



**Οι μαθητές επιστρέφουν
στα σχολεία.**

Σχεδιασμός της υποδοχής
των μαθητών στις τάξεις.



Αθανάσιος Γραμματικός - Φωτεινή Νταρακλίτσα – Μάνθος Πατρινόπουλος

29/5/2020



Τι θα συζητήσουμε

Που βρισκόμαστε

Οι ιδιαίτερες συνθήκες που έχουν προκύψει

Ο ρόλος μας ως εκπαιδευτικοί

Οι παιδαγωγικές προσεγγίσεις

Οι ψυχολογικές διαδικασίες

Εκπαιδευτικές πρακτικές

Προβληματισμοί

Στο σχολείο

Δημιουργούμε τις κατάλληλες συνθήκες υποδοχής των μαθητών.

Προγραμματίζουμε σε βάθος τουλάχιστον δύο βδομάδων.

Έχουμε την απαραίτητη ευελιξία ώστε να υποστηρίξουμε καλύτερα τους μαθητές μας.

Συνεργαζόμαστε ώστε να οργανώσουμε τους χώρους και το χρόνο παραμονής στις τάξεις και τα διαλείμματα.

Ακολουθούμε τις οδηγίες.

Λαμβάνουμε υπόψη μας την κόπωση των μαθητών αλλά και τη δική μας.

Προσπαθούμε να περιορίσουμε τις εναλλαγές εκπαιδευτικών στα τμήματα κατά τη διάρκεια της ημέρας.



Δεν ξεχνάμε ότι
θα πρέπει να:

καθορίσουμε τις ημέρες που θα έρχεται κάθε μαθητής στο σχολείο.

ενημερώσουμε τους γονείς.

την πρώτη ημέρα για κάθε μαθητή ... ενημερώσουμε για μέτρα προφύλαξης.

κρατάμε αποστάσεις στη τάξη και στο διάλειμμα.

εξασφαλίσουμε ότι εξοπλισμός δεν είναι πηγή μόλυνσης (πχ. στα πληκτρολόγια
βάζουμε μεμβράνη κουζίνας που την αλλάζουμε ..)

μην επιτρέπουμε την ανταλλαγή υλικών.

να ενημερώνουμε τους γονείς ώστε αν κάποιο μέλος της οικογένειας έχει υποψία
ασθένειας να κρατάνε τα παιδιά στο σπίτι.

να γινόμαστε κουραστικοί στο να θυμίζουμε τις οδηγίες.



```
graph TD; A[Συζητούμε και αποφασίζουμε τις πρακτικές και τις δράσεις μας, καθώς και τους τρόπους ανάπτυξης και εφαρμογής τους σχετικά με θέματα πρόληψης και διαχείρισης της κατάστασης, σύμφωνα με τις επίσημες κατευθύνσεις.] --> B[Ακολουθούμε μια ενιαία γραμμή πληροφόρησης και ενημέρωσης για θέματα που απασχολούν τους μαθητές (ύλη, παράταση σχολικού έτους κλπ.) που συμβάλλει στην αίσθηση ασφάλειας.]; B --> C[Απαντάμε στις ερωτήσεις όσες φορές και να τεθούν.];
```

Συζητούμε και αποφασίζουμε τις πρακτικές και τις δράσεις μας, καθώς και τους τρόπους ανάπτυξης και εφαρμογής τους σχετικά με θέματα πρόληψης και διαχείρισης της κατάστασης, σύμφωνα με τις επίσημες κατευθύνσεις.

Ακολουθούμε μια ενιαία γραμμή πληροφόρησης και ενημέρωσης για θέματα που απασχολούν τους μαθητές (ύλη, παράταση σχολικού έτους κλπ.) που συμβάλλει στην αίσθηση ασφάλειας.

Απαντάμε στις ερωτήσεις όσες φορές και να τεθούν.

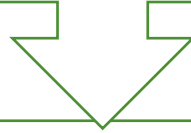
Ενθαρρύνουμε την ενεργή συμμετοχή των μαθητών/τριών στο πλαίσιο δράσεων σχετικά με τα μέτρα πρόληψης.

