

Συμβουλευτική Ομηλίκων στην εκπαίδευση

Δωροθέα Λοϊζου, PhD Συμβουλευτική Ψυχολογία

Στα πλαίσια του μαθήματος

Συμβουλευτική στο σχολείο και την οικογένεια

Τμήμα Ψυχολογίας, Πάντειο Πανεπιστήμιο

εξάμηνο 2^ο

10/4/2022

Στόχοι ενότητας



- Ορισμός Συμβουλευτικής Ομηλικών (Σ.Ο.)
- εύρος εφαρμογών Σ.Ο.
- στοιχεία που θεωρούνται απαραίτητα για την επιτυχή έκβασή της
- Στόχοι Σ.Ο.
- δυνατότητες (χρησιμότητα)
- περιορισμοί εφαρμογής της Σ.Ο.
- σπουδαιότητα Σ.Ο. σε διάφορα αναπτυξιακά επίπεδα τόσο για τα βοηθούμενα άτομα όσο και για τους ίδιους τους συμβούλους ομηλικών
- Απαντήσεις σε αμφισβητήσεις για τη σπουδαιότητα της αλλά και για τη δυνατότητα των μαθητών/ σπουδαστών να λειτουργήσουν ως Σ.Ο.
- χαρακτηριστικά και βασικές δεξιότητες που χρειάζεται να διαθέτει ένας Σ.Ο.
- παραδείγματα Σ.Ο. στο χώρο της εκπαίδευσης, σε όλες τις βαθμίδες

*Τι σας έρχεται στο μυαλό
ακούγοντας τον όρο
«Συμβουλευτική Ομηλίκων»;*

*Τι είναι, κατά τη γνώμη σας, η
Συμβουλευτική Ομηλίκων;*

Τι είναι η Συμβουλευτική Ομηλίκων



Η συμβουλευτική ομηλίκων ή ομότιμων είναι μια διαδικασία κοινωνικής, συναισθηματικής, ψυχολογικής στήριξης μεταξύ ατόμων που έχουν βιώσει όμοιες καταστάσεις και, επομένως, μπορούν να κατανοήσουν καλύτερα οι μεν τους δε και να προσφέρουν γνήσια ενσυναίσθηση

Τι είναι η Συμβουλευτική Ομηλίκων



- Αναφέρεται στη προσφορά στήριξης, παρηγοριάς, ηρεμίας, φιλίας μέσα σε ένα περιβάλλον που χαρακτηρίζεται από σχέσεις ισότητας και αμοιβαιότητας από άτομα όμοιας ηλικίας
- Η συμβουλευτική στήριξη από τους συνομηλικούς πηγάζει από την έμφυτη ανάγκη του ανθρώπου να δρα συνεργατικά και φιλικά στις σχέσεις του με συνομήλικα άτομα

Προσπαθήστε να ανακαλέσετε μια στιγμή της ζωής σας όπου δεχθήκατε βοήθεια από κάποιον ομότιμο* και αυτή η βοήθεια ήταν σημαντική.

Καταγράψτε τί έγινε, πώς νιώσατε, πώς η βοήθεια αυτή επηρέασε εσάς τους ίδιους, τη σχέση με τον ομότιμο «βοηθό» και οτιδήποτε άλλο κρίνετε σημαντικό

*Ομότιμος είναι ένας άνθρωπος που βιώνει ταυτόχρονα με εσένα ή έχει βιώσει στο παρελθόν παρόμοια εμπειρία. Μπορεί να είναι ένας συμμαθητής/συμφοιτητής, ένας συνάδελφος, γονέας με παιδί σε παρόμοια ηλικία με το δικό σου, άτομα που έχουν την ίδια ασθένεια κ.ο.κ

Στόχοι συμβουλευτικής ομηλίκων



- Υποστήριξη ομοτίμων
- Παροχή δυνατότητας δημιουργίας ουσιαστών και δομημένων ανθρώπινων σχέσεων με συνομηλίκους ή ομότιμους
- Εκπαίδευση σε δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας και συμβουλευτικής
- Ανάπτυξη και προαγωγή αυτοεκτίμησης και ικανοτήτων διαπροσωπικής επικοινωνίας
- Δημιουργία κλίματος στο οποίο όλοι οι εμπλεκόμενοι θα επιδεικνύουν το ενδιαφέρον τους για τους άλλους.

Χαρακτηριστικά Σ.Ο.

- Στηρίζεται στις βασικές αρχές του αμοιβαίου **σεβασμού**, της αμοιβαίας **ευθύνης** και της αμοιβαίας **συμφωνίας** ως προς το τι είναι βοηθητικό
- Είναι η μη-κριτική, μη-καθοδηγητική στήριξη του ομότιμου που βιώνει μια προσωπική δυσκολία ή κρίση
- Δρα και προληπτικά, μέσω της **ενδυνάμωσης και της ψυχικής ανθεκτικότητας** καθώς και για να μετριάσει την επίδραση προκλητικών για την ζωή γεγονότων των ομότιμων ή συνομήλικων

Ιστορική Αναδρομή Σ.Ο.

- 1939: Ίδρυση Α.Α. (ΗΠΑ)

Εστίαση στην πεποίθηση ότι άνθρωποι που έχουν βιώσει το πρόβλημα του αλκοολισμού και το έχουν ξεπεράσει μπορούν να βοηθήσουν πιο αποτελεσματικά εκείνους που προσπαθούν να κάνουν το ίδιο



Φιλοσοφία Σ.Ο.

- στηρίζεται στο **ανθρωπιστικό μοντέλο** της συμβουλευτικής, το οποίο με τη σειρά του βασίζεται στην υπαρξιακή φιλοσοφία και στους ανθρωπιστικούς φιλοσόφους
- από τους βασικότερους σύγχρονους εκφραστές του ανθρωπιστικού μοντέλου υπήρξαν οι Abraham Maslow και Carl Rogers
- Θεωρεί πως ο άνθρωπος είναι **φύσει καλός** και άξιος σεβασμού και αγωνίζεται να γίνει δημιουργικός και ευτυχισμένος
- Διαθέτει εγγενώς την ικανότητα για προσωπική ανάπτυξη και αυτοπραγμάτωση, γιατί είναι ον λογικό, κοινωνικό, προοδευτικό και ρεαλιστικό
- Χαρακτηρίζεται από ενδιαφέρον για τον συνάνθρωπό του και δρα συνεργατικά και φιλικά στις σχέσεις του

Χρησιμότητα Σ.Ο.

- Όταν βρισκόμαστε σε δύσκολες καταστάσεις, αρχικά στρεφόμαστε σε συνομήλικά μας άτομα για βοήθεια, υποστήριξη και κατανόηση
- Οι συνομήλικοι μοιράζονται μαζί με μας μια κοινή «ιστορία» και ένα συγκεκριμένο κοινωνικό πλαίσιο
- Συχνά, οι συνομήλικοι είναι σε θέση να αφιερώσουν χρόνο και να προσφέρουν το ρόλο του ακροατή και του υποστηρικτή σε άτομα που αντιμετωπίζουν δύσκολες καταστάσεις ή σε στιγμές που η επαγγελματική βοήθεια δεν είναι διαθέσιμη

The Peer Support Charter

Trust



Feeling safe and having confidence in relationships and outcomes.

Diversity



Different and varied life elements and characteristics.

Equality



Having equal value and power.

Hope



Feeling you can achieve what can be had.

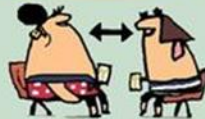
Solidarity



Community and unity of feelings and interests.

The Principles of Peer Support

Mutual Benefit



Sharing and exchanging things and feelings.

Empathy



Understanding and sharing the feelings of another.

Self-determination



Living the life you want to live.

Commonality



Shared beliefs, ideals and goals.

Βασικές έννοιες Αξίες Σ.Ο.

- Αυτεπίγνωση
- Αναστοχασμός
- Συμμετοχή και Ισότητα
- Αμοιβαιότητα
- Ενδυνάμωση
- Εμπειρική/ βιωματική γνώση
- Κ.α.

Πλαίσια Εφαρμογής Σ.Ο.

- νοσηλευτικά ιδρύματα
- κοινοτικές οργανώσεις
- εκπαιδευτικά ιδρύματα όλων των βαθμίδων
- κέντρα αποτοξίνωσης
- ψυχιατρικές κλινικές
- σωφρονιστικά ιδρύματα
- Επιχειρήσεις και άλλα εργασιακά πλαίσια

Κ.α.

Πληθυσμοί Εφαρμογής Σ.Ο.

- Μαθητές/τριες
- Φοιτητές/τριες
- Ψυχικά ασθενείς (π.χ. κατάθλιψη)
- Σωματικά ασθενείς (π.χ. διαβήτης, καρδιοπαθείς, HIV)
- Νέες μητέρες (θηλασμός)
- Εξαρτημένοι/ες
- Πενθούντες
- Πρόσφυγες
- Αθλητές
- Ηλικιωμένοι
- Lgbt κοινότητα

Κ.α.

ΙΣΤΟΡΙΑ - ΣΚΟΠΟΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΕ ΕΤΑΙΡΙΕΣ

ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΜΟΥ

ΜΟΛΙΣ ΔΙΑΓΝΩΣΤΗΚΕΣ:

ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΕΠΑ

Η ΑΓΝΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΗ

Στήριξη Ομοτίμων



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΟΜΟΤΙΜΩΝ

Προσφέρεται δωρεάν από ειδικά εκπαιδευμένους ανθρώπους που ζουν με HIV προς άλλα άτομα που ζουν με HIV/AIDS, τις οικογένειες & τους συντρόφους τους.



Συναντήσεις Αλληλοϋποστήριξης



weBSYOM

Η Ε.Σ.Υ.ΟΜ, στο πλαίσιο της φιλοσοφίας της για αλληλοϋποστήριξη ομοτίμων διοργανώνει μία διαδικτυακή συνάντηση με αυτόν τον σκοπό, για ειδικούς ψυχικής υγείας. Στόχος της δράσης είναι να δοθεί η δυνατότητα σε όσους καλούνται αυτή την περίοδο να υποστηρίξουν τον κόσμο, να ανταλλάξουν απόψεις για την ιδιαιτερότητα αυτού του εγχειρήματος και τις προκλήσεις του. Η ομάδα συνάντησης δεν έχει στόχο την επιτοπία περιστατικών αλλά την συζήτηση και υποστήριξη των ειδικών - συμμετεχόντων



ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΟΜΗΛΙΚΩΝ ΕΚΠΑ - ΤΕΑΠΗ



Επιτέλους φοιτητής! Επιτέλους ανεξάρτητος ελεύθερος να σπουδάσεις αυτό που αγαπάς! Επιτέλους θα δεις τι σημαίνει Πανεπιστήμιο, θα γνωρίσεις καινούριο κόσμο, θα διδάξεις πρωτοπάρεις ιδέες!

Εεε.. Ή και όχι..

Σου χάσαε η επιδημία τα σχέδια και δεν έχεις καταλάβει τι σημαίνει σπουδάζω, πως εγγράφω στο eclass, πως διαλέγω μαθήματα, πως κρατάω σημειώσεις online, τι είναι ο Εύδοξος και αγχώνεσαι και μόνο στην ιδέα όλων αυτών?

Μη σκας! Στείλε τις απορίες σου και τα άγχη σου σχετικά με τα ακαδημαϊκά ζητήματα στο Facebook του συκεομ και ένας μεγαλύτερος φοιτητής θα σου απαντήσει αμέσως!!

Εσύ τι περιμένεις?

Στείλε! <https://www.facebook.com/sykeom>



Depression and Bipolar Support Alliance

Athens, Greece Chapter

Αρχική | Γνωρίστε μας | Ομάδες αυτοβοήθειας | Νέα και εκδηλώσεις | Στήριξτε μας | Forum | Επικοινωνία

- Διαβάστε επίσης
- Κατάθλιψη
- Διπολική διαταραχή
- Άλλες διαταραχές διάθεσης
- Για Ειδικούς
- Προσωπικές Ιστορίες - Μαρτυρίες
- Δημιουργίες
- Βιντεοθήκη
- Προτάσεις
- Χρήσιμα
- Νομοθεσία - δικαιώματα
- Επικαιρότητα
- Αρβρογραφία

Αρχική

Είμαστε Μ Α Ζ Ι !!!

