

**Πρόγραμμα ψυχολογικής ενδυνάμωσης παιδιών
βασισμένο στη μέθοδο του Εκπαιδευτικού Δράματος
«Τους Φόβους μου Νικώ!»**

Εισηγήτρια : Αθανασοπούλου Ρένα
Θεατρολόγος ΠΕ 91,01
Μεταπτυχιακό στην Παιδαγωγική του Θεάτρου

Περίληψη

Πρόκειται για ένα Εκπαιδευτικό Δράμα βασισμένο σε μύθο της φυλής των Μασάι που διαπραγματεύεται το θέμα του φόβου. Μέσα από τεχνικές που εντάσσουν το δάσκαλο και τα παιδιά σε ρόλο οι συμμετέχοντες βιώνουν διαφορετικές οπτικές γωνίες και αναζητούν δημιουργικές λύσεις για όσα τους τρομάζουν απαντώντας στα εξής ερωτήματα: Τι συμβαίνει, όταν δραματοποιούμε τις καταστάσεις και μεγαλοποιούμε τους φόβους μας; Τι μας προσφέρει θάρρος σε μια δύσκολη στιγμή; Γιατί φτάνει κάποιος στο σημείο του εκφοβισμού για να κρύψει το δικό του φόβο; Τι σημαίνει να αναγνωρίζουμε τη δυσκολία μιας κατάστασης και να ανατρέχουμε για βοήθεια στους άλλους;

Το συγκεκριμένο Εκπαιδευτικό Δράμα αρχικά σχεδιάστηκε στο πλαίσιο ενός προγράμματος ψυχολογικής ενδυνάμωσης των παιδιών του Ορφανοτροφείου «Μέλισσα» με στοιχεία δραματοθεραπείας και παιγνιοθεραπείας. Επίσης εφαρμόστηκε στα παιδιά που φιλοξενούνται στη δομή του οργανισμού «Πρωτοβουλία για το Παιδί». Παράλληλα εφαρμόστηκε σε μαθητές Νηπιαγωγείου και Δημοτικού στον τομέα της συναισθηματικής αγωγής, καθώς και σε μικτές ηλικιακές ομάδες στα πλαίσια διαδραστικών παραστάσεων για σχολεία και μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς. Τέλος παρουσιάστηκε ως εισήγηση και εργαστήριο σε συνέδρια και σχολικές επιμορφώσεις.

Τι είναι το Εκπαιδευτικό Δράμα

Το Εκπαιδευτικό Δράμα (Drama in Education) αποτελεί μια μέθοδο που συνδέει την εκπαίδευση με τη δραματική τέχνη. Βασίζεται στην παιδαγωγική επιστήμη και εστιάζει στη διαδικασία και όχι στο τελικό αποτέλεσμα, γι' αυτό πολλοί χρησιμοποιούν και τον όρο "process drama". Όλες οι δραστηριότητες είναι ομαδικές, γεγονός που ταυτίζει τον όρο του εκπαιδευτικού δράματος με τον κοινωνικό του χαρακτήρα. Συντελείται λοιπόν μια σημαντική αλλαγή που οδηγεί σε μια συμμετοχική αντίληψη του κόσμου (Bolton, 1984). Παράλληλα το Ε.Δ. ενισχύει την αυτό-έκφραση, προάγει την αυτογνωσία και τη σύμπραξη (Woolland, 1999). Ο εκπαιδευτικός από τη μεριά του συντονίζει και φροντίζει να τροφοδοτεί την ιστορία που εκτυλίσσεται στο εκάστοτε δράμα με υπεύθυνο και ουσιαστικό τρόπο ενισχύοντας τη δράση και βοηθώντας στον αναστοχασμό. Επιλέγει μια σημαντική στιγμή και ζητά από τους μαθητές του να τη ζωντανέψουν εστιάζοντας στο νόημά της (Heathcote, 1991).

