



Μην τσιμπάς!

**Εκπαιδευτικό πρόγραμμα με στόχο την πρόληψη από τον
εθισμό στα τυχερά παιχνίδια**

Πρόγραμμα για μαθητές και μαθήτριες Γυμνασίου

Περιεχόμενα:

Πρόγραμμα για μαθητές και μαθήτριες Α' και Β' Γυμνασίου	3
ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	12
ΥΛΙΚΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ	25
Πρόγραμμα για μαθητές και μαθήτριες Γ' Γυμνασίου	43
ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	51
ΥΛΙΚΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ	62





Μην τσιμπάς!

**Εκπαιδευτικό πρόγραμμα με στόχο την πρόληψη από τον
εθισμό στα τυχερά παιχνίδια**

Πρόγραμμα για μαθητές και μαθήτριες Α' και Β' Γυμνασίου

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

- Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες τι είναι τα τυχερά παιχνίδια και τους πιθανούς κινδύνους που ελοχεύουν και να αποκτήσουν γνώση για την πιθανότητα να οδηγήσουν σε εθισμό
- Να καλλιεργήσουν την κριτική τους σκέψη, ώστε να αναγνωρίζουν *εκείνα* τα ηλεκτρονικά παιχνίδια που μπορεί να φαίνονται «αθώα» αλλά ενδέχεται να οδηγήσουν τον χρήστη στα τυχερά παιχνίδια
- Να κατανοήσουν το πότε μπορεί μια δραστηριότητα σχετική με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια να γίνει επικίνδυνη, ξεφεύγοντας από τον έλεγχό τους
- Να ενισχύσουν την αυτοπεποίθησή τους με τις νέες γνώσεις, ώστε να στέκονται κριτικά απέναντι στις προκλήσεις
- Να αναπτύξουν δεξιότητες περιορισμού της συμμετοχής και, συνεπώς
- αποφυγής του εθισμού
- Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα εθισμού, ώστε να καλλιεργηθεί μια κουλτούρα που θα συμβάλει στη μείωση ή/και εξάλειψη του φαινομένου
- Να ενημερωθούν για εναλλακτικούς τρόπους ψυχαγωγίας που δεν περιλαμβάνουν ρίσκο ή οικονομικές απώλειες

Σύνολο εκπαιδευτικού προγράμματος (ενδεικτικά): 4 Διδακτικές Ώρες

Διδακτική προσέγγιση: Στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Μην τσιμπάς!» ακολουθείται μια διδακτική προσέγγιση βασισμένη στις αρχές της βιωματικής και συνεργατικής μάθησης. Παράλληλα, αξιοποιούνται σύγχρονα ψηφιακά εργαλεία, ώστε να γίνει το μάθημα πιο ευχάριστο και πιο ελκυστικό στους/στις μαθητές/τριες. Ακολουθείται, τέλος, μια μαθητοκεντρική προσέγγιση, όπου πρωταγωνιστές στη μαθησιακή διαδικασία είναι οι ίδιοι/ίδιες οι μαθητές/τριες, οι οποίοι/ες διερευνούν, ανακαλύπτουν και μελετούν κριτικά τα θέματα, ενώ ο/η εκπαιδευτικός λειτουργεί διευκολυντικά και υποστηρικτικά.

Πιο συγκεκριμένα χρησιμοποιούνται:

1. Βιωματική Μάθηση:
 - ο Χρήση δραστηριοτήτων που επιτρέπουν στους/στις μαθητές/στις να αποκτήσουν εμπειρίες και να συνδέσουν τη γνώση με την καθημερινότητά τους. Για παράδειγμα, καλούνται να παρατηρήσουν διαφημίσεις για τυχερά παιχνίδια ή να μελετήσουν προσωπικές μαρτυρίες για τον εθισμό.
2. Συνεργατική Μάθηση:
 - ο Οι μαθητές/τριες χωρίζονται σε ομάδες, μελετούν διαφορετικές πληροφορίες (προσωπικές ιστορίες, συμπτώματα εθισμού) και ανταλλάσσουν απόψεις, για να καταλήξουν σε κοινές διαπιστώσεις.
3. Διερευνητική Μάθηση:

- ο Οι δραστηριότητες καταιγισμού ιδεών (brainstorming) και οι ερωτήσεις του/της εκπαιδευτικού ενθαρρύνουν τους/τις μαθητές/τριες να διατυπώσουν υποθέσεις, να εξερευνήσουν αιτίες και συνέπειες και να καταλήξουν σε συμπεράσματα.

4. Ενεργητική Συμμετοχή:

- ο Δίνεται έμφαση στη συμμετοχή των μαθητών/τριών μέσω δραστηριοτήτων όπως η συμπλήρωση φύλλων εργασίας, η διερεύνηση αιτιών εθισμού και η δημιουργία καμπάνιας ενημέρωσης.

5. Αναστοχασμός:

- ο Οι μαθητές/τριες καλούνται να συγκρίνουν τις δικές τους εμπειρίες με τα παραδείγματα που μελετούν, να εντοπίσουν ομοιότητες με προσωπικές καταστάσεις και να καταγράψουν τις παρατηρήσεις τους.

Η διδακτική αυτή προσέγγιση προάγει την ανάπτυξη κριτικής σκέψης, ενσυναίσθησης και υπεύθυνης στάσης απέναντι στον εθισμό και τα τυχερά παιχνίδια.

Σύνδεση με το Πρόγραμμα Σπουδών: Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Μην τσιμπάς!» συνδέεται με τους άξονες και τη φιλοσοφία των νέων Προγραμμάτων Σπουδών, ακολουθώντας τον βασικό προσανατολισμό τους για:

- καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής,
- ενθάρρυνση των μαθητών/τριών να ασχοληθούν με θέματα που αφορούν το παρόν και το μέλλον τους, τόσο ατομικά όσο και κοινωνικά,
- σύνδεση των γνωστικών αντικειμένων με την ευρύτερη ζωή των μαθητών/τριών, εξετάζοντας στοιχεία της σύγχρονης καθημερινής ζωής.

Όλες οι παραπάνω αρχές και προσανατολισμοί προσαρμόζονται κατάλληλα, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των μαθητών/τριών της συγκεκριμένης ηλικίας αλλά και τον τρόπο οργάνωσης της μαθησιακής εμπειρίας.

Για την Α' και Β' τάξη του Γυμνασίου, σύνδεση μπορεί να γίνει με τα ακόλουθα μαθήματα:

1. Νεοελληνική Γλώσσα

Οι δραστηριότητες ανάλυσης προσωπικών μαρτυριών και συμμετοχής σε συζητήσεις συμβάλλουν:

- Στην ανάπτυξη προφορικού και γραπτού λόγου
- Στην κατανόηση και παραγωγή επιχειρημάτων σε πλαίσιο διαλόγου
- Στην καλλιέργεια κριτικής σκέψης απέναντι σε πληροφορίες που παρουσιάζονται από τα μέσα (όπως διαφημίσεις τυχερών παιχνιδιών)

2. Μαθηματικά

Το πρόγραμμα χρησιμοποιεί παιχνίδια με στοιχεία τυχαιότητας (π.χ., ζάρι και νομίσματα), γεγονός που συνδέεται με τη διδασκαλία των πιθανοτήτων. Οι μαθητές/τριες έρχονται σε επαφή με την έννοια της τύχης και της πιθανότητας, εξοικειώνονται με έννοιες όπως:

- Προβλεψιμότητα και αβεβαιότητα
- Σύνδεση της τύχης με τις πιθανότητες σε πραγματικά σενάρια

3. Τεχνολογία

Η χρήση ψηφιακών εργαλείων όπως εφαρμογές εννοιολογικών χαρτών (Cmap, Bubbl.us) συνδέεται με την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων.

4. Σύνδεση με τα προγράμματα Διαθεματικής Προσέγγισης, Εργαστηρίων Δεξιοτήτων και Αγωγής Υγείας

Το πρόγραμμα συνδυάζει πολλαπλά γνωστικά αντικείμενα (Κοινωνική Αγωγή, Νεοελληνική Γλώσσα, Μαθηματικά, Τεχνολογία) ενισχύοντας έτσι την ολιστική μάθηση. Οι θεματικές ενότητες συνδέονται και με το διδακτικό αντικείμενο των «Εργαστηρίων Δεξιοτήτων», ειδικά με την ενότητα «Ζω καλύτερα – Ευ ζην». Το πρόγραμμα

- Προωθεί την κατανόηση των κινδύνων του εθισμού
- Ενθαρρύνει τους/τις μαθητές/τριες να αναζητήσουν ισορροπημένους τρόπους διαχείρισης του ελεύθερου χρόνου τους
- Παρέχει ερεθίσματα για την ανάπτυξη δεξιοτήτων αυτορρύθμισης
- Ενημερώνει για λύσεις αντιμετώπισης προβλημάτων εθισμού

Διαφοροποιήσεις ανάλογα με τις ανάγκες του μαθητικού πληθυσμού: Το πρόγραμμα υποστηρίζει τη διαφοροποίηση μέσω ποικιλίας δραστηριοτήτων, ευέλικτων μορφών έκφρασης και ενσωμάτωσης διαφορετικών τρόπων μάθησης. Πιο συγκεκριμένα, το πρόγραμμα εμπεριέχει:

1. Δραστηριότητες πολλαπλών τύπων

Οι μαθητές/τριες συμμετέχουν σε καταιγισμούς ιδεών, μελέτες περιπτώσεων, συζητήσεις, παρακολούθηση βίντεο και στον σχεδιασμό και οργάνωση για τη δημιουργία καμπάνιας. Αυτή η ποικιλία καλύπτει μαθητές/τριες με διαφορετικούς

τρόπους μάθησης (οπτική, ακουστική, κινησιολογική προσέγγιση). Αυτή η ποικιλομορφία εξυπηρετεί διαφορετικούς τύπους μαθητών:

- Μαθητές που μαθαίνουν καλύτερα μέσω πράξης (κινησιολογική/βιωματική μάθηση)
- Μαθητές που προτιμούν τη λεκτική επικοινωνία (αφηγήσεις, συζητήσεις)
- Μαθητές με οπτικο-χωρική νοημοσύνη (εννοιολογικοί χάρτες)
- Μαθητές που αναπτύσσονται μέσω της συνεργασίας (ομαδικές εργασίες)

2. Εναλλακτικές Μορφές Έκφρασης και Παρουσίασης

Οι μαθητές/τριες έχουν την ευκαιρία να καταγράψουν τις παρατηρήσεις τους είτε προφορικά είτε γραπτά, σε όποια μορφή αυτοί/ες κρίνουν ότι τους είναι πιο πρακτική ή ενδιαφέρουσα. Η τελική καμπάνια επιτρέπει επιλογές μεταξύ έντυπου υλικού, ηλεκτρονικών αφισών ή πολυμεσικών αρχείων, δίνοντας χώρο στη δημιουργικότητα. Επίσης, η χρήση εφαρμογών (Cmap, Bubbl.us) για εννοιολογικούς χάρτες καλύπτει τις ανάγκες μαθητών/τριών που προτιμούν ψηφιακές μορφές παρουσίασης.

3. Ομαδική και Ατομική Εργασία

Το πρόγραμμα συνδυάζει ατομικές δραστηριότητες (παρατηρήσεις για διαφημίσεις) και ομαδικές (ανάλυση περιπτώσεων, καμπάνια). Αυτή η ισορροπία ενισχύει τόσο την ατομική πρωτοβουλία, όσο και τη συνεργατική μάθηση και δίνει χώρο στους/στις μαθητές/τριες να εκφραστούν ανάλογα με την προσωπικότητα, τον χαρακτήρα, τις ανάγκες και τις δυνατότητές τους.

4. Ανατροφοδότηση και αναστοχασμός

Οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να συγκρίνουν προσωπικές εμπειρίες με τα όσα παρουσιάζονται στο πρόγραμμα. Η αναστοχαστική δραστηριότητα μετά το βίντεο ενισχύει τη μεταγνώση.

5. Δυνατότητα Εξατομίκευσης Υλικού

Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να προσαρμόσουν το περιεχόμενο των ερωτήσεων και των παραδειγμάτων ανάλογα με τις ανάγκες και το προφίλ των μαθητών/τριών ή της σχολικής κοινότητας.

Αρχές και αξίες που προάγονται: Το πρόγραμμα προάγει αρχές και αξίες που σχετίζονται με την προσωπική ανάπτυξη, τη συνεργατική μάθηση και την υπεύθυνη κοινωνική συμπεριφορά. Ακολουθούν οι βασικότερες από αυτές:

1. Κοινωνική Υπευθυνότητα και Αλληλεγγύη

- Οι μαθητές/τριες μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τα προβλήματα που προκαλούνται από τον εθισμό και τον στοιχηματισμό τόσο σε ατομικό, όσο και σε κοινωνικό επίπεδο.

- Καλλιεργείται η ενσυναίσθηση και η αίσθηση ευθύνης απέναντι στον εαυτό τους και τους/τις συμμαθητές/τριές τους για την αποφυγή επιβλαβών συμπεριφορών

2. Κριτική Σκέψη και Συνειδητοποίηση Κινδύνων

- Οι δραστηριότητες προάγουν την ανάλυση, τη σύνθεση και την αξιολόγηση πληροφοριών.
- Οι μαθητές/τριες καλούνται να αξιολογήσουν τις συμπεριφορές απέναντι στα τυχερά παιχνίδια, να αναγνωρίσουν εθιστικές συμπεριφορές και να προτείνουν λύσεις.
- Οι δραστηριότητες που σχετίζονται με την αναγνώριση των αιτιών του εθισμού και των παραγόντων κινδύνου ενισχύουν την κριτική σκέψη.
- Η μελέτη περιπτώσεων και οι συζητήσεις οδηγούν σε συνειδητοποίηση των συνεπειών των εθιστικών συμπεριφορών.

3. Αυτορρύθμιση και Αυτογνωσία

- Καλλιεργείται η ικανότητά τους να αναγνωρίζουν προσωπικές παγίδες και να ελέγχουν τις επιθυμίες τους.
- Οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να αναγνωρίσουν τα όρια στις δραστηριότητές τους και να αναστοχαστούν για τη δική τους σχέση με τα παιχνίδια και την τεχνολογία.

4. Συνεργασία και Ομαδικότητα

Μέσω της ομαδικής εργασίας, οι μαθητές/τριες ανταλλάσσουν απόψεις και αναπτύσσουν δεξιότητες συνεργασίας. Οι συζητήσεις και η ανταλλαγή εμπειριών ενισχύουν την κατανόηση διαφορετικών προοπτικών.

5. Δημιουργικότητα και Καινοτομία

- Η καμπάνια ενημέρωσης δίνει τη δυνατότητα στους/στις μαθητές/τριες να εκφράσουν δημιουργικά τις ιδέες τους.
- Παρέχονται ευκαιρίες για την ανάπτυξη πολυμεσικών έργων και ψηφιακών δημιουργιών.

6. Ενσυναίσθηση και Σεβασμός στη Διαφορετικότητα

- Οι προσωπικές μαρτυρίες καλλιεργούν την ενσυναίσθηση
- Οι μαθητές/τριες καλούνται να αναγνωρίσουν και να κατανοήσουν τις συναισθηματικές και ψυχολογικές δυσκολίες που αντιμετωπίζουν άτομα με εθιστική συμπεριφορά

7. Υπευθυνότητα και Αντίληψη των Κινδύνων

- Το πρόγραμμα ενισχύει την κατανόηση του κινδύνου που ενέχουν οι εθιστικές συμπεριφορές, ειδικά όταν σχετίζονται με τα τυχερά παιχνίδια και τον στοιχηματισμό
- Οι μαθητές/τριες ενημερώνονται για τρόπους προστασίας και πρόληψης από εθισμούς

8. Αξία της Μάθησης μέσα από Διαδραστικές Δραστηριότητες

- Η χρήση διαδραστικών δραστηριοτήτων για την εκμάθηση εννοιών προάγει τη διαδικασία της μάθησης, ενισχύοντας ταυτόχρονα τη συναισθηματική σύνδεση με το αντικείμενο και την άμεση εμπλοκή των μαθητών/τριών.

Παιδαγωγική καταλληλότητα: Το πρόγραμμα είναι κατάλληλα σχεδιασμένο, ώστε να καλύπτει τις ανάγκες της ηλικιακής ομάδας στην οποία απευθύνεται. Πιο συγκεκριμένα, μέσω του προγράμματος επιχειρείται:

Συμμετοχική και Ενεργητική Μάθηση

Οι μαθητές/τριες δεν είναι παθητικοί δέκτες της γνώσης, αλλά εμπλέκονται ενεργά σε δραστηριότητες, με την παρακολούθηση και ανάλυση βίντεο, τη συμμετοχή τους σε συζητήσεις αξιολόγησης δεδομένων και τη διατύπωση και καταγραφή των απόψεών τους μέσω του καταιγισμού ιδεών.

Βιωματική Μάθηση

Το πρόγραμμα ενσωματώνει δραστηριότητες που επιτρέπουν μια βιωματική εμπλοκή με το θέμα που εξετάζεται, μέσω της μελέτης περιπτώσεων και της παρατήρησης διαφημίσεων που συναντούν στην καθημερινότητά τους. Με τον τρόπο αυτό επιτυγχάνεται σύνδεση της θεωρίας με την πραγματικότητα.

Ενίσχυση του διαλόγου και της συμμετοχικής διαδικασίας

Στο πρόγραμμα ενθαρρύνεται ο διάλογος μέσω ερωτήσεων και συζητήσεων για την προαγωγή της κριτικής σκέψης και της αυτοέκφρασης. Ακόμα, οι μαθητές/τριες καλούνται να δικαιολογήσουν τις απόψεις τους και να αναστοχαστούν σχετικά με τις επιλογές και τα συμπεράσματά τους.

Καλλιέργεια Κοινωνικών και Συναισθηματικών Δεξιοτήτων

Η κατανόηση και η αντιμετώπιση θεμάτων, όπως ο εθισμός και η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης στο θέμα των εξαρτήσεων ενισχύει τη συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών/τριών. Επίσης, οι μαθητές/τριες καλούνται να αναγνωρίσουν συναισθήματα και να διαχειριστούν προβλήματα στις δραστηριότητες του παιχνιδιού ρόλων. Η παρακολούθηση βίντεο με απορροφημένους παίκτες κινητοποιεί τον αναστοχασμό σχετικά με τη χρήση της τεχνολογίας.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Το πρόγραμμα επιτρέπει την εξατομίκευση και τη διαφοροποιημένη διδασκαλία με:

- Ποικιλία δραστηριοτήτων (ατομικές, ομαδικές)
- Δυνατότητα επιλογής τρόπου παρουσίασης αποτελεσμάτων
- Εξατομικευμένες αφηγήσεις και προσεγγίσεις

Γνωστικά και συναισθηματικά χαρακτηριστικά

Στο πρόγραμμα γίνεται χρήση εργαλείων που συνάδουν με τα χαρακτηριστικά της ηλικιακής ομάδας που απευθύνεται το πρόγραμμα και ανταποκρίνονται στις ανάγκες των μαθητών/τριών ενώ επιχειρείται η αντιμετώπιση ζητημάτων προσωπικής ευθύνης, συνεργασίας και κριτικής σκέψης, που αναπτύσσονται έντονα σε αυτή τη φάση.

Προσβασιμότητα: Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί, ώστε να διασφαλίζει τη συμμετοχή όλων των μαθητών/τριών, λαμβάνοντας υπόψη τις διαφορετικές μαθησιακές ανάγκες και δυνατότητές τους.

- Τα βίντεο του προγράμματος είναι σχεδιασμένα ώστε να περιλαμβάνουν προφορικό και γραπτό κείμενο
- Οι οδηγίες για την κάθε δραστηριότητα είναι απλές και σαφείς, διατυπωμένες σε κατανοητή γλώσσα
- Οι πληροφορίες διασπώνται σε μικρότερα, εύληπτα βήματα ανάλογα με το στάδιο του προγράμματος
- Παρέχεται η δυνατότητα διαφορετικών τρόπων συμμετοχής (προφορικά, γραπτά, ψηφιακά)
- Οι ομαδικές δραστηριότητες οργανώνονται με τρόπο που να δίνει ρόλο σε κάθε μαθητή/τρια, σύμφωνα με τις δυνατότητές του/της
- Χρησιμοποιούνται οπτικοί οργανωτές, όπως εννοιολογικοί χάρτες, για την καλύτερη κατανόηση σύνθετων εννοιών
- Οι οδηγίες των δραστηριοτήτων μπορούν να δίνονται τόσο προφορικά όσο και γραπτά στους/στις μαθητές/τριες, αν αυτό κρίνεται βοηθητικό από τον/την εκπαιδευτικό
- Προτείνεται προσαρμογή της διάταξης της αίθουσας, ώστε να μπορούν να παρακολουθήσουν το οπτικοακουστικό υλικό από τις θέσεις τους όλοι/όλες οι μαθητές/τριες. Επίσης, με τον τρόπο που να διευκολύνει τη συνεργατική μάθηση, όπου χρειάζεται.
- Χρησιμοποιούνται πλατφόρμες εννοιολογικών χαρτών, όπως το Coggle ή το Smart Tools και δίνεται η δυνατότητα χρήσης tablets ή υπολογιστών για τη συμμετοχή σε δραστηριότητες. Ωστόσο, οι δραστηριότητες είναι σχεδιασμένες, ώστε να μπορούν να υλοποιηθούν και με παραδοσιακά μέσα, αν η πρόσβαση στην τεχνολογία δεν είναι εύκολη ή αν οι ανάγκες της ομάδας είναι διαφορετικές

Πλαίσιο υλοποίησης: Εντός ωρολογίου προγράμματος

Κόστος: Καμία οικονομική επιβάρυνση

ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να διερευνηθούν οι προϋπάρχουσες γνώσεις των μαθητών/τριών σχετικά με την έννοια παιχνίδι και ειδικά με τα τυχερά παίγνια/παιχνίδια
- Να ενημερωθούν οι μαθητές/τριες για τα τυχερά παίγνια/παιχνίδια και τις συνέπειες που μπορεί να έχει η υπερβολική ενασχόληση με αυτά
- Να διατυπώσουν οι μαθητές/τριες τις απόψεις τους
- Να εκφράσουν τα συναισθήματά τους
- Να ασκήσουν την κριτική τους σκέψη
- Να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές/τριες στο θέμα του εθισμού στα τυχερά παιχνίδια
- Να διακρίνουν τα συμπτώματα εθισμού
- Να συνειδητοποιήσουν τις βλαβερές συνέπειες του εθισμού

ΥΛΙΚΑ:

- Λευκός ή Διαδραστικός πίνακας
- Εφαρμογές (π.χ. bubbl.us, Cmap κ.ά.) ή εναλλακτικά
- Χαρτί του μέτρου
- Μαρκαδόροι
- Βίντεο
- Υπολογιστής
- Μηχανισμός προβολής
- Έντυπο υλικό / Μελέτη περίπτωσης
- Φύλλο εργασίας

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Η δραστηριότητα ξεκινά με έναν καταιγισμό ιδεών/ιδεοθύελλα (brainstorming) με τη λέξη «παιχνίδια» στο κέντρο. Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά τους/τις μαθητές/τριες τι σκέφτονται ακούγοντας τη λέξη αυτή. Καταγράφει τις απόψεις τους, σχηματίζοντας έναν εννοιολογικό/νοητικό χάρτη (χάρτη ιδεών).

