

Εκπαιδευτική πρόταση
Διαμορφώνοντας υγιείς Σχέσεις ανάμεσα στα φύλα
ΔΔΕ Αθήνας Χιόνη Μαρία

Το βιωματικό εργαστήριο, διάρκειας δύο ωρών, με τίτλο «Διαμορφώνοντας υγιείς σχέσεις ανάμεσα στα φύλα» εντάσσεται στον πρώτο Θεματικό κύκλο Ζω καλύτερα – Ευ Ζην (Μαθήματα ζωής και αγωγής της υγείας) και στην επιμέρους θεματική Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση με στόχο την ευαισθητοποίηση των μαθητριών και μαθητών σε ζητήματα σεξουαλικής αγωγής. Το περιεχόμενο βασίζεται στη θεματολογία της Περιεκτικής Σεξουαλικής Αγωγής (Comprehensive Sexuality Education). Η Περιεκτική Σεξουαλική Αγωγή είναι μία προσέγγιση της Σεξουαλικής Αγωγής η οποία βασίζεται στα δικαιώματα και επικεντρώνεται στο φύλο. Έχει ως στόχο να εφοδιάσει τους εφήβους με γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις και αξίες που θα τους ενδυναμώσουν στο να αναπτύξουν μία θετική οπτική της σεξουαλικότητάς τους καθώς αναπτύσσονται συναισθηματικά και κοινωνικά.

Το θεωρητικό υπόβαθρο στηρίζεται σε μια ολιστική οπτική της σεξουαλικότητας και της σεξουαλικής συμπεριφοράς η οποία πηγαινει πέρα από την πρόληψη της εγκυμοσύνης και των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Νοσημάτων και υποστηρίζει τους εφήβους α) στο να αποκτήσουν σωστή πληροφόρηση σχετικά με την σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, τη σεξουαλικότητα και τα ανθρώπινα δικαιώματα, τη σεξουαλική ανατομία και φυσιολογία, αναπαραγωγή, αντισύλληψη, εγκυμοσύνη και τοκετό, Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα και AIDS/HIV, οικογενειακή ζωή και διαπροσωπικές σχέσεις, πολιτισμό και σεξουαλικότητα, ενίσχυση ανθρωπίνων δικαιωμάτων, μη διάκριση, ισότητα και έμφυλους ρόλους, σεξουαλική συμπεριφορά και σεξουαλική ποικιλομορφία, σεξουαλική κακοποίηση, έμφυλη βία και επιβλαβείς πρακτικές β) στο να εξερευνήσουν και να καλλιεργήσουν θετικές αξίες και στάσεις απέναντι στη δική τους σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, να αναπτύξουν αυτοεκτίμηση και σεβασμό για τα ανθρώπινα δικαιώματα και την ισότητα των φύλων. Ενδυναμώνει τους νέους ανθρώπους στο να έχουν τον έλεγχο της συμπεριφοράς τους και με τη σειρά τους να διαχειριστούν τους άλλους με σεβασμό, αποδοχή, ανοχή και ενσυναίσθηση, ανεξάρτητα από το φύλο τους, την εθνικότητα, τη φυλή ή τον σεξουαλικό προσανατολισμό γ) στο να αναπτύξουν δεξιότητες ζωής που ενθαρρύνουν την κριτική σκέψη, την επικοινωνία και τη διαπραγμάτευση, τη λήψη αποφάσεων και τη διεκδικητικότητα. Αυτές οι δεξιότητες μπορούν να συμβάλλουν σε καλύτερες και πιο παραγωγικές σχέσεις με τα μέλη της οικογένειας, τους ομότιμους, τους φίλους και τους σεξουαλικούς ή ρομαντικούς συντρόφους.

Η σεξουαλική αγωγή είναι ζωτικής σημασίας για την επίτευξη μερικών στόχων της αειφόρου ανάπτυξης (SDG'S) και κυρίως του τέταρτου στόχου (SDG4) που αφορά στην ποιοτική εκπαίδευση. Αρνητικές κοινωνικές στάσεις περιορίζουν το μέγεθος και την ακρίβεια πληροφοριών που παίρνουν οι έφηβοι από το σπίτι και το σχολείο αν λάβει υπόψη του κάποιος ότι το 48% των κοριτσιών στην Ισλαμική Δημοκρατία του Ιράν πίστευαν ότι η περίοδος ήταν ασθένεια και το 51% των κοριτσιών στο Αφγανιστάν και το 82% στο Μαλάουι ήταν απληροφόρητες για την περίοδο πριν την πρώτη τους εμπειρία από αυτή. Η πρώιμη εγκυμοσύνη και ο τοκετός μπορούν να προκαλέσουν σοβαρά προβλήματα υγείας και να οδηγήσουν στον θάνατο κορίτσια ηλικίας 15-19 ετών παγκόσμια.

Επίσης να επηρεάσουν τις εκπαιδευτικές τους ευκαιρίες με στιγματισμό, ντροπή, δυσκολίες στη μάθηση και τελικά σχολική διαρροή. Ακόμα περίπου 16 εκατ. κορίτσια ηλικίας 15-19 ετών και 2,5 εκατ κορίτσια κάτω από τα 16 γεννούν κάθε χρόνο στις αναπτυσσόμενες χώρες ενώ 3,9 εκατ κορίτσια 15-19 ετών υφίστανται ανασφαλείς εκτρώσεις. Επομένως είναι σημαντικό για τα παιδιά και τους νέους να μαθαίνουν για το σεξ και τις ασφαλείς σεξουαλικές συμπεριφορές πριν γίνουν

σεξουαλικά ενεργοί και με αυτόν τον τρόπο να προετοιμαστούν για υγιείς συναινετικές σχέσεις και να διαφυλάξουν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική τους υγεία.

Η αποτίμηση του εργαστηρίου γίνεται με ποιοτική αξιολόγηση. Η ποιοτική αξιολόγηση περιλαμβάνει ερωτηματολόγιο για τους μαθήτριες/ μαθητές και τον εκπαιδευτικό στο τέλος της διεργασίας. Στην περίπτωση έλλειψης χρόνου, κάποιες από τις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου μπορούν να γίνουν προφορικά στην ομάδα. Στην περίπτωση παρατηρητών εκπαιδευτικών το συμπληρώνουν και αυτοί

Το εργαστήριο μπορεί να πραγματοποιηθεί οποιαδήποτε περίοδο κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους. Θα μπορούσε να αξιοποιηθεί όμως και για την υποστήριξη ειδικών Ημερών όπως η Παγκόσμια Ημέρα Χρήσης Προφυλακτικού (13 Φεβρουαρίου), η Πανελλήνια Σχολική Ημέρα κατά της Βίας στο σχολείο (6 Μαρτίου), η Ευρωπαϊκή Ημέρα για την Προστασία των Παιδιών ενάντια στη Σεξουαλική Εκμετάλλευση και τη Σεξουαλική Κακοποίηση (18 Νοεμβρίου), η Παγκόσμια Ημέρα για το AIDS (1 Δεκεμβρίου), κλπ

Το εργαστήριο μπορεί να υποστηριχτεί από τη δημιουργό και εκπαιδευτριά στην περιοχή του λεκανοπεδίου Αττικής ή η ίδια να εκπαιδεύσει εκπαιδευτικούς σε άλλες περιοχές της χώρας ούτως ώστε αυτοί να το εκπονήσουν στη συνέχεια στις σχολικές τους μονάδες κατόπιν συνεννόησης για τον τρόπο που θα γίνει αυτό.

Με την ολοκλήρωση της διαδικασίας προβλέπεται η παραγωγή προϊόντος λχ η δημιουργία της χάρτας των υγιών σχέσεων ανάμεσα στα φύλα για τη συγκεκριμένη τάξη.

Η αφιέρωση χρόνου ανάλογα με τις ανάγκες της σχολικής μονάδας για τη διάχυση του αντικειμένου στην κοινότητα θα μπορούσε να γίνει σε επόμενο χρόνο από το εργαστήριο για να διαπιστωθεί και η βιωσιμότητά του. Η διάχυση θα μπορούσε να περιλαμβάνει προϊόντα, αποτέλεσμα ομαδικής εργασίας μαθητών/τριών (χάρτα, αφίσα, βιντεάκι, συνθήματα, πανώ, παιχνίδια κλπ), αξιοποίηση της μεθόδου peer education (εκπαίδευση ομοτίμων-οι μαθητές εκπαιδεύουν τους συμμαθητές τους) για την εκπαίδευση των μη εμπλεκόμενων με το εργαστήριο μελών της μαθητικής κοινότητας και μία ημερίδα αφιερωμένη στη σεξουαλική αγωγή για εκπαιδευτικούς και γονείς με την παρουσίαση του υλικού και τη πιθανή συμμετοχή προσκεκλημένων ειδικών.

Το προτεινόμενο πρόγραμμα προβλέπει διαφοροποιήσεις στην προσέγγιση ή διευκολύνσεις ώστε να μπορεί να συμμετέχει το σύνολο της σχολικής τάξης ανεξαρτήτως μαθησιακού, κοινωνικού-πολιτισμικού υποβάθρου ή ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών ή/και αναπηρίας. Σε κάθε περίπτωση έχει προηγηθεί με επιστολή η ενημέρωση των γονέων και κηδεμόνων για τη διεξαγωγή του εργαστηρίου, γεγονός το οποίο λειτουργεί διευκολυντικά. Επίσης υπάρχει συνεννόηση με τη Διεύθυνση του σχολείου και/ ή με τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό της τάξης για την ύπαρξη τυχόν ζητημάτων ούτως ώστε να δοθούν οδηγίες για διαφοροποίηση ή διευκόλυνση. Πχ υπάρχει η πρόβλεψη του φύλλου εργασίας στην αγγλική γλώσσα - μιας γλώσσας που χρησιμοποιείται σε γενικές γραμμές διεθνώς ως βασική γλώσσα επικοινωνίας και επειδή δεν είναι συνήθως μητρική γλώσσα στα σύγχρονα πολυπολιτισμικά σχολεία επιτρέπει τη χρήση της χωρίς απαραίτητα την άψογη γνώση.

Στην περίπτωση που υπάρχει εκπαιδευτικός παράλληλης στήριξης προηγείται επικοινωνία μαζί του για την αρμονική ένταξη της μαθήτριας /μαθητή στο πρόγραμμα με τον πιο εποικοδομητικό τρόπο. Ακόμα στην περίπτωση μαθητών και μαθητριών με διαφορετικό πολιτισμικό ή /και θρησκευτικό υπόβαθρο σε συνεργασία με τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό της τάξης προσαρμόζεται η προσέγγιση (αλλοδαποί, μουσουλμάνοι κλπ). Για παράδειγμα όταν βρίσκονται στην τάξη μαθητές/τριες με διαφορετικό πολιτισμικό ή/και θρησκευτικό προέλευση θα προσεγγιστεί με μεγάλο σεβασμό η έμφυλη διάσταση στις σχέσεις ή η ηλικία της πρώτης ερωτικής επαφής και των ασφαλών ερωτικών επαφών εκτός κανονιστικού πλαισίου.

