσεων και δραστηριοτήτων.

- **Ενεργοί παρευρισκόμενοι:** Οι μαθητές ενθαρρύνονται να είναι ενεργοί παρατηρητές, παρεμβαίνοντας όταν γίνονται μάρτυρες εκφοβισμού και υποστηρίζοντας τους συμμαθητές τους στην αναφορά περιστατικών.

4. Γονείς και κηδεμόνες.

Ρόλος: Οι γονείς και οι κηδεμόνες είναι βασικοί εταίροι στην ενίσχυση των μηνυμάτων κατά του εκφοβισμού και υπέρ της συμπεριληψης στο σπίτι.

- **Εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση:** Τα σχολεία μπορούν να προσφέρουν εργαστήρια και πόρους για την εκπαίδευση των γονέων σχετικά με τις πολιτικές του σχολείου και τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να υποστηρίξουν τα παιδιά τους στην προώθηση ενός περιβάλλοντος σεβασμού.

- **Επικοινωνία:** Η διατήρηση ανοικτών γραμμών επικοινωνίας μεταξύ γονέων και προσωπικού του σχολείου βοηθά στην άμεση και αποτελεσματική αντιμετώπιση των προβλημάτων. Οι γονείς μπορούν να αναφέρουν τυχόν περιστατικά εκφοβισμού που αντιλαμβάνονται και να συνεργάζονται με το σχολείο για την επίλυσή τους.

- **Πρότυπα ρόλων:** Οι γονείς αποτελούν πρότυπο συμπεριφοράς με σεβασμό και χωρίς αποκλεισμούς στο σπίτι, επηρεάζοντας τη στάση και τη συμπεριφορά των παιδιών τους απέναντι στους άλλους.

5. Κοινωνικοί εταίροι.

Ρόλος: Κοινωνικές οργανώσεις και εμπειρογνώμονες παρέχουν πρόσθετη υποστήριξη και πόρους.

- **Εμπειρογνωμοσύνη και πόροι:** Οι κοινωνικές οργανώσεις μπορούν να προσφέρουν εξειδικευμένα προγράμματα και πόρους για την αντιμετώπιση του εκφοβισμού και των διακρίσεων, όπως υπηρεσίες ψυχικής υγείας και εκπαίδευση σε θέματα διαφορετικότητας.

- **Συνεργατικές εκδηλώσεις:** Τα σχολεία μπορούν να συνεργαστούν με ομάδες της κοινότητας για τη διοργάνωση εκδηλώσεων που γιορτάζουν την ποικιλομορφία και προάγουν τη συμπερίληψη, ενισχύοντας περαιτέρω αυτές τις αξίες μεταξύ των μαθητών και του προσωπικού.

Συνεργαζόμενα, αυτά τα μέλη της σχολικής κοινότητας μπορούν να δημιουργήσουν ένα συνεκτικό και υποστηρικτικό περιβάλλον όπου όλοι οι μαθητές θα αισθάνονται ασφαλείς, σεβαστοί και αξιόλογοι.

Προώθηση της συναισθηματικής ευημερίας και της αίσθησης της κοινότητας

Συναισθηματική ευημερία: Είναι ευθύνη όλων στη σχολική κοινότητα, συμπεριλαμβανομένων των εκπαιδευτικών, να προωθούν τη συναισθηματική ευημερία των μαθητών και των συναδέλφων τους. Αυτό περιλαμβάνει τη δημιουργία μιας υποστηρικτικής ατμόσφαιρας όπου οι μαθητές και το προσωπικό αισθάνονται συναισθηματικά ασφαλείς και φροντισμένοι. Υπάρχει σαφής σύνδεση μεταξύ της συναισθηματικής ευεξίας και των καλύτερων αποτελεσμάτων της ψυχικής υγείας, των χαμηλότερων επιπέδων άγχους και των υψηλότερων ακαδημαϊκών επιδόσεων. Μάλιστα, οι Jennings και Greenberg (2009) προτείνουν ότι οι εκπαιδευτικοί πρέπει να πρωτοστατούν σε αυτό, παρέχοντας συναισθηματική υποστήριξη και συντονιζόμενοι με τις ανάγκες των μαθητών. Επίσης, ένα θετικό συναισθηματικό κλίμα στην τάξη θα οδηγήσει σε βελτιωμένες σχέσεις μαθητών-καθηγητών και σε ένα πιο υποστηρικτικό μαθησιακό περιβάλλον.

