



developmental
psychopathology
lab



Πανεπιστήμιο
Κύπρου

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΓΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΔΥΣΚΟΛΩΝ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΣΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Μαρία Πετρίδου, PhD

Εγγεγραμμένη Κλινική Ψυχολόγος, Μεταδιδακτορικός Συνεργάτης

Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κύπρου

Ημερίδα σχολική βία και εκφοβισμός: Το θετικό κλίμα ως παράγοντας προστασίας

25 Νοεμβρίου 2022

Περιεχόμενο Συνάντησης

Ορισμός Δύσκολων περιστατικών

Εντοπισμός Δύσκολων περιστατικών

Επικοινωνιακές δεξιότητες

Βιωματική Δραστηριότητα: Εξάσκηση επικοινωνιακών δεξιοτήτων σε παιχνίδι ρόλου

Μελέτες Περίπτωσης δύσκολων περιστατικών- Τρόποι διαχείρισης (εργασία σε ομάδες)

Τι είναι δύσκολο περιστατικό για εσάς?



Εντοπισμός Δύσκολων περιστατικών βίας και θυματοποίησης στο σχολείο

- Χρειάζεται να παρατηρήσεις τις λεπτομέρειες:
- Δημιουργία υπο-ομάδων (κλίκες) στη τάξη και στο διάλειμμα → δυσκολία συνεργασίας στη τάξη
- Περιθωριοποιημένα παιδιά vs Διάσημα παιδιά
- Έντονοι λεκτικοί καβγάδες μέσα στη τάξη και στα διαλείμματα
- Σωματικοί καβγάδες με διαφορά ισχύος (π.χ. σωματική υπεροχή, υπεροχή κύρους κ.α.).
- Ανταλλαγή κακόβουλων μηνυμάτων/ραβασάκια στη τάξη
- Απειλές (θύτης)
- Παιδιά που φοβούνται να εκφράσουν άποψη μέσα στη τάξη στην παρουσία άλλων συμμαθητών (θύματα)
- Σωματικά συμπτώματα (π.χ. συχνοί πονοκέφαλοι, πονόκοιλοι) (θύματα)
- Πολλές αδικαιολόγητες απουσίες – Άρνηση να πάνε στο σχολείο (θύματα)
- Απομόνωση συμμαθητών σε τουαλέτες ή άλλα «κρυφά» σημεία του σχολείου

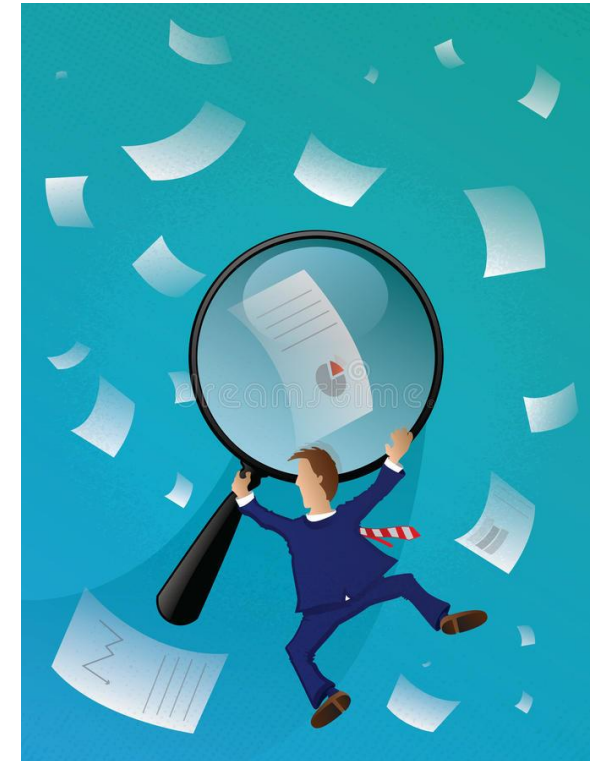
Γιατί χαρακτηρίζονται δύσκολα περιστατικά;

