



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση"**
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Επιμόρφωση: "Πώς μιλάμε στους γονείς αποτελεσματικά για
τις εκπαιδευτικές ανάγκες και την πρόοδο των παιδιών
τους;".

- Συνεργατική επιμόρφωση.

Υλικό που αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του έργου:

"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των εκπαιδευτικών της
πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης"



Στόχος της Επιμόρφωσης

- Με την ολοκλήρωση της επιμόρφωσης οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να κατανοούν τις στάσεις που μπορεί να έχουν οι γονείς των μαθητών όταν τους προσεγγίζουν για μια συνάντηση και να γνωρίζουν πώς να επιλέγουν τη μορφή της συζήτησης – συνάντησης ανάλογα με αυτές τις στάσεις.
- Θα γνωρίζουν πώς να σχεδιάζουν και να διευθύνουν μια συνάντηση προκειμένου να επιτύχουν αποτελεσματικότερα τους στόχους τους
- Θα γνωρίζουν πώς να κάνουν μια εποικοδομητική συζήτηση και να χτίσουν ένα κλίμα συνεργασίας με τους γονείς.

Συμμετέχοντες στην Επιμόρφωση

- Εκπαιδευτικοί πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί.

Σύντομη περιγραφή της Επιμόρφωσης

Κατά τη διάρκεια της επιμόρφωσης, οι συμμετέχοντες θα μάθουν πώς να προετοιμάζονται για μια συνάντηση με έναν γονέα και τι πρέπει να έχουν κατά νου κατά τη διεξαγωγή μιας συνάντησης. Οι εκπαιδευτικοί θα εξετάσουν επίσης τα συναισθήματά τους και τις συμπεριφορές που μπορεί να επιδεικνύουν κατά τη διάρκεια των συναντήσεων. Αντικείμενο της κατάρτισης θα είναι επίσης η εξέταση της οπτικής γωνίας των Γονέων, καθώς και των αναγκών και των σχετικών συμπεριφορών που μπορεί να παρουσιάσουν κατά τη διάρκεια των συναντήσεων καθώς και αποτελεσματικών στρατηγικών για την αντιμετώπισή τους. Θα υπάρχει επίσης μια ενότητα που θα επικεντρώνεται στην πρακτική της εποικοδομητικής επικοινωνίας μέσω της ενεργητικής ακρόασης, της παραφραστικής απόδοσης, του προβληματισμού, της χρήσης του "εγώ" κ.λπ.

Πρόγραμμα Επιμόρφωσης

- Τα συναισθήματα και οι σκέψεις μας που σχετίζονται με δύσκολες συζητήσεις με τους Γονείς. Πώς επηρεάζουν την στάση και τη συμπεριφορά μας; - Σύντομη άσκηση
- Πώς πρέπει να προετοιμαστείτε για μια συνάντηση με έναν γονέα;
- Τι αξίζει να έχετε κατά νου κατά τη διάρκεια της συνάντησης;
- Πώς να συνεργαστείτε αποτελεσματικά με τους γονείς; Δύσκολες συμπεριφορές γονέων - πιθανές αιτίες. - Άσκηση
- Στρατηγικές για την αντιμετώπιση των δύσκολων συμπεριφορών των γονέων
- Εσωτερικός διάλογος, παραφραστική απόδοση, αναστοχασμός, ενεργητική ακρόαση, σύνοψη - αποτελεσματικά εργαλεία στη συζήτηση και τα λάθη επικοινωνίας - άσκηση

Γνώσεις που αποκτούν οι εκπαιδευόμενοι

- πώς να σχεδιάζουν και να διεξάγουν συναντήσεις σε πνεύμα συνεργασίας με τους γονείς
- τι είναι η αποτελεσματική επικοινωνία,
- Εσωτερικός διάλογος και άλλες επικοδομητικές τεχνικές συνομιλίας, όπως: παραφραστική απόδοση, αναστοχασμός, ενεργητική ακρόαση
- Χρήσιμες στρατηγικές για την αντιμετώπιση των γονέων
- Ποιες μπορεί να είναι οι αιτίες της δύσκολης στάσης των γονέων απέναντι στους εκπαιδευτικούς

Δεξιότητες που θα αποκτήσουν οι εκπαιδευόμενοι

- Προγραμματισμός συναντήσεων με τους γονείς
- Διεξαγωγή συναντήσεων σε πνεύμα κατανόησης
- Χρήση επικοινωνιακών τεχνικών επικοινωνίας - ενεργητική ακρόαση, παραφραστική απόδοση, αναστοχασμός, χρήση του "εγώ".
- Προσαρμογή της πορείας της συνάντησης και των μηνυμάτων στις στάσεις των γονέων