Αν οι μαθητές/τριες δεν αναφερθούν από μόνοι/ες τους, ο/η εκπαιδευτικός λειτουργώντας διευκολυντικά προσπαθεί να τους εκμαιεύσει λέξεις/έννοιες όπως: χαρά, παιχνίδι, φίλοι, ελεύθερος χρόνος κλπ.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός προσθέτει στο κέντρο, πάνω από τη λέξη «παιχνίδια» τη λέξη «τυχερά» και σχηματίζεται το «τυχερά παιχνίδια». Συνεχίζεται η συζήτηση με τους/τις μαθητές/τριες και καταγράφονται οι απόψεις τους με την προσθήκη της νέας λέξης.

2^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:



Οι μαθητές/τριες καλούνται να παρακολουθήσουν ένα σύντομο επεξηγηματικό βίντεο. Στο βίντεο παρουσιάζεται τι είναι τα τυχερά παιχνίδια, ποιες είναι οι κατηγορίες τους (χαρτιά, καζίνο, ηλεκτρονικά κτλ) και μια σύντομη αναφορά στο γεγονός ότι, πέρα από τη διασκέδαση, μπορεί η υπερβολική ενασχόληση με αυτού του είδους τα παιχνίδια να οδηγήσει σε εθιστικές συμπεριφορές. Στο κλείσιμο του βίντεο αναφέρεται το γεγονός ότι από τον νόμο απαγορεύεται η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια έως τα 18 ή 21 έτη.

3^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Μετά την προβολή του βίντεο, ο/η εκπαιδευτικός συνεχίζει εκκινώντας μία συζήτηση σχετικά την έννοια «τυχερό παίγνιο/παιχνίδι», σε μια προσπάθεια ανίχνευσης της προϋπάρχουσας γνώσης των μαθητών/τριών σχετικά με τα τυχερά παιχνίδια (ηλεκτρονικά και μη) και το αν αντιλαμβάνονται ότι στον πυρήνα κάθε τυχερού παιχνιδιού υπάρχει η έννοια του «ρίσκου», τι είναι αυτό και τι επιπτώσεις έχει εν γένει

Συνεχίζοντας ο/η εκπαιδευτικός προχωρά σε ενδεικτικές ερωτήσεις απευθυνόμενος/η προς τους/τις μαθητές/τριες, όπως εάν αναγνωρίζουν κάποιο από τα παιχνίδια που αναφέρονται στο βίντεο. Αν ναι, ποιο/ποια είναι αυτό/ά; Πού το/τα έχετε δει; Έχετε παίξει ποτέ ή έχει τύχει να δείτε άλλους/ες να παίζουν; Αν ναι, πού; (φυσικός χώρος, διαδίκτυο, μέσω ηλεκτρονικής συσκευής ανήλικου/ης ή ενήλικα;)

Στο σημείο αυτό και με αφορμή την τελευταία ερώτηση, ο/η εκπαιδευτικός σχολιάζει το σημείο του βίντεο που αναφέρεται στο όριο ηλικίας των παικτών και ρωτάει τους/τις μαθητές/τριες αν το γνώριζαν, με ερωτήσεις όπως: Στο βίντεο αναφέρθηκε πως ο νόμος ορίζει ότι δεν επιτρέπεται η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια σε νέους μικρότερους από 18 ή 21 ετών. Γνωρίζατε πως υπάρχει ηλικιακό όριο; Πώς το σχολιάζετε;

4^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Οι μαθητές/τριες χωρίζονται σε 2 ομάδες.

Ο/η εκπαιδευτικός δίνει στη μία ομάδα μια προσωπική ιστορία-μαρτυρία κάποιου που εθίστηκε στον τζόγο. Η άλλη ομάδα παίρνει μια λίστα με τα συμπτώματα που μπορεί να παρουσιάσει ένα εθισμένο άτομο. Οι ομάδες έχουν 5 λεπτά στη διάθεσή τους, για να μελετήσουν το υλικό τους.

Κατά τη διάρκεια της μελέτης ο/η εκπαιδευτικός διευκολύνει τους/τις μαθητές/τριες στην κατανόηση των κειμένων, αν και όπου αυτό χρειάζεται και τονίζει το γεγονός ότι δεν πρόκειται για μυθοπλασία αλλά για πραγματικά δεδομένα.

Μόλις ολοκληρωθεί το διάστημα μελέτης (5'), ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες για παρουσίαση της προσωπικής μαρτυρίας και των συμπτωμάτων εθισμού με τον εξής τρόπο: Όσο η πρώτη ομάδα διαβάσει την προσωπική μαρτυρία, η δεύτερη ομάδα καλείται να παρατηρήσει αν αυτά που περιγράφει το εν λόγω άτομο εμπεριέχονται στη λίστα «συμπτωμάτων» τους.

Οι δύο ομάδες ανταλλάσσουν πληροφορίες και απόψεις. Ο/η εκπαιδευτικός διευκολύνει τη συζήτηση και την κατευθύνει με τέτοιο τρόπο ώστε οι μαθητές/τριες να συνειδητοποιήσουν ποια είναι τα συμπτώματα του εθισμού.

5^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Ακολουθεί συζήτηση θέτοντας ο/η εκπαιδευτικός ερωτήσεις όπως: Πώς πιστεύετε ότι μπορεί κάποιος να οδηγηθεί στο να παίξει, έστω και μία φορά και γιατί; Πού μπορεί να συναντήσει κανείς τυχερά παιχνίδια στην καθημερινότητά του/της;

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες να παρατηρήσουν μέχρι την επόμενη συνάντηση, που θα γίνει την επόμενη ημέρα, πόσες διαφημίσεις αντίστοιχου περιεχομένου θα δουν στην τηλεόραση ή στο διαδίκτυο την ώρα που χαλαρώνουν, πόσα φυσικά καταστήματα ενασχόλησης με τυχερά παιχνίδια θα εντοπίσουν στη γειτονιά τους και να καταγράψουν τα αποτελέσματα της έρευνάς τους στο φύλλο εργασίας που θα τους δοθεί.

2^η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να προβληματιστούν και να κάνουν προβλέψεις σχετικά με την ενασχόληση ανηλίκων και ενηλίκων με τα τυχερά παιχνίδια, τον εθισμό σε αυτά, τις βλαβερές συνέπειες που έχει στην ανθρώπινη συμπεριφορά, καλλιεργώντας την κριτική τους σκέψη
- Να συνεισφέρουν σε συνεργατικές δραστηριότητες
- Να διακρίνουν και να κατηγοριοποιούν τους παράγοντες που μπορεί να οδηγήσουν ένα άτομο να εμπλακεί και να εθιστεί στα τυχερά παιχνίδια
- Να συνειδητοποιήσουν τη διαχρονικότητα του φαινομένου, εντοπίζοντας κοινά σημεία του παρόντος και του παρελθόντος, τη σύνδεσή του με την ιστορικότητα της κάθε εποχής, τις κοινωνικές ομάδες κ.ά.
- Να αναγνωρίζουν, να ερμηνεύουν και να ταυτίζονται με τα συναισθήματα των άλλων
- Να αντιλαμβάνονται τον ρόλο και τη σημασία της τέχνης στην αποτύπωση των ανθρώπινων στάσεων και συμπεριφορών
- Να κάνουν υποθέσεις
- Να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους

ΥΛΙΚΑ:

- Φύλλα εργασίας
- Λευκός ή Διαδραστικός Πίνακας
- Εφαρμογές
- Υπολογιστής, Μηχανισμός προβολής
- Εκπαιδευτικές κάρτες (flashcards)

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Με αφορμή την παρουσίαση των ευρημάτων από τις καταγραφές των μαθητών/τριών, ο/η εκπαιδευτικός εκκινεί συζήτηση μαζί τους απευθύνοντας ερωτήματα προβληματισμού, όπως: Τι παρατηρήσατε μέσω της διαδικασίας; Πόσο συχνή είναι η επαφή ενός ατόμου με τα τυχερά παιχνίδια; Πόσο εύκολη είναι η εμπλοκή του με αυτά; Τι πληροφόρηση/ενημέρωση μπορεί να λάβει κάποιος/α για τα τυχερά παιχνίδια και τις βλαβερές επιπτώσεις που μπορεί να έχει ο εθισμός σε αυτά; Ποια/ες πηγή/ές θεωρείτε ότι μπορεί να είναι πιο έγκυρη/ες και αξιόπιστη/ες και γιατί;

Γίνεται μια καταγραφή των απαντήσεων των μαθητών μέσω ενός rolling καταγράφωντας τις απόψεις τους σε κλειστού τύπου ερωτήσεις, όπως: Είναι συχνή η επαφή ενός ατόμου με τα τυχερά παιχνίδια; Είναι εύκολη η εμπλοκή του με αυτά; Μπορεί κάποιος να ενημερωθεί εύκολα για τις συνέπειες του παιχνιδιού του; Παρουσιάζονται τα αποτελέσματα σε ένα chart με τις απαντήσεις τους, οπτικοποιώντας το αποτέλεσμα και δίνοντας την ευκαιρία για περαιτέρω συζήτηση. Επίσης, το roll περιλαμβάνει ερώτηση πολλαπλής επιλογής σχετικά με τους λόγους που μπορεί να οδηγηθεί κάποιος στο να παίζει χωρίς έλεγχο, όπως: Για ποιους λόγους πιστεύετε ότι θα μπορούσε να οδηγηθεί

κάποιος/α στο να παίζει αλόγιστα τυχερά παιχνίδια, χωρίς να υπολογίζει τις συνέπειες; Οι απόψεις αποτυπώνονται σε γράφημα και οπτικοποιούνται.

2^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Στο πλαίσιο καταγραφής των απαντήσεων των μαθητών/τριών, ο/η εκπαιδευτικός ζητά σε δεύτερο χρόνο να κατηγοριοποιήσουν τους λόγους ενασχόλησης κάποιου με τα τυχερά παιχνίδια βάσει των τριών κατηγοριών παράγοντων: ψυχολογικοί, οικονομικοί, κοινωνικοί.

Παρουσιάζονται εκπαιδευτικές κάρτες (flashcards) που αναφέρονται στους λόγους που μπορεί να οδηγήσουν κάποιον από την απλή ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια, στον εθισμό.

Ο/Η εκπαιδευτικός κάνει μια σύγκριση/διαπίστωση εάν οι μαθητές/τριες έχουν βρει κάποιους από τους λόγους και ποιοι είναι αυτοί σε σχέση με τις εκπαιδευτικές κάρτες (flashcards).

3^η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να καλλιεργήσουν την κριτική τους σκέψη.
- Να αποκτήσουν εγρήγορση και ευαισθησία σε θέματα που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την ανθρώπινη συμπεριφορά και να έχει επιβλαβείς συνέπειες στο άτομο.
- Να αναγνωρίζουν τα χαρακτηριστικά ενός παιχνιδιού που οδηγεί στην ανάληψη ρίσκου από τον/την παίκτη/τρια και στην ανάπτυξη εθιστικής συμπεριφοράς
- Να περιγράφουν και να αποτυπώνουν τις απόψεις και τις εμπειρίες τους
- Να κάνουν υποθέσεις και να επιχειρούν να ερμηνεύσουν τα συναισθήματα των άλλων.
- Να προβληματιστούν επεξεργαζόμενοι/ες τη συγκεκριμένη περίπτωση, και να εντοπίσουν ομοιότητες και διαφορές με οικείες περιπτώσεις.
- Να ταυτιστούν συναισθηματικά.

ΥΛΙΚΑ:

- Οπτικοακουστικό υλικό με αποσπάσματα από δημοφιλείς κινηματογραφικές ταινίες και τηλεοπτικές σειρές, υπολογιστής, βιντεοπροβολέας (projector), φύλλο παρατήρησης.

Προτάσεις υλικού (ενδεικτικά):

Η Χαρτοπαίκτηρα (ελληνική ταινία, 1965), The Simpsons (αμερικάνικη σειρά, 1989-)

- Προβολή εικόνων, διαδραστικός ή λευκός πίνακας, εκπαιδευτικές κάρτες, βίντεο.

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες να παρακολουθήσουν όλοι/ες μαζί μερικά αποσπάσματα από κινηματογραφικές ταινίες και τηλεοπτικές σειρές που δείχνουν τους/τις πρωταγωνιστές/στριες να παίζουν τυχερά παιχνίδια.

Μπορεί κάποιες από αυτές να τους είναι γνωστές. Πώς βλέπουν όμως τα αποσπάσματα αυτά, δεδομένου ότι τώρα γνωρίζουν περισσότερα σχετικά με τα τυχερά παιχνίδια και τις συνέπειες που μπορεί να έχει η υπερβολική ενασχόληση με αυτά;

Οι μαθητές/τριες ενώ παρακολουθούν τα αποσπάσματα, έχουν μπροστά τους και ένα φύλλο παρατήρησης, στο οποίο σημειώνουν δίπλα από κάθε απόσπασμα, μια σκέψη / λέξη / συναίσθημα που τους προκαλεί.

Στο τέλος ο/η εκπαιδευτικός μαζί με τους/τις μαθητές/τριες σχολιάζουν στην ολομέλεια τα αποσπάσματα που παρακολούθησαν. Προαιρετικά οι μαθητές/τριες λαμβάνουν τον λόγο εκ περιτροπής και ανακοινώνουν στην ολομέλεια τις σκέψεις ή τα συναισθήματά τους για όσα παρακολούθησαν.

2η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Παρουσιάζονται στους/στις μαθητές/τριες εικόνες από δημοφιλή παιχνίδια που δεν ανήκουν όμως στα τυχερά παιχνίδια όπως το «Bubbles shooter», το «Κάν'το όπως ο Σεφ», «Το αγρόκτημα», κτλ.

Κοινό στοιχείο όλων των παιχνιδιών που παρουσιάζονται είναι ότι καλούν τον/την παίκτη/τρια να λάβει «αθώα» ρίσκα και μέσω της διαδικασίας του παιχνιδιού οδηγούνται σε εθιστικές συμπεριφορές.

Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά τους/τις μαθητές αν γνωρίζουν κάποιο από αυτά, αν έχει τύχει να παίξουν ποτέ κάποιο/α από αυτά, αν μπορούν να περιγράψουν το περιεχόμενο και τους κανόνες του παιχνιδιού, εστιάζοντας στα στάδια/επίπεδα του παιχνιδιού, στη συλλογή βαθμών και προνομίων, στην αναβάθμιση της θέσης του/της παίκτη/τριας, αν έχει τύχει να ακολουθήσουν τη ροή που τους υποδεικνύει το παιχνίδι (π.χ. αν επανέλθουν εντός 24 ωρών θα ανοίξουν νέες πίστες αλλιώς χάνουν τη βαθμολογία τους) και αν ναι, πόσο συχνά συνέβη αυτό; Τι συναισθήματα τους προκάλεσε η εμπλοκή τους σε αυτό; Οι απαντήσεις των μαθητών/τριών μπορούν να καταγραφούν στον πίνακα και με τη βοήθεια ψηφιακών εφαρμογών αυτές να οπτικοποιηθούν σε στατιστικά στοιχεία (π.χ. charts). Επίσης, ο/η εκπαιδευτικός για να διευκολύνει τη διαδικασία μπορεί να παρουσιάσει τις ερωτήσεις και με τη μορφή πολλαπλών επιλογών π.χ. άγχος, ενθουσιασμό, κτλ).

Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά τους/τις μαθητές αν παρατηρούν κάποια χαρακτηριστικά ή συναισθήματα που έχουν συναντήσει σε όσα έχουν προαναφέρει και δηλώνουν εθισμό. Πραγματοποιείται συζήτηση στην ολομέλεια.

Ο/Η εκπαιδευτικός τονίζει ότι κάποια παιχνίδια που δεν εντάσσονται στα τυχερά παιχνίδια, όπως τα παραπάνω, είναι πιθανό να καλλιεργούν εθιστικές συμπεριφορές και μπορεί να οδηγήσουν στο μέλλον πιο εύκολα τον χρήστη στην ανάληψη υψηλού ρίσκου, σε καταστάσεις εκτός ελέγχου και σε συμπεριφορές με αρνητικές συνέπειες.

Οι μαθητές/τριες παρακολουθούν ένα ολιγόλεπτο βίντεο που δείχνει έναν μαθητή που επιστρέφει στο σπίτι μετά το σχολείο, απορροφάται από την ενασχόλησή του με ένα κινητό τηλέφωνο και απέχει από όλες τις υπόλοιπες συζητήσεις και δραστηριότητες του σπιτιού. Ύστερα από μια έντονη λογομαχία με τους γονείς του, οι οποίοι τον καλούν να αφήσει το κινητό, εκείνοι καταλήγουν να του το πάρουν από τα χέρια, για να τον αναγκάσουν να σταματήσει να ασχολείται με αυτό. Ο μαθητής πηγαίνει στο δωμάτιό του νευριασμένος, προσπαθεί να συγκεντρωθεί στο να κάνει τα μαθήματα του σχολείου του αλλά δεν τα καταφέρνει και αδυνατεί να βρει ενδιαφέρον σε οτιδήποτε άλλο μπορεί να αποτελέσει εναλλακτική επιλογή από το κινητό και τα παιχνίδια που μπορεί να παίξει με αυτό.

Ο/Η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να παρατηρήσουν και να σκεφτούν τις δικές τους κινήσεις μέσα στο επόμενο 24ωρο, αναλογιζόμενοι/ες

εάν υπάρχουν ομοιότητες και διαφορές με τα πρόσωπα και την κατάσταση που προβάλλεται στο βίντεο.

4η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να επιδείξουν ενδιαφέρον και να αναζητήσουν θετικούς τρόπους για να αλλάξουν τις αρνητικές συνέπειες.
- Να αλληλεπιδράσουν με τους/τις συμμαθητές/τριες τους.
- Να αποτελέσουν θετικά παραδείγματα για τους/τις συνομηλίκους/συνομήλικές τους, επιδεικνύοντας ορθή συμπεριφορά και στάση απέναντι σε τέτοιου είδους παιχνίδια.
- Να συνεργαστούν με τους/τις συμμαθητές/τριές τους και να επικοινωνήσουν τα όσα έμαθαν σε μια προσπάθεια να ενημερώσουν τη σχολική κοινότητα.

ΥΛΙΚΑ:

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Ο/Η εκπαιδευτικός συζητά με τους/τις μαθητές/τριες τι παρατήρησαν μέσα σε αυτό το 24ωρο σε σχέση με τη δική τους συμπεριφορά. Υπάρχουν ομοιότητες με τα πρόσωπα που εμφανίζονται στο βίντεο; Τι παιχνίδι/α μπορεί να παίζει ο ήρωας; Ποια είναι τα πιο δημοφιλή; Παρακολουθώντας μια κατάσταση, την οποία ενδεχομένως βιώνουν και οι ίδιοι/ες, ποιες σκέψεις τους δημιουργούνται και ποια συναισθήματα; Μήπως και αυτή η συμπεριφορά έχει χαρακτηριστικά εθισμού;

2^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Σε συνέχεια της συζήτησης και με αφορμή τα όσα αντιμετώπισε ο ήρωας του βίντεο αλλά και όσα ενδεχομένως παρατήρησαν στους εαυτούς τους, ο/η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να σκεφτούν εναλλακτικούς τρόπους αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου.

Ο/Η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/τριες σε δύο ομάδες. Η μία ομάδα αναλαμβάνει να προτείνει στον ήρωα εναλλακτικές που δεν περιλαμβάνουν καθόλου τη χρήση κινητού τηλεφώνου ή ηλεκτρονικού υπολογιστή. Η άλλη ομάδα μπορεί να αξιοποιήσει και κινητό/υπολογιστή αλλά όχι αποκλειστικά. Αντίστοιχα, η κάθε ομάδα καλείται να καταγράψει και τα συναισθήματα που πιστεύει ότι θα είχε ο ήρωας ακολουθώντας τις προτάσεις τους.

Οι μαθητές/τριες έχουν 10 λεπτά στη διάθεσή τους να σκεφτούν και να καταγράψουν τις ιδέες τους.

Οι ομάδες παρουσιάζουν τις προτάσεις τους στην ολομέλεια.

Με αφορμή τις εναλλακτικές δραστηριότητες που παρουσιάζουν οι μαθητές/τριες και τα συναισθήματα που προκύπτουν από αυτές, ο/η εκπαιδευτικός εξηγεί πως το πρόβλημα δεν εντοπίζεται στο ίδιο το παιχνίδι ούτε στη χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών/κινητών αλλά στο γεγονός της πιθανής αδυναμίας διαχείρισής τους όταν υπερβαίνουν τα όρια. Και τα «όρια»

ορίζονται από την εμφάνιση συμπεριφορών εθισμού, όπως αυτές που προαναφέρθηκαν.

Στο σημείο αυτό, ο/η εκπαιδευτικός αναφέρεται στους τρόπους αντιμετώπισης συμπτωμάτων εθισμού και στα Κέντρα Ψυχολογικής Απεξάρτησης του ΕΟΠΑΕ, στα οποία υπάρχει ειδικό τμήμα υποστήριξης για τον εθισμό στα τυχερά παιχνίδια. Επίσης, ο/η εκπαιδευτικός παρακινεί τους/τις μαθητές/τριες, σε περίπτωση που παρατηρήσουν κάποια προβληματική συμπεριφορά στους ίδιους ή σε φίλους τους, να το σκεφτούν και να ζητήσουν βοήθεια απευθυνόμενοι/ες στον εκπαιδευτικό, τον γονέα τους ή άλλον ενήλικα από το περιβάλλον τους. Επαναλαμβάνεται πως το όριο ηλικίας δεν επιτρέπει την ενασχόληση ανήλικων με τέτοιες δραστηριότητες αλλά εάν κάποιος το έχει ανάγκη, υπάρχει το απαραίτητο πλαίσιο υποστήριξης για να βοηθηθεί.

3^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Καμπάνια ενημέρωσης της υπόλοιπης σχολικής κοινότητας

Με βάση όσα έχουν ειπωθεί στις συναντήσεις, ο/η εκπαιδευτικός ζητάει από τους/τις μαθητές/τριες να δημιουργήσουν μια καμπάνια ενημέρωσης, μέσα από την οποία θα ενημερώνουν την υπόλοιπη σχολική κοινότητα για τα τυχερά παιχνίδια και τους κινδύνους τους, για τα συμπτώματα εθισμού, τους φορείς απεύθυνσης αλλά και την ανάγκη να διατηρηθεί η αξία της διασκέδασης, μειώνοντας όμως την πιθανότητα εμφάνισης ανεπιθύμητων συμπεριφορών.

Η καμπάνια μπορεί να περιλαμβάνει δράσεις όπως: έντυπο υλικό, ηλεκτρονικά αρχεία, κ.ά.

