



Συμβουλευτική στο Σχολικό Πλαίσιο

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΠΕΙΝΟΣ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

PHD(C), MED, MA, MSC

athtapeinos@psych.uoa.gr

ΑΘΗΝΑ, 2024



Βασικές αρχές και προσεγγίσεις στη Συμβουλευτική στο Σχολικό Πλαίσιο

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΠΕΙΝΟΣ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

PHD(C), MED, MA, MSC

ΑΘΗΝΑ, 2024

Συμβουλευτική

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία, ο όρος **συμβουλευτική (counseling)** αναφέρεται στην επαγγελματική βοήθεια για την αντιμετώπιση προσωπικών προβλημάτων, συμπεριλαμβανομένων των συναισθηματικών, συμπεριφορικών, επαγγελματικών, συζυγικών, εκπαιδευτικών προβλημάτων καθώς και ζητημάτων αποκατάστασης και σταδίων ζωής (π.χ. συνταξιοδότηση).

Ο σύμβουλος κάνει χρήση τεχνικών όπως η **ενεργητική ακρόαση**, η **καθοδήγηση**, η **συμβουλή**, η **συζήτηση**, η **διευκρίνιση** και η **διενέργεια ψυχομετρικών δοκιμασιών** (American Psychological Association)

Η συμβουλευτική εστιάζει συνήθως στις υγιείς πτυχές του πελάτη, στα προσωπικά και περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά (συμπεριλαμβανομένης της κουλτούρας, της εθνικότητας, του φύλου, του σεξουαλικού προσανατολισμού, της κοινωνικοοικονομικής κατάστασης και των σωματικών ικανοτήτων) και στον ρόλο της σταδιοδρομίας στην ατομική ανάπτυξη και λειτουργικότητα (Lopez & Rasmuss, 2005)

Διαλεκτική Συμβουλευτική

Η **διαλεκτική συμβουλευτική** είναι μια μέθοδος παροχής ψυχοεκπαιδευτικών υπηρεσιών με προληπτικό προσανατολισμό, κατά την οποία ο σύμβουλος (π.χ. σχολικός ψυχολόγος) και ο συμβουλευόμενος (π.χ. εκπαιδευτικός) αναπτύσσουν μια συνεργασία και συμμετέχουν από κοινού σε μια συστηματική διαδικασία επίλυσης προβλημάτων. Ο στόχος είναι η ενίσχυση και ενδυνάμωση του συμβουλευόμενου, ώστε να προωθηθεί η προσαρμογή του πελάτη (π.χ. του μαθητή) και να βελτιωθεί η ακαδημαϊκή επίδοση (Erchul, 2005).

**Μοντέλα
διαλεκτικής
συμβουλευτικής**



Διαλεκτική Συμβουλευτική
οργανωσιακής ανάπτυξης
(organizational
development consultation)

Διαλεκτική
Συμβουλευτική ψυχικής
υγείας (mental health
consultation)

Συμπεριφορική
Διαλεκτική
συμβουλευτική
(behavioral consultation)

Διαλεκτική συμβουλευτική επίλυσης
προβλημάτων (problem-solving
consultation)



Στόχος της είναι να παρέχονται μέθοδοι (πρόληψης και παρέμβασης) για την αλλαγή ενός συστήματος, μίας τάξης ή για ένα συμπεριφορικό, ακαδημαϊκό ή κοινωνικό πρόβλημα που αντιμετωπίζει ένα παιδί

Συμβουλευτική στο Σχολικό Πλαίσιο

Η **συμβουλευτική στο πλαίσιο του σχολείου (school counseling)** αφορά στην καθοδήγηση -που παρέχεται στο σχολείο σε μαθητές, γονείς και άλλους φροντιστές- η οποία επικεντρώνεται στην ακαδημαϊκή, προσωπική, κοινωνική και επαγγελματική προσαρμογή, ανάπτυξη και επίδοση των μαθητών και προσφέρεται από **πιστοποιημένους και αδειοδοτημένους επαγγελματίες** σε όλα τα επίπεδα εκπαίδευσης (American Psychological Association).

Η συμβουλευτική αποτελεί μέρος των καθηκόντων των σχολικών ψυχολόγων σε διάφορες χώρες.

Ρόλος του Σχολικού Ψυχολόγου στις ΗΠΑ

- εποπτεία για επαγγελματίες στο σχολείο
- αξιολόγηση παιδιών με προβλήματα μάθησης και συμπεριφοράς
- συμβουλευτική με προσανατολισμό στην αντιμετώπιση κρίσεων ή άλλες μορφές ψυχοθεραπείας για παιδιά και γονείς
- συνεργατική επίλυση προβλημάτων με το προσωπικό του σχολείου
- ατομική ή ομαδική συμβουλευτική

Στην Ελλάδα, σύμφωνα με την υπ. αριθμ. 142628/ΓΔ4/30-08-2017 (Β'3032) Υπουργική Απόφαση ορίζονται τα καθήκοντα και οι αρμοδιότητες των ΠΕ23 Ψυχολόγων

«Αντιμετωπίζει τον κάθε μαθητή και μαθήτριά ως ιδιαίτερη, ενιαία βιοψυχική οντότητα, ενταγμένη σε ποικίλα κοινωνικά συστήματα, σεβόμενος απόλυτα τις προσωπικές ιδιαιτερότητες του. Ο ρόλος του είναι συμβουλευτικός, υποστηρικτικός και θεραπευτικός προς τους μαθητές, τις οικογένειες τους και το εκπαιδευτικό προσωπικό του σχολείου. [...] Αναλαμβάνει, σε ειδικά διαμορφωμένο χώρο, κατάλληλο για την τήρηση του απορρήτου, την υποστηρικτική, συμβουλευτική ή θεραπευτική διαδικασία, ατομική ή ομαδική των μαθητών, η οποία κρίνεται απαραίτητη κατά την αξιολόγηση. Σε περίπτωση θεραπευτικής παρέμβασης ή συμβουλευτικής υποστήριξης, για τους ενήλικες μαθητές απαιτείται η σύμφωνη γνώμη τους και, όπου κρίνεται αναγκαίο, η συγκατάθεση των γονέων ή κηδεμόνων, ενώ για τους ανήλικους μαθητές απαιτείται η σύμφωνη γνώμη των γονέων ή κηδεμόνων ή των ασκούντων την γονική μέριμνα ή έχόντων την επιμέλεια. [...] Παρέχει, εντός του σχολείου και στο πλαίσιο του ωραρίου του α) ψυχολογική υποστήριξη στις οικογένειες των μαθητών σε ομαδική ή ατομική βάση, η οποία ενδεικτικά περιλαμβάνει ενημέρωση σε σχέση με το πρόβλημα και τις μεθόδους παρέμβασης, εκπαίδευση για τις σχέσεις γονέων-παιδιού και την αντιμετώπιση προβλημάτων στο σπίτι, συμβουλευτική για συναισθηματική στήριξη σε θέματα οικογένειας, καθοδήγηση για την ανάγκη πρόσθετων ιατρικών, ψυχοθεραπευτικών παρεμβάσεων και μεθόδων αποκατάστασης και β) συμβουλευτική υποστήριξη στο προσωπικό του σχολείου με σκοπό την επίλυση προβλημάτων των μαθητών και των οικογενειών τους και όταν κρίνεται αναγκαίο συμμετέχει στο σχεδιασμό του προγράμματος δραστηριοτήτων των μαθητών.».

Καθήκοντα σχολικού συμβούλου

Διαλεκτική Συμβουλευτική	Συμβουλευτική	Αξιολόγηση
Παροχή πληροφοριών ειδικής αγωγής	Διασύνδεση με την κοινότητα	Παροχή εκπαίδευσης στο σχολείο
Παρεμβάσεις για τη διαχείριση κρίσεων	Συμπεριφορική διαχείριση	Παροχή εκπαίδευσης σε γονείς

Παλαιός ρόλος του Σχολικού Συμβούλου

Σύμφωνα με τον Dimakos (2006), εντός του ελληνικού εκπαιδευτικού συστήματος **υπήρχε και ο «Σύμβουλος»**, μια θέση καθοδήγησης, καθώς και εποπτείας, που **κατείχαν εκπαιδευτικοί (όχι σχολικός ή συμβουλευτικός ψυχολόγος)** με πολυετή διδακτική εμπειρία και πρόσθετα μεταπτυχιακά σε τομείς εξειδίκευσης που σχετίζονται με την εκπαίδευση. Πριν την ίδρυση των ΚΕΔΑΣΥ (νωρίτερα γνωστά ως ΚΔΑΥ, ΚΕΔΥ, ΚΕΣΥ), **ο Σύμβουλος ήταν το κατάλληλο πρόσωπο για αρκετά θέματα που καλείται να αντιμετωπίσει ένας σχολικός ψυχολόγος σε άλλα εκπαιδευτικά συστήματα.** Για παράδειγμα, ο Σύμβουλος μπορούσε να ασχοληθεί με την αξιολόγηση μαθητών/τριών που χρειάζονται προγράμματα ειδικής αγωγής, να προτείνει συμπεριφορικές παρεμβάσεις στην τάξη, να συμβουλευέται και να συνεννοείται με δασκάλους και γονείς μαθητών/τριών με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες και επίσης να παρέχει γενική παιδαγωγική εποπτεία και καθοδήγηση.

Η διαλεκτική συμβουλευτική στο πλαίσιο του σχολείου (school consultation)

- Αφορά μια **διαδικασία παροχής ψυχολογικών και εκπαιδευτικών υπηρεσιών** κατά την οποία ένας ειδικός (σύμβουλος) συνεργάζεται με ένα μέλος του σχολείου (συμβουλευόμενος) για τη βελτίωση της μάθησης και της προσαρμογής ενός μαθητή (πελάτης) ή μιας ομάδας μαθητών/τριών.
- Κατά τη διάρκεια της αλληλεπίδρασης συμβούλου και συμβουλευόμενου, ο σύμβουλος βοηθά τον συμβουλευόμενο μέσω της συστηματικής επίλυσης προβλημάτων, και της επαγγελματικής υποστήριξης.
- Με τη σειρά του, ο συμβουλευόμενος βοηθά τον πελάτη (ή τους πελάτες) μέσω της επιλογής και της εφαρμογής αποτελεσματικών παρεμβάσεων στο σχολείο.
- Η επιτυχής διαλεκτική συμβουλευτική απαιτεί μια υγιή σχέση μεταξύ του επαγγελματία και ενός άλλου ενήλικα (π.χ. γονέα, εκπαιδευτικού) που εργάζεται με τον μαθητή-στόχο -ωστόσο, η σχέση δεν είναι τόσο στενή από ψυχολογικής πλευράς και οι υπηρεσίες παρέχονται έμμεσα.



Προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας σε μαθητές της Σχολικής Μονάδας

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΠΕΙΝΟΣ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

PHD(C), MED, MA, MSC

ΑΘΗΝΑ, 2024

Ερευνητικά ευρήματα

- ❖ Τα συνηθέστερα προβλήματα που αναδείχθηκε ότι παρουσιάζουν τα παιδιά της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης σε σχολεία του Ηνωμένου Βασιλείου μετά από σχετική μελέτη ήταν το γενικευμένο άγχος, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, οι οικογενειακές εντάσεις και οι εναλλαγές της διάθεσης (Toth et al., 2020)
- ❖ Οι Finning et al. (2021) αξιολόγησε τη μακροπρόθεσμη αποτελεσματικότητα μιας παρέμβασης μέσω ατομικής συμβουλευτικής που παρέχεται σε παιδιά δημοτικών σχολείων
 - ❖ Τα ευρήματα υπογραμμίζουν τον πολλά υποσχόμενο ρόλο των δημοτικών σχολείων ως το κατάλληλο περιβάλλον για την παροχή παρέμβασης για προβλήματα ψυχικής υγείας στην παιδική ηλικία.
 - ❖ Τα ευρήματα επίσης υποδηλώνουν ότι πρέπει να δοθεί μεγαλύτερη προσοχή στην παροχή συμβουλευτικής στα σχολεία πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης.

Η **πρώιμη παρέμβαση** σε αυτήν τη νεαρή ηλικία, πριν εδραιωθούν τα προβλήματα ψυχικής υγείας στην εφηβεία και τη νεαρή ενήλικη ζωή, μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη των μακροπρόθεσμων επιρροών των προβλημάτων ψυχικής υγείας της παιδικής ηλικίας.

Προαγωγή Ψυχικής Ανθεκτικότητας

Με τον όρο ψυχική ανθεκτικότητα αναφερόμαστε στη διαδικασία και στο **αποτέλεσμα της επιτυχούς προσαρμογής σε δύσκολες εμπειρίες της ζωής**, ιδίως μέσω της νοητικής, συναισθηματικής και συμπεριφορικής ευελιξίας και της προσαρμογής σε εξωτερικές και εσωτερικές απαιτήσεις (American Psychological Association, 2022).

Η ψυχική ανθεκτικότητα είναι σημαντική επειδή αποτελεί βασικό παράγοντα για την προστασία και την προαγωγή της υγείας και της ευημερίας σε **ατομικό, κοινοτικό και συστημικό ή κοινωνικό επίπεδο** (World Health Organization Regional Office for Europe & Ziglio, 2017).

Σύμφωνα με τις Χουντουμάδη και Πατεράκη (2008), η ψυχική ανθεκτικότητα ορίζεται ως: *«Η ειδική ικανότητα της αποτελεσματικής αντιμετώπισης στρεσογόνων τραυματικών εμπειριών και της ανάκαμψης από τις συνήθως καταστροφικές τους επιδράσεις»* (σελ 596)

Ατομικά χαρακτηριστικά που δρουν ως προστατευτικοί παράγοντες και προάγουν την ψυχική ανθεκτικότητα

Σύμφωνα με τον Lyon (2005):

- οη **νοητική ικανότητα**
- οη **ευχάριστη προσωπικότητα** και η χαλαρή διάθεση
- οη **κοινωνικότητα** (συμπεριλαμβανομένων στενών φιλικών σχέσεων με συνομηλίκους)
- οη **υψηλή αυτοαποτελεσματικότητα**
- οη **αυτοπεποίθηση** και **αυτοεκτίμηση**
- οη **επικέντρωση στα επιτεύγματα με ρεαλιστικά υψηλές προσδοκίες**
- οένα **ανθεκτικό σύστημα πεποιθήσεων**
- οη **πίστη** και η **εμπλοκή σε παραγωγικές δραστηριότητες**

Ακόμη, προστατευτικά μπορεί να δράσει μια **στενή, στοργική σχέση με τουλάχιστον έναν γονέα ή φροντιστή**, η **γονική μέριμνα** που χαρακτηρίζεται από ζεστασιά, δομή και ρεαλιστικά υψηλές προσδοκίες, οι **καλές σχέσεις** και η **καθοδήγηση από άλλα μέλη της ευρύτερης οικογένειας**, τα **θετικά πρότυπα ενηλίκων** και η **πρόσβαση σε ποιοτικά σχολεία** (Lyon, 2005).

Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (World Health Organization Regional Office for Europe & Ziglio, 2017)

Υπάρχουν τέσσερις ικανότητες που συνθέτουν την ανθεκτικότητα:

- α) η **προσαρμοστικότητα**, η ικανότητα δηλαδή των ατόμων, των κοινοτήτων και των συστημάτων να προσαρμόζονται σε διαταραχές και σοκ,
- β) η **ικανότητα διαχείρισης και ανάκαμψης από δυσμενείς συνθήκες**,
- γ) η **ικανότητα πρόβλεψης και μείωσης των κινδύνων** μέσω προληπτικής δράσης για την ελαχιστοποίηση της ευαλωτότητας,
- δ) η **ικανότητα των συστημάτων να μετασχηματίζουν τις δομές και τα μέσα λειτουργίας τους για την καλύτερη αντιμετώπιση της αλλαγής και της αβεβαιότητας** [ουσιαστικά, πρόκειται για την ικανότητα ανάπτυξης (νέων) συστημάτων που είναι περισσότερο προσαρμοσμένα στις νέες συνθήκες και είναι πολύ σημαντική όταν, για παράδειγμα, οι οικονομικές, τεχνολογικές, πολιτιστικές ή δημογραφικές αλλαγές καθιστούν τις υπάρχουσες πολιτικές και πρακτικές παρωχημένες]

Προαγωγή ψυχικής ανθεκτικότητας στο σχολείο (1 / 2)

Σύμφωνα με την Theron (2016), η προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας στην καθημερινότητα του σχολείου περιλαμβάνει:

- i) ένα σχολικό κλίμα που **προάγει την επιτυχία των μαθητών/τριών και διευκολύνει τη σχολική δέσμευση,**
- ii) ένα σχολικό σύστημα που **καλύπτει τις βασικές ανάγκες των παιδιών για διατροφή, υγεία και ασφάλεια** (ιδιαίτερα όταν οι βασικές ανάγκες αυτές δεν καλύπτονται επαρκώς από την οικογένεια)
- iii) **δημιουργικό περιβάλλον μάθησης**
- iv) **εξωσχολικές δραστηριότητες/μη ακαδημαϊκές σχολικές δραστηριότητες**, όπως ο αθλητισμός, οι πολιτιστικές εκδηλώσεις, η μουσική κ.λπ.
- v) **προγράμματα σπουδών που υποστηρίζουν τη βέλτιστη ανάπτυξη** προσφέροντας στα παιδιά τη δυνατότητα να αναπτύξουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις που χρειάζονται

Προαγωγή ψυχικής ανθεκτικότητας στο σχολείο (2/2)

Ιδιαίτερα σημαντική για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας κρίνεται η **παραπομπή των μαθητών/τριών** από τους επαγγελματίες του σχολείου σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας της κοινότητας.

Η ανάπτυξη σχέσεων με κοινοτικούς φορείς, όπως ιατρεία οικογένειας και υπηρεσίες ψυχικής υγείας **είναι ιδιαίτερα ωφέλιμη για την εύρυθμη λειτουργία του σχολείου και την προαγωγή της ψυχικής υγείας των μαθητών/τριών.**

Αυτή η διασύνδεση μπορεί να προσφέρει ένα δυνητικά πλούσιο φάσμα υπηρεσιών στους μαθητές/τριες, να ενισχύσει την προσβασιμότητα των υπηρεσιών και να ενισχύσει τη συνεργασία μεταξύ σχολείου, κοινότητας και οικογένειας. Ωστόσο, πολλά σχολεία υπάρχουν σε περιοχές με περιορισμένη πρόσβαση στην κοινοτική ψυχική υγεία, ιδίως σε ψυχιατρικές υπηρεσίες

(Merrell, Levitt, & Gueldner, 2010).

Εμπλοκή γονέων (1 / 2)

Οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά τους να μάθουν να αντιμετωπίζουν με επιτυχία τις προκλήσεις, είτε πρόκειται για το άγχος της καθημερινής ζωής, όπως οι ακαδημαϊκές δυσκολίες ή τα προβλήματα με τους φίλους, είτε για σοβαρές αντιξοότητες, όπως η απώλεια του σπιτιού.

Σύμφωνα με τον Εθνικό Οργανισμό Σχολικών Ψυχολόγων (National Association of School Psychologists) (2021) οι γονείς μπορούν να προάγουν την ανθεκτικότητα των παιδιών και να τα βοηθήσουν να προστατευτούν από τις μακροχρόνιες αρνητικές συνέπειες τραυματικών εμπειριών:

- Σκεφτείτε θετικά!** Τα παιδιά πρέπει να ακούνε τις θετικές σκέψεις των γονιών τους και να βλέπουν την αποφασιστικότητα τους και την επιμονή τους για την επίτευξη ενός στόχου.
- Εκφράστε αγάπη και ευγνωμοσύνη.** Τα παιδιά και οι έφηβοι που λαμβάνουν φροντίδα, αγάπη και υποστήριξη, μαθαίνουν να εκφράζουν θετικά συναισθήματα προς τους άλλους. Τα θετικά συναισθήματα προστατεύουν τα παιδιά από την κατάθλιψη και άλλες αρνητικές αντιδράσεις στις αντιξοότητες.
- Εκφραστείτε!** Οι γονείς που βοηθούν τα παιδιά να αποκτήσουν μεγαλύτερη επίγνωση των συναισθημάτων τους, να τα κατονομάζουν κατάλληλα και να αντιμετωπίσουν τις δυσκολίες, τους προσφέρουν χρήσιμες δεξιότητες ζωής.

Εμπλοκή γονέων (2/2)

- **Γυμναστείτε!** Οι υγιεινές διατροφικές συνήθειες, η τακτική άσκηση και ο επαρκής ύπνος προστατεύουν τα παιδιά από το άγχος των δύσκολων καταστάσεων. Η τακτική άσκηση μειώνει επίσης τα αρνητικά συναισθήματα, όπως το άγχος, ο θυμός και η κατάθλιψη.
- **Ενισχύστε τις ικανότητες τους!** Τα παιδιά που σημειώνουν ακαδημαϊκή επιτυχία και αναπτύσσουν ατομικά ταλέντα, όπως το να αθλούνται, να ζωγραφίζουν, να κατασκευάζουν πράγματα, να παίζουν μουσικά όργανα ή να παίζουν παιχνίδια, είναι πολύ πιο πιθανό να αισθάνονται ικανά και να μπορούν να αντιμετωπίσουν θετικά το άγχος. Η κοινωνική επάρκεια είναι επίσης σημαντική. Η ύπαρξη φίλων και η επαφή με φίλους και αγαπημένα πρόσωπα μπορεί να αυξήσει την ανθεκτικότητα. Η κοινωνική επάρκεια μπορεί να δημιουργηθεί ακόμη και βοηθώντας τους άλλους.

