



ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΛΥΚΕΙΟ «ΕΙΡΗΝΗΣ ΚΑΙ
ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ» ΔΕΡΥΝΕΙΑ ΣΩΤΗΡΑ

ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ 2026-27

ΔΙΠΛΗ ΜΕΤΑΒΑΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ

1. Από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο

Οι μαθητές φεύγουν από το οικείο, άνετο και ασφαλές περιβάλλον του Δημοτικού, χάνουν πιθανόν την κοινωνική ομάδα των συμμαθητών τους και αρχίζουν να εκτίθενται σε προκλήσεις και δυσκολίες που συνδέονται με τα μαθήματα, τη διαχείριση του χρόνου και τον φόρτο εργασίας. Διαφορετικές διδακτικές μέθοδοι, διαφορετικές αίθουσες διδασκαλίας και διαφορετικοί καθηγητές για κάθε μάθημα, περισσότερη εργασία στο σπίτι και απαιτητική αξιολόγηση.

2. Από την παιδική στην εφηβική ηλικία

Πέρασμα στην εφηβική ηλικία από την παιδική σε συνδυασμό με μια διαδικασία ανακάλυψης του εαυτού και των κοινωνικών σχέσεων και δομών, οδηγεί σε πολλές μεταλλαγές που μπορεί να επηρεάσουν το σώμα, τη διάθεση και την κοινωνική ζωή. Το σώμα αλλάζει! Η συμπεριφορά αλλάζει!

ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΕΠΙΔΕΙΞΟΥΝ

- Επικοινωνία στην οικογένεια.
- Εκτίμηση του παιδιού, υγιής φροντίδα σωματικών και συναισθηματικών αναγκών.
- Συγκρότηση ορίων-πειθαρχίας (διατήρηση υγιών ορίων και επανακαθορισμός τους όπου χρειάζεται).
- Ρεαλιστικές προσδοκίες, επικρότηση προόδου.
- Επίβλεψη, στήριξη και ενδυνάμωση του παιδιού.
- Κατανόηση ότι τα παιδιά σε αυτή τη μετάβαση βιώνουν μεγάλο άγχος και αγωνία σχετικά με το εάν θα κερδίσουν την αποδοχή από τους συνομήλικους τους και αν θα μπορέσουν να ανταποκριθούν στις σχολικές απαιτήσεις.
- Από την στιγμή που τα παιδιά θα μπουν στο Γυμνάσιο, η επιρροή των γονιών πάνω τους μειώνεται σημαντικά, ενώ αντίστροφα αυξάνεται η επιρροή των συμμαθητών τους. Οι έφηβοι, βέβαια, συνεχίζουν να χρειάζονται την στενή σχέση με τους γονείς τους.

ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΕΠΙΔΕΙΞΟΥΝ (συνέχεια)

- Δώστε στο παιδί σας να καταλάβει ότι του έχετε εμπιστοσύνη και ότι ενδιαφέρεστε για τους φίλους του. Μια καλή ιδέα είναι να έχετε το σπίτι σας ανοιχτό για τους φίλους του παιδιού.
- Ενεργητική ακρόαση! Ακούστε τα παιδιά σας σε θέματα που τα απασχολούν ή άλλα που θέλουν να επικοινωνήσουν μαζί σας.
- Όρια και αγάπη, ενσυναίσθηση και κατανόηση της εξελικτικής φάσης που διανύουν τα παιδιά, για να διαλυθούν οι φόβοι, η σχολική άρνηση, αλλά και να περάσει σε κάθε μαθητή η αίσθηση της αξιοπρέπειας και της αυτοπεποίθησης.
- Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν ότι έχουν ευθύνες και ότι πρέπει να λογοδοτούν για τις πράξεις τους.
- Δείξτε στα παιδιά σας πώς να εργάζονται με υπομονή, μεθοδικότητα και υπευθυνότητα.
- Δώστε τους την αίσθηση ότι τα λάθη τους μπορούν να αξιοποιηθούν για αυτοβελτίωση.

ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΕΠΙΔΕΙΞΟΥΝ (συνέχεια)

- Βοηθήστε με την οργάνωση του διαβάσματος και των υπόλοιπων δραστηριοτήτων του παιδιού σας. Ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα, το οποίο θα συμφωνηθεί από κοινού και θα είναι σε κοινή θέα, με τις δραστηριότητες και τις υποχρεώσεις του παιδιού, καθώς και συνέπειες ή επιβραβεύσεις, μπορεί να αποδειχτεί πολύτιμο εργαλείο.
- Ενθαρρύνετε μεθόδους καλής οργάνωσης του παιδιού στο σχολείο. Για παράδειγμα, η καταγραφή και προσωπική φιλοτέχνηση όπως τα παιδιά επιθυμούν, προσωπικού καθημερινού ημερολογίου, όπου θα καταγράφουν τις υποχρεώσεις του κάθε μαθήματος τους ή άλλων καθημερινών υποχρεώσεων.
- Ενθάρρυνση και επικρότηση θετικών προτύπων, τήρησης κανονισμών και υποστήριξης των δικαιωμάτων του κάθε παιδιού.
- Μην ξεχνάτε ότι το πρώτο πρότυπο για το παιδί σας είστε εσείς! Τα παιδιά μαθαίνουν από αυτό που είμαστε και όχι από αυτό που λέμε.

Συνοψίζοντας...για να «επιβιώσετε»:



- Δώστε του χρόνο να προσαρμοστεί.
- Το παιδί σας έχει ακόμα ανάγκη να ακούει ότι το αγαπάτε.
- Κάντε ειλικρινή διάλογο μαζί του.
- Να το σέβεστε ως ένα ολοκληρωμένο άτομο.
- Χρησιμοποιήστε χιούμορ.
- Υιοθετήστε αυτό που θα θέλατε το παιδί σας να αποκομίσει.
- Βοηθήστε το παιδί σας στη φοίτησή του στο σχολείο.



Επίσης

- Ως έφηβοι μπορούν να κατανοήσουν ο ένας τον άλλο χωρίς συμπεριφορές που καταπατούν τα δικαιώματά τους.
- Ενημερώνουμε τα παιδιά, ότι εάν εντοπίσουν κάτι το οποίο αποκλίνει από μια υγιή κανονικότητα, τότε το αναφέρουμε στους Υπεύθυνους Καθηγητές/τριες, στις Καθηγήτριες Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής, στους Βοηθούς Διευθυντές/τριες, ή στον Διευθυντή.
- Βεβαιωνόμαστε ότι τα παιδιά μας αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους και είναι ευαισθητοποιημένα μεταξύ τους, ούτως ώστε να μπορούν να αλληλοβοηθούνται και να σέβονται το ένα το άλλο.



ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ

- Όλη η Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση στελεχώνεται από καθηγητές/τριες Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής.

Ρόλος: παροχή βοήθειας στους μαθητές για αυτογνωσία, αυτοαποδοχή, αυτοπραγμάτωση, προσαρμογή στο σχολικό και κοινωνικό περιβάλλον για λήψη προσωπικών, εκπαιδευτικών και επαγγελματικών επιλογών. Επιπλέον, χορηγούν διάφορα ψυχομετρικά εργαλεία για μια αρχική χαρτογράφηση των ενδιαφερόντων και οριοθέτηση της συμβουλευτικής διαδικασίας, καθώς επίσης, παρέχουν ενημέρωση για τις πηγές πληροφόρησης και τα μέσα εκπαιδευτικής και επαγγελματικής συμβουλευτικής.



Συγκεκριμένα, με γνώμονα πάντα την ιδιαιτερότητα του κάθε μαθητή, οι σχολικοί σύμβουλοι αποσκοπούν στο να βοηθήσουν τους μαθητές:



- Να γνωρίσουν και να αποδεχτούν τον εαυτό τους, καθώς και να τους ενισχύσουν για να αναπτύξουν και να διαμορφώσουν υγιείς στάσεις ζωής.
- Να αναπτύξουν θετική εικόνα για τον εαυτό τους και να αποκτήσουν τα κατάλληλα εφόδια αποτελεσματικής αντιμετώπισης των προσωπικών, οικογενειακών ή και κοινωνικών προβλημάτων της ζωής.
- Να προσαρμοστούν στο σχολικό περιβάλλον με στόχο την εκπαιδευτική και κοινωνική τους πρόοδο και εξέλιξη.
- Να αναπτύξουν τις απαραίτητες δεξιότητες που θα τους επιτρέψουν τη λήψη ορθολογιστικών αποφάσεων, είτε αυτές αφορούν εκπαιδευτικά/επαγγελματικά είτε προσωπικά θέματα.
- Να αναγνωρίσουν τις ατομικές τους δυνατότητες, ενδιαφέροντα, δεξιότητες και κλίσεις, να γνωρίσουν τη φύση και τις απαιτήσεις διαφόρων επαγγελμάτων, καθώς και τις σύγχρονες κοινωνικο-οικονομικές και πολιτισμικές εξελίξεις, ώστε να οδηγηθούν σε ορθές εκπαιδευτικές επιλογές.

Καθηγήτριες Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής

○Μανώλια Παναγιώτου – καθημερινά

Τμήματα: **A1,A2,A3, B1,B3, Γ1,Γ2,Γ3, Δ21, Δ41, Ε1-41, ΣΤ31**

○Παρασκευή Κωνσταντίνου- καθημερινά εκτός Τετάρτη

Τμήματα: **A4,A5,A6, B2,B4, B5,Γ4,Γ5,Δ1-31,Δ42,Ε51,ΣΤ11-41, ΣΤ51**

Διευθέτηση ραντεβού κατόπιν τηλεφωνικής επικοινωνίας



