

## ΕΝΣΩΜΑΤΩΣΗ ΤΩΝ ΜΕΤΑΝΑΣΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΜΑΘΗΤΕΣ

#### Index

##### Εισαγωγή

1. [Προσδιορίστε τα πολλαπλά εμπόδια](#)
2. [Αποδεχτείτε το πολιτισμικό σοκ](#)
3. [Είναι επίσης και Δικό σας σχολείο](#)
4. [Το σχολείο σας είναι μέρος της κοινότητας](#)
5. [Μάθετε τη γλώσσα](#)
6. [Επικοινωνείτε με τους άλλους](#)
7. [Μιλήστε στο δάσκαλο](#)
8. [Ενσωματωθείτε στην ομάδα της τάξης ή σε ομάδες συνομηλίκων](#)
9. [Διαχειριστείτε τα συναισθήματά σας](#)
10. [Αρνηθείτε το ρατσισμό τις προκαταλήψεις και τους αποκλεισμούς](#)

## Εισαγωγή

Αυτές οι οδηγίες αναφέρονται στην ενσωμάτωση των μεταναστών μαθητών και έχουν ως στόχο τους ίδιους τους μαθητές. Τα δέκα βήματα που προτείνονται στους χρήστες των οδηγιών αυτών αρχίζουν με τον προσδιορισμό των πολλαπλών εμποδίων που οι μετανάστες μαθητές αντιμετωπίζουν κατά την προσπάθειά τους να γνωρίσουν τη νέα χώρα και να ενσωματωθούν σε αυτή. Στο πρώτο βήμα οι μαθητές ζητούνται να ορίσουν τα εμπόδια που καλούνται να ξεπεράσουν ή αυτά που φαντάζονται ότι υπάρχουν. Το δεύτερο βήμα αναλύει το πολιτισμικό σοκ που συνοδεύει τη μεταναστευτική εμπειρία και θεσπίζει τη βάση για 'ανοιχτό μυαλό' για το δρόμο προς την επιτυχία. Τα βήματα 3 και 4 καλούν τους μαθητές να μάθουν για το σχολείο ως θεσμό και ως μέρος της κοινότητας ενώ τα βήματα από 5 μέχρι 10 βοηθούν τους μαθητές να εμπλακούν στο σχολείο και στις διάφορες διαστάσεις του (γλώσσα και επικοινωνία, διαπροσωπικές σχέσεις, κοινωνικές δεξιότητες).

## Προσδιορίστε τα πολλαπλά εμπόδια

Προσδιορίστε τα πολλαπλά εμπόδια που αντιμετωπίζετε στο σχολείο και στη διαδικασία μάθησης.

1. Καταλαβαίνετε το μάθημα? Αν όχι, ποιός είναι ο λόγος? Είναι ο λόγος η νέα γλώσσα ή το περιεχόμενο του μαθήματος ή και τα δύο?
2. Θεωρείτε ότι έχετε τύχει της απαραίτητης προσοχής του σχολείου και των δασκάλων?
3. Υποστηρίζετε απο τους γονείς για τις εργασίες στο σπίτι?
4. Νιώθετε οτι έχετε γίνει αποδεκτοί απο τους συμμαθητές σας?
5. Είναι το καινούργιο σας περιβάλλον κατά πολύ διαφορετικό από αυτό που γνωρίζατε στην χώρα σας? Θεωρείτε ότι ανήκετε σ' αυτό το περιβάλλον και σ' αυτή τη κουλτούρα?

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [How Much More?](#)  
Ένα ντοκυμαντέρ το οποίο γυρίστηκε από τον Οκτώβριο του 2011 μέχρι το Φεβρουάριο του 2012 στους δρόμους της Αθήνας. Μετανάστες που ζουν σε παράνομα διαμερίσματα και σε περιοχές περιορισμού καταθέτουν τις μαρτυρίες τους.

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Out of Africa](#) (Portugal)  
Μια τυπική ιστορία ρατσιστικής προκατάληψης και διάκρισης που ξεπεράστηκε με τη συμμετοχή μαθητών οι οποίοι παρήγαγαν ένα αρθρο με το οποίο συνέκριναν κουλτούρες, παραδόσεις, προσδοκίες, ρόλους των δύο φύλων κ.α.

