

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ERASMUS

Υλικό από το Επιμορφωτικό Σεμινάριο: «Συναισθηματική νοημοσύνη και δεξιότητες συμβουλευτικής για τον εκπαιδευτικό, το σχολικό και εκπαιδευτικό προσωπικό ενηλίκων» («Emotional intelligence and coaching skills for teacher, school and adult education staff»), το οποίο διοργάνωσε ο φορέας επιμόρφωσης ERASMUS LEARNING ACADEMY (ELA) και το παρακολούθησαν στην Ιταλία, τον Ιούλιο του 2022 οι καθηγήτριες Στέλλα Λυκογιαννάκη και Μαρία Μίλκα.

Συμβουλευτική σύντομης διάρκειας με επίκεντρο τη λύση

➤ Συμβουλευτική σύντομης διάρκειας επικεντρωμένη στη λύση

(Steve de Shazer, Kim Berg–1977)

Προσέγγιση προσανατολισμένη στην αλλαγή

- Εστιάστε στα δυνατά σημεία, τις δεξιότητες, και τις ικανότητες που έχει ήδη ο μαθητής
- Εστιάστε σε αυτό που κάνει ήδη ο μαθητής
- Βοηθήστε τον μαθητή να προσδιορίσει για τον εαυτό του ποιον στόχο θέλει να επιτύχει μέσω της αλλαγής

➤ 3 βήματα

1. Θαυματουργή ερώτηση
2. Επιτυχία στο παρελθόν
3. Αξιολογήστε την πρόοδο

1. Θαυματουργή ερώτηση

- Φανταστείτε ένα μέλλον όπου το πρόβλημα θα έχει λυθεί
- «Τι θα ήταν διαφορετικό στο μέλλον σου αν λυθεί το πρόβλημα;»
- Ενδυνάμωση-> αλλαγή προσέγγισης από την επίλυση προβλημάτων στην ανάπτυξη λύσης

2. Επιτυχία στο παρελθόν

- Ρωτήστε τον μαθητή τι δεν θέλει να αλλάξει
- Ενθάρρυνση -> υπογραμμίζει το σύνολο των δεξιοτήτων και ικανοτήτων του μαθητή

3. Αξιολογήστε την πρόοδο

- Ζητήστε από τον μαθητή να μετρήσει την πρόοδό του/της
- Προωθεί μία συζήτηση για τα βήματα που κάνει ο μαθητής προς τον στόχο-> εστίαση στη λύση, όχι στο πρόβλημα

➤ Ερωτήσεις Ελπίδας

«Τι σε φέρνει εδώ;» (εστίαση στο πρόβλημα)

«Ποιες είναι οι ελπίδες σας για να έρθετε εδώ;» (εστίαση στη λύση)

➤ Ερώτηση για το αύριο

«Φαντάσου ότι πετυχαίνεις τις καλύτερες ελπίδες σου μέσα σε μια νύχτα, τι θα έκανες αύριο;»

Μετακινήστε την εστίαση από το τώρα στο αύριο, ενθαρρύνετε τους μαθητές να αναπτύξουν τον τρόπο ζωής τους

➤ Ερώτηση ταυτότητας

«Τι χρειάστηκες για να το κάνεις αυτό;»

Καθήκοντα: Αναζητήστε σημάδια βελτίωσης και βήματα προς τον στόχο



➤ **Παρακολούθηση της προόδου**

- Επισημάνετε τις αλλαγές, γιατί μπορεί να είναι μέρος της λύσης

Ανάποδη προσέγγιση:

- Τι ήταν καλύτερο;
- Ποιες είναι οι ελπίδες σας για να έρθετε εδώ;
- (αν προέκυψαν προβλήματα στο μεταξύ) πώς αντιμετωπίσατε τα ζητήματα;

➤ **Εκμαιεύστε την περιγραφή**

- A. Ο μαθητής έχει την τάση να δίνει πληροφορίες για το τρέχον πρόβλημα
B. Έμφαση στην περιγραφή: πως θα είναι τα πράγματα όταν το πρόβλημα λυθεί
- A. Οι μαθητές επιστρέφουν για να περιγράψουν το πρόβλημα και τι δεν έκαναν
B. Εναλλακτικά επικεντρωθείτε σε αυτό που θα κάνουν, προοπτική για το μέλλον

