

Η Συμβολή του
Σχολικού Συνεργάτη
στη Στήριξη
Μαθητών Υψηλής
Ευαλωτότητας-
Προγράμματα ΟΑΠ
Οδηγός Δράσης
για το σχολείο και τον ΣΣ

Ο Σχολικός Συνεργάτης, μέσα από τη μεντορική σχέση με το μαθητή, αποτελεί σημαντικό πυρήνα προαγωγής ψυχικής ανθεκτικότητας

ΟΜΑΔΑ ΑΜΕΣΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

Η Συμβολή του Σχολικού Συνεργάτη (ΣΣ) στη στήριξη μαθητών υψηλής ευαλωτότητας

Ο Σχολικός Συνεργάτης (ΣΣ) είναι ένας αποτελεσματικός θεσμός που μπορεί να αξιοποιήσει το σχολείο για τη στήριξη, ενδυνάμωση και ενίσχυση μαθητών με συμπεριφορικές και κοινωνικοσυναισθηματικές δυσκολίες. Ο Σχολικός Συνεργάτης λειτουργεί ως πρότυπο ενήλικα, που με τη συμπεριφορά του και τη θετική σχέση που αναπτύσσει με τον μαθητή, μπορεί να τον καθοδηγήσει και να τον επηρεάσει να διαφοροποιήσει τις αρνητικές του στάσεις και δυσλειτουργικές συμπεριφορές.

Για να το πετύχει αυτό, είναι σημαντικό, ο Σχολικός Συνεργάτης να αναγνωρίσει τη **δυνατότητα να αποτελέσει έμπνευση για τον μαθητή**. Πρέπει να είναι θετικός, αισιόδοξος και να πιστεύει ότι ο κάθε μαθητής μπορεί να συνδεθεί, να μάθει, να κινητοποιηθεί, να θέσει στόχους και να πετύχει.

Σχολική Πειθαρχία

Η πρόσφατη προσέγγιση, ως προς την επίτευξη σχολικής πειθαρχίας, αφορά στη **δημιουργία ενός κοινωνικού περιβάλλοντος**, το οποίο ενθαρρύνει και προετοιμάζει τους μαθητές για τη βελτίωση των ακαδημαϊκών και κοινωνικών δεξιοτήτων τους, μέσα από:

- την ανάπτυξη θετικής και αποτελεσματικής διδασκαλίας
- την εδραίωση ξεκάθαρων προσδοκιών
- τη διδασκαλία και τη βοήθεια στην εφαρμογή κοινωνικά αποδεκτών συμπεριφορών
- τη μείωση της υπάρχουσας σχολικής παραβατικότητας

-την πρόληψη μελλοντικής παραβίασης των κανόνων, Kill and, Fish, Maniago, 2006; Safran and Oswald, 2003; Sugai and Horner, 2008

Οι μαθητές και οι προσωπικές τους εμπειρίες

Οι μαθητές κουβαλούν τις δικές τους εμπειρίες και βιώματα που, σε κάποιες περιπτώσεις, λειτουργούν θετικά στο σχολείο και σε άλλες αρνητικά. Αρκετές φορές, οι δυσκολίες στη συμπεριφορά αποτελούν προκλήσεις για τον Σχολικό Συνεργάτη. Προκλήσεις, που είναι μεν κουραστικές, αλλά ταυτόχρονα, προσφέρουν μεγάλες ευκαιρίες δημιουργικότητας, αύξησης της αυτοπεποίθησης, εμπλουτισμό της εμπειρίας και κινητοποίηση για την εξεύρεση λύσεων.

Η τάξη και το σχολείο είναι η προέκταση της οικογένειας

Ο Σχολικός Συνεργάτης είναι αυτός που θα πραγματώσει την ένταξη του μαθητή. Η ανάπτυξη και η εδραίωση θετικής σχέσης μεταξύ του Σχολικού Συνεργάτη και του μαθητή δημιουργούν την απαραίτητη προϋπόθεση για την επαναπροσαρμογή/επανεένταξη του μαθητή στο σχολείο. Ο Σχολικός Συνεργάτης έχει τον μαθητή κοντά του καθημερινά και αποτελεί σημαντικό φορέα αντιμετώπισης και πρόληψης των δυσκολιών του.

Η ύπαρξη μιας σταθερής σχέσης με ένα συναισθηματικά φερέγγυο ενήλικα (Mash and Wolfe, 2012) είναι πολύτιμο εργαλείο στη στήριξη των μαθητών, στον έλεγχο των παρεκκλίνουσων συμπεριφορών και τη μετατροπή τους σε αποδεκτές συμπεριφορές επικοινωνίας και συνδιαλλαγής με τους άλλους.

Πως μπορούμε να επηρεάσουμε;

Ο ρόλος του Σχολικού Συνεργάτη είναι να δομήσει ένα περιβάλλον κατάλληλο για την προώθηση της μάθησης, για καθέναν από τους μαθητές τους οποίους επιβλέπει και να προσπαθήσει να εντοπίσει τις ιδιαιτερότητές τους, ώστε να προσαρμόσει κατάλληλα σε αυτές και τις περιβαλλοντικές συνθήκες.

Ο μαθητής, συνεχώς, αποζητά την προσοχή, την αγάπη και την αποδοχή των ενηλίκων που θεωρεί σημαντικούς στη ζωή του

Πετυχημένα Παρεμβατικά Προγράμματα:

Σύμφωνα με τη σχετική βιβλιογραφία, τα επιτυχημένα παρεμβατικά προγράμματα αφορούν, σε συχνότητα, τα πιο κάτω:

1. Τεχνικές για χτίσιμο δεξιοτήτων και παρεμβάσεις βασισμένες στις συνέπειες
2. Την αυτοδιαχείριση
3. Τη Διαμεσολάβηση συνομηλίκων για ειρηνική επίλυση των συγκρούσεων και επιρροή στην αλλαγή της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς
4. Την εμπλοκή των εκπαιδευτικών με ουσιαστικό τρόπο
5. Τη σχέση εκπαιδευτικού-μαθητή
6. Τη σχέση Σχολικού Συνεργάτη-μαθητή

Στόχος είναι να επιφέρουμε σημαντικές αλλαγές στις ζωές των μαθητών μας - όχι μόνο να κάνουμε προβλέψεις για τη ζωή τους

Παράγοντες επιτυχίας σε μια δράση

- Η πιστή εφαρμογή του σχεδίου παρέμβασης συνδέεται με την αποτελεσματικότητα της δράσης. Αν μια παρέμβαση δε φέρει

αποτέλεσμα, το πρώτο που εξετάζουμε είναι η αν εφαρμόστηκε πιστά. Αναλόγως, δοκιμάζουμε νέες μεθόδους μέχρι να βρούμε τι πετυχαίνει.

→ Ένας άλλος σημαντικός παράγοντας είναι ο έλεγχος που έχει ο Σχολικός Συνεργάτης στη δική του συμπεριφορά (Αζίζι, 1998). Επίσης, η διδακτική πρακτική που εφαρμόζει να περιλαμβάνει τα πιο κάτω:

1. Στοχοθέτηση
2. Έλεγχο της πορείας προόδου των μαθητών
3. Διδασκαλία στον σωστό ρυθμό
4. Βοήθεια με κατάλληλες μεθόδους
5. Ενίσχυση

Επτά απαραίτητες προϋποθέσεις για τον αποτελεσματικό έλεγχο της σχολικής συμπεριφοράς, σύμφωνα με τους Blackman και Silberman, 1980:

1. Περιγραφή της θετικής συμπεριφοράς με θετικούς όρους
2. Εξατομίκευση των έργων μάθησης, έτσι ώστε να επωφελείται ο κάθε μαθητής
3. Διευκρίνιση των συνεπειών, μετά την εκδήλωση της επιθυμητής ή της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς
4. Καθορισμός του τρόπου και του χρόνου με τον οποίο θα δοθεί η ενίσχυση
5. Δημιουργία ατομικών και ομαδικών συστημάτων ενίσχυσης
6. Προβολή της επιθυμητής συμπεριφοράς που πρέπει να εκδηλώνουν οι μαθητές
7. Δημιουργία καταλόγου τρόπων ενίσχυσης από τον Σχολικό Συνεργάτη

Ο Ρόλος τους Σχολικού Συνεργάτη στην Εφαρμογή του Εναλλακτικού Προγράμματος Φοίτησης του/των Μαθητή/των

Η Δράση Σχολικός Συνεργάτης (ΣΣ) και Εναλλακτικό Πρόγραμμα (ΕΠ) υποβάλλεται γραπτώς, για έγκριση και ενημέρωση, στον οικείο Επαρχιακό ΠΛΕ και στην ΕΕΕΑΕ (εάν ο μαθητής εντάσσεται στην Ειδική Αγωγή).

Βασικές Αρχές

- Ο Σχολικός Συνεργάτης καλείται να αποτελέσει πρότυπο συμπεριφοράς για το μαθητή, να του παρέχει συναισθηματική στήριξη, να τον βοηθήσει να αποκαταστήσει τη σχέση του με το σχολείο, να του κινήσει το ενδιαφέρον και, τέλος, να του παρέχει συναισθηματική ασφάλεια. Όλα αυτά μπορούν να επιτευχθούν με την ανάπτυξη υγιούς σχέσης μεταξύ των δύο και της δόμησης παιδαγωγικών δράσεων εκ μέρους του σχολείου, σε συνεργασία με την Πολυθεματική Ομάδα.

- Ο Σχολικός Συνεργάτης λαμβάνει οδηγίες από την ΟΑΠ και το σχολείο (Δ/νση, Σύμβουλο, Ε.Ψ.). Τις οδηγίες αυτές τις ακολουθεί ΠΙΣΤΑ. Δεν αυθαιρετεί και δεν κάνει ο ίδιος αλλαγές στο εναλλακτικό πρόγραμμα του μαθητή ή υποδείξεις στους εκπαιδευτικούς. Επικοινωνεί τις ανησυχίες/εισηγήσεις στον Υπεύθυνο ΒΔ, στον Σύμβουλο, ή σε Λειτουργό της ΟΑΠ.

- Ο Σχολικός Συνεργάτης δε λειτουργεί ως φορέας πειθαρχίας του σχολείου ή ως Συνοδός, αλλά ως φορέας αγωγής, που συνεργάζεται με το σχολείο και το μαθητή, κάτω

από συγκεκριμένο πλαίσιο που καθόρισε η ΟΑΠ.

