

“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5

Καλώς ήλθατε στο Μουσικό Πρόγραμμα “Το Σώμα Μου, Μου Ανήκει”.
Είναι ένα από τα πιο επιτυχημένα μουσικά προγράμματα στον κόσμο, προσφέρει γνώσεις, τραγούδια, μουσικά ταξίδια και δημιουργικές ιδέες, γύρω από θέμα της «ασφάλεια του σώματος». Πάντοτε θέτοντας έναν χαρούμενο και θετικό τόνο εκπαιδεύει μεγάλους και μικρούς για οποιοδήποτε σενάριο.



***** Πριν παρουσιάσετε αυτό το πρόγραμμα στο σχολείο σας, μιλήστε με τους υφιστάμενους του σχολείου σας για τις διαδικασίες που πρέπει να ακολουθήσει κάποιος εάν ένας μαθητής, συνάδελφος ή γονιός σας αναφέρει κάποιο περιστατικό που αφορά την κακοποίηση παιδιών. Πρέπει να γνωρίζεται σε ποιον πρέπει να αποταθείτε σε κάθε σενάριο *****

**Ανατρέξτε στις ενδείξεις κατάχρησης .pdf για περισσότερες πληροφορίες.
Επίσης, σας παρακαλώ να διαβάσετε το .pdf με τίτλο “Σημάδια Κακοποίησης”.**

“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5

Η σκληρή πραγματικότητα της παιδικής κακοποίησης για το θιγόμενο παιδί αλλά και για την κοινωνία ολόκληρη, έχει μεγάλες συνέπειες. Μέσα από την εκπαίδευση και την μουσική παιδεία μπορούμε να δώσουμε τα εφόδια στα παιδιά ούτως ώστε να προστατευτούν και να αποφευχθούν αυτές οι άσχημες καταστάσεις.

Εάν ένα παιδί βρίσκεται ήδη σε μια δύσκολη κατάσταση, αυτό το πρόγραμμα θα του δώσει τις βάσεις, την δύναμη και τις γνώσεις του τι πρέπει να κάνει και σε ποιον να απευθυνθεί, ούτως ώστε να μπορέσει να ζητήσει κάποια βοήθεια και να επιλυθεί το πρόβλημα του/της. Καθώς και τρόπους με τους οποίους μπορεί να προστατευθεί και να λυτρωθεί.

Όσο πιο νωρίς μπορέσουμε να διδάξουμε στα παιδιά το θέμα της «Ασφάλειας του Σώματος» τόσο το καλύτερο. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα έχει παρουσιαστεί σε παιδιά όλων των ηλικιών, από 3 ετών μέχρι εφήβους, και έχει παρουσιαστεί σε πάνω από 500.000 παιδιά ανά το παγκόσμιο, με μεγάλη επιτυχία.

Η ομορφιά του προγράμματος «Το Σώμα Μου, Μου Ανήκει», είναι ότι μπορεί να διδαχθεί από οποιονδήποτε. Κοινωνικοί λειτουργοί, δάσκαλοι, πάροχοι παιδικής μέριμνας, γονείς, πάροχοι προγραμμάτων μετά το σχολείο, διοργανωτές αθλητικών συλλόγων κλπ. Είναι απλό, αξέχαστο και βοηθά πολύ στο να ανοίγει τα κανάλια επικοινωνίας με τα παιδιά, σχετικά με το θέμα της κακοποίησης.

«Πώς προσεγγίζεις τα μικρά παιδιά σχετικά με το θέμα της κακοποίησης παιδιών;»

Οι περισσότεροι ενήλικες δεν θέλουν να μιλήσουν για το θέμα της κακοποίησης και η σκέψη να προσπαθήσουν να προσεγγίσουν τα μικρά παιδιά με θετικό τρόπο μπορεί να είναι μια τρομακτική προοπτική. Τα διασκεδαστικά τραγούδια σε αυτό το πρόγραμμα επιτρέπουν στους ανθρώπους να αλληλεπιδρούν με τα παιδιά με απλό και θετικό τρόπο.