➤ **Ερωτήσεις για να εκμαιεύσετε την περιγραφή**

- Πώς θα νιώσετε όταν λυθεί το πρόβλημα;
- Πώς θα σχετίζονται οι άλλοι μαζί σας όταν λυθεί το πρόβλημα;
- Τι θα κάνετε αντ' αυτού;
- Τι θα σας δουν οι άλλοι να κάνετε;

➤ **Εκμαιεύστε την περιγραφή**

- Ας το προσπαθήσουμε!
- Είμαι φρικτός στα μαθηματικά - Είμαι αποτυχημένος, δεν θα περάσω ποτέ την τελική εξέταση
- Τσακώθηκα ξανά με τον Γιάννη - Ο Γιάννης είναι τέτοιος και ηλίθιος, θα τσακώνομαι πάντα μαζί του

➤ **Ερωτήσεις για την εκμείωση της περιγραφής**

Πώς θα αλλάξει η σχέση σου με τους γονείς σου όταν θα βελτιώσεις τους βαθμούς σου στα μαθηματικά;

Πώς θα αισθανθείς όταν περάσεις το τελικό τεστ μαθηματικών;

Τι θα κάνεις για να βελτιώσεις τα αποτελέσματα των επόμενων εξετάσεων σου;

Τι διαφορετικό θα κάνεις την επόμενη φορά που ο Γιάννης θα σε προσβάλει; Πώς θα αλλάξει η σχέση σου με τους άλλους όταν αποκαταστήσεις τη σχέση σου με τον Γιάννη;

Πώς θα σε δουν οι άλλοι να αντιδράς την επόμενη φορά που θα σε προκαλέσει ο Γιάννης;

➤ **Στοιχείο αλληλεπίδρασης (η οπτική του άλλου ατόμου-ερωτήσεις)**

Αναφέρετε την αλλαγή που μπορεί να παρατηρήσουν οι στενοί άνθρωποι στον μαθητή που παρακολουθεί τη συμβουλευτική

Αποτελεσματική ειδικά στους νέους (έφηβους): σκέφτονται τον αντίκτυπο της αλλαγής τους στην οικογένεια και τους φίλους

-> βελτιώσεις στις σχέσεις τους

➤ **Επικοινωνιακή προσέγγιση**

- Εστίαση στη γλώσσα: νέος τρόπος να μιλήσετε για ένα πρόβλημα
- Μην αρνείστε τα συναισθήματα του μαθητή, αλλά μην κολλάτε στα αρνητικά
- Μην είστε μόνο θετικός, αλλά και επικοινωνιακός:
 - ο Αναγνωρίστε τον πόνο/πρόβλημα
 - ο Κάντε ένα βήμα παρά πέρα, κάντε ερωτήσεις σχετικά με την καλύτερη δυνατότητα

➤ **Προέγγιση προσανατολισμένη στην αλλαγή/λύση στην πράξη - Ποιες τεχνικές συμβουλευτικής αναγνωρίζετε;**

Ο Σύμβουλος περνάει από μια τάξη και βλέπει έναν μαθητή έξω, ο οποίος είχε αποβληθεί από την τάξη επειδή μιλούσε. Ο Σύμβουλος περνάει και ρωτά τον μαθητή αν θα ήθελε να επιστρέψει στην τάξη.

Ο Σύμβουλος: Όταν λοιπόν βγει ο δάσκαλος έξω, τι θα συμβεί όταν αρχίσει να σου μιλάει για την επιστροφή σου στην τάξη;

Μαθητής: Ότι θέλω να επιστρέψω.

Ο Σύμβουλος: Εντάξει. Τι άλλο;

Μαθητής: Δεν ξέρω.

Ο Σύμβουλος: Λοιπόν, πώς θα του μιλήσεις για την επιστροφή σου;

Μαθητής: Θα μιλήσω σοβαρά.

Ο Σύμβουλος: Πώς θα το καταλάβει αυτό;

Μαθητής: Θα του πω ότι δεν θα ξανακάνω φασαρία.

Ο Σύμβουλος: Και πώς θα φαίνεσαι όταν του το πεις αυτό;

Μαθητής: Τι εννοείτε;

Ο Σύμβουλος: Λοιπόν, ποια θα είναι η έκφραση στο πρόσωπό σου;

Μαθητής: Δεν θα χαμογελάσω.

Ο Σύμβουλος: Τι έκφραση θα έχεις;

Μαθητής: Θα είμαι σοβαρός και θα τον κοιτάξω στα μάτια.