- Ο ΣΣ και το Εναλλακτικό Πρόγραμμα φοίτησης αποτελούν μέρος των δράσεων του σχολείου για τη μείωση της παραβατικότητας. Ο ΣΣ δεν είναι ο υπεύθυνος πειθαρχίας της συμπεριφοράς του μαθητή. Αυτή είναι αποκλειστική ευθύνη του σχολείου. Η επιτυχία της δράσης βασίζεται στη συνεργατικότητα και στη συμμετοχή όλων των εκπαιδευτικών και της Δ/νσης του σχολείου, σύμφωνα με τα καθήκοντα και το ρόλο τους.

- Ο ΣΣ δεν εκτελεί τη λογιστική δουλειά που απορρέει από τη δράση. Αυτή είναι ευθύνη του ΒΔ που καθόρισε η Δ/νση για αυτό το σκοπό. Ευθύνη του ΣΣ είναι η έγκαιρη ετοιμασία του τιμολογίου πώλησης υπηρεσιών προς το σχολείο.

- Ο ΣΣ δεν αναλαμβάνει καμιά άλλη εργασία στο σχολείο (αναπληρώσεις, εφημερεύσεις, φωτοτύπηση κοκ), πέραν από αυτή που καθόρισε η ΟΑΠ.

- Ο ΣΣ δε μεταφέρει τον μαθητή με το αυτοκίνητό του σε καμία περίπτωση, χωρίς την άδεια της ΟΑΠ, της Δ/νσης και των κηδεμόνων του μαθητή.

- Ο ΣΣ χρησιμοποιεί το εκπαιδευτικό υλικό που του προμηθεύει το σχολείο και η ΟΑΠ. Σε περίπτωση που ετοίμασε δικό του εκπαιδευτικό υλικό, αυτό κατατίθεται για έγκριση στο ΒΔ υπεύθυνο της δράσης.

- Ο ΣΣ έχει τακτικές συναντήσεις με τους υπεύθυνους της δράσης (ΒΔ και μέλη της Επιτροπής Αγωγής

Υγείας και Πρόληψης της Ενδοσχολικής Βίας), με στόχο την αξιολόγηση της προόδου του μαθητή και της πιστότητας στην εφαρμογή του Εναλλακτικού Προγράμματος.

→ Ο Δ/ντής του σχολείου ενημερώνεται τακτικά από τον ΥΒΔ για την πορεία της δράσης. Συζητούν τα θετικά και αρνητικά και αποφασίζουν αναπροσαρμογές, σύμφωνα με τους δείκτες της ΟΑΠ.

→ **Μια φορά κάθε εβδομάδα** (Δευτέρα είναι μια καλή επιλογή), ο Δ/ντής του σχολείου καλεί τον μαθητή, τον ΣΣ και τον ΥΒΔ για να αξιολογήσουν μαζί την πορεία του προγράμματος. **Στόχος της συνάντησης είναι η επιβράβευση και ο θετικός σχολιασμός, ακόμη και των μικρών επιτευγμάτων.** Για σκοπούς ελέγχου/τροποποίησης της συμπεριφοράς του μαθητή, ο χρόνος αυτός δε χρησιμοποιείται για παρατηρήσεις και ανάδειξη των αρνητικών συμπεριφορών του μαθητή.

→ Η Δράση Εναλλακτικό Πρόγραμμα και Σχολικός Συνεργάτης προτείνεται στο σχολείο από την Πολυθεματική Ομάδα (ΟΑΠ, Σχολείο, οικείος ΕΨ, Συνδεδειγμένος Λειτουργός, κοκ) και εγκρίνεται από τον Καθηγητικό Σύλλογο. Από τη στιγμή της έγκρισης, ξεκινά η διαδικασία υλοποίησης, της οποίας την ευθύνη έχει το σχολείο. Η ΟΑΠ δίνει προφορικά και γραπτά τις κατευθυντήριες γραμμές και φροντίζει για την επιστημονική εποπτεία και τη χρηματοδότηση των προγραμμάτων από το ΥΠΠ.

→ Αφού η δράση υποβλήθηκε από τη Δ/νση στον ΚΣ και αυτή εγκρίθηκε, **δεν ενδείκνυται** οποιεσδήποτε αρνητικές απόψεις ή αντίθετες θέσεις να διατυπώνονται δημόσια στο σχολείο, μπροστά στους μαθητές, στους γονείς ή στον ΣΣ. Οι διαφορετικές απόψεις είναι θεμιτές, αλλά για να έχουν παιδαγωγικό όφελος, πρέπει να γίνονται δομημένα στις σχετικές με το θέμα συνεδρίες στον ΚΣ, στις Πολυθεματικές συναντήσεις και στη Δ/νση.

→ **Η μη τήρηση των οδηγιών** (στην ολότητά τους) που αποφασίζει η Πολυθεματική Ομάδα, μπορεί να έχει πολύ σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις στη θετική εξέλιξη της δράσης και να την οδηγήσει σε **αποτυχία και τερματισμό.**

→ Η Δράση ΣΣ και Εναλλακτικό Πρόγραμμα εφαρμόζεται, αφού το σχολείο εξασφαλίσει τη σύμφωνη γνώμη του μαθητή και τη γραπτή συγκατάθεση των κηδεμόνων του.

→ **Το σχολείο** (και όχι ο ΣΣ), **έχει την αποκλειστική ευθύνη της τακτικής ενημέρωσης των κηδεμόνων,** σχετικά με την εξέλιξη της δράσης και της συμπεριφοράς του μαθητή.

→ Το **Εναλλακτικό Πρόγραμμα (ΕΠ),** καθορίζεται από το σχολείο σε συνεργασία με την ΟΑΠ. Ο ΣΣ μπορεί να καταθέσει εισηγήσεις, αλλά δεν είναι δική του ευθύνη να ετοιμάσει το πρόγραμμα του μαθητή.

→ **Οι ώρες παροχής Εναλλακτικού Προγράμματος (ΕΠ) καθορίζονται από το σχολείο και την Πολυθεματική Ομάδα.** Είναι

προτιμότερο, οι ώρες αυτές να είναι ενταγμένες στο πρόγραμμα του μαθητή. Το πρόγραμμα αυτό δίνεται τυπωμένο στο μαθητή και στον ΣΣ.

- Οι εμπλεκόμενοι διδάσκοντες, ενημερώνονται γραπτώς (τους δίνεται αντίγραφο του σχετικού προγράμματος) από τον ΥΒΔ για το πρόγραμμα του μαθητή. Οποιαδήποτε αλλαγή να κοινοποιείται έγκαιρα, για να μην μένουν εκτεθειμένοι ο Σχολικός Συνεργάτης ή ο/οι συμμετέχων/οντες μαθητής/ές.
- Ο ΣΣ και ο μαθητής έχουν **τυπωμένο και γνωρίζουν**, το εναλλακτικό πρόγραμμα φοίτησης.
- Ο Σχολικός Συνεργάτης δεν είναι Ψυχολόγος ούτε Σύμβουλος. Είναι **Παιδαγωγός/Μέντορας**, ο οποίος παρέχει στήριξη στο μαθητή. Αν ανησυχήσει για συμπεριφορές κινδύνου του μαθητή, το αναφέρει, αμέσως, στους ειδικούς του σχολείου, ή, αν χρειάζεται, στον Διευθυντή ή στον υπεύθυνο ΒΔ.
- Ο ΣΣ δημιουργεί μεντορική σχέση μεταξύ ενήλικα και μαθητή. Η υπερβολικά φιλική σχέση, ή η δημιουργία σχέσης εξάρτησης, θα βάλει σε κίνδυνο τις αρχές της οριοθέτησης, της αυτοδιαχείρισης και της παιδαγωγικής πειθαρχίας.

Για να υπάρξει αυτή η σχέση, υπάρχουν κάποιες βασικές προϋποθέσεις:

- **Προσωπική επαφή**
Η αναγκαιότητα των ατομικών συναντήσεων με τον μαθητή
- Η δημιουργία σχέσης με τον μαθητή, ανοίγει το κανάλι επικοινωνίας, από το οποίο ο Σχολικός Συνεργάτης

μπορεί να περάσει τα μηνύματα αγωγής. Η αυθεντική σχέση Σχολικού Συνεργάτη-μαθητή είναι ένας από τους βασικότερους παράγοντες πρόληψης στη σχολική παραβατικότητα. Ο Σχολικός Συνεργάτης είναι σημαντικός πυρήνας προαγωγής της ψυχικής ανθεκτικότητας για τον κάθε μαθητή.

- Ο χώρος συνάντησης καθορίζεται από το σχολείο και είναι πάντα **ΣΤΑΘΕΡΟΣ**. Με αυτό τον τρόπο, ο μαθητής αντιλαμβάνεται τη σημασία που δίνει το σχολείο στη δράση και στον ίδιο. **Επίσης, ο επιλεγμένος χώρος πρέπει να έχει φυσικό φως και καλό εξαερισμό.**
- Οι συναντήσεις γίνονται σε χώρο όπου ο μαθητής και ο Σχολικός Συνεργάτης εκτελούν το αναμενόμενο έργο, χωρίς παρεμβολές και φασαρία.
- Στο χώρο αυτό, ο μαθητής μπορεί να εκθέσει έργα του, να φυλάξει κάποια βιβλία και τετράδια. Ο ΣΣ και το Σχολείο βοηθούν να διαμορφωθεί ο χώρος κατάλληλα και να δημιουργηθεί ζεστή ατμόσφαιρα.
- Η ΟΑΠ και το σχολείο καθορίζουν το πλαίσιο της σχέσης με το μαθητή και αυτό είναι καλά να υπογραφεί από τους εμπλεκόμενους (Μαθητή - Γονείς - Σχολείο) σε μορφή συμβολαίου (το σχολείο έχει το Συμβόλαιο). Να προβλέπεται συνέπεια, στην περίπτωση που δεν τηρείται το πλαίσιο ή τα συμφωνηθέντα. Τα σημεία, σε κάθε περίπτωση, να είναι συγκεκριμένα και όχι ασαφή.

Οδηγίες για την εφαρμογή Εναλλακτικού Προγράμματος στο σχολείο

Το πρόγραμμα υποβάλλεται γραπτώς για έγκριση και ενημέρωση στον οικείο Επαρχιακό ΠΛΕ και στην ΕΕΕΑΕ (εάν ο μαθητής εντάσσεται στην Ειδική Αγωγή).

