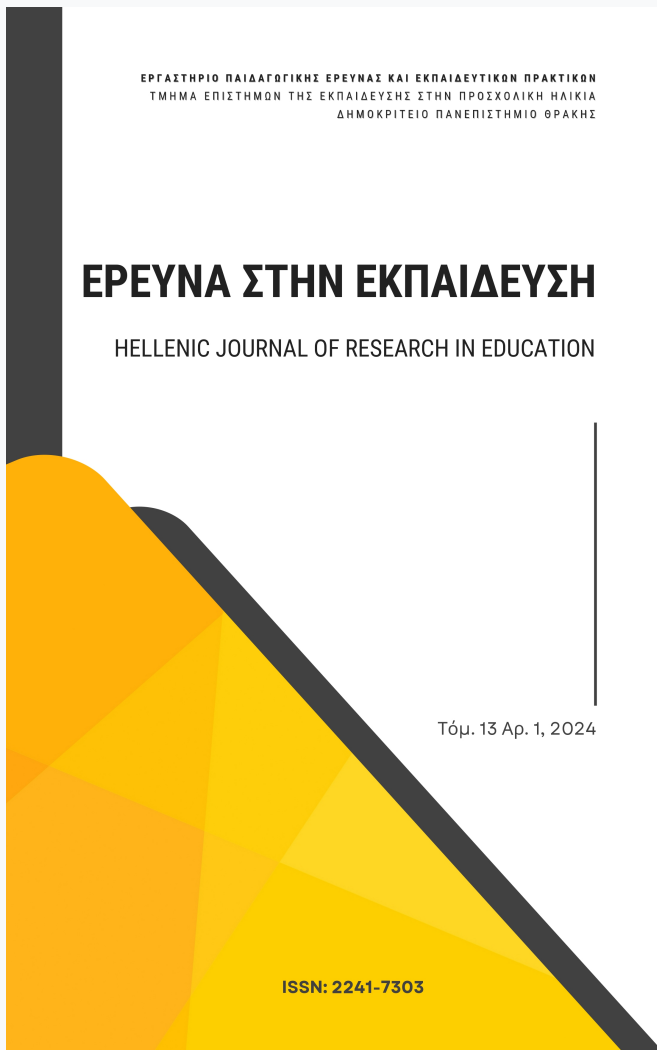


## Έρευνα στην Εκπαίδευση

Τόμ. 13, Αρ. 1 (2024)



**Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία: Προσπάθεια εφαρμογής της μεθόδου σε μαθητές Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης με στόχο την πρόληψη εξαρτητικών συμπεριφορών**

Ελευθερία Παππά

doi: [10.12681/hjre.38405](https://doi.org/10.12681/hjre.38405)

Copyright © 2024, Ελευθερία Παππά



Άδεια χρήσης [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

**Βιβλιογραφική αναφορά:**

Παππά Ε. (2024). Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία: Προσπάθεια εφαρμογής της μεθόδου σε μαθητές Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης με στόχο την πρόληψη εξαρτητικών συμπεριφορών. *Έρευνα στην Εκπαίδευση*, 13(1), 223–234. <https://doi.org/10.12681/hjre.38405>

# «Μετασχηματίζουσα μάθηση μέσα από την αισθητική εμπειρία»: Προσπάθεια εφαρμογής της μεθόδου σε μαθητές Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης με στόχο την πρόληψη εξαρτητικών συμπεριφορών

Παππά Ελευθερία<sup>α</sup>

<sup>α</sup> Πανεπιστήμιο Πατρών

## Περίληψη

Η επαφή με όλες τις μορφές τέχνης μπορεί να αποτελέσει αποτελεσματικό εργαλείο στην προσπάθεια ενίσχυσης της προσωπικής ανάπτυξης και της διαμόρφωσης υγιών αξιών και στάσεων για τη ζωή του ατόμου. Στόχο της παρούσας εργασίας αποτέλεσε η υλοποίηση και η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας ενός προγράμματος πρόληψης εξαρτητικών συμπεριφορών στο Δημοτικό Σχολείο, το οποίο αξιοποίησε τη μέθοδο «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» ως εργαλείο ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας και των δεξιοτήτων ζωής των μαθητών. Στην έρευνα συμμετείχαν 109 μαθητές που φοιτούσαν στις δύο τελευταίες τάξεις του Δημοτικού σε Σχολεία της Πάτρας. Στους μαθητές που συμμετείχαν στην εφαρμογή του προγράμματος χορηγήθηκε ερωτηματολόγιο αντιλαμβανόμενης αποτελεσματικότητας του προγράμματος. Η αποτελεσματικότητα του προγράμματος είναι υψηλή στους παράγοντες που αφορούν στις κοινωνικές δεξιότητες, στο ρόλο της τέχνης στην ψυχοκοινωνική υποστήριξη των μαθητών, στην ενημέρωση για εξαρτητικές συμπεριφορές και την πρόληψη, καθώς και στις νέες πληροφορίες και γνώσεις που αποκόμισαν οι μαθητές. Από τα ευρήματα της έρευνας αναδεικνύεται η ανάγκη για το σχεδιασμό συγκεκριμένης εκπαιδευτικής πολιτικής που αφορά στην πρόληψη, μέσα από την εφαρμογή καινοτόμων προγραμμάτων που χρησιμοποιούν εργαλεία όπως η μέθοδος «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία», αναγνωρίζοντας με αυτό τον τρόπο το σημαντικό ρόλο που διαδραματίζει το σχολικό περιβάλλον ως ένας προστατευτικός παράγοντας για την πρόληψη της εκδήλωσης εξαρτητικών συμπεριφορών.

## Abstract

Contact with all forms of art can be an effective tool in the effort to enhance personal development and the formation of healthy values and attitudes for life. The aim of the present study was to implement and evaluate the effectiveness of an addictive behavior prevention program in primary school, which used the method of "Transformative Learning through Aesthetic Experience" as a tool to enhance students' mental resilience and life skills. 109 students attending the last two grades of primary school in Patras schools participated in the study. A questionnaire on the perceived effectiveness of the program was administered to the students who participated in the implementation of the program. The effectiveness of the program is high on factors related to social skills, the role of art in the psychosocial support of students, information on addictive behaviors and prevention, as well as new information and knowledge gained by the students. The findings of the research highlight the need for the design of a specific educational policy related to prevention, through the implementation of innovative program using tools such as the "Transformative Learning through Aesthetic Experience" method, thus recognizing the important role played by the school environment as a protective factor in preventing the development of addictive behaviors.

© 2024, Παππά Ελευθερία  
Άδεια CC-BY-SA 4.0

**Λέξεις Κλειδιά:** Πρόληψη, Εξαρτητικές Συμπεριφορές, Εκπαίδευση, Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία

**Keywords:** Prevention, Addictive Behaviors, Education, Transformative Learning through Aesthetic Experience

## 1. Εισαγωγή

### 1.1. Τέχνη και Εκπαίδευση

Η εκπαίδευση έχει ως κύριο στόχο την ολιστική ανάπτυξη των ατόμων, κάτι που περιλαμβάνει γνωστικές, ψυχολογικές, κοινωνικές και ηθικές διαστάσεις (Ντούλια, 2012). Κύριο μέλημα της εκπαιδευτικής διαδικασίας είναι να εξοπλίσει τα άτομα με τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες, ικανότητες και αξίες απαραίτητες για τη λειτουργία του μέσα στην κοινωνία. Αυτό μπορεί να γίνει μέσα από διάφορες προσεγγίσεις και την εισαγωγή αποτελεσματικών εργαλείων που θα βοηθήσουν προς αυτή την κατεύθυνση. Η εισαγωγή της τέχνης στην εκπαίδευση είναι ένα από αυτά τα εργαλεία και είναι ιδιαίτερα επωφελής, καθώς καλλιεργεί τη δημιουργικότητα και ενθαρρύνει την κριτική σκέψη στους μαθητές. Η ενασχόληση με τις τέχνες βοηθά τους μαθητές να αξιοποιήσουν τις αναστοχαστικές τους ικανότητες και ενισχύει τη συνολική μαθησιακή τους εμπειρία (Μέγα, 2011).