Παραδείγματα:

Έντυπο υλικό: αφίσες, ενημερωτικά φυλλάδια

Ηλεκτρονικά αρχεία: αφίσα για το site του σχολείου, δημιουργία ενημερωτικού βίντεο και ανάρτησή του στο site του σχολείου.

ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗ:

Εκπαιδευτικοί:

Φόρμα αξιολόγησης του προγράμματος από τους/τις εκπαιδευτικούς που περιλαμβάνει ερωτήσεις κλειστού τύπου και πολλαπλής επιλογής, όπως:

-Ποια είναι, κατά τη γνώμη σας, τα θετικά σημεία του προγράμματος; Α. Το αντικείμενο που εξετάζεται, Β. Το υλικό, Γ. Η διάδραση και η ενεργός συμμετοχή
-Κατά τη γνώμη σας σε ποια σημεία του προγράμματος εντοπίζετε αδυναμίες που χρήζουν βελτιώσεων;

Α. Στο αντικείμενο που εξετάζεται, Β. Στο υλικό, Γ. Στον βαθμό διάδρασης και ενεργού συμμετοχής των μαθητών/τριών;

-Ποια δραστηριότητα πιστεύετε πως κέντρισε περισσότερο το ενδιαφέρον των μαθητών/τριών;

Α. Τα εκπαιδευτικά βίντεο, Β. Η μελέτη περιπτώσεων, Γ. Η αποτύπωση των παρατηρήσεων τους για τις διαφημίσεις και τα φυσικά καταστήματα, Δ. Το παιχνίδι ρόλων, Ε. Ο συσχετισμός με τα μη τυχερά παιχνίδια, Στ. Η αναζήτηση εναλλακτικών ασχολιών για τον ήρωα του βίντεο, Ζ. Η καμπάνια ενημέρωσης

-Τι πιστεύετε πως αποκόμισαν οι μαθητές/τριες από το πρόγραμμα;

Α. Ήρθαν σε επαφή με το ρίσκο που εμπεριέχουν τα τυχερά παιχνίδια, Β. Έλαβαν ερεθίσματα ώστε να υιοθετήσουν κριτική στάση απέναντι στο θέμα, Γ. Αναζήτησαν θετικούς τρόπους να αλλάξουν αρνητικές συνήθειες, Δ. Αναγνώρισαν χαρακτηριστικές συμπεριφορές εθισμού

-Ποιος πιστεύετε πως είναι ο βαθμός του αντίκτυπου που θα έχει το πρόγραμμα στους/στις μαθητές/τριες; Α. Πάρα πολύ, Β. Πολύ, Γ. Μέτρια, Δ. Λίγο, Ε. Καθόλου

Μαθητές/τριες:

Φόρμα αξιολόγησης του προγράμματος από τους/τις μαθητές/τριες που περιλαμβάνει ερωτήσεις κλειστού τύπου ή/και πολλαπλής επιλογής, όπως:

-Τι σας έκανε περισσότερη εντύπωση στο πρόγραμμα; Α. Οι επιπτώσεις των τυχερών παιχνιδιών στη ζωή κάποιου/ας, Β. Τα χαρακτηριστικά του εθισμού, Γ. Η καλλιέργεια εθιστικών συμπεριφορών ακόμα και σε μη τυχερά παιχνίδια, Δ. Η εικόνα που δημιουργείται για τα τυχερά παιχνίδια από τις διαφημίσεις,

-Γνωρίζατε για τα τυχερά παιχνίδια και την πιθανότητα εθισμού; Α. Ναι, Β. Όχι

-Ποια πληροφορία συγκρατήσατε ως την πιο χρήσιμη του προγράμματος;

Α. Τα προβλήματα εθισμού, Β. Την καλλιέργεια εθιστικών συμπεριφορών ακόμα και από μη τυχερά παιχνίδια, Γ. Το γεγονός ότι υπάρχει πληθώρα διαφημίσεων που αφορούν σε τυχερά παιχνίδια είτε άμεσα είτε έμμεσα,

-Ποια δραστηριότητα ήταν πιο ενδιαφέρουσα για εσάς; Α. Τα εκπαιδευτικά βίντεο, Β. Η μελέτη περιπτώσεων, Γ. Η αποτύπωση των παρατηρήσεων για τις διαφημίσεις και τα φυσικά καταστήματα, Δ. Το παιχνίδι ρόλων, Ε. Η δραστηριότητα με τον παραλληλισμό εθισμού από τα μη τυχερά παιχνίδια, Στ. Η αναζήτηση εναλλακτικών ενασχολήσεων για τον ήρωα του βίντεο, Ζ. Η καμπάνια ενημέρωσης

-Ποια δραστηριότητα ήταν η λιγότερο ενδιαφέρουσα για εσάς; Α. Τα εκπαιδευτικά βίντεο, Β. Η μελέτη περιπτώσεων, Γ. Η αποτύπωση των παρατηρήσεων για τις διαφημίσεις και τα φυσικά καταστήματα, Δ. Το παιχνίδι ρόλων, Ε. Η δραστηριότητα με τον παραλληλισμό εθισμού από τα μη τυχερά

παιχνίδια, Στ. Η αναζήτηση εναλλακτικών ενασχολήσεων για τον ήρωα του βίντεο, Ζ. Η καμπάνια ενημέρωσης.

ΥΛΙΚΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ

2^η Δραστηριότητα – Βίντεο

<https://www.youtube.com/watch?v=41wGSnOt5kY>

Υποστηρικτικό υλικό για τους εκπαιδευτικούς: Στο [site](#) είναι αναρτημένο Λεξικό όρων/εννοιών

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ

4^η Δραστηριότητα

Μαρτυρίες εθισμού στον τζόγο (ενδεικτικά):

1. Δύο νέα παιδιά 20 και 25 ετών αφηγούνται την περιπέτεια του εθισμού τους στον τζόγο που ξεκίνησε μέσα στην καραντίνα με «όχημα» το διαδίκτυο.

Απόγευμα Τετάρτης στο πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών που βρίσκεται δέκα βήματα από τη Μονάδα Απεξάρτησης στους Αμπελόκηπους τα στοιχήματα «πέφτουν βροχή». Είναι ημέρα Champions League κι αυτό πολλαπλασιάζει τους πελάτες του μικρού καταστήματος με τις μεγάλες διαφημιστικές πινακίδες στο εξωτερικό, για κάθε είδους παίγνια.

Ο Χρήστος (δεν είναι το πραγματικό του όνομα) περνά από εκεί κάθε Τετάρτη τον τελευταίο ενάμιση χρόνο. Κοιτάζει χαμογελαστός μέσα από τη τζαμαρία που αντανakλά το φως των τηλεοράσεων και στρίβει αμέσως στη γωνία ώστε να φτάσει στη Μονάδα Απεξάρτησης.

«Την πρώτη φορά που έπαιξα σε πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών ήμουν 15 χρονών και πήγα μαζί με τον πατέρα μου» λέει. «Θυμάμαι ότι απέναντι από το φροντιστήριο αγγλικών που πήγαινα υπήρχε ένα πρακτορείο, όπως και τώρα υπάρχει ένα έξω από την Μονάδα. Έγινα μέλος του 18 Άνω τον Σεπτέμβριο του 2021 και στόχος μου ήταν να απεξαρτηθώ από αυτή την αρρώστια που βρίσκεται συνεχώς μπροστά μου. Τον τζόγο».

Ο Χρήστος είναι σήμερα 25 ετών και σε έναν μήνα θα έχει ολοκληρώσει τη θεραπεία απεξάρτησης από τον τζόγο. Είναι ένας από τους αρκετούς νέους που ζήτησαν τη βοήθεια της Μονάδας προκειμένου να κερδίσει το στοίχημα της ζωής και όχι του εθισμού.

Αύξηση στις μικρές ηλικίες

Σύμφωνα με την ψυχίατρο και διευθύντρια της Μονάδας Απεξάρτησης 18 Άνω, Στέλλα Χρηστίδη τα αιτήματα ένταξης στο πρόγραμμα σημειώνουν αύξηση. «Από τα 166 αιτήματα που είχαμε το 2021, έναν χρόνο μετά φτάσαμε στα 287. Τέτοια εποχή πέρυσι είχαμε 52 αιτήσεις, σχεδόν όσες και τώρα» σημειώνει η κ. Χρηστίδη τονίζοντας πως ενώ παραδοσιακά ένας άνθρωπος εθισμένος στον τζόγο ζητά βοήθεια μετά την ηλικία των 40 (καθώς τότε συνήθως βιώνει οικονομικές επιπτώσεις στις οποίες δεν μπορεί να ανταποκριθεί), τα τελευταία τρία με τέσσερα χρόνια παρατηρείται αύξηση στις μικρές ηλικίες από 18 έως 26 ετών.



«Από την αρχή του έτους έχουμε 53 άτομα που έχουν απευθυνθεί στο 18 Άνω. Τα 17 από αυτά είναι κάτω των 30 ετών», εξηγεί και προσθέτει πως αυτό δημιούργησε την ανάγκη για σύσταση ενός γκρουπ μόνο για νέα παιδιά.

Ο Αντώνης (δεν είναι το πραγματικό του όνομα) είναι μόλις 20 ετών και πριν από μία εβδομάδα εντάχθηκε για δεύτερη φορά σε θεραπευτικό γκρουπ, καθώς υποτροπίασε. «Ξεκίνησα να παίζω συστηματικά στα 18 μου, την περίοδο δηλαδή που ξέσπασε η πανδημία. Όταν ως φοιτητής μετακόμισα σε άλλη πόλη, τότε η κατάσταση ξέφυγε τελείως», λέει.

Η πρώτη επαφή του 25χρονου Χρήστου με τον διαδικτυακό τζόγο ήταν στα 19 του. «Ανοίξαμε έναν λογαριασμό μαζί με την παρέα μου αλλά μετά από λίγο καιρό τον κλείσαμε καθώς πήγε κατά διαόλου. Στη συνέχεια αποφάσισα να ανοίξω δικό μου λογαριασμό. Τότε ξεκίνησε και η περιπέτεια του εθισμού, καθώς συνεχώς άνοιγα και έκλεινα λογαριασμούς. Μία αντιστεκόμουν, μία ενέδιδα».

Στην περίπτωση του 20χρονου Αντώνη τα πράγματα ξέφυγαν πολύ γρήγορα. «Είχα ανοίξει λογαριασμούς σε δύο στοιχηματικές εταιρίες. Έπαιζα πόκερ που μου άρεσε μαζί με την παρέα μου. Στη συνέχεια ήθελα να παίζω μόνος και στο σπίτι. Άνοιξα έναν λογαριασμό, τον έκλεισα. Μετά άνοιξα άλλο λογαριασμό με τα στοιχεία του πατέρα μου γιατί δεν είχα κλείσει καν τα 21. Πήρα στα κρυφά τα στοιχεία της κάρτας του και έτσι ξεκίνησα να παίζω. Ωστόσο, ένα πρωί του ήρθε ειδοποίηση πως έλειπε ένα αρκετά μεγάλο ποσό, γεγονός που τον έβαλε σε υποψίες. Εν τέλει έκλεισα οριστικά τον λογαριασμό. Στην πορεία όμως “κόλλησα” με άλλα παιχνίδια στο πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών».

Σύμφωνα με τους ειδικούς, ένας νέος εθισμένος στον τζόγο μπορεί να παίζει παντού: σε πρακτορείο με την παρέα του, μόνος του στο σπίτι, είτε σε καζίνο με γνωστούς-αγνώστους. Δε τον νοιάζει το περιβάλλον, τον ενδιαφέρει η νίκη και η οικονομική ικανοποίηση. Όταν όμως χάνεται ο έλεγχος και ο τζόγος γίνεται μία σχεδόν 24ωρη απασχόληση, οι επιπτώσεις είναι επιζήμιες, ακόμη και στις μικρές ηλικίες.

Ντροπή, οικονομική καταστροφή και τάσεις αυτοκτονίας

Ο Χρήστος βίωσε από πρώτο χέρι τις καταστροφικές συνέπειες του εθισμού όταν έπιασε ο ίδιος δουλειά σε ένα πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών. Εκεί, όπως λέει, είδε ανθρώπους να παίζουν τα λεφτά για το μαιευτήριο, ενώ η γυναίκα τους θα γεννούσε την άλλη ημέρα. Την ίδια ώρα, ο ίδιος βυθιζόταν όλο και περισσότερο στην εξάρτηση. «Στην αρχή έβγαζα 300 ευρώ και φυσικά τα έχανα αμέσως. Μία ημέρα θυμάμαι “έκλεισα” το πρακτορείο και έμεινα μέσα για να παίζω μόνος μου. Χωρίς να το καταλάβω έχασα περίπου 3.500 ευρώ που πήρα από το ταμείο. Εκείνο το βράδυ δεν κοιμήθηκα. Την άλλη μέρα πήγα στο αφεντικό και του είπα παραιτούμαι και ότι θα του φέρω τα λεφτά. Αυτή ήταν μέγιστη ντροπή για μένα. Πήγα στον πατέρα μου, έκλαιγα και του ζητούσα τα λεφτά καθώς προφανώς δεν τα είχα».

2. Τις ακραίες καταστάσεις που πέρασε μέχρι να συνειδητοποιήσει ότι πρέπει να ζητήσει βοήθεια περιγράφει και ο Αντώνης. «Ένα βράδυ είχα πάει σε μία λέσχη και είχα αφήσει ένα πολύ μεγάλο ποσό. Εκεί κατάλαβα πως έχω κάποιο πρόβλημα. Έπαιξα ό,τι λεφτά μου έστελναν οι δικοί μου, ακόμη και το νοίκι του σπιτιού. Όλα τότε άρχισαν να διαλύονται σαν ντόμινο. Για να τα βγάλω πέρα οικονομικά, πούλησα το κινητό μου. Τα λεφτά που κέρδισα τα έπαιξα ξανά. Είχα μείνει χωρίς επικοινωνία με την οικογένειά μου και χωρίς λεφτά. Τότε πήρα την απόφαση να γυρίσω πίσω στο πατρικό μου. Δεν μπορούσα άλλο να σκαρφίζομαι δικαιολογίες και ψέματα προκειμένου να μην τους προκαλέσω ανησυχία».

3. Το θέμα μου και ο προβληματισμός μου δεν αφορά εμένα αλλά την αδερφή μου. Πιστεύω πως είναι εθισμένη στο τζόγο!

Ξεκίνησέ πριν μερικά χρόνια να παίζει διαδικτυακά “μικροποσά” βάσει των δικών της λεγόμενων. Τα ποσά αυτά για το δικό μου σκεπτικό μόνο μικρά δεν ήταν (200 και 300 ευρώ).

Λόγω του ότι εγώ δεν παίζω καθόλου, απεχθάνομαι κυριολεκτικά ό,τι έχει σχέση με τυχερά παιχνίδια, ο τρόπος που αντιμετώπισα τότε την κατάσταση δεν ήταν σωστός με αποτέλεσμα να την απομακρύνει από εμένα, σε ό,τι αφορά μόνο αυτό όμως. Είμαστε πολύ αγαπημένες και δεμένες αλλά σταμάτησε να μου λέει πλέον τι παίζει. Να πω εδώ ότι έχει μακροχρόνια σχέση και πέρυσι το καλοκαίρι παντρεύτηκε. Ο σύζυγός της δεν γνωρίζει το «πάθος» της και την εμπιστεύεται με κλειστά τα μάτια. Τόσο πολύ που την έχει αφήσει να διαχειρίζεται εκείνη το ταμείο του σπιτιού συν ότι τα λεφτά που αποταμιεύουν ως ζευγάρι είναι σε δικό της λογαριασμό που εκείνος δεν τσεκάρει καν γιατί δεν του περνάει καν από μυαλό του ανθρώπου τι κάνει η αδερφή μου.

Τους τελευταίους μήνες αυτά που έχω μάθει με έχουν σοκάρει. Έχει παίζει όλα τα λεφτά από τον λογαριασμό αποταμίευσης. Λεφτά τα οποία πήρε η μητέρα μας δανεικά από αλλού (για να μην το μάθει ο πατέρας μας) και της τα έδωσε να βάλει πίσω με την προϋπόθεση ότι δεν θα ξαναπαίξει. Φυσικά και τα έπαιξε και αυτά. Όταν έπιασε και μου τα είπε όλα της είπα ότι χρειάζεται επείγοντως θεραπεία είναι εθισμένη και χρειάζεται βοήθεια.

Τσακώθηκα και με τη μητέρα μου γιατί της εξήγησα ότι δεν τη βοηθά έτσι. Όλο αυτό το διάστημα *που* είμαι πολύ κοντά στην αδερφή μου, της εξηγώ ότι θα είμαι δίπλα της ό,τι και να γίνει αλλά πρέπει να ξεκινήσει θεραπεία και να πει όλη την αλήθεια στον σύζυγο της κάτι στο οποίο είναι τέλειος αρνητική.

Την αγαπώ πολύ, θέλω να τη βοηθήσω να βγει από αυτήν την κατάσταση και να ξαναπάρει πίσω τη ζωή της .

Δεν ήταν έτσι, ούτε ψεύτρα ούτε κλέφτρα ούτε έχει εξαπατήσει έτσι κανέναν στο παρελθόν. Είναι πολύ ευαίσθητη και καλόκαρδη.

4. Με λένε Θανάση και είμαι τζογαδόρος σε ανάρρωση. Την πρώτη μου φορά δοκίμασα να παίξω για το χαβαλέ, για το παιχνίδι που λένε. Κέρδισα κάποια

χρήματα διασκεδάζοντας και χωρίς μεγάλο κόπο. Ήταν λίγο μετά, αφού είχα τελειώσει το σχολείο. Δεν με χαλούσε να βγάζω λεφτά εύκολα και γρήγορα. Το μικρόβιο είχε γαντζωθεί μέσα μου.

Στην αρχή είτε κερδίσεις είτε όχι δεν πειράζει. Δικαιολογείσαι από τους παλιότερους, δικαιολογείς και τον εαυτό σου, λέγοντας ότι δεν ξέρεις το παιχνίδι. Όταν γύριζα το παιχνίδι όμως ήταν σκέτη γλύκα. Πίστευα ότι είχα γίνει πολύ καλός, ότι ήμουν ανίκητος. Έβγαζα λεφτά, έκανα και το κέφι μου. Η ντάμα της τράπουλας έγινε η καλύτερη μου φίλη και ο βαλές νόμιζα πως ήμουν εγώ.

Πήρα το βάπτισμα του πυρός στο καζίνο στη Γευγελή. Πέρασα τα σύνορα και ένας άλλος κόσμος πέρασε από μπροστά μου. Οι ναοί του τζόγου μπήκαν στη ζωή μου. Στο Πόρτο Καρας και μετά ακόμα πιο κοντά. Πρώτα άνοιγα την πόρτα του καζίνο και μετά του σπιτιού μου. Έφτασα να παίζω καθημερινά για 4 με 5 ώρες. Αν δεν είχα τη δουλειά μου για να βρίσκω χρήματα θα έμενα νύχτα – μέρα. Δεν με κρατούσε τίποτα.

Έφαγα τα δικά μου λεφτά και της οικογένειας μου. Έχασα και χρήματα της δουλειάς μου. Δανειζόμουν από παντού. Παρακαλούσα από ανθρώπους που κανονικά θα ζητούσαν από μένα. Δεν με ένοιαζε που θα τα έβρισκα. Αρκεί να είχα για να παίζω.

Πέρασαν έτσι 10 ολόκληρα χρόνια. Μέσα σ' αυτά στερήθηκα την οικογένεια μου και τον εαυτό μου. Ζούσα στην παρακμή. Έπαιζα συνεχώς. Δεν παραδεχόμουν την αρρώστια μου. Νόμιζα ότι εγώ έβαζα τα όρια και όχι η πράσινη τσόχα.

Τελικά έπιασα πάτο. Θα καταστρεφόμουν ολοκληρωτικά ή θα έβρισκα μια λύση. Είχε φτάσει η στιγμή της απόφασης. Από γνωστούς και φίλους έμαθα για τα Κέντρα Ψυχολογικής Απεξάρτησης. Ήρθα μια μέρα και γνώρισα ανθρώπους που είχαν δώσει λύση στο πρόβλημα τους. Σκέφτηκα, γιατί αυτοί και όχι εγώ; Ξεκίνησα να πηγαίνω στις ομάδες για να μάθω πως γλιτώσανε. Αυτό ήταν.

Έχω κλείσει πάνω από έναν χρόνο καθαρός. Δεν έχω πιάσει στα χέρια μου ούτε λαχείο. Τις πρώτες μέρες ήθελα να παίξω για να ρεφάρω και να καθαρίσω τα χρέη μου. Δεν έπεσα ξανά στην παγίδα του εύκολου χρήματος. Τα χρέη μου βέβαια δεν εξαφανίστηκαν δια μαγείας. Κάθε μήνα δίνω ό,τι μπορώ, αλλά μόνο με τη δουλειά μου και τις δικές μου δυνάμεις. Ξαναβρήκα την οικογένεια μου. Τους νιώθω πιο κοντά μου από ποτέ.

Απολαμβάνω τη χαμένη ελευθερία μου. Δεν κρύβομαι από κανέναν και δεν χρειάζεται να λέω ψέματα.

Βρίσκομαι σε μια καθημερινή ανάρρωση. Ξέρω ότι δεν έχω τελειώσει με τον τζόγο. Κάθε μέρα είναι και μια νίκη. Βλέπω τώρα ότι ο τζόγος στην αρχή είναι γλυκός. Μετά σε ταλαιπωρεί με νίκες και ήττες και τέλος σου δίνει την ψευδαίσθηση ότι θα ρεφάρεις και θα ξεχρεώσεις. Κατάλαβα την ψευδαίσθηση της ρέφας.

Όταν βλέπω έναν τζογαδόρο στο Κέντρο, προσπαθώ να τον κάνω να δει αυτό που βλέπω εγώ. Θυμάμαι το παρελθόν μου. Τα ψέματα, την απελπισία και την απαξίωση. Νομίζω ότι αν δει πόσο καθαρός είμαι θα τον βοηθήσω. Είμαι εκεί!

5. «Ήμουν άρρωστος, δυστυχισμένος, δεν με κάλυπτε τίποτα, ξυπνούσα και κοιμόμουν με το μυαλό μου στο τζογάρισμα. Είναι μια αρρώστια σταδιακή, μέρα με τη ημέρα χειροτερεύει, δεν έχει πάτο το βαρέλι. Δέκα χρόνια που έπαιζα, κάθε ημέρα ήταν χειρότερη από την άλλη», με αυτά τα λόγια ο Μ. εξομολογείται στη την εξάρτησή του από τον τζόγο αλλά και την προσπάθεια που ξεκίνησε τους τελευταίους μήνες να μείνει «καθαρός» και να μπορέσει να δει με περισσότερη αισιοδοξία το μέλλον.