→ Ένας μαθητής συμμετέχει στο *Εναλλακτικό Πρόγραμμα*, εφόσον η/ο ίδια/ος επιθυμεί και **με τη σύμφωνη γνώμη των γονιών του, οι οποίοι έχουν ενημερωθεί εκ των προτέρων και έχουν δώσει γραπτή συγκατάθεση.**

→ Στο ΕΠ συμμετέχει ένας μαθητής ή μικρός αριθμός μαθητών, οι οποίοι εγκρίθηκαν να παρακολουθούν το πρόγραμμα από την πολυθεματική ομάδα. Το πρόγραμμα θα καταρτιστεί από το σχολείο ανάλογα με τις ανάγκες. Είναι πιθανόν, να συμμετέχει σε κάθε δραστηριότητα ένας μόνο μαθητής, ένα αριθμός μαθητών, αλλά και όλοι οι μαθητές μαζί, όπου είναι εφικτό και ενδεδειγμένο. **Ο αριθμός συμμετοχής αποφασίζεται αποκλειστικά από την ΟΑΠ.** Είναι σημαντικό να μάθουν οι μαθητές να λειτουργούν σε ομάδα, αλλά αυτό θα γίνεται σταδιακά.

→ Το ΕΠ διαμορφώνεται ανάλογα με τις ανάγκες του σχολείου και των μαθητών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα, με τη συμμετοχή του σχολείου (ΥΒΔ, Διδάσκοντες, Σύμβουλος), του οικείου Εκπαιδευτικού Ψυχολόγου, του Συνδεδειγμένου Λειτουργού (αν ο μαθητής εντάσσεται στην Ειδική Αγωγή) και με τις εισηγήσεις των

εμπλεκόμενων φορέων στην πολυθεματική ομάδα.

→ Να αξιοποιούνται οι αίθουσες, τα εργαστήρια και η υποδομή του σχολείου για την υλοποίηση των δράσεων του ΕΠ.

→ **Οι μαθητές που συμμετέχουν στο ΕΠ να παρακολουθούν κανονικά τα εξεταζόμενα μαθήματα και το Πρόγραμμα Στήριξης ή/και Αλφαριθμητισμού, ΟΠΟΥ ΕΝΑΙ ΔΥΝΑΤΟ.**

→ Δε θα σημειώνονται απουσίες για τους μαθητές που απουσιάζουν από την τάξη τους για να συμμετέχουν στις προγραμματισμένες δραστηριότητες του ΕΠ. Απουσίες σημειώνονται, όταν οι μαθητές απουσιάσουν από το μάθημα τους χωρίς λόγο ή όταν απουσιάσουν από τις προγραμματισμένες δράσεις του ΕΠ.

→ Το ΕΠ να οργανωθεί σε ενότητες, με συγκεκριμένη ύλη/περιεχόμενο για να υπάρχει δόμηση. Στην επιλογή της ύλης/περιεχομένου να λαμβάνονται υπόψη τα ενδιαφέροντα των μαθητών που συμμετέχουν (π.χ. Γυμναστική, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές, Τέχνη, Κατασκευές). Μπορούν να χρησιμοποιηθούν δραστηριότητες από τα μαθήματα της Τέχνης, του Σχεδιασμού και Τεχνολογίας, των Ηλεκτρονικών Υπολογιστών, της Μουσικής και της Γυμναστικής. Επίσης, είναι πιθανόν, να αξιοποιηθούν ενδιαφέροντα και των συνεργατών, αλλά και των μαθητών όπως π.χ. μηχανική, αισθητική, θέατρο κλπ.

Οδηγίες προς το Σχολικό Συνεργάτη

- Να επικοινωνήσετε το πλαίσιο της σχέσης σας με τον μαθητή και να λειτουργείτε πάντα μέσα σε αυτό.
- **Να είστε συνεπείς με το πρόγραμμα.** Η ακύρωση είναι από τις χειρότερες απογοητεύσεις για τον μαθητή, ο οποίος εξετάζει σε μεγεθυντικό φακό τη στάση μας.
- Να βάζετε όρια στον μαθητή. Όταν δεν τηρούνται τα όρια, να γνωρίζει εκ των προτέρων τις συνέπειες. Τακτική αναίρεση του πλαισίου και από τους ίδιους, σημαίνει ακύρωση της μεντορικής σχέσης και τερματισμό της δράσης.
- Να διατηρείτε τετράδιο και σημειώσεις για τις συναντήσεις σας, σε μορφή ημερολογίου. **Να διατηρείτε ενημερωμένο φάκελο με τις απουσίες, τις εργασίες και το πρόγραμμα του μαθητή. Επίσης, ζητήστε από τον μαθητή να συμπληρώνει, σε δικό του τετράδιο, τις εργασίες που εκτελούνται στο ΕΠ.**
- Η ώρα συνάντησης με τον μαθητή είναι χρόνος για επικοινωνία, δημιουργία σχέσης, επανένταξη του μαθητή στη μαθησιακή διαδικασία και στο περιβάλλον του σχολείου
- Ως εκ τούτου, μπορεί να έχει τις εξής μορφές: παιχνίδια, γυμναστικές ασκήσεις, χρήση ΗΥ με παιδαγωγικό στόχο, κατασκευές, εθελοντισμό, εικαστικά, χορό, θέατρο, συμμετοχή σε σχολικό συνέδριο, συζήτηση, ανταλλαγή απόψεων για ένα θέμα, συμπλήρωση ερωτηματολογίου και συζήτηση, στοχευμένη επικοινωνία

για θέματα που αντιμετωπίζει ο μαθητής. Επίσης, στήριξη σε μαθήματα, κυρίως καθοδήγηση για τον τρόπο μελέτης τους και βοήθεια σε εργασίες (πχ. διαθεματικές). Πιο κάτω αναφέρονται εισηγήσεις εναλλακτικών δραστηριοτήτων.

Ο τρόπος με τον οποίο επικοινωνεί ο Σχολικός Συνεργάτης είναι καθοριστικός, ως σημείο αναφοράς για τον μαθητή. Επομένως, ιδιαίτερη σημασία έχουν τα πιο κάτω:

- Κατά τη συνάντηση, δημιουργούμε **θετικό κλίμα** για να μπορεί να χαλαρώσει ο μαθητής και να νιώσει ασφάλεια. Σταδιακά, θα αρχίσει να συνδέεται με τον μέντορα.
- Υποδοχή του μαθητή με χαμόγελο και αποδοχή. Είναι σημαντικό να αισθάνεται ότι χαίρεστε που τον βλέπετε και που θα περάσετε χρόνο μαζί του.
- Να είστε προσεκτικοί στην έκφραση του λόγου. Να θυμάστε ότι ο μαθητής σας ακούει, όπως το παιδί το γονιό του και μιμείται τις συμπεριφορές σας.
- Μην καπνίζετε, μη βρίζετε, μη σχολιάζετε. Μη ρωτάτε τον μαθητή άσχετες, με το θέμα, πληροφορίες. Ο μαθητής μοιράζεται, ελεύθερα, προσωπικές ή άλλες πληροφορίες και **δεν τις εκμαιεύουμε για μας ή το σχολείο.**
- Μιλάτε πάντα με σεβασμό προς τον μαθητή.
- Λειτουργείτε με εχεμύθεια σε ότι σας εμπιστεύτηκε. *Η εχεμύθεια αναιρείται εάν ο μαθητής ή άλλοι βρίσκονται σε κίνδυνο.*

→ Ακούστε πολύ προσεχτικά και δώστε του χρόνο να εκφραστεί. Είναι σημαντικό όταν μοιράζεται συναισθήματα **να παραμείνουμε σιωπηλοί**, ώστε να μπορεί να μιλήσει και να αποφορτιστεί ελεύθερα. Όταν τελειώσει, **κάνουμε μόνο περίληψη** σε αυτά που έχει πει. Δεν τον αμφισβητούμε για αυτά που αισθάνεται και ούτε τα μειώνουμε.

→ Η αλλαγή στη συμπεριφορά παίρνει χρόνο και θα συμβεί μόνο όταν ο μαθητής αισθανθεί ότι δημιουργήθηκε μεταξύ σας ζεστή και αυθεντική σχέση.

→ Όταν ρωτηθείτε τη γνώμη σας για ένα θέμα, δώστε την με προσοχή και ειλικρίνεια. Να θυμάστε, κάτι που δούλεψε για εσάς δε σημαίνει, κατά ανάγκη, ότι θα είναι το ίδιο αποτελεσματικό για το μαθητή σας. Επίσης, οι προσωπικές συνθήκες του καθενός και οι δυσκολίες που αντιμετωπίζει, πρέπει να λαμβάνονται υπόψη στην κάθε απάντηση ή παρότρυνση.

→ Αποφεύγετε να κάνετε καθοδήγηση. Βοηθήστε τον να βρει μόνος του τις λύσεις.

→ Μην κάνετε αρνητικές προβλέψεις για το αποτέλεσμα της παρουσίας του στο σχολείο ή για το μέλλον του.

→ Να είστε ενθαρρυντικοί.

→ Να είστε ειλικρινείς, χωρίς όμως ωμότητα και μόνο όταν σας ρωτήσει τη γνώμη σας. Οι μαθητές υψηλού κινδύνου, αλλά και γενικά οι έφηβοι, είναι πολύ ευάλωτοι στην κριτική, στην επίκριση και στην υπερβολική αυστηρότητα.

Η ανατροφοδότηση, επομένως, είναι αποτελεσματική...

- όταν δίνεται για έναν καλό και συγκεκριμένο λόγο
- όταν είναι περιγραφική σχετικά με τη συμπεριφορά που μπορεί ο μαθητής να αλλάξει
- όταν δίνεται στην κατάλληλη χρονική στιγμή

Η επιβράβευση ως ενίσχυση της θετικής συμπεριφοράς

→ Στην κάθε ευκαιρία που ο μαθητής έχει πετύχει κάτι, έστω και μικρό, τον **επιβραβεύουμε θετικά και του δείχνουμε πόσο το εκτιμούμε**. Μην δίνετε ψεύτικες επιβραβεύσεις, γιατί ο μαθητής, στο τέλος, δε θα σας πιστεύει.

→ Μην περιμένετε τον μαθητή να αλλάξει άμεσα. Οι αλλαγές γίνονται βήμα-βήμα και σε αργό ρυθμό. Με αυτό τον τρόπο είναι και πιο μόνιμες.