Σχεδιασμός Εκπαιδευτικού Δράματος:

Θέμα: Η αντιμετώπιση του φόβου.

Κεντρικό ερώτημα: Πώς μπορούμε να ξεπεράσουμε τους φόβους μας;

Υποερωτήματα: Τι φοβάμαι; Γιατί φοβάμαι; Τι συμβαίνει όταν δραματοποιούμε τις καταστάσεις και μεγαλοποιούμε τους φόβους μας; Τι συνέπειες μπορεί να έχει ο φόβος; Πώς αντιμετωπίζω τους φόβους μου; Μόνος μου ή με τη βοήθεια άλλων; Τι μπορεί να μας προσφέρει θάρρος σε μια δύσκολη στιγμή; Γιατί φτάνει κάποιος στο σημείο να κρύψει το δικό του φόβο, τρομάζοντας τους άλλους; Πώς η πίστη στο εαυτό μας μπορεί να μας προσφέρει το θάρρος που έχουμε ανάγκη για να πορευτούμε στη ζωή μας; Τι σημαίνει να αναγνωρίζουμε τη δυσκολία μιας κατάστασης και να ανατρέχουμε για βοήθεια στους άλλους;

Πηγή/ερέθισμα: Ο αφρικανικός μύθος «Η κάμπια και τα άγρια ζώα» από τη φυλή των Μασάι.

Το συγκεκριμένο πρόγραμμα σχεδιάστηκε υπό την επίβλεψη ψυχολόγων, του ορφανοτροφείου «Μέλισσα» και του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και εμπεριέχει στοιχεία δραματοθεραπείας και παιγνιοθεραπείας. Μάλιστα υπήρχε διαρκής ανατροφοδότηση για την ενίσχυση της στοχοθεσίας και της αποτελεσματικής εφαρμογής του.

Αρχικά ο δάσκαλος μπορεί να ενημερώσει τους μαθητές ότι θα ταξιδέψουν πολύ μακριά και να τους δείξει ένα βιβλίο, ένα χάρτη ή μια υδρόγειο. Κάποια παιδιά που γνωρίζουν πληροφορίες για την Αφρική τις μοιράζονται με τους συμμαθητές τους.

Φράση σε κύκλο

Ποιος είναι ο μεγαλύτερος φόβος σας;

Προθέρμανση

Αν το επιτρέπει η αίθουσα, ακούγεται αφρικανική μουσική με παραδοσιακά κρουστά και τα παιδιά χορεύουν όσο πιο τρελά μπορούν για να ξυπνήσουν όλο τους το σώμα. Κάθε φορά που η μουσική σταματά, παγώνουν την κίνησή τους.

Αφήγηση

Μια φορά κι έναν καιρό σε ένα υπέροχο καταπράσινο δάσος ο Λαγός επιστρέφοντας στο σπιτάκι του παρατήρησε σημάδια στο έδαφος και φώναξε «Ποιος είναι εκεί;». Τότε άκουσε μια δυνατή και απειλητική φωνή από το βάθος της σπηλιάς «Είμαι ο παντοδύναμος, ο καλύτερος πολεμιστής που μπορεί να συντρίψει ελέφαντες και να κάνει σκόνη ρινόκερους! Είμαι ανίκητος!». Ο Λαγός έτρεξε έξω απορώντας τι θα μπορούσε να κάνει ένα μικρό ζώο σαν και αυτόν ενάντια σε κάποιον τόσο δυνατό.

Δημιουργία χώρου

Τα παιδιά καλούνται να διαμορφώσουν με τη χρήση αντικειμένων ένα μέρος της αίθουσας σαν τη σπηλιά της ιστορίας.

Παραγωγή ήχων και φράσεις

Τα παιδιά μπαίνουν στη σπηλιά και προσπαθούν να ζωντανέψουν τους τρομαχτικούς ήχους που φαντάζονται ότι άκουσε ο Λαγός. Ταυτόχρονα επινοούν διάφορες φράσεις που θα μπορούσε να λέει το δυνατό αυτό πλάσμα και τις εκφράζουν με ανάλογο τρόπο.