Ο Μ. σήμερα είναι 30 χρονών, ένα όμορφο, συγκροτημένο παλληκάρι, που έφτασε μέχρι το χείλος του γκρεμού, όμως την τελευταία στιγμή άλλαξε ρότα για τη ζωή. Μια ζωή που, όπως εκμυστηρεύτηκε, έχανε μέσα από τα χέρια του, καθώς δεν είχε κανένα άλλο ενδιαφέρον και τίποτα δεν τον συγκινούσε εκτός από το να τζογάρει, είτε σε παράνομες λέσχες είτε σε ηλεκτρονικά μέσα από τον υπολογιστή του ή το κινητό του τηλέφωνο.

Η επαφή του με τον τζόγο ξεκίνησε από την εφηβική του σχεδόν ηλικία και σταδιακά του έγινε εμμονή. «Για τουλάχιστον 10 χρόνια ο εθισμός στον τζόγο ήταν η καθημερινότητά μου, δεν περνούσε ημέρα που να μην παίξω ή να μη σκεφτώ να παίξω, είχε γίνει ο Θεός μου, ήταν τα πάντα, μου έτρωγε όλη την ενέργεια της ημέρας, από το πρωί που ξυπνούσα μέχρι το βράδυ που θα έπεφτα για ύπνο, αν έπεφτα για ύπνο. Ήταν ο μοναδικός μου στόχος. Ξεκίνησα από το Λύκειο, όπου είχα μπλέξει με συνδέσμους οπαδών, από κει ήρθα πρώτη φορά σε επαφή με διάφορες καταστάσεις, με τζόγο, με βία, με ναρκωτικά. Συνεχίζοντας αργότερα τις σπουδές μου ξεκίνησα να παίζω στοίχημα διαδικτυακό και σε πρακτορεία καθώς και πόκερ είτε πηγαίνοντας σε λέσχες είτε ηλεκτρονικά» αναφέρει.

Χρήματα έβρισκε από τους γονείς του, οι οποίοι κατά τη διάρκεια των σπουδών στο εξωτερικό του έδιναν ένα μηνιαίο, το οποίο όσο εθίζονταν δεν έφτανε με αποτέλεσμα να αναγκάζεται να σκαρφίζεται διάφορα ψέματα προκειμένου αυτοί να του στείλουν περισσότερα χρήματα.

Αργότερα όταν επέστρεψε και έπιασε δουλειά με έναν καλό μισθό τα χρήματα πάλι δεν του έφταναν. «Έφτασα σε σημείο να κλέβω χρήματα από τους γονείς μου για να παίζω, και όταν δεν έφταναν ούτε αυτά ξεκίνησα να δανείζομαι. Μοναδική μου έγνοια ήταν να έχω λεφτά να παίζω, δεν ήθελα να φύγω από παιχνίδι στο δίκωρο, χωρίς να φτιαχτώ, να ντοπαριστώ».

«Η σχέση με τους γονείς μου δηλητηριάστηκε, σε κάποια φάση αναγκάστηκα να το παραδεχτώ, γιατί τους ζήτησα να με ξελασπώσουν οικονομικά, υπήρχαν εντάσεις και τσακωμοί. Τα ερωτικά ήταν για μένα σε τελευταία μοίρα, δεν με απασχολούσαν καθόλου ειδικά τα τελευταία πέντε χρόνια που άρχιζα να εθίζομαι περισσότερο. Όσους αξιόλογους φίλους είχα τους έκανα στην άκρη, τους

θεωρούσα βαρετούς και τους περιφρονούσα. Είχα κάνει άλλο κύκλο από ανθρώπους που ήταν αντίστοιχα τζογαδόροι».

Ο Μ. υπογραμμίζει ότι αρχικά δεν καταλάβαινε τον εθισμό, καθώς όπως λέει «γλυκαίνονταν» από το «μέλι» και έπειθε τον εαυτό του «ότι δεν θα γίνει σαν τους άλλους», ωστόσο όσο περνούσαν τα χρόνια και έχανε περισσότερα λεφτά η αρχική απόλαυση έφυγε και έγινε καταναγκασμός, με τον ίδιο να δημιουργεί την πλαστή εικόνα στο μυαλό του «ότι πρέπει να παίξω για να ρεφάρω αυτό που έχω χάσει».

Ακόμη και όταν έχανε μεγάλα ποσά, έλεγε το βράδυ που έπεφτε για ύπνο ότι δεν θα παίξει ξανά, όμως το πρωί που ξυπνούσε είχε γεμίσει τις μπαταρίες του και «ξεκινούσε για νέες περιπέτειες».

Το θετικό για τον Μ. ήταν ότι αυτές οι περιπέτειες που έφταναν μέχρι τον δανεισμό δεν του στοίχησαν περαιτέρω. «Ευτυχώς δεν έφτασα στο σημείο να δανειστώ χρήματα από άτομα που δεν έπρεπε, ωστόσο έπαιζα “αέρα” σε παράνομες στοιχηματικές, όπου ήταν επιτακτική η ανάγκη να βρω τα λεφτά. Δεν με απειλούσαν αλλά μου ασκούσαν μεγάλη ψυχολογική πίεση για να ξεχρεώσω “πλησιάζει η ημερομηνία, τα έχεις”;».

Ζώντας μέσα σε αυτό το παράλληλο σύμπαν, ο Μ. γνώρισε ανθρώπους που έχασαν στον τζόγο ό,τι είχαν και δεν είχαν: περιουσίες, σπίτια, επιχειρήσεις, οικογένειες. «Έχω δει άρρωστες καταστάσεις, άνθρωπο 60 χρονών να ορκίζεται στο νεκρό παιδί του ότι δεν θα παίξει ξανά και να μην κρατά την υπόσχεσή του» αναφέρει.

Για τον 30χρονο η τελευταία φορά που αναγκάστηκε να παρακαλέσει τους γονείς του για χρήματα προκειμένου να ξελασπώσει υπήρξε μια πολύ μεγάλη οικογενειακή σύγκρουση, όπου οι γονείς του σε μια προσπάθεια να τον σώσουν του είπαν ότι θα του δώσουν για μια τελευταία φορά και στη συνέχεια θα απευθύνονταν σε κάποιο κέντρο απεξάρτησης.

6. «Όπως όλοι οι εθισμοί είναι κι αυτός ένας εθισμός που σε τρώει από μέσα. Και αυτός ο εθισμός έχει την παγίδα που δεν φαίνεσαι εξαρχής. Μπορείς να κρύβεσαι για πολύ καιρό. Οι άνθρωποι που βρίσκονται σε αυτό το πράγμα βασανίζονται πολύ με όλους τους τρόπους. Και πρακτικά και συναισθηματικά και οικονομικά και επαγγελματικά. Ήταν μια περιπέτεια, ένας δύσκολος δρόμος. Έχουν περάσει έξι χρόνια από όταν αποφοίτησα από το ΚΕΘΕΑ. Είναι ένα πράγμα που τελικά έδρασε εφευρετικά, με βοήθησε να αλλάξω πράγματα μέσα μου».

7. Κάποια στιγμή, ήμουν μικρός, φοιτητής, ό,τι λεφτά έπαιρνα από τον πατέρα μου τα έπαιζα στα φρουτάκια. Έκανα τη βλακεία την εξής, είχα πάει στα φρουτάκια και κέρδισα την πρώτη φορά, και το λέω σοβαρά γιατί είναι επικίνδυνο. Επειδή κέρδισα λοιπόν, πίστευα ότι έτσι θα συνεχίσει να συμβαίνει πάντα. Για 2-3 μήνες, σπούδαζα στην Κοζάνη, ό,τι λεφτά μου έστελνε ο πατέρας μου τα έπαιζα εκεί. Τότε ήταν που έκοψα και τα μαλλιά μου. Ντράπηκα για τον

εαυτό μου. Δεν είναι πλάκα, είναι ένα τσακ, αν είσαι και λίγο επιρρεπής, είναι ένα τσακ να γίνει εθισμός.

Συμπτώματα εθισμού:

Τα συμπτώματα του εθισμού είναι μερικές φορές δύσκολο να ανιχνευθούν και μπορεί να γίνονται αντιληπτά μόνο από όσους συνδέονται πολύ στενά με τον παίκτη ή την παίκτρια. Γενικά, τα σημάδια εθισμού στον τζόγο εντοπίζονται κυρίως όταν η συμπεριφορά του ατόμου που παίζει επηρεάζει την καθημερινότητα και τις σχέσεις του. Ένα άτομο που ασχολείται παθολογικά με τον τζόγο παρουσιάζει:

- Έντονη ενασχόληση με τον τζόγο, ανησυχία και ευερεθιστότητα όταν επιχειρεί να τον διακόψει ή να τον ελαττώσει.
- Τάση δανεισμού χρημάτων, για να αντιμετωπίσει προσωρινά τα οικονομικά του προβλήματα.
- Επανειλημμένες ανεπιτυχείς προσπάθειες να ελέγξει, να ελαττώσει ή να διακόψει τον τζόγο.
- Πολύωρα ή αδικαιολόγητα διαστήματα απουσίας από το σπίτι και τη δουλειά.
- Αλλεπάλληλα δάνεια, υπερφορτωμένες πιστωτικές κάρτες, ακάλυπτους λογαριασμούς και αδικαιολόγητη απουσία χρημάτων από τον οικογενειακό προϋπολογισμό.
- Εντατική μελέτη των προγραμμάτων και των προγνωστικών από την τηλεόραση, τις εφημερίδες, το ραδιόφωνο και το διαδίκτυο.
- Απομόνωση προκειμένου να σκεφτεί τρόπους με τους οποίους θα παίξει ένα παιχνίδι.
- Άρνηση απέναντι σε υποδείξεις ή αναφορές των άλλων για τον τρόπο με τον οποίο ασχολείται με τον τζόγο.
- Μείωση της αποδοτικότητας στην εργασία.
- Δυσφορία, θυμό και κλιμακούμενη ένταση, εάν κάτι τον εμποδίσει να παίξει.
- Χαρούμενη διάθεση, διογκωμένο «εγώ» και ανακούφιση σε περίπτωση κέρδους.

Πηγή: Τυχερά παιχνίδια, Κέντρα Ψυχολογικής Απεξάρτησης [ΕΟΠΑΕ](#) (πρώην ΚΕΘΕΑ).

Ο εθισμός στα τυχερά παιχνίδια αποτελεί σοβαρότατο κοινωνικό πρόβλημα, που μπορεί να οδηγήσει αρκετούς παίκτες στα όρια της απόγνωσης.

Πολλοί άνθρωποι καταφεύγουν στα τυχερά παιχνίδια προκειμένου να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα της καθημερινότητάς τους, με τον κίνδυνο κάποιοι από αυτούς να αναπτύξουν μορφές εξάρτησης.

Ο εθισμός στα τυχερά παιχνίδια ορίζεται - μεταξύ άλλων - από το πόσο σημαντικό είναι το παιχνίδι στην καθημερινότητα ενός παίκτη και τι επιπτώσεις έχει σε όλους τους τομείς της ζωής του.

Σύμφωνα με τη διεθνή εμπειρία επιχειρείται μια διάκριση μεταξύ «παθολογικού παίκτη» και «προβληματικού παίκτη». Ο «παθολογικός παίκτης» παρουσιάζει πιο σοβαρή μορφή διαταραχής, ενώ ο όρος «προβληματικός παίκτης» χρησιμοποιήθηκε για τα άτομα των οποίων η εμπλοκή στα τυχερά παιχνίδια, θεωρείται λιγότερο σοβαρή.

Σε κάθε περίπτωση, η «προβληματική ενασχόληση» ή η «παθολογική ενασχόληση» έχει ως αποτέλεσμα αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία, στη συμπεριφορά και στην καθημερινή ζωή του ατόμου.

Πηγή: Πρόληψη & καταπολέμηση του εθισμού, [ΕΕΕΠ](#)

1η ΕΝΟΤΗΤΑ

5η Δραστηριότητα – Φύλλο Εργασίας

Το παρακάτω φύλλο εργασίας είναι ενδεικτικό και μπορεί να υλοποιηθεί και με ψηφιακά εργαλεία όπως το google forms. Το παραθέτουμε εδώ σε ξεχωριστή σελίδα για να μπορεί να αξιοποιηθεί και αυτούσιο με μεμονωμένη εκτύπωση της σελίδας.

ΣΧΟΛΕΙΟ:

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΜΑΘΗΤΗ/ΤΡΙΑΣ:

ΤΑΞΗ/ΤΜΗΜΑ:

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗΣ: 1 ΗΜΕΡΑ

Πόσες διαφημίσεις τυχερών παιχνιδιών παρατηρήσατε στην τηλεόραση ή το διαδίκτυο όση ώρα βρεθήκατε εκτεθειμένος/η στο αντίστοιχο μέσο;

Ποια ήταν τα συναισθήματά σας για αυτές την ώρα προβολής τους; Παρακαλούμε να τα καταγράψετε.

Πόσα φυσικά καταστήματα συναντήσατε στην καθημερινή διαδρομή που ακολουθείτε; (π.χ. από το σχολείο στο σπίτι, από ένα συγγενικό σπίτι σε ένα άλλο, από το σπίτι στο φροντιστήριο, κτλ)

Ποια ήταν τα συναισθήματά σας για αυτά όταν τα συναντήσατε; Παρακαλούμε να τα καταγράψετε.



2Η ΕΝΟΤΗΤΑ

2η Δραστηριότητα – Εκπαιδευτικές κάρτες (υλικό)

Για ποιους λόγους μπορεί να παίζει τυχερά παιχνίδια κάποιος;

- Διασκέδαση
- Αναζήτηση αδρεναλίνης και επιτυχίας (αίσθημα ενθουσιασμού, αγωνίας)
- Ελπίδα για εύκολα χρήματα
- Απόδραση από τη ρουτίνα, από προσωπικά προβλήματα και στρες
- Πίεση από παρέα ή από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης
- Πίεση από οικονομικές δυσκολίες και ελπίδα για γρήγορη λύση των οικονομικών προβλημάτων (ανεργία, χαμηλό εισόδημα)
- Κοινωνική δραστηριότητα και κοινωνική αλληλεπίδραση με άλλους παίκτες
- Ελπίδα να αντισταθούν στην τύχη και να νικήσουν το σύστημα
- Ανάγκη για επιβεβαίωση των ικανοτήτων τους (αυτοπραγμάτωση και αυτοπροβολή)
- Αντιμετώπιση άγχους ή κατάθλιψης

Flashcards: οι εκπαιδευτικές κάρτες σε ψηφιακή μορφή https://content.e-me-4all.eu/wp-admin/admin-ajax.php?action=h5p_embed&id=108878

Πηγή:

Kara Research, (2024). Πανελλαδική Ποσοτική Έρευνα για τα Χαρακτηριστικά και τη Συμπεριφορά των Παικτών (ή μη) Τυχερών Παιγνίων για το Έτος 2023

Τσομπάνη, Θ., (2024) Σήμερα είναι η τυχερή μου μέρα. Ανακτήθηκε από <https://www.psychology.gr/addictions/8166-simera-einai-i-tyxeri-mou-mera.html> (Προσπελάστηκε στις 24/1/2025)



3Η ΕΝΟΤΗΤΑ

1η Δραστηριότητα – Αποσπάσματα από κινηματογραφικές ταινίες και τηλεοπτικές σειρές (ενδεικτικά)

Φίλος Φίλμ, Δαλιανίδης, Γ. (1964), Η Χαρτοπαίκτηρα

Αποσπάσματα:

https://www.youtube.com/watch?v=bCxILD_ZITo

<https://www.youtube.com/watch?v=dDkXDDgYX80>

The Simpsons (1989-) *[τα αποσπάσματα είναι στα αγγλικά, με αγγλικούς υπότιτλους]*

<https://www.youtube.com/watch?v=oTxE2gU-hk0>

<https://www.youtube.com/watch?v=k-kTI0ZGPQw>

Σημείωση: Προτείνεται η χρήση προγραμμάτων Safe YouTube για την προβολή αυτών ή οποιονδήποτε άλλων αποσπασμάτων επιλέξει ο/η εκπαιδευτικός να προβάλει στην τάξη. Με τον τρόπο αυτό, αποφεύγονται οι διαφημίσεις ή άλλο προωθητικό υλικό που συχνά εμφανίζονται κατά την προβολή Vimeo ή YouTube υλικού:

- <https://safeshare.tv>
- <https://watchkin.com>

3Η ΕΝΟΤΗΤΑ

1η Δραστηριότητα – Φύλλο Παρατήρησης

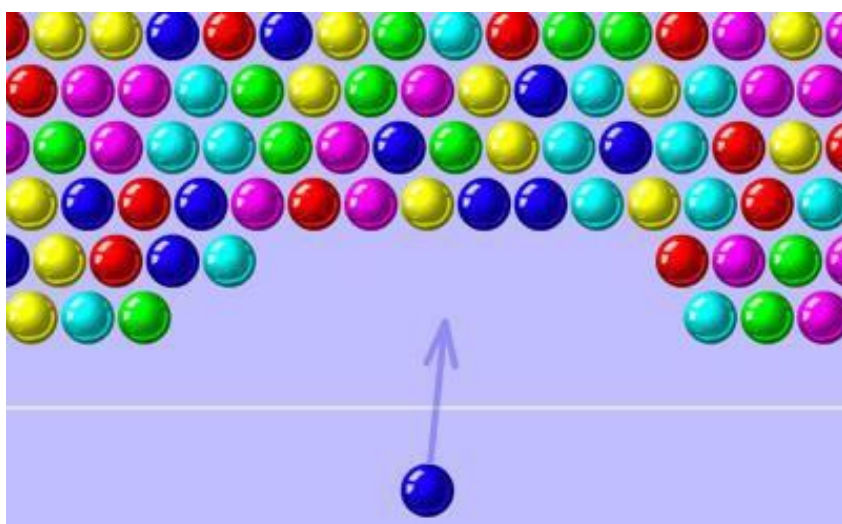
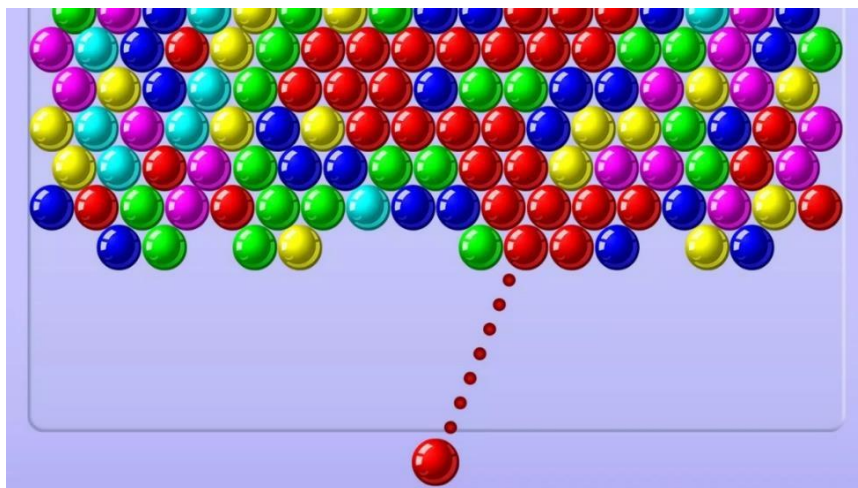
Απόσπασμα ταινίας/επεισοδίου	Σκέψη/Συναίσθημα που μου προκάλεσε



3Η ΕΝΟΤΗΤΑ

2η Δραστηριότητα – Εικόνες παιχνιδιών

Bubbles shooter



Κάν' το όπως ο Σεφ!



Το Αγρόκτημα



Σημείωση για τα παραπάνω διαδικτυακά παιχνίδια:

Bubbles Shooter

Αποτελεί ένα κλασικό και εθιστικό παιχνίδι στόχευσης. Ο παίκτης εκτοξεύει χρωματιστές φούσκες προς το πάνω μέρος της οθόνης με σκοπό να δημιουργήσει ομάδες του ίδιου χρώματος. Όταν τρεις ή περισσότερες φούσκες ταιριάζουν, σκάνε και κερδίζει χώρο και πόντους. Η πρόκληση αυξάνεται καθώς οι φούσκες κατεβαίνουν σταδιακά, απαιτώντας γρήγορη σκέψη, καλή στόχευση και στρατηγική για να καθαρίσει όλο το ταμπλό πριν κατέβουν οι φούσκες χαμηλά και ο παίκτης χάσει.

Το *Bubbles Shooter* χρησιμοποιεί συγκεκριμένα στοιχεία παιχνιδιού, που κάνουν τον παίκτη να θέλει «άλλη μία προσπάθεια» και έτσι γίνεται γρήγορα εθιστικό:

Δίνει άμεση ικανοποίηση (ταιριάζουν οι φούσκες και σκάνε)

- Σύντομοι γύροι (κάθε παρτίδα διαρκεί λίγο, οπότε είναι εύκολο να πεις «θα παίξω ένα 2λεπτο ακόμα»)
- Αίσθηση προόδου (καθώς καθαρίζεις το ταμπλό, νιώθεις ότι βελτιώνεσαι, μικραίνεις τις φούσκες άρα πλησιάζεις τη νίκη)
- Σταδιακά αυξανόμενη δυσκολία (το παιχνίδι γίνεται λίγο πιο δύσκολο όσο προχωράς και έτσι κρατά την πρόκληση ζωντανή)

Κάν' το όπως ο Σεφ!

Αποτελεί ένα παιχνίδι που βασίζεται στη λογική του μαγειρικού challenge. Ο παίκτης πρέπει να αντιγράψει όσο πιο πιστά γίνεται τη συνταγή ή το πιάτο που παρουσιάζει ο «Σεφ». Κόψε, ανάμειξε, ψήσε και σέρβιρε μέσα σε περιορισμένο χρόνο, ακολουθώντας βήμα-βήμα τις οδηγίες. Κάθε σωστή κίνηση φέρνει τον παίκτη πιο κοντά στο τέλειο αποτέλεσμα, ενώ τα λάθη μειώνουν τη βαθμολογία. Το παιχνίδι καλλιεργεί μια εθιστική συμπεριφορά με στοιχεία όπως: σύντομες πίστες, αίσθηση αυτοβελτίωσης («την άλλη φορά μπορώ να το κάνω καλύτερα»), αυξανόμενη δυσκολία και περιορισμένος χρόνος ολοκλήρωσης των παραγγελιών.