→ Η συμβολή σας στη ζωή του μαθητή είναι πολύ σημαντική. Οι εισηγήσεις, δε, προς την Πολυθεματική Ομάδα (Σύμβουλο, ΥΒΔ, ΕΑΥΠΕΒ, ΟΑΠ κ.α.) και το σχολείο, σχετικά με τον μαθητή, είναι πολύτιμες και αναγκαίες.

→ **Η Δράση επιβλέπεται από τον ΥΒΔ της ΕΑΥΠΕΒ.**

Προτεινόμενες Εργασίες κατά το Εναλλακτικό Πρόγραμμα

→ Οι μαθητές, με τη βοήθεια του Σχολικού Συνεργάτη και σε συνεννόηση με τους διδάσκοντες, να αποφασίσουν τη δημιουργία εργασιών για τα μαθήματα από τα

οποία απουσιάζουν, για να μπορέσουν να αξιολογηθούν στο τέλος του τετραμήνου.

- Να δοθεί η δυνατότητα στους μαθητές που συμμετέχουν στο ΕΠ, να δουλέψουν διαθεματικά μια εργασία και να μπορούν να αξιολογηθούν για περισσότερα από ένα μαθήματα, ή για να ενισχύσουν το βαθμό σε ένα από τα κύρια μαθήματα. Παραδείγματος χάριν, μπορεί να δημιουργηθεί μια κατασκευή στο ΕΠ, η οποία να αξιολογηθεί σε διάφορα μαθήματα:
- Κατασκευή (Τεχνολογία)
 - Να γραφτεί μια αναφορά και περιγραφή της εργασίας (Νέα Ελληνικά).
 - Να γίνουν κάποιοι υπολογισμοί και κλίμακες/αναλογίες (Μαθηματικά, Φυσική).
- Να γίνει μετάφραση στα Αγγλικά και στα Γαλλικά (Αγγλικά, Γαλλικά).
-
- Μέρος του ΕΠ να έχει ψυχοεκπαιδευτική μορφή, ώστε να μπορέσουν οι μαθητές να αναπτύξουν δεξιότητες ζωής. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν ασκήσεις, αλλά και υλικό για ανάπτυξη θεμάτων για τη συναισθηματική ενίσχυση των μαθητών. Επίσης, οι μαθητές να έχουν τη δυνατότητα να επεξεργαστούν δικά τους ζητήματα τα οποία τους απασχολούν. Για παράδειγμα:
- Πρόγραμμα έκφρασης συναισθημάτων (θα σας δοθεί από το σχολείο/ΟΑΠ)

- Ασκήσεις διαχείρισης του θυμού (θα σας δοθεί από το σχολείο/ΟΑΠ)
-

- Πρόγραμμα ανάπτυξης δεξιοτήτων επικοινωνίας (πρόγραμμα διαμεσολάβησης-θα σας δοθεί από ΟΑΠ)

- Οι μαθητές που συμμετέχουν στο ΕΠ, να έχουν την ευκαιρία να αυτοαξιολογούν τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα, αλλά και στις υπόλοιπες δράσεις του σχολείου (ζητήστε από το σχολείο ή την ΟΑΠ τα σχετικά ερωτηματολόγια). Για παράδειγμα, μπορεί να δημιουργηθεί ένα έντυπο αξιολόγησης συμπεριφορών που αφορά στους μαθησιακούς στόχους, το οποίο να συμπληρώνουν οι ίδιοι μαθητές σε συνεργασία με τον ΣΣ και τους διδάσκοντες.
-
- Να γίνει προσπάθεια, οι μαθητές να εκθέσουν τις εργασίες τους σε συγκεκριμένο χώρο, ή να τις παρουσιάσουν σε μια εκδήλωση.
-
- Το ΕΠ να αξιολογείται κάθε μήνα, για να μπορέσουν να γίνουν οι ανάλογες αλλαγές, ούτως ώστε να μπορεί να ανταποκρίνεται στις ανάγκες των μαθητών που συμμετέχουν, αλλά και του σχολείου.
-
- Να υπάρχει τακτική ενημέρωση των γονιών/κηδεμόνων των μαθητών που συμμετέχουν στο ΕΠ από το σχολείο.
-
- Η πρόσληψη, τα καθήκοντα, οι όροι εντολής και η αντιμισθία του Σχολικού Συνεργάτη καθορίζονται σε σχετικά συμβόλαια και άλλα σχετικά έγγραφα για τα οποία αυτός

ενημερώνεται και υπογράφει. Το σχολείο προμηθεύει τον ΣΣ αντίγραφο των εντύπων.

⇒ Οι περισσότερες δραστηριότητες θα μπορέσουν να επιδράσουν θετικά, όχι μόνο στο μαθητή, αλλά και σε όλη την τάξη και στο σχολείο.

⇒ Χρειάζεται χρόνος, υπομονή και επιμονή, πολλή δουλειά και αγάπη για να μπορέσει ένας μαθητής να αλλάξει.

⇒ Κάθε αλλαγή προς το θετικό είναι σημαντική, όσο μικρή και αν φαίνεται.

⇒ Η υποτροπή είναι αναμενόμενη.

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

Προτεινόμενο Περιεχόμενο Συναντήσεων Σχολικού Συνεργάτη μαζί με τον μαθητή, όταν ο στόχος είναι η συναισθηματική έκφραση

Ο στόχος είναι απλός, αλλά πολύ σημαντικός: η δημιουργία σχέσης (Απαντάτε και οι δύο στην κάθε ερώτηση)

Α' Συνάντηση

1. Οι αγαπημένες μου δραστηριότητες είναι:...
2. Δε μου αρέσει να πρέπει να κάνω:....
3. Όταν βλέπω άλλους να τσακώνονται νοιώθω:...
4. Θυμώνω όταν:...
5. Χαλαρώνω με:...

Β' Συνάντηση

1. Τι αγαπώ περισσότερο στη ζωή; (ανθρώπους, δραστηριότητες, χόμπι κλπ)...
2. Τι έχω πετύχει μέχρι σήμερα; ...

3. Τι θα ήθελα να κάνω χωρίς να σκέφτομαι αν κάποιος θα με κρίνει;...

4. Αν δεν υπήρχαν περιορισμοί, ποια επιθυμία μου θα ήθελα να γίνει πραγματικότητα; ...

Γ' Συνάντηση

1. Ποια είναι για σένα η ιδανική ζωή;...
2. Τι θα έκανες αν είχες ένα εκατομμύριο ευρώ;...
3. Ποιον θαυμάζεις περισσότερο στον κόσμο;...
4. Ποιον εμπιστεύεσαι;...

Εναλλακτικά:

Α' Συνάντηση

1. Πες μου για τους φίλους σου;..
2. Πως περνάς το χρόνο σου;...
3. Ποια είναι η αγαπημένη σου ταινία;...
4. Ποια είναι η αγαπημένη σου μέρα του χρόνου;...

Β' Συνάντηση

1. Αν μπορούσες να μάθεις οποιαδήποτε δεξιότητα, ποια θα ήταν αυτή;...
2. Αν είχες τη δυνατότητα να μιλήσεις σε όποιον ήθελες, ποιος θα ήταν αυτός;...
3. Αν άλλαζες κάτι στον εαυτό σου, τι θα ήταν;...
4. Αν μπορούσες να ζήσεις ξανά μια συγκεκριμένη μέρα στη ζωή, ποια θα ήταν αυτή;...

Γ' Συνάντηση

1. Ποια επιθυμία σου θέλεις να πραγματοποιήσεις την επόμενη χρονιά;...
2. Ποιος είναι ο πιο σημαντικός σου στόχος για την επόμενη χρονιά;...

3. Ποια είναι η πιο ωραία σου συνήθεια το καλοκαίρι;...

4. Τι θα κάνεις στις διακοπές;...

Α' Συνάντηση

1. Αν μπορούσες να πραγματοποιήσεις μια ευχή αυτό το χρόνο, ποια ευχή θα ήταν;...

2. Ποια είναι η αγαπημένη σου σειρά στην τηλεόραση;...

3. Αν μπορούσες να πάρεις απάντηση σε ένα ερώτημα, ποιο θα ήταν αυτό;...

4. Ποια είναι η χειρότερη σου συνήθεια; ...

Β' Συνάντηση

1. Αν μπορούσες να πας οπουδήποτε στον κόσμο, που θα πήγαινες;

2. Αν μπορούσες σε 10 χρόνια να έχεις τη δουλειά των ονείρων σου, ποια θα ήταν;

3. Αν μπορούσες να έχεις οποιοδήποτε κατοικίδιο, ποιο θα ήταν;

4. Αν σε έστελναν στο διάστημα για τρεις μήνες, ποια τρία προσωπικά αντικείμενα θα έπαιρνες μαζί σου;

Γ' Συνάντηση

1. Αν σου έδιναν 100,000 ευρώ που θα τα ξόδευες;...

2. Τι θα άλλαζες στον κόσμο;...

3. Ποιο όνειρό σου θέλεις να γίνει πραγματικότητα; ...

4. Αν ο χρόνος ή το χρήμα δεν ήταν θέμα, τι θα έκανες αυτή τη στιγμή;...

5. Ποιος είναι για σένα ο πιο ωραίος προορισμός για διακοπές;...

Στοχευμένες ερωτήσεις κινητοποίησης (όταν θέλουμε να ενθαρρύνουμε τον μαθητή να δράσει):

1. Ποιος είναι ο πιο σημαντικός σου στόχος αυτή τη χρονιά;...

2. Τι θα σε βοηθήσει να πετύχεις τους στόχους σου;..

3. Τι χρειάζεσαι από το σχολείο;..

4. Πώς νομίζεις ότι μπορούν να βοηθήσουν οι καθηγητές σου;...

5. Ποιος σε βοηθά στο σπίτι;...

6. Ποια μαθήματα σε δυσκολεύουν περισσότερο;...

7. Ποιες είναι οι μεγαλύτερες δυσκολίες που αντιμετωπίζεις αυτή τη στιγμή;

Στάδια στη διαχείριση, όταν ο μαθητής μοιράζεται μαζί μας ένα πρόβλημα και αποζητά τη βοήθειά μας για την επίλυση_ (ακούμε προσεκτικά, χωρίς να διακόπτουμε και χωρίς να δίνουμε εμείς τη λύση στο πρόβλημα):

➤ 1^ο ΣΤΑΔΙΟ-ΑΝΑΓΚΗ ΝΑ ΜΙΛΗΣΩ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ

*Ερώτηση από τον Σχολικό Συνεργάτη:
«Πες μου τι έγινε;»*

➤ 2^ο ΣΤΑΔΙΟ-ΑΝΑΛΟΓΙΖΟΜΑΙ ΤΙΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

*Ερώτηση από τον Σχολικό Συνεργάτη:
"Ποια προβλήματα δημιουργήθηκαν μετά από αυτή την κατάσταση;"*

➤ 3^ο ΣΤΑΔΙΟ-ΗΡΕΜΩ ΜΕ ΤΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ

Ερώτηση από τον Σχολικό Συνεργάτη:

"Πως αισθάνεσαι για αυτό που έγινε;"

➤ 4^ο ΣΤΑΔΙΟ-ΑΡΧΙΖΩ ΝΑ ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ ΤΟ ΟΦΕΛΟΣ

*Ερώτηση από τον Σχολικό Συνεργάτη:
«Τι προτείνεις για να λυθεί το πρόβλημα;»*

➤ 5^ο ΣΤΑΔΙΟ-ΕΦΑΡΜΟΓΗ

*Ερώτηση από τον Σχολικό Συνεργάτη:
«Πως μπορώ να σε βοηθήσω εγώ να εφαρμόσεις αυτά που σκέφτηκες;»
ή
«Τι βοήθεια χρειάζεσαι από το σχολείο;»
ή
«Τι βοήθεια χρειάζεσαι για να πετύχεις;»*

Βοηθήστε, αν χρειάζεται, στην εφαρμογή!

Κάθε εβδομάδα να ρωτάτε τον μαθητή πώς προχωρά. Στόχος δεν είναι η συζήτηση, αλλά να δείξουμε ενδιαφέρον και να τον ενισχύσουμε στην προσπάθεια που καταβάλλει.

Εναλλακτικά:

ΣΤΑΔΙΑ ΣΤΗΝ ΕΠΙΛΥΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ

Ποιο Είναι Το Πρόβλημα;

- Τι θέλεις και ποια είναι τα εμπόδια;

Τι Μπορώ Να Κάνω;

- Σκέψου όλες τις πιθανές λύσεις.

Τι Θα Συμβεί Εάν;

- Σκέψου τις πιο πιθανές συνέπειες.

Τι Πρέπει Να Διαλέξω;

- Τι είναι το καλύτερο για σένα;

Τώρα Κάνε Το!

- Τι χρειάζεται για να εφαρμόσεις αυτή τη λύση;

Πώς Τα Πήγα;

- Αξιολόγησε τον εαυτό σου: Τα κατάφερες; Αν όχι, γιατί;

Χρήσιμες ερωτήσεις, ή/και απαντήσεις, σε συνάντηση με το μαθητή, όταν αυτός αναφέρει κάποιο πρόβλημα:

- Βοήθησε με να καταλάβω καλύτερα αυτό που θέλεις να πεις.

- Πες μου λίγο περισσότερο για αυτό.

- Όταν λες _____, τι ακριβώς εννοείς;

- Δεν είμαι σίγουρος ότι κατάλαβα σωστά τι εννοείς με αυτό.

- Πώς αισθάνεσαι για αυτά που είπες ότι έγιναν;

- Φαίνεσαι προβληματισμένος για _____.

- Τι σημαίνει αυτό για σένα;

- Αυτό που μου λες τώρα, το συζητήσες με κάποιον; Άρα

- Ωστόσο όμως δεν γνωρίζεις, ούτε

- Άρα αυτό το συμπέρασμα που έχεις βγάλει ότι, μήπως είναι αυθαίρετο;

- Πως σου ακούγεται αυτό; Αυτό που το βασίζεις; Έχεις κάποια απόδειξη για αυτό;

Πώς να αξιοποιήσετε τις δεξιότητες καλής επικοινωνίας

Πιο κάτω αναφέρονται οι δεξιότητες επικοινωνίας που βοηθούν στη θετική σχέση και ενθαρρύνουν τον ομιλητή να εκφραστεί. Η χρήση αυτών των δεξιοτήτων κάνει το μαθητή πιο συνεργάσιμο και δεκτικό στις εισηγήσεις/παροτρύνσεις μας. Επιπλέον, με την εφαρμογή τους από εμάς σε καθημερινή βάση, διδάσκουμε τους μαθητές μέσα από το παράδειγμά μας. ***Πολλές φορές μόνο αυτό, είναι από μόνο του αρκετό.***

Επικοινωνιακή δεξιότητα: Ενθάρρυνση

Στόχος:

Να δείξω ενδιαφέρον

Να ενθαρρύνω την έκφραση

Τρόπος:

Χρησιμοποιώ ουδέτερες λέξεις

Δε συμφωνώ / δε διαφωνώ

Δείχνω ενδιαφέρον μέσω του

χρωματισμού της φωνής

Παράδειγμα φράσεων:

«Πες μου λίγο περισσότερο για αυτό»

Επικοινωνιακή δεξιότητα: Διευκρίνιση

Στόχος:

Να γίνει η ιστορία πιο ξεκάθαρη

Να πάρουμε περισσότερες

πληροφορίες/εξηγήσεις

Να αναδειχθούν νέες

προοπτικές/ερμηνείες

Τρόπος:

Κάνοντας ερωτήσεις

Προσεκτική επαναδιατύπωση

Παράδειγμα:

«Πότε συνέβηκε αυτό;»

«Πόσο συχνά συμβαίνει;»

Επικοινωνιακή δεξιότητα:Επαναδιατύπωση

Στόχος:

Να δείξουμε ότι παρακολουθούμε και κατανοούμε

Να ελέγξουμε αν κατανοήσαμε σωστά

Τρόπος:

Προσεκτική επαναδιατύπωση

Παράδειγμα:

«Άρα θα ήθελες να σε εμπιστεύονται περισσότερο οι γονείς σου, σωστά;»

Επικοινωνιακή δεξιότητα: Αντανάκλαση

Στόχος:

Να δείξουμε ότι κατανοούμε τα

συναισθήματα του ομιλητή

Να βοηθήσουμε τον ομιλητή να

προσδιορίσει και να αξιολογήσει πώς αισθάνεται

Τρόπος:

Αντανακλαστική διατύπωση των συναισθημάτων

Παράδειγμα:

«Φαίνεσαι αναστατωμένος»

Επικοινωνιακή δεξιότητα: Περίληψη

Στόχος:

Να αξιολογήσουμε την πρόοδο της συνάντησης

Να τονίσουμε τα θετικά σημεία και ιδέες

Τρόπος:

Προσεκτική επαναδιατύπωση

Παράδειγμα:

«Άρα σε ενοχλεί όταν μιλά έτσι για σένα και θα ήθελες να σταματήσει, σωστά;»

Επικοινωνιακή δεξιότητα: Αναγνώριση /Επιβράβευση

Στόχος:

Να καταδείξουμε τα θετικά σημεία και την προσπάθεια των ομιλητών

Παράδειγμα:

«Είναι πολύ θετικό που θέλετε να επιλύσετε το πρόβλημα μεταξύ σας.»

Εξάσκηση στην Καλή Ακρόαση

Ομιλητής:

«Το σχολείο είναι βλακεία. Δεν καταλαβαίνω γιατί πρέπει να πηγαίνω κάθε μέρα!»

Απάντηση καλής ακρόασης:

«Δε σου αρέσει το σχολείο και θεωρείς άσκοπο να είσαι εκεί καθημερινά. Σωστά;»

Ομιλητής:

«Ναι! Σήμερα ο Κώστας μου έκανε μια φάρσα και όλοι γελούσαν μαζί μου.»

Απάντηση καλής ακρόασης:

«Ο Κώστας σου έκανε φάρσα και οι άλλοι γέλασαν.»

Δοκιμάστε εσείς τώρα:

Ομιλητής:

«Δεν είναι από τη δουλειά σου! Έχω αρκετά προβλήματα και δε χρειάζομαι εσένα να μου λες τι να κάνω!»

Απάντηση καλής ακρόασης:.....

Ομιλητής:

«Έπρεπε να κάνουμε όλη η ομάδα μαζί την εργασία, αλλά εσύ, όπως πάντα, ξεκίνησες μόνος σου, χωρίς να ρωτήσεις κανένα!»

Απάντηση καλής ακρόασης:.....


Ομιλητής:

«Όποια ιδέα και να έχω, ποτέ δεν είναι αρκετά καλή. Μου συμπεριφέρεσαι σαν να είμαι βλάκας και τίποτα δεν κάνω σωστά!»

Απάντηση καλής ακρόασης:.....

Πώς να αλλάξετε το κατηγορηματικό ύφος, το οποίο θα κάνει τον άλλο επιθετικό, αλλά να πείτε όσα θέλετε με θετικότερο τρόπο και να αυξήσετε την πιθανότητα συνεργασίας

Η μέθοδος τροποποίησης των κατηγορηματικών φράσεων «Εσύ φταις...!»

 Μπορούμε να κάνουμε τον μαθητή πιο συνεργάσιμο, εάν χρησιμοποιούμε

θετικές εκφράσεις στη διαπραγμάτευση μαζί του:

Οι φράσεις που αρχίζουν από το **πώς εμείς αισθανόμαστε, όταν** συμβαίνει μια συγκεκριμένη κατάσταση εξηγώντας το **γιατί**, είναι πολύ βοηθητικές.

Παράδειγμα:

«Όταν με διακόπτεις, χάνω τη συγκέντρωσή μου και δεν μπορώ να συνεχίσω το μάθημα.»

Αντί του επιθετικού:

«Εσύ είσαι αυτός που, μονίμως, διακόπτεις το μάθημα!! Ποτέ σου δεν ακούς!!!»

Χρησιμοποιώντας μη επιθετικές φράσεις, οι οποίες βασίζονται στα βιώματα του ομιλητή, μειώνεται η αντιπαράθεση, η ανάγκη ο άλλος να αμυνθεί και να εμμείνει στις θέσεις του.

Αντί του:

«Είσαι ο χειρότερος οδηγός! Θα μας σκοτώσεις!!»

Προτιμήστε το:

«Όταν οδηγείς τόσο γρήγορα, φοβάμαι ότι θα έχουμε ατύχημα.»

Η ζημιά των κατηγορηματικών /επιθετικών φράσεων. Ποιες είναι οι συνέπειες::

- Βάζουν τον συνομιλητή σε άμυνα
- Ενισχύουν την αντιπαράθεση
- Οδηγούν στην αλληλοκατηγορία και την εξύβριση: «Είσαι πάντα τόσο αργός!» «Ναι; Και εσύ είσαι βλάκας!» κοκ.
- Μειώνουν την αυτοπεποίθηση «Δεν μπορώ να βασιστώ πάνω σου! Νοιάζεσαι μόνο για σένα! Είσαι εγωίστρια!!»
- Δείχνουν έλλειψη σεβασμού «Συμπεριφέρεσαι σα μωρό!»