### Συνεντεύξεις

- [Interviews on migration issues](#)  
Οι συνεντεύξεις είναι διαθέσιμες στη διαδικτυακή πύλη Routes (Log-in: teacher – pixel) και έγιναν με μετανάστες και ντόπιους που έχουν επαφή με μετανάστες.
- [Interviews with Greek and Irish pupils](#)  
Αυτό το τμήμα της διαδικτυακής πύλης της Σχολικής Ένταξης είναι αφιερωμένη σε συνεντεύξεις που έλαβαν μέρος σε 5 διαφορετικές της ΕΕ. Οι συνεντεύξεις έγιναν με συμβούλους σχολικής πολιτικής, διευθυντές, δασκάλους, γονείς και μαθητές και πραγματεύονται την πρόληψη της πρόωρης εγκατάλειψης του σχολείου.

### Άλλες πηγές

- [CTREQ \(Quebec Transfer Center for School Success\)](#)  
Οι δάσκαλοι μπορούν να εμψυχήσουν έμπνευση από το λογισμικό για να εντοπίζουν πρόωρη εγκατάλειψη του σχολείου. Το "LDDS" δημιουργήθηκε από το CTREQ για να υποβάλλονται ερωτηματολόγια στους μαθητές. Αυτό το λογισμικό βοηθά να εντοπιστούν μαθητές μεταξύ 12-18 χρονών και που είναι επίφοβοι να εγκαταλείψουν πρόωρα το σχολείο και έχει σαν σκοπό να τους ορίσει και να τους οδηγήσει στους σχολικούς αντιπροσώπους.

## Αποδεχτείτε το πολιτισμικό σοκ

Αμοιβαία άγνοια και μη ύπαρξη κατανόησης είναι οι αιτίες των παρεξηγήσεων και μεγάλων λαθών. Αυτά μπορεί να εμποδίσουν την επιτυχή ενσωμάτωση των παιδιών στο σχολείο καθώς επίσης θα μπορούσαν να είναι τα εμπόδια μιας εποικοδομητικής επικοινωνίας ειδικά αν είστε μεγαλύτερος μαθητής.

1. Η κουλτούρα και η γλώσσα σας είναι σημαντική. Το ίδιο και η κουλτούρα και η γλώσσα της χώρας φιλοξενίας. Είναι πολύ σημαντικό για εσάς να είστε υπερήφανοι για τη γλώσσα και την κουλτούρα σας και να είστε σε θέση να το δείχνετε και στο σχολείο. Οπότε, δεχτείτε προσκλήσεις από τον δάσκαλο της τάξης για να μιλήσετε για την κουλτούρα σας και να μοιραστείτε στοιχεία της με του με άλλους( φαγητό, αντικείμενα, τραγούδια, μουσικά όργανα, εκδηλώσεις κ.α.).
2. Μοιραστείτε με τους άλλους την εμπειρία σας για το τί είναι διαφορετικό και δύσκολο στην κουλτούρα φιλοξενίας. Μπορείτε να γράψετε σε ημερολόγιο τις σκέψεις σας ή και να τις μοιραστείτε διαδουκτικά.
3. Να είστε περίεργος για την χώρα φιλοξενίας. Να σέβεστε την κουλτούρα της και να δείχνετε το ενδιαφέρον σας γι'αυτή με διάφορους τρόπους.
4. Βελτιώστε την αυτοεκτιμησή σας και την αυτό-έννοια παίρνοντας μέρος σε δραστηριότητες ανακάλυψης του εαυτού σας. (Κριτικάρετε συνεχώς τις κοινωνικές συνήθειες της χώρας φιλοξενίας? Είναι όλοι σας οι φίλοι μετανάστες σαν κι εσάς; Περνάτε τις περισσότερες ώρες σας παραπονούμενοι?τρώτε μόνο τα φαγητά της δική σας χώρας?είστε απολύτως αρνητικός και παράξενος?αυτοί μπορεί να είναι μηχανισμοί αυτοάμυνας αλλά χρησιμοποιείτε τους μετρίως αν σκοπός σας είναι να ενσωματωθείτε στην κοινωνία στην οποία ζείτε.Είναι σύνηθες για τους νεοαφχθέντες να νιώθουν άβολα στην νέα χώρα και θα πρέπει να δουλέψετε σ'αυτά τα συναισθήματα.
5. Το να σπουδάζεις σε μια νέα χώρα είναι μεγάλη πρόκληση. Αυτή η περιπέτεια μπορεί να είναι θετική και να εμπλουτίσει το γνωστικό σας επίπεδο καθώς επίσης το διαπολιτισμικό και προσωπικό σας κεφάλαιο αν δώσετε χρόνο στο να αποδεχτείτε τις διαφορές τις νέας χώρας.
6. Μάθετε ότι η μετανάστευση είναι συχνά μια διαδικασία αναζήτησης για το τί έχουμε δει και κάνει στη ζωή. Χρειάζεστε ανοιχτό μυαλό για να ενσωματωθείτε επιτυχώς.

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Ma classe fait sa télé - Intégration à l'école](#) (Βέλγιο)  
Βίντεο με επιτυχείς ιστορίες ενσωμάτωσης μεταναστών μαθητών μέσω διάφορων τύπων δραστηριοτήτων.
- [Diversimundo](#)  
Diversimundo είναι ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι το οποίο απευθύνεται στην ποικιλομορφία (κοινωνική, πολιτισμική, εθνική, θρησκευτική, σεξουαλική)
- [I respect. Active citizenship, cultural diversity and positive tolerance](#)  
eLearning βραβεία 2004. Η νικήτρια διαδικτυακή πύλη αναφορικά με τους ενεργούς πολίτες, πολιτισμική ποικιλομορφία και θετική ανεκτικότητα.

### Διαδουκτικά εγχειρίδια από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Partire è un po' morire?](#)  
("Το να εγκαταλείπεις είναι κάτι σαν να πεθαίνεις", Ιταλικό γνωμικό).  
Αυτη η πηγή επικεντρώνει στα αντιφατικά συναισθηματα σχετικά με την εμπειρία του μεταναστεύεις σε μια άλλη χώρα και αναφέρεται στα παιδιά και τους έφηβους. Δίνει έμφαση στην εμάθηση της νέας γλώσσας, στα συναισθήματα και στις πολιτισμικές επιπτώσεις.
- [Home far away from home](#)  
Δεύτερη ζωή στις νέες χώρες:το να βρεις δουλειά, το να μάθεις τη γλώσσα, να γνωρίσεις νέους ανθρώπους.



Lifelong  
Learning  
Programme

This project has been funded with support from the European Union.  
This material reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



PN: 531028-LLP-1-2012-1-IT-KA4-KA4MP



#### [Lived and Felt Stories](#)

Αυτό το εκπαιδευτικό προϊόν στοχεύει στο να δημοσιοποιήσει ιστορίες και πειβάλοντα παιδιών μεταναστών στην Πορτογαλία. Είναι γραμμένα σε πρώτο πρόσωπο και διηγούνται δυσκολίες που ανέκυψαν καθώς επίσης και τις διαφορετικότητες που αισθάνθηκαν από παιδιά μετανάστες και νέους ανθρώπους και πως κατόρθωσαν να τις ξεπεράσουν επιτυχώς.

## Είναι επίσης και Δικό σας σχολείο

Όταν εγγράφεστε στο σχολείο γίνεστε μέρος αυτού και γι'αυτό θα έπρεπε να καταβάλετε όλες τις προσπάθειες να ενσωματώσετε σωστά σ' αυτό.

1. Να είστε παρόντες καθημερινά στο σχολείο και να παρακολουθείτε όλα τα προγραμματισμένα μαθήματα.
2. Μάθατε τους κανόνες του σχολείου και συμμορφωθείτε μ' αυτούς.
3. Μιλήστε με τους γονείς σας για το τί μάθατε στο σχολείο. Αυτό είναι σημαντικό για εσάς και τους γονείς σας γιατί μοιράζεστε πληροφορίες για το σχολείο και την κουλτούρα του. Είναι επίσης ευκαιρία να προσδιορίστε στρεσογόνες στιγμές και να μάθετε δύσκολες στιγμές οι οποίες μπορούν να ξεπεραστούν με τη βοήθεια των γονέων σας.
4. Κάνετε ότι σας έχει ζητηθεί από τους δασκάλους (στο σπίτι ή στο σχολείο)
5. Μάθετε και σεβαστείτε τους κανόνες του σχολείου: να είστε πάντα παρόντες στην ώρα σας, να έχετε πάντα μαζί σας τα απαραίτητα για το μάθημα υλικά, απενεργοποιείτε το κινητό σας κ.α.
6. Αποδεχτείτε τις συνέπειες αν κάποια στιγμή παραβείτε τους κανόνες.

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του Training Sources School Safety Net

- [Ma classe fait sa télé - Intégration à l'école](#) (Βέλγιο)  
Βίντεο με επιτυχείς ιστορίες ενσωμάτωσης μεταναστών μαθητών μέσω διάφορων τύπων δραστηριοτήτων.

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Intercultural Module: Kinga's story](#)  
Ιστορία επιτυχίας στην Ιταλία
- [Success of a Newly-arrived Student](#)  
Ιστορία επιτυχίας στο Βέλγιο

## Το σχολείο σας είναι μέρος της κοινότητας

1. Στο σχολείο μαθάνετε για το τί είναι σημαντικό σε μια συγκεκριμένη κουλτούρα καθώς επίσης και πώς αναμένεται να συμπεριφέρεστε στη ζωή σας. Στο σχολείο επίσης αναπτύσσετε ατομικές και συλλογικές δεξιότητες καθώς επίσης προσδιορίζετε τον εαυτό σας ως μέρος μιας μεγαλύτερης κοινότητας η οποία μπορεί να είναι πολύπλοκη και πολυπολιτισμική.
2. Αν αισθάνεστε εκτοπισμένος στο σχολείο υπάρχουν προγράμματα στα οποία μπορείτε να εγγραφείτε και τα οποία είναι μέρος της μη επίσημης εκπαίδευσης. Υπάρχουν κοινοτικά κέντρα τα οποία θα σας βοηθήσουν να ενσωματωθείτε ξανά μέσω διάφορων δραστηριοτήτων. Υπάρχουν μη κερδοσκοπικοί οργανισμοί και οργανισμοί χρηματοδοτούμενοι από το κράτος οι οποίοι μπορούν να χρηματοδοτήσουν τα ατομικά σας προγράμματα. Υπάρχουν επίσης πολιτιστικοί σύλλογοι όπου μπορείτε να αποκτήσετε επικοινωνιακές

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του T School Safety Net

#### [Family Friendly](#)

Μέσω του 'Family Friendly' η Περιφέρεια του Πράτο προτείνεται να προωθήσει και να αναπτύξει καλύτερες πρακτικές για τη συμμετοχή των μεταναστών γονέων. Προσφέρει χρήσιμα εργαλεία για πραγματική ενσωμάτωση στην περιοχή στην οποία ζουν και ταυτόχρονα προτίθεται να ενισχύσει την ακαδημαϊκή εκπαίδευση και εργασιακή επιτυχία για τα παιδιά τους.

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

#### [Sport and School](#)

(Greece)

Αυτή η ιστορία έχει λεχθεί από ένα μετανάστη μαθητή και υπογραμίζει την ανάγκη του να ενταχθεί στο σχολείο με μη επίσημες πρακτικές και πως τα αθλήματα τον βοήθησαν να ενσωματωθεί πιο αποτελεσματικά.

### Ιστοσελίδες

#### [jaccroche.be](#)

Πλατφόρμα πληροφόρησης για την πρόωρη εγκατάλειψη του σχολείου στο Γαλλόφωνο Βέλγιο (Fédération Wallonie-Bruxelles) η οποία συλλέγει μελέτες, μαρτυρίες, διευθύνσεις κ.α.

## Μάθετε τη γλώσσα

1. Χρησιμοποιείτε προφανώς δύο ή παραπάνω γλώσσες καθημερινά και αυτό δεν είναι καθόλου κακό. Αντίθετα είναι μια από τις δεξιότητες του 21<sup>ου</sup> αιώνα. Επειδή μιλάτε δύο γλώσσες μπορείτε να χρησιμοποιείτε όποια θέλετε όταν το θέλετε. Πα'όλα αυτά ο δάσκαλός σας περιμένει να χρησιμοποιείτε την επίσημη γλώσσα και αυτό είναι που πρέπει να κάνετε.
2. Αν σε κάποιο στάδιο γλωσσικής βελτίωσης βιώνετε δυσκολίες, μιλήστε στο δάσκαλό σας. Υπάρχει η πιθανότητα επιπλέον διδασκαλίας για εσάς.
3. Υπενθυμίστε στους γύρω σας ότι μαθένετε μια δεύτερη γλώσσα και αυτό από μόνο του είναι δύσκολο κάποιες φορές. Πάρτε το χρόνο σας στη διαδικασία εκμάθησης.
4. Αν είστε νεοαφηγητής, μπορείτε να συμμετέχετε σε μεταβατικές τάξεις οι οποίες θα σας διδάξουν πως να μάθετε μια δεύτερη γλώσσα και αυτό είναι καλή ευκαιρία για εσάς.
5. Δεχτείτε να είστε ζευγάρι με συμμαθητή ο οποίος είναι γηγενής γιατί αυτό θα βελτιώσει τις γλωσσικές σας ικανότητες.
6. Εκμεταλλευτείτε στο να μάθετε τη γλώσσα της χώρας φιλοξενίας, τη τηλεόραση, το ράδιο, το να κάνετε λίστες για ψώνια, το να πηγαίνετε στη βιβλιοθήκη κ.α.
7. Να έχετε υπόψη σας ότι μια γλώσσα δεν είναι μόνο λέξεις. Περιλαμβάνει χειρονονίες, βλέμματα και εκφράσεις του σώματος με τα οποία θα πρέπει να εξοικειωθείτε. Οπότε, μάθετε όλα όσα σχετίζονται με τη γλώσσα καθημερινά καθώς εργάζεστε ή κάνετε τα ψώνια σας.

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Strategies for Success: Engaging Immigrant Students in Secondary Schools](#) (USA)  
Ένα πρόγραμμα 10 αρχών για την ενσωμάτωση μεταναστών μαθητών οι οποίες μπορούν να απλουστευθούν για τους μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης και να συζητηθούν μαζί τους.
- [Dispositif D'accueil et de Scolarisation des Élèves Primo-Arrivants \(DASPA\)](#)  
Υπηρεσία που υποδέχεται και εκπαιδεύει νεοαφειχθέντες μαθητές, Υπουργείο Υποχρεωτικής Εκπαίδευσης (Βέλγιο)

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Language Barriers](#) (Ελλάδα)  
Αυτή είναι μια ιστορία ενός νέου με υψηλές γνωστικές δεξιότητες σε ορισμένες περιοχές ο οποίος βίωσε δυσκολίες λόγω γλωσσικής εκφρασης. Αυτές λυθηκαν με την επέμβαση του συμβουλίου των γονέων.
- [Courses of Italian as L2 - from Student to Tutor](#)  
Ιστορία επιτυχίας στην Ιταλία

## Επικοινωνείτε με τους άλλους

1. Μάθετε πως να ακούτε στη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία.
2. Κατανοείτε τα διάφορα στυλ επικοινωνίας:παθητικό και επιθετικό.
3. Γίνετε μέρος της λύσης ενός προβλήματος και να είστε πρόθυμοι να διαμεσολαβείτε σε περιπτώσεις
4. Διαχειρηστείτε διαφορές(φύλλο, κουλτούρα, μειωνεκτήματα).
5. Γνωρίστε άλλους ανθρώπους, κάντε καινούργιους φίλους. Για ένα μετανάστη απαιτείται μεγάλη προσπάθεια στο να γνωρίσει άλλους ανθρώπους.

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Tales of The World 2. The People Build Peace](#) (Ισπανία)  
Αυτές οι ιστορίες και οι καθοδηγούμενες συζητήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τους μαθητές ώστε να μαζέψουν βαθύτερη πολιτισμική γνώση του εαυτού τους και να συμμετέχουν στην κουλτούρα των άλλων.
- [Programme for Peer Training and Against Discriminations and Prejudices](#) (Βέλγιο)  
Οι συμμετέχοντες καλούνται να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις απόψεις τους, να ακούν ενεργητικά, να μαθαίνουν με ένα τρόπο συναισθηματικό και διανοητικό, να αναπτύσουν πλάνα δράσεων ώστε να αναλαμβάνουν τις δικές τους ευθύνες ώστε να μπορούν να αντιμετωπίζουν προκαταλήψεις και διακρίσεις στην κοινωνία.
- [Diversimundo](#)  
Diversimundo είναι ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι το οποίο απευθύνεται στην ποικιλομορφία (κοινωνική, πολιτισμική, εθνική, θρησκευτική, σεξουαλική)

### Δημοσιεύσεις από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Education to Diversity for Young People... by Young People!](#)  
Εκδόθηκε από IRFAM - Institut de Recherche, Formation et Actions sur les Migrations (Belgium).

### Ιστοσελίδες

- [Université de Paix](#)  
Εκδόσεις και ενότητες εκπαίδευσης προτεινόμενες από Publications "Université de Paix" (Βέλγιο).



## Μιλήστε στο δάσκαλο

1. Αν η γλώσσα είναι πρόβλημα επικοινωνιάς θα πρέπει να ενημερώσετε τον δάσκαλό σας και όχι να περιμένετε.
2. Αν χρειάζεστε βοήθεια με τις εργασίες του σπιτιού, ενημερώστε τον δάσκαλό σας. Μπορεί να σας βρει το κατάλληλο γκρουπ.
3. Ακολουθήστε τις συμβουλές του δασκάλου σας στο πως να μαθαίνετε. Ταυτόχρονα δείξτε στον δάσκαλό σας πως σας αρέσει να μαθαίνετε και τί για εσάς είναι εποικοδομητικό.
4. Αν δεν αντέχετε οικονομικά για τα υλικά και τον εξοπλισμό, μιλήστε στον δάσκαλό σας. Είναι μέρος ενός διευρυσμένου δικτύου και μπορεί να σας βοηθήσει.
5. Προσωπικά προβλήματα όπως προβλήματα υγείας ή στεναγος μπορείτε επίσης να τα συζητήσετε με τον καθηγητή σας γιατί γνωρίζει πως να διαχειρίζεται την πληροφορία προς όφελος σας.
3. Είναι πολύ σημαντικό να μιλήσετε στον δάσκαλο της τάξης σας αν αισθανθείτε ότι δεν ανήκετε εκεί ή αν αισθανθείτε ότι δεν είστε έξυπνος αρκετά για να πετύχετε. Αυτό σημαίνει ότι δεν έχετε ενσωματωθεί σωστά και αυτό μπορεί να λυθεί.
4. Αν οι γονείς σας σας έχουν αναθέσει να προσέχετε τα αδέρφια σας στο σχολείο βεβαιωθείτε ότι ο διευθυντής και ο δάσκαλος της τάξης είναι ενήμεροι γι'αυτό. Θα σας βοηθήσουν και θα είναι πιο ελαστικοί μαζί σας.
5. Μην απελπίζεστε; Διατηρείστε τα κίνητρά σας σε περίπτωση αποτυχίας.
6. Καλέστε την εκπαιδευτική ομάδα και τις υπηρεσίες βοήθειας σε περίπτωση δυσκολιών (σε πολλές χώρες μπορείτε να έχετε μια σειρά απο υπηρεσίες που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε για να υποστηρίξετε την διαδικασία μάθησης).

### Ιστοσελίδες

- [Fédération Francophone des Ecoles de Devoirs](#)  
Υπηρεσίες υποστήριξης για τις εργασίες των μαθητών στο σπίτι (Βέλγιο)
- [CPMS: Psycho-Medico-Social Services](#) (Βέλγιο)
- [AMO, Aide en Milieu Ouvert](#)  
Βοήθεια σε ανοιχτό περιβάλλον (υπηρεσίες βοήθειας νέων) στο Βέλγιο.
- [Donner la parole aux jeunes](#)  
(Αφήστε τους νέους να μιλήσουν)  
Αναφορά απο τη γενική αντιπροσωπεία για τα δικαιώματα των παιδιών στο Γαλλόφωνο Βέλγιο, Νοέμβριος 2011

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Success of a newly-arrived student](#) (Βέλγιο)  
Ιστορία αποφασιστικότητας ενός μαθητή να πετύχει. Πως ο μαθητής ανέβασε το επίπεδο εργασίας του όταν εμφανίστηκαν μαθησιακές δυσκολίες, πως έλαβε τη βοήθεια της οικογενείας του και πως το σχολείο έστησε πρακτικά σχήματα βοήθειας.
- [Mentoring: help for parents](#)  
Ιστορία επιτυχίας στο Βέλγιο

## Ενσωματωθείτε στην ομάδα της τάξης ή σε ομάδες συνομηλίκων

1. Έχοντας προηγούμενες μη ευχάριστες εμπειρίες στο σχολείο ή αντιμετωπίζετε τέτοιες τώρα για πρώτη φορά, δεν σημαίνει ότι δεν μπορούν να αλλάξουν.
2. Το να ανήκεις σε μια ομάδα σημαίνει και ευθύνες. Το να ανήκετε σε μια ομάδα μπορεί να είναι σημαντικό για εσάς γιατί μπορεί να ικανοποιεί κάποιες ανάγκες σας, ζητήματα δύναμης, διασκέδασης κ.α. Οι ομάδες δίνουν το αίσθημα της χαράς του ενθουσιασμού και της δύναμης, ενισχύουν επίσης την αυτοεκτίμηση και την αλλαγή. Παρ'όλα αυτά, το να ανήκεις σε μια ομάδα μπορεί να είναι στρεσογόνο γιατί πολλές φορές αισθάνεσαι ότι δεν μπορείς να την ακολουθήσεις.
3. Συνεργασία και ομαδική δουλειά. Από την εφηβία ενσωματώνεσαι σε διάφορα δύκτια(αθλήματα, συλλόγους νεολαίας, συμμορίες τις γειτονιάς ή σχολεία)και παίζετε ένα συγκεκριμένο ρόλο σε κάθε ένα απο αυτά. Σ'αυτές τις διαδικασίες επηρεάζεστε από καποιους και επηρεάζετε κάποιους άλλους.
4. Συμμετέχετε στη σχολική ζωή και σε δραστηριότητες που οργανώνονται απο το σχολείο(αντιπρόσωποι της τάξης, εκδηλώσει κ.α.)
5. Συμμετέχετε σε δραστηριότητες και πρωτοβουλίες που οργανώνονται απο την κοινότητα(λέσχες αθλητισμού, κοινοτιά κέντρα).

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Programme for peer training and against discriminations and prejudices](#)  
Γραμμένο από ΕΡΤΟ (Ευρωπαϊκός οργανισμός κατάρτισης συνομηλίκων) (Βέλγιο).

### Δημοσιεύσεις από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- ["Melting classes" Journey through the interculturality school](#)  
Κάνοντας πίσω, να είστε ενήμερος για την ταυτότητα κάποιου και του παλιού αναφοράς του(κανόνες, αξίες σχετικά με μια κουλτούρα) ξεφορτωθείτε τις προκαταλήψεις και τα στερεότυπα κάποιου.

### Ιστοσελίδες

- [Youth Movements](#) (Βέλγιο)

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [From affection and volunteer work to inclusion](#)  
Ιστορία επιτυχίας στην Πορτογαλία

## Διαχειριστείτε τα συναισθήματά σας

1. Μάθετε πως να εκφράζετε συναισθήματα και σεβαστείτε τον εαυτό σας. Δεν χρειάζεται να είστε επιθετικοί.
2. Μπορείτε να σκέφτεστε και να λέτε ότι σας αρέσει αρκεί να μην πληγώνετε τους άλλους. Τα συναισθήματα σας μπορεί να είναι θετικά ή αρνητικά.
3. Είναι σημαντικό να είστε σε θέση να λέτε 'όχι' καθώς επίσης να ζητάτε χάρες αλλά και να ανταποκρίνεστε όταν σας τις ζητούν.
4. Μάθετε πως να αρχίσετε, να διατηρείτε και να τελειώνετε συζητήσεις.
5. Μάθετε να είστε ανθεκτικός. Εκθέστε τον εαυτό σας σε δυσμενείς καταστάσεις και προσαρμοστείτε θετικά.

### Πηγές εξάσκησης της διαδικτυακής πύλης του School Safety Net

- [Programme for peer training and against discriminations and prejudices](#) (Βέλγιο)

Οι συμμετέχοντες καλούνται να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις απόψεις τους, να ακούν ενεργητικά, να μαθαίνουν με ένα τρόπο συναισθηματικό και διανοητικό, να αναπτύξουν πλάνα δράσεων ώστε να αναλαμβάνουν τις δικές τους ευθύνες ώστε να μπορούν να αντιμετωπίζουν προκαταλήψεις και διακρίσεις στην κοινωνία.

- [I respect. Active citizenship, cultural diversity and positive tolerance](#)  
eLearning βραβεία 2004. Η νικήτρια διαδικτυακή πύλη αναφορικά με τους ενεργούς πολίτες, πολιτισμική ποικιλομορφία και θετική ανεκτικότητα

### Ιστορίες επιτυχίας από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Give them the weapons to fight!](#) (Ελλάδα)  
Η ιστορία ενός αγοριού που έπεσε θύμα συμμοριών. Πως κατόρθωσε να αναπτύξει ανθεκτικότητα και αυτοπεποίθηση εξαιτίας της συντονισμένης επέμβασης των άλλων παιδιών, του σχολείου και κάποιων θετικών και υποστηρικτικών γονέων.

### Ιστοσελίδες

- [Université de Paix](#)  
Εκδόσεις και ενότητες εκπαίδευσης προτεινόμενες από "Université de Paix" (Βέλγιο).

## Αρνηθείτε το ρατσισμό τις προκαταλήψεις και τους αποκλεισμούς

1. Αν υπάρχει ρατσισμός στην κοινωνία, μπορεί να συμβαίνει να αισθάνεστε ότι είστε θύμα ρατσισμού στο σχολείο. Μπορεί να μην ερμηνεύετε την συμπεριφορά των συνομηλίκων σας ως ρατσιστική, αλλά να νιώθετε μόνοι και απομονωμένοι από τους υπόλοιπους. Είναι σημαντικό να μην απομονώνετε μόνοι σας τον εαυτό σας και να βοηθάτε τους άλλους να καταλάβουν την διαφορετική σας προσωπικότητα, ταυτότητα, αυτά που σας αρέσουν και αυτά που δεν σας αρέσουν και να μην σας κρίνουν με βάση το χρώμα του δέρματός σας.
2. Αποφύγετε ρατσιστικές συμπεριφορές. Δεν είστε απρόσβλητος στο ρατσισμό και σε άλλες προκαταλήψεις. Μην κάνετε στους άλλους ότι δεν θέλετε να σας κάνουν, από όπου κι αν προέρχονται, είτε είναι από τη χώρα φιλοξενίας είτε είναι άλλοι μετανάστες.

### Πηγές εξάσκησης από τη διαδικτυακή πύλη του School Safety Net

- [Feeling Lonely](#) (Ελλάδα)  
Ένα βίντεο σε απλές εικόνες, πώς οι μετανάστες δεν αποτελούν κίνδυνο και έχουν τα δικά τους προβλήματα.
- [Programme for peer training and against discriminations and prejudices](#)  
(Βέλγιο)  
Οι συμμετέχοντες καλούνται να μοιραστούν τις εμπειρίες και τις απόψεις τους, να ακούν ενεργητικά, να μαθαίνουν με ένα τρόπο συναισθηματικό και διανοητικό, να αναπτύξουν πλάνα δράσεων ώστε να αναλαμβάνουν τις δικές τους ευθύνες ώστε να μπορούν να αντιμετωπίζουν προκαταλήψεις και διακρίσεις στην κοινωνία.

### Ιστοσελίδες

- [Centre for Equal Opportunities and Opposition to Racism](#)  
(Βέλγιο)