Διερευνούμε, αναγνωρίζουμε και κατανοούμε τις μαθησιακές και ψυχοκοινωνικές ανάγκες όλων των μαθητών/τριών, λαμβάνοντας υπόψη και τις ανάγκες των μαθητών που δεν έρχονται.

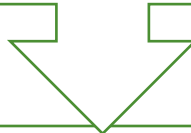
Συνεργαζόμαστε σε επίπεδο σχολείου για πιθανούς τρόπους στήριξης ευάλωτων ομάδων μαθητών.

Οριοθετούμε την παρουσία γονέων και άλλων ατόμων στο χώρο του σχολείου.

Αναγνωρίζουμε και κατανοούμε τις ανάγκες των μελών της ομάδας μας, των συναδέλφων μας και λειτουργούμε υποστηρικτικά ο ένας για τον άλλον



Παραμένουμε συνδεδεμένοι για την επανεκτίμηση αναγκών, το μοίρασμα και την αποτύπωση της νέας αυτής εμπειρίας και τον πιθανό επανασχεδιασμό δράσεων για το διάστημα της κρίσης.



Συζητούμε και μεριμνούμε για έναν ευέλικτο και προσαρμοσμένο στη νέα πραγματικότητα τρόπο που θα «κλείσει» η σχολική χρονιά, εμπλέκοντας το σύνολο της σχολικής κοινότητας

(π.χ. δημιουργία, παρουσίαση ή/και αποστολή σε όλους τους μαθητές αρχείου που μπορεί να περιλαμβάνει φωτογραφίες, βίντεο από γιορτές, στιγμές της καθημερινότητας στο σχολείο ή/και στιγμιότυπα από τα εξ αποστάσεως μαθήματα, αισιόδοξα μηνύματα, ευχές που μπορεί να έχουν συλλεχθεί από όλους τους μαθητές για το σκοπό αυτό).



Ως παιδαγωγοί: Λαμβάνουμε υπόψη μας ότι οι μαθητές βρίσκονται σε μια διαδικασία μετάβασης.

Παρατηρούμε και καταγράφουμε «καινούργιες» συμπεριφορές.

Ακούμε.

Ζητάμε βοήθεια.

Διασφαλίζουμε ότι θα υπάρχει επικοινωνία των εκπαιδευτικών που έχουν φέτος και του χρόνου κάθε τμήμα.



Ως παιδαγωγοί: Δεν έχουμε άγχος με την κάλυψη της ύλης.

Αναπροσαρμόζουμε τη στοχοθεσία μας. Εστιάζουμε στα σημαντικά.

Αναπροσαρμόζουμε τα παιδαγωγικά μας εργαλεία.

Λαμβάνουμε υπόψη μας τις οδηγίες για τη διαχείρισης της ύλης

[Συμπληρωματικές Οδηγίες για τη διδασκαλία των μαθημάτων 25-5-2020](#)

Ποια παιδιά είναι πιο ευάλωτα;

Τα παιδιά που:

- έχουν βιώσει προηγούμενο τραύμα ή απώλεια
- αντιμετωπίζουν ήδη κάποιο πρόβλημα ψυχικής υγείας
- δεν έχουν αρκετές εσωτερικές δυνάμεις αλλά και κατάλληλη υποστήριξη από το περιβάλλον τους
- που ανησυχούν για την ψυχική υγεία κάποιου δικού τους προσώπου
- βίωσαν πιο σημαντικές απώλειες στη συγκεκριμένη κρίση.

Πότε ανησυχούμε;

A. Η εκδήλωση περισσότερων από τα προαναφερθέντα συμπτώματα σε ένα παιδί για μεγάλο χρονικό διάστημα (πάνω από 6 μήνες-1 χρόνο). Γενικά, μετά την πάροδο 8 περίπου εβδομάδων το παιδί αναμένεται να έχει ξεπεράσει επαρκώς τις αρχικές έντονες αντιδράσεις και να είναι σε θέση να χειριστεί πιο αποτελεσματικά τις συνέπειες της κρίσης.

B. Η μεγάλη ένταση των συμπτωμάτων, η οποία παραμένει αμείωτη ή αυξάνεται με την πάροδο του χρόνου.

Γ. Οι σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις των συμπτωμάτων αυτών στην καθημερινή ζωή του παιδιού.