Ζωγραφική

Σε αυτή τη δραστηριότητα τα παιδιά ζωγραφίζουν πώς φαντάζεται ο Λαγός ότι είναι το πλάσμα που μπήκε στη σπηλιά του.

Αγάλματα

Οι μαθητές γίνονται διαδοχικά αγάλματα που αναπαριστούν το πλάσμα της σπηλιάς και το λαγό περνώντας από δύο αντίθετους ρόλους.



Αφήγηση

Όπως έτρεχε ο Λαγός, συνάντησε το Τσακάλι που συμφώνησε να πάει μαζί του στο σπίτι και να τον βοηθήσει να ξεφορτωθεί το τρομακτικό αυτό πλάσμα. Το Τσακάλι λοιπόν φώναξε «Ποιος είναι στο σπίτι του φίλου μου του Λαγού;». Το παράξενο πλάσμα απάντησε ξανά «Είμαι ο παντοδύναμος, ο καλύτερος πολεμιστής που μπορεί να συντρίψει ελέφαντες και να κάνει σκόνη ρινόκερους! Είμαι ανίκητος!». Το Τσακάλι έκανε στροφή και βγήκε έξω λέγοντας ότι δεν μπορούσε να κάνει τίποτα ενάντια σε κάποιον τόσο ισχυρό. Για ακόμα μια φορά ο Λαγός έτρεξε έξω ψάχνοντας κάποιον άλλον να τον βοηθήσει. Τότε συνάντησε διάφορα μεγάλα και δυνατά ζώα.

Συζήτηση-Δάσκαλος σε Ρόλο

Τα παιδιά παίρνουν ρόλους ισχυρών ζώων. Ο δάσκαλος μπαίνει σε ρόλο Λαγού, συναντά τα υπόλοιπα ζώα και με τρόμο περιγράφει την κατάσταση. Τα ζώα καλούνται να εκφράσουν την άποψή τους και τις προτάσεις τους. Με ποιους τρόπους θα μπορούσε ο Λαγός να αντιμετωπίσει το περίεργο αυτό πλάσμα; Τι θα μπορούσε να του προσφέρει θάρρος σε αυτή τη δύσκολη στιγμή; Θα μπορούσαν να τον βοηθήσουν τα άλλα ζώα; Ο δάσκαλος προκαλεί τα παιδιά με τη στάση του να τον παρακινήσουν να ξεπεράσει τον φόβο του, να αντιδράσει και να αγωνιστεί. Όταν το πετύχει, ζητάει συμβουλές για το πώς να ξεπεράσει τον φόβο του και το πώς να οργανώσουν μαζί ένα σχέδιο, για να διώξουν το παντοδύναμο πλάσμα.

Διάδρομος συνείδησης

Ο Λαγός άκουσε πολύ προσεχτικά όλα όσα τον συμβούλευσαν τα άλλα ζώα. Δεν μπορούσε όμως να αποφασίσει τι έπρεπε να κάνει: Να αλλάξει σπίτι, προκειμένου να γλυτώσει από αυτή την τρομακτική φωνή που ποιος ξέρει ποιο πελώριο πλάσμα την είχε ή να αντιμετωπίσει το φόβο του και να συνεχίσει να ψάχνει λύσεις μέχρι να καταφέρει να πάρει πίσω το αγαπημένο του σπιτάκι; Από τη μία ήταν τόσο μικρός και αδύναμος, από την άλλη όμως είχε το δίκιο με το μέρος του. Το κάθε παιδί λοιπόν εκπροσωπεί μία από τις φωνές που θα μπορούσε να ακούει ο Λαγός αντιμέτωπος με το μεγάλο δίλημμα (φωνές στο μυαλό του, συμβουλές άλλων ζώων). Τα παιδιά σχηματίζουν δύο αντικριστές σειρές δημιουργώντας ένα ζωντανό διάδρομο. Κάθε φορά που περνά από μέσα ένας μαθητής σε ρόλο λαγού, οι