Η χρήση της τέχνης στην εκπαίδευση γίνεται όλο και πιο δημοφιλής τα τελευταία χρόνια. Ο στόχος της ενσωμάτωσης της τέχνης στην εκπαιδευτική διαδικασία δεν είναι απλώς η μετάδοση γνώσης, αλλά η ενθάρρυνση της παρατήρησης, του πειραματισμού, της εξερεύνησης και της φαντασίας μέσω των συναισθημάτων, της κριτικής σκέψης και της δημιουργικότητας. Ο απώτερος στόχος είναι να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν μια ολοκληρωμένη προσωπικότητα και ένα ισχυρό σύστημα αξιών. Η τέχνη μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη των μαθητών διαμορφώνοντας τη νοοτροπία, τις ικανότητες και τις σκέψεις τους για την καλύτερη πλοήγηση στον κόσμο γύρω τους. Η ενασχόληση με την τέχνη μπορεί να ενισχύσει τις γνωστικές λειτουργίες των μαθητών, όπως η γνωστική ευελιξία, η δημιουργική σκέψη, η κριτική ανάλυση και η εκτίμηση της αισθητικής (Efland, 2002; Fowler, 1996).

Στη σφαίρα της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης, διατίθεται μια τεράστια γκάμα υλικών που μπορούν να αξιοποιηθούν οι εκπαιδευτικοί προκειμένου να επιτύχουν τους εκπαιδευτικούς τους στόχους. Ξεκινώντας από την πρώιμη παιδική ηλικία, τα παιδιά ενθαρρύνονται να χρησιμοποιούν διάφορες μορφές τέχνης ως μέσο αυτοέκφρασης και επικοινωνίας. Αυτά τα υλικά χρησιμεύουν ως πολύτιμα εργαλεία για εκπαιδευτικούς και επαγγελματίες ψυχικής υγείας που εφαρμόζουν προγράμματα αγωγής υγείας στα σχολεία για την υποστήριξη της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των μαθητών. Η τέχνη διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο βοηθώντας τους δασκάλους να επιτύχουν τους παιδαγωγικούς τους στόχους καθώς και την προώθηση της γνωστικής, πνευματικής και κοινωνικής ανάπτυξης των μαθητών. Η αισθητική εμπειρία που παρέχει η τέχνη μπορεί να βοηθήσει στην επίτευξη αυτών των στόχων, καθώς πιστεύεται ότι είναι στενά συνδεδεμένη με την ανθρώπινη προσωπικότητα και μπορεί να αναδειξεί τις ηθικολογικές πτυχές της. Με την προώθηση του διαλόγου και του πλουραλισμού, η τέχνη επιτρέπει στους μαθητές να αναπτύξουν ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων που θα ενισχύσουν την προσωπική τους ανάπτυξη μέσω της δημιουργίας ή της ερμηνείας καλλιτεχνικών έργων ή λογοτεχνικών κειμένων (Μαλαφάντης & Καρέλα, 2012). Συμμετέχοντας σε δραστηριότητες που προάγουν την ανάπτυξη της συναισθηματικής και κοινωνικής νοημοσύνης, τα παιδιά έχουν την ευκαιρία να εξερευνήσουν τη δική τους ταυτότητα, να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση και να διαχειριστούν αποτελεσματικά τα συναισθήματά τους (Rich et al., 2022).

### 1.2. Τέχνη και Πρόληψη

Οι προαναφερθείσες θεωρητικές προσεγγίσεις συνδέονται στενά με την πρόληψη εξαρτητικών συμπεριφορών. Η ενσωμάτωση προγραμμάτων πρόληψης στα σχολεία εμπίπτει στην ομπρέλα της Αγωγής Υγείας. Η Αγωγή Υγείας στα σχολεία περιλαμβάνει γνώσεις, στάσεις, αξίες και συμπεριφορές που σχετίζονται με την ατομική υγεία (Draijer & Williams, όπ. αν. στη Χιώτη, 2016). Το σχολείο, ως ένας από τους πιο σημαντικούς φορείς κοινωνικοποίησης μετά την οικογένεια, θεωρείται το βέλτιστο περιβάλλον για την υλοποίηση πρωτοβουλιών αγωγής υγείας (Ανυφαντάκη & Λιονής, 1993). Έχει τη δυνατότητα να βοηθήσει τους μαθητές να καλλιεργήσουν βασικές δεξιότητες που θα τους ενισχύσουν σε προσωπικό, ψυχολογικό και κοινωνικό επίπεδο, εξοπλίζοντάς τους με τις γνώσεις και τις ευκαιρίες να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με την υγεία και την ευημερία τους. Σύμφωνα με τη Στάππα-Μουρτζίνη (2018) η Αγωγή Υγείας στα σχολεία είναι μια συστηματική εκπαιδευτική διαδικασία

που είναι διεπιστημονική, συμβάλλοντας στον εμπλουτισμό της σχολικής ζωής και στη γεφύρωση του χάσματος μεταξύ του σχολικού περιβάλλοντος και των κοινωνικών κανόνων.

Οι πρωτοβουλίες αγωγής υγείας στα σχολεία αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι των πρωταρχικών στόχων που υποστηρίζουν την ολιστική ανάπτυξη και πρόοδο των μαθητών σε διάφορες πτυχές της ζωής τους, συμπεριλαμβανομένων των πνευματικών, ηθικών, διανοητικών και κοινωνικών διαστάσεων. Αυτά τα προγράμματα έχουν σχεδιαστεί για να αντιμετωπίζουν και να βελτιώνουν παράγοντες - ατομικούς, κοινωνικούς ή περιβαλλοντικούς - που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την υγεία και να συμβάλουν στην υιοθέτηση επιβλαβών συνηθειών όπως η κατάχρηση ουσιών ή η εξάρτηση από κάποια συμπεριφορά όπως η κατάχρηση της ενασχόλησης με το διαδίκτυο. Ταυτόχρονα, προσπαθούν να ενισχύσουν προστατευτικά στοιχεία που ενισχύουν τα μοναδικά χαρακτηριστικά των μαθητών (Κυρίτση κ.ά., 2010).

### **1.3. Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία**

Ο Αλέξης Κόκκος, γνωστός για το πρωτοποριακό του έργο στον τομέα της Εκπαίδευσης Ενηλίκων στη χώρα μας διαμόρφωσε το θεωρητικό του πλαίσιο επηρεασμένος από εξέχοντες θεωρητικούς της εκπαίδευσης όπως ο Freire, οι στοχαστές της Σχολής της Φρανκφούρτης, ο Kegan και ο Mezirow. Κατά τη διάρκεια της καριέρας του, ο Κόκκος έχει επικεντρωθεί στη μεταμορφωτική φύση της εκπαίδευσης ενηλίκων, αναδεικνύοντας τις δυνατότητές της να φέρει αλλαγή στις προοπτικές και τις εμπειρίες των ατόμων (Κόκκος, 2017). Ο Κόκκος ανέπτυξε μια μοναδική μέθοδο γνωστή ως «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία», η οποία χρησιμοποιεί την έκθεση σε έργα τέχνης υψηλής ποιότητας για να ενθαρρύνει τον βαθύ προβληματισμό και την αυτοανακάλυψη στους εκπαιδευόμενους. Αυτή η καινοτόμος προσέγγιση επιδιώκει να αξιοποιήσει τη δύναμη των αισθητικών εμπειριών για να αμφισβητήσει τις υπάρχουσες πεποιθήσεις και υποθέσεις, ενισχύοντας την αίσθηση της περιέργειας και του ανοίγματος σε νέες ιδέες. Ενσωματώνοντας την τέχνη στην εκπαιδευτική διαδικασία, ο Κόκκος στοχεύει στην καθοδήγηση των εκπαιδευόμενων προς μια πιο αυθεντική και πληρέστερη ζωή, απαλλαγμένη από τους περιορισμούς των περιοριστικών πεποιθήσεων και των κοινωνικών κανόνων (Κόκκος, 2017).

Η μέθοδος «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» αποτελείται από 6 διακριτά στάδια (Κόκκος, 2011):

#### **1.3.1. Στάδιο 1ο: Διερευνώντας την ανάγκη για κριτικό στοχασμό**

Ο Mezirow (2007) προτείνει ότι η μετασχηματιστική μάθηση ξεκινά με μια κατάσταση «αποπροσανατολιστικού διλλήματος», όπου τα άτομα συνειδητοποιούν ότι οι τρέχουσες πεποιθήσεις και προοπτικές τους περιορίζουν την ικανότητά τους να βλέπουν τον κόσμο αντικειμενικά και προκαλούν δυσλειτουργία στη ζωή τους. Αυτές οι ριζωμένες σκέψεις και ιδεολογίες έχουν διαμορφωθεί από εμπειρίες του παρελθόντος και οδηγούν σε στερεότυπες αντιλήψεις που εμποδίζουν την προσωπική ανάπτυξη και εξέλιξη. Σύμφωνα με τον Κόκκο (2017) το πρώτο στάδιο της μεθόδου αφορά στον προσδιορισμό της ανάγκης που έχουν οι εκπαιδευόμενοι για κριτική εξέταση των στερεότυπων παραδοχών που έχουν γύρω από ένα συγκεκριμένο θέμα.