Η προαγωγή της συναισθηματικής ευημερίας σε ένα ποικιλόμορφο και πολιτικό περιβάλλον στην τάξη αποτελεί πρόκληση, αλλά είναι εφικτή μέσω ενός συνδυασμού πρακτικών στρατηγικών και εργαλείων που μπορούν να εφαρμόσουν οι εκπαιδευτικοί. Ακολουθούν

συγκεκριμένες προσεγγίσεις που βοηθούν στη δημιουργία μιας υποστηρικτικής ατμόσφαιρας:

1. Καθιέρωση εμπιστοσύνης και σεβασμού

- **Συνεπείς ρουτίνες:** Δημιουργήστε προβλέψιμες ρουτίνες και διαδικασίες για να δημιουργήσετε μια αίσθηση σταθερότητας και ασφάλειας για τους μαθητές. Οι σαφείς προσδοκίες βοηθούν τους μαθητές να αισθάνονται πιο ασφαλείς και σεβαστοί στο περιβάλλον τους.
- **Ανοιχτή επικοινωνία:** Ενθαρρύνετε την ανοιχτή επικοινωνία ακούγοντας ενεργά τους μαθητές και εκτιμώντας τις απόψεις τους. Χρησιμοποιήστε τεχνικές ενεργητικής ακρόασης, όπως η παράφραση, η υποβολή ανοικτών ερωτήσεων και η επίδειξη ενσυναίσθησης.

2. Πολιτιστική επάρκεια και συμπεριληπτικότητα

- **Εκπαίδευση πολιτιστικής ευαισθητοποίησης:** Παρέχετε συνεχή εκπαίδευση πολιτισμικής επάρκειας στους εκπαιδευτικούς για να τους βοηθήσει να κατανοήσουν και να σεβαστούν το διαφορετικό υπόβαθρο των μαθητών τους. Αυτό περιλαμβάνει την εκμάθηση των πολιτισμικών προτύπων, των αξιών και των τρόπων επικοινωνίας.
- **Πρόγραμμα σπουδών χωρίς αποκλεισμούς:** Ενσωμάτωση διαφορετικών προοπτικών και υλικών στο πρόγραμμα σπουδών ώστε να αντικατοπτρίζουν το υπόβαθρο και τις εμπειρίες όλων των μαθητών. Αυτό βοηθά τους μαθητές να βλέπουν ότι εκπροσωπούνται και εκτιμώνται στο μαθησιακό τους περιβάλλον.

3. Κοινωνικο-συναισθηματική μάθηση (SEL)

- **Προγράμματα SEL:** Εφαρμόστε προγράμματα SEL που διδάσκουν στους μαθητές δεξιότητες όπως η ενσυναίσθηση, η ρύθμιση των συναισθημάτων και η επίλυση συγκρούσεων. Προγράμματα όπως το πλαίσιο SEL του CASEL παρέχουν δομημένες προσεγγίσεις για την ενσωμάτωση του SEL στο πρόγραμμα σπουδών.
- **Τεχνικές συγκέντρωσης και χαλάρωσης:** Ενσωματώστε στην καθημερινή ρουτίνα πρακτικές ενσυνειδητότητας, όπως ασκήσεις αναπνοής και διαλογισμό. Αυτές οι τεχνικές μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να διαχειριστούν το άγχος και να βελτιώσουν τη συναισθηματική τους ευεξία.

4. Δημιουργία θετικού περιβάλλοντος στην τάξη

- **Θετική ενίσχυση:** Χρησιμοποιήστε θετική ενίσχυση για να αναγνωρίσετε και να επιβραβεύσετε συμπεριφορές που συμβάλλουν σε ένα υποστηρικτικό και χωρίς αποκλεισμούς κλίμα στην τάξη. Αναγνωρίστε και γιορτάστε τις πράξεις καλοσύνης, συνεργασίας και σεβασμού.
- **Επανορθωτικές πρακτικές:** Εφαρμογή πρακτικών επανορθωτικής δικαιοσύνης για την αντιμετώπιση των συγκρούσεων και την οικοδόμηση της αίσθησης της κοινότητας. Οι επανορθωτικοί κύκλοι και η διαμεσολάβηση μεταξύ συνομηλίκων μπορούν να βοηθήσουν τους μαθητές να επιλύσουν τις διαφορές τους και να αναπτύξουν ενσυναίσθηση ο ένας για τον άλλον.

5. Αυτοφροντίδα και επαγγελματική υποστήριξη των εκπαιδευτικών

- **Πρακτικές αυτοφροντίδας:** Ενθαρρύνετε τους εκπαιδευτικούς να ασκούν αυτοφροντίδα και να διαχειρίζονται το άγχος τους. Αυτό περιλαμβάνει τον καθορισμό ορίων, την αναζήτηση υποστήριξης από συναδέλφους και τη συμμετοχή σε δραστηριότητες που προάγουν την ευημερία τους.