υπόλοιποι λένε διαρκώς τη φράση τους. Μάλιστα δυναμώνουν την ένταση, όταν ο λαγός περνά ακριβώς μπροστά τους φορτίζοντας τη στιγμή. Μόλις περάσει ο εκάστοτε λαγός γίνεται πάλι μέρος της σειράς του κι αναπαράγει τη φράση του για τον επόμενο λαγό.

Τραγούδι ενδυνάμωσης

Τα ζώα επινοούν τραγούδια σε ομάδες.

Αφήγηση

(Μεσολαβεί αφήγηση με χρήση των προηγούμενων προτάσεων των παιδιών) Τότε έβγαλαν έξω το περίεργο πλάσμα και αυτό είτε με ψιλή και τρομαγμένη φωνούλα «Μην μου κάνετε κακό. Είμαι μόνο μια κάμπια.» Τα ζώα δεν πίστευαν στα μάτια τους και στα αφτιά τους. Το τέρας που τόσο καιρό φοβόντουσαν ήταν μια μικρή Κάμπια.

Παίρνοντας απόσταση

Ο δάσκαλος ζητά από τους μαθητές να επιλέξουν έναν ρόλο από την ιστορία και θεωρώντας πως μια ορισμένη καρέκλα είναι η Κάμπια, να πάρουν την ανάλογη απόσταση που επιθυμούν, δηλώνοντας έτσι τη διάθεσή τους απέναντί της. Ο δάσκαλος περνά ανάμεσα από τα παιδιά και κάθε ένα που αγγίζει λείει το ρόλο του και για ποιο λόγο πιστεύει ότι η Κάμπια τρόμαξε με αυτό τον τρόπο τα άλλα ζώα.

Παραλλαγή: Τα παιδιά κάθονται το ένα μετά το άλλο σε μια καρέκλα μπαίνοντας σε ρόλο κάμπιας και δίνουν εξηγήσεις για τη συμπεριφορά της.

Αναστοχαστικές δραστηριότητες όπου τα παιδιά συνδέουν την ιστορία στον φανταστικό κόσμο με τη δική τους ζωή:

Φράση σε κύκλο: Παίζοντας την ιστορία του λαγού κατάλαβα ότι...

Ομαδικά γλυπτά: Ο δάσκαλος βάζει ανάλογη ορχηστρική μουσική και δίνει στα παιδιά την οδηγία να στηθούν στο χώρο διαδοχικά έχοντας στο μυαλό τους το θέμα «φόβος» και συνθέτοντας ένα ομαδικό γλυπτό. Μετά αλλάζει τη μουσική περνώντας στο επόμενο θέμα «ξεπερνάω το φόβο μου με τη βοήθεια φίλων».

Ημερολόγιο: Τα παιδιά καλούνται να γράψουν και να ζωγραφίσουν μια σελίδα από το ημερολόγιο του λαγού. Πώς ένιωσε μετά από αυτή την περιπέτεια; Έμαθε κάτι από όλα αυτά που έγιναν; Από εδώ και μπρος θα φοβάται ή θα πιστεύει ότι ακούει το ίδιο εύκολα; Ο Λαγός αν και ήταν πιο μικρός αποδείχτηκε πιο δυνατός από το φανταστικό τέρας. Ένιωσε μήπως περισσότερη αυτοπεποίθηση, περισσότερη πίστη στον εαυτό του;



