

# ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΟ

## Σκοπός και στόχοι του έργου PsyTales

### Εισαγωγή στο PsyTales


Κάθε παιδί κουβαλάει μια ιστορία προκλήσεων, συναισθημάτων και θριάμβων. Για τα παιδιά ηλικίας 9 έως 12 ετών, οι ιστορίες αυτές συχνά περιλαμβάνουν τους πόνους της ανάπτυξης, του άγχους, του στρες και της κοινωνικής πίεσης. Το έργο PsyTales αντιμετωπίζει αυτές τις προκλήσεις, υιοθετώντας μια προληπτική προσέγγιση για την ευημερία στα σχολεία μέσω της αφήγησης ιστοριών.

Το PsyTales ενσωματώνει πρακτικές ευεξίας σε προσεκτικά σχεδιασμένες ιστορίες, δημιουργώντας ένα υποστηρικτικό περιβάλλον στην τάξη όπου οι μαθητές μπορούν να εξερευνήσουν και να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους. Το έργο ευθυγραμμίζεται με βασικά ευρωπαϊκά πλαίσια, όπως το πλαίσιο LifeComp 2020, το οποίο δίνει έμφαση στις ικανότητες ζωής, όπως η συναισθηματική ρύθμιση, η ανθεκτικότητα και οι κοινωνικές δεξιότητες. Επιπλέον, το PsyTales συμβάλλει στην Ευρωπαϊκή Πρωτοβουλία "Πιο υγιείς μαζί" (2022), η οποία επικεντρώνεται στην προώθηση της ψυχικής υγείας στα σχολεία. Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα για αυτά τα πλαίσια, ανατρέξτε στο Κεφάλαιο 1: "Επιστημονικές βάσεις της ευημερίας. Σκοπός και στόχοι του PsyTales", όπου σας παρέχουμε περισσότερες λεπτομέρειες.




Συνδυάζοντας την αφήγηση ιστοριών με αυτά τα πλαίσια, το PsyTales δίνει τη δυνατότητα τόσο στους μαθητές όσο και στους εκπαιδευτικούς να δώσουν προτεραιότητα στη συναισθηματική ευημερία παράλληλα με την ακαδημαϊκή επιτυχία, καλλιεργώντας μια θετική μαθησιακή ατμόσφαιρα.

### Στόχοι: Ενίσχυση της Ευημερίας στην Εκπαίδευση

Ο βασικός στόχος του έργου PsyTales είναι να εφοδιάσει τους μαθητές με τα εργαλεία που χρειάζονται για να αντιμετωπίσουν εποικοδομητικά τις προκλήσεις. Με τη χρήση σχετιζόμενων ιστοριών, το πρόγραμμα βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν συναισθηματικό γραμματισμό και ανθεκτικότητα, επιτρέποντάς τους να διαχειρίζονται καλύτερα το άγχος, την αποτυχία και τις διαπροσωπικές συγκρούσεις. Οι βασικοί στόχοι είναι οι εξής:

-  **Παροχή εργαλείων αντιμετώπισης για τους μαθητές:** Οι ιστορίες στα PsyTales αντικατοπτρίζουν καταστάσεις της πραγματικής ζωής, ενθαρρύνοντας τους μαθητές να υιοθετήσουν θετικές στρατηγικές αντιμετώπισης, όπως η συναισθηματική ρύθμιση και η επίλυση προβλημάτων, για να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις.



-  • **Υποστήριξη των εκπαιδευτικών με πρακτικούς πόρους:** όπως το τρέχον παιδαγωγικό φυλλάδιο που προσφέρει στους εκπαιδευτικούς καθοδήγηση για την ενσωμάτωση πρακτικών ευημερίας στην τάξη τους, αλλά και ένα διαδικτυακό μάθημα για τη δημιουργία ιστοριών PsyTales.
-  • **Ενίσχυση του συναισθηματικού γραμματισμού και της ανθεκτικότητας μέσω της αφήγησης ιστοριών:** Τα PsyTales εμπλέκουν τους μαθητές συναισθηματικά, βοηθώντας τους να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, ενώ παράλληλα ενισχύουν την ενσυναίσθηση και την αυτογνωσία.
-  • **Υποστήριξη των γονέων και των κηδεμόνων για να υποστηρίξουν τα παιδιά τους:** Οι ιστορίες των PsyTales ενδυναμώνουν τους γονείς και τους κηδεμόνες να προωθήσουν ένα υποστηρικτικό μαθησιακό περιβάλλον στο σπίτι, εμπλουτίζοντας τη συναισθηματική ανάπτυξη και το εκπαιδευτικό ταξίδι των παιδιών τους.

## Προσέγγιση και μεθοδολογία

Η αφήγηση βρίσκεται στο επίκεντρο του PsyTales. Οι ιστορίες κάνουν τις αφηρημένες έννοιες της ευεξίας πιο προσιτές στους μαθητές, επιτρέποντάς τους να κατανοήσουν τις συναισθηματικές προκλήσεις μέσα από σχετικούς χαρακτήρες και καταστάσεις. Η προσέγγιση αυτή βασίζεται στις αρχές της θετικής ψυχολογίας και της ιατρικής του τρόπου ζωής, ενσωματώνοντας στρατηγικές για τη συναισθηματική ρύθμιση, την ενσυνειδητότητα και την οικοδόμηση ανθεκτικότητας.

Εν κατακλείδι, το PsyTales προσφέρει περισσότερα από απλές ιστορίες. Παρέχει μια ολιστική εκπαιδευτική προσέγγιση που ενσωματώνει την ευημερία στη μάθηση. Εξοπλίζοντας τους μαθητές με συναισθηματικά εργαλεία και τους εκπαιδευτικούς με πρακτικούς πόρους, το PsyTales προάγει ένα υποστηρικτικό και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλον, που δίνει προτεραιότητα στη συναισθηματική ευημερία παράλληλα με τη σχολική επίδοση.