ADD THIS

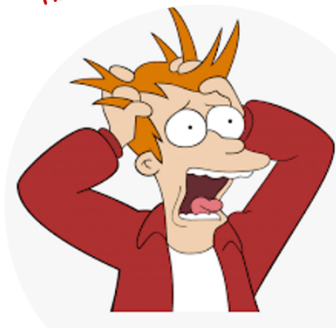
Ανακοίνωση Νοέμβριος 2020

ΕΝΑΡΞΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ «Μαζί» ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΕΚΤΟΣ ΑΘΗΝΑΣ ΚΑΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Όλα τα χρόνια λειτουργίας μας, έχουμε λάβει επανειλημμένα το αίτημα δημιουργίας ομάδων αυτοβοήθειας σε πολλές περιοχές της Ελλάδας, στις οποίες υπάρχει τεράστια ανάγκη για αυτό το είδος της υποστήριξης, την επαφή και επικοινωνία με άλλα άτομα με παρόμοιο βίωμα. Είναι γνωστό ότι το στίγμα και τα στερεότυπα για τους ανθρώπους με διαταραχές ψυχικής υγείας εξακολουθούν να υφίστανται και να εμποδίζουν πολλούς συνανθρώπους μας να μιλήσουν για τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν ή/και να αναζητήσουν βοήθεια. Εκτός των αστικών κέντρων, το στίγμα και οι δυσκολίες που συνεπάγεται είναι συνήθως μεγαλύτερο και εκτενέστερο, όπως γνωρίζουμε και από μαρτυρίες ανθρώπων που επιβαρύνονται ψυχολογικά ακόμη περισσότερο από τη συνεχή προσπάθεια να περάσουν τη δυσκολία «στα κρυφά».

Βρείτε μας

ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΣΕ ΑΠΟΓΝΩΣΗ!



Α.Π.Θ. - Τμήμα Ψυχολογίας με τη χρηματοδότηση του ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΥΓΕΙΑΣ και τη συνεργασία του ΟΚΑΝΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ · ΛΑΡΙΣΑ · ΣΗΤΕΙΑ · ΧΑΝΙΑ

Τρόποι Εφαρμογής Σ.Ο.

- πρόσωπο με πρόσωπο (face to face)
- ομάδες αυτοβοήθειας ή στήριξης
- τηλεφωνικές ή διαδικτυακές συνεδρίες

κ.α.

Συμβουλευτική Ομηλίκων στην εκπαίδευση



- προώθηση της προσωπικής ανάπτυξης των παιδιών που λειτουργούν ως «σύμβουλοι» αλλά και των παιδιών που ζητούν βοήθεια
- προώθηση του θετικού κλίματος στην τάξη, το σχολείο, το οποίο εκπαιδευτικό ίδρυμα, την όποια εκπαιδευτική βαθμίδα

Χρησιμότητα Σ.Ο. στην εκπαίδευση



- Επιτρέπει στα παιδιά να γίνουν υπεύθυνα άτομα και υπεύθυνα μέλη του κοινωνικού συνόλου
- Οι συνομήλικοι είναι σε θέση να πλησιάσουν τους χαμηλών τόνων συμμαθητές τους
- Η Συμβουλευτική Ομηλικών στο σχολείο μπορεί να αποτελέσει χρήσιμη βοήθεια και σε εκπαιδευτικούς και γονείς
- Οι εκπαιδευτικοί αξιοποιώντας μαθητές ως συμβούλους ομηλικών, είναι σε θέση να δημιουργήσουν ένα περιβάλλον φροντίδας και υποστήριξης στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας
- Η ποιότητα των σχέσεων με τους συνομηλικούς τους, οι ρόλοι που υιοθετούν οι σύμβουλοι ομηλικών σε σχέση με τους συμμαθητές τους και το αίσθημα ευθύνης που νιώθουν απέναντι στην κοινότητα, επηρεάζει την αυτοεικόνα τους καθώς και την αίσθηση που έχουν για τους άλλους

Στόχοι Σ.Ο. στην εκπαίδευση (1)

- Να παρέχει στους μαθητές τη δυνατότητα να δημιουργήσουν με τους συνομηλίκους τους σχέσεις ουσιαστικές, που βασίζονται στο αμοιβαίο ενδιαφέρον
- Να εκπαιδεύσει τους μαθητές σε δεξιότητες συμβουλευτικής με τις οποίες θα μπορούν να παρέχουν βοήθεια στους συμμαθητές τους
- Να βοηθήσει τους καινούριους μαθητές να προσαρμοστούν και να ενσωματωθούν γρηγορότερα στην σχολική ομάδα
- Να παρέχει στους συνομηλίκους -στο πλαίσιο της σχολικής κοινότητας- υπηρεσίες υποστήριξης, όπως ακαδημαϊκή βοήθεια, επίλυση προβλημάτων, διαμεσολάβηση σε ζητήματα που τους απασχολούν και υπηρεσίες πληροφόρησης

Στόχοι Σ.Ο. στην εκπαίδευση (2)

- Να λειτουργήσει επικουρικά προς το έργο του δασκάλου, αν επιτραπεί στους συμβούλους ομηλικών να χρησιμοποιήσουν κάποια διδακτική ώρα για να συζητήσουν ένα θέμα που απασχολεί την τάξη
- Να βοηθήσει παιδιά που βιώνουν έντονη μοναξιά ή απόρριψη από τους συμμαθητές τους
- Να αναπτύξει και να προάγει τις ηγετικές ικανότητες και τις διαπροσωπικές ικανότητες των μαθητών, καθώς και την αυτοεκτίμηση τους
- Να δημιουργήσει ένα σχολικό κλίμα στο οποίο όλοι οι εμπλεκόμενοι θα επιδεικνύουν το ενδιαφέρον τους για τους άλλους