Ο Σύμβουλος: Καλό μου ακούγεται. Καλή τύχη!

➤ Ένας καλός Σύμβουλος πρέπει να

- αναδειξει τις κρυμμένες δεξιότητες του μαθητή
- τονίσει τις δεξιότητες μπροστά στους μαθητές, ώστε να βρουν τρόπο να προχωρήσουν
- μην προχωρήσει πολύ βαθιά στα προσωπικά τους θέματα
- επικεντρώνεται στην επιτυχία των μαθητών παρά στις δυσκολίες τους

ΣΚΟΠΟΣ: ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ

➤ Συμβουλευτική στην τάξη

Δουλεύω πάνω σε ότι λειτουργεί

Ο Σύμβουλος παρατηρεί και σημειώνει τι λειτουργεί καλά και μετά το αναφέρει στην τάξη

- Αφού το κάνει σε αρκετές τάξεις, το προσωπικό συναντιέται και συζητά για **την πρόοδο και τις δυσκολίες**

- Οι καθηγητές μπορούν να συναντηθούν με τον Σύμβουλο μετά το μάθημα για να συζητήσουν

www.youtube.com/watch?v=zdOUyWTPUTc




➤ Συμβουλευτική προσωπικού

Βοηθά τους εκπαιδευτικούς να αναλογιστούν τα δυνατά τους σημεία

- Παρέχει θετική και επικοινωνιακή προσέγγιση

- Ενθαρρύνει τους εκπαιδευτικούς να βελτιώσουν τις μεθόδους τους και να επιτύχουν τους επαγγελματικούς τους στόχους
- Εμπνέει τους εκπαιδευτικούς να χρησιμοποιούν αυτές τις τεχνικές συμβουλευτικής με άλλα μέλη του προσωπικού

Decision-Making Tree

PROBLEM		
		
SOLUTION 1	SOLUTION 2	SOLUTION 3
		
POSITIVE CONSEQUENCES	POSITIVE CONSEQUENCES	POSITIVE CONSEQUENCES
NEGATIVE CONSEQUENCES	NEGATIVE CONSEQUENCES	NEGATIVE CONSEQUENCES
		
SOLUTION CHOSEN		

Building Resiliency: A Non-Thematic Small-Group Approach
© 2011 Mar-co Products, Inc. 1-800-448-2197

	I am aiming to....
	These people can help me..
	What I need to do is....
	I will know I am done when...
	This is about how long it will take me..

➤ Συμβουλευτική με παιχνίδι ρόλων

Σχηματίστε ζευγάρια

- Επιλέξτε ποιος θα είναι ο μαθητής και ποιος ο καθηγητής
- Αυτός που υποδύεται τον μαθητή μπορεί να επιλέξει να ταυτιστεί με ένα από τα παρακάτω σενάρια:

Σενάριο 1: Είσαι ένας ντροπαλός μαθητής και είσαι πολύ ταλαντούχος στην τέχνη. Υπάρχει ένας καλλιτεχνικός διαγωνισμός στο σχολείο στον οποίο ο καθηγητής σου θέλει να συμμετέχεις. Έχεις πολλές αμφιβολίες για τις ικανότητές σου και δεν πείθεσαι. Ο καθηγητής θα ανακαλύψει τις πεποιθήσεις σου και θα σε βοηθήσει να τις αλλάξεις προς το καλύτερο!

Σενάριο 2: Έχεις την ισχυρή πεποίθηση ότι δεν θα πετύχεις ποτέ στις τελικές εξετάσεις. Είχες κάποιες εμπειρίες στο παρελθόν στις οποίες απέτυχες και είσαι πλέον πεπεισμένος ότι δεν θα τα καταφέρεις. Ο καθηγητής σου θα σε βοηθήσει να πιστέψεις στις ικανότητές σου.

- Το άτομο που υποδύεται τον καθηγητή θα προσπαθήσει να κάνει ερωτήσεις στον μαθητή εστιασμένες στη λύση. Ας δούμε τι θα συμβεί!

Βιβλιογραφία

- Brief coaching with children and young people: a solution focused approach (2015 –H. Rather, C.Yusuf)
- Brief coaching: a solution-based approach (2012 -C. Iveson, E. George, H. Ratner)

"Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντανακλά τις απόψεις μόνον των δημιουργών, και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν φέρει ουδεμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτό."