

Ο Θεσμός του Συμβούλου Καθηγητή

1^ο & 2^ο ΕΠΑ.Λ. Νέας Σμύρνης

Γενικός στόχος

- Καινοτόμος δράση με στόχο την υποστήριξη των μαθητών/τριών της Α' τάξης του ΕΠΑ.Λ. και τη δημιουργία θετικού κλίματος στη σχολική κοινότητα → ένα σχολείο λιγότερο απρόσωπο

Καθήκοντα Συμβούλου Καθηγητή

- Υποδοχή και ψυχοκοινωνική υποστήριξη των νεοεισερχόμενων μαθητών → ομαλή μετάβαση από το Γυμνάσιο και προσαρμογή στο νέο σχολικό περιβάλλον
- Ανάπτυξη σχέσεων εμπιστοσύνης μεταξύ εκπαιδευτικού και μαθητή
- Εντοπισμός παραγόντων που εμποδίζουν τη γνωστική πρόοδο και τη μάθηση
- Δικτύωση με α) άλλες σχολικές μονάδες και β) δημόσιες δομές ψυχοκοινωνικής υποστήριξης
- Συνεργασία με τον ψυχολόγο ο οποίος με τη σειρά του παρέχει ψυχοεκπαίδευση σε σχέση με τις βασικές αρχές συνέντευξης, ενεργητικής ακρόασης και αποτελεσματικής επικοινωνίας

Πλαίσιο συναντήσεων

- Συχνότητα: 1-2 φορές το μήνα διάρκειας 15 λεπτών η κάθε μία
- Χώρος: σταθερός που να διασφαλίζει την ησυχία και την ιδιωτικότητα
- Συνοδεία του μαθητή από και προς την τάξη
- Ενημέρωση του μαθητή ήδη από την πρώτη συνάντηση για τη δράση, τα όρια της συζήτησης, το χρονοδιάγραμμα των υπόλοιπων συναντήσεων, την εμπιστευτικότητα
- Σημειώσεις/ ημερολόγιο καταγραφής μετά την συνάντηση
- Διαθεσιμότητα του εκπαιδευτικού και σε άλλη χρονική στιγμή όταν υπάρχει ανάγκη
- Επικοινωνία με τους γονείς αν κριθεί απαραίτητο

Χαρακτηριστικά Συμβούλου Καθηγητή

- Γνήσιο ενδιαφέρον για τον μαθητή (να θέλει να τον γνωρίσει, να ανακαλύψει τις κλίσεις και τα ενδιαφέροντά του)
- Καλός ακροατής
- Σεβασμός στην προσωπικότητα του μαθητή
- Άνευ όρων αποδοχή
- Γνησιότητα, αυθεντικότητα (να είναι ο εαυτός του)
- Κατανόηση
- Υποστήριξη
- Ψυχική διαθεσιμότητα
- Διακριτικότητα
- Εχεμύθεια
- Ενσυναίσθηση (συναισθηματική κατανόηση χωρίς ταύτιση)
- Να ενθαρρύνει τον μαθητή στο να βρίσκει μόνος του λύσεις και να αυτενεργεί
- Να είναι ανοιχτός στο να εντοπίζει πιθανά λάθη του στην επικοινωνία και να προσφέρει μια επανορθωτική εμπειρία
- Ουδετερότητα (στερεότυπα, προκαταλήψεις)
- Να λαμβάνει υπόψη το πολιτισμικό υπόβαθρο και την κουλτούρα του εκάστοτε μαθητή

Λεκτική και εξωλεκτική επικοινωνία

- Στοιχεία εξωλεκτικής επικοινωνίας:
 - -Βλεμματική επαφή (σταθερή, ζεστασιά, όχι επίμονη)
 - -Απόσταση μεταξύ των δύο (ούτε πολύ κοντά ούτε μακριά). Να μην παρεμβάλλεται κάτι ανάμεσά τους π.χ. γραφείο, έδρανο
 - -Στάση σώματος (χαλαρή που να τείνει ελαφρώς προς τον μαθητή)
 - -Τόνος φωνής (ήρεμος)
 - -Εκφράσεις προσώπου π.χ. γνέψιμο, κούνημα κεφαλιού

Λεκτική επικοινωνία – ενεργητική ακρόαση

- Ερωτήσεις (κλειστές, ανοιχτές, διευκρινιστικές)
- Περίληψη / σύνοψη/ ανακεφαλαίωση
- Παράφραση / αναδιατύπωση
- Αποσαφήνιση
- Απόδοση νοήματος
- Αναπλαισίωση (reframing)
- Αντανάκλαση συναισθημάτων

Τι αποφεύγουμε

- Να είμαστε διδακτικοί, κατευθυντικοί, παρεμβατικοί
- Να δίνουμε συμβουλές και «έτοιμες λύσεις»
- Να υπερβαίνουμε το ρόλο μας
- Να προβαίνουμε σε χαρακτηρισμούς και σε «ταμπέλες»
- Να ασκούμε κριτική
- Να ξεκινάμε τη φράση μας με «πρέπει»
- Να σπεύσουμε να καθησυχάσουμε μη δίνοντας χώρο στο αρνητικό/δυσφορικό συναίσθημα και μην επιτρέποντάς το να εκφραστεί (π.χ. «όλα θα πάνε καλά», «μην αγχώνεσαι», «μην στεναχωριέσαι»)

Συναισθήματα...

- Έλλειψη επαφής με το συναίσθημα, δυσκολία στον εντοπισμό του, την αναγνώριση, τη διαφοροποίηση και την έκφρασή του
- Δυσανεξία απέναντι στα δυσφορικά συναισθήματα, δεν τα αναγνωρίζουμε, δεν τα επιτρέπουμε, τα λογοκρίνουμε (π.χ. «μη θυμώνεις») → ψυχικές διαταραχές, ψυχοσωματικές εκδηλώσεις, acting out
- Διάκριση μεταξύ συναισθήματος και συμπεριφοράς. Η συμπεριφορά υπόκειται σε όρια, το συναίσθημα όχι (π.χ. «μπορείς να θυμώνεις μαζί μου αλλά δεν μπορείς να με προσβάλλεις»)
- Δίνουμε χώρο στο συναίσθημα ώστε να μπει σε λόγια και να εκφραστεί. Με αυτό τον τρόπο έχουμε καλύτερη διαχείριση του συναισθήματος, αυτοέλεγχο/αυτορρύθμιση και εν τέλει καλύτερο έλεγχο της συμπεριφοράς
- Σημαντικό: «όταν ο εκπαιδευτικός είναι ανοικτός στα συναισθήματα των μαθητών του, πρέπει να είναι προετοιμασμένος ότι θα έχει μια συναισθηματική εμπειρία που ενδέχεται να αφυπνίσει μέσα του κάποια από τα άγχη που είχε βιώσει ο ίδιος σε παρόμοιες καταστάσεις» → αναγνώριση και σεβασμός των προσωπικών μας ορίων

Εφηβεία...

- Μεταβατική περίοδος («ούτε παιδί ούτε ενήλικας»)
- Μια περίοδος γεμάτη προκλήσεις και εξαιρετικά απαιτητική σε ψυχοσυναισθηματικό επίπεδο
- Ποτέ άλλοτε στη ζωή ενός ανθρώπου δεν συμβαίνουν τόσες πολλές αλλαγές μαζεμένες και σε τόσα πολλά επίπεδα (βιολογικό, σωματικό, ορμονολογικό, γνωστικό, συναισθηματικό κ.ά.) → απαραίτητη δεξιότητα η προσαρμοστικότητα
- Βασικός στόχος/πρόκληση: η οικοδόμηση μιας προσωπικής ταυτότητας
- Επαναβίωση και επαναδιαπραγμάτευση ψυχολογικών ζητημάτων και συγκρούσεων προηγούμενων σταδίων της παιδικής ηλικίας

Περιεχόμενο συναντήσεων

- Πρώτη συνάντηση:
 - -παρουσίαση του εαυτού μας
 - -«σπάσιμο του πάγου» - πρώτη γνωριμία
 - - ενημέρωση επί της διαδικασίας
 - -σύναψη συμβολαίου εχεμύθειας και ενημέρωση για το πότε σπάει
- Δεύτερη συνάντηση/ επόμενες συναντήσεις:
 - -αξιολόγηση πρώτης συνάντησης/ ανατροφοδότηση
 - -περαιτέρω χτίσιμο της εμπιστοσύνης
 - -εμβάθυνση στις σχέσεις και τα συναισθήματα
- Τελευταία συνάντηση:
 - -συνολική αξιολόγηση της εμπειρίας
 - -ανατροφοδότηση
 - -αποχαιρετισμός

Εχεμύθεια/απόρρητο: πότε αίρεται

- Όταν υπάρχει κίνδυνος για την υγεία και την ασφάλεια του ίδιου του μαθητή ή κάποιου άλλου
- Κακοποίηση/ Παραμέληση
- Αυτοκτονικός ιδεασμός / αυτοτραυματικές συμπεριφορές
- Χρήση ουσιών
- Παραβατικότητα

Ευχαριστώ πολύ

Βασιλείου Μαρία
Ψυχολόγος, MSc Κλινικής Ψυχολογίας