Το Αγρόκτημα

Πρόκειται για ένα χαλαρωτικό παιχνίδι προσομοίωσης όπου ο παίκτης αναλαμβάνει τη φροντίδα μιας μικρής φάρμας: φυτεύει σπόρους, ποτίζει, συλλέγει προϊόντα και επεκτείνει τις εγκαταστάσεις του. Κάθε καλλιέργεια χρειάζεται συγκεκριμένο χρόνο για να ωριμάσει, κάτι που δημιουργεί ένα φυσικό κύκλο επιστροφής· πολλές φορές το παιχνίδι καλεί τον παίκτη να ξαναμπει μετά από λίγες ώρες ή την επόμενη ημέρα για να μαζέψει τη σοδειά του ή να ξεκινήσει νέα. Αυτός ο ρυθμός δίνει στο παιχνίδι μια αίσθηση συνέχειας, σαν η φάρμα να «ζει» ακόμη κι όταν δεν παίζεις. Οι επιβραβεύσεις αποτελούν κεντρικό κομμάτι της εμπειρίας: κάθε συγκομιδή δίνει κέρδη ή υλικά, επιτρέποντας στον παίκτη να αγοράσει νέους σπόρους, ζώα ή διακοσμήσεις. Επιπλέον, συχνά υπάρχουν ημερήσιες ανταμοιβές για όσους επιστρέφουν τακτικά, ολοκληρωμένοι κύκλοι αποστολών που προσφέρουν μπόνους και μικρά milestones που αναδεικνύουν την πρόοδό του. Όλες αυτές οι ανταμοιβές λειτουργούν ως κίνητρα και δίνουν στον παίκτη μια αίσθηση προόδου και σταδιακής ανάπτυξης της φάρμας του.



3^Η ΕΝΟΤΗΤΑ

2^η Δραστηριότητα – Βίντεο*

<https://www.youtube.com/watch?v=2MC7sC359dl>

**Προτείνεται το βίντεο να αξιοποιηθεί στο συγκεκριμένο σημείο του προγράμματος συνδυαστικά με τις υπόλοιπες δραστηριότητες και όχι μεμονωμένα.*

Μην τσιμπάς!

**Εκπαιδευτικό πρόγραμμα με στόχο την πρόληψη από τον
εθισμό στα τυχερά παιχνίδια**

Πρόγραμμα για μαθητές και μαθήτριες Γ' Γυμνασίου

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

- Να κατανοήσουν οι μαθητές/τριες τι είναι τα τυχερά παιχνίδια και τους πιθανούς κινδύνους τους που ελλοχεύουν και να αποκτήσουν γνώση για την πιθανότητα να οδηγήσουν σε εθισμό
- Να καλλιεργήσουν την κριτική τους σκέψη, ώστε να αναγνωρίζουν εκείνα τα ηλεκτρονικά παιχνίδια που μπορεί να φαίνονται «αθώα» αλλά ενδέχεται να οδηγήσουν τον χρήστη στα τυχερά παιχνίδια
- Να κατανοήσουν το πότε μπορεί μια δραστηριότητα σχετική με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια να γίνει επικίνδυνη, ξεφεύγοντας από τον έλεγχό τους
- Να ενισχύσουν την αυτοπεποίθησή τους με τις νέες γνώσεις, ώστε να στέκονται κριτικά απέναντι στις προκλήσεις
- Να αναπτύξουν δεξιότητες περιορισμού της συμμετοχής και, συνεπώς, αποφυγής του εθισμού
- Να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα εθισμού, ώστε να καλλιεργηθεί μια κουλτούρα που θα συμβάλει στη μείωση ή/και εξάλειψη του φαινομένου
- Να ενημερωθούν για εναλλακτικούς τρόπους ψυχαγωγίας που δεν περιλαμβάνουν ρίσκο ή οικονομικές απώλειες

Σύνολο εκπαιδευτικού προγράμματος (ενδεικτικά): 4 Διδακτικές Ώρες

Διδακτική προσέγγιση: Στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Μην τσιμπάς!» ακολουθείται μια διδακτική προσέγγιση βασισμένη στις αρχές της βιωματικής και συνεργατικής μάθησης. Παράλληλα, αξιοποιούνται σύγχρονα ψηφιακά εργαλεία, ώστε να γίνει το μάθημα πιο ευχάριστο και πιο ελκυστικό στους/στις μαθητές/τριες. Ακολουθείται, τέλος, μια μαθητοκεντρική προσέγγιση, όπου πρωταγωνιστές στη μαθησιακή διαδικασία είναι οι ίδιοι οι μαθητές/τριες, οι οποίοι διερευνούν, ανακαλύπτουν και μελετούν κριτικά τα θέματα, ενώ ο/η εκπαιδευτικός λειτουργεί διευκολυντικά και υποστηρικτικά.

Πιο συγκεκριμένα χρησιμοποιούνται:

- ο Βιωματική Μάθηση:
 - Χρήση δραστηριοτήτων που φέρνουν τους/τις μαθητές/τριες σε επαφή με πραγματικά σενάρια, όπως η μελέτη προσωπικών μαρτυριών ατόμων που εθίστηκαν στα τυχερά παιχνίδια
 - Η καταγραφή παρατηρήσεων, σχετικά με τις διαφημίσεις και τα φυσικά καταστήματα τυχερών παιχνιδιών συνδέει τη θεωρία με την καθημερινή ζωή
- 2. Διερευνητική Μάθηση
 - Οι μαθητές/τριες εμπλέκονται σε διερευνητικές διαδικασίες μέσω ερωτήσεων όπως: «Ποιοι παράγοντες οδηγούν στον εθισμό;» και «Πόσο συχνά εκτίθεται ένα άτομο σε τυχερά παιχνίδια;»

- Η ανάλυση αιτιών με κατηγοριοποίηση (ψυχολογικοί, κοινωνικοί, οικονομικοί παράγοντες) προάγει τη διερεύνηση και τη σύνθεση νέας γνώσης

3. Συνεργατική Μάθηση

- Οι μαθητές/τριες εργάζονται σε ομάδες για να δημιουργήσουν σενάρια με θετική ή αρνητική έκβαση
- Παρουσιάζουν τις εργασίες τους και ανταλλάσσουν απόψεις στην ολομέλεια

4. Ενεργός Συμμετοχή

- Δραστηριότητες όπως η παρακολούθηση βίντεο, το παιχνίδι ρόλων και η δημιουργία ομαδικών σεναρίων κινητοποιούν τη συμμετοχή των μαθητών/τριών

5. Αναστοχαστική διαδικασία

- Οι μαθητές/τριες καλούνται να παρατηρήσουν τη δική τους συμπεριφορά για 24 ώρες και να συγκρίνουν τα ευρήματά τους με τα παραδείγματα που παρουσιάζονται στο πρόγραμμα

Η διδακτική αυτή προσέγγιση προάγει την ανάπτυξη κριτικής σκέψης, ενσυναίσθησης και υπεύθυνης στάσης απέναντι στον εθισμό και τα τυχερά παιχνίδια.

Σύνδεση με το Πρόγραμμα Σπουδών: Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Μην τσιμπάς!» συνδέεται με τους άξονες και τη φιλοσοφία του νέου Προγράμματος Σπουδών, ακολουθώντας τον βασικό προσανατολισμό του για:

- καλλιέργεια δεξιοτήτων ζωής,
- ενθάρρυνση των μαθητών/τριών να ασχοληθούν με θέματα που αφορούν το παρόν και το μέλλον τους, τόσο ατομικά όσο και κοινωνικά,
- σύνδεση των γνωστικών αντικειμένων με την ευρύτερη ζωή των μαθητών/τριών, εξετάζοντας στοιχεία της σύγχρονης καθημερινής ζωής.

Όλες οι παραπάνω αρχές και προσανατολισμοί προσαρμόζονται κατάλληλα, λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των μαθητών/τριών της συγκεκριμένης ηλικίας αλλά και τον τρόπο οργάνωσης της μαθησιακής εμπειρίας.

Για την Α' και Β' τάξη του Γυμνασίου, σύνδεση μπορεί να γίνει με τα ακόλουθα μαθήματα:

1. Κοινωνική και Πολιτική Αγωγή

Το πρόγραμμα ενισχύει τη διαμόρφωση κοινωνικής συνείδησης και υπεύθυνης συμπεριφοράς, καθώς :

- Προβληματίζει τους/τις μαθητές/τριες σε ζητήματα εθισμού και ρίσκου

- Εξετάζει τις κοινωνικές επιπτώσεις του στοιχηματισμού
- Καλλιεργεί την ικανότητα λήψης υπεύθυνων αποφάσεων, που είναι βασικός στόχος του μαθήματος

2. Νεοελληνική Γλώσσα

Οι δραστηριότητες ανάλυσης προσωπικών μαρτυριών και συμμετοχής σε συζητήσεις συμβάλλουν:

- Στην ανάπτυξη προφορικού και γραπτού λόγου
- Στην κατανόηση και παραγωγή επιχειρημάτων σε πλαίσιο διαλόγου.
- Στην καλλιέργεια κριτικής σκέψης απέναντι σε πληροφορίες που παρουσιάζονται από τα μέσα (όπως διαφημίσεις τυχερών παιχνιδιών)

3. Μαθηματικά

Το πρόγραμμα χρησιμοποιεί παιχνίδια με στοιχεία τυχειότητας (π.χ., ζάρι και νομίσματα), γεγονός που συνδέεται με τη διδασκαλία των πιθανοτήτων. Οι μαθητές/τριες έρχονται σε επαφή με την έννοια της τύχης και της πιθανότητας, εξοικειώνονται με έννοιες όπως:

- Προβλεψιμότητα και αβεβαιότητα.
- Σύνδεση της τύχης με τις πιθανότητες σε πραγματικά σενάρια.

4. Τεχνολογία

Η χρήση ψηφιακών εργαλείων όπως εφαρμογές εννοιολογικών χαρτών (Cmap, Bubbl.us) συνδέεται με την ανάπτυξη ψηφιακών δεξιοτήτων.

5. Σύνδεση με τα προγράμματα Διαθεματικής Προσέγγισης, Εργαστηρίων Δεξιοτήτων και Αγωγής Υγείας

Το πρόγραμμα συνδυάζει πολλαπλά αντικείμενα (Κοινωνική Αγωγή, Νεοελληνική Γλώσσα, Μαθηματικά, Τεχνολογία) ενισχύοντας έτσι την ολιστική μάθηση. Οι θεματικές ενότητες συνδέονται και με το διδακτικό αντικείμενο των «Εργαστηρίων Δεξιοτήτων», ειδικά στις ενότητες «Ζω καλύτερα – Ευ ζην». Το πρόγραμμα

- Προωθεί την κατανόηση των κινδύνων του εθισμού
- Ενθαρρύνει τους/τις μαθητές/τριες να αναζητήσουν ισορροπημένους τρόπους διαχείρισης του ελεύθερου χρόνου τους
- Παρέχει ερεθίσματα για την ανάπτυξη δεξιοτήτων αυτορρύθμισης
- Ενημερώνει για λύσεις αντιμετώπισης προβλημάτων εθισμού

6. Εικαστικά

Η ανάλυση πινάκων ζωγραφικής από καλλιτέχνες όπως οι Καραβάτζιο, Σεζάν και Munch συνδέεται με την καλλιέργεια αισθητικής αντίληψης και την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης μέσω της τέχνης

Διαφοροποιήσεις ανάλογα με τις ανάγκες του μαθητικού πληθυσμού: Το πρόγραμμα υποστηρίζει τη διαφοροποίηση μέσω ποικιλίας δραστηριοτήτων, ευέλικτων μορφών έκφρασης και ενσωμάτωσης διαφορετικών τρόπων μάθησης. Πιο συγκεκριμένα, στο πρόγραμμα υπάρχει:

1. Δραστηριότητες πολλαπλών τύπων

Οι μαθητές/τριες συμμετέχουν σε καταιγισμούς ιδεών, μελέτες περιπτώσεων, συζητήσεις, παρακολούθηση βίντεο και δημιουργία σεναρίων. Αυτή η ποικιλία καλύπτει μαθητές/τριες με διαφορετικούς τρόπους μάθησης (οπτική, ακουστική, κινήσιολογική προσέγγιση). Αυτή η ποικιλομορφία εξυπηρετεί διαφορετικούς τύπους μαθητών:

- Μαθητές που μαθαίνουν καλύτερα μέσω πράξης (κινήσιολογική/βιωματική μάθηση)
- Μαθητές που προτιμούν τη λεκτική επικοινωνία (αφηγήσεις, συζητήσεις)
- Μαθητές με οπτικο-χωρική νοημοσύνη (εννοιολογικοί χάρτες)
- Μαθητές που αναπτύσσονται μέσω της συνεργασίας (ομαδικές εργασίες)

2. Εναλλακτικές Μορφές Έκφρασης και Παρουσίασης

Οι μαθητές/τριες έχουν την ευκαιρία να καταγράψουν τις παρατηρήσεις τους είτε προφορικά είτε γραπτά, σε όποια μορφή αυτοί/ες κρίνουν ότι τους είναι πιο πρακτική ή ενδιαφέρουσα.

3. Ομαδική και Ατομική Εργασία

Το πρόγραμμα συνδυάζει ατομικές δραστηριότητες (παρατηρήσεις για διαφημίσεις) και ομαδικές (ανάλυση περιπτώσεων, καμπάνια). Αυτή η ισορροπία ενισχύει τόσο την ατομική πρωτοβουλία όσο και τη συνεργατική μάθηση και δίνει χώρο στους/στις μαθητές/τριες να εκφραστούν ανάλογα με την προσωπικότητα, τον χαρακτήρα, τις ανάγκες και τις δυνατότητές τους.

4. Ανατροφοδότηση και αναστοχασμός

Οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να συγκρίνουν προσωπικές εμπειρίες με τα όσα παρουσιάζονται στο πρόγραμμα. Η αναστοχαστική δραστηριότητα μετά το βίντεο ενισχύει τη μεταγνώση.

5. Δυνατότητα Εξατομίκευσης Υλικού

Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να προσαρμόσουν το περιεχόμενο των ερωτήσεων και των παραδειγμάτων ανάλογα με τις ανάγκες και το προφίλ των μαθητών/τριών ή της σχολικής κοινότητας.

Αρχές και αξίες που προάγονται: Το πρόγραμμα προάγει αρχές και αξίες που σχετίζονται με την προσωπική ανάπτυξη, τη συνεργατική μάθηση και την υπεύθυνη κοινωνική συμπεριφορά. Ακολουθούν οι βασικότερες από αυτές:

1. Κοινωνική Υπευθυνότητα και Αλληλεγγύη

- Οι μαθητές/τριες μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τα προβλήματα που προκαλούνται από τον εθισμό και τον στοιχηματισμό, τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο.
- Καλλιεργείται η ενσυναίσθηση και η αίσθηση ευθύνης απέναντι στον εαυτό τους και τους/τις συμμαθητές/τριές τους για την αποφυγή επιβλαβών συμπεριφορών

2. Κριτική Σκέψη και Συνειδητοποίηση Κινδύνων

- Οι δραστηριότητες προάγουν την ανάλυση, τη σύνθεση και την αξιολόγηση πληροφοριών.
- Οι μαθητές/τριες καλούνται να αξιολογήσουν τις συμπεριφορές απέναντι στα τυχερά παιχνίδια, να αναγνωρίσουν εθιστικές συμπεριφορές και να προτείνουν λύσεις.
- Οι δραστηριότητες που σχετίζονται με την αναγνώριση των αιτιών του εθισμού και των παραγόντων κινδύνου ενισχύουν την κριτική σκέψη.
- Η μελέτη περιπτώσεων και οι συζητήσεις οδηγούν σε συνειδητοποίηση των συνεπειών των εθιστικών συμπεριφορών.

3. Αυτορρύθμιση και Αυτογνωσία

- Καλλιεργείται η ικανότητά τους να αναγνωρίζουν προσωπικές παγίδες και να ελέγχουν τις επιθυμίες τους.
- Οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να αναγνωρίσουν τα όρια στις δραστηριότητές τους και να αναστοχαστούν για τη δική τους σχέση με τα παιχνίδια και την τεχνολογία.

4. Συνεργασία και Ομαδικότητα

Μέσω της ομαδικής εργασίας, οι μαθητές/τριες ανταλλάσσουν απόψεις και αναπτύσσουν δεξιότητες συνεργασίας. Οι συζητήσεις και η ανταλλαγή εμπειριών ενισχύουν την κατανόηση διαφορετικών προοπτικών.

5. Δημιουργικότητα

- Οι μαθητές/τριες ενθαρρύνονται να δημιουργήσουν πρωτότυπα σενάρια και να παρουσιάσουν τις ιδέες τους με διάφορους τρόπους (σχεδιασμός σεναρίων, προφορικές παρουσιάσεις)

6. Ενσυναίσθηση και Σεβασμός

- Οι προσωπικές μαρτυρίες καλλιεργούν την ενσυναίσθηση
- Οι μαθητές/τριες καλούνται να αναγνωρίσουν και να κατανοήσουν τις συναισθηματικές και ψυχολογικές δυσκολίες που αντιμετωπίζουν άτομα με εθιστική συμπεριφορά

7. Προώθηση Υπεύθυνων Συμπεριφορών

- Το πρόγραμμα τονίζει τη σημασία της υπεύθυνης χρήσης παιχνιδιών και τεχνολογίας, καθώς και της πρόληψης από τον εθισμό

Παιδαγωγική καταλληλότητα: Το πρόγραμμα είναι κατάλληλα σχεδιασμένο, ώστε να καλύπτει τις ανάγκες της ηλικιακής ομάδας στην οποία απευθύνεται. Πιο συγκεκριμένα, μέσω του προγράμματος επιχειρείται:

Συμμετοχική και Ενεργητική Μάθηση

Οι μαθητές/τριες δεν είναι παθητικοί δέκτες της γνώσης, αλλά εμπλέκονται ενεργά σε δραστηριότητες, με την παρακολούθηση και ανάλυση βίντεο, τη συμμετοχή τους σε συζητήσεις αξιολόγησης δεδομένων και τη διατύπωση και καταγραφή των απόψεών τους σε καταιγισμούς ιδεών.

Βιωματική Μάθηση

Το πρόγραμμα ενσωματώνει δραστηριότητες που επιτρέπουν μια βιωματική εμπλοκή με το θέμα που εξετάζεται, μέσω της μελέτης περιπτώσεων και της παρατήρησης διαφημίσεων που συναντούν στην καθημερινότητά τους. Με τον τρόπο αυτό επιτυγχάνεται σύνδεση της θεωρίας με την πραγματικότητα.

Ενίσχυση του διαλόγου και της συμμετοχικής διαδικασίας

Στο πρόγραμμα ενθαρρύνεται ο διάλογος μέσω ερωτήσεων και συζητήσεων για την προαγωγή της κριτικής σκέψης και της αυτοέκφρασης. Ακόμα, οι μαθητές/τριες καλούνται να δικαιολογήσουν τις απόψεις τους και να αναστοχαστούν σχετικά με τις επιλογές και τα συμπεράσματά τους.

Καλλιέργεια Κοινωνικών και Συναισθηματικών Δεξιοτήτων

Η κατανόηση και η αντιμετώπιση θεμάτων, όπως ο εθισμός, και η καλλιέργεια της ενσυναίσθησης στο θέμα των εξαρτήσεων ενισχύει τη συναισθηματική νοημοσύνη των μαθητών/τριών. Επίσης, οι μαθητές/τριες καλούνται να αναγνωρίσουν συναισθήματα και να διαχειριστούν προβλήματα στις δραστηριότητες του παιχνιδιού ρόλων. Η παρακολούθηση βίντεο με απορροφημένους παίκτες κινητοποιεί τον αναστοχασμό σχετικά με τη χρήση της τεχνολογίας.

Διαφοροποιημένη Διδασκαλία

Το πρόγραμμα επιτρέπει την εξατομίκευση και τη διαφοροποιημένη διδασκαλία με:

- Ποικιλία δραστηριοτήτων (ατομικές, ομαδικές)
- Δυνατότητα επιλογής τρόπου παρουσίασης αποτελεσμάτων
- Εξατομικευμένες αφηγήσεις και προσεγγίσεις

Γνωστικά και συναισθηματικά χαρακτηριστικά

Στο πρόγραμμα γίνεται χρήση εργαλείων που ταιριάζουν με τις ανάγκες των μαθητών/τριών της ηλικιακής ομάδας που απευθυνόμαστε και επιχειρείται αντιμετώπιση ζητημάτων προσωπικής ευθύνης, συνεργασίας και κριτικής σκέψης, που αναπτύσσονται έντονα σε αυτή τη φάση.

Προσβασιμότητα: Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί ώστε να διασφαλίζει τη συμμετοχή όλων των μαθητών/τριών, λαμβάνοντας υπόψη τις διαφορετικές μαθησιακές ανάγκες και δυνατότητές τους.

- Τα βίντεο του προγράμματος είναι σχεδιασμένα ώστε να περιλαμβάνουν προφορικό και γραπτό κείμενο
- Οι οδηγίες για την κάθε δραστηριότητα είναι απλές και σαφείς, διατυπωμένες σε κατανοητή γλώσσα
- Οι πληροφορίες διασπώνται σε μικρότερα, εύληπτα βήματα ανάλογα με το στάδιο του προγράμματος
- Παρέχεται η δυνατότητα διαφορετικών τρόπων συμμετοχής (προφορικά, γραπτά, ψηφιακά)
- Οι ομαδικές δραστηριότητες οργανώνονται με τρόπο που να δίνει ρόλο σε κάθε μαθητή/τρια, σύμφωνα με τις δυνατότητές του
- Χρησιμοποιούνται οπτικοί οργανωτές, όπως εννοιολογικοί χάρτες, για την καλύτερη κατανόηση σύνθετων εννοιών
- Οι οδηγίες των δραστηριοτήτων μπορούν να δίνονται τόσο προφορικά όσο και γραπτά στους/στις μαθητές/τριες, αν αυτό κρίνεται βοηθητικό από τον/την εκπαιδευτικό
- Προτείνεται προσαρμογή της διάταξης της αίθουσας, ώστε να μπορούν να παρακολουθήσουν το οπτικοακουστικό υλικό από τις θέσεις τους όλοι οι μαθητές/τριες. Επίσης, με το τρόπο που να διευκολύνει τη συνεργατική μάθηση, όπου χρειάζεται.
- Χρησιμοποιούνται πλατφόρμες εννοιολογικών χαρτών, όπως το Coggle ή το Smart Tools και δίνεται η δυνατότητα χρήσης tablets ή υπολογιστών για τη συμμετοχή σε δραστηριότητες. Ωστόσο, οι δραστηριότητες είναι σχεδιασμένες, ώστε να μπορούν να υλοποιηθούν και με παραδοσιακά μέσα, αν η πρόσβαση στην τεχνολογία δεν είναι εύκολη ή αν οι ανάγκες της ομάδας είναι διαφορετικές

Πλαίσιο υλοποίησης: Εντός ωρολογίου προγράμματος

Κόστος: Καμία οικονομική επιβάρυνση

ΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να διερευνηθούν οι προϋπάρχουσες γνώσεις των μαθητών/τριών σχετικά με την έννοια παιχνίδι και ειδικά με τα τυχερά παίγνια/παιχνίδια
- Να ενημερωθούν οι μαθητές/τριες για τα τυχερά παίγνια/παιχνίδια και τις συνέπειες που μπορεί να έχει η υπερβολική ενασχόληση με αυτά
- Να διατυπώσουν οι μαθητές/τριες τις απόψεις τους
- Να εκφράσουν τα συναισθήματά τους
- Να ασκήσουν την κριτική τους σκέψη
- Να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές/τριες στο θέμα του εθισμού στα τυχερά παιχνίδια
- Να διακρίνουν τα συμπτώματα εθισμού
- Να συνειδητοποιήσουν τις βλαβερές συνέπειες του εθισμού

ΥΛΙΚΑ:

- Λευκός ή Διαδραστικός πίνακας
- Εφαρμογές (π.χ. bubbl.us, Cmap κ.ά.)