Το εργαστήριο συμβάλλει στον εμπλουτισμό και την εξέλιξη των διδακτικών στόχων του Προγράμματος Σπουδών σε επίπεδο γνώσεων, στάσεων και συμπεριφορών. Επιπλέον στηρίζει αυτό που λέμε το φανερό και το «κρυφό» πρόγραμμα. Μαθαίνοντας οι μαθητές/τριες για όλες τις μορφές οικογένειας εμπλουτίζεται λ.χ. γνωστικά το μάθημα της οικιακής οικονομίας (φανερό πρόγραμμα). Οι έφηβοι που γίνονται πρόωρα γονείς, ή είναι ΛΟΑΤΚΙ+ άτομα, ή οι έφηβοι που ζουν σε ΛΟΑΤΚΙ+ οικογένειες αισθάνονται ορατοί και βιώνουν τη θαλπωρή ενός συμπεριληπτικού σχολείου, μειώνοντας έτσι παραβατικές ή αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές. Η γνώση για τα intersex άτομα συμβάλλει στη γνώση στο μάθημα της βιολογίας. Υπάρχουν περιπτώσεις όπου στη διάρκεια του μαθήματος ο Κώστας ψιθυρίζει στον Θανάση -αλλά το ακούει όλη η τάξη - «άντε χάσου μωρή παλιαδελφή» και/ή του στέλνει υβριστικά μηνύματα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στο κινητό τηλέφωνο, είτε μέσα είτε έξω από το σχολείο. Ο Κώστας θεωρεί ότι λειτουργεί σωστά, ο Θανάσης αισθάνεται απροστάτευτος και μόνος. Ο Γιάννης υπερηφανεύεται φωναχτά ότι «τα αγόρια είναι τσακάλια στο μάθημα» και τα κορίτσια «είναι χαζές ξανθιές που κοιτάνε μόνο να προκαλέσουν τα αγόρια». Η υπόλοιπη τάξη και στις δύο περιπτώσεις σκέφτεται «ότι δεν έγινε και τίποτα με το να μην παίρνει θέση».

Έτσι οι έμφυλες και ομοφοβικές συμπεριφορές που στηρίζονται στις ετεροκανονικές αντιλήψεις επαναλαμβάνονται (κρυφό πρόγραμμα). Η γνώση οδηγεί στην αποφυγή αυτών και στη διαμόρφωση υγιών στάσεων και συμπεριφορών.

Οι μέθοδοι που θα αξιοποιηθούν στη εκπόνηση του εργαστηρίου είναι η βιωματική προσέγγιση και η διεργασία ομάδας.

Κατά συνέπεια το εργαστήριο με το περιεχόμενο που περιλαμβάνει, τις μεθόδους που χρησιμοποιεί και το όλο του στήσιμο καλλιεργεί δεξιότητες μάθησης (κριτική σκέψη, επικοινωνία, συνεργασία, δημιουργικότητα) δεξιότητες ζωής (αυτομέριμνα, κοινωνικές δεξιότητες, πολιτειότητα, ενσυναίσθηση και ευαισθησία, προσαρμοστικότητα, ανθεκτικότητα, υπευθυνότητα, πρωτοβουλία, οργανωτική ικανότητα), δεξιότητες της τεχνολογίας και της επιστήμης (ασφαλής πλοήγηση στο διαδίκτυο), δεξιότητες του νου (στρατηγική σκέψη, επίλυση προβλημάτων, μελέτη περιπτώσεων (case studies)

Το εργαστήριο θα μπορούσε να εφαρμοστεί και στην ΣΤ' τάξη Δημοτικού στο πλαίσιο της μετάβασης από την Πρωτοβάθμια στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση και με αφορμή το μάθημα «Φυσικά της ΣΤ' Δημοτικού, Ερευνώ και ανακαλύπτω», όπου υπάρχει ενότητα για το αναπαραγωγικό σύστημα και η συγκεκριμένη ενότητα χρειάζεται υποστηρικτικό πλαίσιο. Σε αυτό συνηγορεί και η αναφορά στο Βιβλίο του Δασκάλου (σελ. 244): «Το αναπαραγωγικό σύστημα και γενικότερα η σεξουαλική αγωγή πρέπει να αποτελούν ένα από τα διδακτικά αντικείμενα ενός σύγχρονου αναλυτικού προγράμματος. Καθώς πολλοί γονείς δυσκολεύονται να συζητήσουν αυτά τα θέματα με τα παιδιά τους, καλείται το σχολείο μέσω μιας ολοκληρωμένης παιδαγωγικής προσέγγισης, να καλύψει το μεγάλο κενό στην πληροφόρηση και στις γνώσεις των μαθητών. Ο εκπαιδευτικός που θα διδάξει το αντικείμενο πρέπει να το γνωρίζει σε βάθος αλλά και να αισθάνεται άνετα με τη διδασκαλία.

Η μετάδοση των σχετικών πληροφοριών δεν μπορεί να γίνει σε δύο διδακτικές ώρες με αποσπασματικό τρόπο, αλλά πρέπει κατά την άποψη των συγγραφέων να εντάσσεται σε ένα γενικότερο μάθημα σεξουαλικής αγωγής ή αγωγής υγείας. Για τους παραπάνω λόγους και κυρίως λόγω της αποσπασματικότητας που αναγκαστικά έχει η προσπάθεια αντιμετώπισης του θέματος αυτού σε ένα δίωρο η συγγραφική ομάδα προτείνει το κεφάλαιο αυτό να μη διδαχθεί. Οι συγγραφείς όφειλαν παρά τη διαφορετική τους άποψη να το περιλάβουν στο βιβλίο, καθώς έπρεπε να τηρήσουν πιστά το αναλυτικό πρόγραμμα». Η εφαρμογή θα γίνει με την ανάλογη προσαρμογή στις ανάγκες της τάξης.

Συζητάμε σε μικρές ομάδες:

- αν έχω μιλήσει σε κάποιον για θέματα που αφορούν στον έρωτα/sex
- σε ποιον τα λέω/σε ποιον δυσκολεύομαι να τα πω
- τι με δυσκολεύει και τι μου είναι εύκολο να συζητήσω

ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

- ✓ Εφηβεία, σεξουαλικότητα
- ✓ Ο προσωπικός μου χώρος, το σώμα μου, σεβασμός ορίων
- ✓ Αυτοεκτίμηση, συναισθήματα
- ✓ Φιλία, έρωτας, συντροφικότητα
- ✓ Λειτουργία γεννητικού συστήματος
- ✓ Αντισύλληψη, εφηβικές εγκυμοσύνες
- ✓ Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ), Ηπατίτιδες, HIV/AIDS
- ✓ Εμβόλια, υποβοηθούμενη αναπαραγωγή, υιοθεσία
- ✓ Λήψη αποφάσεων
- ✓ Μορφές Οικογένειας
- ✓ Ισότητα φύλων
- ✓ Ομοφοβικός/τρανσφοβικός/αμφιφοβικός εκφοβισμός (bullying), ΛΟΑΤΙ+ (lgbti+) ζητήματα
- ✓ Σεξουαλική παραβίαση, βία ανάμεσα στους ερωτικούς συντρόφους, αποτελεσματική επικοινωνία
- ✓ Επιρροή συνομηλίκων
- ✓ Πορνογραφία, σεξουαλικός τουρισμός
- ✓ Παράνομη διακίνηση παιδιών και έφηβων/γυναικών (trafficking)
- ✓ Δικαιώματα του παιδιού, ανθρώπινα δικαιώματα
- ✓ Ερωτική ποίηση, τραγούδι, λογοτεχνία, χορός, κινηματογράφος, κινούμενα σχέδια, ζωγραφική, γλυπτική
- ✓ Δεξιότητες ασφαλούς πλοήγησης στο διαδίκτυο/ερωτικές σχέσεις στην εποχή του διαδικτύου/sexting, grooming
- ✓ Εικόνες ανδρών και γυναικών στη διαφήμιση και στα ΜΜΕ, παραπληροφόρηση, ερωτικοποίηση της διαφήμισης
- ✓ Δεξιότητες για το πώς μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου και τους άλλους
- ✓ Πώς και πού θα βρω βοήθεια για εμένα και τους άλλους

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ

Αγαπητοί γονείς,

Σας ενημερώνουμε ότι το τμήμα του/της (ονοματεπώνυμο μαθήτριας/τή) θα συμμετέχει στο βιωματικό εργαστήριο ευαισθητοποίησης σε θέματα σεξουαλικής αγωγής με τίτλο «Διαμορφώνοντας υγιείς σχέσεις ανάμεσα στα φύλα». Το εργαστήριο θα υλοποιηθεί στις (ημερομηνία) από τον/την (ονοματεπώνυμο και ιδιότητα του συντονιστή του εργαστηρίου).

Πολλές φορές οι γονείς ανησυχούν όταν τα παιδιά τους καλούνται να συμμετέχουν σε δράσεις της σχολικής κοινότητας σχετικές με ευαίσθητα ζητήματα, όπως είναι το θέμα της σεξουαλικής αγωγής. Για να αισθανθείτε ασφαλείς με το περιεχόμενο του εργαστηρίου ακολουθεί συνοπτική περιγραφή των αρχών του βασισμένη στα σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα:

Έρευνες από όλο τον κόσμο δείχνουν ότι η εκπαίδευση στη σεξουαλική αγωγή δεν οδηγεί σε πρόωπη έναρξη της ερωτικής ζωής. Στην πραγματικότητα η έναρξη καθυστερεί και η σεξουαλική συμπεριφορά γίνεται πιο υπεύθυνη. Δεν στερεί τα παιδιά από την αθωότητά τους αλλά η εφαρμογή της ωφελεί με επιστημονικά ακριβείς, μη επικριτικές, κατάλληλες πληροφορίες για την ηλικία και την ανάπτυξή τους. Η παρουσία της ποιοτικής επίσημης σεξουαλικής αγωγής λειτουργεί προστατευτικά σε αντικρουόμενα και πολλές φορές επιβλαβή μηνύματα από συμμαθητές/τριες, μέσα ενημέρωσης ή άλλες πηγές προσφέροντας γνώσεις όχι μόνο για τις ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, τα Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα, και τη HIV λοίμωξη αλλά και για το σώμα, την εφηβεία, τις ασφαλείς σχέσεις όλων των ειδών, τις μορφές οικογένειας, τις δεξιότητες ζωής, κλπ.

Είναι προσαρμοσμένη στο τοπικό πολιτισμικό και θρησκευτικό πλαίσιο και σέβεται το σύστημα αξιών των οικογενειών. Παρά το γεγονός ότι οι γονείς και η οικογένεια διαδραματίζουν πρωταρχικό ρόλο στη διαμόρφωση βασικών πτυχών των σεξουαλικών και κοινωνικών σχέσεων των παιδιών τους, αυτοί χρειάζονται και εξωτερική υποστήριξη από φορείς, όπως είναι το σχολείο. Αυτό δεν τους υποκαθιστά αλλά λειτουργεί συμπληρωματικά για να τους βοηθήσει να προσεγγίσουν και να συζητήσουν «άβολα θέματα» με τα παιδιά τους για την πρόληψη και διαχείριση δύσκολων καταστάσεων (π.χ. όταν ένα παιδί ή ένας έφηβος παρακολουθεί πορνό στο Διαδίκτυο ή είναι θύμα εκφοβισμού στα κοινωνικά μέσα) και πώς να έχουν πρόσβαση και παροχή βοήθειας από εξειδικευμένους φορείς.

Το Διαδίκτυο και τα κοινωνικά μέσα ενημέρωσης μπορούν να είναι εξαιρετικοί τρόποι πρόσβασης των νέων σε πληροφορίες και απαντήσεις στα ερωτήματά τους σχετικά με τη σεξουαλικότητα. Υπάρχει όμως δυσκολία διάκρισης μεταξύ ακριβών και ανακριβών πληροφοριών και δεν τους προσφέρεται χώρος να συζητούν, να προβληματιστούν ούτε να αναπτύξουν τις σχετικές δεξιότητες. Η σεξουαλική αγωγή στο σχολείο τους παρέχει την ευκαιρία να μάθουν για τις πτυχές της σεξουαλικότητας που απουσιάζουν από την πορνογραφία που κυριαρχεί στο διαδίκτυο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και ενημέρωσης, όπως είναι η συναισθηματική οικειότητα, η διαπραγμάτευση ή η συναίνεση και να τους υποστηρίξει για ασφαλή πλοήγηση στο Διαδίκτυο και τα κοινωνικά μέσα ενημέρωσης. Επίσης μπορεί να τους βοηθήσει να εντοπίσουν τις σωστές και βασισμένες σε γεγονότα πληροφορίες. Ο καθένας έχει το δικαίωμα πρόσβασης σε υπηρεσίες υγείας και ευεξίας χωρίς να κρίνει τη σεξουαλική συμπεριφορά, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την ταυτότητα φύλου ή την κατάσταση υγείας άλλων ατόμων. Η σεξουαλική αγωγή υιοθετεί μια προσέγγιση βασισμένη στα δικαιώματα και τη συμπερίληψη. Δεν υποστηρίζει οποιονδήποτε ιδιαίτερο τρόπο ζωής εκτός από την προώθηση της υγείας και της ευημερίας για όλους και όλες.