#### **1.3.2. Στάδιο 2ο: Οι συμμετέχοντες εκφράζουν τις απόψεις τους**

Κατά τη δεύτερη φάση, ο εκπαιδευτής καθοδηγεί μια διαδικασία όπου οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις πεποιθήσεις και τις ιδέες τους σχετικά με το υπό εξέταση θέμα. Μόλις οι συμμετέχοντες συμφωνήσουν να λάβουν μέρος, τους ανατίθεται να ολοκληρώσουν μια γραπτή εργασία για να εκφράσουν τις σκέψεις τους.

#### **1.3.3. Στάδιο 3ο: Προσδιορισμός των απόψεων που θα εξεταστούν – Συγκρότηση κριτικών ερωτημάτων**

Προχωρώντας στην τρίτη φάση, ο εκπαιδευτής αναλύει τις απαντήσεις και εντοπίζει βασικά θέματα που δικαιολογούν μια βαθύτερη εξέταση για να αμφισβητήσει τις απόψεις που εκφράζονται. Αυτό το βήμα βοηθά στην αποσαφήνιση και τον επαναπροσδιορισμό των ιδεών που παρουσιάζονται.

### 1.3.4. Στάδιο 4ο: Επιλογή έργων τέχνης

Στην τέταρτη φάση, ο εκπαιδευτής επιλέγει σημαντικά έργα τέχνης για να χρησιμεύσει ως έμπνευση για την εξερεύνηση των καθορισμένων θεμάτων. Τα μηνύματα που μεταφέρονται μέσω αυτών των έργων τέχνης συνδέονται στενά με τα υποθέματα που διερευνώνται.

### 1.3.5. Στάδιο 5ο: Κριτικός Στοχασμός μέσω της αισθητικής εμπειρίας

Στη συνέχεια, στην πέμπτη φάση, ο εκπαιδευτής οδηγεί μια διαδικασία που ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να προσεγγίσουν τα διάφορα θέματα από πολλαπλές οπτικές γωνίες θέτοντας ερωτήσεις που προκαλούν σκέψη. Αυτό επιτρέπει μια ολοκληρωμένη εξερεύνηση του θέματος και ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να επανεξετάσουν τις αρχικές τους υποθέσεις με τη βοήθεια αισθητικών εμπειριών.

### 1.3.6. 6ο Στάδιο: Επαναξιολόγηση παραδοχών

Καθώς η διαδικασία προχωρά στην έκτη φάση, δημιουργείται μια σύνθεση και εξάγονται συμπεράσματα με βάση τις συζητήσεις και τους προβληματισμούς. Δίνεται στους συμμετέχοντες η ευκαιρία να αξιολογήσουν κριτικά τις αρχικές πεποιθήσεις και τα συναισθήματά τους, οδηγώντας στην εμφάνιση νέων ζητημάτων, αντιλήψεων και απόψεων.

Η προσέγγιση του Κόκκου «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία», έχει τη δυνατότητα να αποτελέσει πολύτιμη πηγή για τους εκπαιδευτικούς αλλά και για τους ειδικούς ψυχικής υγείας που εργάζονται με τα παιδιά.

Στη συνέχεια περιγράφεται ένα πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης μαθητών με στόχο την ενίσχυση της Ψυχικής Ανθεκτικότητας και την ανάπτυξη προσωπικών και κοινωνικών δεξιοτήτων με στόχο την πρόληψη των εξαρτητικών συμπεριφορών, το οποίο αξιοποίησε τη μέθοδο Κόκκου «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» ως βασικό εργαλείο κατά την υλοποίησή του.

## 2. Το πρόγραμμα “pArt of you”

Το pArt of you είναι ένα καινοτόμο πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης μαθητών Δημοτικού, το οποίο αξιοποιεί την τέχνη, ως ένα εργαλείο ενίσχυσης του βαθμού της Ψυχικής Ανθεκτικότητας και των κοινωνικών δεξιοτήτων των μαθητών, στοιχείων που όπως προκύπτει από τη βιβλιογραφία ενισχύουν την πρόληψη της εκδήλωσης εξαρτητικών συμπεριφορών, όπως η χρήση ψυχοδραστικών ουσιών ή η εξάρτηση από το διαδίκτυο και τα τυχερά παιχνίδια (Krentzman, 2013; Wisniewski et al., 2015; Romero-Lopez et al., 2021).

Το “pArt of you” είναι ένα πρόγραμμα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και πρωτογενούς πρόληψης που στοχεύει στην ενδυνάμωση μαθητών δημοτικού ηλικίας 10-12 ετών σε θέματα που αφορούν σε επικίνδυνες και εξαρτητικές συμπεριφορές. Το πρόγραμμα αξιοποιεί διάφορες μορφές τέχνης και μέσα από συγκεκριμένη μεθοδολογία επεξεργασίας των έργων τέχνης τελικά στοχεύει στην ενδυνάμωση, την καλλιέργεια κοινωνικών και προσωπικών δεξιοτήτων και την ενίσχυση του βαθμού της ψυχικής ανθεκτικότητας των παιδιών που βρίσκονται στην περίοδο της προεφηβείας, οδηγώντας τα μακριά από εξαρτητικές συμπεριφορές.

Η πρωτοτυπία του προγράμματος “pArt of you” έγκειται στο ότι αξιοποιεί την τέχνη, σε κάθε της μορφή, ως εργαλείο ενίσχυσης των δεξιοτήτων εκείνων που θα βοηθήσουν τους μαθητές να αναπτύξουν μεγάλο βαθμό ψυχικής ανθεκτικότητας με αποτέλεσμα την απομάκρυνσή τους από την πιθανότητα να εκδηλώσουν συμπεριφορές υψηλού κινδύνου και άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές. Καινοτόμα προσέγγιση αποτελεί και η αξιοποίηση της μεθόδου «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» όπου πρώτη φορά εφαρμόζεται σε ανήλικους μαθητές Δημοτικού.

Η αποτελεσματικότητα του προγράμματος «pArt of you» ενισχύεται από την διαδικασία του σχεδιασμού και της υποστήριξης του από ένα ισχυρό θεωρητικό υπόβαθρο. Ο σχεδιασμός του προγράμματος ακολούθησε τις αρχές και τα χαρακτηριστικά των αποτελεσματικών προγραμμάτων πρόληψης (Pompidou Group on Prevention, 1998) όπως το ότι στοχεύει σε συγκεκριμένες ομάδες στόχου και έχει ένα συγκεκριμένο μηχανισμό συλλογής ερευνητικών δεδομένων με στόχο την τελική αξιολόγηση της αποτελεσματικότητάς του. Το πρόγραμμα σχεδιάστηκε ώστε να ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες της πληθυσμιακής ομάδας που στοχεύει, δηλαδή των μαθητών των δύο τελευταίων τάξεων του Δημοτικού. Σχεδιάστηκε με στόχο να αποτελεί μέρος ενός ευρύτερου συνόλου για την προαγωγή της υγείας και της ευεξίας ολόκληρης της κοινότητας. Είναι σημαντικό πως πρόκειται για ένα πρόγραμμα που εντάσσεται μέσα στο σχολικό πλαίσιο, το οποίο αποτελεί έναν ισχυρό κοινωνικό

θεσμό που μπορεί να επηρεάσει προστατευτικά τους μαθητές απέναντι στην εκδήλωση εξαρτήσεων. Αποτελεί ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα με μεγάλη χρονική διάρκεια και δεν εφαρμόζεται μόνο μία φορά. Μεγάλη σημασία επίσης έχει το ότι το πρόγραμμα προϋποθέτει τη συνεργασία διαφόρων κοινωνικών συστημάτων και κοινωνικών επιπέδων, όπως οι γονείς και το σχολικό σύστημα.

Επιπλέον, το «rArt of you» έχει ενσωματώσει ολοκληρωμένα θεωρητικά πλαίσια τα οποία αναφέρονται στην αντιμετώπιση των παραγόντων επικινδυνότητας και παράλληλα στην ενίσχυση των προστατευτικών παραγόντων απέναντι στις εξαρτήσεις, αξιοποιεί μεθόδους αλληλεπίδρασης καθώς επίσης ενισχύει την ανάπτυξη των ατομικών και κοινωνικών δεξιοτήτων των μαθητών και του βαθμού της Ψυχικής Ανθεκτικότητας. Έτσι, ακολουθώντας τις βασικές αρχές του σχεδιασμού ενός προγράμματος πρόληψης κατά το σχεδιασμό ενισχύεται η αποτελεσματικότητά του, κάτι που φαίνεται και από τα αποτελέσματα των απαντήσεων των μαθητών αναφορικά με τις απόψεις τους για το πρόγραμμα στο οποίο συμμετείχαν οι ίδιοι.

