

Έντυπο υποβολής προγράμματος

Email *

epidrasi@uclancyprus.ac.cy

A. ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. Τίτλος προγράμματος *

ΕπίΔΡΑΣΗ

2. Θεματική ενότητα *

- ☐ Πρόληψη και Διαχείριση Σχολικού Εκφοβισμού
- ☒ Πρόληψη και Διαχείριση Σχολικών Συγκρούσεων
- ☒ Πρόληψη και Διαχείριση Παραβατικών Συμπεριφορών
- ☐ Πρόληψη και Διαχείριση Ρατσιστικών Συμπεριφορών
- ☐ Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση
- ☐ Αποδοχή και διαχείριση διαφορετικότητας και διαπολιτισμικότητας
- ☐ Συναισθηματική εκπαίδευση και αυτοεκτίμηση
- ☐ Δικαιώματα και υποχρεώσεις
- ☒ Πρόληψη της Χρήσης και Διάδοσης Εξαρτησιογόνων ουσιών (αλκοόλ, ουσίες, τυχικά παιχνίδια)
- ☐ Ασφάλεια στο διαδίκτυο
- ☐ Θετική Ψυχολογία
- ☒ Ενίσχυση και Βελτίωση Κοινωνικού Εαυτού
- ☐ Other:

Β. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΦΟΡΕΑ/ΕΙΣΗΓΗΤΗ

1. Όνομα φορέα *

Center of Interdisciplinary Science Promotion & Innovative Research (InSPIRE) & Ιδρύματος Μεσόγειος – Πρόληψη & Υγεία.

2. Πλήρης ταχυδρομική διεύθυνση φορέα *

Μεσαορίας 5, 7081, Πύλα, Λάρνακα &
Αγαμέμνωνος 20, Λευκωσία 1041,
Κύπρος

3. Ηλεκτρονική διεύθυνση φορέα (email) *

info@inspirecenter.org

4. Τηλέφωνο επικοινωνίας φορέα *

24645333

5. Τηλεομοιότυπο επικοινωνίας φορέα

24645320

6. Ονοματεπώνυμο ατόμου επικοινωνίας *

Δρ Βασιλική Χριστοδούλου & Σταυρούλα Αντρέου

7. Τηλέφωνο ατόμου επικοινωνίας *

97796179

8. Ηλεκτρονική διεύθυνση ατόμου επικοινωνίας (email) *

vchristodoulou2@uclan.ac.uk

9. Ονοματεπώνυμο εισηγητή Α *

Σταυρούλα Αντρέου

10. Ονοματεπώνυμο εισηγητή Β (αν υπάρχει)

11. Ονοματεπώνυμο εισηγητή Γ (αν υπάρχει)

Γ. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. Σκοπός *

(μέχρι 400 χαρακτήρες)

Γενικός σκοπός του προγράμματος είναι η παροχή ευκαιριών ανάπτυξης και καλλιέργειας της ψυχολογικής ευελιξίας σε προεφήβους, εφήβους και στους γονείς τους. Το έργο εστιάζει στην ανάπτυξη προληπτικών δεξιοτήτων με γνώμονα την ψυχολογική ενδυνάμωση και την θωράκιση του ατόμου έναντι στις εξαρτήσεις και αφορά προεφήβους, εφήβους και γονείς

2. Στόχοι (Γνωσιολογικοί, Ψυχοκινητικοί, Συναισθηματικοί) *

(μέχρι 600 χαρακτήρες)

Διαχείριση των δύσκολων συναισθημάτων και σκέψεων.

Καλλιέργεια αυτό-συμπόνιας, κατανόηση και αποδοχή του δύσκολου.

Ανάπτυξη ενσυνειδητότητας

Διαχείριση σύγκρουσης και αρμονική επικοινωνία.

Αναγνώριση και επίλυση προβλημάτων, ανάληψη υγιών πρωτοβουλιών.

Αναγνώριση προσωπικών και λειτουργικών αξιών ζωής.

Αναγνώριση της σκέψης σαν εργαλείο προς αξιολόγηση και όχι σαν ασφαλή οδηγό ζωής.

Αναγνώριση των σκέψεων και η αξιολόγηση του ρόλου τους ως 'εμπόδια' ή ως 'κατάλληλοι οδηγοί' στην επιλεγμένη πορεία ζωής.

Η δέσμευση σε λειτουργικές συμπεριφορές με γνώμονα τις προσωπικές αξίες.