- Αποδιοργανώνουν τη δομή και τη λειτουργία της τάξης και του σχολείου → δυσκολία συνεργασίας
- Καθυστερούν στην ολοκλήρωση της ύλης
- Κάθε περίπτωση είναι ξεχωριστή (δεν έχει συγκεκριμένο πρωτόκολλο)
- Δυσκολία συνεργασίας με την οικογένεια
- Προκαλούν συναισθηματικές/σωματικές συνέπειες σε άλλα παιδιά → μη ασφαλές σχολικό περιβάλλον
- Καταστρέφουν σχολική περιουσία
- Άγνοια ή μη κατάλληλη κατάρτιση των εκπαιδευτικών να διαχειριστούν τα περιστατικά
- Πρόκληση αρνητικών συναισθημάτων των καθηγητών προς αυτά τα παιδιά
- Φόβος στην αντιμετώπιση της βίας από εκπαιδευτικούς

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

1. Παρατήρηση- Παρακολούθηση διαδικασίας

- Παρακολουθώ την αλληλεπίδραση του θύτη ή του θύματος με εμένα ως εκπαιδευτικό ή και με άλλους μαθητές
- Εστιάζομαι στο να περιγράψω τι βλέπω (π.χ. σε βλέπω αναστατωμένο μετά το περιστατικό)
- Δίνω προσοχή στις λεπτομέρειες (π.χ. σε βλέπω ότι είσαι μόνος τα διαλείμματα και μετά τσακώνεσαι με άλλα παιδιά)
- Αναπτύσσω σχέση εμπιστοσύνης



2. Ενεργητική Ακρόαση



1. ΑΚΟΥΩ την ιστορία του θύτη και του θύματος, ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΥΠΟΘΕΤΩ
2. **Δεν ταμπελώνω άτομα και ΔΕΝ έχω** προκατάληψη προς ένα άτομο, ούτε απορρίπτω άλλο άτομο → δεν βοηθούν στη διαχείριση
3. Υιοθετώ ανοικτή στάση αποδοχής και όχι απόρριψης ακόμα και για το θύτη
4. Εστιάζομαι να κατανοήσω **πως νιώθει το άτομο** (θύτη ή θύμα) και τα **κίνητρα του**
5. Προσπαθώ να εντοπίσω μη λεκτικά στοιχεία (π.χ. φόβο, ντροπή ή ικανοποίηση) για την πράξη του

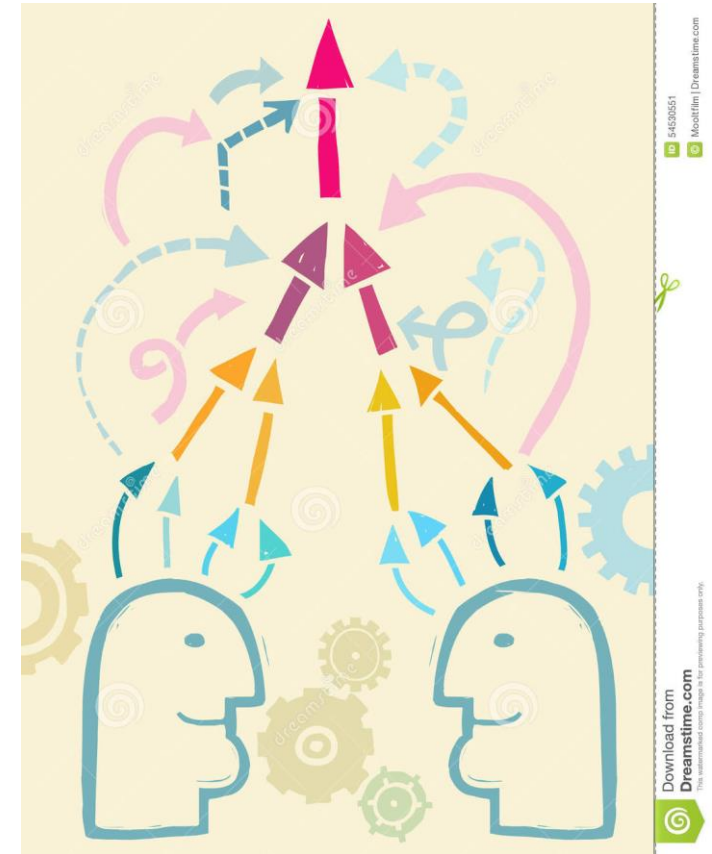
3. Ανοιχτές Ερωτήσεις- Όχι κατευθυντικές Ερωτήσεις



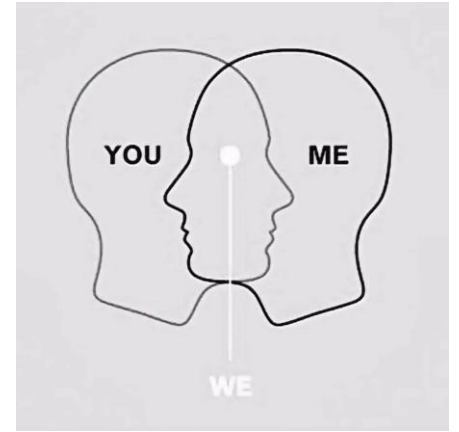
1. **Διερευνώ** το περιστατικό για να πάρω πληροφορίες- **ΝΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΩ** (που έγινε το περιστατικό, τι έγινε, τι προηγήθηκε, ποια ήταν η κατάσταση του θύτη ή του θύματος, προηγούμενη σχέση θύτη-θύματος, αν υπάρχουν καβγάδες και αλλού, πως νιώθουν μετά το περιστατικό, υπάρχουν σωματικές βλάβες, συζήτηση με όλους τους εμπλεκόμενους, κ.α.)
2. Εντοπίζω τις επιπτώσεις της πράξης που έκανε (π.χ. ντροπή, ικανοποίηση κ.α.)
3. **ΔΕΝ Ρωτώ ΓΙΑΤΙ;** Αλλά λέω εξήγησε μου
4. Κάνω ανοιχτές και **ΌΧΙ** κατευθυντικές - κλειστές ερωτήσεις (π.χ. τι έγινε και όχι σου κτύπησε;)

4. Παράφραση

1. Συνοψίζουμε όσα διηγήθηκαν ο θύτης και το θύμα με δικά μας λόγια, για να δείξουμε ότι κατανοήσαμε.
2. ΔΕΝ χρησιμοποιούμε επίθετα προς τα άτομα
3. Χρησιμοποιούμε ουδέτερες λέξεις, όχι λέξεις να εντείνουν το περιστατικό ή το συναίσθημα
4. ΔΕΝ εκφράζουμε δικές μας απόψεις/ προτιμήσεις



5. Ενσυναίσθηση και Κατανόηση της Εμπειρίας



1. Υιοθετώ ανοιχτή στάση – Δεν υιοθετώ κριτική/απορριπτική στάση στο θύτη (ό,τι και αν πει)
2. Προσπαθώ να κατανοήσω το βίωμα του θύματος /θύτη (ακόμα και αν δεν συμφωνώ με τον ίδιο)
3. Ζητάμε να μας περιγράψουν συναισθήματα
4. Ζητάμε να μάθουμε τους λόγους που οδήγησαν το θύτη σε βίαιη συμπεριφορά
5. Ζητάμε να μάθουμε ΤΙ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ τώρα το θύμα/ θύτης
6. Μην τα παίρνετε όλα προσωπικά- Οι εκρήξεις θυμού στο σχολείο ίσως είναι κραυγή βοήθειας κάποιων μαθητών

6. Οριοθέτηση



- Είναι καλό να επικοινωνείτε από την αρχή τα όρια και τις προσδοκίες των μαθητών σας
- Καλό είναι να γνωρίζουν οι μαθητές ότι αν παρεκτραπούν θα υπάρχουν συνέπειες- αλλά η διαδικασία να είναι **ΔΙΚΑΙΗ** για όλα τα παιδιά
- Να υπάρχουν όρια, αλλά να μην είναι άκαμπτα
- Να υπάρχει ισορροπία μεταξύ ορίων- αποδοχής/κατανόησης
- Να υπάρχει κλιμάκωση των συνεπειών για μια συμπεριφορά και να μην υιοθετούνται αχρείαστες ή πολύ αυστηρές τιμωρίες
- Πολλά παιδιά δεν συμμορφώνονται με τις τιμωρίες, οπότε καλό είναι να χρησιμοποιήσουμε εναλλακτικούς τρόπους

7. Συνεργασία για κοινή λύση



- Προσπαθούμε να έχουμε διάλογο για να βρούμε εναλλακτικές για επίλυση του ζητήματος
- Εμπλέκουμε το μαθητή στην απόφαση του σωφρονισμού του
- Δεν υιοθετούμε αμέσως τη τιμωρία
- Αρχικά κάνουμε κάποιες συμφωνίες μαζί του με το θύτη(π.χ. συμβόλαιο συνεργασίας και μη βίαιης συμπεριφοράς)
- Συζητούμε με το θύμα ή θύτη εναλλακτικούς τρόπους στήριξης
- Φέρνουμε και τα 2 παιδιά (εάν το επιθυμούν) να συζητήσουν υπό-την παρουσία μας και παρατηρούμε την αλληλεπίδραση
- Εμπλέκουμε και την υπόλοιπη τάξη για διαχείριση του φαινομένου με θετικό τρόπο

8. Γίνε το παράδειγμα τους...

- Ο τρόπος που εσείς θα χειριστείτε το περιστατικό θα επηρεάσει και τη μελλοντική στάση των μαθητών
- Εάν είστε αρνητικοί και έντονοι/επιθετικοί → οι μαθητές υιοθετούν αμυντική/εναντιωματική στάση προς εσάς και άλλους
- Εάν είστε ευγενικοί/ δείχνετε κατανόηση → οι μαθητές θα θέλουν να συνεργαστούν
- ΜΗΝ χρησιμοποιήσετε και εσείς βία (λεκτική ή σωματική) ή περιφρόνηση για διαχείριση του περιστατικού και σωφρονισμό
- Δημιουργείστε αμοιβαίες σχέσεις (σύνδεση) στη τάξη και όχι μόνο κάλυψη ύλης
- Δώστε ευκαιρίες να εκφραστούν και μοιραστείτε δικές σας εμπειρίες
- Γίνεται πρότυπα για αυτούς – εμπνεύστε τους
- Δείξτε **ΑΓΑΠΗ, ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ** και **ΑΠΟΔΟΧΗ** (στοιχεία που πιθανόν να μην έχουν στην οικογένεια τους)

9. Προστασία Εαυτού και άλλων



- Σε βίαια περιστατικά βεβαιωθείτε ότι θα προστατεύσετε τον εαυτό σας, τους υπόλοιπους μαθητές και το θύτη
- Αν νιώθετε ότι δεν μπορείτε να αντιμετωπίσετε μόνοι σας το περιστατικό, συντονίστε μια ομάδα διαχείρισης δύσκολων περιστατικών (π.χ. με άλλους εκπαιδευτικό, σύμβουλο, συνεργασία με σχολικό ψυχολόγο).
- Προσπαθήστε να είστε ψύχραιμοι και να διαχειριστείτε πρώτα σωματικές βλάβες αν υπάρχουν (π.χ. τραύματα) και να καλέσετε ασθενοφόρο σε περίπτωση ανάγκης
- Απομακρύνετε το θύμα, θύτη και τους άλλους εμπλεκόμενους (μαθητές και εκπαιδευτικό προσωπικό) από τις υλικές ζημιές
- Προσπαθήστε να διαπραγματευτείτε ήρεμα με το θύτη. Αν υπάρχουν θύματα μπορεί κάποιος άλλος συνάδελφος να καθησυχάσει το θύμα.