Στην εικόνα 1. περιγράφεται η δομή του προγράμματος με τους στόχους και το περιεχόμενο της κάθε συνάντησης. Το πρόγραμμα αποτελείται από 8 δίωρες συναντήσεις.

ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ	ΣΤΟΧΟΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ	ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ
Προκαταρκτική συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Γνωριμία με τους μαθητές</li> <li>Χορήγηση ερωτηματολογίων</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Βιωματικές Ασκήσεις</li> </ul>
1 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Γνωριμία με την ομάδα των μαθητών</li> <li>Ενημέρωση για το πρόγραμμα rArt of you</li> <li>Ανάδυση επιθυμιών</li> <li>Συγκρότηση συμβολαίου ομάδας</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Βιωματικές Ασκήσεις</li> </ul>
2 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Να ενημερωθούν οι μαθητές για την έννοια της εξάρτησης</li> <li>Να συζητήσουν για τα αίτια που μπορεί να οδηγήσουν κάποιον στη χρήση ουσιών ή σε άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές</li> <li>Να κατανοήσουν την έννοια των επιβαρυντικών και των προστατευτικών παραγόντων</li> <li>Να κατανοήσουν την έννοια της επιρροής των ομοτίμων</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Προβολή και επεξεργασία ταινίας μικρού μήκους "Nuggets" με θέμα την εξάρτηση</li> </ul>
3 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Η αύξηση της αυτογνωσίας των μαθητών</li> <li>Ενίσχυση της δεξιότητας λήψης αποφάσεων</li> <li>Επιρροή από τους ομοτίμους</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Προβολή και επεξεργασίας ταινίας "My good enemy"</li> </ul>
4 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ανάπτυξη του αισθήματος της ελευθερίας</li> <li>Στόχοι – όνειρα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Επεξεργασία του αγάλματος «Νίκη της Σαμοθράκης»</li> </ul>
5 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ενίσχυση της δεξιότητας λήψης σωστών αποφάσεων</li> <li>Διάκριση ορίων</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Προβολή και επεξεργασία ταινίας «Το καναρινί ποδήλατο»</li> </ul>
6 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Διαχείριση συναισθημάτων</li> <li>Ανάπτυξη δεξιοτήτων ομαδικότητας-συνεργασίας-ένταξης σε ομάδα</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Προβολή και επεξεργασία ταινίας «Robogirl»</li> </ul>
7 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Διαχείριση συναισθημάτων</li> <li>Ανάπτυξη δεξιοτήτων στην επίλυση προβλημάτων</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Επεξεργασία εικαστικού «Newcomer at school» της Emily Shanks</li> </ul>
8 <sup>η</sup> Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Κλείσιμο προγράμματος</li> <li>Αξιολόγηση</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Βιωματικές ασκήσεις</li> </ul>
Τελική Συνάντηση	<ul style="list-style-type: none"> <li>Χορήγηση ερωτηματολογίων</li> </ul>	

Εικόνα 1. Περιεχόμενο συναντήσεων «rArt of you»

### 3. Μεθοδολογία

#### 3.1. Στόχος

Στόχο της παρούσας εργασίας αποτέλεσε η υλοποίηση και η αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας ενός προγράμματος πρόληψης εξαρτητικών συμπεριφορών στο Δημοτικό Σχολείο, το οποίο αξιοποίησε τη μέθοδο «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» ως εργαλείο ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας και των δεξιοτήτων ζωής των μαθητών.

#### 3.2. Ερευνητική Στρατηγική

Η επιλεγμένη ερευνητική προσέγγιση για αυτή τη μελέτη είναι η ποσοτική. Αυτή η μεθοδολογία επιτρέπει τη γενίκευση και την τυποποίηση των δεδομένων που συλλέγονται, με στόχο την απάντηση των ερευνητικών ερωτημάτων και τον έλεγχο των υποθέσεων. Επιπλέον, ο ερευνητής μπορεί να διερευνήσει τις σχέσεις μεταξύ των μεταβλητών χρησιμοποιώντας στατιστικές αναλύσεις για τη μέτρηση και την ανάλυση των δεδομένων (Bryman, 2017; Creswell, 2017).

### 3.3. Δείγμα

Το δείγμα της έρευνας συγκεντρώθηκε μέσα από τη δειγματοληψία ευκολίας, η οποία αποτελεί μία δειγματοληψία χωρίς πιθανότητες (Bryman, 2017). Η συγκεκριμένη δειγματοληψία επιλέχθηκε καθώς η έρευνα έλαβε μέρος μετά από την πανδημία του COVID-19 όπου υπήρχαν πάρα πολλά περιοριστικά μέτρα και η είσοδος στα σχολεία δεν ήταν εύκολη. Για τον ίδιο λόγο δεν υπήρχε δυνατότητα να υπάρξει και ομάδα ελέγχου αλλά μόνο πειραματική ομάδα. Έτσι, μετά από επικοινωνία και συνεννόηση με εκπαιδευτικούς και διευθυντές σχολικών μονάδων που είχαν θετική πρόθεση να εφαρμοστεί το πρόγραμμα «rArt of you» στο σχολείο τους, το δείγμα της έρευνας ανέρχεται σε 109 μαθητές Δημοτικού που φοιτούν στις δύο τελευταίες τάξεις. Συγκεκριμένα, συμμετείχαν 54 αγόρια και 56 κορίτσια.

### 3.4. Ερευνητικό Εργαλείο

Για τη συλλογή των ερευνητικών δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ερωτηματολόγιο αντιλαμβανόμενης αποτελεσματικότητας του προγράμματος. Σκοπός του ερωτηματολογίου ήταν να αξιολογήσει την επιτυχία του προγράμματος ψυχοκοινωνικής υποστήριξης μαθητών που εφαρμόστηκε στη μελέτη μας. Θέλοντας να καταλάβουμε αν το πρόγραμμα πέτυχε τους στόχους και τους στόχους του, όπως αντιλήφθηκαν οι μαθητές που συμμετείχαν σε αυτό, το ερωτηματολόγιο επιδιώκει να προσδιορίσει πόσο καλά ευθυγραμμίζονται οι παρεμβάσεις με τα οφέλη που οι μαθητές πιστεύουν ότι έχουν λάβει από το πρόγραμμα.

Το ερωτηματολόγιο «Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του προγράμματος ψυχοκοινωνικής υποστήριξης «rArt of you» εξετάζει τρεις παράγοντες. Συγκεκριμένα, ο πρώτος παράγοντας που εξετάζεται είναι οι κοινωνικές και προσωπικές δεξιότητες, που περιλαμβάνει ερωτήσεις που αφορούν στην ικανότητα διαχείρισης και αύξησης δεξιοτήτων Ζωής και της ψυχικής ανθεκτικότητας των μαθητών (ερωτήσεις 6,7,8,9,10,11,12,13). Ο δεύτερος παράγοντας που εξετάζεται αφορά στην Τέχνη και ψυχοκοινωνική υποστήριξη, που περιλαμβάνει ερωτήσεις σχετικά με την χρήση της Τέχνης ως εργαλείο ανάπτυξης της ψυχοκοινωνικής κατάστασης των μαθητών (ερωτήσεις 9,14,15,16). Ο τρίτος παράγοντας αφορά στην Ενημέρωση για εξαρτητικές συμπεριφορές-Πρόληψη, που περιλαμβάνει ερωτήσεις σχετικά με την έγκαιρη παρέμβαση και τις εξαρτητικές συμπεριφορές ως καταστάσεις υψηλού κινδύνου για τους μαθητές αλλά και νέες γνώσεις που αποκόμισαν οι μαθητές (ερωτήσεις 1,2,3,4,5).

### 3.5. Διαδικασία Συλλογής Ερευνητικών Δεδομένων

Μετά από αίτηση, το Διοικητικό Συμβούλιο του Τμήματος Επιστημών της Εκπαίδευσης και της Κοινωνικής Εργασίας του Πανεπιστημίου Πατρών στην υπ' αριθ. 02/12-10-2021 συνεδρίασή της, κατ' εφαρμογή των άρθρων 10,21,22 και 70 (παρ.1) του Ν.4485/2017 (ΦΕΚ 114/04.08.2017, τεύχος Α') όπως αντικαταστάθηκε και ισχύει με την παρ.3 του άρθρου 46 του 4589/2019 καθώς και του Εσωτερικού Κανονισμού του Πανεπιστημίου Πατρών (ΦΕΚ Β 3899/2019) ενέκρινε τη διεξαγωγή της έρευνας μέσα στα σχολεία.

Περίπου μια εβδομάδα πριν από την έναρξη του προγράμματος, οι δάσκαλοι διένειμαν στους γονείς ενημερωτικά φύλλα που περιείχαν εκτενείς λεπτομέρειες για το πρόγραμμα μαζί με ένα έντυπο συγκατάθεσης για τη συμμετοχή του παιδιού τους. Αξίζει να αναφέρουμε ότι υπήρξαν γονείς που δεν έδωσαν τη συγκατάθεσή τους για να λάβει μέρος το παιδί τους στο πρόγραμμα. Κατά συνέπεια, αυτοί οι μαθητές δεν μπόρεσαν να συμπληρώσουν τα ερωτηματολόγια κατά τη διάρκεια του προγράμματος. Μόλις οριστικοποιήθηκαν οι ημερομηνίες και οι ώρες για τις επισκέψεις μας στα σχολεία, οι δάσκαλοι ενημέρωσαν τους μαθητές για το επερχόμενο σχέδιο δράσης. Κατά τις αρχικές συναντήσεις με κάθε τμήμα, δόθηκε στους μαθητές μια πρακτική εισαγωγή και μια διεξοδική εξήγηση του προγράμματος. Η υλοποίηση του προγράμματος έγινε σε τρία διαφορετικά σχολεία και 7 τμήματα, 4 της Ε' Δημοτικού και 3 της Στ' Δημοτικού. Συνολικά το πρόγραμμα διήρκεσε δύο μήνες. Μετά την ολοκλήρωση της παρέμβασης, οι μαθητές κλήθηκαν να συμπληρώσουν ένα ερωτηματολόγιο για να αξιολογήσουν την

αποτελεσματικότητα του προγράμματος κατά την τελική συνάντηση. Τα ερευνητικά δεδομένα αναλύθηκαν με περιγραφική στατιστική μέσω του λογισμικού SPSS v.27.

### 3.6. Αξιοπιστία/Περιορισμοί έρευνας

Η αξιοπιστία του εργαλείου ελέγχθηκε μέσω το  $\alpha$  Cronbach, που αποτελεί έναν συντελεστή ελέγχου της εσωτερικής συνέπειας του εργαλείου (Creswell, 2017). Ο  $\alpha$  Cronbach στην παρούσα έρευνα ισούται με ,855. Η έρευνα υπόκειται σε ορισμένους περιορισμούς. Καθώς το δείγμα που συμμετείχε στη μελέτη είναι μικρό, δεν επιτρέπεται η γενίκευση των αποτελεσμάτων. Επίσης, το ερωτηματολόγιο που συμπληρώθηκε από τους μαθητές είναι ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς, υπάρχει ο κίνδυνος οι μαθητές να έχουν δώσει υποκειμενικές απαντήσεις. Παρ' όλους τους περιορισμούς όμως η έρευνα μπορεί να δώσει χρήσιμα συμπεράσματα και να αποτυπώσει τα αποτελέσματα της εφαρμογής του προγράμματος «rArt of you» και την χρησιμότητα της μεθόδου «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» ως ένα εργαλείο ενίσχυσης της Ψυχικής Ανθεκτικότητας και των Δεξιοτήτων Ζωής των μαθητών με στόχο την πρόληψη της εκδήλωσης εξαρτητικών συμπεριφορών.

## 4. Αποτελέσματα

Το ερωτηματολόγιο αντιλαμβανόμενης αποτελεσματικότητας προγράμματος ψυχοκοινωνικής υποστήριξης «rArt of you» αποτέλεσε ένα αυτοαναφορικό εργαλείο αξιολόγησης του προγράμματος από τους μαθητές για το πώς οι ίδιοι οι μαθητές και οι μαθήτριες ένιωσαν κατά της διάρκεια της παρέμβασης, τι γνώσεις αποκόμισαν και ποιες νέες δεξιότητες καλλιέργησαν. Η αξιολόγηση του προγράμματος «rArt of you» έγινε πάνω σε τρεις άξονες, δηλαδή στην αύξηση των κοινωνικών δεξιοτήτων, στην αξιοποίηση της τέχνης ως εργαλείο ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, στην ενίσχυση γνώσεων που αφορούν στις εξαρτήσεις και στην πρόληψη αυτών καθώς και στην απόκτηση γενικών γνώσεων και πληροφοριών που αφορούν σε ζητήματα γενικά για τη ζωή τους. Στη συνέχεια αναφέρονται τα περιγραφικά αποτελέσματα της αποτελεσματικότητας του προγράμματος «rArt of you» όπως αυτά καταγράφονται από τους μαθητές που συμμετείχαν σε αυτό.

### 4.1. Ενίσχυση Κοινωνικών και Προσωπικών Δεξιοτήτων

Όπως φαίνεται στον πίνακα 1., οι μαθητές και οι μαθήτριες που συμμετείχαν στο πρόγραμμα αναφέρουν πως η συμμετοχή τους σε αυτό τους βοήθησε σε μεγάλο βαθμό να αναπτύξουν και να καλλιεργήσουν κοινωνικές και προσωπικές δεξιότητες. Η συμμετοχή στο πρόγραμμα βοήθησε τους μαθητές σε ποσοστό 55% να νιώσουν περισσότερη εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και να εκφράσουν κάποια προβλήματα που τους απασχολούν σε ποσοστό 44%. Η πλειοψηφία των μαθητών (52,3%) αναφέρει πως το πρόγραμμα τους βοήθησε να μάθουν περισσότερο τον εαυτό τους, να εκφράζουν περισσότερο τη γνώμη τους (61,5%) και έμαθαν να συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους (63,3%). Οι περισσότεροι μαθητές (56%) αναφέρουν πως το πρόγραμμα τους βοήθησε να συμμετέχουν περισσότερο σε ομαδικές δραστηριότητες και να μάθουν περισσότερο τους συμμαθητές τους σε ποσοστό 47,7%. Τέλος, οι μαθητές αναφέρουν πως η συμμετοχή τους στο πρόγραμμα τους βοήθησε να δεθούν περισσότερο με τους συμμαθητές τους σε ποσοστό 52,3%.

	ΛΙΓΟ	ΑΡΚΕΤΑ	ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ
6. Το πρόγραμμα με βοήθησε να νιώσω περισσότερη εμπιστοσύνη στον εαυτό μου	6,4%	38,5%	55%
7. Το πρόγραμμα με βοήθησε να εκφράσω κάποια από τα προβλήματα που με απασχολούν	14,7%	44,0%	41,3%
8. Το πρόγραμμα με βοήθησε να μάθω περισσότερο τον εαυτό μου	8,3%	39,4%	52,3%
9. Το πρόγραμμα με βοήθησε να εκφράζω περισσότερο τη γνώμη μου	4,6%	33,9%	61,5%

10. Το πρόγραμμα με βοήθησε να συνεργάζομαι περισσότερο με τους συμμαθητές μου	6,4%	30,3%	63,3%
11. Το πρόγραμμα με βοήθησε να συμμετέχω περισσότερο σε ομαδικές δραστηριότητες	5,5%	38,5%	56%
12. Το πρόγραμμα με βοήθησε να μάθω περισσότερο τους συμμαθητές μου	9,2%	43,1%	47,7%
13. Το πρόγραμμα με βοήθησε να δεθώ περισσότερο με τους φίλους μου	11,9%	35,8%	52,3%

**Πίνακας 1.** Κοινωνικές Δεξιότητες

#### 4.2. Τέχνη και Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη

Η πλειοψηφία των μαθητών σε ποσοστό 61,5% αναφέρουν πως μέσα από την τέχνη μπόρεσαν να καταλάβουν περισσότερο τα θέματα που συζητούσαν κατά τη διάρκεια του προγράμματος. Το 53,2% δηλώνει πως μέσα από την τέχνη μπόρεσαν να εκφράσουν περισσότερο τα συναισθήματά τους και άρχισαν να σκέφτονται περισσότερο κάποια πράγματα που αφορούν τη ζωή τους σε ποσοστό 67%. Τα αποτελέσματα φαίνονται στον πίνακα 2.

	ΛΙΓΟ	ΑΡΚΕΤΑ	ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ
14. Μέσα από την τέχνη (κινηματογράφος, ζωγραφική, μουσική κ.λ.π.) μπόρεσα να καταλάβω περισσότερο τα θέματα που συζητούσαμε	2,8%	35,8%	61,5%
15. Μέσα από την τέχνη (κινηματογράφος, ζωγραφική, μουσική κ.λ.π.) μπόρεσα να εκφράσω περισσότερα συναισθήματα	12,8%	33,9%	53,2%
16. Μέσα από την τέχνη (κινηματογράφος, ζωγραφική, μουσική κ.λ.π.) άρχισα να σκέφτομαι περισσότερο κάποια πράγματα που αφορούν τη ζωή μου	8,3%	24,8%	67%

**Πίνακας 2.** Τέχνη και ψυχοκοινωνική υποστήριξη

#### 4.3. Νέες γνώσεις-Πρόληψη εξαρτητικών συμπεριφορών

Στον πίνακα 3. αποτυπώνονται οι απόψεις των μαθητών σχετικά με τις νέες γνώσεις που αποκόμισαν μέσα από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα που αφορούν στις εξαρτήσεις και στην πρόληψη. Οι περισσότεροι μαθητές δηλώνουν πως ενημερώθηκαν για την έννοια της εξάρτησης (66,1%), πως έμαθαν χρήσιμα πράγματα που θα τους βοηθήσουν στην καθημερινότητα (62,4%) και στο πώς θα μπορούν να προφυλάσσονται από διάφορους κινδύνους που μπορούν να τους βλάψουν (70,6%). Οι μαθητές είχαν την ευκαιρία να λύσουν κάποιες απορίες τους σε ποσοστό 56% και να μάθουν πράγματα που δεν γνώριζαν (70,6%).

	ΛΙΓΟ	ΑΡΚΕΤΑ	ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ
1. Ενημερώθηκα για την έννοια της εξάρτησης	5,5%	28,4%	66,1%
2. Έμαθα χρήσιμα πράγματα που θα με βοηθήσουν στην καθημερινότητα	2,8%	34,9%	62,4%
3. Έμαθα πώς να προφυλάσσομαι από διάφορους κινδύνους που μπορούν να με βλάψουν	5,5%	23,9%	70,6%
4. Μου δόθηκε η ευκαιρία να λύσω κάποιες απορίες μου	6,4%	37,6%	56%
5. Έμαθα πράγματα που δεν γνώριζα	3,7%	25,7%	70,6%

**Πίνακας 3.** Νέες Γνώσεις-Πρόληψη εξαρτητικών συμπεριφορών

## 5. Συζήτηση

Τα ευρήματα που αναφέρθηκαν παραπάνω υποστηρίζουν την αποτελεσματικότητα του προγράμματος «rArt of you», μετά από την αξιολόγηση που διενεργήθηκε από τους μαθητές μετά την ολοκλήρωσή του. Ένας μεγάλος αριθμός μαθητών ανέφερε ότι αισθάνθηκε αύξηση στην αυτοπεποίθηση, μεγαλύτερη ικανότητα να εκφράσουν τις ανησυχίες τους και μια βαθύτερη κατανόηση της ταυτότητάς τους. Σημείωσαν επίσης βελτιώσεις στη συνεργασία τους με συμμαθητές, αυξημένη δέσμευση σε ομαδικές εργασίες και ενδυνάμωση των φιλιών ως αποτελέσματα του προγράμματος.

Οι μαθητές διαπίστωσαν ότι η συμμετοχή τους στο πρόγραμμα όχι μόνο τους βοήθησε να κατανοήσουν την έννοια της εξάρτησης, αλλά και τους έδωσε πολύτιμες γνώσεις για το πώς να προστατευτούν από πιθανούς κινδύνους. Επιπλέον, το πρόγραμμα επέτρεψε στους μαθητές να απαντήσουν σε απορίες τους και να αποκτήσουν νέες ιδέες, όπως η πληροφόρηση για τα διαφορετικά στάδια της εξάρτησης και τις αναδυόμενες μορφές εθισμού όπως ο εθισμός στο διαδίκτυο ή στα παιχνίδια. Συνολικά, η θετική επίδραση του προγράμματος στην ψυχική ανθεκτικότητα και τις δεξιότητες ζωής των μαθητών είναι εμφανής. Η σημασία της ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης ως προστατευτικού μέτρου έναντι της πίεσης των συνομηλίκων, ενισχύοντας την ατομικότητα και την ανεξαρτησία και την αποθάρρυνση αρνητικών στάσεων και συμπεριφορών που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών τονίζεται στην έρευνα του Miller (2002). Ο Bartz (1983) τονίζει περαιτέρω τη σημασία της ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης μέσω δραστηριοτήτων που ενισχύουν τις δεξιότητες και προάγουν τη συνεργασία.

Η χρήση της τέχνης χρησιμεύει στην ενίσχυση της επίγνωσης και της αποδοχής της διαφορετικότητας και της ενσυναίσθησης. Τα ευρήματα της έρευνας καταδεικνύουν ότι η τέχνη μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην προώθηση της βαθύτερης κατανόησης και αποδοχής της διαφοροποίησης και της ενσυναίσθησης. Επιπλέον, η τέχνη χρησιμεύει ως πολύτιμο εργαλείο καλλιεργώντας την ανάπτυξη δεξιοτήτων κριτικής σκέψης. Κατά την αξιολόγηση του αντίκτυπου της ενσωμάτωσης της τέχνης, οι μαθητές διαπιστώνουν ότι το πρόγραμμα τους έχει εξοπλίσει με πρακτικές δεξιότητες για την καθημερινή ζωή. Για παράδειγμα, αναλύοντας συγκεκριμένα έργα τέχνης, έχουν μάθει πώς να αξιοποιούν την τεχνολογία προς όφελός τους. Επιπλέον, η ενασχόληση με διάφορες μορφές τέχνης όπως ο κινηματογράφος, η ζωγραφική και η μουσική έχει βαθύνει την κατανόησή τους για τα θέματα που συζητούνται και έχει ενισχύσει την ικανότητά τους να διατυπώνουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους. Επιπλέον, η τέχνη τους ώθησε να συλλογιστούν διάφορες πτυχές της ζωής τους, πυροδοτώντας νέες ιδέες και προοπτικές.

Αυτά τα ευρήματα συνάδουν με την έρευνα που διεξήχθη από την Τσάνουλα (2017) και Καρρά (2015), υποδηλώνοντας ότι η ενσωμάτωση της τέχνης στην εκπαίδευση μπορεί να ενισχύσει τις κοινωνικές και προσωπικές δεξιότητες των μαθητών, να τονώσει την ψυχική ανθεκτικότητα και να βελτιώσει τις ικανότητες κριτικής σκέψης. Η ενασχόληση με καλλιτεχνικές δραστηριότητες μπορεί επίσης να καλλιεργήσει θετικές στάσεις, συμπεριφορές και μια κοσμοθεωρία που χρησιμεύει ως προστατευτικό φράγμα έναντι επικίνδυνων συμπεριφορών όπως ο εθισμός. Η χρήση της τέχνης στην εκπαίδευση έχει τη δυνατότητα να εξοπλίσει τους μαθητές με τα απαραίτητα εργαλεία για να λαμβάνουν τεκμηριωμένες και υγιείς αποφάσεις σε διάφορες πτυχές της ζωής τους.

Στον τομέα της πρόληψης εξαρτητικών συμπεριφορών, είναι σημαντικό να εστιάσουμε στην ενίσχυση της δημιουργικότητας των μαθητών, στην παροχή διεξόδων για την έκφραση των συναισθημάτων τους και στην καλλιέργεια των μοναδικών ταλέντων και δεξιοτήτων τους. Καλλιεργώντας ένα περιβάλλον όπου οι μαθητές μπορούν να εκφράσουν δημιουργικά τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους, είναι λιγότερο πιθανό να στραφούν σε επιβλαβείς συμπεριφορές ως μηχανισμό αντιμετώπισης. Έρευνα που διεξήχθη από τη Μπεκιάρη (2019) έδειξε ότι η εισαγωγή ενός ψυχοκοινωνικού προγράμματος που χρησιμοποιεί τις παραστατικές τέχνες ως μέσο για την ανακούφιση των αγχωδών διαταραχών είχε ως αποτέλεσμα μια αισθητή βελτίωση των κοινωνικών ικανοτήτων των μαθητών.

Σύμφωνα με τον Eutsler (2017), η ενσωμάτωση της τέχνης σε εκπαιδευτικά προγράμματα έχει αποδειχθεί ότι ενισχύει τις δεξιότητες κριτικής σκέψης των μαθητών. Αυτή η εξέλιξη στην κριτική σκέψη επιτρέπει στους μαθητές να χρησιμοποιούν καλύτερα τις υπάρχουσες ικανότητές τους, να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις και να προστατεύονται από πιθανούς κινδύνους. Ο Mazur (2017)

τονίζει επίσης το ρόλο της τέχνης στην τόνωση της αυτοεκτίμησης των παιδιών μέσω στοχευμένων πρωτοβουλιών ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, καλλιεργώντας μια ολοκληρωμένη προσωπικότητα που τα θέτει σε μια θετική τροχιά ζωής. Αξιοποιώντας τη δύναμη της τέχνης και τα σχετικά οφέλη της, οι μαθητές είναι εξοπλισμένοι με συναισθηματική ανθεκτικότητα για την αντιμετώπιση των προκλήσεων και την αποφυγή επιζήμιων συμπεριφορών όπως η εξάρτηση (Farrington et al., 2019; Williams & Williams, 2012; Chapman, 2015; Stride & Cutcher, 2015).

## 6. Συμπεράσματα

Οι εξαρτητικές συμπεριφορές, είτε αφορούν ουσίες είτε συμπεριφορές όπως η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου, μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά την ψυχική και σωματική υγεία ενός ατόμου. Η πρόληψη της εξάρτησης είναι ζωτικής σημασίας για την κοινωνία και η ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής και ψυχικής ανθεκτικότητας είναι το κλειδί για την επίτευξη αυτού του στόχου. Η ενσωμάτωση της τέχνης στα προγράμματα πρόληψης μπορεί να είναι μια πολύτιμη στρατηγική για τη βελτίωση της συνολικής ευημερίας. Τα σχολεία διαδραματίζουν ζωτικό ρόλο στην πρόληψη της κατάχρησης ουσιών και άλλων εξαρτητικών συμπεριφορών και η εφαρμογή καινοτόμων προγραμμάτων πρόληψης που εστιάζουν στην οικοδόμηση δεξιοτήτων ζωής και ψυχικής ανθεκτικότητας, μαζί με τη χρήση δημιουργικών διεξόδων όπως η τέχνη, μπορούν να ενισχύσουν την αποτελεσματικότητά τους στην επίτευξη του αιώτερου στόχου της πρόληψης.

Η μοναδικότητα του προγράμματος "pArt of you" έγκειται στη χρήση διαφόρων μορφών τέχνης για την ενίσχυση των δεξιοτήτων ατόμων που θα υποστηρίξουν τους μαθητές στην ανάπτυξη ισχυρής ψυχικής ανθεκτικότητας. Αυτή η προσέγγιση βοηθά στην πρόληψη συμπεριφορών υψηλού κινδύνου και εθισμού. Με την ενσωμάτωση της τέχνης στην εκπαίδευση, τα άτομα μπορούν να ανακαλύψουν νέες προοπτικές και συνδέσεις με τις δικές τους εμπειρίες, επιτρέποντας τη δημιουργική επεξεργασία. Συνολικά, αυτό το καινοτόμο εκπαιδευτικό εργαλείο στοχεύει να ενθαρρύνει την κριτική σκέψη και να προσφέρει μια απελευθερωτική εκπαιδευτική εμπειρία (Κόκκος, 2017).

Είναι προφανές ότι η έκθεση σε διάφορες μορφές τέχνης εξοπλίζει τους μαθητές με βασικές δεξιότητες ζωής και τους δίνει τη δυνατότητα να ανταποκριθούν στις προκλήσεις ενός πολύπλοκου και γρήγορου κόσμου. Μέσω της καλλιτεχνικής έκφρασης, οι μαθητές καλλιεργούν την εμπιστοσύνη, ακονίζουν τις ικανότητές τους για ομαδική εργασία και αποκτούν πολύτιμες δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων και διαπραγμάτευσης. Αυτές οι ικανότητες είναι απαραίτητες για τη συνολική ψυχοκοινωνική τους ανάπτυξη, καθώς αντιμετωπίζουν τις πιέσεις και τις αβεβαιότητες της σύγχρονης κοινωνίας. Η ενασχόληση με τις τέχνες επιτρέπει στους μαθητές να συνδεθούν με τα συναισθήματά τους και να μάθουν πώς να τα περιηγούνται αποτελεσματικά. Ενισχύοντας τη συναισθηματική νοημοσύνη, οι μαθητές είναι σε θέση να κατανοήσουν τα συναισθήματά τους, να επιδείξουν ενσυναίσθηση προς τους άλλους και να συνεργαστούν πιο αποτελεσματικά. Αυτή η ολιστική προσέγγιση στην εκπαίδευση όχι μόνο δίνει προτεραιότητα στην ακαδημαϊκή γνώση, αλλά δίνει προτεραιότητα και στην ψυχική και συναισθηματική ευημερία των μαθητών. Οι τέχνες χρησιμεύουν ως πολύτιμο εργαλείο για την προώθηση της κοινωνικής και συναισθηματικής μάθησης, δίνοντας τη δυνατότητα στους μαθητές να αναπτύξουν κρίσιμες δεξιότητες ζωής και να ενισχύσουν την ψυχική τους ανθεκτικότητα.

Τα αποτελέσματα μελέτης που διεξήχθη από την Pappa (2020) με τη συμμετοχή δασκάλων πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης σχετικά με την εφαρμογή της μεθόδου «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» στα δημοτικά σχολεία με σκοπό την πρόληψη της κατάχρησης ουσιών δείχνουν ότι η μέθοδος μπορεί να χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά μετά από προσεκτικό σχεδιασμό και στόχευση σε μαθητές πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης ως νέο εκπαιδευτικό εργαλείο για την ενίσχυση των υφιστάμενων προγραμμάτων πρόληψης που έχουν εγκριθεί από το Υπουργείο Παιδείας. Οι εκπαιδευτικοί που συμμετείχαν στη μελέτη εξέφρασαν θετικά σχόλια σχετικά με τη χρήση της μεθόδου στις τάξεις του δημοτικού σχολείου για την υποστήριξη πρωτοβουλιών πρόληψης. Η εφαρμογή αυτής της μεθόδου κρίνεται επιτυχής στην ενθάρρυνση της κριτικής σκέψης των μαθητών σε θέματα που σχετίζονται με τον εθισμό, στην καθοδήγηση τους στην επινόηση στρατηγικών για την αλλαγή των αναποτελεσματικών πεποιθήσεων και τελικά στην ενίσχυση της ανθεκτικότητάς τους στη χρήση ναρκωτικών.

Αυτή η συγκεκριμένη προσέγγιση έχει τη δυνατότητα να διεγείρει τη βαθιά σκέψη και τη συναισθηματική επεξεργασία με τρόπους που οι παραδοσιακές εκπαιδευτικές μέθοδοι μπορεί να μην

είναι σε θέση να επιτύχουν. Επιπλέον, μπορεί να βοηθήσει τα άτομα να αναπτύξουν δεξιότητες κριτικής σκέψης και την ικανότητα να διαχειρίζονται περίπλοκες και αμφιλεγόμενες καταστάσεις, καθώς και να συνδέουν ανόμοια κομμάτια πληροφοριών, να δημιουργούν δημιουργικές λύσεις, να κατανοούν διαφορετικές οπτικές γωνίες, να εκτιμούν τις πολιτισμικές διαφορές και να καλλιεργούν μια αίσθηση αισθητικής εκτίμησης και πολιτισμική κατανόηση.

Με βάση τα ευρήματα της έρευνας, φαίνεται ότι η προσέγγιση «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» έχει τη δυνατότητα να βοηθήσει του μαθητές να μετασχηματίσουν τις απόψεις τους σχετικά με συμπεριφορές που μπορεί να τους οδηγήσουν σε επιβλαβείς συνέπειες για τη ζωή τους. Οι μαθητές που συμμετείχαν στο πρόγραμμα έδειξαν θετική ανταπόκριση στην εφαρμογή αυτής της μεθόδου. Αυτή η μέθοδος φαίνεται πως είναι αποτελεσματική στο να βοηθά τους μαθητές να σκεφτούν κριτικά για ζητήματα που σχετίζονται με τον εθισμό, ενθαρρύνοντάς τους να δημιουργήσουν στρατηγικές για να αλλάξουν τις αναποτελεσματικές πεποιθήσεις και εν τέλει ενισχύοντας την αντίστασή τους απέναντι στις εξαρτήσεις. Αυτή η προσέγγιση μπορεί να χρησιμεύσει ως πολύτιμο εκπαιδευτικό εργαλείο τόσο για εκπαιδευτικούς όσο και για ειδικούς που εργάζονται στον τομέα της πρόληψης.

Συνοπτικά, ενώ τα ευρήματα αυτής της μελέτης καταδεικνύουν ότι η προσέγγιση «Μετασχηματίζουσα Μάθηση μέσα από την Αισθητική Εμπειρία» μπορεί να εφαρμοστεί αποτελεσματικά με προσεκτική προετοιμασία και προσαρμοσμένη στους μαθητές της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης. Αυτή η καινοτόμος μέθοδος μπορεί να ενταχθεί στα ήδη υφιστάμενα προγράμματα που έχουν εγκριθεί από το Υπουργείο Παιδείας και να συμβάλει στην προώθηση των προσπαθειών πρόληψης μέσα στο σχολικό περιβάλλον.

## Βιβλιογραφία

- Ανυφαντάκη Ε., Λιονής Χ. (Επιμέλεια), (1993). «*Πρόληψη της Χρήσης Ψυχοδραστικών Ουσιών: Ο Ρόλος του Σχολείου και των Εκπαιδευτικών*». Επιτροπή Ρεθύμνης Πρόληψης και Αντιμετώπισης Ναρκωτικών.
- Bartz, D. E. (1983). *The Effects of School Desegregation on Student Achievement, Motivation, and Social/Psychological Development: A Review of Research. A Research Report*. University of Illinois.
- Bryman, A. (2017). *Μέθοδοι Κοινωνικής Έρευνας*. Gutenberg.
- Chapman, S. N. (2015). Arts immersion: Using the arts as a language across the primary school curriculum. *Australian Journal of Teacher Education (Online)*, 40(9), 86-101.
- Creswell J., (2016). *Έρευνα στην Εκπαίδευση – Σχεδιασμός Διεξαγωγή και Αξιολόγηση Ποσοτικής και Ποιοτικής Έρευνας*, (μτφ. Ν. Κουβαράκου, επιμ. Χ. Τσορμπατζούδης). Ίων.
- Efland, A. (2002). *Art and Cognition. Integrating the Visual Arts in the Curriculum*. Teachers College Press & Reston.
- Eutsler, J. *Examining Moral Disengagement as a Threat to Professional Skepticism*. <https://ssrn.com/abstract=2972187> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2972187>
- Farrington, CA., Maurer, J., McBride, A., Nagaoka, M., Puller, J.S., Shewfelt, S., Weiss, EM. & Wright, L. (2019). *Arts Education and Social-Emotional Learning Outcomes among K-12 Students: Developing a Theory of Action*. Consortium On Chicago School Research.
- Fowler, C. (1996). *Strong Arts, Strong Schools*. Oxford University Press.
- Καρρά, Σ. (2015). *Η δύναμη της τέχνης ως εργαλείο εκπαίδευσης του παιδαγωγού για την ενίσχυση της ενσυναίσθησης και της κατανόησης της διαφορετικότητας: εφαρμογές στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση*. [Αδημοσίευτη Διπλωματική Εργασία, Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο]. Πάτρα.
- Κόκκος, Α. (2017). *Χειραφέτηση και Εκπαίδευση*. Επιστημονική Ένωση Εκπαίδευσης Ενηλίκων.
- Κόκκος, Α. (2011). *Σύγχρονες Προσεγγίσεις της Εκπαίδευσης Ενηλίκων*. Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.
- Krentzman, A. R. (2013). Review of the application of positive psychology to substance use, addiction, and recovery research. *Psychology of addictive behaviors*, 27(1), 151.
- Κυρίτση, Ι., Τσιώτρα, Σ., & Θλιβίτου, Ε. (2010). Εκπαίδευση εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης για την προώθηση της πρόληψης στο δημοτικό σχολείο. *Εξαρτήσεις* 16(2), 61-73.

- Μαλαφάντης, Κ. & Καρέλα, Γ. (2012). *Για μια ποιοτική Εκπαίδευση: Οι Τέχνες στην Εκπαίδευση και η έννοια της διαφορετικότητας μέσα από την Τέχνη*. Πρακτικά Συνεδρίου «Η ποιότητα στην Εκπαίδευση: Τάσεις και Προοπτικές» (Τόμ. Α'). ΕΚΠΑ, Αθήνα.
- Mazur, J. (2017). *Learning & Behavior*. Routledge.
- Μέγα, Γ. (2011). Η Τέχνη στο Σχολικό Σύστημα ως Στοχαστική Διεργασία. Στο Κόκκος, Α. και συν. *Εκπαίδευση μέσα από τις Τέχνες*. Μεταίχμιο.
- Mezirow, J. και συν. (2007). *Η Μετασχηματίζουσα Μάθηση*. Μεταίχμιο.
- Miller, M. (2002). Resilience elements in students with learning disabilities. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 291-298.
- Μπεκιάρη, Α. (2019). *Η χρήση της Δραματικής Τέχνης στην Εκπαίδευση για τη διαχείριση των αγχωδών διαταραχών μαθητών της Δ' τάξης. Μια έρευνα δράσης στο 4ο Δημοτικό Σχολείο Ναυπλίου*. [Αδημοσίευτη Διπλωματική Εργασία, Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου]. Ναύπλιο.
- Ντούλια, Α. (2012). *Δημιουργική Μάθηση μέσα από την Τέχνη: Μια πρόταση διδασκαλίας στην Ιστορία*. Στο Α. Παππάς (Επιμ.), Πρακτικά του 6ου Πανελληνίου Συνεδρίου Ελληνικού Ινστιτούτου Εφαρμοσμένης Παιδαγωγικής και Εκπαίδευσης (ΕΛΛ.Ι.Ε.Π.ΕΚ.).
- Pappa, E. (2020). Teacher's role in prevention of psychoactive substances use. Examination of the possibility of using "Transformative Learning through Aesthetic Experience" method. *Journal of Substance Use*, 25(5), 458-461.
- Pompidou Group on Prevention (1998). *Handbook Prevention: alcohol, drugs and tobacco*. Council of Europe.
- Rich, B. A., Starin, N. S., Senior, C. J., Zarger, M. M., Cummings, C. M., Collado, A., & Alvord, M.K. (2022). Improved Resilience and Academics Following A School-based Resilience Intervention: A Randomized Controlled Trial. *Evidence-Based Practice in Child and Adolescent Mental Health*, 8(2), 252–268. <https://doi.org/10.1080/23794925.2022.2025630>
- Rich, B. A., Starin, N. S., Senior, C. J., Zarger, M. M., Cummings, C. M., Collado, A., & Alvord, M. K. (2022). Improved resilience and academics following a school-based resilience intervention: A randomized controlled trial. *Evidence-based practice in child and adolescent mental health*, 8(2), 252-268.
- Romero-López, M., Pichardo, C., De Hoces, I., & García-Berbén, T. (2021). Problematic internet use among university students and its relationship with social skills. *Brain sciences*, 11(10), 1301.
- Στάππα-Μουρτζίνη, Μ. (2018). *Αγωγή Υγείας: Βασικές αρχές – Σχεδιασμός προγράμματος – Εγχειρίδιο για εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης*. Οργανισμός Εκδόσεως Διδακτικών Βιβλίων.
- Stride, Y., & Cutcher, A. (2015). Manifesting Resilience in the Secondary School: An Investigation of the Relationship Dynamic in Visual Arts Classrooms. *International Journal of Education & the Arts*, 16(11). <http://www.ijea.org/v16n11/>
- Τσανούλα, Ε. (2017). *Η αξιοποίηση της τέχνης για την ενίσχυση της δημιουργικότητας. Οι εμπειρίες των δασκάλων*. [Αδημοσίευτη Διπλωματική Εργασία. Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο]. Πάτρα.
- Williams, R. D., & Williams, A. R. (2012). Creative Writing In Alcohol, Tobacco, And Other Drug Education. *Contemporary Issues in Education Research (CIER)*, 5(4), 327-330.
- Wisniewski, P., Jia, H., Wang, N., Zheng, S., Xu, H., Rosson, M. B., & Carroll, J. M. (2015). *Resilience mitigates the negative effects of adolescent internet addiction and online risk exposure*. In Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems (pp. 4029-4038).
- Χιώτη, Σ. (2016). *Οι απόψεις μαθητών Δημοτικού Σχολείου για την αποτελεσματικότητα ενός Προγράμματος Πρωτογενούς Πρόληψης και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας*. [Αδημοσίευτη Διπλωματική Εργασία, Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο]. Πάτρα.