Γιατί μουσική;

Τα τραγούδια είναι ένας υπέροχος τρόπος για τα παιδιά να θυμούνται σημαντικά μηνύματα που διδάσκονται καθώς είναι διαδραστικά. Είμαι σίγουρη πως όλοι όσοι διαβάζεται αυτό το έγγραφο, θυμάστε όλοι τα τραγούδια που διδαχτήκατε ως παιδί. Αυτά τα τραγούδια και τα μηνύματα τους, θα συνοδεύουν τα παιδιά και θα τους δώσουν καλές βάσεις και προστασία για τα πιθανόν μελλοντικά μαθήματα της ζωής τους.

Μια μελέτη που περιελάμβανε παιδιά, που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό “Music Therapy”, έδειξε ότι η μουσική και η εκμάθηση νέων τραγουδιών σχετίζονται με μια πιο θετική ιδέα του εαυτού και την ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, βοηθώντας έτσι τα παιδιά να αισθάνονται καλύτερα για τον εαυτό τους.



“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5

Κατά την παρουσίαση αυτού του προγράμματος σε σχολείο ή σε άλλο οργανισμό ΠΑΡΑΚΑΛΩ ΣΙΓΟΥΡΕΥΤΕΙΤΕ πως:

Να γνωρίζετε τις διαδικασίες εάν ένα παιδί σας αναφέρει περιστατικά κακοποίησης που έχει υποστεί. Να γνωρίζετε σε ποιους μπορείτε να απευθυνθείτε και να παραπέμψετε το παιδί ή την οικογένειά του, στους κατάλληλους επαγγελματίες ή κι οργανισμούς.

Να μάθετε ποιοι σύνδεσμοι είναι διαθέσιμοι για να βοηθήσουν με τυχόν προβλήματα που θα βρείτε μπροστά σας.

Να διαβάστε την ενότητα μας για το πώς να απαντήσετε εάν ένα παιδί σας αποκαλύψει την κακοποίηση που έχει υποστεί.

Τι πρέπει να παρουσιάσετε:

Ως γονέας - χρειάζεστε πρόσβαση στο Διαδίκτυο και σε υπολογιστή, tablet ή τηλέφωνο

Ως δάσκαλος - εάν έχετε πρόσβαση σε φορητό υπολογιστή, σας προτείνω να παρουσιάσετε το πρόγραμμα σε μικρές ομάδες παιδιών, ώστε όλοι να μπορούν να ακούσουν το μήνυμα και τα τραγούδια

Ως δάσκαλος - Εάν έχετε πρόσβαση σε προβολέα και σύστημα ήχου, μπορείτε να παρουσιάσετε το πρόγραμμα σε μια αίθουσα γεμάτη παιδιά.

Βεβαιωθείτε ότι, άσχετος με τον αριθμό των παιδιών που βρίσκονται στην τάξη/ομάδα σας, τα τραγούδια θα διδαχτούν με διασκεδαστικό τρόπο και πως όλα τα παιδιά θα συμμετέχουν με χαρά. Μετά την παρουσίαση του προγράμματος, να αφήσετε αρκετό χρόνο για να συζητήσετε τα θέματα των τραγουδιών, να κάντε τις δραστηριότητες και αφήστε τα παιδιά να κάνουν ερωτήσεις. Είναι σημαντικό να αισθάνονται άνετα με το αντικείμενο και να τελειώσει το μάθημα με μία ωραία συζήτηση.

Εάν ένα παιδί, σας αποκαλύψει πληροφορίες:

Παραμείνετε ήρεμοι και μην αναγκάσετε το παιδί να δώσει πληροφορίες.

Παρηγορήστε το παιδί και ευχαριστείτε το που ανοίχτηκε σε εσάς και μοιράστηκε τα βιώματά του μαζί σας. Στη συνέχεια, ενημερώστε το για τις σχετικές υπηρεσίες προστασίας παιδιών και τους τρόπους με τους οποίους μπορείτε να βοηθήσετε για να επιλυθεί το πρόβλημα.

Να θυμάστε πως, ένα παιδί μπορεί να αποκαλύψει μόνο ένα μικρό μέρος πραγματικότητας του κάθε φορά έως ότου δει την αντίδρασή σας. Εάν είστε ήρεμοι και του δείχνετε κατανόηση και υποστήριξη και πιθανόν είναι να συνεχίσει να ανοίγεται και να εκμυστηρεύεται σε εσάς τον πόνο του/της.