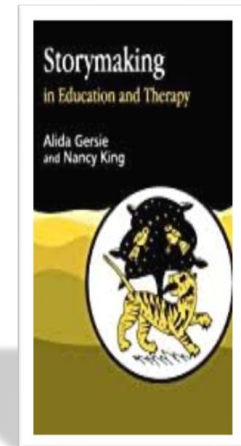
Χαλάρωση- Κατευθυνόμενος διαλογισμός με θέμα τη νίκη απέναντι στο φόβο

Μία πρόταση είναι να ακούγεται το αφρικάνικο τραγούδι Kothbiro (=η βροχή πλησιάζει) του Ayub Ogada που είναι γραμμένο και τραγουδισμένο στο ύφος της μουσικής της φυλής Λούο από την Κένυα. Παράλληλα ο δάσκαλος με απαλή φωνή

κάνει μια αφήγηση που αξιοποιεί τα διδάγματα της ιστορίας μέσα από τις αναστοχαστικές αναφορές των παιδιών.

Αρχικό κείμενο και διασκευή

Ο μύθος υπάρχει στο βιβλίο των Alida Gersie και Nancy King *Story Making in Education and Therapy*. Στον πρωτότυπο μύθο το ζώο που τολμά να αντιταχθεί στο τέρας είναι ένας Βάτραχος ο οποίος βοηθά το Λαγό. Προκειμένου να τονιστεί η αξία της αυτοπεποίθησης και της άντλησης θάρρους από τον ίδιο τον εαυτό, στο παρόν δράμα αυτός που αντιμετωπίζει το φόβο και δρα ανάλογα είναι ο ίδιος ο Λαγός. Επίσης στο πρωτότυπο κείμενο ο εκφοβισμός αποτελεί μια φάρσα της Κάμπιας. Αντιθέτως εδώ καλέσαμε τα παιδιά να αναζητήσουν τους βαθύτερους λόγους που οδήγησαν σε μια τέτοια συμπεριφορά.



Εφαρμογή στο ορφανοτροφείο «Μέλισσα»

Η ισορροπία που επιτεύχθηκε συνδυάζοντας ένα θέμα που αφορά τα συγκεκριμένα παιδιά (αντιμέτωπιση του φόβου) και ένα αποστασιοποιημένο περιβάλλον (δάσος, ρόλοι ζώων) βοήθησε στην ομαλή και επιτυχημένη ένταξή τους σε ένα ενιαίο αφηγηματικό πλαίσιο που απαιτεί συγκέντρωση και καλή επικοινωνιακή βάση.

Για πρώτη φορά υπήρχε ομοφωνία στην ομάδα. Στη συνάντηση με το Λαγό (Δάσκαλος σε Ρόλο) συγχρονίζονταν και αλληλεπιδρούσαν συνθέτοντας το φινάλε της ιστορίας με συνέπεια, μεθοδικότητα και σοβαρότητα. Η συγκεκριμένη τεχνική φάνηκε να λειτουργεί συνεκτικά και να δραστηριοποιεί τα παιδιά σε επίπεδο συγκέντρωσης και εμπλοκής. Μάλιστα στο σημείο που τα ρώτησα, πώς θα τα καταφέρουμε, απάντησαν : «ΜΑΖΙ θα τα καταφέρουμε!!». Το γεγονός ότι έπαιζα μαζί τους φάνηκε να τα ενθαρρύνει σημαντικά προσφέροντάς τους ασφάλεια.

Αξίζει να επισημανθεί ότι με βάση αυτή την τεχνική ο δάσκαλος δεν κάνει διάλεξη, αλλά κεντρίζει τη σκέψη με ερωτήσεις για να επινοήσουν τα παιδιά δικές τους λύσεις. Επαναλαμβάνει, συνοψίζει και ενδυναμώνει τους μαθητές βάζοντάς τους σε ρόλο ανώτερο που προσφέρει συμβουλές και βοήθεια.

Κάποια παιδιά που συμμετείχαν με ουδέτερο τρόπο, στο δράμα έδρασαν με ενεργητικότητα και λάμβαναν πρωτοβουλίες αναδεικνύοντας για πρώτη φορά τον εξαιρετικά συμμετοχικό τους ρόλο.