10. Αυτό-φροντίδα εκπαιδευτικών



- Για να είστε ικανοί να διαχειριστείτε ψύχραιμα τα δύσκολα περιστατικά στο σχολείο χρειάζεται και εσείς να είστε σε ήρεμη κατάσταση
- Εντοπίστε καταστάσεις που σας αναστατώνουν/ δυσκολεύουν και συζητήστε με συναδέλφους ή με έναν ειδικό
- Δεν υπάρχουν λύσεις για όλα- Ρωτήστε άλλους εκπαιδευτικούς πως διαχειρίστηκαν παρόμοια περιστατικά
- Όλοι κάνουν λάθη – Μην είστε αυστηροί με τον εαυτό σας
- Στα πρώτα χρόνια εξάσκησης του επαγγέλματος υπάρχει φυσιολογικά μεγαλύτερη δυσκολία για διαχείριση δύσκολων περιστατικών (άγχος και απειρίας)
- Συζητήστε στη τάξη τι χρειάζεται να γίνει για να κυλούν κάποια πράγματα πιο ομαλά
- Να έχετε χρόνο να ξεκουράζεστε και να έχετε τρόπους διεξόδους (π.χ. Hobbies)
- Μπορείτε να αποταθείτε σε ειδικό ψυχικής υγείας για τη διαφύλαξη του εαυτού σας και την ανθεκτικότητά σας.

ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Καλές Πρακτικές

- Συζήτηση με το θύμα!
- Συζήτηση με τον θύτη / τους θύτες!
- Ενημέρωση των γονέων του θύματος!
- Ενημέρωση των γονέων του/των θύτη/των!
- Συζήτηση με ολόκληρη την τάξη!
- Παραπομπή σε ειδικό ψυχικής υγείας όπου χρειάζεται



Καλές Πρακτικές

- Χρήση παραμυθιών ή ιστοριών (ανάλογα με την ηλικία των μαθητών)
- Ανάπτυξη ενσυναίσθησης με τη χρήση βίντεο ή άλλου οπτικογραφημένου υλικού ατομικά ή και στη τάξη
- Κατανόησης για τη συναισθηματική/σωματική βλάβη του θύματος μέσα από μεταφορές ή και παραδείγματα από τη ζωή του μαθητή
- Συμφωνητικό για μη επανάληψη της συμπεριφοράς
- Έμφαση στα θετικά του στοιχεία, αντί στα αρνητικά των μαθητών
- Ενίσχυση συγκεκριμένων συμπεριφορών (π.χ. αν δεν ξανακτυπήσεις συμμαθητή σου, θα σε αφήνω να μιλάς για την ομάδα σου 5 λεπτά κάθε Δευτέρα).
- Αν χρειάζεται να επιβληθεί τιμωρία, να αποφασιστεί από κοινού με το μαθητή (π.χ. ανάλογα με σοβαρότητα περιστατικού, πόσες φορές επαναλήφθηκε κ.α.)
- Μοίρασμα εμπειριών στη τάξη – Επεξήγηση περιστατικού και συζήτηση στην ολομέλεια για συναισθήματα.

Καλές Πρακτικές- Θύτη



- Ρωτάμε τι χρειάζονται
- Για το θύτη χρησιμοποιούμε ΜΗΔΕΝΙΚΗ ΑΝΟΧΗ στη συμπεριφορά, αλλά όχι στο άτομο (εστιαζόμαστε στο να τον ενδυναμώσουμε/στηρίξουμε και όχι να τον τιμωρήσουμε)
- ΔΕΝ χρησιμοποιούμε αρνητικά επίθετα για το άτομο
- Προσπαθούμε να ΜΗΝ τον απομονώσουμε/στιγματίσουμε
- Προσπαθούμε να βελτιώσουμε τις δυνατότητες του
- Να υπάρχει επικοινωνία/συνεργασία με την οικογένεια
- Προσπαθούμε να τον εντάξουμε στο σχολικό πλαίσιο (π.χ. να βοηθά στην οργάνωση εκδηλώσεων, καθάρισμα σχολείου, να έχει μια υπευθυνότητα).
- Όπου χρειάζεται παραπομπή σε ειδικό ψυχικής υγείας (εκπαιδευτικό ή κλινικό ψυχολόγο)
- Εμπλοκή σε δραστηριότητες για ανάπτυξη αυτό-ελέγχου και «ΑΙΣΘΗΜΑ ΤΟΥ ΑΝΗΚΕΙΝ»

Καλές Πρακτικές – Θύμα



- Ακούμε τι χρειάζονται
- Όπου είναι εφικτό παρέχουμε προστασία και ενθαρρύνουμε συναισθηματικά το θύμα
- ΔΕΝ αλλάζουμε περιβάλλον του θύτη ή του θύματος για να μην το στιγματίσουμε (εκτός και αν το ίδιο το ζητήσει)
- Ενδυνάμωση στο να εκφράζει τα συναισθήματα του και τα περιστατικά βίας για το θύμα
- Ενθαρρύνουμε το θύτη να συμμετάσχει σε θετικές συμπεριφορές (π.χ. βοήθεια άλλων παιδιών σε κάτι)
- Ενθαρρύνουμε άλλους συμμαθητές να είναι ενεργητικοί στη διαδικασία

Κατάλληλος χειρισμός υποθέσεων

- Το πιο σημαντικό είναι να γνωρίζουν όλοι οι εκπαιδευτικοί ότι το σχολείο για να μπορεί να χειρίζεται **δύσκολες περιπτώσεις πρέπει να ακολουθεί ένα συνεπή τρόπο.**
- Είναι σημαντικό το σχολείο να συμφωνήσει σε μια κοινή στρατηγική για τον τρόπο διεξαγωγής των συνομιλιών.
- Για να επιτύχει η παρέμβαση θα πρέπει οι συνομιλίες να διεξάγονται με **τη σειρά που προτείνει ο οδηγός για το χειρισμό των κρίσιμων περιστατικών.**
- Κάθε σχολείο πρέπει επίσης να αποφασίσει:
- Ποιοι θα διεξαγάγουν τις συνομιλίες;
- Ποιοι εξωτερικοί ειδικοί θα μπορούσαν να βοηθήσουν;

ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Παιχνίδι ρόλου (15 λεπτά)

- Κάνουμε ένα κύκλο
- Στη μέση του κύκλου έχουμε 2 εθελοντές (ένας θα είναι ο μαθητής και ο άλλος ο εκπαιδευτικός). Τα υπόλοιπα άτομα θα είμαστε παρατηρητές
- Οι εθελοντές συζητούν και αποφασίζουν μεταξύ τους για μια μικρή **αναπαράσταση διερεύνησης ενός δύσκολου περιστατικού στο σχολείο. (Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αληθινό περιστατικό που γνωρίζετε, χωρίς να αναφέρετε προσωπικά στοιχεία ή να είναι κάτι φανταστικό)**
- Οι παρατηρητές βλέπουν τη διαδικασία και μπορούν να δώσουν ανατροφοδότηση στο τέλος.
- Δεν διακόπτεται η ροή της δραστηριότητας- Στο τέλος θα γίνει ο αναστοχασμός

Στόχοι:

- Εφαρμογή επικοινωνιακών δεξιοτήτων μέσα από αλληλεπίδραση με το «μαθητή»
- Εντοπισμός δυσκολιών στην εφαρμογή των δεξιοτήτων
- Μοίρασμα εμπειριών για τη διερεύνηση του περιστατικού (από παρατηρητές και εθελοντές)

ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ

Οδηγίες για Μελέτες Περίπτωσης (30 λεπτά)

- Χωριστείτε σε ομάδες 4-5 ατόμων , ανάλογα με την εκπαιδευτική βαθμίδα που εργάζεστε (π.χ. προσχολική, δημοτική και μέση)
- Διαβάστε τη μελέτη περίπτωσης και καταγράψτε τις απαντήσεις σας σε συνεργασία με τους συναδέλφους σας.
- Κάθε ομάδα μετά την ολοκλήρωση της συζήτησής της, θα παρουσιάσει το πλάνο διαχείρισης του περιστατικού στην ολομέλεια

Μελέτη Περίπτωση- Προσχολικής εκπαίδευσης

Μια μαθήτριά 5 ετών έρχεται στο σχολείο κάθε πρωί πολύ αναστατωμένη. Κλαίει για μεγάλα χρονικά διαστήματα μέσα στη τάξη, δεν είναι συνεργάσιμη, δεν συμμετάσχει στις δραστηριότητες με τα άλλα παιδιά, πετά έξω από το παράθυρο τα παιχνίδια της και τα διαλείμματα θέλει να μείνει μόνη στη τάξη. Τα υπόλοιπα παιδιά δεν θέλουν να παίζουν μαζί της και την κοροϊδεύουν.

- Πως σας κάνει να νιώθετε το συγκεκριμένο περιστατικό
- Πώς θα χειριστείτε αυτή την περίπτωση;
- Με ποιον θα διεξάγεις συνομιλίες; Με ποια σειρά;
- Ποιες δεξιότητες επικοινωνίας θα χρησιμοποιήσετε για αυτό το περιστατικό;

Μελέτη Περίπτωση- Δημοτικής εκπαίδευσης

Ένας 10 χρόνος μαθητής επανειλημμένα ενοχλείται και αποκαλείται με δυσάρεστα ονόματα από άλλον, πιο δυνατό μαθητή, ο οποίος έχει πείσει με επιτυχία τους άλλους μαθητές να αποφύγουν τον συγκεκριμένο όσο το δυνατόν περισσότερο.

Ως εκ τούτου, το θύμα αυτής της συμπεριφοράς νιώθει θυμωμένος, λυπημένος και συχνά απομονώνεται τα διαλείμματα, και η επίδοση του μειώνεται.

- Πως σας κάνει να νιώθετε το συγκεκριμένο περιστατικό;
- Πώς θα χειριστείτε αυτή την περίπτωση;
- Με ποιον θα διεξάγεις συνομιλίες; Με ποια σειρά;
- Ποιες δεξιότητες επικοινωνίας θα χρησιμοποιήσετε για αυτό το περιστατικό;

Μελέτη Περίπτωση- Μέσης εκπαίδευσης

Δυο δεκαπεντάχρονα κορίτσια, από διαφορετικές τάξεις μαλώνουν πολύ έντονα τα διαλείμματα. Φαίνεται ότι κατά τη διάρκεια των μαθημάτων ανταλλάζουν υβριστικά μηνύματα και το διάλειμμα κλιμακώνεται η ένταση με σωματική βία (κτυπήματα, τράβηγμα μαλλιών). Οι υπόλοιποι συμμαθητές παρακολουθούν και επικροτούν την κατάσταση με χειροκροτήματα.

- Πως σας κάνει να νιώθετε το συγκεκριμένο περιστατικό
- Πώς θα χειριστείτε αυτή την περίπτωση;
- Με ποιον θα διεξάγεις συνομιλίες; Με ποια σειρά;
- Ποιες δεξιότητες επικοινωνίας θα χρησιμοποιήσετε για αυτό το περιστατικό

Μελέτη Περίπτωση- Μέσης εκπαίδευσης

Ένας 19χρονος μαθητής Γ' Λυκείου, ο οποίος έμεινε ίδια τάξη λόγω απουσιών, φέτος έρχεται στο σχολείο μετά από πίεση των γονιών του αλλά είναι πολύ αντιδραστικός. Καπνίζει μπροστά σε όλους παρά τις συστάσεις, βρίζει παιδιά των μικρότερων τάξεων και τους καθηγητές. Οι μόνες καλές σχέσεις που έχει στο σχολείο είναι με τον καθηγητή των Αγγλικών και την κοπέλα του που είναι και αυτή μαθήτρια Γ' Λυκείου.

- Πως σας κάνει να νιώθετε το συγκεκριμένο περιστατικό
- Πώς θα χειριστείτε αυτή την περίπτωση;
- Με ποιον θα διεξάγεις συνομιλίες; Με ποια σειρά;
- Ποιες δεξιότητες επικοινωνίας θα χρησιμοποιήσετε για αυτό το περιστατικό;

Ευχαριστώ για την προσοχή σας!

Στοιχεία Επικοινωνίας

Μαρία Πετρίδου, PhD
Εγγεγραμμένη Κλινική Ψυχολόγος (#786)

 maria.petridou1903@gmail.com

When kindness
becomes a part of
your classroom
culture,
it becomes a natural
part of the day; not
something extra that
you have to fit in.