“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5

“Η αγάπη, είναι τρυφερή” Σκοπός του τραγουδιού:

Σκοπός αυτού του τραγουδιού είναι να διδάξετε στα παιδιά πως η αγάπη είναι τρυφερή, απαλή, και μέσα από την αγάπη δείχνουμε το ενδιαφέρον μας, μοιραζόμαστε με αυτούς που εμπιστευόμαστε ένα από τα πιο όμορφα συναισθήματα του κόσμου.

Τα παιδιά πρέπει να καταλάβουν ότι όποιο και αν είναι το οικογενειακό τους περιβάλλον, όποια καταγωγή κι αν έχουν έχουν, η αγάπη είναι πάντα ίδια τρυφερή, απαλή και μας κάνει να νιώσουμε όμορφα.



Τα παιδιά πρέπει να καταλάβουν ότι όποιο και αν είναι το οικογενειακό τους περιβάλλον, όποια καταγωγή κι αν έχουν έχουν, η αγάπη είναι πάντα ίδια τρυφερή, απαλή και μας κάνει να νιώσουμε όμορφα.



Πρέπει να προσφέρουμε αγάπη και τρυφερότητα στα παιδιά.

Πρέπει να έχουν φαγητό να τρώνε.

Πρέπει να έχουν καθαρά ρούχα. Πρέπει να τα προστατεύουν και να τα φροντίζουν.

Πρέπει να έχουν πρόσβαση σε καθαρό νερό, να πλένονται και να έχουν καλή στοματική υγεία.

Πρέπει να έχουν καθαρά κλεμμένα και χτενισμένα μαλλιά.

Κάποιος πρέπει να είναι εκεί να τους βοηθάει με τυχόν προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίζουν.

Κάποιος πρέπει να τους δίνει σημασία.

Κάποιος πρέπει να τους διαβάζει.

Κάποιος πρέπει να τους κάνει ευτυχισμένους όταν είναι λυπημένοι.

Πρέπει να έχουν επαρκή ιατρική περίθαλψη.



Είναι σημαντικό να γνωρίζετε πως οι ενήλικες πρέπει να σας προσέχουν και να σας βοηθούν να μεγαλώνετε σένα χαρούμενο υγιές περιβάλλον.



Είναι καλή ιδέα να μιλήσετε στα παιδιά για τα πιο πάνω θέματα. Εάν τα ίδια, οι φίλοι ή οι συμμαθητές τους νιώθουν πως μία ή περισσότερες από τα πιο πάνω παραδείγματα είναι ανεπαρκές, παροτρύνετε τα να μιλήσουνε στον ενήλικα που εμπιστεύονται και να ζητήσουν την βοήθεια του/της. Συνήθως τα παιδιά νιώθουν πιο άνετα να μιλάνε σε άλλα παιδιά της ίδιας ηλικίας, άρα αν ένας φίλος ή συμμαθητής τους τους μιλήσει για την οποιαδήποτε μορφή βίας, κακοποίηση ή παραμέληση που βιώνει, παροτρύνετε τους να βρουν το θάρρος και την δύναμη, να πάνε αυτοί σε έναν ενήλικα που εμπιστεύονται και να ζητήσουν βοήθεια.

“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5

Μπορείτε να μάθετε πάρα πολλά πράγματα από ένα παιδί, φτάνει να δημιουργήσετε ένα ασφαλές κλίμα στο οποίο να νιώθει ότι μπορεί να ανοιχτεί και να μιλήσει ελεύθερα. Όταν αυτό το κλίμα έχει δημιουργηθεί το παιδί θα νιώσει άνετα να μιλήσει για οποιοδήποτε πρόβλημα, φόβο και ανασφάλεια που βιώνει, ανεξάρτητους του πόσο μεγάλο ή μικρό είναι.

Παραμέληση:

Η παραμέληση των παιδιών είναι η πιο συνηθισμένη μορφή παιδικής βίας. Είναι περίπλοκη και πολλές φορές τα παιδιά μπορεί να μην γνωρίζουν καν πως βιώνουν κάτι αρνητικό. Υπάρχουν χιλιάδες παιδιά που υποφέρουν από την παραμέληση είτε από τους γονιούς τους, κηδεμόνες ή οποιαδήποτε άλλη κυβερνητική υπηρεσία που μπορεί να έχει την επίβλεψή τους.