Η προστασία των παιδιών από όλα τα απροσδόκητα επώδυνα γεγονότα της ζωής δεν είναι εφικτή. Η προσφορά όμως ενός αισθήματος ικανότητας και των δεξιοτήτων για να αντιμετωπίσουν τις αντίξοες συνθήκες, μπορεί να αποτελέσει πολύτιμη κληρονομιά όλων των γονέων.

Σχεδιασμός αποτελεσματικών παρεμβάσεων για την ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας των μαθητών/τριών

Για τους Merrell, Levitt & Gueldner (2010) μερικά από τα βασικά στοιχεία που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά την ανάπτυξη και εφαρμογή παρεμβάσεων για μαθητές/τριες που παρουσιάζουν ελλείμματα κοινωνικών δεξιοτήτων και έλλειψη δεξιοτήτων ανθεκτικότητας περιλαμβάνουν:

- ✓ αποτελεσματικά εργαλεία αξιολόγησης για τον εντοπισμό πιθανών προβλημάτων
- ✓ διαδικασίες αξιολόγησης πολλαπλών πηγών και πολλαπλών μεθόδων με στόχο την εξέταση του εύρους και της έντασης του προβλήματος
- ✓ ανάλυση των προβλημάτων και επιλογή παρέμβασης
- ✓ προσεκτική αντιστοίχιση των παρεμβάσεων με τα προβλήματα ή τα ελλείμματα
- ✓ επιλογή και χρήση τεκμηριωμένων παρεμβάσεων που αποδεδειγμένα είναι χρήσιμες για μαθητές/τριες, παροχή επαρκούς χρόνου για τις ενδεικνυόμενες παρεμβάσεις.

Οι παρεμβάσεις αυτές, πρέπει να αποτελούν μέρος ενός ολοκληρωμένου συνολικού σχεδίου για την υποστήριξη του μαθητή/τριας, στο πλαίσιο της ακαδημαϊκής, συμπεριφορικής και κοινωνικο-συναισθηματικής υποστήριξης.



Συμβουλευτική για σχέσεις με συνομιλήκους

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΠΕΙΝΟΣ

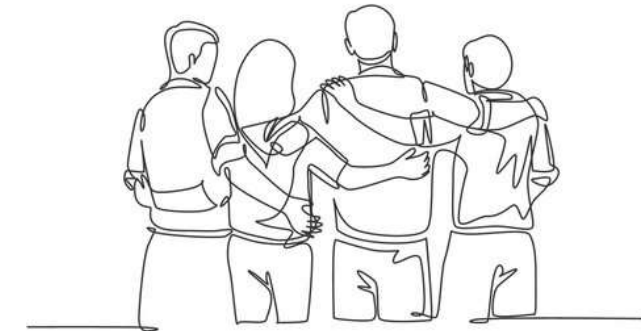
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

PHD(C), MED, MA, MSC

ΑΘΗΝΑ, 2024

Φιλία (1 / 2)

Η φιλία αντανakλά την παρουσία μιας στενής και αμοιβαίας διμερούς σχέσης. Αυτό διακρίνει τη φιλία από τη δημοτικότητα, η οποία αναφέρεται στην εμπειρία του να γίνει κανείς αρεστός ή αποδεκτός από τους συνομηλίκους του. Μερικά καθοριστικά χαρακτηριστικά της φιλίας περιλαμβάνουν την **αμοιβαιότητα** και το **αίσθημα της αντιληπτής ισότητας** μεταξύ των ατόμων (Rubin, Coplan, Chen, Bowker, & McDonald, 2013).



Οι θετικές αλληλεπιδράσεις με τους συνομηλίκους και η αποδοχή κατά την παιδική ηλικία και την εφηβεία είναι σημαντικές για την ανάπτυξη υγιών σχέσεων, για τη διαμόρφωση μιας ασφαλούς ταυτότητας, μιας ισχυρής, ανθεκτικής προσωπικότητας και ψυχοκοινωνικής λειτουργίας (Espelage & Poteat, 2012. La Greca & Harrison, 2005. Oberle, Schonert-Reichl, & Thomson, 2010). Η ανάπτυξη και η διατήρηση στενών φιλικών σχέσεων με συνομηλίκους αντιπροσωπεύουν δύσκολες αλλά ανταποδοτικές προσπάθειες σε όλη την παιδική ηλικία. Στα παιδιά, ωστόσο, οι παράγοντες που σχετίζονται με τη δημιουργία και τη διατήρηση φιλίας ποικίλλουν ανάλογα με την ηλικία. Πράγματι, η ίδια η έννοια της φιλίας υφίσταται αναπτυξιακή αλλαγή (Rubin, Coplan, Chen, Bowker, & McDonald, 2013).

Φιλία (2/2)

Οι αντιλήψεις της φιλίας των μικρών παιδιών καθοδηγούνται από το κοινωνικό πλαίσιο και βασίζονται σε αυτό που συμβαίνει εκείνη τη στιγμή (Rubin et al., 2013). Έτσι, από μικρή κιόλας ηλικία τα παιδιά έλκονται και επιλέγουν φίλους που είναι σαν τον εαυτό τους σε παρατηρήσιμα χαρακτηριστικά.

Ο Shin (2007) διερεύνησε το ζήτημα του κατά πόσο οι σχέσεις με τους συνομηλικούς συνδέονται με τη μοναξιά.

□ Τα παιδιά που γίνονται αποδεκτά από τους συνομηλικούς, ή είναι ικανά να δημιουργήσουν φιλίες ή έχουν υψηλή θετική ποιότητα φιλίας τείνουν να προστατεύονται σχετικά από τη μοναξιά σε σύγκριση με άλλα παιδιά.

□ Τα απορριφθέντα παιδιά ή τα παιδιά που χαρακτηρίστηκαν ως «επιθετικά» έτειναν να βιώνουν αποκλεισμούς, συμπεριλαμβανομένης της αποφυγής τους από τους συνομηλικούς και της άρνησης πρόσβασης σε δραστηριότητες συνομηλικών. Αυτές οι εμπειρίες απομακρύνουν τα παιδιά από τη βασική τους ανάγκη να ανήκουν ή να συμμετέχουν σε κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Συνεπώς, αυτά μπορεί να επηρεάσουν τα αισθήματα μοναξιάς, εξαιρώντας στην προκειμένη περίπτωση τα «επιθετικά» παιδιά που δεν δήλωσαν υψηλά επίπεδα μοναξιάς.

Φιλία και ΔΕΠ-Υ

Τα παιδιά με ΔΕΠ-Υ

- παρουσιάζουν προβλήματα στις σχέσεις τους με τους συνομηλίκους, όσον αφορά ποικίλες μεταβλητές (Hoza et al., 2005)
- προτιμώνταν λιγότερο κοινωνικά, είχαν λιγότερους δυαδικούς φίλους και πιο συχνά εντάσσονταν στην κατηγορία της κοινωνικής θέσης που βίωνε την απόρριψη
- ορίστηκαν ως μη φίλοι από παιδιά υψηλότερης κοινωνικής προτίμησης
- βρέθηκαν να ορίζουν διαφορετικά τα χαρακτηριστικά του «καλύτερου φίλου»

παιδιά με ΔΕΠ-Υ

«καλύτερος φίλος» ήταν κάποιος στον οποίο το παιδί μπορούσε να βασιστεί για συντροφιά, αμοιβαία ψυχαγωγία και διασκέδαση

παιδιά χωρίς ΔΕΠ-Υ

«καλύτερος φίλος» ήταν όταν νοιάζεται ο ένας για τον άλλον και μοιράζονται έναν βαθμό οικειότητας, παρέχοντας έτσι μια αίσθηση ασφάλειας.

Οφέλη θετικών σχέσεων με συνομηλίκους

- ❑ προσφέρουν υψηλότερα επίπεδα ακαδημαϊκής επίδοσης, εφόσον οι εκπαιδευτικοί διαμορφώνουν τους ακαδημαϊκούς στόχους τους συνεργατικά με τους μαθητές (Roseth, Johnson, & Johnson, 2008)
- ❑ η ποιότητα των σχέσεων και δεσμών που διαμορφώνουν οι νεαροί έφηβοι επιδρά σημαντικά στην ποιότητα ζωής τους, συμπεριλαμβανομένων των σχέσεων με τους γονείς και τους συνομηλίκους.

Συμβουλευτική σε θέματα φιλίας

Ζητήματα που αφορά:

- στενές σχέσεις με φίλους
- σχέσεις με συνομηλίκους και γονείς
- συγκρούσεις και περιστατικά βίας που ενδέχεται να εκδηλώνονται στις αλληλεπιδράσεις τους *
- ερωτικές σχέσεις που ανακύπτουν ιδιαίτερα κατά την εφηβεία κ.α.

*οι συμβουλευτικές παρεμβάσεις για τη διαχείριση προβλημάτων στις σχέσεις μεταξύ συνομηλίκων (περιστατικά εκφοβισμού) χρειάζεται να συμπεριλαμβάνουν αξιολογήσεις για άγχος και κατάθλιψη στα θύματα και τους θύτες, καθώς και εξατομικευμένες συνεδρίες για κάθε ομάδα που εμπλέκεται (θύτες, θύματα, θεατές και/ή υποστηρικτικούς θεατές)

Συμβουλευτική σε μοναχικούς ή απομονωμένους μαθητές (1/2)

Τρισδιάστατο μοντέλο Kunzman (1986)

1. Γνωστική αναδόμηση

Αρχικά ζητείται από τον μαθητή να καταγράψει την αυτοομιλία (self-talk), ιδιαίτερα την αυτοομιλία που είναι αρνητική και σχετίζεται άμεσα με το πρόβλημα.

Self -
compassion



«Οι άλλοι μαθητές δεν θα ενδιαφέρονταν για το τι σκέφτομαι»

«Την τελευταία φορά που προσπάθησα να συμμετάσχω σε μια ομάδα μαθητών, με αγνόησαν. Γιατί να υποστώ ξανά την ντροπή αυτής της κατάστασης;».



«Θέλω να πλησιάσω το άτομο και να του πω ένα γεια. Ξέρω ότι θα είναι δύσκολο, αλλά πιστεύω ότι μπορώ να το κάνω. Αν αγχώνομαι, μπορώ να βασιστώ στις τεχνικές χαλάρωσης και αναπνοής μου.»

«Ένα βήμα τη φορά. Το να πω ένα γεια είναι εύκολο. Ακόμα και αν δεν τα καταφέρω εγώ θα έχω προσπαθήσει. Την επόμενη φορά θα τα πάω καλύτερα.»

Συμβουλευτική σε μοναχικούς ή απομονωμένους μαθητές (2/2)

2. Μείωση του στρες

Περιλαμβάνει εκμάθηση τεχνικών χαλάρωσης ώστε το άτομο να μπορέσει να αντικαταστήσει την εμπειρία της έντασης με εκείνη της χαλάρωσης και να επικεντρωθεί στην εξάσκηση, εστιάζοντας κατά συνέπεια λιγότερο σε σκέψεις που ενισχύουν τα συναισθήματα άγχους και στρες.

3. Ανάπτυξη δεξιοτήτων

Δίνεται έμφαση στο να βοηθηθεί ο πελάτης να μάθει και να εξασκεί συγκεκριμένες κοινωνικές δεξιότητες (όπως η ακρόαση, η έναρξη και διατήρηση μιας συνομιλίας) καθώς και να ενσωματώσει στο στάδιο αυτό τη θετική αυτοαξιολόγηση.

Η παρέμβαση ομαδικής συμβουλευτικής «Friendship Club»

Η παρέμβαση «**Friendship Club**» (Tillman, 2012 όπως αναφέρεται στους Tillman & Prazak, 2019), αποτελεί μια παρέμβαση σχολικής συμβουλευτικής σε μικρές ομάδες (12 συναντήσεων) με στόχο την εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες σε παιδιά σχολικής ηλικίας (των τάξεων του Δημοτικού).

Το πρόγραμμα αποτελείται από δώδεκα (12) συναντήσεις με συγκεκριμένο περιεχόμενο, υλικό, δραστηριότητες και συζητήσεις που είναι δομημένες έτσι ώστε να καθοδηγούν τους επαγγελματίες και να οικοδομείται ένα περιβάλλον στο οποίο τα παιδιά μαθαίνουν τις κοινωνικές δεξιότητες που είναι σημαντικές για την ευημερία τους.

Περιεχόμενο των συνεδριών (1 / 3)

1η ομαδική συνεδρία: **Ακούγοντας τους άλλους** - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, ο/η επαγγελματίας συστήθηκε στους μαθητές, τους ενημέρωσε για τα θέματα των συναντήσεων, ζήτησε από τους μαθητές να συμφωνήσουν με τους κανόνες της ομάδας και πραγματοποίησε μια δραστηριότητα γνωριμίας.

2η ομαδική συνεδρία: **Κάνοντας ερωτήσεις** - Σε αυτή τη συνεδρία, δόθηκε έμφαση στη σημασία της γνωριμίας με φίλους. Οι μαθητές έμαθαν πώς να εστιάζουν στην εμπειρία ενός άλλου ατόμου κάνοντας ερωτήσεις στους συμμαθητές τους.

3η ομαδική συνεδρία: **Κάνοντας φιλοφρονήσεις στους φίλους** - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, οι μαθητές έμαθαν να φιλοφρονούν τους συμμαθητές τους.

4η ομαδική συνεδρία: **Προσκαλώντας τους άλλους να παίξουν και να μιλήσουμε** - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, οι μαθητές έμαθαν να προσκαλούν τους άλλους να παίξουν ή να μιλήσουν μαζί τους.

Περιεχόμενο των συνεδριών (2/3)

5η ομαδική συνεδρία: Συμμετοχή στο παιχνίδι και στις συζητήσεις των άλλων - Κατά τη διάρκεια αυτής της ενότητας, οι μαθητές έμαθαν να συμμετέχουν στο παιχνίδι και στις συζητήσεις των συνομηλίκων τους.

6η ομαδική συνεδρία: Μοιράζομαι και συνεργάζομαι - Σε αυτήν τη συνεδρία, οι μαθητές έμαθαν πώς να μοιράζονται και να συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους εξετάζοντας τους λόγους που το επιβάλλουν και του πώς αισθάνεται ο ίδιος/α μαθητής/τρια και οι συμμαθητές/τριες όταν συμβαίνει αυτό.

7η ομαδική συνεδρία: Ζητώντας βοήθεια - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, οι μαθητές έμαθαν πότε και πώς να ζητούν βοήθεια.

8η ομαδική συνεδρία: Αποδοχή των συνεπειών - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, οι μαθητές έμαθαν να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους και τρόπους αντιμετώπισης αυτών των συναισθημάτων.

Περιεχόμενο των συνεδριών (3 / 3)

9η ομαδική συνεδρία: **Ζητώντας συγγνώμη** - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, οι μαθητές έμαθαν πώς, γιατί και πότε να ζητούν συγγνώμη από τους φίλους τους όταν έχουν κάνει κάποιο λάθος.

10η ομαδική συνεδρία: **Διαχείριση συγκρούσεων** - Κατά τη διάρκεια αυτής της συνεδρίας, οι μαθητές έμαθαν δεξιότητες επίλυσης συγκρούσεων που θα τους βοηθήσουν στην επίλυση διαφορών με φίλους, συμπεριλαμβανομένης της διερεύνησης του τι είναι η επίλυση συγκρούσεων και γιατί μπορεί να είναι σημαντική γι' αυτούς.

11η ομαδική συνεδρία: **Αντιμετώπιση των πειραγμάτων** - Σε αυτήν τη συνεδρία, οι μαθητές έμαθαν πώς να αντιμετωπίζουν τα πειράγματα με διεκδικητικούς και μη βίαιους τρόπους.

12η ομαδική συνεδρία: **Χαμογελώντας και διασκεδάζοντας** - Οι μαθητές έμαθαν για τη σημασία του χαμόγελου και της διασκέδασης κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού και των συζητήσεων.



Συμβουλευτική υποστήριξη σε γονείς

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΠΕΙΝΟΣ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

PHD(C), MED, MA, MSC

ΑΘΗΝΑ, 2024

Γονεϊκή εμπλοκή

Ο ορισμός της «**γονεϊκής εμπλοκής**» (parental involvement), σύμφωνα με τους Fishel και Ramirez (2005) έχει μετασχηματιστεί τα τελευταία χρόνια από την αποκλειστική εστίαση σε συγκεκριμένες δραστηριότητες και ρόλους που αναλαμβάνουν οι φροντιστές, σε μια έμφαση στη συμπερίληψη και σε ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων των γονέων που υποστηρίζουν τη μάθηση των παιδιών.

Πρώιμες μελέτες

Περιλαμβάνουν υποστήριξη με εργασίες για το σπίτι, σημειώσεις για το σχολείο, εργαστήρια γονέων στο σχολείο, καθώς και ενθάρρυνση των γονέων να συμμετάσχουν σε συλλόγους και συναντήσεις με εκπαιδευτικούς (Fishel & Ramirez, 2005).

Ορισμός γονεϊκής εμπλοκής κατά την Epstein και συν. (Epstein, 1987. Epstein, 1995)

- (1) **γονική μέριμνα** (δηλαδή ευθύνη των γονέων να καλύπτουν τις βασικές ανάγκες των παιδιών σε τροφή, στέγη, συναισθηματική υποστήριξη κ.λπ., καθόλη τη διάρκεια των αναπτυξιακών τους ετών),
- (2) **επικοινωνία** (δηλαδή γονείς και σχολείο παραμένουν σε επαφή),
- (3) **μάθηση στο σπίτι** (δηλαδή πρακτικές που λαμβάνουν χώρα στο σπίτι στις οποίες οι γονείς αλληλεπιδρούν, παρακολουθούν ή βοηθούν τα παιδιά τους σε εκπαιδευτικές δραστηριότητες),
- (4) **εθελοντισμός ή/και παρακολούθηση** (δηλαδή όλες οι δραστηριότητες κατά τις οποίες οι γονείς έρχονται στο σχολικό περιβάλλον είτε για να βοηθήσουν είτε για να υποστηρίξουν),
- (5) **λήψη αποφάσεων** (δηλαδή γονείς που συμμετέχουν σε οργανώσεις γονέων και δασκάλων και στη σχολική συμβουλευτική) και
- (6) **συνδέσεις με την κοινότητα** (γονείς που συνεργάζονται με την κοινότητα και άλλους εξωτερικούς φορείς για τη διευκόλυνση της εκπαίδευσης των μαθητών/τριών).

Βασικά είδη γονεϊκής εμπλοκής

1. **εμπλοκή που έχει ως βάση το σπίτι** (home-based involvement): οι γονείς διαβάζουν μαζί με τα παιδιά, ελέγχουν τη μάθησή τους και τα βοηθούν με τα σχολικά καθήκοντά τους.
2. **εμπλοκή που βασίζεται στο σχολείο** (school-based involvement): οι γονείς επικοινωνούν με το σχολείο, συμμετέχουν ως εθελοντές σε εκδηλώσεις και δραστηριότητες και σε σχολικές συναντήσεις.
3. **ακαδημαϊκή κοινωνικοποίηση** (academic socialization): οι γονείς επικοινωνούν τις ακαδημαϊκές προσδοκίες τους με διαφορετικούς τρόπους, μεταδίδουν την αξία της εκπαίδευσης, και συζητούν εκπαιδευτικές και μαθησιακές στρατηγικές με τα παιδιά τους.

(Hill & Tyson, 2009. Wang, La Salle, Do, Wu, & Sullivan, 2019)

Συμβουλευτική γονέων

Στους γονείς συνήθως προσφέρεται **διαλεκτική συμβουλευτική** (consultation), μιας και ο ψυχολόγος καλείται να προσφέρει υποστήριξη και καθοδήγηση σε γονείς όσον αφορά συγκεκριμένες συμπεριφορές και ζητήματα του παιδιού.

Στη διαλεκτική συμβουλευτική οι γονείς και ο σύμβουλος συνεργάζονται για να αντιμετωπίσουν τις ακαδημαϊκές, κοινωνικές ή συμπεριφορικές ανάγκες ενός παιδιού. Υπάρχουν διάφορες προσεγγίσεις στη διαλεκτική συμβουλευτική γονέων.

Κάποιες γνωστές προσεγγίσεις είναι

- η γνωστική-συμπεριφοριστική
- η αντλεριανή
- η προσέγγιση προσανατολισμένη στις αξίες
- η συμβουλευτική συμπεριφοράς
- η από κοινού συμβουλευτική συμπεριφοράς (Conjoint Behavioral Consultation)
- η συμβουλευτική με έμφαση στην επίλυση προβλημάτων (problem-solving consultation)
- η συστημική συμβουλευτική οικογένειας (Christner, Stewart, & Lennon, 2006. Holcomb-McCoy & Bryan, 2010. Soriano & Gerrard, 2013).

Γνωστική συμπεριφορική προσέγγιση

Χρησιμοποιώντας τεχνικές της γνωστικής συμπεριφορικής προσέγγισης στο πλαίσιο της συμβουλευτικής διαδικασίας, ο σύμβουλος και ο γονέας μπορούν να διερευνήσουν από κοινού πώς οι σκέψεις, οι συμπεριφορές, τα συναισθήματα και οι αντιδράσεις του γονέα επηρεάζουν τις προβληματικές καταστάσεις.

Κατά τη διεξαγωγή της συμβουλευτικής με τους γονείς, ο σύμβουλος συνεργάζεται με τους γονείς για να διερευνήσει τα γνωστικά σχήματα, τις αυτόματες σκέψεις και τις γνωστικές διαστρεβλώσεις τους, όπως αυτές σχετίζονται με την προβληματική κατάσταση.

CBT συνεδρίες με γονείς

Πρωταρχική εστίαση της συμβουλευτικής γονέων είναι **η διερεύνηση των αυτόματων σκέψεων** (π.χ. Δεν θα καταφέρω ποτέ να πείσω το παιδί μου να ολοκληρώσει την εργασία του) και **πώς αυτές οι σκέψεις, με τη σειρά τους, επηρεάζουν τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά** (π.χ. αισθάνομαι θλίψη και θυμό, και στη συνέχεια αρχίζω να κλαίω και να φωνάζω στο παιδί).

Στο πλαίσιο μιας δομημένης παρέμβασης, ο σύμβουλος συνεργάζεται με τον γονέα για να διαμορφώσει μια αντίληψη της προβληματικής κατάστασης και να διερευνήσει διάφορους τρόπους για τη δημιουργία αλλαγών στη σκέψη και το σύστημα πεποιθήσεων του γονέα, **προκειμένου να επέλθει μια διαρκής αλλαγή στο συναίσθημα και τη συμπεριφορά** (Christner, Stewart, & Lennon, 2006).

Φάσεις στη διαλεκτική συμβουλευτική CBT με γονείς (1 / 2)

1. Πρώτη φάση: *Έναρξη*

- Εγκαθίδρυση μιας σχέσης συνεργασίας/συμμαχίας μεταξύ του συμβούλου και των συμβουλευόμενων
- Παρουσίαση του πλαισίου και των βημάτων της συμβουλευτικής διαδικασίας
- Ορισμός και να περιγραφή με σαφήνεια των ζητημάτων που πρέπει να αντιμετωπιστούν.

2. Δεύτερη φάση: *Ανακάλυψη*

- Λήψη πρόσθετων πληροφοριών σχετικά με τους παράγοντες που δημιούργησαν και διατήρησαν τα προβλήματα
- Εντοπισμός αντιλήψεων των γονέων για τα προβλήματα, παράγοντες που συμβάλλουν, οι ρόλοι τους καθώς και τα εμπόδια στην αλλαγή
- Εξέταση στρατηγικών που έχουν εφαρμόσει οι γονείς για την επίλυση του προβλήματος στο παρελθόν Εντοπισμός κινήτρων των γονέων για αλλαγή

Φάσεις στη διαλεκτική συμβουλευτική CBT με γονείς (1 / 2)

3. Τρίτη φάση: *Εκπαίδευση*

- Διαμόρφωση μια σαφούς αντίληψης του προβλήματος.
- Αυτή πρέπει να περιλαμβάνει τους παράγοντες που προκαλούν και συντηρούν το πρόβλημα, τις συνέπειες του προβλήματος, τους εμπλεκόμενους ανθρώπους και τον ρόλο τους στη διαιώνιση ή την ελαχιστοποίηση του προβλήματος, τα εμπόδια στην επίλυση του προβλήματος, τις συνέπειες της επίλυσης (θετικές και αρνητικές) και τους διαθέσιμους πόρους και περιορισμούς.
- Επικοινωνία της ανάλυσης της περίπτωσης με τους γονείς, απλοποιώντας το πρόβλημα και επαναδιατυπώνοντάς το ώστε να περιλαμβάνει λεπτομέρειες και γενικές εντυπώσεις.

4. Τέταρτη φάση: *Δράση*

- Διατήρηση της σχέσης συνεργασίας
- Εφαρμογή παρεμβάσεων και στρατηγικών για τη δημιουργία πιθανών λύσεων
- Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των παρεμβάσεων
- Ανάπτυξη ενός σχεδίου για τη διατήρηση των οφελών και των θετικών αποτελεσμάτων που έχουν επιτευχθεί

Συστημική συμβουλευτική οικογένειας

Αντιμετωπίζει **ολόκληρη την οικογένεια ως μονάδα** αντί ατομικά τον κάθε μαθητή και **εστιάζει στην αλληλεπίδραση ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας**.

Η συμβουλευτική σε επίπεδο οικογένειας υποστηρίζει ότι **οι μαθητές αποτελούν μέρος πολλαπλών συστημάτων**: της οικογένειας, του σχολείου, της ομάδας συνομηλίκων και της ευρύτερης κοινότητας, με την οικογένεια και το σχολείο, ωστόσο, να διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο (Soriano & Gerrard, 2013).

Οι στόχοι περιλαμβάνουν την **οριοθέτηση των αλληλεπιδράσεων** ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας καθώς και **παρεμβάσεις για ρεαλιστικές αλλαγές**.

Ο σύμβουλος είναι σε θέση να αναγνωρίσει τις αλληλεπιδράσεις και την επικοινωνία των μελών και να προτείνει μεθόδους για την τροποποίησή τους.

Δομή συστημικής συμβουλευτικής

Στις αρχικές συνεδρίες επιδιώκεται συνήθως συνάντηση με όλα τα μέλη της οικογένειας, επιτρέποντας στον σύμβουλο να παρατηρήσει τις αλληλεπιδράσεις τους και τους μηχανισμούς με τους οποίους λειτουργεί το σύστημα της οικογένειας (Wideman & Wideman, 1995).

Κατά τη συμβουλευτική διαδικασία, με την παρουσία και την παρέμβαση του συμβούλου, αναδύονται οι αλληλεπιδράσεις της οικογένειας και υφίστανται αλλαγές και τροποποιήσεις μέσα από μια δυναμική διαδικασία.

Ο σύμβουλος αναδεικνύοντας τις αλληλεπιδράσεις επιτρέπει στα μέλη της οικογένειας να αναπροσαρμόσουν τις συμπεριφορές τους καθώς οι συνειδητοποιήσεις των μελών έρχονται στην επιφάνεια.

Η συμβουλευτική σε επίπεδο οικογένειας στο σχολικό πλαίσιο έχει αποδειχθεί ιδιαίτερα αποτελεσματική για διάφορα ζητήματα (Carter & Evans, 2008. Gerrard, 2008. Hing, Olivier, & Everts, 2013. Kelchner, Campbell, Howard, Bensinger, & Lambie, 2020).



Συμβουλευτική υποστήριξη σε εκπαιδευτικούς

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΤΑΠΕΙΝΟΣ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

PHD(C), MED, MA, MSC

ΑΘΗΝΑ, 2024

Η σημασία της συμβουλευτικής και διαλεκτικής συμβουλευτικής για τους εκπαιδευτικούς

Οι συμβουλευτικές υπηρεσίες στο πλαίσιο του σχολείου μπορεί να απευθύνονται σε εκπαιδευτικούς ειδικής αγωγής, εκπαιδευτικούς μαθητών με συναισθηματικές δυσκολίες και εκπαιδευτικούς από προγράμματα πρόωμης παρέμβασης για παιδιά προσχολικής ηλικίας. Επιπλέον, η συμβουλευτική αξιοποιείται εδώ και πολλά χρόνια για την επιτυχή αποκατάσταση ακαδημαϊκών δυσκολιών και δυσκολιών κοινωνικοποίησης.

Ζητήματα που θέτουν οι εκπαιδευτικοί (Gionazolias και Kourkoutas, 2015):

- έλλειψη κατανόησης και η αδυναμία σωστής διάκρισης (θέματα διάγνωσης ή αξιολόγησης) των αιτιών ή της σημασίας των διαφόρων μορφών των συναισθηματικών και αναπτυξιακών διαταραχών των παιδιών
- ο τρόπος που αισθάνονται οι δάσκαλοι (άγχος και αδυναμίες του δασκάλου), που ενεργούν ή μπορούν να ανταποκριθούν αποτελεσματικά σε δυσλειτουργικές συμπεριφορές ή ανάγκες των παιδιών
- ο ρόλος τους ως εκπαιδευτικοί και τα όρια της προσωπικής και επαγγελματικής τους ευθύνης
- οι συναισθηματικές και επαγγελματικές τους ανάγκες και η έλλειψη κατάλληλης εκπαίδευσης και υποστήριξης,
- η σύνδεση των οικογενειακών προβλημάτων με τη συμπεριφορά των μαθητών

Συμβουλευτική σε θέματα επιδόσεων

1. Το ζήτημα αφορά τον μαθητή ή ολόκληρη την τάξη;
2. Ποιες είναι οι γενικότερες προσδοκίες για την επίδοση στην τάξη;
3. Ποιες είναι οι λεπτομέρειες που σχετίζονται με την ανησυχία;
4. Τι πρέπει να γίνει για το πρόβλημα;
5. Αποφασίσαμε τι πρέπει να κάνουμε, τώρα πώς θα το κάνουμε πραγματικά;
6. Πώς γνωρίζουμε αν έχουμε επιτύχει τους στόχους που θέσαμε στη συμβουλευτική;

Μοντέλο συνεργασίας Gionazolias & Kourkoutas (2015)



Προυποθέσεις καλής συνεργασίας με εκπαιδευτικούς

- Οι εκπαιδευτικοί πρέπει να αισθάνονται μέρος της διεπιστημονικής ομάδας και να αναλαμβάνουν ευθύνες
 - Πολλοί δάσκαλοι αισθάνονται αμηχανία και σύγχυση εάν δεν τους ζητηθεί η γνώμη τους και δεν τους δοθεί πρόσβαση σε κλινικά συμπεράσματα και αξιολογήσεις, αλλά απλώς τους ζητηθεί να ακολουθήσουν συγκεκριμένες οδηγίες ή συμβουλές.
- Οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να ενημερώνονται για την ολοκλήρωση οποιασδήποτε διαδικασίας αξιολόγησης που σχετίζεται με ένα παιδί και την οικογένειά του.
- Είναι απαραίτητο η κλινική και πρακτική προσέγγιση που χρησιμοποιεί ο ψυχολόγος να είναι σαφής και ουσιαστική για τον δάσκαλο.
- Οι αποφάσεις σχετικά με τις παρεμβάσεις πρέπει να λαμβάνουν υπόψη τις γνώσεις του εκπαιδευτικού για τη συγκεκριμένη περίπτωση.

«Classroom Check-up» (CCU)

Η παρέμβαση αναπτύχθηκε ως ένα μοντέλο διαλεκτικής συμβουλευτικής με σκοπό να καλύψει τις ανάγκες για υποστήριξη σε επίπεδο τάξης.

Σκοπός του μοντέλου ήταν:

(α) να στοχεύσει στα κίνητρα των εκπαιδευτικών για τη διατήρηση των πρακτικών που προάγουν την επιτυχία των μαθητών,

(β) να μειώσει τις αλληλεπιδράσεις εκπαιδευτικών-μαθητών που είναι πιθανό να επιδεινώνουν τις συμπεριφορές που δημιουργούν προβλήματα και

(γ) να αυξήσει τις συμπεριφορές των εκπαιδευτικών που προάγουν τις δεξιότητες και την επιτυχία των μαθητών.

Reinke, Lewis-Palmer και Merrell (2008)

Εφαρμογή CCU

(1) Αξιολόγηση της τάξης

- συνέντευξη με τον εκπαιδευτικό, αξιολόγηση της τάξης και παρατήρηση της τάξης από τον σύμβουλο.

(2) Παροχή ανατροφοδότησης στον εκπαιδευτικό

- ο σύμβουλος παρέχει ανατροφοδότηση στον εκπαιδευτικό βάσει των αποτελεσμάτων της αξιολόγησης και δίνεται ιδιαίτερη έμφαση τόσο στα δυνατά όσο και τα αδύνατα σημεία της τάξης

(3) Εξέταση των διαθέσιμων παρεμβάσεων

- ο εκπαιδευτικός και ο σύμβουλος εξετάζουν από κοινού τις διαθέσιμες παρεμβάσεις και αξιολογούν ποιες θα έχουν τα βέλτιστα αποτελέσματα για την συγκεκριμένη τάξη.

(4) Επιλογή της παρέμβασης σε συνεργασία με τον εκπαιδευτικό

- ο εκπαιδευτικός επιλέγει την παρέμβαση ή τις παρεμβάσεις και ο σύμβουλος παρέχει υποστήριξη καθόλη τη διάρκεια εφαρμογής τους.

(5) Έλεγχο της εφαρμογής της παρέμβασης από τον ίδιο τον εκπαιδευτικό

- ο εκπαιδευτικός αξιολογεί την αποτελεσματικότητα των επιλεγμένων παρεμβάσεων μέσω μιας λίστας ελέγχου (checklist)

Αποτελεσματικότητα CCU

- ❑ Αύξησε την εφαρμογή των στρατηγικών διαχείρισης της τάξης από τους εκπαιδευτικούς, συμπεριλαμβανομένης της αυξημένης χρήσης επαίνων και της μειωμένης χρήσης επιπλήξεων.
- ❑ Οι αλλαγές στη συμπεριφορά των εκπαιδευτικών συνέβαλαν στη μείωση των συμπεριφορών που δημιουργούσαν προβλήματα στην τάξη.
- ❑ Η διαλεκτική συμβουλευτική σε επίπεδο τάξης μπορεί να επιφέρει ουσιαστικές αλλαγές στη συμπεριφορά των εκπαιδευτικών και των μαθητών.

Σας ευχαριστώ για την
προσοχή σας!