Για οποιαδήποτε διευκρίνιση είμαστε στη διάθεσή σας.

ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

Τίτλος εργαστηρίου: Διαμορφώνοντας υγιείς σχέσεις ανάμεσα στα φύλα

Διάρκεια: 2 ώρες

Αριθμός συμμετεχόντων/ουσών: ένα τμήμα

Διάταξη του χώρου: καρέκλες σε κύκλο

Μέθοδοι: βιωματική προσέγγιση, διεργασία ομάδας

Υλικά: φύλλο εργασίας, ένα στυλό ανά μικρή ομάδα, ισάριθμα βιβλία όσες οι ομάδες για να ακουμπούν όταν γράφουν. Το φύλλο εργασίας υπάρχει και στην αγγλική γλώσσα. Χρωματιστά post-it, φύλλα A3, χρωματιστοί μαρκαδόροι, αυτοκόλλητα

- ✓ Έχει προηγηθεί με σημείωμα η ενημέρωση των γονέων και κηδεμόνων για τη διεξαγωγή του εργαστηρίου
- ✓ Έχει προηγηθεί συνεννόηση με τη Διεύθυνση του σχολείου ή τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό της τάξης για διαφοροποιήσεις στην προσέγγιση ή διευκολύνσεις ώστε να μπορεί να συμμετέχει το σύνολο της σχολικής τάξης ανεξαρτήτως μαθησιακού, κοινωνικού-πολιτισμικού υποβάθρου ή ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών ή/και αναπηρίας. Σε κάθε περίπτωση προηγείται η επικοινωνία με τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό της τάξης για την ύπαρξη τυχόν ζητημάτων ούτως ώστε να δοθούν οδηγίες για διαφοροποίηση ή διευκόλυνση
- ✓ Οι μαθητές/τριες κάθονται σε κύκλο και ο συντονιστής/στρια της ομάδας κάθεται μαζί τους στον κύκλο.
- ✓ Μικρή γνωριμία. Ο κάθε μαθητής και η κάθε μαθήτρια λέει το όνομά του/της και τις προσδοκίες του/της από το εργαστήριο.
- ✓ Με την ολοκλήρωση της γνωριμίας χωρίζονται σε μικρές μικτές ομάδες 4-5 ατόμων και σχηματίζουν μικρούς κύκλους. Αν ζητηθεί να χωριστεί η τάξη σε αγόρια και κορίτσια σημαίνει ότι δεν λαμβάνονται υπόψη ζητήματα ταυτότητας, έκφρασης και χαρακτηριστικών φύλου (ειδικά για τα intersex/διαφυλικά άτομα) και οδηγούμαστε σε συμπεριφορές διάκρισης και διαιώνισης της αορατότητας
- ✓ Ο συντονιστής/στρια δίνει σε κάθε ομάδα το φύλλο εργασίας, ένα στυλό, το βιβλίο για να ακουμπούν όταν γράφουν και την εξής οδηγία: διαβάζει ένα μέλος της ομάδας δυνατά τις τρεις ερωτήσεις του φύλλου εργασίας. Η θεματολογία της σεξουαλικής αγωγής που ακολουθεί τις τρεις ερωτήσεις αξιοποιείται για να απαντηθούν οι ερωτήσεις. Στη συνέχεια τις συζητούν και στη σύνθεση που θα καταλήξουν την αποτυπώνουν σε μία παράγραφο. Στην παράγραφο δεν αναφέρεται ποιος είπε τι. Περιλαμβάνονται όλες οι απόψεις λέγοντας: η πλειοψηφία της ομάδας απάντησε, ένα μέλος της ομάδας διαφώνησε Γράφουν τα μικρά τους ονόματα και επιλέγουν ένα άτομο που θα το παρουσιάσει. Για να καταλάβει ο συντονιστής /στρια ότι η ομάδα έχει τελειώσει, αυτή ανοίγει τον μικρό κύκλο για να σχηματιστεί πάλι ο αρχικός μεγάλος κύκλος.
- ✓ Δίνεται χρόνος στις ομάδες να επικοινωνήσουν και να καταλήξουν στην παράγραφό τους. Αφού τελειώσουν όλες οι ομάδες ο συντονιστής/στρια ρωτάει ποια ομάδα θέλει να ξεκινήσει πρώτη την παρουσίαση και με αυτόν τον τρόπο παρουσιάζουν και οι υπόλοιπες. Αφού ολοκληρώσει την παρουσίαση ο εκπρόσωπος της ομάδας ο συντονιστής/στρια ρωτάει τα άλλα μέλη της μικρής ομάδας αν έχουν να προσθέσουν κάτι.
- ✓ Όταν ολοκληρωθεί η παρουσίαση ο συντονιστής/στρια, με τη βοήθεια των σημειώσεων που έχει κρατήσει κατά τη διάρκεια την παρουσίασης της κάθε ομάδας επικεντρώνει στα σημεία που θεωρεί σημαντικά για την ολομέλεια. Φωτίζει διαστρεβλώσεις, μύθους, στερεότυπα, στίγμα, αορατότητα, διακρίσεις. Η κάθε διεργασία ομάδας είναι μοναδική και είναι διαφορετικά τα σημεία που θα αναδειχθούν και θα διασαφηνιστούν. Χρειάζεται από την πλευρά του συντονιστή/στριας να

αισθάνεται άνετα με το θέμα, να γνωρίζει τη δυναμική στη διεργασία ομάδας, να δείχνει ψυχραιμία και να διαθέτει χιούμορ. Επίσης να αξιοποιεί την παραμικρή ευκαιρία που θα του δοθεί για να δουλέψει το θέμα από ποικίλες οπτικές. Μπορούν να αξιοποιηθούν και μελέτες περίπτωσης αν τυχόν ανακύψει ανάγκη στην ομάδα

Ενδεικτικά:

- Όρια σωματικά και κοινωνικά

προσωπικός χώρος	σώμα	συμπεριφορά	χρήση γλώσσας
χτυπάω την πόρτα προτού μπω κάπου	δεν πέφτω επίτηδες πάνω στον άλλο/η	αποδοχή διαφορετικότητας	«ακατάλληλες» λέξεις
είμαι μόνος/η μου στην τουαλέτα	δεν κατεβάζω το παντελόνι κάποιου		

Μελέτες περίπτωσης ενδεικτικά και εφόσον το φέρει η ροή στη διεργασία της ομάδας ομάδας:

- Εάν μου ζητηθεί να έχω ολοκληρωμένη επαφή χωρίς προφύλαξη, τι κάνω;
 - Ποια είναι η κατάλληλη ηλικία για την πρώτη ερωτική επαφή;
 - Εάν η προσωπική φωτογραφία που έστειλα στο msn στο αγόρι μου δημοσιοποιηθεί, τι κάνω;
 - Πώς διαχειριζόμαστε μια ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη
 - Πώς διαχειριζόμαστε μια σεξουαλική παραβίαση
- ✓ Με την ολοκλήρωση της διαδικασίας προβλέπεται η παραγωγή προϊόντος λχ η αποτύπωση σε χρωματιστά post it από τους μαθητές/τριες ενός σημαντικού για αυτούς σημείου του εργαστηρίου. Η αποτύπωση μπορεί να είναι μία λέξη, μία φράση, ένα μικρό σύμβολο ή ένα αυτοκόλλητο και έχει τη συμβολική σημασία του «τι κρατώ από τη διεργασία». Τοποθετούνται τα post it σε φύλλο/α Α3 και η δημιουργία αποτελεί «τη χάρτα των υγιών σχέσεων ανάμεσα στα φύλα» για τη συγκεκριμένη τάξη. Εναλλακτικά μπορεί η αποτύπωση να γίνει με χρωματιστούς μαρκαδόρους και αυτοκόλλητα και η δημιουργία να παραμένει στον τοίχο της τάξης
- ✓ Το εργαστήριο κλείνει με την ποιοτική αξιολόγηση. Ο συντονιστής/στρια δίνει το φύλλο αξιολόγησης ή αν υπάρχει θέμα χρόνου διαβάζει κάποιες από τις ερωτήσεις για να πάρει ενδεικτικές απαντήσεις. Το φύλλο το συμπληρώνει και ο ίδιος συντονιστής/στρια για αυτοαξιολόγηση, για να δει τι πήγε καλά και τι όχι και πώς και πού θα μπορούσε να κάνει βελτιώσεις την επόμενη φορά. Στην περίπτωση που υπάρχουν παρατηρητές/τριες εκπαιδευτικοί το συμπληρώνουν και εκείνοι/ες.
- ✓ Η αφιέρωση χρόνου ανάλογα με τις ανάγκες της σχολικής μονάδας για τη διάχυση του αντικειμένου στην κοινότητα είναι επιθυμητή. Αυτό θα γίνει σε επόμενο χρόνο από το εργαστήριο για να διαπιστωθεί και η βιωσιμότητά του. Η διάχυση θα μπορούσε να περιλαμβάνει προϊόντα, αποτέλεσμα ομαδικής εργασίας, με όλα όσα θα ήθελαν να μοιραστούν οι συμμετέχοντες/ουσες με τους υπόλοιπους συμμαθητές/τριες από άλλα τμήματα οι οποίοι δεν συμμετείχαν στο πρόγραμμα (χάρτα, αφίσα, βιντεάκι, συνθήματα, πανώ, παιγνίδια κλπ). Θα μπορούσαν με τη βοήθεια του συντονιστή/στριας της ομάδας να τα παρουσιάσουν σε άλλα τμήματα, αξιοποιώντας τη μέθοδο peer education. Η εκπαίδευση ομοτίμων-οι μαθητές εκπαιδεύουν τους συμμαθητές τους- είναι μια μέθοδος αποτελεσματική, ειδικά για ζητήματα σεξουαλικής αγωγής. Ακόμα θα μπορούσε το υλικό

να παρουσιαστεί στους γονείς και στον σύλλογο των εκπαιδευτικών μέσα από μία ημερίδα αφιερωμένη στη σεξουαλική αγωγή και με τη πιθανή παρουσία ειδικών.

Περιγραφή (50-100 λέξεις)

Το πρόγραμμα με τίτλο «Διαμορφώνοντας υγιείς σχέσεις ανάμεσα στα φύλα» είναι ένα δώρο εργαστήριο ευαισθητοποίησης μαθητών/τριών σε ζητήματα σεξουαλικής Αγωγής. Το περιεχόμενο βασίζεται στη θεματολογία της Περιεκτικής Σεξουαλικής Αγωγής (Comprehensive Sexuality Education). Η Περιεκτική Σεξουαλική Αγωγή είναι μία προσέγγιση της Σεξουαλικής Αγωγής η οποία βασίζεται στα δικαιώματα και επικεντρώνεται στο φύλο. Έχει ως στόχο να εφοδιάσει τους εφήβους με γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις και αξίες που θα τους ενδυναμώσουν στο να αναπτύξουν μία θετική οπτική της σεξουαλικότητάς τους καθώς αναπτύσσονται συναισθηματικά και κοινωνικά. Η σεξουαλική αγωγή είναι ζωτικής σημασίας για την επίτευξη μερικών στόχων της αειφόρου ανάπτυξης (SDG'S) και κυρίως του τέταρτου στόχου (SDG4) που αφορά στην ποιοτική εκπαίδευση.

Στοχευόμενες δεξιότητες

Δεξιότητες- 1^{ος} κύκλος

Δημιουργικότητα, Επικοινωνία, Κριτική Σκέψη, Συνεργασία

Δεξιότητες- 2^{ος} κύκλος

Αυτομέριμνα, ανθεκτικότητα, ενσυναίσθηση και ευαισθησία, κοινωνικές δεξιότητες, οργανωτική ικανότητα, πολιτειότητα, προσαρμοστικότητα, πρωτοβουλία, υπευθυνότητα

Δεξιότητες- 3^{ος} κύκλος

Ασφαλής πλοήγηση στο διαδίκτυο

Δεξιότητες- 4^{ος} κύκλος

Επίλυση προβλημάτων, κατασκευές, μελέτη περιπτώσεων, στρατηγική σκέψη

Δραστηριότητες

Το περιεχόμενο του εργαστηρίου μπορεί να εφαρμοστεί ανάλογα με τις ανάγκες της σχολικής μονάδας και τις δεξιότητες του ατόμου/των ατόμων που θα αναλάβουν την υλοποίησή του. Χρειάζεται από την πλευρά του συντονιστή/στριας να αισθάνεται άνετα με το θέμα, να γνωρίζει τη δυναμική στη διεργασία ομάδας, να δείχνει ψυχραιμία και να διαθέτει χιούμορ. Επίσης να αξιοποιεί την παραμικρή ευκαιρία που θα του δοθεί για να δουλέψει το θέμα από ποικίλες οπτικές. Μπορούν να αξιοποιηθούν και μελέτες περίπτωσης αν τυχόν ανακύψει ανάγκη στην ομάδα

1^ο εργαστήριο (2 ώρες)

Αρχικά αποστέλλεται γράμμα στους γονείς και κηδεμόνες των συμμετεχόντων μαθητών/τριών (έντυπο επιστολής για γονείς). Το δώρο εργαστήριο περιλαμβάνει μικρή γνωριμία, και διατύπωση προσδοκιών. Στη συνέχεια συζήτηση σε μικρές ομάδες με τρία ερωτήματα και υποστηρικτικά τη θεματολογία της συμπεριληπτικής σεξουαλικής αγωγής (φύλλο εργασίας στα ελληνικά και στα αγγλικά) :

Σύνδεση με το Π.Σ:

Το εργαστήριο συμβάλλει στον εμπλουτισμό και την εξέλιξη των διδακτικών στόχων του Προγράμματος Σπουδών ενδυναμώνοντας τον ρόλο των μαθητών/τριών ως ενεργών πολιτών ενημερωμένων με γνώσεις και κατάλληλες δεξιότητες σε θέματα δικαιωμάτων, αποδοχής της διαφορετικότητας, αποφυγής του στίγματος και επίγνωσης της αορατότητας. Δύναται να ενταχθεί σε ενότητες μαθημάτων όπως της Οικιακής Οικονομίας, της Βιολογίας, της Κοινωνικής και Πολιτικής Αγωγής

Εκτυπώσιμο Υλικό

- Φύλλα εργασίας
- Φύλλο αξιολόγησης μαθητή/τριας
- Επιστολή για τους γονείς

Απαραίτητοι Σύνδεσμοι

Οπτικοακουστικό υλικό

Διαδραστικό υλικό

Υποστήριξη εκπαιδευτικού

Οδηγός

Ανάρτηση Οδηγού/υλικού για τον/την εκπαιδευτικό

Επιμόρφωση

Θα λειτουργούσε υποστηρικτικά να γίνεται παρουσίαση του Οδηγού στους/στις εκπαιδευτικούς που ενδιαφέρονται να υλοποιήσουν το προτεινόμενο υλικό από τη δημιουργό του.

Φυσική παρουσία

Το εργαστήριο μπορεί να υποστηριχτεί από τη δημιουργό και εκπαιδευτρια στην περιοχή της Αττικής ή η ίδια να εκπαιδεύσει εκπαιδευτικούς σε άλλες περιοχές της χώρας.

- αν έχω μιλήσει σε κάποιον για θέματα που αφορούν στον έρωτα/sex
- σε ποιον τα λέω/σε ποιον δυσκολεύομαι να τα πω
- τι με δυσκολεύει και τι μου είναι εύκολο να συζητήσω

Μετά γίνεται παρουσίαση των συζητήσεων των μικρών ομάδων στην ολομέλεια. Όταν ολοκληρωθεί η παρουσίαση, ο συντονιστής/στρια, με τη βοήθεια των σημειώσεων που έχει κρατήσει κατά τη διάρκεια την παρουσίασης της κάθε ομάδας, επικεντρώνει στα σημεία που θεωρεί σημαντικά για την ολομέλεια. Φωτίζει διαστρεβλώσεις, μύθους, στερεότυπα, στίγμα, αορατότητα, διακρίσεις. Ακολουθεί παραγωγή προϊόντος και ποιοτική αξιολόγηση (έντυπο φύλλο αξιολόγησης). Επιπλέον έχει δημιουργηθεί οδηγός με τα αναλυτικά βήματα του εργαστηρίου (έντυπο οδηγός εκπαιδευτικού) για τους συντονιστές/εκπαιδευτικούς και λίστα με ενδεικτική βιβλιογραφία.

Η μεθοδολογία της διεργασίας κάθε ομάδας/τάξης είναι μοναδική και σε κάθε εργαστήριο είναι διαφορετικά τα σημεία που θα αναδειχθούν και θα διασαφηνιστούν ως απάντηση στις ανάγκες της.

Με την ολοκλήρωση της διαδικασίας προβλέπεται η παραγωγή προϊόντων, αποτέλεσμα ομαδικής εργασίας μαθητών/τριών (χάρτα, αφίσσα, βιντεάκι, συνθήματα, πανώ, παιγνίδια κλπ), αξιοποίηση της μεθόδου peer education (εκπαίδευση ομοτίμων-οι μαθητές εκπαιδεύουν τους συμμαθητές τους) για την εκπαίδευση των μη εμπλεκόμενων με το εργαστήριο μελών της μαθητικής κοινότητας και μία ημερίδα αφιερωμένη στη σεξουαλική αγωγή για εκπαιδευτικούς και γονείς με την παρουσίαση του υλικού και τη πιθανή συμμετοχή προσκεκλημένων ειδικών.

Προσαρμογές για εμποδιζόμενους μαθητές

Το προτεινόμενο πρόγραμμα προβλέπει διαφοροποιήσεις στην προσέγγιση ή διευκολύνσεις ώστε να μπορεί να συμμετέχει το σύνολο της σχολικής τάξης ανεξαρτήτως μαθησιακού, κοινωνικού-πολιτισμικού υποβάθρου ή ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών ή/και αναπηρίας. Σε κάθε περίπτωση έχει προηγηθεί με σημείωμα η ενημέρωση των γονέων και κηδεμόνων για τη διεξαγωγή του εργαστηρίου/ων. Επίσης υπάρχει συνεννόηση με τη Διεύθυνση του σχολείου και/ή με τον υπεύθυνο εκπαιδευτικό της τάξης για την ύπαρξη τυχόν ζητημάτων ούτως ώστε να δοθούν οδηγίες για διαφοροποίηση ή διευκόλυνση. Πχ δίνεται η δυνατότητα επαφής με τη δημιουργό ή η λίστα με τους φορείς υποστήριξης για οποιαδήποτε ιδιαίτερη συνθήκη.

Επέκταση

Το εργαστήριο μπορεί να πραγματοποιηθεί οποιαδήποτε περίοδο κατά τη διάρκεια του σχολικού έτους. Θα μπορούσε να αξιοποιηθεί όμως και για την υποστήριξη ειδικών Ημερών όπως η Παγκόσμια Ημέρα Χρήσης Προφυλακτικού (13 Φεβρουαρίου), η Πανελλήνια Σχολική Ημέρα κατά της Βίας στο σχολείο (6 Μαρτίου), η Ευρωπαϊκή Ημέρα για την Προστασία των Παιδιών ενάντια στη Σεξουαλική Εκμετάλλευση και τη Σεξουαλική Κακοποίηση (18 Νοεμβρίου), η Παγκόσμια Ημέρα για το AIDS (1 Δεκεμβρίου), κλπ

Αξιολόγηση

Η ποιοτική αξιολόγηση μέσω ερωτηματολογίου αφορά στους μαθητές/τριες και στο εκπαιδευτικό προσωπικό από τον ρόλο που συμμετέχει στη διαδικασία. Είτε δηλ. ως παρατηρητές/τριες, είτε ως συντονιστές/τριες της ομάδας. Στην περίπτωση των συντονιστών/στριών λειτουργεί ως αυτοαξιολόγηση.

Θεματική: Ζω καλύτερα - Ευ ζην

Υποθεματική: Σεξουαλική διαπαιδαγώγηση

Απευθύνεται σε μαθητές/μαθήτριες: (Α΄ Γυμνασίου, Β΄ Γυμνασίου, Γ΄ Γυμνασίου)

Διάρκεια στο τετράμηνο: 1 εργαστήριο/2 ώρες

ΦΥΛΛΟ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Εργαστήριο: Διαμορφώνοντας Υγιείς Σχέσεις ανάμεσα στα φύλα

Ποιοτική αξιολόγηση του εργαστηρίου
(συμπληρώνω αυθόρμητα και συνοπτικά)

Σήμερα ένιωσα

Σήμερα κατάλαβα

Σήμερα δυσκολεύτηκα

Σήμερα θα ήθελα ακόμη

Σχόλια, παρατηρήσεις, προτάσεις:

Ημερομηνία:

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ

Ενδεικτικό υποστηρικτικό υλικό

American Psychological Association. Resolution on Supporting Sexual/Gender Diverse Children and Adolescents in Schools <https://www.apa.org/pi/lgbt/resources/policy/gender-diverse-children>, ανακτήθηκε 25/3/2020

Αγωγή Υγείας. Σεξουαλική Αγωγή - Διαφυλικές Σχέσεις. Ηλικία: 11-14 ετών. Τετράδιο Μαθητή. Αθήνα. ΥΠΕΠΘ,ΕΙΝ.

Αγωγή Υγείας. Σεξουαλική Αγωγή - Διαφυλικές Σχέσεις. Ηλικία: 11-14 ετών. Βιβλίο Καθηγητή. Αθήνα. ΥΠΕΠΘ, ΕΙΝ.

Αγωγή Υγείας. Σεξουαλική Αγωγή - Διαφυλικές Σχέσεις. Ηλικία: 15-18 ετών. Βιβλίο του μαθητή. Αθήνα. ΥΠΕΠΘ, ΕΙΝ.

Αγωγή Υγείας. Σεξουαλική Αγωγή - Διαφυλικές Σχέσεις. Ηλικία: 15-18 ετών. Βιβλίο Καθηγητή. Αθήνα. ΥΠΕΠΘ,ΕΙΝ

«Ερωφίλοι/ες: επιθυμώ, μαθαίνω, νοιάζομαι». ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ. ΤΟΜΟΣ Β. ΝΗΡΕΑΣ (2019, Αναθ. Εκδοση), Κέντρο Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Περιφερειακής Ενότητας Κιλκίς

Ηλιοπούλου, Χ., Νικολακάκης, Ν., Διακουμάκου, Φ., Γραμμενίδης, Κ. (2018). Πρώτη πανελλαδική έρευνα για το σχολικό κλίμα - Έκθεση αποτελεσμάτων: Οι εμπειρίες της ΛΟΑΤΚ μαθητικής κοινότητας στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Αθήνα: Colour Youth.

International technical guidance on sexuality education: an evidence-informed approach. Revised edition. 2018. France. UNESCO, UNAIDS, UNFPA, UNICEF, UNWOMEN, WHO

Policy Paper 39. Facing the facts: the case for comprehensive sexuality education. Global Education Monitoring Report.2019.France.UNESCO

Πολέμη-Τοδούλου, Μ.(2010), Η Συστημική Προσέγγιση -Κλειδί για έναν Νέο Εκπαιδευτικό Σχεδιασμό. Δημοσιεύτηκε στο: Μετάλογος, Συστημική Εταιρεία Βορείου Ελλάδος, Τεύχος 18

Χιόνη, Μ., (2009). Σεξουαλική αγωγή υγείας στην ελληνική σχολική κοινότητα. Νέα Υγεία, 64(1): 11.

Χιόνη, Μ. (2011). Αγωγή Υγείας στο σχολικό περιβάλλον. Παρέμβαση για την πρόληψη του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού (bullying) . Αθήνα