Τα παιδιά έκριναν ότι η κάμπια ζήλευε, γιατί δεν είχε δικό της σπιτάκι και ήθελε να μείνει μαζί με το λαγό. Ήθελε επίσης να δείξει ότι είναι κι αυτή δυνατή. Τελικά έγιναν συγκάτοικοι, αφού η ομάδα συμφώνησε και κατέληξε σε αυτή την εκδοχή της ιστορίας. Η επιλογή του φινάλε που χτίστηκε μέσα από την

αλληλοσυμπλήρωση ιδεών όλης της ομάδας προσεγγίστηκε με ιδιαίτερη ευαισθησία και έδωσε μια πιο προσωπική διάσταση στην ιστορία και στον εύθραυστο ρόλο της κάμπιας, τις ανασφάλειες της οποίας μπορούμε να φανταστούμε ότι βιώνουν και τα ίδια τα παιδιά.

Εφαρμογή σε συναδέρφους

Αν και κάποιοι συνάδερφοι μεγάλης ηλικίας ήταν αποφασισμένοι να μην συμμετέχουν, τελικά μπήκαν δυναμικά και δημιουργικά σε δράση καθώς εκτυλίσσονταν το δράμα- όπως και στο ορφανοτροφείο.

Η ομάδα ήταν εξαιρετική και είχε έντονα φιλοσοφική σκέψη. Έδωσε μια άλλη διάσταση στα ερωτήματα που διερευνούνταν προσφέροντας βάθος συναισθηματικό και ψυχολογικό. Για παράδειγμα στη συνάντηση πρότειναν να τρομάξουμε το πλάσμα με καθρέφτη, γιατί



ο μεγαλύτερος φόβος, όπως είπαν είναι ο εαυτός μας. Μια συνάδερφος έφερε τα εργαλεία να φτιάξει σπίτι στο λαγό, ενώ ένας άλλος πρότεινε το φλας της μηχανής. Μάλιστα κάποιοι από τους συμμετέχοντες εφάρμοσαν το δράμα και μου έστειλαν εντυπώσεις.

Μακάρι η παρούσα εισήγηση να εμπνεύσει το ενδιαφέρον των συναδέρφων για την καινοτόμο παιδαγωγική διαδικασία του Εκπαιδευτικού Δράματος που αποτελεί έναν ευφάνταστο, δυναμικό και δημιουργικό τρόπο να διδαχτούν διάφορα μαθήματα και να καλλιεργηθούν σημαντικές δεξιότητες μέσα από συλλογικές δράσεις και βιωματικές εμπειρίες.

Βιβλιογραφία

- Bolton, G, (1999). Acting in Classroom Drama. A critical analysis, Portland: Calendar Islands.
- Gersie, A. King, N. (1990). Story Making in Education and Therapy. London and Stockholm: Jessica Kingsley and Stockholm Institute of Education Press.
- Heathcote, D. (1991) Collected Writings on Education and Drama (L. Johnson, C. O'Neill, επιμ.). Evanston Illinois: Northwestern University Press.
- Woolland, B. (1999) Η διδασκαλία του δράματος στο δημοτικό σχολείο (Ε. Κανηρά, μετάφρ.). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Αθανασοπούλου, Ε. (2012). Ερευνητική εφαρμογή ενός προγράμματος θεατρικής αγωγής για την ενδυνάμωση παιδιών στο ορφανοτροφείο "Μέλισσα" (μεταπτυχιακή εργασία). Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο.
- Αυδή, Ά., Χατζηγεωργίου, Μ., (2007). Η τέχνη του Δράματος στην Εκπαίδευση. Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Αυδή, Ά., Χατζηγεωργίου, Μ., (2018). Όταν ο δάσκαλος μπαίνει σε ρόλο. Αθήνα: Μεταίχμιο.