Μέθοδοι Επιμόρφωσης

- μίνι διάλεξη
- καταιγισμός ιδεών
- ομαδικές και ατομικές πρακτικές ασκήσεις

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗ

- Σε όλη τη διάρκεια της επιμόρφωσης, προσπαθήστε να χρησιμοποιήσετε όσο το δυνατόν περισσότερα παραδείγματα από την πραγματική ζωή, ζητήστε από τους συμμετέχοντες να δώσουν και δικά τους τέτοια παραδείγματα.
- Ενθαρρύνετε τη συζήτηση ρωτώντας, για παράδειγμα, τι πιστεύει η υπόλοιπη ομάδα; Έχει κανείς διαφορετική άποψη;
- Δώστε έμφαση στις δηλώσεις των συμμετεχόντων σε εκείνες που οδηγούν σε μια σχέση συνεργασίας και δεν διχάζουν τους συνομιλητές.
- Οδηγίες για την άσκηση 1 - ο καθένας απαντά μόνος του στις ερωτήσεις σε ένα κομμάτι χαρτί και στη συνέχεια όσοι επιθυμούν να το κάνουν μοιράζονται τα συμπεράσματα και τις παρατηρήσεις τους με όλους. Ο συντονιστής γράφει στον πίνακα σε 3 στήλες τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τη συμπεριφορά. Κοινή συζήτηση και εξαγωγή συμπερασμάτων.
- Οδηγίες για την άσκηση 2 - χωρίστε τους συμμετέχοντες σε 3 ομάδες ανάλογα με το ποιανού το συμφέρον θα εκπροσωπήσετε στη συνάντηση με τον γονέα του μαθητή, π.χ. του σχολείου, της τάξης ή του μαθητή. Συζητήστε στις ομάδες πώς θα μπορούσατε να συμπεριφερθείτε, ποια επιχειρήματα να χρησιμοποιήσετε κ.λπ. Στη συνέχεια μοιραστείτε τις παρατηρήσεις και τα συμπεράσματά σας στην ομάδα - κάθε ομάδα παρουσιάζει τα δικά της ξεχωριστά. Απαντήστε , όλοι μαζί στις ερωτήσεις: Ποιες ομοιότητες και διαφορές βλέπετε; Πώς μπορούν τα ενδιαφέροντά σας να επηρεάσουν τον τρόπο με τον οποίο σας αντιλαμβάνεται ο γονέας και ταυτόχρονα τη στάση του/της απέναντί σας; Τι διδάγματα μπορείτε να αντλήσετε από αυτό για τη στάση σας στις συναντήσεις με τους γονείς;

- Οδηγίες για την άσκηση 3 - Σχεδιάστε στον πίνακα ένα "παγόβουνο" που προεξέχει από το νερό (εικόνα στη διαφάνεια της άσκησης). Πάνω από την επιφάνεια του νερού υπάρχει ένα μικρότερο τμήμα του και κάτω από το νερό ένα πολύ μεγαλύτερο τμήμα του. Στην κορυφή γράφουμε "δύσκολη συμπεριφορά των γονέων" και μαζί με τους συμμετέχοντες κάνουμε καταιγισμό ιδεών για συγκεκριμένες συμπεριφορές των Γονέων που θεωρούμε "δύσκολες" π.χ. φωνές, κατηγορίες των εκπαιδευτικών για την κατάσταση κ.λπ. Κάτω από τη γραμμή του νερού γράφουμε τους "λόγους για τη συμπεριφορά του Γονέα", π.χ. προηγούμενη εμπειρία με άλλους εκπαιδευτικούς, δική του εμπειρία ως μαθητή, κατάσταση της ημέρας, σωματική ή ψυχική ασθένεια, προσωπικά προβλήματα, συναισθήματα, ικανοποίηση βασικών αναγκών, άγχος, ιδιοσυγκρασία/χαρακτηριστικά προσωπικότητας, ηλικία, εκπαίδευση, επάγγελμα, αίσθηση αξίας, σχέση με το παιδί κ.λπ. Προσπαθήστε να καταγράψετε όσο το δυνατόν περισσότερα παραδείγματα από τους συμμετέχοντες. Συνοψίστε συλλέγοντας συμπεράσματα και ιδέες από τους συμμετέχοντες. Πώς μπορεί αυτή η διεύρυνση της οπτικής γωνίας να επηρεάσει τη στάση μας απέναντι στη συνάντηση;

- Οδηγίες για την άσκηση 4 - Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε ζεύγη. Ένα άτομο αναλαμβάνει το ρόλο του Γονέα - μπορεί να βασιστεί στο δικό του/της παράδειγμα ή σε ένα από τα δύο που δίνονται στη διαφάνεια. Το άλλο άτομο αναλαμβάνει τον ρόλο του Δασκάλου - ακούει ενεργά τον συνομιλητή του, προσπαθώντας να χρησιμοποιήσει τεχνικές ενεργητικής ακρόασης. Μετά από λίγα λεπτά, τα άτομα ανταλλάσσουν ρόλους. Στο τέλος, οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις εντυπώσεις και τα συμπεράσματά τους. Κοινή συζήτηση και απαντήσεις στα ερωτήματα: Σε ποιο βαθμό είναι δυνατόν να χρησιμοποιήσουν αυτές τις τεχνικές στη συζήτηση με τους γονείς; Τι διαφορετικό μπορεί να φέρει η χρήση αυτών των τεχνικών στις συζητήσεις με τους γονείς; Πώς μπορεί η χρήση αυτών των τεχνικών να επηρεάσει την δημιουργία της συνεργασίας με τους γονείς;



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



Επιμόρφωση: "Πώς να μιλάμε αποτελεσματικά στους γονείς
για τις εκπαιδευτικές ανάγκες και την πρόοδο των παιδιών
τους;".

- Συνεργατική επιμόρφωση.

Υλικό που αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του έργου:

"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης"





*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Οι συζητήσεις με τους γονείς αποτελούν ένα από τα βασικά εργαλεία του εκπαιδευτικού έργου ενός εκπαιδευτικού. Συχνά δεν είναι και οι πιο εύκολες, καθώς αγγίζουν δύσκολα θέματα. Συχνά συνοδεύονται από άγχος, αυξημένη ένταση και άλλα δυσάρεστα συναισθήματα τόσο από την πλευρά του εκπαιδευτικού όσο και από την πλευρά του γονέα.

Ως εκ τούτου, είναι σκόπιμο να προετοιμαστούμε γι' αυτές με τέτοιο τρόπο ώστε να μειώσουμε το άγχος και να αυξήσουμε την αυτοπεποίθηση και την αποτελεσματικότητά μας.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Η στάση μου/απόψεις μου για τη συνάντηση - **άσκηση 1**

Φανταστείτε ότι πρόκειται να συζητήσετε με έναν γονέα σχετικά, για παράδειγμα, για τη δύσκολη συμπεριφορά ενός μαθητή σας.

- 1) Ποια συναισθήματα σας δημιουργούνται στη σκέψη αυτής της συνάντησης;
- 2) Τι σκέψεις έχετε στο μυαλό σας;
- 3) Πώς θα μπορούσαν να επηρεάσουν τη στάση, τη συμπεριφορά σας;





*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Και οι δύο πλευρές της συζήτησης φέρνουν "κάτι" σε αυτήν - συναισθήματα, στάση, συμπεριφορά κ.λπ.

Ο καθένας μας επηρεάζεται μόνο από τα συναισθήματα και τη στάση του. Είναι πολύ σημαντικό να έχουμε επίγνωση των συναισθημάτων που μας προκαλεί ένας γονέας ή μια κατάσταση και να αναζητούμε στρατηγικές για να τα αντιμετωπίσουμε.

Γιατί ο απώτερος στόχος είναι να βοηθήσουμε το παιδί - όχι να αναζητήσουμε ποιος είναι υπεύθυνος ή να τον κατηγορήσουμε για αυτή την κατάσταση και να τον καταστήσουμε υπεύθυνο!



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Πριν από τη συνάντηση με τους γονείς:

- καθορίστε τον σκοπό της συνάντησης - υποστηρικτικός, ενημερωτικός, παρεμβατικός κ.λπ., τι θέλετε να μάθετε, να ενημερώσετε ή να ρωτήσετε σχετικά.
- Πού θα πραγματοποιηθεί; (σε ποια αίθουσα, στο γραφείο του ειδικού ή της διεύθυνσης; βεβαιωθείτε ότι δεν πρόκειται για διάδρομο ή κάποιο πρόχειρο χώρο, και ότι δεν σας ενοχλεί κανείς) - αυτό θα δείξει σεβασμό προς τον Γονέα και μπορεί να οδηγήσει σε καλό κλίμα από την αρχή.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



- Ρωτήστε τον εαυτό σας, πόσο χρόνο μπορεί να διαρκέσει; Πόσο χρόνο έχουμε εμείς και πόσο οι υπόλοιποι συμμετέχοντες, καθώς και ο Γονέας (ρωτήστε τον/την εδώ στην αρχή της συνάντησης);
- Πώς θα ενημερώσετε για τη συνάντηση; (ηλεκτρονικό ταχυδρομείο μέσω ηλεκτρονικής εφημερίδας ή τηλέφωνο)



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- ποιον θέλετε να καλέσετε σε αυτή τη συνάντηση; (ανάλογα με το σκοπό της συνάντησης - αν η συζήτηση είναι πιο οικεία, όσο λιγότερα άτομα τόσο το καλύτερο- αν πρόκειται για παρέμβαση και περιμένετε έντονα συναισθήματα, είναι καλό να μην είστε μόνοι σας κατά τη διάρκεια μιας τέτοιας συνάντησης)
- ορίστε μια ημερήσια διάταξη (παρουσιάστε όλους τους παρόντες, περιγράψτε το χρονοδιάγραμμα, αναφέρετε τον σκοπό - περί τίνος πρόκειται, γιατί συναντιέστε, συζητήστε τα βασικά ζητήματα, συμφωνήστε για τα καθήκοντα, συνοψίστε, σχεδιάστε την επόμενη συνάντηση, αν είναι απαραίτητο)



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



- Προετοιμάστε σχετικό υλικό - εργασίες του παιδιού, παραδείγματα συμπεριφοράς από παρατήρηση, πληροφορίες από άλλους εκπαιδευτικούς και επαγγελματίες κ.λπ.
- εκτιμήστε τους κινδύνους που ενέχει η συνάντηση (συμπεριλαμβανομένης της στάσης/συνείδησης με την οποία μπορεί να έρθει αυτός ο γονέας, ποιο είναι το σχέδιό σας γι' αυτό ανάλογα με τη στάση που παρουσιάζει κ.λπ.).



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Πάνω απ' όλα, επικεντρωθείτε στην δημιουργία κατανόησης και συνεργασίας - κάνετε μια συμφωνία με τον γονέα! Όπου ο πιο σημαντικός στόχος θα είναι η υποστήριξη ενός παιδιού που, για οποιονδήποτε λόγο, δυσκολεύεται να λειτουργήσει σωστά στο σχολικό περιβάλλον και να επιτύχει επιτεύγματα ανάλογα με τις γνωστικές του ικανότητες.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Σκεφτείτε ποιανού τα συμφέροντα εκπροσωπείτε σε αυτή τη συνάντηση; Τα συμφέροντα του σχολείου, της τάξης, τα δικά σας, του μαθητή; - εξετάστε μαζί με τους συμμετέχοντες ποιες διαφορές θα υπάρχουν στη στάση του επικεφαλής μιας τέτοιας συνάντησης ανάλογα με το ποιανού συμφέροντα θα εκπροσωπεί 😊

Άσκηση 2 - χωριστείτε σε 3 ομάδες ανάλογα με το ποιανού συμφέροντα θα εκπροσωπήσετε στη συνάντηση με τον γονέα του μαθητή, π.χ. το σχολείο, την τάξη ή τον μαθητή.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Κατά τη διάρκεια της συνομιλίας με τους γονείς:

- βεβαιωθείτε ότι η ατμόσφαιρα είναι φιλική (καθόμαστε ο ένας απέναντι από τον άλλον, όχι "πίσω" από ένα γραφείο, προσφέρετε να πιούμε κάτι, ειδικά αν πίνουμε και εμείς τσάι 😊 κ.λπ.).
- μην μιλάτε για τον μαθητή μπροστά του!
- να είστε ήρεμοι και αυτοσυγκρατημένοι - μην παρασύρεστε από τα συναισθήματά σας! Συμπεριφερθείτε επαγγελματικά 😊



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



- εξηγήστε το σκοπό και το σχέδιο της συνάντησης, ορίστε ένα χρονικό πλαίσιο - έτσι ώστε η συζήτηση να μην σταματήσει την πιο σημαντική στιγμή!
- αφήστε τον/την Γονέα να πει τη γνώμη του/της - κάντε τον/την να νιώσει ότι ακούγεται! Αυτή είναι μια από τις πιο σημαντικές προϋποθέσεις για μια συμφωνία. Ακούστε ενεργά τι έχει να πει.



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- Δείξτε μια στάση περιέργειας - μια στάση "μη γνώσης" (μην υποθέτετε εκ των προτέρων ότι γνωρίζετε τι σκέφτεται ή πώς αντιλαμβάνεται την κατάσταση- μπορεί να μην γνωρίζετε τις λεπτομέρειες του πλαισίου της κατάστασης, π.χ. την οικογένεια που μπορεί να είναι σχετική κ.λπ.). Δείξτε γνήσιο και ειλικρινές ενδιαφέρον για τη γνώμη του/της.
- Ξεκινήστε με θετικές πληροφορίες για το παιδί (επαινέστε το στον γονέα, επισημάνετε την καλή συμπεριφορά, το χαρακτηριστικό, τη στάση κ.λπ.), π.χ.

"Η Κατερίνα έρχεται προετοιμασμένη για τα μαθήματα - έχει τα απαραίτητα βιβλία, τετράδια και υλικά.

"Ο Χρήστος είναι ένα φρόνιμο αγόρι - μου λέει πάντα καλημέρα στους διαδρόμους".



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- Εκτιμήστε τον Γονέα, έστω και μόνο που ήρθε, που βρήκε χρόνο να συναντηθεί, που βλέπετε πόσο σημαντική είναι γι' αυτόν η ευημερία του παιδιού σας κ.λπ.

"Σας ευχαριστώ που βρήκατε χρόνο να έρθετε στη συνάντησή μας. Ξέρω ότι με τρία παιδιά έχετε πιθανώς πολλές ευθύνες".

- όταν μιλάτε για προκλητική συμπεριφορά, βασιστείτε κυρίως σε γεγονότα και όχι σε ερμηνείες της συμπεριφοράς του παιδιού, π.χ.

"Ο Γιάννης έχει 100 ώρες απουσίας αυτό το εξάμηνο".

"Η συμμετοχή του γιου σας στα μαθηματικά έπεσε πρόσφατα στο 45% - κινδυνεύει να αποτύχει στο μάθημα αυτό".



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- Ονομάστε μια συγκεκριμένη συμπεριφορά και όχι ένα χαρακτηριστικό του παιδιού
- να ρωτήσετε ποια μπορεί να είναι η κατανόηση της συμπεριφοράς από τον γονέα; Τι μέτρα έχει ίσως ήδη λάβει για να διορθώσει την κατάσταση;
- μην επικρίνετε τους γονείς - ακούστε τα επιχειρήματά τους και υπογραμμίστε ότι οι δυσκολίες του παιδιού έχουν διαφορετικές αιτίες. Έτσι ώστε οι Γονείς να μην αισθάνονται ένοχοι και να μην κρίνονται.



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- ανατρέξτε σε αντικειμενικές γνώσεις επί του θέματος, π.χ. η συμπεριφορά του παιδιού μπορεί να υποδηλώνει τέτοιες δυσκολίες - μην κάνετε αμέσως μια συγκεκριμένη διάγνωση - ανατρέξτε σε ειδικούς για το θέμα αυτό
- να χρησιμοποιείτε γλώσσα που καταλαβαίνει ο γονέας - οι γονείς των μαθητών σας έχουν διαφορετικό μορφωτικό επίπεδο, προέρχονται από διαφορετικό υπόβαθρο, οπότε θα πρέπει να προσαρμόζουμε τη γλώσσα μας σε αυτούς.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



- προσπαθήστε να βρείτε την αιτία για τη συμπεριφορά του παιδιού, μην ψάχνετε να βρείτε κάποιον που να φταίει ή να ευθύνεται για την κατάσταση!
- αναζητήστε λύσεις από κοινού - ζητήστε τις ιδέες του γονέα για το πώς να λύσετε την κατάσταση και προτείνετε τις δικές σας.
- Συμφωνήστε για το τι μπορεί να κάνει κάθε πλευρά συγκεκριμένα και τότε (όλα τα μέρη θα πρέπει να δηλώσουν τι μπορούν να κάνουν και πώς μπορούν να εμπλακούν).



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- να δώσετε συγκεκριμένες ενδείξεις, π.χ. πού μπορεί ο γονέας να λάβει εξειδικευμένη βοήθεια, συγκεκριμένες διευθύνσεις με τηλέφωνα, ακόμη και τα ονόματα των ειδικών, αν είναι δυνατόν - αυτό διευκολύνει την εκτέλεση 😊.
- να ορίσετε ημερομηνία για την επόμενη συνάντηση προκειμένου να διαπιστώσετε την πρόοδο, να μοιραστείτε τις δυσκολίες ή τις επιτυχίες.
- Τονίστε ότι με τη συνεργασία σας θα μπορέσετε να βοηθήσετε το παιδί σας πιο αποτελεσματικά.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ - χρήσιμες στρατηγικές για την επικοινωνία με τους γονείς!



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



- Ξεκινήστε μια συνάντηση με τους γονείς πριν η κατάσταση με τον μαθητή επιδεινωθεί. Με αυτόν τον τρόπο, δείχνετε ενδιαφέρον για τα προβλήματα του μαθητή - Θα διασφαλίσετε μια καλύτερη σχέση με τους γονείς από την αρχή και ενδεχομένως να αποτρέψετε την επιδείνωση της κατάστασης.
- μην καθυστερείτε να επικοινωνήσετε αν δείτε κάποιο πρόβλημα
 - μια τέτοια συμπεριφορά μπορεί να προκαλέσει τη συσσώρευση δυσάρεστων συναισθημάτων και στις δύο πλευρές - αντιδράστε γρήγορα!



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"**
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- να ενημερώνετε τους Γονείς για δύσκολη ή ανησυχητική συμπεριφορά, αλλά με λογική συχνότητα - η αποστολή πληροφοριών κάθε μέρα μπορεί να καταβάλει τον Γονέα και να τον αποθαρρύνει από το να επικοινωνήσει μαζί σας, με αρνητική στάση λόγω της απογοήτευσης που βιώνει.
- μην περιμένετε μια γρήγορη αλλαγή στη συμπεριφορά του παιδιού αμέσως μετά τη συζήτηση - πρόκειται για μια διαδικασία που απαιτεί χρόνο και δέσμευση 😊.
- Να είστε αξιόπιστοι - κρατήστε τον λόγο σας και εκπληρώστε τις υποχρεώσεις σας!



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



- να στέλνετε περιστασιακά ένα θετικό μήνυμα στον Γονέα, να επαινείτε μια αντιληπτή αλλαγή στη συμπεριφορά του παιδιού, ακόμη και αν είναι μικρή
- αυτό θα δείξει τη δέσμευσή σας και θα ενισχύσει τις ενέργειες του Γονέα 😊 τίποτα δεν λειτουργεί τόσο καλά όσο η θετική ενίσχυση 😊
- αφήστε τις νομικές συνέπειες και άλλα "σκληρά όπλα" στην ακρη- αν αρχίσετε τις ενέργειές σας τρομοκρατώντας με τις συνέπειες, τότε χτίζετε ένα τείχος αντί για μια συμφωνία, καθώς ένας τέτοιος γονέας θα θελήσει να υπερασπιστεί τον εαυτό του με έναν φυσικό μηχανισμό άμυνας.

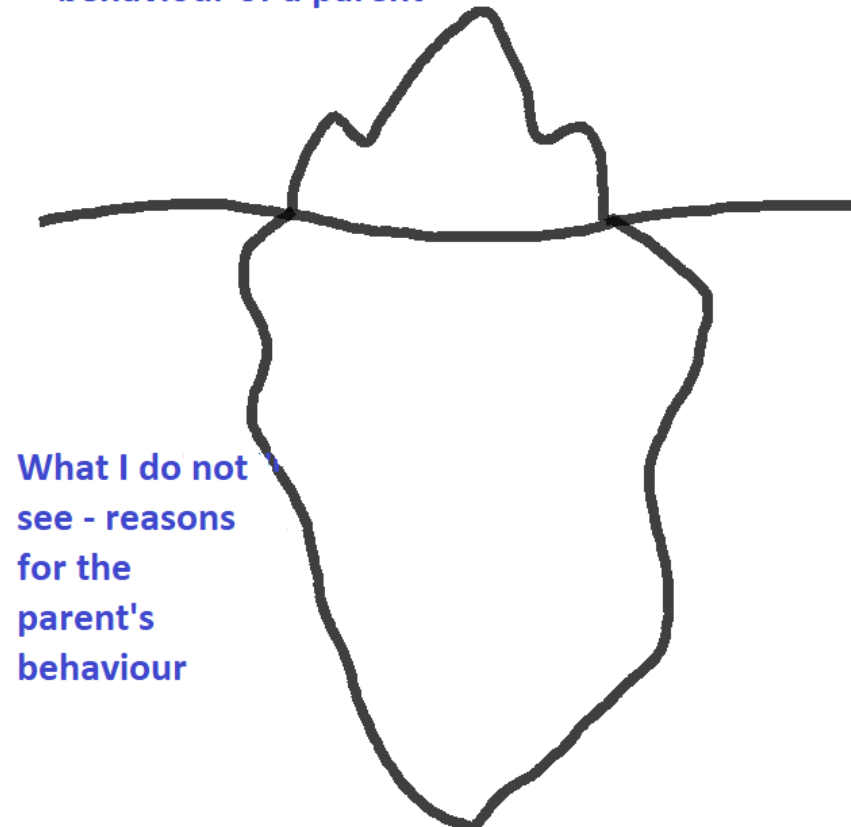


*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Άσκηση 3 - Ποιος είναι αυτός ο "γονέας" και τι μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά του;

What I see - difficult
behaviour of a parent



What I do not
see - reasons
for the
parent's
behaviour



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Δύσκολες συμπεριφορές των γονέων:

- Οι γονείς μπορεί να αρνούνται τα προφανή γεγονότα και να υιοθετούν αμυντική στάση. Δεν είναι τόσο ότι δεν θέλουν να βοηθήσουν το παιδί τους, αλλά μάλλον ότι είναι αμυντικοί ως προς την αναγνώριση και την αποδοχή των δύσκολων πληροφοριών σχετικά με τα προβλήματα του παιδιού τους.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- Αν οι γονείς κατηγορούν τους δασκάλους/το σχολείο, πιθανόν να εκτονώνουν την απογοήτευσή τους για τα προβλήματα του παιδιού τους και την αίσθηση αδυναμίας τους. Τους φέρνει προσωρινή ανακούφιση το να συμβιβαστούν με μια δύσκολη κατάσταση.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- Ένας γονέας που παραπονιέται - ο γονέας αναγνωρίζει ένα πρόβλημα αλλά η λύση, κατά τη γνώμη του, εξαρτάται από κάποιον άλλο - προσπαθήστε να καθορίσετε καθήκοντα τόσο από την πλευρά του σχολείου όσο και από την πλευρά του γονέα για να κινητοποιήσετε τον γονέα να δράσει- τονίστε τον ρόλο του γονέα στην ενημερωμένη ανατροφή του παιδιού.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- Επιθετικός γονέας - πιθανότατα υπερασπίζεται τον εαυτό του ή το παιδί. Προσπαθήστε να του/της δώσετε χώρο για να εκτονώσει τα συναισθήματα και τις απογοητεύσεις του/της. Μην το αρνείστε - αυτό θα κάνει τα πράγματα χειρότερα. Να είστε ψύχραιμοι και να θέτετε όρια στη συζήτηση- μην συναντάτε έναν τέτοιο γονέα μόνοι σας- αν φωνάζει, σας προσβάλλει - σηκωθείτε όρθιοι, εκφράστε την έντονη αντίθεσή σας σε μια τέτοια συμπεριφορά και προσφερθείτε να συναντηθείτε κάποια άλλη στιγμή.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Ενεργητική ακρόαση - ένα από τα εργαλεία για την οικοδόμηση κλίματος κατανόησης και συνεργασίας.

Η ενεργητική ακρόαση είναι μια διαδικασία αποτελεσματικής επικοινωνίας. Σας δίνει τη δυνατότητα όχι μόνο να αποκτήσετε πληροφορίες, αλλά και να μάθετε την άποψη του συνομιλητή σας και σας δίνει την ευκαιρία να δημιουργήσετε μια σχέση βασισμένη στον αμοιβαίο σεβασμό και την εμπιστοσύνη.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Σημαντικές πτυχές της ενεργητικής ακρόασης:

- διατήρηση οπτικής επαφής
- στρέφοντας προς τον ομιλητή
- ενθαρρύνοντας απαλά τον ομιλητή να συνεχίσει
- δείχνοντας ενδιαφέρον για όσα λέει ο ομιλητής (π.χ. κατάλληλες χειρονομίες και εκφράσεις του προσώπου)



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



- υποβολή πρόσθετων ερωτήσεων
- σύντομη επανάληψη τμημάτων του λόγου του συνομιλητή, δηλαδή παράφραση (τεχνικές ακρόασης)
- αποχή από τον σχολιασμό, παροχή συμβουλών (μερικές φορές ανέφικτο; 😊)
- εκφράζοντας ανοχή και υπομονή
- να μην διακόπτετε ή αποσπάτε την προσοχή του συνομιλητή σας

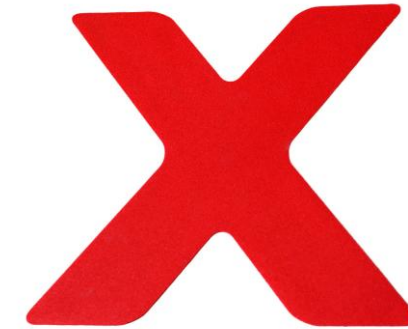


*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Τα πιο συνηθισμένα λάθη επικοινωνίας:

- παρεμβολή στην ομιλία του ομιλητή
- συνεχής σχολιασμός
- ξαφνικά περνάει σε άλλο θέμα
- δείχνοντας πλήξη ή αδιαφορία για το θέμα του ομιλητή
- έλλειψη συγκέντρωσης
- κρίνοντας το άλλο άτομο





*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Τεχνικές ενεργητικής ακρόασης:

- Παράφραση
- Διευκρίνιση
- Ανοικτές ερωτήσεις
- Αντικατοπτρισμός συναισθημάτων
- Νεύματα και άλλη ενθάρρυνση για συνέχιση της ομιλίας
- Έκφραση συναισθημάτων



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"**
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



ΠΑΡΑΦΡΑΣΗ

Παράφραση, δηλαδή επανάληψη με δικά σας λόγια των όσων είπε ο ομιλητής. Αλλάζετε τη μορφή, αλλά λέτε ακριβώς αυτό που ακούσατε. Δεν περιλαμβάνετε σχόλια ή ερμηνείες για αυτό που ακούσατε.

Αν σας καταλαβαίνω σωστά, τότε...

Άρα είστε της γνώμης ότι....

Από αυτά που λέτε προκύπτει ότι...

Αν κατάλαβα σωστά την πρόθεσή σας, τότε...

Αν κατάλαβα καλά ότι...

Αν κατάλαβα σωστά τη δήλωσή σας, τότε....



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Το κύριο καθήκον της παράφρασης είναι να ελέγξετε ότι έχετε κατανοήσει τις προθέσεις του συνομιλητή σας.

Η παράφραση σας βοηθά να ξεχωρίσετε τα θέματα που συζητάτε και να προχωρήσετε στα επόμενα σημεία της συζήτησης. Και πάνω απ' όλα, δείχνετε στον συνομιλητή σας ότι τον ακούτε προσεκτικά και προσπαθείτε να καταλάβετε τι έχει να πει.

Να θυμάστε: η παράφραση της δήλωσης κάποιου δεν σημαίνει ότι συμφωνείτε με αυτήν! Είναι απλώς μια ένδειξη ότι έχουμε κατανοήσει αυτό που είχε να πει ο συνομιλητής μας.



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΗ

Διευκρίνιση, το να κάνετε κάτι σαφές και κατανοητό. Είναι ένα αίτημα για διευκρίνιση, για επεξήγηση, όταν δεν μπορούμε να καταλάβουμε μια δήλωση. Να αναπτύξουμε μια σκέψη, με συγκεκριμένα παραδείγματα, να εστιάσουμε στο πιο σημαντικό πράγμα. Είναι χρήσιμο όταν μια συζήτηση έχει πάρα πολλά νήματα και θέλετε να εστιάσετε σε ένα.



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



Παρακαλώ πείτε μου τι ακριβώς εννοείτε με το θέμα....

Παρακαλώ δώστε μου ένα παράδειγμα για...

Ας επικεντρωθούμε τώρα...

Ξέρω ότι όλα αυτά είναι σημαντικά για εσάς, αλλά ας προσπαθήσουμε τώρα να επικεντρωθούμε στο θέμα....



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



ΑΝΟΙΧΤΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Η υποβολή μιας ανοικτής ερώτησης επιτρέπει σε κάποιον την ελευθερία να αναπτύξει αυτά που έχει πει, είναι ένας χώρος για να μιλήσει ευρύτερα για ένα θέμα. Επιτρέπει στον ερωτώντα να παρουσιάσει πλήρως τη θέση του. Οι ερωτήσεις ανοικτού τύπου ενθαρρύνουν την περαιτέρω συζήτηση, εκφράζουν ενδιαφέρον και ανησυχία.

Πώς αντιλαμβάνεστε την κατάσταση;

Τι άλλο σας ανησυχεί σχετικά με τη συμπεριφορά του παιδιού σας;

Αισθάνεστε ακόμα ότι... ?



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"*
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



ΑΝΤΑΝΑΚΛΩΝΤΑΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΑ

Η αντανάκλαση των συναισθημάτων είναι παραπλανητικά απλή, καθώς σας ανατίθεται να κάνετε τον ερωτώμενο να συνειδητοποιήσει τα δικά του συναισθήματα. Η ίδια η ονομασία υποδηλώνει ότι πρόκειται για την αντανάκλαση, σαν σε καθρέφτη, των όσων λέει και αισθάνεται και του τρόπου που συμπεριφέρεται.

Αναστοχασμός - λέμε σε κάποιον τι νομίζουμε ότι βιώνει.

Αλλά δεν πρόκειται για άσκοπη επανάληψη λέξεων, αλλά για κατανόηση του τι αισθάνεται ο άλλος και για να το δείξετε. Πρόκειται για ένα είδος ταιριάσματος, συντονισμού.



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158**



Βλέπω ότι αυτό το θέμα σας ενοχλεί πολύ.

Έχω την εντύπωση ότι είστε ευχαριστημένος με το

Βλέπω ότι είστε πολύ αναστατωμένη γι' αυτό...

Βλέπω ότι είστε πολύ αναστατωμένη για αυτό το θέμα...



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"**
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Τα μηνύματα "Εγώ" μπορούν επίσης να είναι χρήσιμα.

Όταν... (περιγραφή της συμπεριφοράς), αισθάνομαι... (συνοδευτικό συναίσθημα), επειδή... (περιγραφή της κατάστασης). Θα ήθελα να... (ανάγκες).

Όταν υψώνετε έτσι τη φωνή σας και μου φωνάζετε, δεν αισθάνομαι άνετα και ασφαλής και γι' αυτό θα ήθελα να τερματίσω αυτή τη συνάντηση. Ας συναντηθούμε κάποια άλλη στιγμή.



**"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"**
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Πίνακας με περίληψη - βοήθεια στην άσκηση 4.

Παράφραση	διευκρίνιση	ανοικτή ερώτηση	αντανακλώντας
Αν σας καταλαβαίνω σωστά, τότε...	Παρακαλώ πείτε μου τι ακριβώς εννοείτε με το θέμα....	Πώς αντιλαμβάνεστε την κατάσταση;	Βλέπω ότι αυτό το θέμα σας ενοχλεί πολύ.
Άρα είστε της γνώμης ότι....	Παρακαλώ δώστε μου ένα παράδειγμα για...	Τι άλλο σας ανησυχεί σχετικά με τη συμπεριφορά του παιδιού σας;	Έχω την εντύπωση ότι είστε ευχαριστημένος με το
Από αυτά που λέτε, προκύπτει ότι...	Ας επικεντρωθούμε τώρα...	αισθάνεστε ακόμα ότι... ?	Βλέπω ότι είστε πολύ αναστατωμένη γι' αυτό...
Αν κατάλαβα σωστά την πρόθεσή σας, τότε...	Ξέρω ότι όλα αυτά είναι σημαντικά για εσάς, αλλά ας προσπαθήσουμε τώρα να επικεντρωθούμε στο θέμα....		Βλέπω ότι είστε πολύ αναστατωμένη για αυτό το θέμα...
Αν κατάλαβα καλά ότι...			
Αν κατάλαβα σωστά τη δήλωσή σας, τότε....			



*"Πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης των
εκπαιδευτικών στα δημοτικά σχολεία"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158*



Άσκηση 4 - Σε ζευγάρια, εξασκηθείτε σε τεχνικές ενεργητικής ακρόασης. Το ένα άτομο είναι ο γονέας και το άλλο ο δάσκαλος.

Παραδείγματα καταστάσεων:

Ο γονέας λέει: Πειράζεις το παιδί μου. Δεν το συμπαθείς και το κάνεις να κλαίει.

Ο γονέας διαμαρτύρεται για τον τρόπο διδασκαλίας του μαθήματος, οι απαιτήσεις για το θέμα είναι πολύ υψηλές. Ο γονέας έχει κληθεί στο παρελθόν να εργαστεί συστηματικά με το παιδί στο σπίτι. Εξηγεί ότι το κάνει αυτό ή έλλειψη χρόνου. Προσπαθεί να επιβάλει καλύτερο βαθμό από τον εκπαιδευτικό.