- **Επαγγελματική ανάπτυξη:** Παροχή ευκαιριών στους εκπαιδευτικούς για επαγγελματική ανάπτυξη με έμφαση στη συναισθηματική ευημερία, τη διαχείριση του άγχους και τη δημιουργία υποστηρικτικών περιβαλλόντων στην τάξη.

6. Δέσμευση μαθητών και οικογενειών

- **Συμμετοχή της οικογένειας:** Εμπλέξτε τις οικογένειες στη σχολική κοινότητα προσκαλώντας τους να συμμετάσχουν σε σχολικές εκδηλώσεις, εργαστήρια και συζητήσεις σχετικά με τη συναισθηματική ευημερία και τη συμπεριληπτικότητα. Αυτό συμβάλλει στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού δικτύου για τους μαθητές.

- **Φωνή και ηγεσία των μαθητών:** Ενδυνάμωση των μαθητών να αναλάβουν ηγετικούς ρόλους για την προώθηση ενός θετικού σχολικού κλίματος. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τη συγκρότηση μαθητικών συμβουλίων, προγράμματα καθοδήγησης από ομοτίμους και τη διοργάνωση εκδηλώσεων που γιορτάζουν την ποικιλομορφία και τη συμπεριληπτικότητα.

7. Συστήματα υποστήριξης και πόροι

- **Συμβουλευτικές υπηρεσίες:** Διασφάλιση ότι οι μαθητές έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες συμβουλευτικής και ψυχικής υγείας. Εκπαιδευμένοι σύμβουλοι μπορούν να παρέχουν ατομική και ομαδική υποστήριξη σε μαθητές που αντιμετωπίζουν συναισθηματικές προκλήσεις.

- **Διαθεσιμότητα πόρων:** Διαθέσιμοι πόροι τόσο για τους μαθητές όσο και για τους εκπαιδευτικούς, όπως βιβλία, ηλεκτρονικό υλικό και κοινοτικά προγράμματα που υποστηρίζουν τη συναισθηματική ευημερία και την ψυχική υγεία.

Εφαρμόζοντας αυτές τις στρατηγικές, οι εκπαιδευτικοί μπορούν να δημιουργήσουν ένα συναισθηματικά υποστηρικτικό περιβάλλον που ανταποκρίνεται στις διαφορετικές ανάγκες των μαθητών τους, προάγει την αίσθηση του ανήκειν και ενισχύει τη συνολική ευημερία και τις ακαδημαϊκές επιδόσεις.

Αίσθηση της κοινότητας: Η οικοδόμηση μιας αίσθησης κοινότητας στο σχολείο είναι απαραίτητη για την προώθηση ενός συναισθηματικά υποστηρικτικού περιβάλλοντος. Η αίσθηση της κοινότητας περιλαμβάνει τη δημιουργία δεσμών μεταξύ των μαθητών αλλά και με το προσωπικό, την ενθάρρυνση της συνεργασίας και την προώθηση μιας κοινής αίσθησης του σκοπού. Η έρευνα των Battistich et al. (1995) αποδεικνύει ότι οι τάξεις με ισχυρή αίσθηση κοινότητας έχουν υψηλότερα επίπεδα δέσμευσης των μαθητών, χαμηλότερα ποσοστά διασπαστικής συμπεριφοράς και καλύτερα ακαδημαϊκά αποτελέσματα. Δημιουργήστε κοινότητα με ομαδικές δραστηριότητες, συνεργατικά έργα, γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς και συζητήσεις στην τάξη που δίνουν έμφαση στον αμοιβαίο σεβασμό και τη συνεργασία.

Συμβολή στο συναισθηματικό κλίμα

Ο ρόλος των στάσεων των εκπαιδευτικών στη δημιουργία ενός συναισθηματικού κλίματος χωρίς αποκλεισμούς

Στάσεις των εκπαιδευτικών και συμπεριληπτικότητα: Οι εκπαιδευτικοί παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση του συναισθηματικού κλίματος της τάξης. Οι στάσεις, οι συμπεριφορές, η γλώσσα και οι αλληλεπιδράσεις τους με τους μαθητές επηρεάζουν σημαντικά το πόσο ασφαλείς και αξιόλογοι αισθάνονται οι μαθητές. Έρευνες έχουν δείξει ότι οι εκπαιδευτικοί που επιδεικνύουν ενσυναίσθηση, δικαιοσύνη και σεβασμό μπορούν να προωθήσουν ένα περιβάλλον τάξης χωρίς αποκλεισμούς και υποστήριξη (Jennings & Greenberg, 2009). Ένα συναισθηματικό κλίμα χωρίς αποκλεισμούς ενθαρρύνει τους μαθητές να συμμετέχουν πληρέστερα στη μαθησιακή διαδικασία και συμβάλλει στη συνολική τους ευημερία.