- Επιδιώκουν την υπακοή, μέσα από τον εκφοβισμό και την επιβολή:
«Αφού δεν καταλαβαίνεις αυτά που σου λέω και κάνεις τα δικά σου, ξέχασε οποιαδήποτε βοήθεια από εμένα!!» «Αν συνεχίσεις έτσι, έμεινες στάσιμος!»
- Δε βοηθούν ουσιαστικά στην κατανόηση του προβλήματος, διότι παρουσιάζεται μόνο μέσα από την προοπτική του ενός.
- Δεν επιτρέπουν στην επανόρθωση μέσα από την προσωπική ανάληψη ευθύνης και τη συμμετοχή στη λύση.

Αναγνώριση συναισθημάτων-Πώς να καταλαβαίνετε τι κρύβετε πίσω από τις αρνητικές ή μηδενιστικές φράσεις των μαθητών

Πολλές φορές, οι μαθητές κάνουν δηλώσεις που ακούγονται μηδενιστικές ή αρνητικές και ως εκ τούτου μπορεί να ερμηνευθούν ως αδιαφορία, τεμπελιά, αγνωμοσύνη κοκ. Πίσω όμως από αυτές, συνήθως κρύβονται αισθήματα απογοήτευσης, φόβου, μαθησιακής ανεπάρκειας, χαμηλής αυτοεικόνας, έλλειψης συναισθηματικής φροντίδας και προσοχής, έλλειψης αυτοπεποίθησης.

Υπολογίστε ποιο συναίσθημα κρύβεται πίσω από:

«Δεν το καταλαβαίνω! Παραιτούμαι!»

«Βαριέμαι!!!»

«Παράτα με!!»

«Τέλεια! Οκτώ μέρες μέχρι τα Χριστούγεννα!!»

«Κοίτα τι ζωγράφισα!!»

«Θα καλέσετε τους γονείς μου;»

«Ουφ! Δεν έχει τίποτα ενδιαφέρον!»

«Δε θα τα καταφέρω ποτέ όπως τους άλλους!»

«Με έχει στο μάτι! Ποτέ δε θυμώνει στους

άλλους, μόνο σε μένα!»

«Αγόρασα καινούργιο ποδήλατο!»

«Εντάξει, δεν έπρεπε να τον κτυπήσω.»

Πώς να καθοδηγήσετε τον μαθητή στη διεκδίκηση αιτημάτων με θετικό τρόπο-η μέθοδος:

- Έχεις δικαίωμα στην άποψή σου- ο άλλος μπορεί να συμφωνεί ή να διαφωνεί
- Δεν έχεις δικαίωμα να επιβληθείς με τη βία
- Να μιλήσεις με ειλικρίνεια
- Εξέτασε πιθανές λύσεις
- Λειτουργήσε συμβιβαστικά!
Ετοιμάσου να πεις τι θέλεις ψύχραιμα και τι είσαι έτοιμος να κάνεις
- Άκουσε προσεκτικά
- Σκέψου τις συνέπειες από τη μη λύση
- Να διαπραγματευτείς με δίκαιο τρόπο
- Να επιδιώξεις λύση που να έχει κέρδος και για τους δύο

Στοχοθέτηση και βοήθεια στην επιτυχία-όταν θέλετε να διδάξετε πρακτικά τον μαθητή μια δεξιότητα, πώς να διεκδικεί, πώς να μιλήσει σε κάποιον, πώς να μελετά κοκ

1. Ο Σχολικός Συνεργάτης εκτελεί το έργο, αναφέροντας δυνατά τις οδηγίες προς τον εαυτό του
2. Μετά εκτελεί το έργο σιωπηλά
3. Ο μαθητής εκτελεί το έργο, αναφέροντας δυνατά τις οδηγίες προς τον εαυτό του όπως έκανε ο Σχολικός Συνεργάτης
4. Εκτελεί το έργο, λέγοντας τις οδηγίες σιωπηλά

5. Γίνετε επανάληψη αρκετές φορές μέχρι την εκμάθηση.
6. Ακολουθεί η εφαρμογή, και
7. Μετά η επιβράβευση

Σενάρια για συζήτηση με το μαθητή ή με το τμήμα - Στόχος είναι ο μαθητής να μάθει να εντοπίζει τις δυσκολίες και να προτείνει υγιείς λύσεις στο πρόβλημα:

- Μαθητής προσέρχεται στην τάξη αργοπορημένα, κρατώντας ένα ποτήρι καφέ. Ο καθηγητής εκνευρίζεται και του ζητά να αποχωρήσει. Η συζήτηση εντείνεται, ενώ ο μαθητής αρνείται να φύγει, κάνοντας φασαρία.
- Μαθήτρια αποφασίζει να βάλει το τηλέφωνο στη φόρτιση, ενώ γίνεται το μάθημα. Στις υποδείξεις του καθηγητή, γίνεται εριστική και αντιδραστική.
- Δύο μαθητές τσακώνονται στην αυλή κατά το διάλειμμα. Ο πρώτος έμαθε ότι ο άλλος φλέρταρε το κορίτσι του. Κάποια στιγμή πιάνονται στα χέρια, αλλά πριν τα πράγματα πάρουν χειρότερη εξέλιξη, τους χωρίζουν.
- Μαθήτρια κοροϊδεύεται σε τακτική βάση από μια άλλη συμμαθήτριά της. Τα πειράγματα αφορούν στο διάβασμα, στον τρόπο που ντύνεται, στη συμμετοχή της στην τάξη, στο αγόρι της. Η μαθήτρια θύτης, θεωρεί το θύμα «σπασίκλα» και «συντηρητικούρα».
- Μαθητής κοροϊδεύει την καθηγήτρια συστηματικά. Την ειρωνεύεται μεγαλοφώνως και είναι ενοχλητικός. Θεωρεί ότι δίνει

σημασία μόνο στους «καλούς» μαθητές.

- ΒΔ υποδεικνύει σε δύο μαθητές και μια μαθήτρια να επιστρέψουν στο μάθημα, αφού βρίσκονται, χωρίς άδεια, στην αυλή. Αντί να συμμορφωθούν, ξεκινά έντονη συζήτηση, με εκτόξευση απειλών και από τις δύο πλευρές.
- Μαθητές τμήματος κλείνουν με αυτοκόλλητη ταινία την πόρτα της τάξης, με αποτέλεσμα να εκνευριστεί η καθηγήτρια και να τους καταγγείλει. Κανείς δε λέει ποιος το έκανε. Όλη η τάξη κινδυνεύει να τιμωρηθεί με απαγόρευση συμμετοχής στην εκδρομή του σχολείου.

Πως αντιμετωπίζει ο εκπαιδευτικός τις επιθετικές/συγκρουσιακές συμπεριφορές, όταν τελικά αυτές εκδηλωθούν

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

- Δεν μπορούμε να ελέγξουμε τη συμπεριφορά ενός ατόμου το οποίο ξεσπά με πρόκληση ή θυμό.
- Έχουμε, όμως, έλεγχο στο πώς εμείς ανταποκρινόμαστε και αντιδρούμε στην κατάσταση.

ΣΧΕΔΙΟ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

- Προετοιμάζουμε **Σχέδιο Διαχείρισης**, το οποίο **περιλαμβάνει συγκεκριμένα μέτρα (όπως το πιο κάτω)**.
 - Εμπιστευόμαστε το Σχέδιο Διαχείρισης και έχουμε προετοιμαστεί να το εφαρμόσουμε **ΠΙΣΤΑ**.
- Αναγκαία μέτρα:**

→ Η διαχείριση της δύσκολης συμπεριφοράς **δε γίνεται μπροστά από ακροατήριο**. Η ύπαρξη ακροατήριου είναι προγνωστικός παράγοντας κλιμάκωσης της σύγκρουσης. Απομακρύνετε, με την πρώτη ευκαιρία, τον μαθητή και μετά να τον διαχειριστείτε. Ή απομακρύνετε το ακροατήριο-κάντε ότι είναι πιο άμεσο και εύκολο.

→ **ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ**. Οι εκπαιδευτικοί είμαστε προγραμματισμένοι να χρησιμοποιούμε την παρατήρηση ως μέτρο πειθαρχίας. Σε κάποιες περιπτώσεις, η πρακτική αυτή είναι αποτελεσματική, σε άλλες, όμως, όχι. Οι μαθητές με προκλητική συμπεριφορά βρίσκονται σε διαρκή άμυνα/επίθεση και δε λειτουργεί η παρατήρηση. Αντίθετα, μετά την παρατήρησή μας στην τάξη ή στην αυλή, η προκλητική απάντηση /αντίδρασή τους, πιθανόν, να σας εξοργίσει ακόμα περισσότερο, με κίνδυνο να εξελιχθεί σε αντιπαράθεση και να χαθεί πολύτιμος χρόνος μαθήματος. Οι βλαβερές επιπτώσεις του έντονου θυμού/έντασης στον οργανισμό διατηρούνται για περισσότερο από 48 ώρες και περιλαμβάνουν σωματική και ψυχική καταπόνηση.

→ **Επομένως**, στα 45' μαθήματος **δεν** διακόπτουμε την παράδοση /δραστηριότητες/ σχέδιο μαθήματος **για κανένα λόγο**, εκτός εάν συμβαίνει κάτι επικίνδυνο.

→ Η διαχείριση των δύσκολων συμπεριφορών γίνεται λίγα λεπτά πριν αρχίσει το μάθημα και μετά που αυτό ολοκληρώνεται. **Ας εξετάσουμε με ποιους τρόπους:**

- **Πριν το μάθημα**, ο χρόνος είναι χρήσιμος για να πούμε κάτι θετικό στο μαθητή και να του υπενθυμίσουμε συμφωνία που κάναμε μαζί του για θέμα συμπεριφοράς.
- Αν είστε στην τάξη και διαπιστώσετε συμπεριφοράς που μπορεί να οδηγήσουν σε σύγκρουση, επιλέξτε να μην μπειτε σε αντιπαράθεση με το μαθητή. **ΣΥΝΕΧΙΣΤΕ ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ**-είναι η ασφαλέστερη οδός να επέλθει ηρεμία. Οι διακοπές του μαθήματος δεν ωφελούν κανένα.
- Αφού τελειώσει το μάθημα, καλέστε τον μαθητή κοντά σας και όταν φύγουν οι άλλοι μαθητές, **μιλήστε ήρεμα με τον εξής τρόπο:**

(Μιλήστε με γεγονότα): **“Μαρία, σήμερα στο μάθημα, μιλούσες πολλές φορές με τη διπλανή σου”** (κάντε μικρή παύση)

Η Μαρία απαντά. Εάν απολογηθεί/κατανοήσει το λάθος, ευχαριστήστε την και αφήστε την να φύγει. Την επόμενη φορά, εάν δεν παρουσιάσει πρόβλημα στη συμπεριφορά, επιβραβεύστε την.

