

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΑΛΛΟΔΑΠΩΝ ΚΑΙ ΠΑΛΙΝΝΟΣΤΟΥΝΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ

Τερψιχόρη Γκιόκα
Μέλος ΠΟΔ Αττικής



- Η «Συμβουλευτική Ψυχολογία» είναι ο εφαρμοσμένος κλάδος της Ψυχολογίας, ο οποίος διευκολύνει την δια βίου προσωπική και διαπροσωπική λειτουργικότητα, εστιάζοντας σε συναισθηματικές, κοινωνικές, επαγγελματικές, εκπαιδευτικές, αναπτυξιακές, καθώς και ανησυχίες που συνδέονται με την υγεία. Επικεντρώνεται σε ομαλά και συνήθη αναπτυξιακά ζητήματα αλλά και σε δυσλειτουργικά και ασυνήθη, που σχετίζονται με την ατομική, οικογενειακή, ομαδική ή οργανωτική ανθρώπινη εμπειρία.

- Όλοι και όλες έχουμε να αφηγηθούμε περιπτώσεις μαθητών /τριών και γονέων που προσέφυγαν σε εμάς για κάποιο πρόβλημα που προέκυψε εντός της σχολικής κοινότητας
- Όλοι και όλες ασκήσαμε και ασκούμε συμβουλευτική

- Η Συμβουλευτική είναι η διαδικασία της αλληλεπίδρασης που ασκείται ανάμεσα στον Σύμβουλο και το /τα άτομα που απευθύνονται σ' αυτόν. Επεξεργάζεται τα προβλήματα που απασχολούν το /τα άτομα και διευκολύνει την επίλυσή τους.

Ο/Η εκπαιδευτικός δεν παίζει τον
παραπάνω ρόλο δηλαδή αυτόν του / της
ψυχολόγου

Σύμβουλος = Εμπυχωτής /τρια

Στη συγκεκριμένη περίπτωση η συμβουλευτική έχει πολύ συγκεκριμένο και σαφή στόχο:

- Την ομαλή ένταξη και κοινωνικοποίηση του / της μαθητή /τριας στο σχολικό περιβάλλον
- Τη βελτίωση της επίδοσης στα μαθήματα

Ο/Η σύμβουλος παρέχει

- Υποστήριξη
- Ενθάρρυνση
- Πληροφορίες / κατευθύνσεις
- Ενδυνάμωση
- Δεξιότητες για την επίλυση προβλημάτων

- Συχνά προκύπτουν ποικίλα ζητήματα τα οποία, προφανώς, ο /η σύμβουλος δεν είναι εκπαιδευμένος /η να διαχειριστεί, οπότε - είναι καλύτερα - να παραπέμψει σε αρμόδιο επαγγελματία
- Προσοχή: Πρέπει να αποφευχθεί η συναισθηματική εμπλοκή του /της συμβούλου

Ο/Η Σύμβουλος βοηθά το /τη μετανάστη /στρια

- να θέσει στόχους
- να επιδιώξει αλλαγές
- να ανακαλύψει τρόπους και μέσα για την επίτευξή τους

Ο/Η Σύμβουλος δεν αποφασίζει

Είναι σημαντικό να προσδιοριστούν

- Ο βασικός στόχος (κοινωνικοποίηση, επίδοση)
- Οι επί μέρους σκοποί (ρεαλιστικοί, αποδεκτοί, προσδιορισμένοι)

Σε αυτό θα βοηθηθούμε πολύ, αν μάθουμε πως βίωσε η οικογένεια και κυρίως τα παιδιά

- την εμπειρία του ξεριζωμού
- Τη διάσπαση της οικογένειας
- Το νέο περιβάλλον διαβίωσης
- Άλλες τραυματικές εμπειρίες

Είναι σημαντικό να λάβουμε υπόψη στην επικοινωνία μας

- Το σκοπό
- Τα κίνητρα
- Την ηλικία
- Τη γλώσσα
- Το φύλο
- Τις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες

- Και επίσης
- Το αίσθημα απόρριψης
- Το μειωμένο κίνητρο
- Τη μικρή υποστήριξη από το περιβάλλον
- Την αρνητική εικόνα για την εκπαίδευση

ΥΠΟΔΟΧΗ - ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

- Μεγάλη προσοχή πρέπει αν δοθεί τόσο στη λεκτική, όσο και στη μη λεκτική επικοινωνία

- Υποδεχόμαστε το /τη γονέα με θερμή χειραψία, χαμόγελο και οπτική επαφή. Δεν είναι απαραίτητο ότι θα ανταποκριθεί σε όλα ή ότι θα ανταποδώσει.
- Τον /την καθοδηγούμε σχετικά με το που πρέπει να κάτσει. Επιλέγουμε μια καρέκλα στο ίδιο ύψος με τη δική του /της και προτιμάμε να καθίσουμε κοντά του /της – τηρώντας κάποια απόσταση - και όχι πίσω από κάποιο γραφείο, που δηλώνει εξουσία και ιεραρχεί.

Κατά τη διάρκεια της συζήτησης

- Προηγείται μια σύντομη γνωριμία : λέμε λίγα λόγια για μας και ωθούμε το /τη συμβουλευόμενο /η να μας πει κάποιες γενικές πληροφορίες. Αν αισθανόμαστε πως υπάρχει ένταση ή αμηχανία ξεκινάμε εξηγώντας ότι κάτι τέτοιο είναι απόλυτα λογικό και θα ξεπεραστεί με την ώρα.

- Η συμβουλευτική ασκείται με βάση τις ιδιαιτερότητες κάθε γονέα, απαλλαγμένη από προκαταλήψεις ή παγιωμένες ιδέες.
- Βασική και ουσιαστικότερη προϋπόθεση για την άσκηση της συμβουλευτικής είναι το να ακούει ο /η σύμβουλος το /τη συμβουλευόμενο /η, άρα: να κατανοήσει απολύτως το πρόβλημα για το οποίο βρίσκεται εκεί. Σκοπός δεν είναι να του δώσει μια έτοιμη λύση, ούτε να τον στρέψει σε μια τελείως άγνωστη σε αυτόν κατεύθυνση, αλλά να τον βοηθήσει να κάνει μικρά, λογικά βήματα, εκκινώντας από αυτό που ο /η συμβουλευόμενος / η θεωρεί ως «πραγματικότητά» του /της.

- Αξιοποιεί τις δυνατότητες και τις ικανότητες του /της γονέα για να πετύχει αυτή τη στροφή και ζητά από αυτόν /η να αξιολογεί ο ίδιος τα υπέρ και τα κατά των επιλογών του /της.
- Πάντα φωτίζει τις αισιόδοξες πτυχές δείχνοντας, όμως ότι κατανοεί και τις δυσκολίες.

- Ζητά από το /τη συμβουλευόμενο /η να καθορίζει τους στόχους. Ιδιαίτερα αποτελεσματικές αποδεικνύονται οι ερωτήσεις του τύπου: «Τι θα ήθελες να πετύχεις;» ή «τι θα μπορούσε να γίνει;». Άλλωστε σκοπός δεν είναι να στερηθεί ο / η συμβουλευόμενος/ η τις ευθύνες του / της και τη δυνατότητα να παίρνει αποφάσεις, αλλά να καθοδηγηθεί.
- Ζητά από το/ τη συμβουλευόμενο /η να προτείνει πιθανές εναλλακτικές λύσεις, τρόπους και μέσα, για να τις επιτύχει. Ο ρόλος του /της συμβούλου είναι συμπληρωματικός.

- Μιλάμε σε μέτρια ένταση, καθαρά, προσπαθώντας να χρησιμοποιούμε απλές λέξεις, τις οποίες, αν μπορούμε, χρωματίζουμε.
- Διατηρούμε την οπτική επαφή και το χαμόγελο, εφόσον νιώθουμε ότι αυτά δε φέρνουν σε δύσκολη θέση το /τη συνομιλητή / τριά μας.
- Δεν καταπιανόμαστε με άλλες εργασίες (π.χ. αποφεύγουμε να σηκώνουμε τηλέφωνα, να δεχόμαστε επισκέψεις και οτιδήποτε μπορεί να διασπάσει τη διαδικασία ή να κάνει το /τη συμβουλευόμενο / η να νιώσει πως δεν αποτελεί προτεραιότητά μας)

- Το σώμα μας να έχει στάση χαλαρή, χωρίς ιδιαίτερη ένταση, γιατί στην περίπτωση αυτή, θα είναι δύσκολο στο /στη συνομιλητή /τρια μας, που βρίσκεται σε ξένο περιβάλλον να χαλαρώσει.
Μπορούμε, ωστόσο, να έχουμε μια μικρή τάση προς τα μπρος που να δηλώνει που ακριβώς είναι στραμμένη η προσοχή μας.

- Έχει μεγάλη σημασία να ωθούμε – με τον τρόπο μας – το /τη συμβουλευόμενο /η να μιλήσει. Τακτικά, κουνάμε το κεφάλι καταφατικά, λέμε φράσεις όπως «κατάλαβα, μάλιστα, συμφωνώ» ή επαναλαμβάνουμε τα τελευταία λόγια του/της.
- Αν δεν καταλαβαίνουμε κάτι, ζητάμε εξηγήσεις λέγοντας αυτό που εμείς αντιληφθήκαμε. Παράδειγμα: «Αυτό που σε άκουσα να λες είναι ότι αυτή τη στιγμή σου συμβαίνει κατά κάποιο τρόπο... και ενδεχομένως να ανησυχείς μήπως... Κατάλαβα καλά;»

- Μέσα από τα παραπάνω ο /η συμβουλευόμενος /η κατανοεί ότι ένας δυσλειτουργικός τρόπος σκέψης επηρεάζει αρνητικά τη ζωή και την καθημερινότητά του /της. Καλείται να τον αλλάξει, παίρνοντας προσωπικά την ευθύνη γι' αυτό. Σκοπός είναι να ιδωθεί η θετική πλευρά των πραγμάτων.

Πρακτικά

- Καλύτερα να ολοκληρώνεται κάθε θέμα πριν ανοίξει το επόμενο.
- Μεγάλη προσοχή στα προσωπικά ζητήματα
- Ανακεφαλαίωση ανά τακτά διαστήματα των όσων έχουν ειπωθεί.
- Ενθάρρυνση έκφρασης συναισθήματος.

- Μη ανάληψη ευθύνης ή διαχείρισης θεμάτων που ο / η σύμβουλος δε γνωρίζει. Καλύτερα αναζήτηση κάποιου /ας εξειδικευμένου / ης στο θέμα επιστήμονα.
- Παραδοχή από τη μεριά του /της συμβούλου ότι κάτι δεν του /της είναι γνωστό.
- Αναζήτηση βοήθειας και υποστήριξης όταν ο /η σύμβουλος τη χρειάζεται

Τέλος,

- τηρούνται αρχεία που δε γνωστοποιούνται και δεν είναι εύκολα προσβάσιμα.