3. Ομάδα στόχου - Ηλικιακές ομάδες μαθητών-μαθητριών συμμετοχής στο πρόγραμμα *

- ☐ Νηπιαγωγείο
- ☐ Προδημοτική
- ☐ Δημοτικό - Α' τάξη
- ☐ Δημοτικό - Β' τάξη
- ☐ Δημοτικό - Γ' τάξη
- ☐ Δημοτικό - Δ' τάξη
- ☒ Δημοτικό - Ε' τάξη
- ☒ Δημοτικό - Στ' τάξη
- ☒ Γυμνάσιο - Α' τάξη
- ☒ Γυμνάσιο - Β' τάξη
- ☒ Γυμνάσιο - Γ' τάξη
- ☒ Λύκειο - Α' τάξη
- ☒ Λύκειο - Β' τάξη
- ☒ Λύκειο - Γ' τάξη
- ☒ Τεχνική και Επαγγελματική Σχολή Εκπαίδευσης και Κατάρτισης - Α' τάξη
- ☒ Τεχνική και Επαγγελματική Σχολή Εκπαίδευσης και Κατάρτισης - Β' τάξη
- ☒ Τεχνική και Επαγγελματική Σχολή Εκπαίδευσης και Κατάρτισης - Γ' τάξη

4. Διάρκεια προγράμματος σε έτη *

2



5. Αριθμός συναντήσεων ανά έτος *

9



6. Διάρκεια συναντήσεων *

Μια σχολική περίοδος 40-45 λεπτά

7. Περιεχόμενο *

(μέχρι 600 χαρακτήρες)

Η φύση του ανθρώπινου πόνου και οι παγίδες του μυαλού.

Οι προσπάθειες ελέγχου του εσωτερικού κόσμου και τα προβλήματα με την αποφυγή του συναισθήματος.

Το μυαλό μου και οι ιστορίες που μου λέει.

Πως επιλέγω τις πράξεις μου;

Η επιλογές μου και οι παρορμήσεις μου:

Αναγνωρίζοντας την διαφορά.

Αναπτύσσοντας την ικανότητα να αποδεσμεύομαι από τις σκέψεις και τις οδηγίες του μυαλού.

Η αποδοχή και η εστίαση στο 'εδώ και τώρα': Τι απολαμβάνω; Τι με δυσκολεύει;

Καλλιεργώντας καλύτερο έλεγχο των παρορμήσεων:

παρατηρώντας την εμπειρία μου με περιέργεια και ενδιαφέρον.

8. Δραστηριότητες - Μέσα - Υλικά *

(μέχρι 600 χαρακτήρες)

Βιωματικές ασκήσεις όπως παιχνίδια ρόλων, και ζωγραφική. Οι συμμετέχοντες χρειάζονται τα χρωματιστά τους μολύβια και το πρόγραμμα τους παρέχει χαρτί A4. Οι συμμετέχοντες παρέχονται και τη δική τους κινέζικη δαχτυλοπαγίδα από το πρόγραμμα για τις ανάγκες βιωματικής άσκησης.

9. Μεθοδολογία *

(μέχρι 400 χαρακτήρες)

Τα παιδιά εντοπίζονται από το σχολείο, όπου συνήθως συμμετέχει ολόκληρη η τάξη. Συμπληρώνεται το έντυπο συγκατάθεσης και ξεκινά το πρόγραμμα. Ερωτηματολόγια συμπληρώνονται στην αρχή και τέλος όπως και σε διάστημα παρακολούθησης σε 3 και 6 μήνες. Το πρόγραμμα κατέχει ερευνητική άδεια από την Επιτροπή Βιοηθικής Κύπρου και το ΥΠΠΑΝ.

10. Συνάφεια με το Αναλυτικό Πρόγραμμα (Μάθημα - Τάξη) *

(μέχρι 400 χαρακτήρες)

Το σχολείο εισηγείται τις μέρες και τις ώρες που θα διεξάγεται το πρόγραμμα, όπου και αλλάζουν κάθε βδομάδα ώστε η συμμετοχή των μαθητών στο πρόγραμμα να μην επηρεάζει το ωρολόγιο πρόγραμμα του σχολείου.

11. Μέγιστος αριθμός παιδιών που μπορούν να συμμετέχουν ανά ομάδα *

8

12. Επαρχία κάλυψης *

☒ ΑΜΜΟΧΩΣΤΟΣ☒ ΛΑΡΝΑΚΑ☐ ΛΕΜΕΣΟΣ☐ ΛΕΥΚΩΣΙΑ☐ ΠΑΦΟΣ

13. Δυνατότητα εφαρμογής του προγράμματος διαδικτυακά *

☒ Ναι☐ Όχι

Δ. ΧΩΡΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. Σχολείο *

☒ Ναι☐ Όχι

2. Άλλος χώρος

(Δώστε πλήρη στοιχεία του χώρου)

Ε. ΚΟΣΤΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

1. Υπάρχει κόστος συμμετοχής;

☐ Ναι☒ Όχι

2. Ποσό κόστους ανά συνάντηση *

Μηδέν κόστος


ΣΤ. ΕΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΟ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

Υπάρχει έγκριση από το ΥΠΠΑΝ; *

☒ Ναι


☐ Όχι

Αν υπάρχει έγκριση να επισυναφθεί εδώ

 Άδεια έγκρισης ...

Ζ. ΥΛΙΚΟ ΣΧΕΤΙΚΟ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ (Εάν υπάρχει)

 Προληπτικό Πρό...

 Epidrasi - youth f...

This form was created inside of Cyprus Pedagogical Institute.

Google Forms