Εάν είναι προκλητική, λχ λέει:

“Μα τι έκανα πάλι κυρία; Μόνο σε μένα κάνεις παρατήρηση!”, ΜΗΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΤΕ ΣΤΗΝ ΠΡΟΚΛΗΣΗ και μην μπείτε σε αντιπαραθετικό διάλογο.

Απαντήστε ήρεμα και σταθερά με τον εξής τρόπο:

«Αυτό που συμβαίνει στην τάξη με δυσκολεύει να κάνω το μάθημα και με στεναχωρεί, γιατί δε θέλω να κάνω συνεχώς παρατηρήσεις.» Κάντε μικρή παύση και κλείστε τη συζήτηση με το εξής:

“Αυτή η κατάσταση πρέπει να σταματήσει. Θέλω να σκεφτείς ποιες λύσεις θα μου προτείνεις για να λύσουμε το πρόβλημα. Θα σου δώσω μια-δυο μέρες να σκεφτείς, να σκεφτώ και εγώ και θα σε φωνάξω να κουβεντιάσουμε.»

Μετά από 1-2 μέρες (αν αργοπορήσετε θα χαθεί η αξία αυτής της επανορθωτικής παρέμβασης), καλέστε τη μαθήτριά μόνη της και ακολουθήστε τα εξής διαμεσολαβητικά βήματα επίλυσης προβλήματος/σύγκρουσης:

1. Εκπαιδευτικός-**«Μαρία σε ευχαριστώ που ήρθες»** (μικρή παύση)
2. Εκπαιδευτικός-**«Ο στόχος μας σήμερα είναι να λύσουμε το πρόβλημα που δημιουργήθηκε την προηγούμενη φορά»** (μικρή παύση)
3. Εκπαιδευτικός-**«Πες μου τι προτείνεις;»**

Αφήστε την να μιλήσει και βοηθήστε την να καταλήξει σε μια απαρίθμηση των εισηγήσεών της. Ακούστε με ψυχραιμία, ακόμη και σε αυτά που

μπορεί να είναι παράλογα. Μην αντικρούεται, μη σχολιάζετε. Κάνετε μικρή περίληψη.

4. Απαριθμήστε τις δικές σας εισηγήσεις.
5. Αξιολογήστε μαζί τα υπέρ και τα κατά.
6. Επιλέξτε την καλύτερη λύση.
7. Ρωτήστε τη μαθήτριά τι χρειάζεται από εσάς ή το σχολείο για να πετύχει αυτή η επιλογή λύσης.
8. Ευχαριστήστε την για την προσπάθεια που κατέβαλε.

Για το επόμενο διάστημα, όταν μπαίνει στην τάξη να τη χαιρετάτε με χαμόγελο, λέγοντας το όνομά της. Εάν εφαρμόζει τη λύση, να την επιβραβεύετε με θετικά σχόλια. Εάν παλινδρομήσει, επαναλάβετε τη διαδικασία. Εάν χειροτερέψει, ακολουθήστε τις διαδικασίες που προνοεί το σχολείο.

Κατά τη διάρκεια της διαχείρισης:

- Διατηρούμε ΨΥΧΡΑΙΜΗ στάση
- Είμαστε ενήμεροι για τα στάδια κλιμάκωσης της έντασης
- Θυμόμαστε ότι, αν δεν ενισχύσουμε αρνητικά την ένταση, η κατάσταση θα εξομαλυνθεί γρηγορότερα και με λιγότερες συνέπειες
- Έχουμε εμπιστοσύνη στον εαυτό μας και στο Σχέδιο Διαχείρισης μας

Διαχείριση Θυμού

Πως εξελίσσονται οι συγκρούσεις-Τα στάδια έντασης

- Το στάδιο της ηρεμίας
- Το στάδιο πυροδότησης
- Το στάδιο της κλιμάκωσης

- Το στάδιο της κρίσης/κορύφωσης
- Το στάδιο της επαναφοράς
- Το στάδιο της μετά-κρίσης



Αντίδραση του «Φεύγω, Παλεύω, Παγώνω»

- Όταν βλέπουμε ή σκεφτόμαστε κάτι που μας φοβίζει, το σώμα μας ετοιμάζεται για «μάχη», δηλαδή ετοιμάζεται να αντιμετωπίσει τον κίνδυνο.
- Κάποτε αυτό γίνεται, είτε με το να τρέξουμε μακριά, δηλαδή να αποφύγουμε, είτε με το να παγώσουμε και να μείνουμε μουδιασμένοι, ή με το να αμυνθούμε και να αντιμετωπίσουμε την κατάσταση.
- Όταν φοβόμαστε, το σώμα μας παράγει τις ουσίες αδρεναλίνη και κορτιζόλη. Αυτές οι ουσίες αυξάνουν τους κτύπους της καρδιάς έτσι που

το αίμα να κινηθεί ταχύτερα στο σώμα και στους μύες.

- Οι μύες χρειάζονται, παράλληλα, οξυγόνο για να γίνουν πιο δυνατοί, για αυτό αρχίζουμε να αναπνέουμε πιο γρήγορα.
- Αυτές οι σωματικές και οργανικές αλλαγές μας βοηθούν να είμαστε σε εγρήγορση και σε ετοιμότητα. **Από την άλλη όμως, αυξάνουν την επιθετικότητά μας, για να προστατευτούμε από ότι θεωρούμε ως κίνδυνο.**
- Τις στιγμές αυτές, το αίμα κυλά μακριά από τα όργανα που δεν χρειαζόμαστε (όπως π.χ. το στομάχι). Για αυτό και παρατηρούμε ότι, όταν είμαστε σε άγχος και αγωνία δεν πεινούμε, αλλά το στόμα μας στεγνώνει και δυσκολευόμαστε να καταπιούμε.
- Το σώμα μας, τώρα, δουλεύει σαν εργοστάσιο. Αρχίζει να γίνεται ζεστό. Για να ρίξει τη θερμοκρασία, αρχίζει να ιδρώνει, ενώ τα αγγεία βγαίνουν στην επιφάνεια του δέρματος, με αποτέλεσμα να γινόμαστε ολοκόκκινοι.
- Από το πολύ οξυγόνο, κάποιοι αισθάνονται να ζαλίζονται και να έχουν τάσεις λιποθυμίας. Κάποιοι άλλοι αισθάνονται τα πόδια τους κομμένα.
- Οι μύες είναι ακόμη τεντωμένοι και αυτό προκαλεί πιάσιμο και, πολλές φορές, *πονοκέφαλο*. Σε άλλες

περιπτώσεις, παρατηρούμε στομαχόπονο και σωματική εξάντληση. Κατά τη διάρκεια της έντασης, ο οργανισμός έχει καταπονηθεί. **Για να συνέλθουμε, μπορεί να χρειαστεί να παρέλθουν ακόμη και 48 ώρες.**

→ Ευτυχώς, δεν είμαστε στη ζούγκλα και δεν μας κυνηγούν άγρια θηρία. Το ανθρώπινο σώμα αντιδρά έτσι, γιατί, κάποτε, χρειαζόταν να λειτουργήσει ενστικτωδώς σε πιο άγριες συνθήκες για να επιβιώσει και έτσι έμαθε να λειτουργεί.

→ Όμως, ο άνθρωπος μπορεί, με σωστή προετοιμασία, να λειτουργήσει ορθολογιστικά και όχι στη βάση του ενστίκτου και της παρόρμησης. **Τα ένστικτα βοηθούν να επιβιώσουμε, αλλά μπορεί να είναι και επικίνδυνα, γιατί κλείνουν έξω τη φωνή της λογικής.**

Γρήγορες Τεχνικές Χαλάρωσης όταν έχουμε ένταση

(Μέρος του Προγράμματος «Σταμάτα και Σκέψου»)

Βαθιές Αναπνοές

Οι αργές, βαθιές αναπνοές, μπορούν να βοηθήσουν στη διατήρηση του ελέγχου σε καταστάσεις πρόκλησης θυμού. Η ιδέα είναι να αποφευχθεί η υπεροξυγόνωση ως αποτέλεσμα γρήγορης αναπνοής, ένα συνηθισμένο σημάδι θυμού. Οι παίκτες της καλαθόσφαιρας συχνά χρησιμοποιούν αυτή την τεχνική πριν επιχειρήσουν βολή. Η τεχνική περιλαμβάνει τα ακόλουθα βήματα:

1. Μια μακριά, αργή διαφραγματική εισπνοή μέσω της μύτης (φουσκώνοντας το στομάχι)
2. Αργή εκπνοή
3. Κατά τη διάρκεια της εκπνοής, να σκέφτεσαι τη λέξη «H-PE-MH-ΣΕ»
4. Συνέχισε να εκπνέεις αργά και επανέλαβε για ακόμη 4 φορές την ίδια διαδικασία.

Ανάποδο Μέτρημα

Η τεχνική μπορεί να γίνει αθόρυβα ή ψιθυρίζοντας. Σε κάποιες περιπτώσεις, βοηθά να στρέψει κάποιος το βλέμμα μακριά από την πηγή που του προκαλεί θυμό. Το άτομο πρέπει να ξεκινήσει να μετρά από το 100 και να προχωρεί ανάποδα ανά τρία (π.χ. 97, 94, 91, 88,...). Αυτή η ακολουθία απαιτεί το μυαλό να σκέφτεται περισσότερο, σε σύγκριση με ένα απλό ανάποδο μέτρημα.

ΟΙ ΥΠΕΝΘΥΜΙΣΕΙΣ ΒΟΗΘΟΥΝ

Πριν:

- Είναι εντάξει. Ξέρω ότι πλησιάζει. Μπορώ να το χειριστώ αν παραμείνω ήρεμος/η.
- Αυτό μπορεί να είναι δύσκολο, αλλά μπορώ να το χειριστώ.
- Απλά αντιμετώπισέ το.
- Πάρε μερικές βαθιές αναπνοές και μείνε ήρεμος/η.