Είδη στήριξης

- Συστήματα φιλίας (buddying systems)
- Διαμεσολάβηση*
- Συνηγορία (peer advocate)
- Μέντορες (mentors)
- Ψυχολογική Σ.Ο. (peer counselors)
- Βοήθεια σε μαθησιακά ζητήματα (peer tutors)
- Καθοδήγηση (coaching)

Σχολικό περιβάλλον

Ως «**συστήματα στήριξης ομηλίκων στα σχολεία**» ορίζονται κάποια ευέλικτα πλαίσια μέσα στα οποία τα παιδιά και οι νέοι εκπαιδεύονται να προσφέρουν συναισθηματική και κοινωνική στήριξη σε συμμαθητές τους που πιέζονται ψυχολογικά

Προσπάθεια να επιλυθούν προβλήματα στους εξής τομείς:

- Κοινωνικό
- Συναισθηματικό
- Προσωπικό
- Μαθησιακό

Το παράδειγμα της Σ.Ο. για την αντιμετώπιση του Σχολικού εκφοβισμού



- Σημασία της «δύναμης της ομάδας» στις καταστάσεις του εκφοβισμού- ρόλος των παρισταμένων
- να διδαχθούν οι παριστάμενοι ότι μπορούν να επεμβαίνουν για να υποστηρίξουν το θύμα όταν αντιληφθούν ότι αυτό εκφοβίζεται
- αλλαγή της στάσης και της συμπεριφοράς των παιδιών που δεν εμπλέκονται στην κατάσταση (θεατές)



Πρωταγωνιστές

Διαχείριση συγκρούσεων / Διαμεσολάβηση

- οι “διαμεσολαβητές” μεσολαβούν σε προβλήματα μαθητών, διευκρινίζουν ζητήματα και αναζητήσουν λύσεις
- στηρίζεται στην προσεκτική ακρόαση
- Συμφωνία σε μια κοινά αποδεκτή λύση
- «win-win» experience: θετικές εμπειρίες «αμοιβαίου κέρδους»
- Δίκαιο αποτέλεσμα και για τις δύο πλευρές

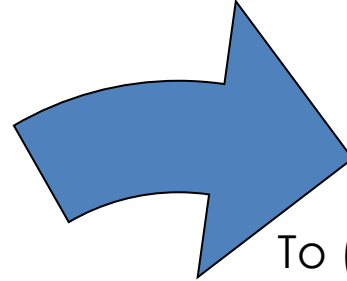


Π.χ. εφαρμογής Σ.Ο. στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση- Βαρβάκειο Λύκειο

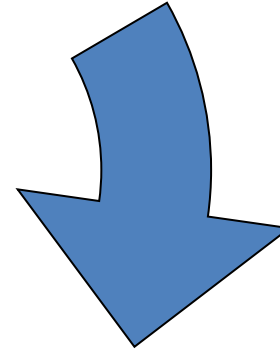
ΣΤΑΔΙΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΘΕΣΜΟΥ ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΤΗ

- Ενημέρωση καθηγητών και μαθητών
- Πρόσκληση μαθητών για εκπαίδευση
- Επιλογή μαθητών συμβούλων- ομηλίκων
- Εκπαίδευση* (θεωρητική- βιωματική)
- Πρακτική
- Εφαρμογή διαμεσολάβησης-Εποπτεία
- Αξιολόγηση προγράμματος

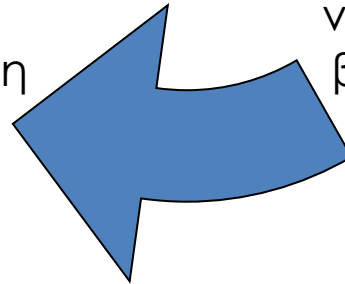
Ο Σύμβουλος ομηλικών
βοηθάει ένα παιδί
που είναι μοναχικό
να «ξεντραπεί» και
να ακολουθήσει την
ομάδα



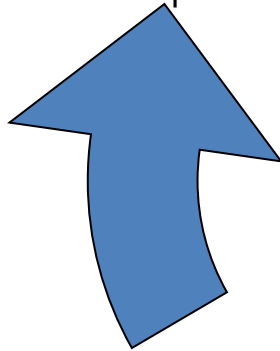
Το (πρώην)
μοναχικό
παιδί αλλάζει
διάθεση



Ο Σύμβουλος ομηλικών
νιώθει ότι
βοήθησε



Η αυτοεκτίμηση
και των δύο
ενδυναμώνεται
το ίδιο και η σχέση
τους



Η εφαρμογή ενός προγράμματος Σ.Ο. στο σχολείο

1. Προετοιμασία εκπαιδευτικών, γονέων και μαθητών/τριών
2. Επιλογή των μαθητών/τριών που θα εκπαιδευθούν ως σύμβουλοι ομηλικών
3. Διαχείριση της υπηρεσίας
4. Διοίκηση

1. Προετοιμασία εκπαιδευτικών, γονέων και μαθητών

- περιγραφή προγράμματος, σκοπού και των επιμέρους στόχων σε όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας
- Οφέλη για το σχολείο, το εκπαιδευτικό προσωπικό και τους γονείς
- Σκιαγράφηση της εκπαίδευσης
- Εκπαιδευτές που θα αναλάβουν δράση
- ενεργοποίηση ενθουσιασμού συμμετεχόντων για να «κερδηθεί» η υποστήριξή τους

2. Επιλογή μαθητών/τριών-συμβούλων ομηλικών

- **Προσέλκυση υποψηφίων συμβούλων:**
πληροφορίες για τη συμβουλευτική ομηλικών και αίτημα ενδιαφέροντος
- **Ανακήρυξη υποψηφιοτήτων συμβούλων από τους μαθητές**
- **Ανακήρυξη υποψηφιοτήτων συμβούλων από τους ενήλικες / εκπαιδευτικούς**

