

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ .....	11
ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	17

### ΜΕΡΟΣ Α ΣΥΓΚΡΟΥΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΥΠΑΡΞΗ

#### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1<sup>ο</sup>

#### **ΒΙΑ ΚΑΙ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ: ΒΑΣΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ ..... 22**

1. Ορισμός και μορφές του σχολικού εκφοβισμού.  
Ρόλοι των εμπλεκόμενων μερών ..... 24
2. Εκφοβισμός, Βία, Επιθετικότητα: πού διαφέρουν;..... 30
3. Εξελικτική παρουσίαση του φαινομένου του σχολικού εκφοβισμού:.. 32
  - α. Στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση..... 32
  - β. Στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση..... 37
4. Προτάσεις σχετικά με την αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού.  
Πόσο λειτουργικές είναι; ..... 40

#### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2<sup>ο</sup>

#### **ΕΠΙΛΥΣΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ: ΜΙΑ ΑΛΛΗ ΟΠΤΙΚΗ ..... 43**

1. Η γενιά του ΕΓΩ. Πώς θα την προσεγγίσουμε;..... 43
2. Θετική Ψυχολογία και υπαρξιακή θεώρηση:  
Εφαρμογές στην εκπαίδευση..... 50
3. Η δύναμη της αλλαγής: Ο θησαυρός μέσα μας..... 53
  - α. Η χαρά..... 55
  - β. Η ενσυναίσθηση..... 57
  - γ. Η ευγνωμοσύνη ..... 58
  - δ. Η ταπεινότητα ..... 59
  - ε. Η δικαιοσύνη ..... 61
  - στ. Η συγχωρητικότητα..... 62
4. Κοινωνικά δίκτυα ή οι άορατοι ιστοί που μας συνδέουν μεταξύ μας... 64
  - α. Όλοι είμαστε συνδεδεμένοι..... 64
  - β. Όλοι οι άνθρωποι νιώθουν τη βαθιά ανάγκη  
να έχουν καλές σχέσεις..... 65
  - γ. Έγγενής αξία: όλοι έχουν χαρίσματα, όλοι χρειάζονται ..... 67
  - δ. Χρειάζεται εξάσκηση για να χτίσουμε συνήθειες ..... 68
- 5 Διαμορφώνοντας υγιείς σχέσεις μέσα στο σχολείο ..... 69
- 6 Ο δάσκαλος ως ηγέτης ..... 72

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup>**Ο ΔΡΟΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΙΡΗΝΙΚΗ ΣΥΝΥΠΑΡΞΗ ..... 79**

1. Βία, τρομοκρατία και ρατσισμός. Μπορούν οι κοινωνίες και τα κράτη να συγχωρήσουν και να συμφιλιωθούν; ..... 79
2. Δικαιοσύνη και έλεος. Συνδυάζονται; ..... 83
3. Οι έννοιες «έλεος» και «δικαιοσύνη» στην ιστορική τους διάσταση. 86
4. Πώς μπορούμε να δημιουργήσουμε κοινότητες που να είναι δίκαιες και να ενδιαφέρονται για τα μέλη τους; ..... 90
5. Το σχολείο: μια κοινότητα όπου ο καθένας νοιάζεται για τον άλλον. 92
6. Ενσυναίσθηση-συγχώρηση-συμφιλίωση: το τρίπτυχο της ειρηνικής συνύπαρξης ..... 94

## ΜΕΡΟΣ Β

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ**ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4<sup>ο</sup>**Η ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΤΙΚΗ/ΕΠΑΝΟΡΘΩΤΙΚΗ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ..... 104**

1. Ορισμός-ορολογία..... 104
2. Η Αποκαταστατική/Επανορθωτική δικαιοσύνη στο σχολείο ..... 108
  - α. Πειθαρχία με σεβασμό και φροντίδα..... 110
  - β. Ο αγωγός που συνδέει το σχολείο με τη φυλακή..... 111
3. Εφαρμογή προγραμμάτων: Ο Κύκλος ..... 113
  - α. Η διαδικασία του Κύκλου..... 113
  - β. Ο διάλογος..... 118
  - γ. Η κοινή ευθύνη ..... 120
4. Αποκαταστατική/Επανορθωτική Δικαιοσύνη και Σχολική Διαμεσολάβηση: πού διαφέρουν;..... 121
5. Αποκαταστατική/Επανορθωτική Δικαιοσύνη και Σχολικός Εκφοβισμός..... 125

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5<sup>ο</sup>**Η ΣΥΓΧΩΡΗΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ..... 129**

1. Γιατί χρειάζεται η εκπαίδευση στη συγχώρηση στα σχολεία;..... 129
2. Τα οφέλη της συγχωρητικότητας σε παιδιά και εφήβους..... 132
3. Συγχώρηση και σχολικός εκφοβισμός ..... 136
  - α. Ο θυμός ως παράγοντας εκδήλωσης βίας και εκφοβισμού..... 138
  - β. Η πρόταση της συγχώρησης ως στρατηγική αντιμετώπισης..... 139
4. Εφαρμογή του προγράμματος της συγχώρησης στην Ελλάδα..... 143
5. Οι απόψεις των εκπαιδευτικών ..... 145
6. Αποτελέσματα και προοπτικές..... 152

## ΜΕΡΟΣ Γ ΣΧΕΔΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6<sup>ο</sup>

#### **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΤΙΚΗΣ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗΣ..... 156**

Α. Εισαγωγικά.....	156
Β. Σχέδια Εργασίας.....	160
• Συναισθήματα.....	160
• Ευγνωμοσύνη.....	161
• Απώλεια και πένθος.....	162
• Φιλία.....	163
• Σχολικός εκφοβισμός.....	164
• Η καταλαλιά (κουτσομπολιό) και η αρνητική της επίδραση.....	165
• Ο θυμός και οι επιπτώσεις του.....	166
• Ζωγραφίζω το μέλλον μου.....	168

Παράρτημα: Ασκήσεις για την αρχή και το τέλος του Κύκλου..... 169

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7<sup>ο</sup>

#### **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΓΧΩΡΗΣΗ:**

#### **ΑΠΟ ΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ ΜΕΧΡΙ ΚΑΙ ΤΗ Γ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ..... 170**

Πρόλογος.....	170
Α. Εισαγωγικά.....	174
Β. Σχέδια Εργασίας.....	176
• Η οικογένεια ως ο τόπος όπου μαθαίνουμε να δίνουμε και να παίρνουμε αγάπη.....	176
• Βλέπω τους ανθρώπους μέσα από τα μάτια της αγάπης: Η εγγενής αξία.....	182
• Μεταφέρω την οικογενειακή αγάπη στον κόσμο του σχολείου, της παιδικής χαράς και σε άλλους χώρους. Η φιλία.....	188
• Αυξάνω την αγάπη μου.....	192
• Όταν κάποιος είναι άδικος συχνά δεν τον βλέπουμε με τα μάτια της αγάπης.....	194
• Αποκαθιστώ την αδικία μέσα από τη συχώρηση.....	198
• Βλέπω μέσα από τα μάτια της αγάπης και της συχώρησης.....	201
• Η συχώρηση ως δώρο αγάπης.....	205

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8<sup>ο</sup>**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΓΧΩΡΗΣΗ:****ΑΠΟ ΤΗ Δ' ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΜΕΧΡΙ ΚΑΙ ΤΗ Β' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ..... 208**

A. Εισαγωγικά.....	208
B. Σχέδια Εργασίας.....	209
• Είμαι θυμωμένη.....	209
• Ο δρόμος για να κατευνάσουμε τον θυμό μας: συγχώρηση.....	216
• Μην με κοροϊδεύετε.....	222
• Πώς να βλέπουμε με καινούργια μάτια.....	228
• Ανάπτυξη της ενσυναίσθησης.....	235
• Η αντοχή του πόνου, για να μην τον μεταφέρουμε στους άλλους.....	242
• Συνδυασμός όλων των σταδίων της συγχώρησης.....	248
• Η μεγαλοψυχία προς τους άλλους. Τώρα που γεύτηκες τη μεγαλοψυχία πράξε κι εσύ το ίδιο.....	253

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9<sup>ο</sup>**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΓΧΩΡΗΣΗ:****ΑΠΟ ΤΗ Γ' ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ ΜΕΧΡΙ ΚΑΙ ΤΟ ΛΥΚΕΙΟ ..... 259**

A. Εισαγωγικά.....	260
B. Σχέδια Εργασίας.....	260
• Αντιμετωπίζοντας τον θυμό και αντέχοντας τον πόνο.....	260
• Η μοναδικότητα και η ετερότητα του κάθε ανθρώπου αφορμή για στοχασμό και κατανόηση: εγγενής αξία όλων.....	267
• Ανιδιοτελής αγάπη.....	274
• Η διαδικασία της συγχώρησης: τα βήματα που οδηγούν σε αυτήν...278	
• Συγχώρηση πέρα από τη λογική.....	284
• Όταν η αδικία γίνεται αφορμή για αλληλεγγύη και συνύπαρξη.....	290
• Το δώρο της συγχώρησης και η αλληλεξάρτηση μέσα στην κοινότητα.....	294
• Εμπόδια και προκλήσεις στον δρόμο για τη συγχώρηση.....	301

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....	307
----------------	-----

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	327
----------------------------	-----

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	330
------------------------------	-----