Κατά τη διάρκεια:

- Ήρεμα. Μπορώ να το χειριστώ.
- Ηρέμησε ... Συνέχισε να ελέγχεις τον εαυτό σου.
- Πάρε βαθιές αναπνοές ... Μείνε ήρεμος/η.
- Προχώρα αργά.

Μετά (τον επιτυχημένο έλεγχο θυμού):

- Τα πήγα πολύ καλά!
- Είμαι περήφανος για τον εαυτό μου.

- Νιώθω να ελέγχω τον εαυτό μου.

Μετά (τον ανεπιτυχή έλεγχο θυμού):

- Είναι εντάξει. Είχα ένα πισωγύρισμα, αλλά μπορώ να το χειριστώ.
- Τι πρέπει να δουλέψω περισσότερο;
- Δεν είναι το τέλος του κόσμου. Τουλάχιστον, προσπαθώ.

Όταν η σκέψη μας, μας ξεγελά
«Τα στραβά που κάνει η σκέψη, ακόμα και εάν οι αποδείξεις λένε το αντίθετο»

Όλα ή Τίποτα: «Όλα πρέπει να πηγαίνουν καλά!»

Υπεργενίκευση: «Αν κάτι πάει λάθος, τότε όλα είναι λάθος!»

Νοητικό Φίλτρο: Κολλάει το μυαλό στη λεπτομέρεια που πήγε λάθος και ξεχνά όλα τα άλλα που πήγαν καλά!

Μειώνω τα θετικά παρά τις αποδείξεις:

«Ότι και να μου πεις, δεν πείθομαι! Η ημέρα ήταν χάλια!»

Διάβασμα της σκέψης: «Το ξέρω, δε με θέλει! Δεν ήρθε να μου μιλήσει!»

Διάβασμα του μέλλοντος: «Είμαι σίγουρη! Δε θα τα καταφέρω!»

Καταστροφολογία: «Θα τον συναντήσω και μόλις με δει, θα πει: Χάλια μαλλιά, χάλια πρόσωπο, χάλια σώμα, όλα χάλια!»

Μεγέθυνση ή Σμίκρυνση: «Εγώ δεν παίζω καθόλου καλό τένις! Ποτέ δε θα φτάσω τη Μαρία που πάντα κερδίζει!»

Συναισθηματική Λογική: «Νοιώθω χαζός! Και μάλλον πρέπει να είμαι!»

Πρέπει και Δεν Πρέπει: «Οι άντρες δεν πρέπει να αγχώνονται! Πρέπει να έχουν πάντα δύναμη!»

Κολλάω ταμπέλες: «Είμαι άχρηστος!»

Προσωποποίηση: «Εγώ! Ναι, εγώ φταίω για όλα!»

Αυθαίρετο συμπέρασμα: Θεωρώ κάτι αλήθεια και γεγονός, χωρίς αρκετές

πληροφορίες. «Σίγουρα αυτή προκάλεσε το πρόβλημα!»

Προτεινόμενες Εναλλακτικές Δραστηριότητες, προς τον εκπαιδευτικό, για την τάξη

Όλες οι δραστηριότητες μπορούν να χρησιμοποιηθούν, είτε προληπτικά για να αποτραπεί η μη επιθυμητή συμπεριφορά, είτε και για να βοηθήσουμε τον μαθητή όταν χρειάζεται αλλαγή δραστηριότητας. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι, οι δραστηριότητες μπορεί να βοηθήσουν όλα τα παιδιά της τάξης και όχι μόνο τους μαθητές με δυσκολίες.

1. Στην περίπτωση που ο εκπαιδευτικός θα χρειαστεί να φωτοτυπήσει φύλλο εργασίας για το μάθημα, να ενημερώσει το υπεύθυνο άτομο για τη φωτοτυπική ότι θα σταλεί ο μαθητής να το φωτοτυπήσει. Όταν ο εκπαιδευτικός χρειαστεί το φύλλο εργασίας, ή όταν νιώσει ότι ο μαθητής χρειάζεται αλλαγή δραστηριότητας, να ζητήσει από το μαθητή να φωτοτυπήσει το φυλλάδιο.
2. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από τον μαθητή να μοιράσει ένα φυλλάδιο ή να πάρει τα τετράδια κατά τη διάρκεια του μαθήματος.
3. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από τον μαθητή να δημιουργήσει μια παρουσίαση στο power-point σχετικά με το θέμα του μαθήματος. Η παρουσίαση μπορεί να παρουσιαστεί στο τέλος του μαθήματος, αλλά ακόμα και κατά τη διάρκεια του επαναληπτικού

- μαθήματος. Ο μαθητής μπορεί ο ίδιος να παρουσιάσει την εργασία στους συμμαθητές του, αν το επιθυμεί.
4. Σε περίπτωση που υπάρχει υλικό, σχετικό με το μάθημα, που χρειάζεται να τοποθετηθεί στην πινακίδα της τάξης, μπορεί να ζητηθεί από τον μαθητή να το τοποθετήσει στην πινακίδα, όταν αυτός χρειάζεται αλλαγή δραστηριότητας.
 5. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από τον μαθητή να διερευνήσει ένα θέμα που προέκυψε στο μάθημα, στο διαδίκτυο (εφόσον υπάρχει στην αίθουσα ηλεκτρονικός υπολογιστής).
 6. Ο μαθητής, εφόσον το επιθυμεί, μπορεί να μεταφέρει και να στήσει τυχόν εξοπλισμό που χρειάζεται ο εκπαιδευτικός για το μάθημα, με καθοδήγηση και στήριξη του καθηγητή.
 7. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από τον μαθητή να σχεδιάσει μian αφίσα σχετική με το μάθημα.
 8. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από τον μαθητή να σημειώσει ή να αντιγράψει κάτι στον πίνακα, κατά τη διάρκεια του μαθήματος (κύρια σημεία, σχεδιάγραμμα, πίνακα, κλπ.).
 9. Όταν το μάθημα το επιτρέπει, ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από μαθητές να δραματοποιήσουν το μάθημα και να υποδυθούν ρόλους, με στόχο την καλύτερη κατανόηση, αλλά και την ενεργή συμμετοχή των μαθητών. Η δραστηριότητα μπορεί να ωφελήσει όλους τους μαθητές.
 10. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να σταματήσει σε ένα επίμαχο σημείο του μαθήματος και να ζητήσει από τους μαθητές να μαντέψουν τη συνέχεια.
 11. Σε κάποιες περιπτώσεις που είναι χρήσιμο, μπορεί να προβληθεί ένα βίντεο σχετικό με το θέμα.
 12. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από όλους τους μαθητές να τεντωθούν για μερικά δευτερόλεπτα.
 13. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να ζητήσει από όλους τους μαθητές να μιλήσουν χαμηλόφωνα μεταξύ τους για δύο λεπτά.

Ενδεικτικές εργασίες διαθεματικής προσέγγισης για χρήση από το ΣΣ, σε συνεργασία με τους Διδάσκοντες

Α΄ Γυμνασίου:

1. Κατασκευή σχεδίας Οδυσσέα. Προτείνεται η συνεργασία των καθηγητών Αρχαιογνωσίας, Σχεδιασμού και Τεχνολογίας και Τέχνης.
2. Κατασκευή σπιτιού Χοιροκοιτίας, μακέτα οικισμού, εργαλείων κυνηγιού, οικιακών σκευών: Προτείνεται η συνεργασία των καθηγητών Ιστορίας, Σχεδιασμού και Τεχνολογίας, Τέχνης.
3. Είμαι ένα παιδί που ζω στον οικισμό της Χοιροκοιτίας. Γράφω πώς περνώ το χρόνο

μου, με τι ασχολούμαι, με τι ασχολούνται οι γονείς μου. Περιγράφω το σπίτι μου, τα ρούχα μου, το φαγητό μας. (Ιστορία, Νέα Ελληνικά, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές, Οικιακή Οικονομία).

4. Ζωγραφίζω μια παράσταση των ανθρώπων στη Χοιροκοιτία ή τα εργαλεία ή τα ρούχα των ανθρώπων. (Ιστορία, Τέχνη, Οικιακή Οικονομία).

5. Γράφω τραγούδι (ραπ) περιγράφοντας τη ζωή μου στη Χοιροκοιτία (Μουσική, Ιστορία, Νέα Ελληνικά, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές).

Όλες οι τάξεις:

1. Γράφω για τον Άγιο που έχω το όνομά του. Βρίσκω την εικόνα και τη ζωγραφίζω, την κολλώ σε ξύλο ή σε άλλο υλικό. (Θρησκευτικά, Νέα Ελληνικά, Τέχνη, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές, Σχεδιασμός και Τεχνολογία).

2. Βρίσκω το έμβλημα της ομάδα μου στο διαδίκτυο και τους ποδοσφαιριστές και φτιάχνω αφίσα της ομάδας μου. (Γυμναστική, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές, Τέχνη).

3. Φτιάχνω ημερολόγιο έτους, με φωτογραφίες παικτών της ομάδας μου. Εντοπίζω και σημειώνω σημαντικές ημερομηνίες π.χ. γενέθλιά μου, γενέθλια αγαπημένων μου προσώπων, γιορτή μου, γιορτές φίλων, Χριστούγεννα, Πρωτοχρονιά, εθνικές επέτειοι κλπ. (Μαθηματικά, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές, Θρησκευτικά, Ιστορία, Νέα Ελληνικά).

4. Να βρω φωτογραφίες, εικόνες για τη χλωρίδα και την πανίδα της Κύπρου. Να κάνω ημερολόγιο με φωτογραφίες

σχετικές, να γράψω λίγα λόγια για κάποιο φυτό ή ζώο που με εντυπωσίασε. Να κάνω κολλάζ με εικόνες. (Φυσιογνωστικά, Ηλεκτρονικοί Υπολογιστές, Μαθηματικά, Νέα Ελληνικά, Τέχνη)

Ενθαρρύνεστε να χρησιμοποιήσετε, μετά από συνεννόηση με Λειτουργό της ΟΑΠ, το υλικό των πιο κάτω πακέτων:

1. ΣΚΕΨΟΥ ΠΡΩΤΑ-Πρόγραμμα Διαχείρισης του Θυμού

2. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΑΓΧΟΥΣ