

# Μετάβαση από το δημοτικό στο γυμνάσιο



Έλενα Αλεξάνδρου

B.Sc. & M.Sc In Counselling Psychology  
Life Coach

BTEC Professional Certificate in Specific Learning Difficulties: Dyslexia

# Ακρωνύμιο «ΓΥΜΝΑΣΙΟ»

**Γ**

Γέλιο, γραφεία,  
γυμνασιάρχης, γόμα,  
γκρίνια, γνωριμίες  
γεωμετρία, γαλλικά,  
γυμναστική

**Υ**

Υπολογιστές,  
υπευθυνότητα, ύλη,  
υδρόγειος

**Μ**

Μαθήματα, μολύβι,  
μίσος, μαγκιά,  
μικρός, μεγάλος,  
μάθηση, μπλέξιμο

**Ν**

Νεύρα, νευρικός,  
ναρκωτικά, νταής,  
νοοτροπία



## Α

Αρχαία, άλγεβρα, ασκήσεις,  
αποβολή, άγχος,  
αγωνία, ακμή, απουσίες  
αδεξιότητα, ατυχία,  
αγάπη, ανεξαρτησία,  
αλλαγές, αξιολόγηση,  
ανασφάλεια, άγνωστο,

## Σ

Σοβαρότητα, συνεργασία,  
σύλλογος, σχέδιο,  
συμβιβασμός, σπυράκια,  
σιδεράκια, στόχος,  
σκανταλίες, σχέσεις,  
σεβασμός,  
συναισθήματα, στήριξη

## Ι

Ιδιοτροπίες, ιστορία,  
ικανότητα, Ιλιάδα, ιδέες

## Ο

Ορνιθοσκαλίσματα, ομάδα,  
Οικιακή οικονομία,  
Όμηρος ορθογραφία

# Μεταβατικά στάδια - αλλαγές

- Στην ακαδημαϊκή ζωή ενός προσώπου
- Στον επαγγελματικό κόσμο
- Στην κοινωνική ζωή



# Μετάβαση :

Χρονική περίοδος  
αλλαγής  
εκπαιδευτικής  
βαθμίδας που θέτει  
συγκεκριμένες  
προκλήσεις για την  
κοινωνική,  
συναισθηματική και  
ακαδημαϊκή ζωή  
των εφήβων



Η μετάβαση από το Δημοτικό στο Γυμνάσιο δεν είναι πάντα μια ομαλή και ανώδυνη διαδικασία. Πολλοί μαθητές αντιμετωπίζουν σημαντικά θέματα με την έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση.



# Το αν θα τα καταφέρει εύκολα ή δύσκολα εξαρτάται από διάφορους παράγοντες

- ❑ Σωστή χρονική περίοδος
- ❑ Ήταν προετοιμασμένο
- ❑ Έχει τις δεξιότητες
- ❑ Στηρικτικό ή όχι το περιβάλλον γύρω του

# Συσσωρευμένες αλλαγές

- Αλλαγές στην οργάνωση και δομή πρωτοβάθμιας – δευτεροβάθμιας εκπ/σης
- Αλλαγές στο σχολικό περιβάλλον
- Αλλαγές στην πρώιμη εφηβεία (φυσικές- γνωστικές - κοινωνικές- συναισθηματικές)
- Αλλαγές στις σχέσεις εκπαιδευτών – μαθητών, μαθητών – μαθητών
- Εκπαιδευτικό περιβάλλον, αναλυτικό πρόγραμμα, αξιολόγηση





# Συναισθηματικά

- ⊙ Άγχος & αγωνία
- ⊙ Στεναχώρια – λύπη – ενθουσιασμό
- ⊙ Καταθλιπτικά συμπτώματα
- ⊙ Σιγουριά – ανασφάλεια
- ⊙ Φόβο για το άγνωστο
- ⊙ Αίσθημα χαμηλής αυτοαξίας – αυτοεκτίμηση
- ⊙ Εφηβεία

# Κοινωνικά

- Άγνωστο περιβάλλον
- Χάνουν παλιούς φίλους
- Απόκτηση νέων φίλων
- Περισσότεροι μαθητές
- Γίνεται κάποιος ο νεώτερος ενώ ήταν ο μεγαλύτερος
- Φοβάται στα διαλείμματα τους μαθητές των μεγαλύτερων τάξεων (εκφοβισμός)

# Ακαδημαϊκά

- ◉ Περισσότεροι καθηγητές
- ◉ Περισσότερα μαθήματα – νέα μαθήματα
- ◉ Διαφορετικές διδακτικές προσεγγίσεις
- ◉ Δουλειά στο σπίτι – απαιτήσεις – ευθύνες
- ◉ Διαγωνίσματα και εξετάσεις
- ◉ Χάνουν μαθήματα εξαιτίας απουσιών
- ◉ Πειθαρχία - στολή
- ◉ Αποβολές

Όταν λοιπόν αναγκαστεί εκ των πραγμάτων να μεταβεί από κάτι γνωστό σε κάτι άγνωστο περνάει συνήθως από διάφορα στάδια με τα εξής χαρακτηριστικά:

1. Σοκ της αλλαγής
2. Διάθεση να παραμείνει στο παλιό
3. Κατάθλιψη και πτώση αυτοεκτίμησης
4. Διάθεση παραίτησης και μεγαλύτερη πτώση αυτοεκτίμησης
5. Αναγκαστικός δαμασμός του καινούργιου
6. Εσωτερίκευση της εμπειρίας του καινούργιου με αποτέλεσμα θετικότερη αυτοεκτίμηση

# Πως μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί σας να προσαρμοστεί

- ✓ Καλλιεργείτε στο παιδί σας την αυτοπεποίθηση – αυτοεικόνα του
- ✓ Τονίστε τα θετικά στοιχεία της «αναβάθμισης» του παιδιού σε άλλη κλίμακα της εκπαίδευσης
- ✓ Φερθείτε με μεγαλύτερη κατανόηση στο παιδί τους πρώτους μήνες
- ✓ Μην τρομάζετε το παιδί προκαταβολικά με όσα το περιμένουν
- ✓ Τα παιδιά με καλή ή μεγαλύτερη σωματική ανάπτυξη συνήθως προσαρμόζονται πιο εύκολα. Αν το παιδί είναι μικροκαμωμένο ίσως δυσκολευτεί λίγο περισσότερο

- ⦿ Προτρέψτε το να διατηρεί τις παλιές φιλίες που είχε
- ⦿ Αφιερώστε του αρκετό χρόνο ώστε να μπορεί να σας εκμυστηρευτεί τυχόν ανησυχίες ή προβληματισμούς του
- ⦿ Αποφεύγετε να το πιέζετε λέγοντας του διάφορα
- ⦿ Ενθαρρύνετε το και δείξτε την ικανοποίησή σας για όλα εκείνα που μπορεί να κάνει



- Μην είστε απαιτητικοί. Το παιδί δεν θα αρχίσει ξαφνικά να συμπεριφέρεται, να μιλά και να αντιδρά σαν μεγάλος μόνο και μόνο επειδή πήγε στο γυμνάσιο
- Δημιουργήστε και κρατήστε κάποια επαφή με καθέναν από τους καθηγητές
- Προσπαθήστε η αλλαγή αυτή στην εκπαιδευτική βαθμίδα να μην συνοδεύεται από επιπρόσθετες αλλαγές στα πλαίσια της οικογένειας

# Επίσης,

- Φροντίστε ώστε το παιδί σας να καθιερώσει από νωρίς ένα πρόγραμμα μελέτης το οποίο θα ακολουθεί καθημερινά
  - Εξασφαλίστε του ένα δικό του χώρο
  - Είναι σημαντικό να αντιληφθεί το παιδί ότι «μελετώ» δεν σημαίνει μόνο «ολοκληρώνω τις γραπτές μου εργασίες»
- Παρακολουθείτε στενά την πρόοδο του παιδιού στα μαθήματα του και βοηθήστε το να μην αφήσει κενά στις γνώσεις του



- ⦿ Μην κάνετε ποτέ εσείς αυτά που πρέπει να κάνει το παιδί
- ⦿ Βοηθήστε το παιδί σας να αναπτύξει θετική στάση απέναντι στο σχολείο και τους εκπαιδευτές
- ⦿ Ενθαρρύνετε το να εκφράσει τα συναισθήματά του, να τα συζητήσει και να αποφορτιστεί
  - ⦿ ΑΓΑΠΗ, ΑΓΑΠΗ, ΑΓΑΠΗ

# Γενικές οδηγίες για μελέτη

Η αξία του ορθού τρόπου μελέτης

A. Εξοικονομεί πολύτιμο χρόνο

B. Αποφεύγει πολλές αποτυχίες

Μερικές βασικές προϋποθέσεις για τη μελέτη είναι

A. Να έχει πραγματικό ενδιαφέρον

B. Να συγκεντρώνετε στη μελέτη του

Γ. Βοηθά σε μεγάλο βαθμό η ορθή παρακολούθηση στην τάξη

# Γι' αυτό πρέπει:

- ◉ Να είναι προσεκτικός την ώρα του μαθήματος
  - ◉ Να συμμετέχει στα μαθήματα
- ◉ Να αντιγράφει σωστά από τον πίνακα τα κύρια σημεία του μαθήματος
  - ◉ Να ζητάει την βοήθεια των καθηγητών
  - ◉ Να διορθώνει τα λάθη του
- ◉ Να λύνει τις απορίες του, ώστε να διακατέχεται από συναισθήματα ευχάριστα στο τέλος κάθε μαθήματος

# Η μελέτη

Γεύμα

Ξεκούραση

Προσεκτική μελέτη – τήρηση σταθερού ωραρίου

Ετοιμάζει το γραφείο του

Ετοιμάζει τον εαυτό του

Καθαρογραμμένο πρόγραμμα – μαθήματα της  
επομένης μέρας

Ορίζει τη σειρά των μαθημάτων (τρεις βασικές  
αρχές)

## Συνοψίζοντας,

...Όπως και με τις άλλες αλλαγές, χρειάζεται χρόνος, υπομονή και θετική στάση από όλα τα εμπλεκόμενα μέρη. Ο μαθητής που εισπράττει απαισιοδοξία από το περιβάλλον του αναχαιτίζεται, ενώ αυτός που απολαμβάνει την αισιοδοξία, προχωρά με σταθερό βηματισμό.

Ευχαριστώ θερμά  
για την προσοχή σας!