ή εναλλακτικά

- Χαρτί του μέτρου
- Μαρκadόροι
- Βίντεο
- Υπολογιστής
- Μηχανισμός προβολής
- Έντυπο υλικό / Μελέτη περίπτωσης
- Φύλλο εργασίας

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Η δραστηριότητα ξεκινά με έναν καταιγισμό ιδεών/ιδεοθύελλα (brainstorming) με τη λέξη «παιχνίδια» στο κέντρο. Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά τους/τις μαθητές/τριες τι σκέφτονται ακούγοντας τη λέξη αυτή. Καταγράφει τις απόψεις τους, σχηματίζοντας έναν εννοιολογικό/νοητικό χάρτη (χάρτη ιδεών).

Αν οι μαθητές/τριες δεν αναφερθούν από μόνοι/ες τους, ο/η εκπαιδευτικός λειτουργώντας διευκολυντικά προσπαθεί να τους εκμαιεύσει λέξεις/έννοιες όπως: χαρά, παιχνίδι, φίλοι, ελεύθερος χρόνος κλπ.

Στη συνέχεια, ο/η εκπαιδευτικός προσθέτει στο κέντρο, πάνω από το «παιχνίδια» τη λέξη «τυχερά» και σχηματίζεται το «τυχερά παιχνίδια». Συνεχίζεται η συζήτηση με τους/τις μαθητές/τριες και καταγράφονται οι απόψεις τους με την προσθήκη της νέας λέξης.

2^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Οι μαθητές/τριες καλούνται να παρακολουθήσουν ένα σύντομο επεξηγηματικό βίντεο. Στο βίντεο παρουσιάζεται τι είναι τα τυχερά παιχνίδια, ποιες είναι οι κατηγορίες τους (χαρτιά, καζίνο, ηλεκτρονικά κτλ) και μια σύντομη αναφορά στο

γεγονός ότι, πέρα από τη διασκέδαση, μπορεί η υπερβολική ενασχόληση με αυτού του είδους τα παιχνίδια να οδηγήσει σε εθιστικές συμπεριφορές. Στο βίντεο αναφέρεται το γεγονός ότι από το νόμο απαγορεύεται η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια έως τα 18 ή 21 έτη.

3^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Οι μαθητές/τριες χωρίζονται σε 2 ομάδες.

Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στη μία ομάδα μια προσωπική ιστορία-μαρτυρία κάποιου που εθίστηκε στον τζόγο. Η άλλη ομάδα παίρνει μια λίστα με τα συμπτώματα που μπορεί να παρουσιάσει ένα εθισμένο άτομο. Οι ομάδες έχουν 5 λεπτά στη διάθεσή τους για να μελετήσουν το υλικό τους.

Κατά τη διάρκεια της μελέτης ο/η εκπαιδευτικός διευκολύνει τους/τις μαθητές/τριες στην κατανόηση των κειμένων, αν και όπου αυτό χρειάζεται, και τονίζει το γεγονός ότι δεν πρόκειται για μυθοπλασία αλλά για πραγματικά δεδομένα.

Μόλις ολοκληρωθεί το διάστημα μελέτης (5'), ο/η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες για παρουσίαση της προσωπικής μαρτυρίας και των συμπτωμάτων εθισμού με τον εξής τρόπο: Όσο η πρώτη ομάδα διαβάζει την προσωπική μαρτυρία, η δεύτερη ομάδα καλείται να παρατηρήσει αν αυτά που περιγράφει το εν λόγω άτομο εμπεριέχονται στη λίστα «συμπτωμάτων» τους.

Οι δύο ομάδες ανταλλάσσουν πληροφορίες και απόψεις. Ο/Η εκπαιδευτικός διευκολύνει τη συζήτηση και την κατευθύνει με τέτοιο τρόπο, ώστε οι μαθητές/τριες να συνειδητοποιήσουν ποια είναι τα συμπτώματα του εθισμού.

Στο σημείο αυτό και με αφορμή τις μαρτυρίες, ο/η εκπαιδευτικός σχολιάζει το σημείο του βίντεο που αναφέρεται στο όριο ηλικίας των παικτών και ρωτάει τους/τις μαθητές/τριες αν το γνώριζαν, με ερωτήσεις όπως: Στο βίντεο αναφέρθηκε πως ο νόμος ορίζει ότι δεν επιτρέπεται η ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια σε νέους μικρότερους από 18 ή 21 ετών. Γνωρίζατε πως υπάρχει ηλικιακό όριο; Πώς το σχολιάζετε;

4^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Ακολουθεί συζήτηση θέτοντας ο/η εκπαιδευτικός ερωτήσεις όπως: Πώς πιστεύετε ότι μπορεί κάποιος να οδηγηθεί στο να παίξει, έστω και μία φορά; Και γιατί; Πού μπορεί να συναντήσει κανείς τυχερά παιχνίδια στην καθημερινότητά του/της;

Ο/Η εκπαιδευτικός καλεί τους/τις μαθητές/τριες να παρατηρήσουν μέχρι την επόμενη συνάντηση, που θα γίνει την επόμενη ημέρα, πόσες διαφημίσεις αντίστοιχου περιεχομένου θα δουν στην τηλεόραση ή στο διαδίκτυο την ώρα που χαλαρώνουν, πόσα φυσικά καταστήματα ενασχόλησης με τυχερά παιχνίδια

θα εντοπίσουν στη γειτονιά τους και να καταγράψουν τα αποτελέσματα της έρευνάς τους στο φύλλο εργασίας που θα τους δοθεί.

2^η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να προβληματιστούν και να κάνουν προβλέψεις σχετικά με την ενασχόληση ανηλίκων και ενηλίκων με τα τυχερά παιχνίδια, τον εθισμό σε αυτά, τις βλαβερές συνέπειες που έχει στην ανθρώπινη συμπεριφορά, καλλιεργώντας την κριτική τους σκέψη
- Να συνεισφέρουν σε συνεργατικές δραστηριότητες
- Να διακρίνουν και να κατηγοριοποιούν τους παράγοντες που μπορεί να οδηγήσουν ένα άτομο να εμπλακεί και να εθιστεί στα τυχερά παιχνίδια
- Να συνειδητοποιήσουν τη διαχρονικότητα του φαινομένου, εντοπίζοντας κοινά σημεία του παρόντος και του παρελθόντος, τη σύνδεσή του με την ιστορικότητα της κάθε εποχής, τις κοινωνικές ομάδες κ.ά.
- Να αναγνωρίζουν, να ερμηνεύουν και να ταυτίζονται με τα συναισθήματα των άλλων
- Να αντιλαμβάνονται τον ρόλο και τη σημασία της τέχνης στην αποτύπωση των ανθρώπινων στάσεων και συμπεριφορών
- Να κάνουν υποθέσεις
- Να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους

ΥΛΙΚΑ:

- Φύλλα εργασίας
- Λευκός ή Διαδραστικός Πίνακας
- Εφαρμογές
- Υπολογιστής
- Μηχανισμός προβολής
- Εκπαιδευτικές κάρτες (flashcards)
- Εικόνες από πίνακες ζωγραφικής διακεκριμένων ζωγράφων

Προτάσεις έργων (ενδεικτικά):

Οι Χαρτοπαίκτες, Σεζάν

Οι Χαρτοπαίκτες, Καραβάτζιο, At the Roulette Table in Monte Carlo, Munch

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Με αφορμή την παρουσίαση των ευρημάτων από τις καταγραφές των μαθητών/τριών, ο/η εκπαιδευτικός εκκινεί συζήτηση μαζί τους απευθύνοντας ερωτήματα προβληματισμού, όπως: Τι παρατηρήσατε μέσω της διαδικασίας; Πόσο συχνή είναι η επαφή ενός ατόμου με τα τυχερά παιχνίδια; Πόσο εύκολη είναι η εμπλοκή του με αυτά; Τι πληροφόρηση/ενημέρωση μπορεί να λάβει κάποιος/α για τα τυχερά παιχνίδια και τις βλαβερές επιπτώσεις που μπορεί να έχει ο εθισμός σε αυτά; Ποια/ες πηγή/ές θεωρείτε ότι μπορεί να είναι πιο έγκυρη/ες και αξιόπιστη/ες και γιατί;

Γίνεται μια καταγραφή των απαντήσεων των μαθητών μέσω ενός polling καταγράφοντας τις απόψεις τους σε κλειστού τύπου ερωτήσεις, όπως: Είναι

συχνή η επαφή ενός ατόμου με τα τυχερά παιχνίδια; Είναι εύκολη η εμπλοκή του με αυτά; Μπορεί κάποιος να ενημερωθεί εύκολα για τις συνέπειες του παιχνιδιού του;

Παρουσιάζονται τα αποτελέσματα σε ένα chart με τις απαντήσεις τους, οπτικοποιώντας το αποτέλεσμα και δίνοντας την ευκαιρία για περαιτέρω συζήτηση.

Επίσης, το roll περιλαμβάνει ερώτηση πολλαπλής επιλογής σχετικά με τους λόγους που μπορεί να οδηγηθεί κάποιος στο να παίζει χωρίς έλεγχο, όπως: Για ποιους λόγους πιστεύετε ότι θα μπορούσε να οδηγηθεί κάποιος/α στο να παίζει αλόγιστα τυχερά παιχνίδια χωρίς να υπολογίζει τις συνέπειες; Οι απόψεις αποτυπώνονται σε γράφημα και οπτικοποιούνται.

Στο πλαίσιο καταγραφής των απαντήσεων των μαθητών/τριών, ο/η εκπαιδευτικός ζητά να κατηγοριοποιήσουν τους λόγους ενασχόλησης κάποιου με τα τυχερά παιχνίδια βάσει τριών κατηγοριών παραγόντων: ψυχολογικοί, οικονομικοί, κοινωνικοί.

Παρουσιάζονται εκπαιδευτικές κάρτες (flashcards) που αναφέρονται στους λόγους που μπορεί να οδηγήσουν κάποιον από την απλή ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια, στον εθισμό.

Ο/Η εκπαιδευτικός κάνει μια σύγκριση/διαπίστωση, σύμφωνα και με όσα διατύπωσαν νωρίτερα οι μαθητές/τριες, εάν έχουν βρει κάποιους από αυτούς και ποιοι είναι σε σχέση με τις ενημερωτικές εκπαιδευτικές κάρτες (flashcards).

2^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες και παίρνουν στα χέρια τους εικόνες από πίνακες ζωγραφικής διακεκριμένων ζωγράφων, που αποτυπώνουν πρόσωπα που παίζουν τυχερά παιχνίδια.

Απευθυνόμενος/η προς τους/τις μαθητές/τριες ο/η εκπαιδευτικός τους ζητά να παρατηρήσουν τα πρόσωπα που απεικονίζονται στον πίνακα/στους πίνακες και υποβάλλει ερωτήσεις, οι οποίες ενδεικτικά είναι οι εξής:

να περιγράψουν το συναίσθημα που φαίνεται πως νιώθουν π.χ. χαρά, λύπη, ενθουσιασμό, θυμό κ.ά., να προβληματιστούν και να σκεφτούν για ποιους λόγους οδηγήθηκαν να παίξουν, να εικάσουν την εξέλιξη της πορείας του παιχνιδιού, εάν φαίνεται να κερδίζουν ή να χάνουν και τι φαντάζονται ότι θα γίνει μετά.

Οι μαθητές/τριες καταγράφουν τις σκέψεις τους και κάνουν υποθέσεις.

3^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Αφού καταγράψουν τις υποθέσεις τους, ο/η εκπαιδευτικός τούς ζητά να δημιουργήσει κάθε ομάδα από ένα σενάριο, το οποίο καλούνται να παίξουν στο πλαίσιο ενός παιχνιδιού ρόλων.

Το ένα σενάριο περιλαμβάνει μια θετική έκβαση του παιχνιδιού και το άλλο μια αρνητική. Κοινό σημείο για όλους θα είναι ότι οι παίκτες παίζουν με χρήματα. Οι μαθητές/τριες όμως είναι αυτοί/ές που θα αποφασίσουν τη θετική ή την αρνητική έκβαση του σεναρίου καθώς και το τι μπορεί να σημαίνει αυτό για το περιβάλλον των παικτών.

Στο σημείο αυτό και με αφορμή τα σενάρια που πρόκειται να ετοιμάσουν οι μαθητές/τριες, ο/η εκπαιδευτικός αναφέρεται στους τρόπους αντιμετώπισης συμπτωμάτων εθισμού και στα Κέντρα Ψυχολογικής Απεξάρτησης του ΕΟΠΑΕ, τα οποία έχουν ειδικό τμήμα υποστήριξης για τον εθισμό στα τυχερά παιχνίδια.

Ο/Η εκπαιδευτικός ενημερώνει τους/τις μαθητές/τριες ότι έχουν στη διάθεσή τους 10' προετοιμασίας.

Στη διάρκεια της προετοιμασίας ο/η εκπαιδευτικός βοηθά τις ομάδες στη διαμόρφωση του σεναρίου τους υπενθυμίζοντάς τους αν και όταν αυτό χρειάζεται τους οικονομικούς, κοινωνικούς και ψυχολογικούς παράγοντες που μπορεί να οδηγήσουν κάποιον στην ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια.

Οι ομάδες παρουσιάζουν την εργασία τους στην ολομέλεια.

Ακολουθεί συζήτηση με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού με ανοιχτού και κλειστού τύπου ερωτήσεις όπως: Ποιο μπορεί να θεωρηθεί ως όριο για το πόσα χρήματα μπορεί να παίξει κάποιος; Πώς θα μπορούσε να επηρεάσει κάποιον ο περίγυρος (φίλοι, οικογένεια); Ποια θα είναι η συμπεριφορά του μετά;

Επίσης, ο/η εκπαιδευτικός παρακινεί τους/τις μαθητές/τριες, να σκεφτούν το πώς θα έπρατταν σε περίπτωση που παρατηρούσαν κάποια προβληματική συμπεριφορά στους/στις ίδιους/ίδιες ή σε φίλους/ες τους. Τους ενημερώνει ότι, παρόλο που το όριο ηλικίας, σύμφωνα με τον νόμο, δεν επιτρέπει την ενασχόληση ανήλικων με τέτοιες δραστηριότητες, είναι πολλές οι φορές που έχουν εμφανιστεί συμπτώματα εξάρτησης και εθισμού σε ανήλικα άτομα. Ο/Η εκπαιδευτικός ενθαρρύνει τους/τις μαθητές/τριες να ζητήσουν βοήθεια σε περίπτωση που παρατηρήσουν κάποια προβληματική συμπεριφορά, απευθυνόμενοι/ες στον εκπαιδευτικό, τον γονέα τους ή άλλον/η ενήλικα από το περιβάλλον τους, και να γνωρίζουν ότι υπάρχει το απαραίτητο πλαίσιο υποστήριξης για να βοηθηθεί.

3^η ΕΝΟΤΗΤΑ

ΣΤΟΧΟΙ:

- Να καλλιεργήσουν την κριτική τους σκέψη.
- Να αποκτήσουν εγρήγορση και ευαισθησία σε θέματα που μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την ανθρώπινη συμπεριφορά και να έχει επιβλαβείς συνέπειες στο άτομο.
- Να αναγνωρίζουν τα χαρακτηριστικά ενός παιχνιδιού που οδηγεί στην ανάληψη ρίσκου από τον/την παίκτη/τρια και στην ανάπτυξη εθιστικής συμπεριφοράς
- Να περιγράφουν και να αποτυπώνουν τις απόψεις και τις εμπειρίες τους
- Να κάνουν υποθέσεις και να επιχειρούν να ερμηνεύσουν τα συναισθήματα των άλλων.
- Να προβληματιστούν επεξεργαζόμενοι/ες τη συγκεκριμένη περίπτωση, και να εντοπίσουν ομοιότητες και διαφορές με οικείες περιπτώσεις.
- Να ταυτιστούν συναισθηματικά.

ΥΛΙΚΑ:

- Εικόνες από γνωστά διαδικτυακά παιχνίδια.
- Κάρτα ενημέρωσης.
- Βίντεο.

1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Παρουσιάζονται στους/στις μαθητές/τριες εικόνες από δημοφιλή παιχνίδια που δεν ανήκουν όμως στα τυχερά παιχνίδια όπως το «Bubbles shooter», το «Κάν'το όπως ο Σεφ», «Το αγρόκτημα», κτλ.

Κοινό στοιχείο όλων των παιχνιδιών που παρουσιάζονται είναι ότι καλούν τον/την παίκτη/τρια να λάβει «αθώα» ρίσκα και μέσω της διαδικασίας του παιχνιδιού οδηγούνται σε εθιστικές συμπεριφορές.

Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά τους/τις μαθητές αν γνωρίζουν κάποιο από αυτά, αν έχει τύχει να παίξουν ποτέ κάποιο/α από αυτά, αν μπορούν να περιγράψουν το περιεχόμενο και τους κανόνες του παιχνιδιού, εστιάζοντας στα στάδια/επίπεδα του παιχνιδιού, στη συλλογή βαθμών και προνομίων, στην αναβάθμιση της θέσης του/της παίκτη/τριας, αν έχει τύχει να ακολουθήσουν τη ροή που τους υποδεικνύει το παιχνίδι (πχ αν επανέλθουν εντός 24 ωρών θα ανοίξουν νέες πίστες αλλιώς χάνουν τη βαθμολογία τους) και αν ναι, πόσο συχνά συνέβη αυτό; Τι συναισθήματα τους προκάλεσε η εμπλοκή τους σε αυτό; . Οι απαντήσεις των μαθητών/τριών μπορούν να καταγραφούν στον πίνακα και με τη βοήθεια ψηφιακών εφαρμογών αυτές να οπτικοποιηθούν σε στατιστικά στοιχεία (π.χ. charts). Επίσης, ο/η εκπαιδευτικός για να διευκολύνει τη διαδικασία μπορεί να παρουσιάσει τις ερωτήσεις και με τη μορφή πολλαπλών επιλογών π.χ. άγχος, ενθουσιασμό, κτλ).

Ο/Η εκπαιδευτικός ρωτά τους/τις μαθητές αν παρατηρούν κάποια χαρακτηριστικά ή συναισθήματα που έχουν συναντήσει σε όσα έχουμε

προαναφέρει και δηλώνουν εθισμό. Αναφερόμαστε και σχολιάζουμε τα κοινά σημεία στην αίθουσα.

Ο/Η εκπαιδευτικός τονίζει ότι κάποια παιχνίδια που δεν εντάσσονται στα τυχερά παιχνίδια, όπως τα παραπάνω, είναι πιθανό να καλλιεργούν εθιστικές συμπεριφορές και μπορεί να οδηγήσουν στο μέλλον πιο εύκολα τον χρήστη στην ανάληψη υψηλού ρίσκου και κατ' επέκταση σε καταστάσεις εκτός ελέγχου με αρνητικές συνέπειες.

2^Η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ:

Οι μαθητές/τριες παρακολουθούν ένα ολιγόλεπτο βίντεο που δείχνει έναν μαθητή. Ο μαθητής επιστρέφει στο σπίτι μετά το σχολείο, απορροφάται από την ενασχόλησή του με ένα κινητό τηλέφωνο και απέχει από όλες τις υπόλοιπες συζητήσεις και δραστηριότητες του σπιτιού. Ύστερα από μια έντονη λογομαχία με τους γονείς του, οι οποίοι τον καλούν να αφήσει το κινητό, εκείνοι καταλήγουν να του το πάρουν από τα χέρια για να τον αναγκάσουν να σταματήσει να ασχολείται με αυτό. Ο μαθητής πηγαίνει στο δωμάτιό του νευριασμένος, προσπαθεί να συγκεντρωθεί στο να κάνει τα μαθήματα του σχολείου του αλλά δεν τα καταφέρνει και αδυνατεί να βρει ενδιαφέρον σε οτιδήποτε άλλο μπορεί να αποτελέσει εναλλακτική επιλογή από το κινητό και τα παιχνίδια που μπορεί να παίξει με αυτό.

Ο/Η εκπαιδευτικός ζητά από τους/τις μαθητές/τριες να παρατηρήσουν και να σκεφτούν τις δικές τους κινήσεις μέσα στο επόμενο 24ωρο, αναλογιζόμενοι/ες εάν υπάρχουν ομοιότητες και διαφορές με τα πρόσωπα και την κατάσταση που προβάλλεται στο βίντεο.

4 ^η ΕΝΟΤΗΤΑ
ΣΤΟΧΟΙ: • Να συνεργαστούν με τους/τις συμμαθητές/τριες τους και να επικοινωνήσουν τα όσα έμαθαν σε μια προσπάθεια να ενημερώσουν τη σχολική κοινότητα • Να αναπτύξουν τη δημιουργικότητά τους
ΥΛΙΚΑ: • Ενημερωτικό υλικό σε σχέση με το θέμα. • Ηλεκτρονικές πηγές προς διερεύνηση στο διαδίκτυο. • Υπολογιστής. • Μηχανισμός προβολής.
1^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: Ο/Η εκπαιδευτικός συζητά με τους/τις μαθητές/τριες τι παρατήρησαν σε σχέση με τη δική τους συμπεριφορά. Υπάρχουν ομοιότητες με τα πρόσωπα που εμφανίζονται στο βίντεο; Τι παιχνίδι/α μπορεί να παίζει ο ήρωας; Πιστεύετε ότι παίζει με χρήματα ή χωρίς; Ποια είναι τα πιο δημοφιλή παιχνίδια; Παρακολουθώντας μια κατάσταση, την οποία ενδεχομένως βιώνουν και οι ίδιοι/ες, ποιες σκέψεις τους δημιουργούνται και ποια συναισθήματα; Μήπως και αυτή η συμπεριφορά έχει χαρακτηριστικά εθισμού;
2^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: Σε συνέχεια της συζήτησης και με αφορμή τα όσα αντιμετώπισε ο/η ήρωας του βίντεο αλλά και όσα ενδεχομένως παρατήρησαν στους εαυτούς τους, ο/η εκπαιδευτικός χωρίζει τους/τις μαθητές/τριες σε τέσσερις ομάδες και τους καλεί να εργαστούν πάνω σε 4 θεματικές: • Ομάδα Έρευνας: Καταγράφει στατιστικά για τον εθισμό στα τυχερά παιχνίδια (χρήση πηγών και έτοιμου υλικού). • Ομάδα ΜΜΕ: Καταγράφει πώς τα τυχερά παιχνίδια προβάλλονται στις διαφημίσεις και πώς επηρεάζουν τους νέους. • Ομάδα Κοινωνικής Υποστήριξης: Προτείνει τρόπους υποστήριξης ατόμων που έχουν εθιστεί. • Ομάδα Πρόληψης: Προτείνει στρατηγικές πρόληψης για τους/τις συνομηλίκους/ες της Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στους/στις μαθητές/τριες το απαραίτητο ενημερωτικό υλικό και οι ομάδες ξεκινούν να εργάζονται πάνω στο θέμα. Ο/Η εκπαιδευτικός βοηθά, διευκολύνει και συντονίζει τις ομάδες, παρέχοντάς τους οτιδήποτε μπορεί να συμβάλλει στη συγκέντρωση των πληροφοριών και των στοιχείων που χρειάζονται. Η παρουσίαση των αποτελεσμάτων θα γίνει στην επόμενη συνάντηση (επόμενη ημέρα) και για τον λόγο αυτό τους/τις παροτρύνει να αναζητήσουν και μόνοι/ες τους πληροφορίες έως τότε.
3^η ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: Η κάθε ομάδα παρουσιάζει τα δεδομένα της στην ολομέλεια με όποιο τρόπο επιλέξει ότι της ταιριάζει καλύτερα, όπως: με παρουσίαση ppt, με

παραδείγματα διαφημίσεων, με απλή προφορική παρουσίαση όσων έχουν καταγράψει, με σκετς, κτλ.

Μετά την παρουσίαση όλων των ομάδων, η ολομέλεια καταλήγει σε συμπεράσματα, τα οποία καταγράφονται με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού και στη συνέχεια διανέμονται σε όλη την ομάδα.

ΥΛΙΚΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ

2^η Δραστηριότητα – Βίντεο

<https://www.youtube.com/watch?v=41wGSnOt5kY>

Υποστηρικτικό υλικό για τους εκπαιδευτικούς: στο [site](#) είναι αναρτημένο Λεξικό όρων/εννοιών

1^η ΕΝΟΤΗΤΑ

4^η Δραστηριότητα

Μαρτυρίες εθισμού στον τζόγο (ενδεικτικά):

1. Δύο νέα παιδιά 20 και 25 ετών αφηγούνται την περιπέτεια του εθισμού τους στον τζόγο που ξεκίνησε μέσα στην καραντίνα με «όχημα» το διαδίκτυο.

Απόγευμα Τετάρτης στο πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών που βρίσκεται δέκα βήματα από τη Μονάδα Απεξάρτησης στους Αμπελόκηπους τα στοιχήματα «πέφτουν βροχή». Είναι ημέρα Champions League κι αυτό πολλαπλασιάζει τους πελάτες του μικρού καταστήματος με τις μεγάλες διαφημιστικές πινακίδες στο εξωτερικό, για κάθε είδους παίγνια.

Ο Χρήστος (δεν είναι το πραγματικό του όνομα) περνά από εκεί κάθε Τετάρτη τον τελευταίο ενάμιση χρόνο. Κοιτάζει χαμογελαστός μέσα από τη τζαμαρία που αντανakλά το φως των τηλεοράσεων και στρίβει αμέσως στη γωνία ώστε να φτάσει στη Μονάδα Απεξάρτησης.

«Την πρώτη φορά που έπαιξα σε πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών ήμουν 15 χρονών και πήγα μαζί με τον πατέρα μου» λέει. «Θυμάμαι ότι απέναντι από το φροντιστήριο αγγλικών που πήγαινα υπήρχε ένα πρακτορείο, όπως και τώρα υπάρχει ένα έξω από την Μονάδα. Έγινα μέλος του 18 Άνω τον Σεπτέμβριο του 2021 και στόχος μου ήταν να απεξαρτηθώ από αυτή την αρρώστια που βρίσκεται συνεχώς μπροστά μου. Τον τζόγο».

Ο Χρήστος είναι σήμερα 25 ετών και σε έναν μήνα θα έχει ολοκληρώσει τη θεραπεία απεξάρτησης από τον τζόγο. Είναι ένας από τους αρκετούς νέους που ζήτησαν τη βοήθεια της Μονάδας προκειμένου να κερδίσει το στοίχημα της ζωής και όχι του εθισμού.

Αύξηση στις μικρές ηλικίες

Σύμφωνα με την ψυχίατρο και διευθύντρια της Μονάδας Απεξάρτησης 18 Άνω, Στέλλα Χρησιτίδη τα αιτήματα ένταξης στο πρόγραμμα σημειώνουν αύξηση. «Από τα 166 αιτήματα που είχαμε το 2021, έναν χρόνο μετά φτάσαμε στα 287. Τέτοια εποχή πέρυσι είχαμε 52 αιτήσεις, σχεδόν όσες και τώρα» σημειώνει η κ. Χρησιτίδη τονίζοντας πως ενώ παραδοσιακά ένας άνθρωπος εθισμένος στον τζόγο ζητά βοήθεια μετά την ηλικία των 40 (καθώς τότε συνήθως βιώνει οικονομικές επιπτώσεις στις οποίες δεν μπορεί να ανταποκριθεί), τα τελευταία τρία με τέσσερα χρόνια παρατηρείται αύξηση στις μικρές ηλικίες από 18 έως 26 ετών. «Από την αρχή του έτους έχουμε 53 άτομα που έχουν απευθυνθεί στο 18 Άνω. Τα 17 από αυτά είναι κάτω των 30 ετών», εξηγεί και προσθέτει πως αυτό δημιούργησε την ανάγκη για σύσταση ενός γκρουπ μόνο για νέα παιδιά.

Ο Αντώνης (δεν είναι το πραγματικό του όνομα) είναι μόλις 20 ετών και πριν από μία εβδομάδα εντάχθηκε για δεύτερη φορά σε θεραπευτικό γκρουπ, καθώς υποτροπίασε. «Ξεκίνησα να παίζω συστηματικά στα 18 μου, την περίοδο δηλαδή

που ξέσπασε η πανδημία. Όταν ως φοιτητής μετακόμισα σε άλλη πόλη, τότε η κατάσταση ξέφυγε τελείως», λέει.

Η πρώτη επαφή του 25χρονου Χρήστου με τον διαδικτυακό τζόγο ήταν στα 19 του. «Ανοίξαμε έναν λογαριασμό μαζί με την παρέα μου αλλά μετά από λίγο καιρό τον κλείσαμε καθώς πήγε κατά διαόλου. Στη συνέχεια αποφάσισα να ανοίξω δικό μου λογαριασμό. Τότε ξεκίνησε και η περιπέτεια του εθισμού, καθώς συνεχώς άνοιγα και έκλεινα λογαριασμούς. Μία αντιστεκόμουν, μία ενέδιδα».

Στην περίπτωση του 20χρονου Αντώνη τα πράγματα ξέφυγαν πολύ γρήγορα. «Είχα ανοίξει λογαριασμούς σε δύο στοιχηματικές εταιρίες. Έπαιζα πόκερ που μου άρεσε μαζί με την παρέα μου. Στη συνέχεια ήθελα να παίζω μόνος και στο σπίτι. Άνοιξα έναν λογαριασμό, τον έκλεισα. Μετά άνοιξα άλλο λογαριασμό με τα στοιχεία του πατέρα μου γιατί δεν είχα κλείσει καν τα 21. Πήρα στα κρυφά τα στοιχεία της κάρτας του και έτσι ξεκίνησα να παίζω. Ωστόσο, ένα πρωί του ήρθε ειδοποίηση πως έλειπε ένα αρκετά μεγάλο ποσό, γεγονός που τον έβαλε σε υποψίες. Εν τέλει έκλεισα οριστικά τον λογαριασμό. Στην πορεία όμως “κόλλησα” με άλλα παιχνίδια στο πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών».

Σύμφωνα με τους ειδικούς, ένας νέος εθισμένος στον τζόγο μπορεί να παίζει παντού: σε πρακτορείο με την παρέα του, μόνος του στο σπίτι, είτε σε καζίνο με γνωστούς-αγνώστους. Δε τον νοιάζει το περιβάλλον, τον ενδιαφέρει η νίκη και η οικονομική ικανοποίηση. Όταν όμως χάνεται ο έλεγχος και ο τζόγος γίνεται μία σχεδόν 24ωρη απασχόληση, οι επιπτώσεις είναι επιζήμιες, ακόμη και στις μικρές ηλικίες.

Ντροπή, οικονομική καταστροφή και τάσεις αυτοκτονίας

Ο Χρήστος βίωσε από πρώτο χέρι τις καταστροφικές συνέπειες του εθισμού όταν έπιασε ο ίδιος δουλειά σε ένα πρακτορείο τυχερών παιχνιδιών. Εκεί, όπως λέει, είδε ανθρώπους να παίζουν τα λεφτά για το μαιευτήριο, ενώ η γυναίκα τους θα γεννούσε την άλλη ημέρα. Την ίδια ώρα, ο ίδιος βυθιζόταν όλο και περισσότερο στην εξάρτηση. «Στην αρχή έβγαζα 300 ευρώ και φυσικά τα έχανα αμέσως. Μία ημέρα θυμάμαι “έκλεισα” το πρακτορείο και έμεινα μέσα για να παίζω μόνος μου. Χωρίς να το καταλάβω έχασα περίπου 3.500 ευρώ που πήρα από το ταμείο. Εκείνο το βράδυ δεν κοιμήθηκα. Την άλλη μέρα πήγα στο αφεντικό και του είπα παραιτούμαι και ότι θα του φέρω τα λεφτά. Αυτή ήταν μέγιστη ντροπή για μένα. Πήγα στον πατέρα μου, έκλαιγα και του ζητούσα τα λεφτά καθώς προφανώς δεν τα είχα».

2. Τις ακραίες καταστάσεις που πέρασε μέχρι να συνειδητοποιήσει ότι πρέπει να ζητήσει βοήθεια περιγράφει και ο Αντώνης. «Ένα βράδυ είχα πάει σε μία λέσχη και είχα αφήσει ένα πολύ μεγάλο ποσό. Εκεί κατάλαβα πως έχω κάποιο πρόβλημα. Έπαιζα ό,τι λεφτά μου έστελναν οι δικοί μου, ακόμη και το νοίκι του σπιτιού. Όλα τότε άρχισαν να διαλύονται σαν ντόμινο. Για να τα βγάλω πέρα οικονομικά, πούλησα το κινητό μου. Τα λεφτά που κέρδισα τα έπαιξα ξανά. Είχα μείνει χωρίς επικοινωνία με την οικογένειά μου και χωρίς λεφτά. Τότε πήρα την απόφαση να

γυρίσω πίσω στο πατρικό μου. Δεν μπορούσα άλλο να σκαρφίζομαι δικαιολογίες και ψέματα προκειμένου να μην τους προκαλέσω ανησυχία».

3. Το θέμα μου και ο προβληματισμός μου δεν αφορά εμένα αλλά την αδερφή μου. Πιστεύω πως είναι εθισμένη στο τζόγο!

Ξεκίνησέ πριν μερικά χρόνια να παίζει διαδικτυακά “μικροποσά” βάσει των δικών της λεγόμενων. Τα ποσά αυτά για το δικό μου σκεπτικό μόνο μικρά δεν ήταν (200 και 300 ευρώ).

Λόγω του ότι εγώ δεν παίζω καθόλου, απεχθάνομαι κυριολεκτικά ό,τι έχει σχέση με τυχερά παιχνίδια, ο τρόπος που αντιμετώπισα τότε την κατάσταση δεν ήταν σωστός με αποτέλεσμα να την απομακρύνει από εμένα, σε ό,τι αφορά μόνο αυτό όμως. Είμαστε πολύ αγαπημένες και δεμένες αλλά σταμάτησε να μου λέει πλέον τι παίζει. Να πω εδώ ότι έχει μακροχρόνια σχέση και πέρυσι το καλοκαίρι παντρεύτηκε. Ο σύζυγός της δεν γνωρίζει το «πάθος» της και την εμπιστεύεται με κλειστά τα μάτια. Τόσο πολύ που την έχει αφήσει να διαχειρίζεται εκείνη το ταμείο του σπιτιού συν ότι τα λεφτά που αποταμιεύουν ως ζευγάρι είναι σε δικό της λογαριασμό που εκείνος δεν τσεκάρει καν γιατί δεν του περνάει καν από μυαλό του ανθρώπου τι κάνει η αδερφή μου.

Τους τελευταίους μήνες αυτά που έχω μάθει με έχουν σοκάρει. Έχει παίζει όλα τα λεφτά από τον λογαριασμό αποταμίευσης. Λεφτά τα οποία πήρε η μητέρα μας δανεικά από αλλού (για να μην το μάθει ο πατέρας μας) και της τα έδωσε να βάλει πίσω με την προϋπόθεση ότι δεν θα ξαναπαίξει. Φυσικά και τα έπαιξε και αυτά. Όταν έπιασε και μου τα είπε όλα της είπα ότι χρειάζεται επείγοντως θεραπεία είναι εθισμένη και χρειάζεται βοήθεια.

Τσακώθηκα και με τη μητέρα μου γιατί της εξήγησα ότι δεν τη βοηθά έτσι. Όλο αυτό το διάστημα που είμαι πολύ κοντά στην αδερφή μου της εξηγώ ότι θα είμαι δίπλα της ό,τι και να γίνει αλλά πρέπει να ξεκινήσει θεραπεία και να πει όλη την αλήθεια στον σύζυγο της κάτι στο οποίο είναι τέλειος αρνητική.

Την αγαπάω πολύ, θέλω να τη βοηθήσω να βγει από αυτήν την κατάσταση και να ξαναπάρει πίσω τη ζωή της .

Δεν ήταν έτσι, ούτε ψεύτρα ούτε κλέφτρα ούτε έχει εξαπατήσει έτσι κανέναν στο παρελθόν. Είναι πολύ ευαίσθητη και καλόκαρδη.

4. Με λένε Θανάση και είμαι τζογαδόρος σε ανάρρωση. Την πρώτη μου φορά δοκίμασα να παίξω για το χαβαλέ, για το παιχνίδι που λένε. Κέρδισα κάποια χρήματα διασκεδάζοντας και χωρίς μεγάλο κόπο. Ήταν λίγο μετά, αφού είχα τελειώσει το σχολείο. Δεν με χαλούσε να βγάζω λεφτά εύκολα και γρήγορα. Το μικρόβιο είχε γαντζωθεί μέσα μου.

Στην αρχή είτε κερδίσεις είτε όχι δεν πειράζει. Δικαιολογείσαι από τους παλιότερους, δικαιολογείς και τον εαυτό σου, λέγοντας ότι δεν ξέρεις το παιχνίδι. Όταν γύριζα το παιχνίδι όμως ήταν σκέτη γλύκα. Πίστευα ότι είχα γίνει πολύ καλός,

ότι ήμουν ανίκητος. Έβγαζα λεφτά, έκανα και το κέφι μου. Η ντάμα της τράπουλας έγινε η καλύτερη μου φίλη και ο βαλές νόμιζα πως ήμουν εγώ.

Πήρα το βάπτισμα του πυρός στο καζίνο στη Γευγελή. Πέρασα τα σύνορα και ένας άλλος κόσμος πέρασε από μπροστά μου. Οι ναοί του τζόγου μπήκαν στη ζωή μου. Στο Πόρτο Καράς και μετά ακόμα πιο κοντά. Πρώτα άνοιγα την πόρτα του καζίνο και μετά του σπιτιού μου. Έφτασα να παίζω καθημερινά για 4 με 5 ώρες. Αν δεν είχα τη δουλειά μου για να βρίσκω χρήματα θα έμενα νύχτα – μέρα. Δεν με κρατούσε τίποτα.

Έφαγα τα δικά μου λεφτά και της οικογένειάς μου. Έχασα και χρήματα της δουλειάς μου. Δανειζόμουν από παντού. Παρακαλούσα από ανθρώπους που κανονικά θα ζητούσαν από μένα. Δεν με ένοιαζε που θα τα έβρισκα. Αρκεί να είχα για να παίζω.

Πέρασαν έτσι 10 ολόκληρα χρόνια. Μέσα σ' αυτά στερήθηκα την οικογένεια μου και τον εαυτό μου. Ζούσα στην παρακμή. Έπαιζα συνεχώς. Δεν παραδεχόμουν την αρρώστια μου. Νόμιζα ότι εγώ έβαζα τα όρια και όχι η πράσινη τσόχα.

Τελικά έπιασα πάτο. Θα καταστρεφόμουν ολοκληρωτικά ή θα έβρισκα μια λύση. Είχε φτάσει η στιγμή της απόφασης. Από γνωστούς και φίλους έμαθα για τα Κέντρα Ψυχολογικής Απεξάρτησης. Ήρθα μια μέρα και γνώρισα ανθρώπους που είχαν δώσει λύση στο πρόβλημα τους. Σκέφτηκα, γιατί αυτοί και όχι εγώ; Ξεκίνησα να πηγαίνω στις ομάδες για να μάθω πως γλιτώσανε. Αυτό ήταν.

Έχω κλείσει πάνω από έναν χρόνο καθαρός. Δεν έχω πιάσει στα χέρια μου ούτε λαχείο. Τις πρώτες μέρες ήθελα να παίξω για να ρεφάρω και να καθαρίσω τα χρέη μου. Δεν έπεσα ξανά στην παγίδα του εύκολου χρήματος. Τα χρέη μου βέβαια δεν εξαφανίστηκαν δια μαγείας. Κάθε μήνα δίνω ό,τι μπορώ, αλλά μόνο με τη δουλειά μου και τις δικές μου δυνάμεις. Ξαναβρήκα την οικογένεια μου. Τους νιώθω πιο κοντά μου από ποτέ.

Απολαμβάνω τη χαμένη ελευθερία μου. Δεν κρύβομαι από κανέναν και δεν χρειάζεται να λέω ψέματα.

Βρίσκομαι σε μια καθημερινή ανάρρωση. Ξέρω ότι δεν έχω τελειώσει με τον τζόγο. Κάθε μέρα είναι και μια νίκη. Βλέπω τώρα ότι ο τζόγος στην αρχή είναι γλυκός. Μετά σε ταλαιπωρεί με νίκες και ήττες και τέλος σου δίνει την ψευδαίσθηση ότι θα ρεφάρεις και θα ξεχρεώσεις. Κατάλαβα την ψευδαίσθηση της ρέφας.

Όταν βλέπω έναν τζογαδόρο στο Κέντρο, προσπαθώ να τον κάνω να δει αυτό που βλέπω εγώ. Θυμάμαι το παρελθόν μου. Τα ψέματα, την απελπισία και την απαξίωση. Νομίζω ότι αν δει πόσο καθαρός είμαι θα τον βοηθήσω. Είμαι εκεί!

5. «Ήμουν άρρωστος, δυστυχισμένος, δεν με κάλυπτε τίποτα, ξυπνούσα και κοιμόμουν με το μυαλό μου στο τζογάρισμα. Είναι μια αρρώστια σταδιακή, μέρα με τη ημέρα χειροτερεύει, δεν έχει πάτο το βαρέλι. Δέκα χρόνια που έπαιζα, κάθε

ημέρα ήταν χειρότερη από την άλλη», με αυτά τα λόγια ο Μ. εξομολογείται στη την εξάρτησή του από τον τζόγο αλλά και την προσπάθεια που ξεκίνησε τους τελευταίους μήνες να μείνει «καθαρός» και να μπορέσει να δει με περισσότερη αισιοδοξία το μέλλον.

Ο Μ. σήμερα είναι 30 χρονών, ένα όμορφο, συγκροτημένο παλληκάρι, που έφτασε μέχρι το χείλος του γκρεμού, όμως την τελευταία στιγμή άλλαξε ρότα για τη ζωή. Μια ζωή που, όπως εκμυστηρεύτηκε, έχανε μέσα από τα χέρια του, καθώς δεν είχε κανένα άλλο ενδιαφέρον και τίποτα δεν τον συγκινούσε εκτός από το να τζογάρει, είτε σε παράνομες λέσχες είτε σε ηλεκτρονικά μέσα από τον υπολογιστή του ή το κινητό του τηλέφωνο.

Η επαφή του με τον τζόγο ξεκίνησε από την εφηβική του σχεδόν ηλικία και σταδιακά του έγινε εμμονή. «Για τουλάχιστον 10 χρόνια ο εθισμός στον τζόγο ήταν η καθημερινότητά μου, δεν περνούσε ημέρα που να μην παίζω ή να μη σκεφτώ να παίζω, είχε γίνει ο Θεός μου, ήταν τα πάντα, μου έτρωγε όλη την ενέργεια της ημέρας, από το πρωί που ξυπνούσα μέχρι το βράδυ που θα έπεφτα για ύπνο, αν έπεφτα για ύπνο. Ήταν ο μοναδικός μου στόχος. Ξεκίνησα από το Λύκειο, όπου είχα μπλέξει με συνδέσμους οπαδών, από κει ήρθα πρώτη φορά σε επαφή με διάφορες καταστάσεις, με τζόγο, με βία, με ναρκωτικά. Συνεχίζοντας αργότερα τις σπουδές μου ξεκίνησα να παίζω στοίχημα διαδικτυακό και σε πρακτορεία καθώς και πόκερ είτε πηγαίνοντας σε λέσχες είτε ηλεκτρονικά» αναφέρει.

Χρήματα έβρισκε από τους γονείς του, οι οποίοι κατά τη διάρκεια των σπουδών στο εξωτερικό του έδιναν ένα μηνιαίο, το οποίο όσο εθίζονταν δεν έφτανε με αποτέλεσμα να αναγκάζεται να σκαρφίζεται διάφορα ψέματα προκειμένου αυτοί να του στείλουν περισσότερα χρήματα.

Αργότερα όταν επέστρεψε και έπιασε δουλειά με έναν καλό μισθό τα χρήματα πάλι δεν του έφταναν. «Έφτασα σε σημείο να κλέβω χρήματα από τους γονείς μου για να παίζω, και όταν δεν έφταναν ούτε αυτά ξεκίνησα να δανείζομαι. Μοναδική μου έγνοια ήταν να έχω λεφτά να παίζω, δεν ήθελα να φύγω από παιχνίδι στο δώρο, χωρίς να φτιαχτώ, να ντοπαριστώ».

«Η σχέση με τους γονείς μου δηλητηριάστηκε, σε κάποια φάση αναγκάστηκα να το παραδεχτώ, γιατί τους ζήτησα να με ξελασπώσουν οικονομικά, υπήρχαν εντάσεις και τσακωμοί. Τα ερωτικά ήταν για μένα σε τελευταία μοίρα, δεν με απασχολούσαν καθόλου ειδικά τα τελευταία πέντε χρόνια που άρχιζα να εθίζομαι περισσότερο. Όσους αξιόλογους φίλους είχα τους έκανα στην άκρη, τους θεωρούσα βαρετούς και τους περιφρονούσα. Είχα κάνει άλλο κύκλο από ανθρώπους που ήταν αντίστοιχα τζογαδόροι».

Ο Μ. υπογραμμίζει ότι αρχικά δεν καταλάβαινε τον εθισμό, καθώς όπως λέει «γλυκαίνονταν» από το «μέλι» και έπειθε τον εαυτό του «ότι δεν θα γίνει σαν τους άλλους», ωστόσο όσο περνούσαν τα χρόνια και έχανε περισσότερα λεφτά η αρχική απόλαυση έφυγε και έγινε καταναγκασμός, με τον ίδιο να δημιουργεί την πλαστή εικόνα στο μυαλό του «ότι πρέπει να παίζω για να ρεφάρω αυτό που έχω χάσει».