Πιο κάτω είναι κάποια ενδεικτικά σημεία τα οποία πρέπει να έχετε υπόψη:



Εάν τα παιδιά δεν είναι ταϊσμένα και έρθουν στο σχολείο πεινασμένα μπορεί να ζητιανέψουν ή να κλέβουν φαγητό. Η έλλειψη φαγητού θα τους κάνει πολύ κουρασμένους και ληθαργικούς.



Εάν τα παιδιά δεν είναι ντυμένα ανάλογα με την εποχή π.χ. φοράνε μακρυμάνικα ρούχα σε ζεστό καιρό, ίσως προσπαθούν να καλύψουν πιθανόν μώλωπες ή χτυπήματα που έχουν υποστεί. Μπορεί επίσης να έχουν λερωμένα μαλλιά και να μυρίζουν.



Κάποια παιδιά μπορεί να ζουν σε ένα πολύ επικίνδυνο περιβάλλον. Π.χ. Να ζουν σε ένα σπίτι το οποίο υπάρχουν αλκοολούχα ποτά, ναρκωτικά και βία (σωματική, ψυχική, πνευματική κλπ.).



Κάποια παιδιά μπορεί να ΜΗΝ έχουν πρόσβαση σε ιατροφαρμακευτική βοήθεια. Να ΜΗΝ έχουν τακτικές επισκέψεις στον οδοντίατρο και στη χειρότερη περίπτωση να μην τα παίρνουν καν στον γιατρό όταν έχουν χτυπήσει ή έχει γίνει κάτι σοβαρό.



Κάποια παιδιά μπορεί να απουσιάζουν συχνά από το σχολείο και να επιδεικνύουν προκλητική συμπεριφορά απέναντί σας ή στους συμμαθητές τους. Επίσης τα παιδιά μπορεί να επιδεικνύουν χαμηλά επίπεδα αυτοπεποίθησης.

Μιλώντας για «Παραμέληση»

Η παραμέληση είναι μία από τις πιο συνηθισμένες μορφές βίας εναντίον παιδιών ανά το παγκόσμιο.

Μπορεί να έχει μακροχρόνιες επιπτώσεις, όπως ψυχικά προβλήματα, κακή σωματική, συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη, προβλήματα στην συμπεριφορά και χαρακτήρα του παιδιού (χαμηλή αυτοεκτίμηση).

Πρέπει να υποστηρίξουμε τους γονείς, που δεν διαθέτουν τις απαραίτητες γνώσεις ή δεξιότητες, να παρέχουν ένα ασφαλές και στοργικό σπίτι για τα παιδιά τους.

“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5

Chanson 4

“Η αγάπη, είναι τρυφερή”



Ελληνικοί Στοιχοί: Ευτυχία Γαβριήλ
Τί'ναι η αγάπη; τι πάει θα πει;
Έλα μαζί μας και θα δεις
Τόσες όμορφες και τρυφερές στιγμές
Που δείχνουν αγάπη

Να διαβάσουμε ιστορίες
Να παίζουμε μπάλα στην αυλή μαζί;
Να με μάθεις ποδήλατο κ να με κρατάς, μη πέσω.

Υπάρχουν τόσα πράγματα να κάνουμε
Υπάρχουν τρόποι που δείχνουμε πως σε νοιάζομαι
Υπάρχουν τόσοι τρόποι να λέμε τις λέξεις Σ'αγαπώ
Αν έχεις λίγο χρόνο, θα ήθελα να μοιραστώ

Πως η αγάπη; ειν' τρυφερή
Έλα μαζί μας και θα δεις
Πόσα όμορφα πράγματα κάνουμε μαζί.

Αγγλικοί Στοιχοί: Chrissy Sykes
Μουσική: Chrissy Sykes

Ελληνικοί Στοιχοί: Ευτυχία Γαβριήλ

www.mybodyismybody.com



“Η αγάπη, είναι τρυφερή”

Εγχειρίδιο: Τραγούδι 5



Website: www.mybodyismybody.com



Twitter @MBIMB1



Facebook @Mybodyismybodyprogram



Linkedin @My Body Is My Body.



Instagram @mybodyismybodyprogramme



Youtube - My Body Is My Body.

My Body Is My Body



Αγγλικοί Στοιχοί: Chrissy Sykes

Μουσική: Chrissy Sykes

Ελληνικοί Στοιχοί: Ευτυχία Γαβριήλ

www.mybodyismybody.com