Οι ανάγκες των παιδιών σε καταστάσεις κρίσεων

- Ανάγκη για Γνωστική Κατανόηση.
- Ανάγκη για Έκφραση Συναισθημάτων
- Ανάγκη για Συναισθηματική Στήριξη



Αρχές στήριξης των παιδιών σε καταστάσεις κρίσεων

- Δίνουμε στα παιδιά την ευκαιρία να διηγηθούν την ιστορία τους.
 - Αφιερώνουμε χρόνο στα παιδιά και απαντάμε στις ερωτήσεις τους, εξηγώντας τι συνέβη, όσες φορές χρειαστεί.
 - Ενθαρρύνουμε τα παιδιά να αναγνωρίσουν και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους με το δικό τους τρόπο.
 - Αναγνωρίζουμε ότι τα συναισθήματά τους είναι φυσιολογικά και αναμενόμενα και μοιραζόμαστε και τις δικές μας εμπειρίες και συναισθήματα.
 - Αναθέτουμε στα παιδιά δραστηριότητες στο σπίτι και στο σχολείο.
- 

- 
- 
- Δίνουμε στα παιδιά τη δυνατότητα να θρηνήσουν ενδεχόμενες απώλειες που έχουν βιώσει και να συμμετέχουν σε εκδηλώσεις μνήμης, εφόσον το επιθυμούν
 - Βοηθούμε τα παιδιά να αξιοποιήσουν τις δυνατότητές τους και να συνειδητοποιήσουν με ποιους τρόπους αντεπεξήλθαν σε δύσκολες καταστάσεις στο παρελθόν
 - Διδάσκουμε στα παιδιά τρόπους να αντεπεξέρχονται στις νέες απαιτήσεις και τα καθοδηγούμε στην εφαρμογή τους
 - Ενθαρρύνουμε την ανάπτυξη και διατήρηση των σχέσεων των παιδιών με συνομηλίκους τους
 - Παροτρύνουμε τα παιδιά να συμμετέχουν σε εκδηλώσεις του σχολείου, στη γιορτή κάποιου φίλου τους, να πάνε στο θέατρο, στον κινηματογράφο κλπ., που σηματοδοτούν τη συνέχιση της ζωής

Τα όρια του ρόλου του εκπαιδευτικού :

Η παροχή βοήθειας και η στήριξη των παιδιών από τους διδάσκοντες σε περιπτώσεις κρίσεων αποτελεί δύσκολο έργο και χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή καθώς θα πρέπει:

- α) να είμαστε προσεκτικοί στους χειρισμούς με τα παιδιά
- β) να ελέγχουμε τη δική μας ψυχολογική επιβάρυνση .

Απαραίτητα :

- Η συνεχής επιμόρφωση και η εξειδικευμένη κατάρτιση
- Η συστηματική και η επαρκής προετοιμασία
- Η σαφής επίγνωση των ορίων του ρόλου μας
- Η επίγνωση των δυνατοτήτων και των αντοχών μας
- Η αναζήτηση βοήθειας από σχολικούς ψυχολόγους για να χειριστούν καταστάσεις προφυλάσσοντας τους εαυτού μας και τα και τα παιδιά.

- Οι διδάσκοντες ως θύματα της κρίσης

Το φαινόμενο της επαγγελματικής εξουθένωσης και ματαίωσης.

Χρειάζεται να ληφθεί σοβαρά υπόψη ότι πολύ συχνά οι εκπαιδευτικοί κατά την διάρκεια της κρίσης βρίσκονται στην πρώτη γραμμή, υπό την έννοια ότι ζουν από πολύ κοντά τις επιδράσεις που έχει η κρίση στα παιδιά και καλούνται περισσότερο από κάθε άλλον να προσφέρουν στήριξη.

Σε αυτές τις ιδιαίτερα πιεστικές συνθήκες είναι κοινό το φαινόμενο να **ξεχνούν** τόσο οι ίδιοι όσο και οι γονείς, οι μαθητές και τα υπόλοιπα μέλη της εκπαιδευτικής κοινότητας ότι ενδέχεται και **οι ίδιοι να είναι θύματα της κρίσης.**





Σε κάθε περίπτωση οι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να έχουν συνειδητά στο μυαλό τους ότι και οι ίδιοι βιώνουν έντονο στρες σε περίοδο κρίσης και είναι ευάλωτοι στο σύνδρομο της επαγγελματικής εξουθένωσης. Μερικά από τα βασικά συμπτώματα είναι τα εξής:

- Κατάθλιψη ευερεθιστότητα , ανησυχία , υπερδιέγερση, υπερβολικός θυμός.
 - Φυσική εξάντληση, απώλεια της ενεργητικότητας, γαστρεντερολογικές διαταραχές, διαταραχές της όρεξης και του ύπνου, τρέμουλο, υποχονδρία.
 - Υπερδραστηριότητα, υπερβολική κόπωση, αδυναμία προφορικής η γραπτής έκφρασης.
 - Αργοί ρυθμοί στη σκέψη, αδυναμία λήψης αποφάσεων, απώλεια της αντικειμενικότητας στην αξιολόγηση, της λειτουργικότητας και εξωτερική σύγχυση.
- 
- 
- 



Για την **πρόληψη** και αντιμετώπιση της επαγγελματικής εξουθένωσης αλλά και του καθημερινού στρες θα ήταν βοηθητικό για τους εκπαιδευτικούς:

- Να έχουν την δυνατότητα να περνούν κάποιο χρόνο στο σύλλογο διδασκόντων η με ομάδα συναδέλφων να μοιράζονται τις σκέψεις και τα συναισθήματα τους για την δύσκολη αυτή περίοδο.
 - Αν παρόλα αυτά συνεχίζουν να υπάρχουν σημαντικές δυσκολίες τότε θα πρέπει να απομακρυνθούμε από την εστία της κρίσης και αν αυτό είναι δυνατό ίσως να ζητήσουμε και οι ίδιοι βοήθεια.
 - Μια κρίση είναι μια δύσκολη περίοδος και πρέπει να θυμόμαστε ότι θα είμαστε πιο βοηθητικοί αν σεβαστούμε μαζί με τις ανάγκες των μαθητών άλλα και **τις δικές μας ανάγκες** γιατί τότε μόνο θα παρέχουμε ουσιαστική στήριξη.
- 
- 

Η μετάβαση από τον περιορισμό στο σπίτι στη συνύπαρξη στο σχολικό χώρο

Ο όρος «μετάβαση» εμπεριέχει την έννοια της αλλαγής από μία οικεία κατάσταση σε μία άγνωστη. Η αλλαγή αυτή μπορεί να αποτελέσει μία αφετηρία για ανάπτυξη, ωστόσο είναι πιθανό να προκαλέσει σημαντικές δυσκολίες στο άτομο που πραγματοποιεί τη μετάβαση (Μπρούζος & Κοσσυβάκη, 2011).

Οι μεταβάσεις που πραγματοποιούν οι μαθητές στην εκπαίδευση έχουν χαρακτηριστεί ως σημεία-καμπές, γεγονός που παραπέμπει στην σημαντική επίδραση που έχουν στην προσωπικότητα και στη σχολική πορεία τους.

Το μεγάλο διάστημα παραμονής στο σπίτι για τα παιδιά έχει επιφέρει σημαντικές αλλαγές σε πολλαπλά επίπεδα της μαθησιακής και ψυχοκοινωνικής τους ανάπτυξης,



Είναι πιθανό να παρουσιαστούν συμπεριφορές όπως:

αποδιοργάνωση,	απόσυρση,	ένταση,	δυσκολία στη συγκέντρωση,	αύξηση των συγκρούσεων	σωματικές ενοχλήσεις	προκλητική ή συμπεριφορά	έντονη ανησυχία,	στρες,	θυμό.
----------------	-----------	---------	---------------------------	------------------------	----------------------	--------------------------	------------------	--------	-------



Οι πιθανές αυτές αντιδράσεις θεωρούνται φυσιολογικές και αναμενόμενες στην πρωτόγνωρη συνθήκη που διανύουμε



Ο ρόλος του/της εκπαιδευτικού ως «σημαντικού» άλλου για τα παιδιά.

Στην παρούσα μετάβαση πρέπει να λειτουργήσει υποστηρικτικά



τόσο μέσα από τη σχέση του/της
με τους μαθητές του/της όσο και

ως πρότυπο διαχείρισης
δύσκολων καταστάσεων και
παροχής στήριξης στους άλλους.

Ψυχοεκπαιδευτικές ομάδες στο σχολικό πλαίσιο

Αποσκοπούν στην ενδυνάμωση των μαθητών μέσα από την παροχή πληροφοριών και την διαμόρφωση υποστηρικτικών κοινωνικών δικτύων,

Απώτερος στόχος είναι η ομαλή μετάβαση από την κατάσταση εγκλεισμού στο σπίτι και τον περιορισμό, στην κατάσταση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης στο σχολικό χώρο και τη συναναστροφή με συνομήλικους και ενηλίκους με **διαφορετικούς από τους γνωστούς όρους.**

Θεωρητικό υπόβαθρο

«Θέματα αξιοποίησης της ομάδας» Μείζον Πρόγραμμα Επιμόρφωσης
http://www.epimorfosi.edu.gr/images/stories/ebook-epimorfotes/sxeseis/sxeseis_sxolikh_taxh.pdf

«Χρήσιμες επισημάνσεις για την επιστροφή στο σχολείο μετά από το διάστημα παραμονής στο σπίτι στην περίοδο της Πανδημίας» του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ
http://www.centerschoolpsych.psych.uoa.gr/images/Epistrofi_sto_Sxoleio_Covid19.pdf

Διατύπωση του σκοπού της ομάδας

Η παροχή πληροφοριών και υποστήριξης στους μαθητές, προκειμένου να προετοιμαστούν για τη μετάβασή τους από τον περιορισμό, στην κοινωνική ζωή του σχολείου, υιοθετώντας πρακτικές προσασίας



Οι στόχοι της ομάδας (τι αναμένεται κάθε μέλος να μάθει, να κατανοήσει να κατακτήσει ως αποτέλεσμα της συμμετοχής στην ομάδα.) Π.χ.

Η ευκαιρία να μοιραστούν προσωπικές εμπειρίες, σχετικές με το σκοπό της ομάδας.

- Το μοίρασμα προσωπικής εμπειρίας συνδέει τα μέλη μεταξύ τους και με την ομάδα με σημαντικό τρόπο για τα ίδια, και εγγυάται την πορεία ανάπτυξης της ομάδας ^[SEP] προς κατευθύνσεις που έχουν νόημα για τους μαθητές.

Η έμφαση στο θετικό

- Στοχεύουμε οι ενέργειες με τους μαθητές μας στην ομάδα να έχουν έμφαση στο θετικό και χρήσιμο μιας εμπειρίας, συναλλαγής ή απόδοσης σε ένα έργο.

Η ενσωμάτωση της αλλαγής

- Η εφαρμογή των ψυχοεκπαιδευτικών ομάδων επιχειρεί να εντάξει τις αλλαγές στη σχολική ζωή των μαθητών, τους νέους κανόνες, τους περιορισμούς, ενσωματώνοντας την εμπειρία και τις ιδέες των ίδιων των παιδιών

Η δομή των συναντήσεων

Κάθε συνάντηση μιας ψυχοεκπαιδευτικής ομάδας συνήθως αποτελείται από τέσσερα μέρη:

το άνοιγμα,

το στάδιο εργασίας,

το στάδιο επεξεργασίας και

το κλείσιμο

Ενδεικτικό υλικό

- Έντυπα δραστηριοτήτων

http://www.centerschoolpsych.psych.uoa.gr/images/Epistrofi_sto_Sxoleio_Covid19.pdf (Εργαστήρι Σχολικής Ψυχολογίας ΕΚΠΑ)

Οι ΙΣΤΟΡΙΕΣ μας ξανά στην τάξη!

«Η δική μου ιστορία αντοχής και δύναμης»

Σκεπτόμαστε - Θυμόμαστε - Επανασυνδεόμαστε

Σκεπτόμαστε

Οι άνθρωποι έχουμε την ικανότητα να τα καταφέρνουμε στα δύσκολα και αυτό προκύπτει:

- από μικρές καθημερινές στιγμές που νιώσαμε ότι χαρήκαμε και τις απολαύσαμε,
- από τις στιγμές που νιώθουμε ότι ανταποκρινόμαστε ή ότι ανταποκριθήκαμε στις δυσκολίες αξιοποιώντας στοιχεία του εαυτού μας και τη βοήθεια άλλων ανθρώπων.



Στη συνέχεια προσπάθησε να εντοπίσεις μέσα από όλη την εμπειρία που έζησες αυτό το διάστημα τα δικά σου δυνατά στοιχεία δημιουργώντας το δικό σου προσωπικό «οδηγό» αντοχής και δύναμης στα δύσκολα.

Θυμήσου ότι η ζωή μας έχει όμορφες και δύσκολες στιγμές και ο άνθρωπος έχει ή βρίσκει τη δύναμη να απολαμβάνει τα όμορφα και να προσαρμόζεται στα δύσκολα.

Θυμόμαστε

Το διάστημα που μέναμε σπίτι:

Οι στιγμές που ένιωσα όμορφα ή που απόλαυσα περισσότερο ήταν

Αυτό που με δυσκόλεψε περισσότερο την περίοδο που μέναμε σπίτι ήταν

Όταν αισθανόμουν

Προσπαθούσα να

Με βοηθούσε ο/η

Με βοηθούσε να σκέφτομαι ότι

Έμαθα για τον εαυτό μου ότι

Επανασυνδεόμαστε στην τάξη

Το διάστημα αυτό:

Μου αρέσει/απολαμβάνω

Αυτό που με δυσκολεύει/ανησυχεί περισσότερο αυτήν την περίοδο είναι

Όταν αισθάνομαι

Προσπαθώ/θα προσπαθώ να

Στις δυσκολίες της ζωής μου:

Τα δυνατά στοιχεία του εαυτού μου που με βοηθούν

Με βοηθά να σκέφτομαι ότι

Αναζητώ βοήθεια από (άτομα)

Προτείνω στους συμμαθητές και συμμαθήτριές μου για τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν να

Οι στόχοι μου για το επόμενο διάστημα είναι

Για τις μέρες που θα ακολουθήσουν μέχρι το τέλος της σχολικής χρονιάς, είναι σημαντικό στην τάξη μου να

ΟΙ ΙΣΤΟΡΙΕΣ μας ξανά στην τάξη!

«Η δική μας ιστορία αντοχής, δύναμης, αισιοδοξίας»

Σκεπτόμαστε - Θυμόμαστε - Επανασυνδεόμαστε

- ✿ Φέτος ήταν μια ιδιαίτερη σχολική χρονιά για όλους μας.
- ✿ Όμως, ο καθένας μας και η καθεμιά μας είμαστε μοναδικοί και ζήσαμε όλη αυτήν την εμπειρία με μοναδικό τρόπο. Μοναδικά είναι και τα όνειρα και οι σκέψεις μας για το μέλλον.
- ✿ Ας θυμηθούμε τι θέλουμε να κρατήσουμε από αυτήν τη χρονιά που θα μας κάνει πιο δυνατούς/ές και ας ονειρευτούμε το μέλλον μας.

Καλό καλοκαίρι!

Στην τάξη μας καταφέραμε



Μου άρεσε



Τα όνειρά μου, οι στόχοι μου για το μέλλον είναι



Από αυτή τη σχολική χρονιά μου δίνει δύναμη να θυμάμαι



- Οι ψυχοεκπαιδευτικές ομάδες μέσα από την εκπαίδευση, πληροφόρηση και υποστήριξη που παρέχουν στους μαθητές, συνιστούν ένα αποτελεσματικό πλαίσιο για την κοινωνική και προσωπική υποστήριξη των μαθητών μεταβαίνουν σε μια καινούργια σχολική πραγματικότητα.

Μας διευκολύνουν

Η κατάλληλη χωροταξική διάταξη

Η προετοιμασία και χρήση των εντύπων για την καθοδήγηση της διαδικασίας.

Η συζήτηση

Η παρουσίαση εργασιών που έκαναν οι μαθητές την περίοδο που τα σχολεία ήταν κλειστά

Η αίσθηση της συνέχειας

Η δημιουργία φακέλων με περιεχόμενο για αυτούς που λείπουν

Όταν συνεργαζόμαστε τα
προβλήματα λύνονται πιο
εύκολα.