Επίδραση στα αποτελέσματα των μαθητών: Οι θετικές στάσεις των εκπαιδευτικών συσχετίζονται με καλύτερα αποτελέσματα των μαθητών, συμπεριλαμβανομένων των υψηλότερων ακαδημαϊκών επιδόσεων, της μεγαλύτερης δέσμευσης και των βελτιωμένων κοινωνικών δεξιοτήτων. Οι εκπαιδευτικοί που διαμορφώνουν συμπεριφορές χωρίς αποκλεισμούς και δημιουργούν ένα φιλόξενο περιβάλλον βοηθούν τους μαθητές να αναπτύξουν την αίσθηση του ανήκειν και της αυτοεκτίμησης. Αυτό, με τη σειρά του, μειώνει το άγχος και προάγει μια θετική μαθησιακή εμπειρία (Wentzel, 1997). Οι εκπαιδευτικοί που επιδιώκουν ενεργά να κατανοήσουν και να προσαρμόσουν τις διαφορετικές ανάγκες των μαθητών τους μπορούν να δημιουργήσουν ένα πιο συμπεριληπτικό και αποτελεσματικό εκπαιδευτικό περιβάλλον.

Πρώθηση θετικών αλληλεπιδράσεων μεταξύ συνομηλίκων και αποτελεσματική επίλυση συγκρούσεων

Είναι σημαντικό να ενθαρρύνονται οι θετικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ των συνομηλίκων για τη δημιουργία ενός υγιούς συναισθηματικού κλίματος. Οι μαθητές που αισθάνονται συνδεδεμένοι και σεβαστοί στην τάξη τους θα έχουν καλύτερες ακαδημαϊκές επιδόσεις. Οι δραστηριότητες συνεργατικής μάθησης, οι ομαδικές εργασίες και η καθοδήγηση από ομότιμους είναι αποτελεσματικές στρατηγικές για την πρώθηση θετικών αλληλεπιδράσεων. Οι δραστηριότητες αυτές ενισχύουν την ακαδημαϊκή μάθηση και προωθούν τις κοινωνικές δεξιότητες και τον αμοιβαίο σεβασμό (Johnson & Johnson, 2009).

Είναι σημαντικό να διδάσκονται οι μαθητές αποτελεσματικές δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων για τη διατήρηση ενός θετικού συναισθηματικού κλίματος. Όταν οι μαθητές μαθαίνουν να επιλύουν εποικοδομητικά τις συγκρούσεις, μειώνεται η πιθανότητα εκφοβισμού και ενισχύεται η κοινωνική τους επάρκεια. Τα σχολεία πρέπει να εφαρμόζουν προγράμματα επίλυσης συγκρούσεων για να μειώσουν τα επίπεδα επιθετικότητας των μαθητών και να βελτιώσουν το σχολικό κλίμα (Johnson & Johnson, 1996). Οι στρατηγικές για την επίλυση συγκρούσεων περιλαμβάνουν τη διδασκαλία της γλώσσας χωρίς αποκλεισμούς, της ενεργητικής ακρόασης, της ενσυναίσθησης, της διαπραγμάτευσης και των δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων.

Ερωτήσεις προβληματισμού

- Πώς η τρέχουσα διάταξη της τάξης σας υποστηρίζει ή παρεμποδίζει τη συμπερίληψη;

- Ποιες αισθητηριακές προσαρμογές μπορείτε να εφαρμόσετε για να εξυπηρετήσετε καλύτερα τους μαθητές με αισθητηριακές ευαισθησίες;
- Πώς επηρεάζουν οι κανόνες της τάξης σας και οι στάσεις των εκπαιδευτικών το συναισθηματικό κλίμα της τάξης σας;
- Πώς μπορούν να εφαρμοστούν οι έννοιες της γλώσσας χωρίς αποκλεισμούς της Ενότητας 1.1 στον σχεδιασμό οπτικών βοηθημάτων και σήμανσης που συζητούνται στην Ενότητα 5.1;
- Αναλογιστείτε πώς οι στρατηγικές συναισθηματικού κλίματος της Ενότητας 5.1 ευθυγραμμίζονται με τις αρχές της εκπαίδευσης χωρίς αποκλεισμούς που περιγράφονται στην Ενότητα 1.1.

Αναφορές

American Foundation for the Blind (AFB) (2016). Effective Practices for Description of Science Content within Digital Talking Books.

Ashburner, J., Ziviani, J., & Rodger, S. (2008). Sensory processing and classroom emotional, behavioral, and educational outcomes in children with autism spectrum disorder. *American Journal of Occupational Therapy*, 62(5), 564-573. <https://doi.org/10.5014/ajot.62.5.564>

Ayres, A. J. (2005). *Sensory Integration and the Child*. Western Psychological Services.

Banks, J. A., & Banks, C. A. M. (Eds.). (2010). *Multicultural Education: Issues and Perspectives*. Wiley.

Battistich, V., Solomon, D., Watson, M., & Schaps, E. (1997). Caring school communities. *Educational Psychologist*, 32(3), 137–151. https://doi.org/10.1207/s15326985ep3203_1

Burgstahler, S. (2021). *Universal design in education: Principles and applications*. DO-IT, University of Washington, College of Engineering, UW Information Technology, College of Education. <https://www.washington.edu/doit/sites/default/files/atoms/files/UDE-Principles-and-Applications.pdf>

CASEL (2024). What is SEL? CASEL website](<https://casel.org/what-is-sel/>)

Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). Research on School Bullying and Victimization: What Have We Learned and Where Do We Go From Here? *School Psychology Review*, 32(3), 365–383.

Gay, G. (2010). *Culturally responsive teaching: Theory, research, and practice*. New York and London: Columbia University, Teachers College Press.

Gould, B., O'Connell, T., & Freed, G. (2008). Effective Practices for Description of Science Content within Digital Talking Books. Boston, MA: WGBH Educational Foundation.

Gregory, A., Cornell, D., & Fan, X. (2011). The Relationship of School Structure and Support to Suspension Rates for Black and White High School Students. *American Educational Research Journal*, 48(4), 904-934. <https://doi.org/10.3102/0002831211398531>

Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525. <https://doi.org/10.3102/0034654308325693>

Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1996). Conflict resolution and peer mediation programs in elementary and secondary schools: A review of the research. *Review of Educational Research*, 66(4), 459-506. <https://doi.org/10.3102/00346543066004459>

Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2009). An educational psychology success story: Social interdependence theory and cooperative learning. *Educational Researcher*, 38(5), 365–379. <https://doi.org/10.3102/0013189X09339057>

Mayer, R. E. (2009). *Multimedia learning* (2nd ed.). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511811678>

National Center for Education Statistics (2016). Student Reports of Bullying: Results from the 2015 School Crime Supplement to the National Crime Victimization Survey. <https://nces.ed.gov/pubs2016/2016036.pdf>

Schaaf, R.C., Benevides, T.W., Kelly D., & Mailloux-Maggio, Z. (2012). Occupational therapy and sensory integration for children with autism: a feasibility, safety, acceptability and fidelity study. *Autism*, 16(3), 321-7. <https://doi.org/10.1177/1362361311435157>

Stein M.A. & Lord, J.E. (2023). CONVENTION ON THE RIGHTS OF PERSONS WITH DISABILITIES. United Nations Audiovisual Library of International Law, United Nations, <https://legal.un.org/avl/>

United Nations (2006). United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities (UNCRPD). United Nations. <https://humanrights.gov.au/our-work/disability-rights/united-nations-convention-rights-persons-disabilities-uncrpd>

Wentzel, K. R. (1997). Student motivation in middle school: The role of perceived pedagogical caring. *Journal of Educational Psychology*, 89(3), 411–419. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.89.3.411>

Woolner, P. (2010). The design of learning spaces. Continuum.

Ενότητα 0.5.2 [Αυτοκατευθυνόμενη]. Το περιβάλλον ως μικρόκοσμος της ευρύτερης κοινωνίας

Αυτή η ενότητα αποτελεί μέρος της αυτοκατευθυνόμενης μάθησης. Αναζητήστε το αντίστοιχο αρχείο στην πλατφόρμα

Ενότητα 0.5.3 [Αυτοκατευθυνόμενη]. Έλεγχος ενός περιβάλλοντος

Αυτή η ενότητα αποτελεί μέρος της αυτοκατευθυνόμενης μάθησης. Αναζητήστε το αντίστοιχο αρχείο στην πλατφόρμα.