2. Επιλογή μαθητών/τριών-συμβούλων ομηλικών



Προσέλκυση μαθητών	Ανακήρυξη υποψηφιοτήτων από μαθητές	Ανακήρυξη υποψηφιοτήτων από ενήλικες
<ul style="list-style-type: none">• Υπευθυνότητα• Δυνατότητα ενεργοποίησης μαθητών που δεν είναι τόσο «δημοφιλείς».	<ul style="list-style-type: none">• Ενδυνάμωση των μαθητών• Οι άλλοι μαθητές νιώθουν ότι μπορούν να τους εμπιστευθούν.	<ul style="list-style-type: none">• Οι ενήλικες διατηρούν περισσότερο τον έλεγχο της συμβουλευτικής υπηρεσίας
<ul style="list-style-type: none">• Προσέρχονται πολλοί περισσότεροι μαθητές από αυτούς που μπορούν να εκπαιδευθούν στη Συμβουλευτική.	<ul style="list-style-type: none">• Η επιλογή των μαθητών μπορεί να γίνεται με κριτήριο το πόσο δημοφιλείς είναι στη μαθητική κοινότητα και όχι επειδή φέρουν τα κατάλληλα χαρακτηριστικά γνωρίσματα που θα τους επιτρέψουν να γίνουν καλοί σύμβουλοι ομηλικών.	<ul style="list-style-type: none">• Ό,τι κερδίζει στον τομέα του ελέγχου το χάνει σε ό,τι αφορά στην αξιοπιστία

3. Διαχείριση της Συμβουλευτικής Υπηρεσίας

- Ορίζεται ένα άτομο που θα είναι υπεύθυνο για τη Συμβουλευτική Υπηρεσία
- δημιουργείται μια διαχειριστική ομάδα που θα υποστηρίζει και θα συμβουλεύει το άτομο που θα είναι υπεύθυνο για τη λειτουργία της Συμβουλευτικής Υπηρεσίας

4. Διοίκηση

- Προώθηση και δημοσιοποίηση της Συμβουλευτικής Υπηρεσίας
- Προσβασιμότητα (πώς, που και πότε μπορούν να αναζητηθούν οι Σύμβουλοι Ομηλίκων)
- Διατήρηση αρχείου επισκεπτών (π.χ. ηλικία, φύλο, λόγοι αναζήτησης βοήθειας, αριθμός συναντήσεων μαθητών με τους συμβούλους)
- Εποπτεία

Ρόλοι της Σ.Ο. στο σχολικό περιβάλλον



- Ο/Η **Ψυχολόγος** σε θέση εκπαιδευτή,
- Ο/Η **Εκπαιδευτικός** σε θέση συντονιστή,
- Η **Ομάδα των Συνομηλίκων** σε θέση Συμβούλου,
- Ο **γονέας** σε θέση ενισχυτή

Ψυχολόγος- εκπαιδευτής

- Εκπαίδευση εκπαιδευτικών
- Σχολές γονέων
- Εποπτεία υπεύθυνων εκπαιδευτικών
- Αξιολόγηση

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ- ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ



- Εξοικείωση με τα βασικά χαρακτηριστικά της συμβουλευτικής διαδικασίας, δηλαδή να διαθέτει **βασικές επικοινωνιακές δεξιότητες** (π.χ. ενεργητική ακρόαση, ενσυναίσθηση) και **συμβουλευτικές δεξιότητες** (π.χ. επίλυση προβλημάτων, λήψη αποφάσεων, κ.ο.κ)
- να δείχνει ζεστασιά και ανταποδοτικότητα, να εκφράζει ειλικρινές ενδιαφέρον
- να μην είναι κατευθυντικός
- να δείχνει προσοχή και σεβασμό στα παιδιά και στον κόσμο τους ανεξάρτητα από τις δίκες του θέσεις και αξίες
- γνησιότητα και αυθεντικότητα
- ενσυναίσθηση

Σύμβουλοι Ομηλίκων

- Ενσυναίσθηση
- Ενεργητική ακρόαση
- Προσεκτική παρακολούθηση
- Συνεργασία
- Αναγνώριση και διαχείριση συναισθημάτων
- Αυτογνωσία και αυτοεκτίμηση
- Αναγνώριση, αποδοχή και διαχείριση της διαφορετικότητας

Γονέας- Ενισχυτής

Οι γονείς μέσω της εκπαίδευσής τους στην **επικοινωνία** θα μάθουν να είναι σε θέση:

- να ακούν το παιδί τους (ενσυναίσθητη κατανόηση),
- να κατανοούν τις ανάγκες του και τους στόχους της συμπεριφοράς του,
- να θέτουν όρια,
- να αντιμετωπίζουν συγκρούσεις
- να έρθουν σε επαφή με το συναίσθημά τους
- να αποδεχτούν τόσο τον εαυτό τους όσο και το παιδί τους
- να δείχνουν έμπρακτα την εμπιστοσύνη τους στο παιδί
- κλίμα αμοιβαίας εμπιστοσύνης, εκτίμησης και αλληλοσεβασμού

Πρόγραμμα συμβουλευτικής ομηλίκων στα σχολεία



Πρόγραμμα Σ.Ο. στο σχολείο



- ▶ **Α. Μέρος : Επικοινωνία**

(ενεργητική ακρόαση, προσεκτική παρακολούθηση, γλώσσα σώματος, ερωτήσεις, ενσυναίσθηση)

- ▶ **Β.Μέρος : Συναισθηματικός Εγγραματισμός**

(συναισθήματα- αναγνώριση, έκφραση, διαχείριση, ανθεκτικότητα, θετικά συναισθήματα)

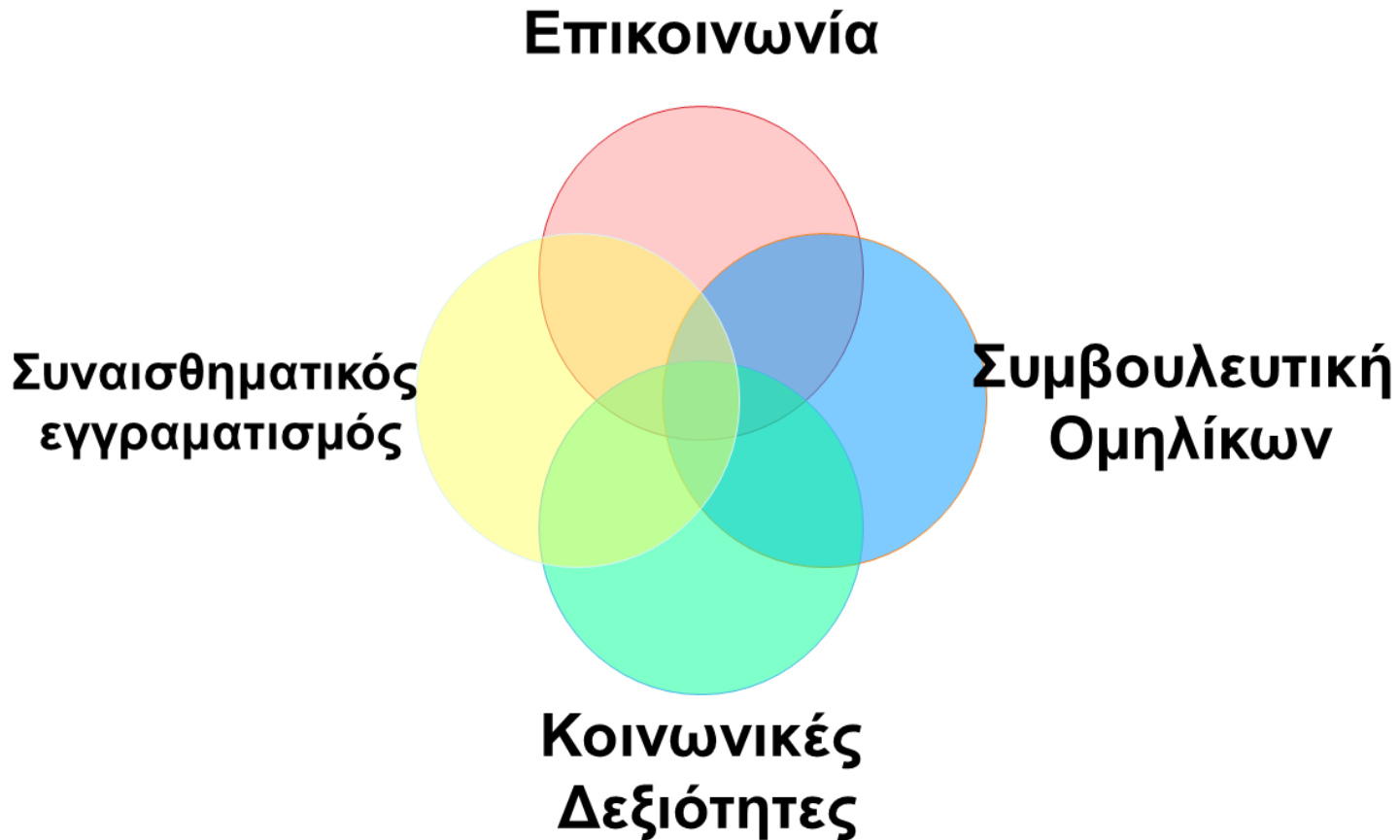
- ▶ **Γ. Μέρος: Συμβουλευτική Ομηλίκων**

(ρόλος, καθήκοντα, εχεμύθεια)

- ▶ **Δ. Μέρος : Κοινωνικές Δεξιότητες**

(«εκφράζω τις ανάγκες μου», «κάνω φίλους»
«προσπαθώ»)

Πρόγραμμα Σ.Ο. στο σχολείο



Παραδείγματα εφαρμογής Σ.Ο. στην Α' βάρθμια εκπαίδευση

«Υιοθεσία» μαθητών Α' Δημοτικού



<https://blogs.sch.gr/4dimvoul/?p=1119>

<http://7dim-aigiou.gr/draseis/2019-2020/yiothesia-mathiton-a-taksis-2019>

<https://www.cyprusalive.com/el/enas-kataplhktikos-thesmos-pou-yparxei-se-sxoleio-ektakia-yiothetoun-prwtakia>

<https://ppf.edu.gr/activities/ta-ektakia-yiothetoy-n-protakia>

Παραδείγματα εφαρμογής Σ.Ο. στην Α'βάθμια εκπαίδευση



Παγκάκι Φιλίας



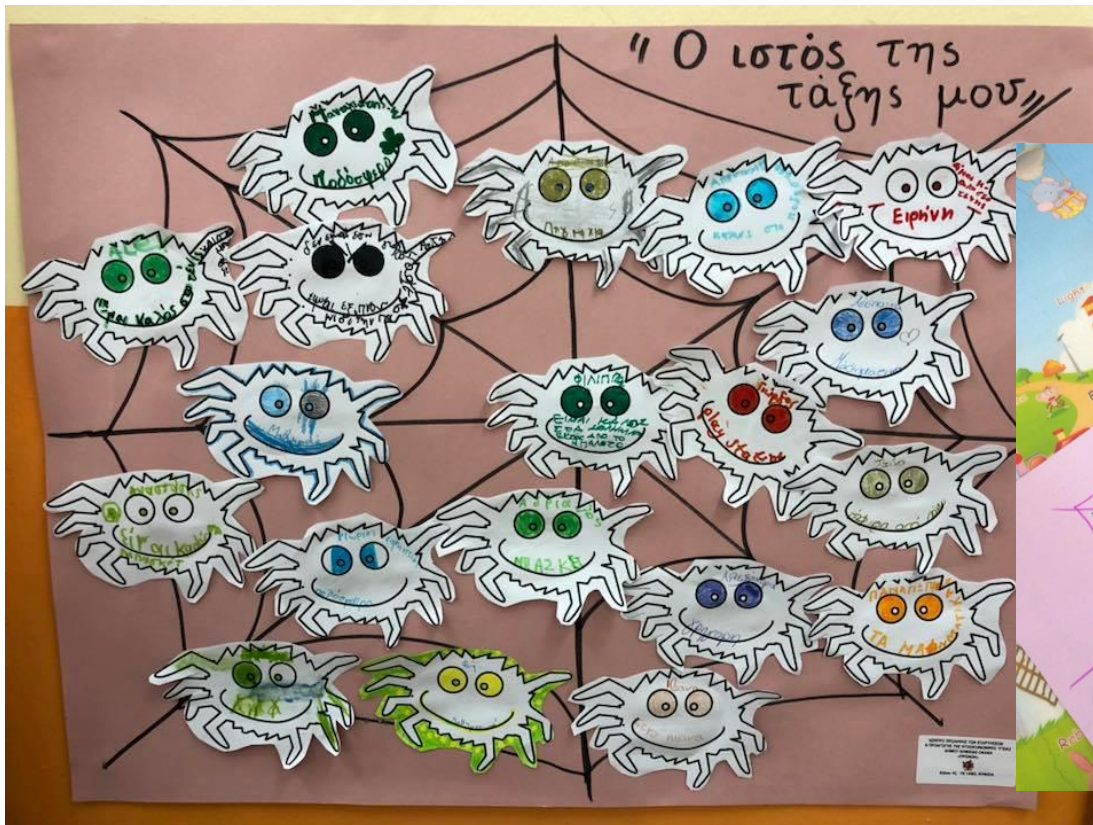
(<https://www.pronoi.org.gr/to-pagkaki-tis-filias/>)

Παραδείγματα εφαρμογής Σ.Ο. στην Α'βάθμια εκπαίδευση



«Ο ιστός της τάξης μας»

(από την βραχεία παρέμβαση για μαθητές πρώτης σχολικής ηλικίας «Ο Γελαστός και η Ζωηρούλα, μια ιστορία αληθινής φιλίας», Κέντρο Πρόληψης «ΠΡΟΝΟΗ»)



Οφέλη Σ.Ο. στο σχολείο

Η ύπαρξη στενών σχέσεων με ομότιμους και της κοινωνικής στήριξης από αυτούς:

- Βοηθάει στην αντιμετώπιση αγχογόνων καταστάσεων, που συχνά συνδέονται με προβλήματα υγείας/μπορεί να απομακρύνει τις πιο σοβαρές συνέπειες του άγχους
- Βελτιώνει την αυτό-αποτελεσματικότητα, την αυτεπίγνωση σε θέματα υγείας και τις δεξιότητες αυτοβοήθειας
- Συνδέει τους ανθρώπους προκειμένου να μοιραστούν γνώσεις και εμπειρίες
- Προσφέρει συναισθηματική και κοινωνική στήριξη
- Βελτιώνει το γενικότερο κλίμα του σχολείου
- Μειώνει το ενδοσχολικό άγχος και την ενδοσχολική βία
- Ενισχύει τους κοινωνικούς δεσμούς και το αίσθημα ασφάλειας

Οφέλη συμβουλευόμενων μαθητών/τριών Σ.Ο.



- συναισθηματική στήριξη
- ανάπτυξη δεξιότητας δημιουργίας στενών σχέσεων
- ανάπτυξη δεξιότητας αυτό- φροντίδας
- μείωση του άγχους
- μείωση της επιθετικότητας
- επίτευξη σωματικής και ψυχικής ευημερίας
- ανάπτυξη προσωπικών & κοινωνικών δεξιοτήτων
- ανάπτυξη αυτονομίας
- Ανάπτυξη ακαδημαϊκών δεξιοτήτων

Οφέλη συμβούλων μαθητών/τριών Σ.Ο.



- Εμπειρία μαθητών/τριών ανάληψης ευθύνης τόσο για τον εαυτό τους όσο και για τους άλλους με τρόπους κατάλληλους για την ηλικία τους
- Ενίσχυση αίσθησης ικανότητας
- Ενίσχυση αίσθησης ευθύνης
- αύξηση αυτοπεποίθησης και αυτό-εκτίμησης
- Ενίσχυση ενσυναίσθησης
- Καλύτερη κατανόηση του εαυτού και των άλλων
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων και συγκρούσεων
- Ανοιχτότητα στη μάθηση (για παροχή αποτελεσματικότερης βοήθειας)
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων αποτελεσματικής επικοινωνίας- γίνονται καλύτεροι ακροατές

Σ.Ο. στην Τριτοβάθμια εκπαίδευση



- επιλογή μαθημάτων και προγράμματος σπουδών
- προσαρμογή στην φοιτητική ζωή
- συναισθηματική στήριξη
- προσωπική και ομαδική συμβουλευτική σε ένα φιλικό περιβάλλον
- ενσυναίσθητη κατανόηση
- ενίσχυση του αυτοσυναισθήματος και μετριασμό του φόβου της αποτυχίας
- Συνεργασία φοιτητών συμβούλων- ομηλίκων και καθηγητών

Εκπαίδευση Συμβούλων Ομηλικών Μαθητών- Φοιτητών/τριών



- πραγματοποιείται από κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό στο πλαίσιο μιας σειράς (γύρω στις 10 συναντήσεις) 45λεπτων συναντήσεων ή ωριαίων εργαστηρίων
- Πρωτοβάθμια- Δευτεροβάθμια εκπαίδευση: από τους δασκάλους- εκπαιδευτικούς
- Τριτοβάθμια Εκπαίδευση: από ψυχολόγους και παλαιότερους εθελοντές συμβούλους ομηλικών
- Περιλαμβάνει την εκπαίδευση σε δεξιότητες αποτελεσματικής επικοινωνίας και συμβουλευτικής/ στις βασικές αρχές και στη φιλοσοφία της συμβουλευτικής ομηλικών/ βασικές αρχές στη συμβουλευτική σχέση- εμπιστοσύνη στη σχέση εθελοντή συμβούλου ομηλικών και συμβουλευόμενου/ σημασία της θετικής σκέψης μέσα σε μια συμβουλευτική σχέση/ ζητήματα εχεμύθειας και ορίων κ.α.
- Έχει ψυχοεκπαιδευτική μορφή
- Εφαρμόζεται σε μικρές ομάδες, μέσα στο εκπαιδευτικό πλαίσιο

Το παράδειγμα του ΣΥΚΕΟΜ

(Τμήμα Εκπαίδευσης και Αγωγής στη
Προσχολική Ηλικία, ΕΚΠΑ)

<http://sykeom.ecd.uoa.gr/>



- Λειτουργία από το 1995
- επιλογή μαθημάτων και προγράμματος σπουδών
- προσαρμογή στην φοιτητική ζωή
- συναισθηματική στήριξη
- προσωπική και ομαδική (π.χ. βραδιές συζήτησης)
συμβουλευτική σε ένα φιλικό περιβάλλον
- Σεμινάρια- Εργαστήρια
- Διεξαγωγή ερευνών
- Συνεργασία φοιτητών συμβούλων- ομηλίκων και καθηγητών

Επιστημονική Εταιρεία Συμβουλευτικής Ομηλικών (ΕΣΥΟΜ)

(<http://www.esyom.gr/>)



- Συναντήσεις «Νέων Μελών»
- Σεμινάριο Δεξιοτήτων Συμβουλευτικής και Αποτελεσματικής Επικοινωνίας
- Σεμινάριο Εκπαίδευσης Εκπαιδευτών
- Συγγραφή εργαλείων- οδηγών
- Διοργάνωση και συμμετοχή σε επιστημονικά συνέδρια, συμπόσια, ημερίδες
- Συνεργασίες με φορείς για εκπαίδευση και εφαρμογή Συμβουλευτικής Ομηλικών

Ερωτήματα & αμφιβολίες για τη Συμβουλευτική Ομηλίκων

- «Τα παιδιά αυτά είναι πολύ μικρά σε ηλικία για να μπορούν να κατανοήσουν περίπλοκα συναισθήματα»
- «Θα μπορούσαν να κάνουν κακό»
- «Υπάρχει εμπιστευτικότητα στις συζητήσεις τους με τους άλλους; Τι γίνεται ως προς την εχεμύθεια;»
- «Χρειάζονται πολλά χρόνια κατάρτισης και εμπειρία για να κάνει κανείς αυτή τη «δουλειά», για να μπορεί να έχει αυτό το ρόλο»
- «Ποιος θα είναι τελικά υπεύθυνος αν κάτι δεν πάει καλά;»
- «Δεν μπορούν να έχουν την υπομονή και το κουράγιο να συνεχίσουν και να τα βγάλουν πέρα»

Απαντήσεις- περιορισμοί

- Συχνά υποτιμούμε την ικανότητα ενσυναίσθησης των ατόμων σε σχέση με τον πόνο του άλλου όπως και την ικανότητα τους να προσφέρουν υποστήριξη, βοήθεια και καθοδήγηση
- λειτουργεί μέσα σε καλά καθορισμένα πλαίσια που έχουν να κάνουν

1) με τη φύση του **ρόλου** του συμβούλου ομηλικών (ενεργός ακροατής και διευκολυντής- δεν συμβουλεύει)

2) με τη **συμβουλευτική σχέση** (χώρος/χρόνος συζήτησης, εχεμύθεια)

3) με την **φύση των προβλημάτων** τα οποία μπορούν να χειρισθούν οι σύμβουλοι ομηλικών



Ενδεικτική βιβλιογραφία

- Αρτινοπούλου, Β. (2010). *Η σχολική διαμεσολάβηση*. Αθήνα: Νομική Βιβλιοθήκη.
- Γιαννάτου, Α. (2011). Η λειτουργία ομάδας «ομότιμων μεσολαβητών» στο 2ο Γυμνάσιο Ασπροπύργου. Στο Θ. Β. Θάνος (Επ. Εκδ.), *Η διαμεσολάβηση στο σχολείο και την κοινωνία* (σελ. 103-112). Αθήνα: Πεδίο.
- Cole, T. (1999). *Kids Helping Kids*. Victoria, BC. Peer Resources
- Cowie, H. & Sharp, S. (eds) (1996). *Peer counselling in schools*. London: David Fulton Publishers
- Cowie, H. & Wallace, P. (2000). *Peer support in action. From bystanding to standing by*. London: Sage publications
- Cox, J. Rumley (1999) *A Guide to Peer Counselling*. New York: Rowman & Littlefield Publs. Inc
- Henrikson, E. (1991), A peer helping program for the middle school. *Canadian Journal of Counselling*, 25(1), 12-18.
- James, J., Charlton, T., Leo, E., & Indoe, D. (1991). A peer to listen. *Support for Learning*, 6(4), 165-169.
- Θάνος, Θ. Β. (Επ. Έκδ.) (2011). *Η διαμεσολάβηση στο σχολείο και την κοινωνία*. Αθήνα: Πεδίο.
- Λαϊνάς, Σ. (2007). Προάγοντας την αυτοβοήθεια στην αντιμετώπιση της εξάρτησης στην Ελλάδα. *Κοινωνία και Ψυχική Υγεία*, 5, 77-87.
- Μαλικιώση-Λοϊζου, Μ. (2017). *Συμβουλευτική ψυχολογία*. Αθήνα: Πεδίο.
- Μαλικιώση-Λοϊζου, Μ. (Επ. Έκδ.) (2014). *Συμβουλευτική ομηλίκων στην εκπαίδευση*. Αθήνα: Πεδίο.
- Μενεδιάτου, Α., & Χονδρός, Π. (Επ. Έκδ.) (2015). *Εγχειρίδιο εκπαίδευσης συντονιστών ομάδων αυτοβοήθειας*. Αθήνα: ΜΑΖΙ, Ελληνική Εταιρεία Διαταραχών Διάθεσης.
- Ρουμπέα, Γ. (2011). Εκπαιδύοντας μαθητές διαμεσολαβητές. Στο Θ. Β. Θάνος (Επ. Εκδ.), *Η διαμεσολάβηση στο σχολείο και την κοινωνία* (σελ. 91-102). Αθήνα: Πεδίο.

«...έμαθα να βλέπω κάθε θέμα με διαφορετική σκοπιά»

«...κέρδισα εφόδια που θα με βοηθήσουν στη σχέση μου με τους γύρω μου»

«...με βοήθησε στη ζωή μου γιατί τώρα ακούω με πολύ προσοχή τους συνομιλητές μου»



Sometimes we need someone to simply be there. Not to fix anything, or to do anything in particular, but just to let us feel that we are cared for and supported.