Ακόμη και όταν έχανε μεγάλα ποσά, έλεγε το βράδυ που έπεφτε για ύπνο ότι δεν θα παίξει ξανά, όμως το πρωί που ξυπνούσε είχε γεμίσει τις μπαταρίες του και «ξεκινούσε για νέες περιπέτειες».

Το θετικό για τον Μ. ήταν ότι αυτές οι περιπέτειες που έφταναν μέχρι τον δανεισμό δεν του στοίχισαν περαιτέρω. «Ευτυχώς δεν έφτασα στο σημείο να δανειστώ χρήματα από άτομα που δεν έπρεπε, ωστόσο έπαιζα “αέρα” σε παράνομες στοιχηματικές, όπου ήταν επιτακτική η ανάγκη να βρω τα λεφτά. Δεν με απειλούσαν αλλά μου ασκούσαν μεγάλη ψυχολογική πίεση για να ξεχρεώσω “πλησιάζει η ημερομηνία, τα έχεις”;».

Ζώντας μέσα σε αυτό το παράλληλο σύμπαν, ο Μ. γνώρισε ανθρώπους που έχασαν στον τζόγο ό,τι είχαν και δεν είχαν: περιουσίες, σπίτια, επιχειρήσεις, οικογένειες. «Έχω δει άρρωστες καταστάσεις, άνθρωπο 60 χρονών να ορκίζεται στο νεκρό παιδί του ότι δεν θα παίξει ξανά και να μην κρατά την υπόσχεσή του» αναφέρει.

Για τον 30χρονο η τελευταία φορά που αναγκάστηκε να παρακαλέσει τους γονείς του για χρήματα προκειμένου να ξελασπώσει υπήρξε μια πολύ μεγάλη οικογενειακή σύγκρουση, όπου οι γονείς του σε μια προσπάθεια να τον σώσουν του είπαν ότι θα του δώσουν για μια τελευταία φορά και στη συνέχεια θα απευθύνονταν σε κάποιο κέντρο απεξάρτησης.

6. «Όπως όλοι οι εθισμοί είναι κι αυτός ένας εθισμός που σε τρώει από μέσα. Και αυτός ο εθισμός έχει την παγίδα που δεν φαίνεται εξαρχής. Μπορείς να κρύβεσαι για πολύ καιρό. Οι άνθρωποι που βρίσκονται σε αυτό το πράγμα βασανίζονται πολύ με όλους τους τρόπους. Και πρακτικά και συναισθηματικά και οικονομικά και επαγγελματικά. Ήταν μια περιπέτεια, ένας δύσκολος δρόμος. Έχουν περάσει έξι χρόνια από όταν αποφοίτησα από το ΚΕΘΕΑ. Είναι ένα πράγμα που τελικά έδρασε εφευρετικά, με βοήθησε να αλλάξω πράγματα μέσα μου».

7. Κάποια στιγμή, ήμουν μικρός, φοιτητής, ό,τι λεφτά έπαιρνα από τον πατέρα μου τα έπαιζα στα φρουτάκια. Έκανα τη βλακεία την εξής, είχα πάει στα φρουτάκια και κέρδισα την πρώτη φορά, και το λέω σοβαρά γιατί είναι επικίνδυνο. Επειδή κέρδισα λοιπόν, πίστευα ότι έτσι θα συνεχίσει να συμβαίνει πάντα. Για 2-3 μήνες, σπούδαζα στην Κοζάνη, ό,τι λεφτά μου έστελνε ο πατέρας μου τα έπαιζα εκεί. Τότε ήταν που έκοψα και τα μαλλιά μου. Ντράπηκα για τον εαυτό μου. Δεν είναι πλάκα, είναι ένα τσακ, αν είσαι και λίγο επιρρεπής, είναι ένα τσακ να γίνει εθισμός.

Συμπτώματα εθισμού:

Τα συμπτώματα του εθισμού είναι μερικές φορές δύσκολο να ανιχνευθούν και μπορεί να γίνονται αντιληπτά μόνο από όσους συνδέονται πολύ στενά με τον παίκτη ή την παίκτρια. Γενικά, τα σημάδια εθισμού στον τζόγο εντοπίζονται κυρίως όταν η συμπεριφορά του ατόμου που παίζει επηρεάζει την

καθημερινότητα και τις σχέσεις του. Ένα άτομο που ασχολείται παθολογικά με τον τζόγο παρουσιάζει:

- Έντονη ενασχόληση με τον τζόγο, ανησυχία και ευερεθιστότητα όταν επιχειρεί να τον διακόψει ή να τον ελαττώσει.
- Τάση δανεισμού χρημάτων, για να αντιμετωπίσει προσωρινά τα οικονομικά του προβλήματα.
- Επανειλημμένες ανεπιτυχείς προσπάθειες να ελέγξει, να ελαττώσει ή να διακόψει τον τζόγο.
- Πολύωρα ή αδικαιολόγητα διαστήματα απουσίας από το σπίτι και τη δουλειά.
- Αλλεπάλληλα δάνεια, υπερφορτωμένες πιστωτικές κάρτες, ακάλυπτους λογαριασμούς και αδικαιολόγητη απουσία χρημάτων από τον οικογενειακό προϋπολογισμό.
- Εντατική μελέτη των προγραμμάτων και των προγνωστικών από την τηλεόραση, τις εφημερίδες, το ραδιόφωνο και το διαδίκτυο.
- Απομόνωση προκειμένου να σκεφτεί τρόπους με τους οποίους θα παίξει ένα παιχνίδι.
- Άρνηση απέναντι σε υποδείξεις ή αναφορές των άλλων για τον τρόπο με τον οποίο ασχολείται με τον τζόγο.
- Μείωση της αποδοτικότητας στην εργασία.
- Δυσφορία, θυμό και κλιμακούμενη ένταση, εάν κάτι τον εμποδίσει να παίξει.
- Χαρούμενη διάθεση, διογκωμένο «εγώ» και ανακούφιση σε περίπτωση κέρδους.

Πηγή: Τυχερά παιχνίδια, Κέντρα Ψυχολογικής Υποστήριξης ΕΟΠΑΕ, (πρώην ΚΕΘΕΑ)

Ο εθισμός στα τυχερά παιχνίδια αποτελεί σοβαρότατο κοινωνικό πρόβλημα, που μπορεί να οδηγήσει αρκετούς παίκτες στα όρια της απόγνωσης.

Πολλοί άνθρωποι καταφεύγουν στα τυχερά παιχνίδια προκειμένου να αντιμετωπίσουν τα προβλήματα της καθημερινότητάς τους, με τον κίνδυνο κάποιοι από αυτούς να αναπτύξουν μορφές εξάρτησης.

Ο εθισμός στα τυχερά παιχνίδια ορίζεται - μεταξύ άλλων - από το πόσο σημαντικό είναι το παιχνίδι στην καθημερινότητα ενός παίκτη και τι επιπτώσεις έχει σε όλους τους τομείς της ζωής του.

Σύμφωνα με τη διεθνή εμπειρία επιχειρείται μια διάκριση μεταξύ «παθολογικού παίκτη» και «προβληματικού παίκτη». Ο «παθολογικός παίκτης» παρουσιάζει πιο σοβαρή μορφή διαταραχής, ενώ ο όρος «προβληματικός παίκτης» χρησιμοποιήθηκε για τα άτομα των οποίων η εμπλοκή στα τυχερά παιχνίδια, θεωρείται λιγότερο σοβαρή.

Σε κάθε περίπτωση, η «προβληματική ενασχόληση» ή η «παθολογική ενασχόληση» έχει ως αποτέλεσμα αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία, στη συμπεριφορά και στην καθημερινή ζωή του ατόμου.

Πηγή: Πρόληψη & καταπολέμηση του εθισμού, [ΕΕΕΠ](#)

1Η ΕΝΟΤΗΤΑ

5η Δραστηριότητα – Φύλλο Εργασίας

Το παρακάτω φύλλο εργασίας είναι ενδεικτικό και μπορεί να υλοποιηθεί και με ψηφιακά εργαλεία όπως το google forms. Το παραθέτουμε εδώ σε ξεχωριστή σελίδα για να μπορεί να αξιοποιηθεί και αυτούσιο με μεμονωμένη εκτύπωση της σελίδας.

ΣΧΟΛΕΙΟ:

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΜΑΘΗΤΗ/ΤΡΙΑΣ:

ΤΑΞΗ/ΤΜΗΜΑ:

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗΣ: 1 ΗΜΕΡΑ

Πόσες διαφημίσεις τυχερών παιχνιδιών παρατηρήσατε στην τηλεόραση ή το διαδίκτυο όση ώρα βρεθήκατε εκτεθειμένος/η στο αντίστοιχο μέσο;

Ποια ήταν τα συναισθήματά σας για αυτές την ώρα προβολής τους; Παρακαλούμε να τα καταγράψετε.

Πόσα φυσικά καταστήματα συναντήσατε στην καθημερινή διαδρομή που ακολουθείτε; (π.χ. από το σχολείο στο σπίτι, από ένα συγγενικό σπίτι σε ένα άλλο, από το σπίτι στο φροντιστήριο, κτλ)

Ποια ήταν τα συναισθήματά σας για αυτά όταν τα συναντήσατε; Παρακαλούμε να τα καταγράψετε.



2Η ΕΝΟΤΗΤΑ

1η Δραστηριότητα – Εκπαιδευτικές κάρτες (υλικό)

Για ποιους λόγους μπορεί να παίζει τυχερά παιχνίδια κάποιος;

- Διασκέδαση
- Αναζήτηση αδρεναλίνης και επιτυχίας (αίσθημα ενθουσιασμού, αγωνίας)
- Ελπίδα για εύκολα χρήματα
- Απόδραση από τη ρουτίνα, από προσωπικά προβλήματα και στρες
- Πίεση από παρέα ή από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης
- Πίεση από οικονομικές δυσκολίες και ελπίδα για γρήγορη λύση των οικονομικών προβλημάτων (ανεργία, χαμηλό εισόδημα)
- Κοινωνική δραστηριότητα και κοινωνική αλληλεπίδραση με άλλους παίκτες
- Ελπίδα να αντισταθούν στην τύχη και να νικήσουν το σύστημα
- Ανάγκη για επιβεβαίωση των ικανοτήτων τους (αυτοπραγμάτωση και αυτοπροβολή)
- Αντιμετώπιση άγχους ή κατάθλιψης

Flashcards: οι εκπαιδευτικές κάρτες σε ψηφιακή μορφή https://content.e-me-4all.eu/wp-admin/admin-ajax.php?action=h5p_embed&id=108878

Πηγή:

Kara Research, (2024). Πανελλαδική Ποσοτική Έρευνα για τα Χαρακτηριστικά και τη Συμπεριφορά των Παικτών (ή μη) Τυχερών Παιγνίων για το Έτος 2023

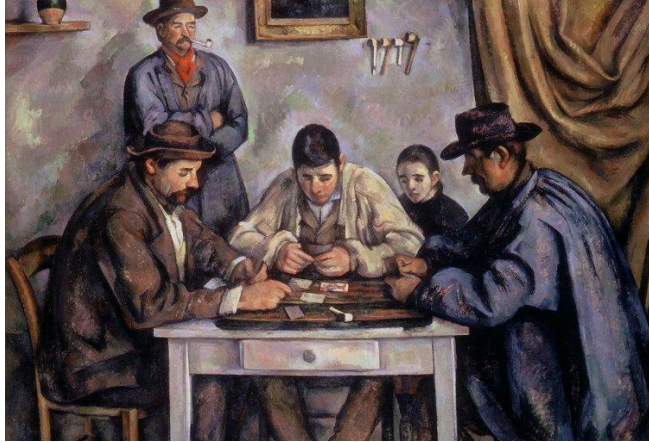
Τσομπάνη, Θ., (2024) Σήμερα είναι η τυχερή μου μέρα. Ανακτήθηκε από <https://www.psychology.gr/addictions/8166-simera-einai-i-tyxeri-mou-mera.html> (Προσπελάστηκε στις 24/1/2025)



2Η ΕΝΟΤΗΤΑ

2η Δραστηριότητα – Πίνακες ζωγραφικής (ενδεικτικά)

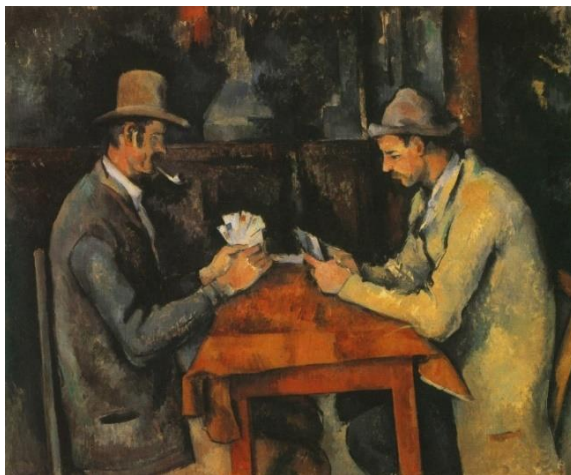
Σεζάν, Π. (1895), Οι Χαρτοπαίκτες



Munch, E. (1892), At the Roulette Table in Monte Carlo



Σεζάν, Π. (1892-1895), Οι χαρτοπαίκτες



Καραβάτζιο. (1594), Οι χαρτοκλέφτες

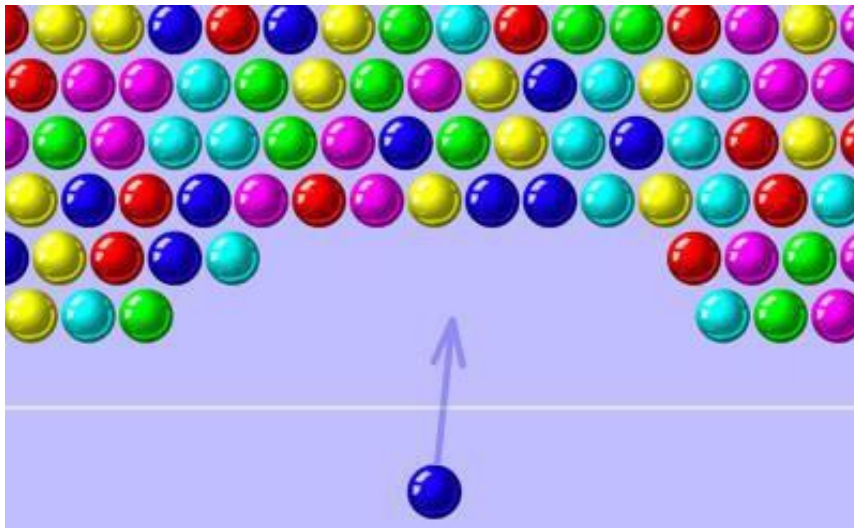
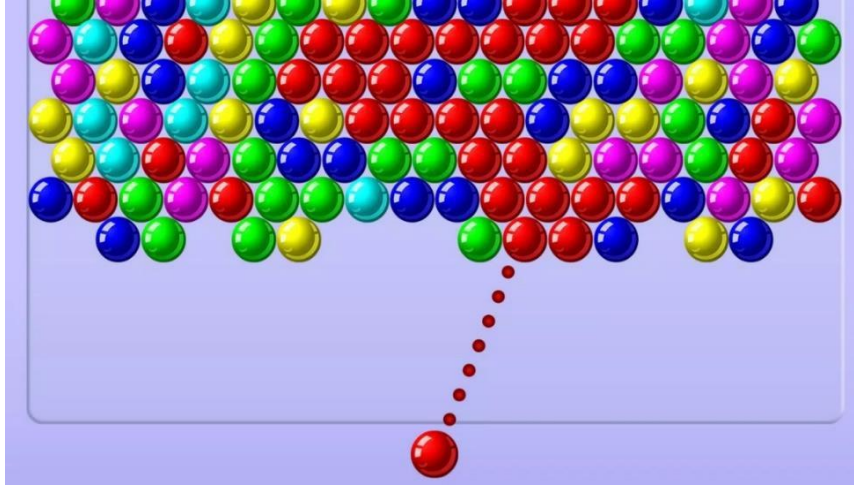


Πηγή: Οι φωτογραφίες ανασύρθηκαν από άρθρα του διαδικτύου.

3Η ΕΝΟΤΗΤΑ

1η Δραστηριότητα – Εικόνες παιχνιδιών

Bubbles shooter



Κάν' το όπως ο Σεφ!





Το Αγρόκτημα





Σημείωση για τα παραπάνω διαδικτυακά παιχνίδια:

Bubbles Shooter

Αποτελεί ένα κλασικό και εθιστικό παιχνίδι στόχευσης. Ο παίκτης εκτοξεύει χρωματιστές φούσκες προς το πάνω μέρος της οθόνης με σκοπό να δημιουργήσει ομάδες του ίδιου χρώματος. Όταν τρεις ή περισσότερες φούσκες ταιριάζουν, σκάνε και κερδίζει χώρο και πόντους. Η πρόκληση αυξάνεται καθώς οι φούσκες κατεβαίνουν σταδιακά, απαιτώντας γρήγορη σκέψη, καλή στόχευση και στρατηγική για να καθαρίσει όλο το ταμπλό πριν κατέβουν οι φούσκες χαμηλά και ο παίκτης χάσει.

Το *Bubbles Shooter* χρησιμοποιεί συγκεκριμένα στοιχεία παιχνιδιού, που κάνουν τον παίκτη να θέλει «άλλη μία προσπάθεια» και έτσι γίνεται γρήγορα εθιστικό:

Δίνει άμεση ικανοποίηση (ταιριάζουν οι φούσκες και σκάνε)

- Σύντομοι γύροι (κάθε παρτίδα διαρκεί λίγο, οπότε είναι εύκολο να πεις «θα παίξω ένα 2λεπτο ακόμα»)
- Αίσθηση προόδου (καθώς καθαρίζεις το ταμπλό, νιώθεις ότι βελτιώνεσαι, μικραίνεις τις φούσκες άρα πλησιάζεις τη νίκη)
- Σταδιακά αυξανόμενη δυσκολία (το παιχνίδι γίνεται λίγο πιο δύσκολο όσο προχωράς και έτσι κρατά την πρόκληση ζωντανή)

Κάν' το όπως ο Σεφ!

Αποτελεί ένα παιχνίδι που βασίζεται στη λογική του μαγειρικού challenge. Ο παίκτης πρέπει να αντιγράψει όσο πιο πιστά γίνεται τη συνταγή ή το πιάτο που παρουσιάζει ο «Σεφ». Κόψε, ανάμειξε, ψήσε και σέρβιρε μέσα σε περιορισμένο χρόνο, ακολουθώντας βήμα-βήμα τις οδηγίες. Κάθε σωστή κίνηση φέρνει τον παίκτη πιο κοντά στο τέλειο αποτέλεσμα, ενώ τα λάθη μειώνουν τη βαθμολογία. Το παιχνίδι καλλιεργεί μια εθιστική συμπεριφορά με στοιχεία όπως: σύντομες πίστες, αίσθηση αυτοβελτίωσης («την άλλη φορά μπορώ να το κάνω καλύτερα»), αυξανόμενη δυσκολία και περιορισμένος χρόνος ολοκλήρωσης των παραγγελιών.

Το Αγρόκτημα

Πρόκειται για ένα χαλαρωτικό παιχνίδι προσομοίωσης όπου ο παίκτης αναλαμβάνει τη φροντίδα μιας μικρής φάρμας: φυτεύει σπόρους, ποτίζει, συλλέγει προϊόντα και επεκτείνει τις εγκαταστάσεις του. Κάθε καλλιέργεια χρειάζεται συγκεκριμένο χρόνο για να ωριμάσει, κάτι που δημιουργεί ένα φυσικό κύκλο επιστροφής· πολλές φορές το παιχνίδι καλεί τον παίκτη να ξαναμπει μετά από λίγες ώρες ή την επόμενη ημέρα για να μαζέψει τη σοδειά του ή να ξεκινήσει νέα. Αυτός ο ρυθμός δίνει στο παιχνίδι μια αίσθηση συνέχειας, σαν η φάρμα να «ζει» ακόμη κι όταν δεν παίζεις. Οι επιβραβεύσεις αποτελούν κεντρικό κομμάτι της εμπειρίας: κάθε συγκομιδή δίνει κέρδη ή υλικά, επιτρέποντας στον παίκτη να αγοράσει νέους σπόρους, ζώα ή διακοσμήσεις. Επιπλέον, συχνά υπάρχουν ημερήσιες ανταμοιβές για όσους επιστρέφουν τακτικά, ολοκληρωμένοι κύκλοι αποστολών που προσφέρουν μπόνους και μικρά milestones που αναδεικνύουν την πρόοδό του. Όλες αυτές οι ανταμοιβές λειτουργούν ως κίνητρα και δίνουν στον παίκτη μια αίσθηση προόδου και σταδιακής ανάπτυξης της φάρμας του.

3^η ΕΝΟΤΗΤΑ

2^η Δραστηριότητα – Βίντεο*

<https://www.youtube.com/watch?v=2MC7sC359dl>

**Προτείνεται το βίντεο να αξιοποιηθεί στο συγκεκριμένο σημείο του προγράμματος συνδυαστικά με τις υπόλοιπες δραστηριότητες και όχι μεμονωμένα.*

4^η ΕΝΟΤΗΤΑ

1^η Δραστηριότητα – Υλικό για τις ομάδες εργασίας (προτάσεις πηγών)

Αναζήτηση πληροφοριών σε δημοσιεύματα στον έντυπο και ηλεκτρονικό Τύπο, επιστημονικά άρθρα, μελέτες, Οργανισμούς και Φορείς (όπως η [ΕΕΕΠ](#) και τα Κέντρα Ψυχολογικής Υποστήριξης του [ΕΟΠΑΕ](#)) και νομοθετικά κείμενα.

Ομάδα Έρευνας: αναζήτηση στοιχείων για τον εθισμό στα τυχερά παιχνίδια σε ανήλικους και ενήλικες

Ομάδα ΜΜΕ: ποιοι είναι οι κανόνες που πρέπει να ακολουθούνται στη διαφήμιση τυχερών παιχνιδιών, ποιος είναι ο ρόλος των κοινωνικών δικτύων

Ομάδα Κοινωνικής Υποστήριξης: ποιοι είναι οι φορείς υποστήριξης και τα κέντρα απεξάρτησης, ποιος ο ρόλος του οικογενειακού και φιλικού περιβάλλοντος

Ομάδα Πρόληψης:

- Συσχετισμός με τον εθισμό στο διαδίκτυο
- Επικοινωνία με γονείς και φίλους
- Ενασχόληση με δραστηριότητες που δεν σχετίζονται με χρήματα
- Επαφή με τη φύση και το ελεύθερο παιχνίδι
- Ανάγνωση βιβλίων
- Επιτραπέζια παιχνίδια που ενισχύουν τη συνεργασία και το ομαδικό πνεύμα, ανεβάζουν την αδρεναλίνη και διασκεδάζουν τους συμμετέχοντες, όπως: TABOO, UNO