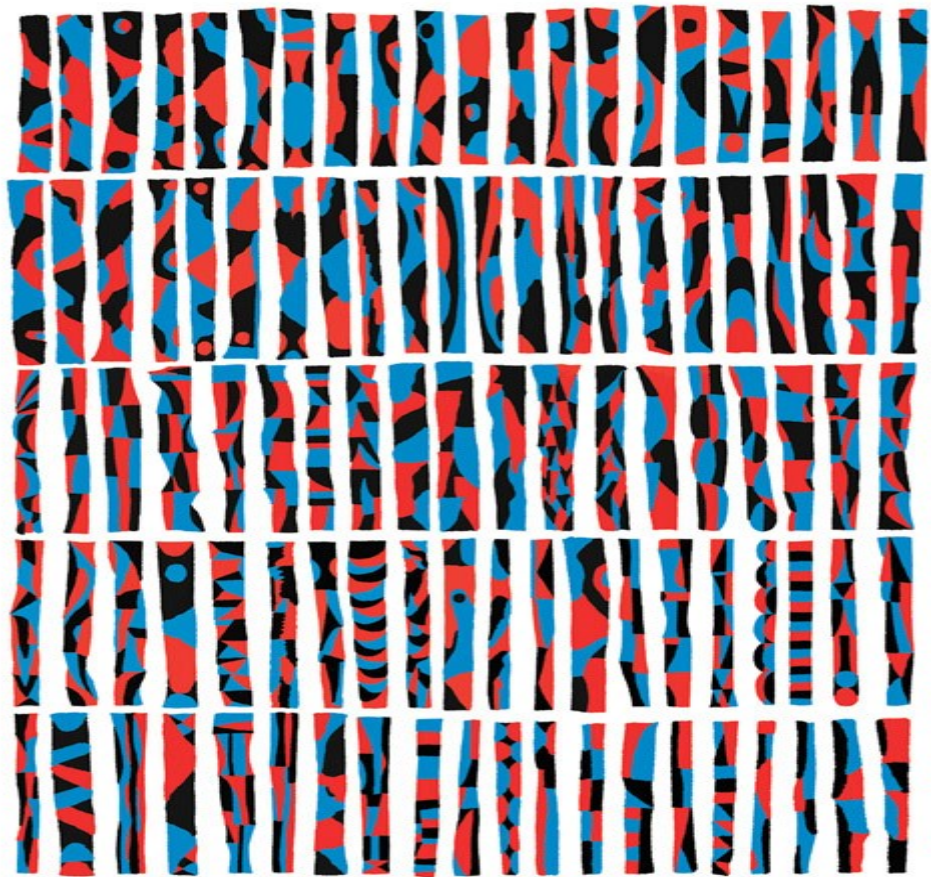


Δρ Γεώργιος Γιαννακόπουλος

Ψυχίατρος παιδιών και εφήβων

Η αποτελεσματική επικοινωνία γονέων-εκπαιδευτικών



Εταιρεία Εκπαίδευσης
και Ψυχοθεραπείας

Αθήνα 2013

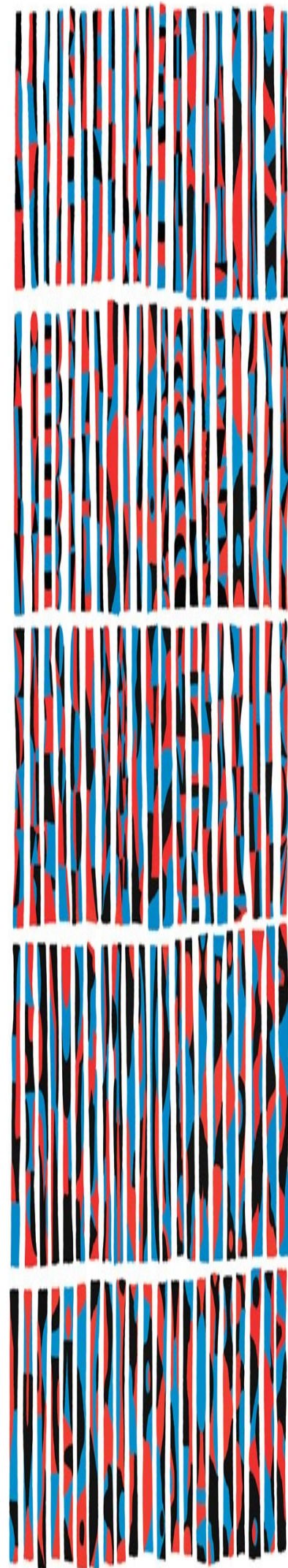
Copyright © 2013 Γεώργιος Γιαννακόπουλος

ISBN: 978-1-329-04370-1

Εταιρεία Εκπαίδευσης και Ψυχοθεραπείας

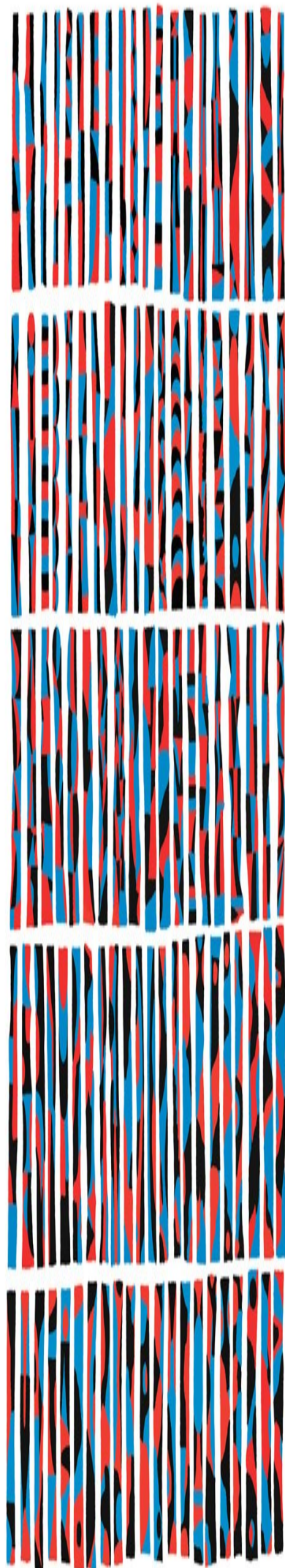
Με την επιφύλαξη παντός νόμιμου δικαιώματος

Οι εκπαιδευτικοί είναι το σημείο επαφής για τα παιδιά που αντιμετωπίζουν ψυχικές δυσκολίες, για τους γονείς τους και για άλλους ειδικούς που εμπλέκονται στη ζωή των μαθητών τους. Η επικοινωνία γίνεται συχνά δύσκολη και προκαλεί σύγχυση. Ενίοτε οι γονείς δεν συμφωνούν με την κατανόηση των εκπαιδευτικών για τα προβλήματα των παιδιών τους. Ενίοτε οι ειδικοί ψυχικής υγείας χρησιμοποιούν γλώσσα που δεν είναι οικεία. Ακόμη και οι μαθητές θέτουν ερωτήματα και εκφράζουν ανησυχίες που είναι δύσκολο να απαντηθούν. Κρίσιμο ζητούμενο επομένως είναι να αισθάνεται ο εκπαιδευτικός περισσότερο άνετα να μιλήσει για τις ψυχικές δυσκολίες των παιδιών.



Η συζήτηση με τους γονείς
αναπτύσσεται σε ένα πλαίσιο που
διαμορφώνεται από τους εκπαιδευτικούς
κανονισμούς και τη λειτουργία του κάθε
σχολείου. Επομένως, ο εκπαιδευτικός
χρειάζεται κατ' αρχάς να αναζητήσει
βοήθεια από έμπειρους συναδέλφους
του ή αρμόδιους παράγοντες αν
αισθάνεται ότι δεν έχει κατανοήσει με
σαφήνεια το πλαίσιο αυτό.

Μία προϋπόθεση για την οικοδόμηση των σχέσεων με τις οικογένειες είναι ο χρόνος. Στρατηγικές όπως συχνές επικοινωνίες για θετικά γεγονότα μπορούν να χτίσουν τη σχέση με τους γονείς. Η εμπιστοσύνη είναι κεντρικό στοιχείο που θέλει χρόνο για να εγκατασταθεί.



Η σχέση ενισχύεται όταν:

Αφενός ο εκπαιδευτικός εκδηλώνει

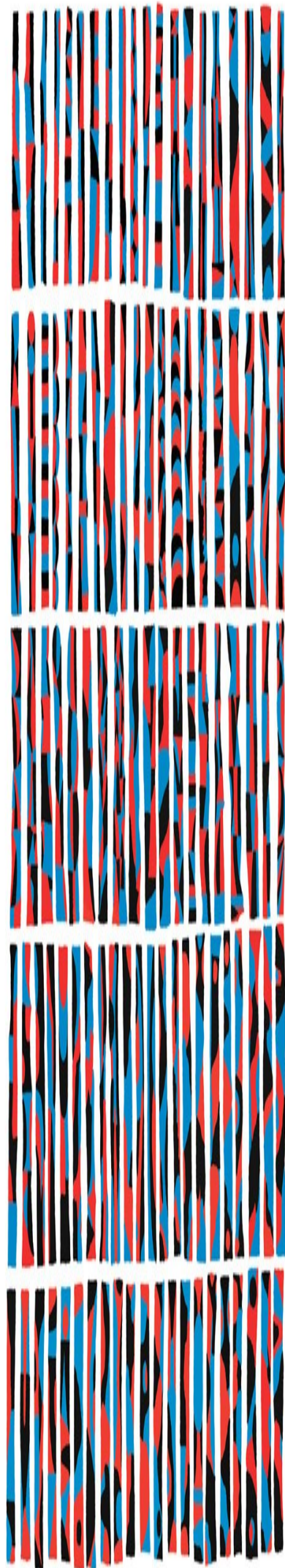
ζεστασιά, ανοικτή διάθεση, ευαισθησία,

ευελιξία και διαθεσιμότητα

και αφετέρου

Θεωρεί τους γονείς εταίρους και τη

σχέση σημαντική.

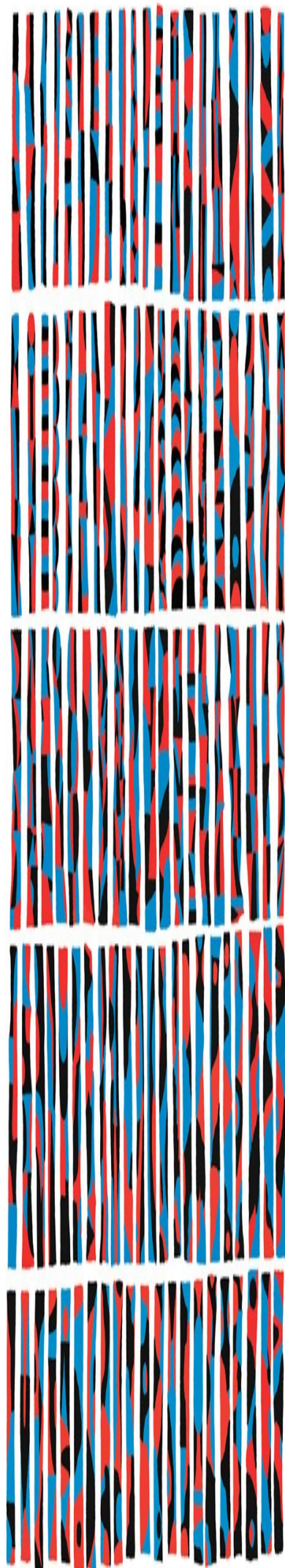


Από την άλλη πλευρά έχει βρεθεί ότι οι
γονείς μπορούν να καταλάβουν
καλύτερα τις ψυχικές δυσκολίες των
παιδιών τους:

Όταν εμπλέκονται προσωπικά στην
εκπαίδευσή τους

Όταν αποκτούν γνώσεις και δεξιότητες
από τους εκπαιδευτικούς και

Όταν το σχολείο ζητά την εμπλοκή τους.

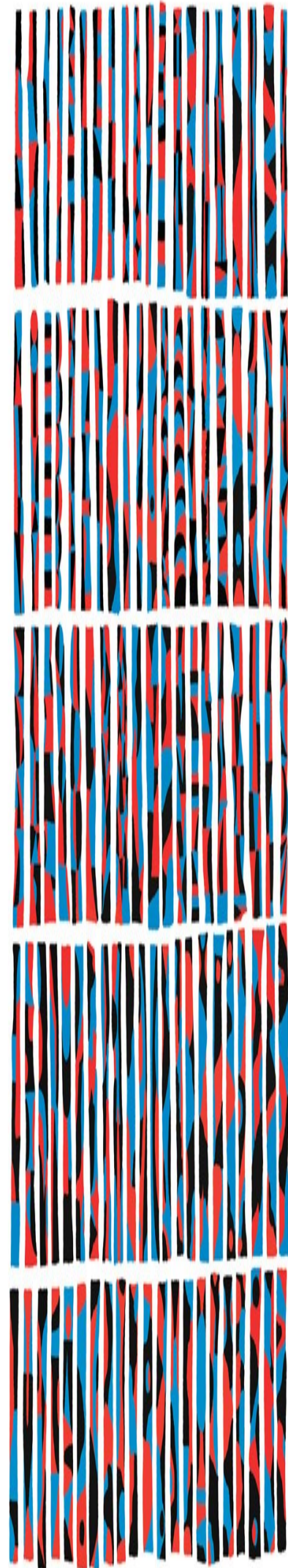


Υπάρχουν δύο κρίσιμα σημεία που επηρεάζουν τη σχέση εκπαιδευτικού-γονέων:

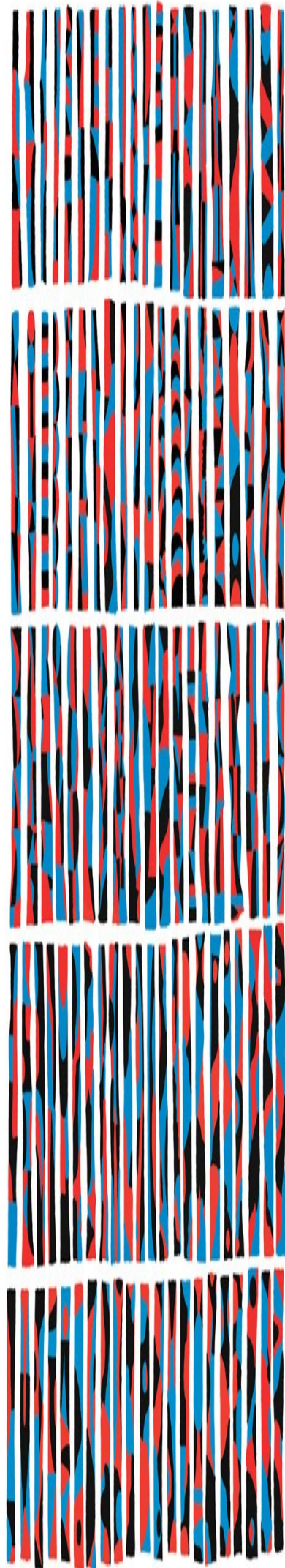
Η πρώτη συνάντηση - είναι πολύ σημαντική, θέτει τον ρυθμό της σχέσης.

Απαραίτητα είναι η επίγνωση πολιτισμικών ζητημάτων και προτιμήσεων σχετικά με την επικοινωνία (λεκτική και μη λεκτική).

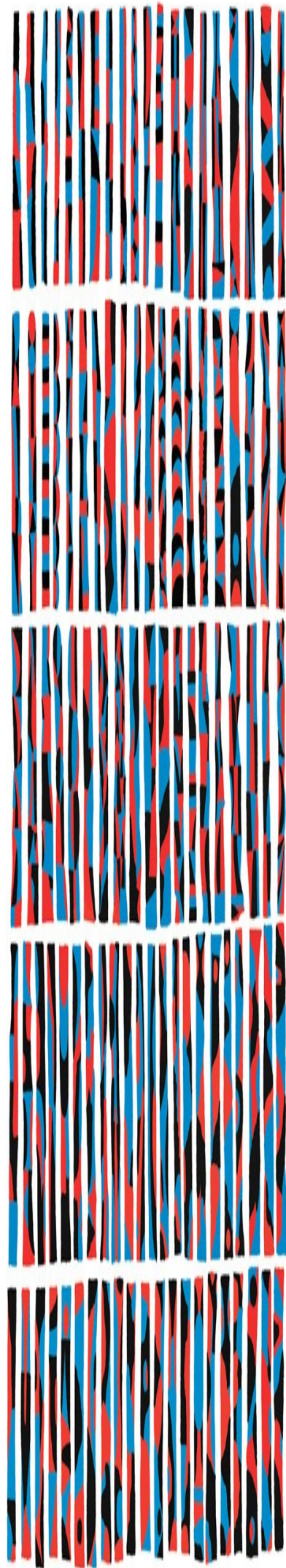
Οι προσκλήσεις του εκπαιδευτικού για εμπλοκή των γονέων σε δραστηριότητες - είναι θεμελιώδεις για μια συνεχή σχέση.



Παράλληλα, υπάρχουν πολλοί παράγοντες που μπορούν να εμποδίσουν τη σχέση συνεργασίας. Μερικοί έχουν να κάνουν με στάσεις (όπως η έλλειψη εμπιστοσύνης) και άλλοι είναι πρακτικής φύσεως (όπως οι χρονικοί περιορισμοί). Χρειάζεται να εντοπίζουμε τι μπορούμε να αλλάξουμε αν αυτό εμποδίζει τη συνεργασία με τους γονείς.



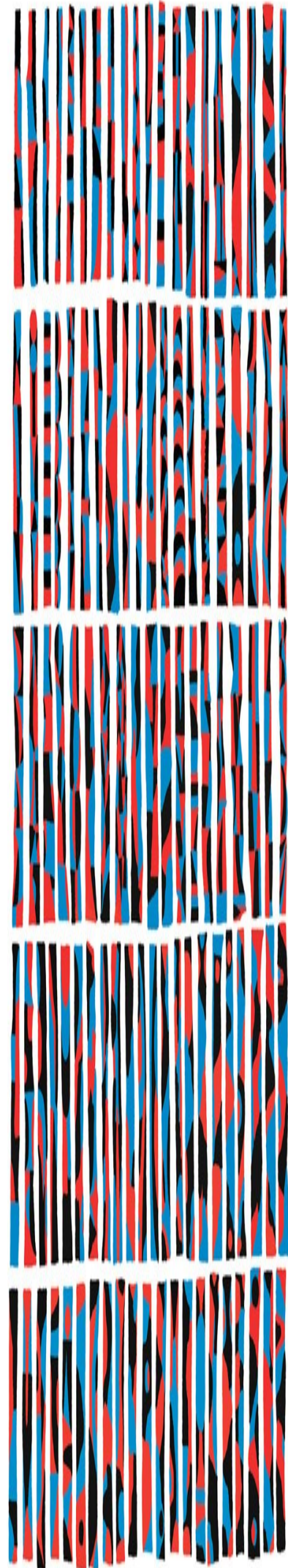
Είναι επίσης σημαντικό για τον
εκπαιδευτικό να αναστοχάζεται
ερωτήματα όπως: πώς συναντώ τις
οικογένειες; πώς μαθαίνω τα ονόματά
τους; πώς τους χαιρετώ; πώς μαθαίνω
τους τρόπους που προτιμούν να
επικοινωνούν;



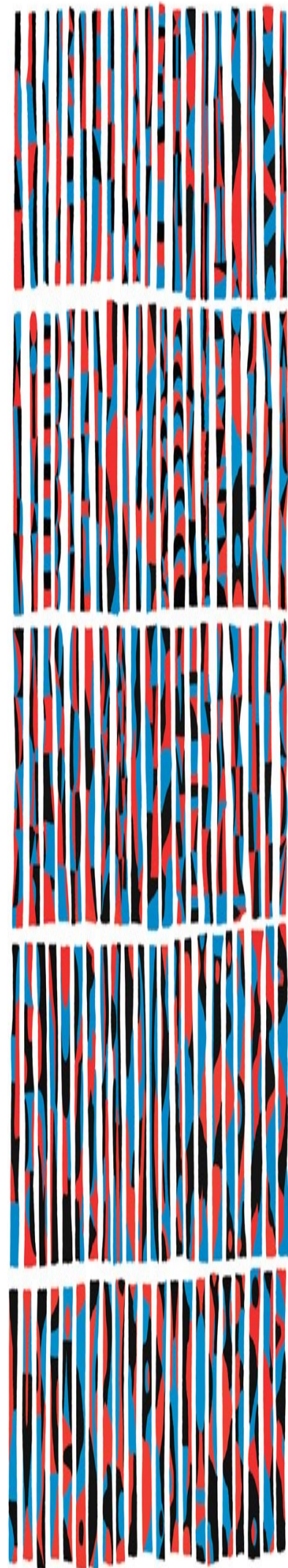
Οι θετικές και τακτικές επαφές είναι ένα απόθεμα σχέσης.

Αυτά τα αποθέματα είναι μια επένδυση που μπορεί να βοηθήσει στο μέλλον, προσφέροντας μια στέρεα βάση για την προστασία της σχέσης σε στιγμές έντασης ή προβλημάτων. Συχνές επαφές με μικρή προσπάθεια είναι πιο αποτελεσματικές από αραιά γεγονότα όπως οι θεσμοθετημένες συναντήσεις εκπαιδευτικών γονέων. Η καλύτερη προσέγγιση είναι να ενσωματώνονται αυτές οι συχνές επαφές συστηματικά στη σχολική διαδικασία. Χωρίς σύστημα, η οικοδόμηση των σχέσεων συμβαίνει σπάνια και ξεχνιέται με τον χρόνο.

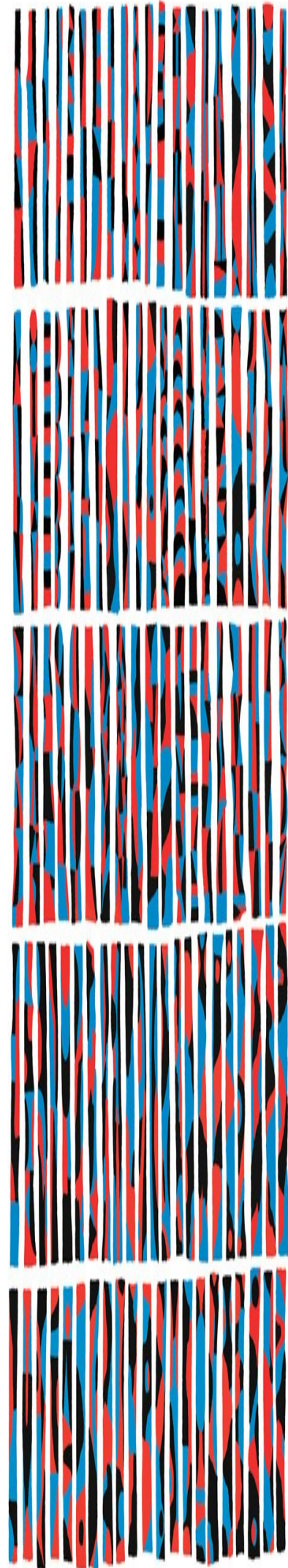
Αν οι γονείς έχουν επαφές με το σχολείο
μόνο όταν κάτι πάει στραβά, αντιδρούν
με άγχος ή αμυντικότητα μόλις οι
εκπαιδευτικοί επικοινωνήσουν μαζί τους.
Η εγκατάσταση μιας διαρκούς
αλληλεπίδρασης βοηθάει στην
υπέρβαση αυτής της δυσκολίας.



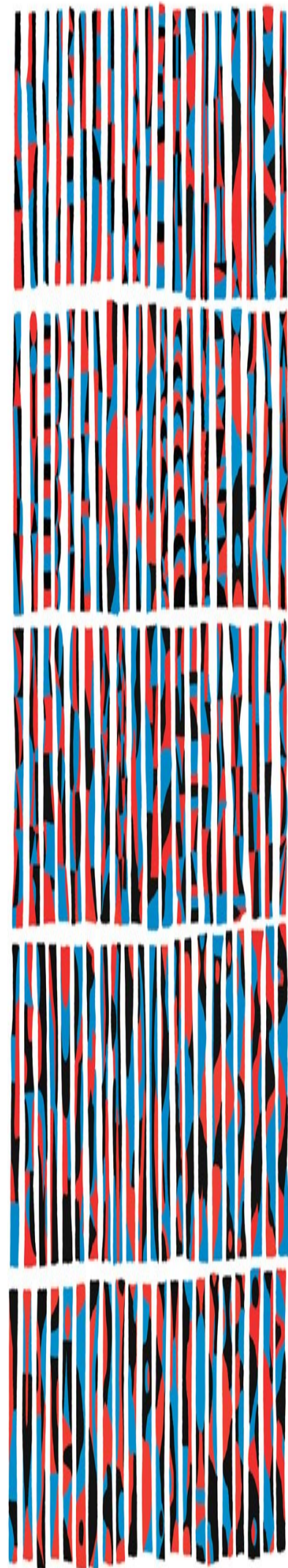
Οι γονείς επιθυμούν να ακούν
προσωπικά πράγματα για τα παιδιά
τους, όχι αποκλειστικά για τις σχολικές
τους επιδόσεις ή τα προβλήματα
συμπεριφοράς τους - για παράδειγμα τα
ενδιαφέροντά τους και κάτι αστείο που
είπαν στο σχολείο είναι σημαντικά
θέματα. Οι εκπαιδευτικοί μπορούν να
μεταδώσουν αυτά τα πράγματα με
γνήσιο τρόπο στις οικογένειες, ώστε να
δείξουν ότι νοιάζονται για το παιδί ως
ολόκληρο πρόσωπο.



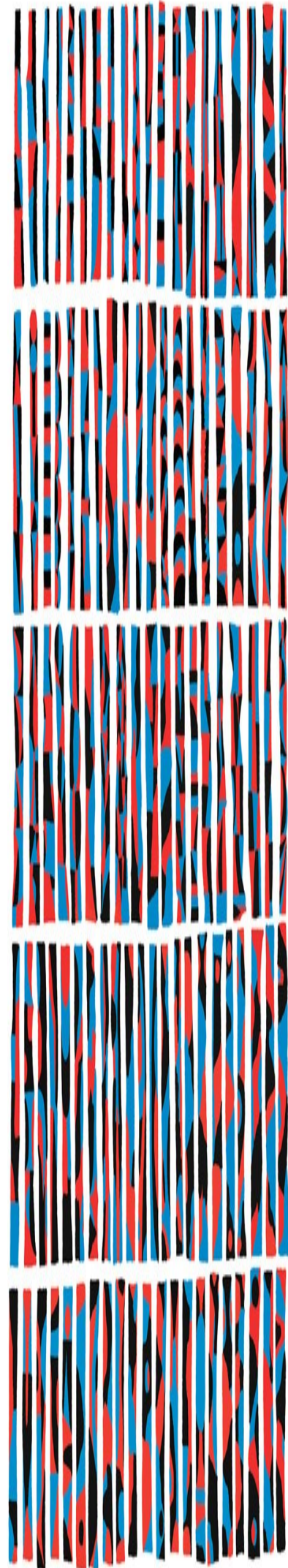
Ο εκπαιδευτικός χρειάζεται επίσης να αναρωτιέται σε σχέση με τις συναντήσεις με τους γονείς: Ποιος συμμετέχει; Ποιος έχει λόγο; Ποιος έρχεται; Ποιος δεν έρχεται; Ποιοι μου λείπουν; Ποιον δεν έχω προσέξει; Ποιος νοιώθει απειλημένος; Ποιος νιώθει αγνοημένος; Χρειάζεται επίσης να θυμόμαστε ότι οι γονείς φτάνουν στο σχολείο με διαφορετικές προσδοκίες, ενδιαφέροντα και ικανότητα για σχέση.



Ο χρόνος που περνούν οι εκπαιδευτικοί με τους μαθητές βοηθάει να διακρίνουν μια συνηθισμένη συμπεριφορά για την ηλικία του παιδιού από μια συμπεριφορά ασυνήθιστη που είναι διαταρακτική ή εμποδίζει σοβαρά την ανάπτυξη και τη μάθηση. Ο εκπαιδευτικός έχει δει ένα εύρος συμπεριφορών που τον βοηθάει να συγκρίνει έναν μαθητή με άλλους της ίδιας ηλικίας.



Οι γονείς ίσως δεν έχουν τακτική επαφή με άλλα παιδιά και δεν έχουν δει ότι το δικό τους παιδί διαφέρει. Το στρες που προκύπτει από τη σχολική εργασία, τις σχέσεις με τους συνομηλίκους και τη γενική δομή του σχολείου πυροδοτεί συχνά προβλήματα που δεν είναι εμφανή πριν από την έναρξη του σχολείου ή στο σπίτι. Οι γονείς ίσως να μη γνωρίζουν τις δυσκολίες που βιώνει το παιδί τους στο σχολείο.

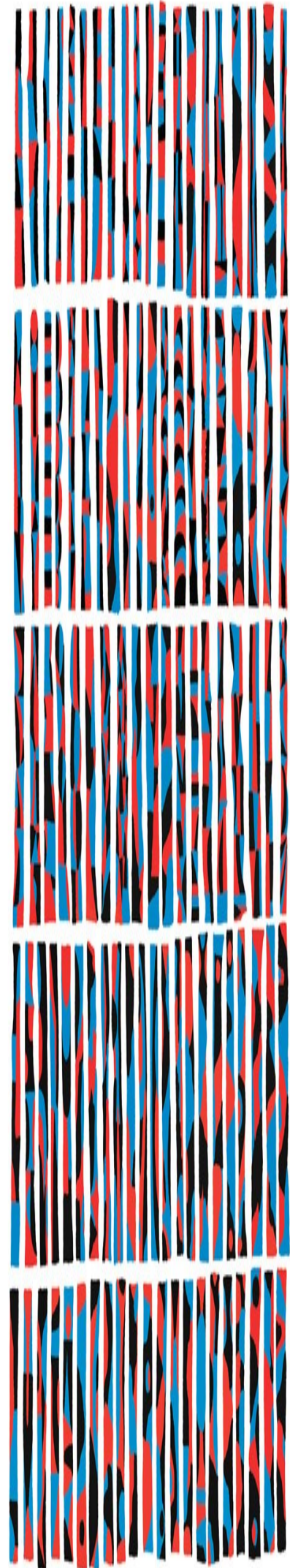


Σε κάθε περίπτωση, φαίνεται ότι δεν βοηθάει να λειτουργεί ο εκπαιδευτικός ως ειδήμων. Στις συζητήσεις του εκπαιδευτικού με τον γονιό για τις ψυχικές δυσκολίες του παιδιού του δύο ειδικοί συναντιούνται. Ο εκπαιδευτικός μπορεί να προσφέρει τις γνώσεις του στην οικογένεια με σεβασμό στις εμπειρίες, την κρίση και τη βούληση των γονέων. Θα μπορούσε επομένως να πει "Σε πολλά παιδιά αυτό έχει βοηθήσει, αλλά εσείς τι πιστεύετε, θα ήταν κατάλληλο για τη δική σας οικογένεια;"

Αν ο εκπαιδευτικός έχει την ευκαιρία να συζητήσει πρώτα για τα πράγματα που ο μαθητής τα πάει καλά, αυτά τα θετικά μπορούν να αυξήσουν την εμπιστοσύνη του γονέα. Το να μιλάς με τους γονείς για τις ψυχικές δυσκολίες που έχει το παιδί τους είναι μια δύσκολη και έντονη συζήτηση. Πολλοί εκπαιδευτικοί αναφέρουν ότι αυτό είναι από τα πιο στρεσσογόνα μέρη της δουλειάς τους. Ίσως πολλοί να βρουν βοηθητικό να εξασκούνται σε αυτές τις συζητήσεις με άλλους συναδέλφους τους.

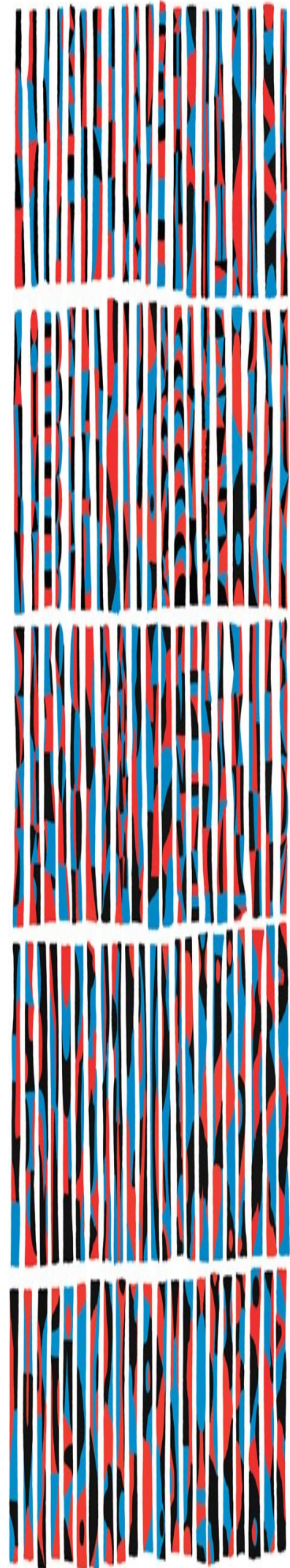
Ο εκπαιδευτικός θα μπορούσε να πει
κάτι όπως:

"Έχω παρατηρήσει ότι ο Νίκος
δυσκολεύεται πολύ να είναι ήρεμος στην
τάξη. Διασπάται εύκολα και συχνά έχει
δυσκολία να συγκεντρωθεί σε κάτι.
Αναρωτιέμαι, έχετε παρατηρήσει κι εσείς
κάτι παρόμοιο στο σπίτι;"

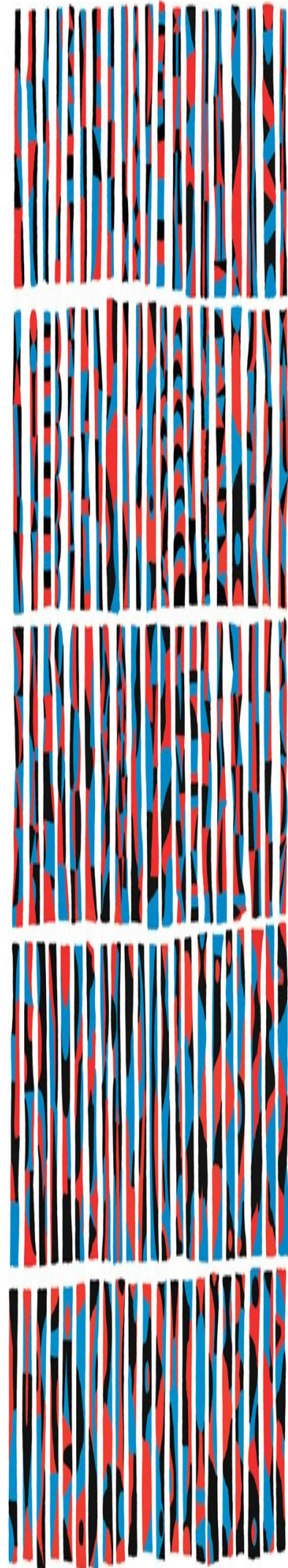


Ή θα μπορούσε να πει κάτι όπως:

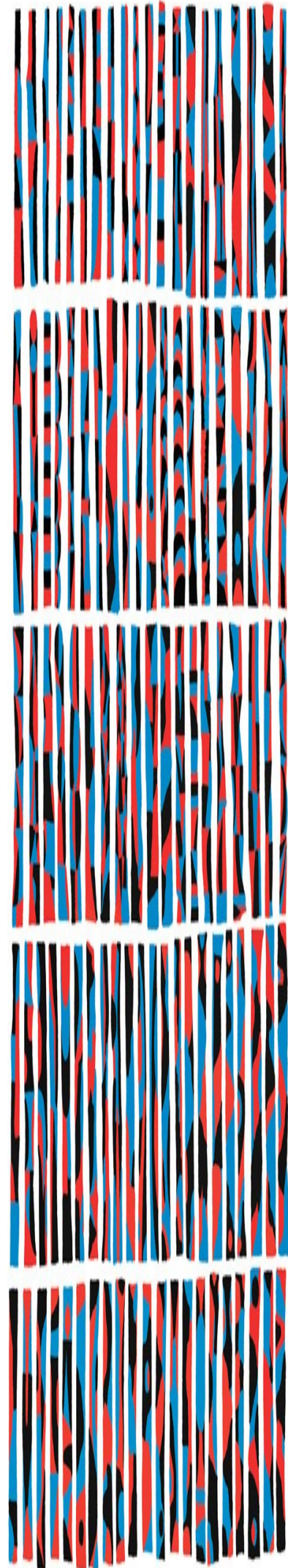
"Η Μαρία φαίνεται πολύ ήσυχη στην τάξη και δυσκολεύεται να απαντήσει σε ερωτήσεις όταν της απευθύνομαι, ακόμη κι αν γνωρίζει την απάντηση. Σας έχουν αναφέρει κάτι παρόμοιο άλλοι δάσκαλοι στο παρελθόν;"



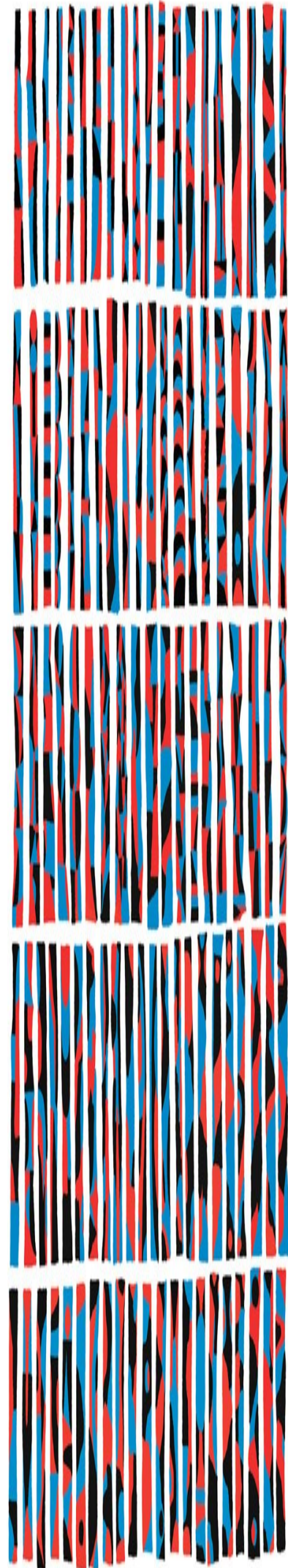
Και οι δυο αυτές ερωτήσεις εξετάζουν μια συγκεκριμένη συμπεριφορά που έχει παρατηρήσει ο εκπαιδευτικός, χωρίς να διατυπώνουν μια κρίση για πιθανές αιτίες. Αν ο γονέας συμφωνήσει ότι το παιδί δείχνει αυτή τη συμπεριφορά στο σπίτι ή αλλού, τότε εκπαιδευτικός και γονέας μαζί έχουν ήδη ξεκινήσει τη συζήτηση για την επίλυση του προβλήματος. Αν ο γονέας πει ότι δεν έχει δει παρατηρήσει κάτι, τότε ο εκπαιδευτικός μπορεί να συνεχίσει με μια ερώτηση όπως:



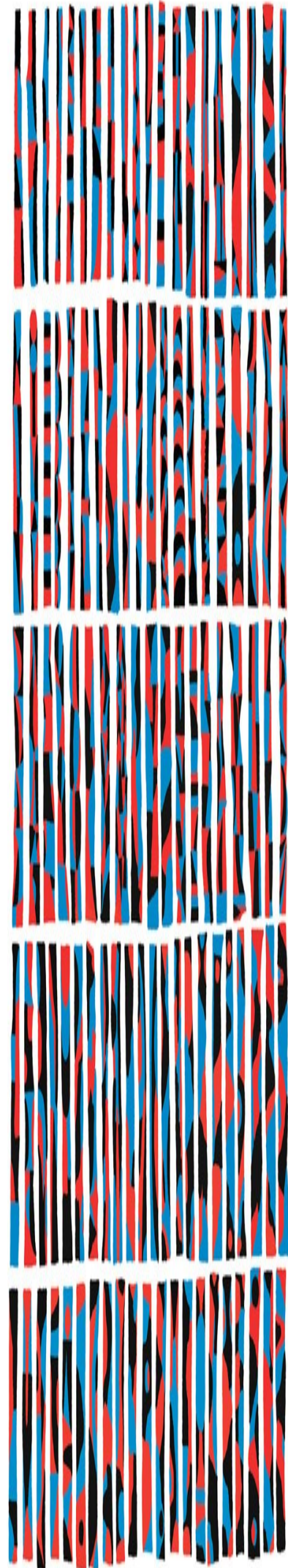
"Βλέπω αυτή τη συμπεριφορά συχνά στην τάξη και φαίνεται να επηρεάζει τη Μαρία. Έχετε να προτείνετε κάτι που μπορούμε να κάνουμε για να τη βοηθήσουμε;" Άλλη μια φορά, ο εκπαιδευτικός έχει προσκαλέσει τον γονέα στην επίλυση του προβλήματος και έχει αποφύγει μια έντονη διαφωνία.



Είναι επώδυνο για τους γονείς να ακούσουν ότι το παιδί τους αντιμετωπίζει πιθανώς μια ψυχική δυσκολία. Για τον εκπαιδευτικό είναι μεγάλη πρόκληση να πει στους γονείς τις παρατηρήσεις του. Συχνά βοηθάει πολύ να συζητάει με έμπειρους συναδέλφους του ή με κάποιον ειδικό ψυχικής υγείας για τους τρόπους που μπορεί να μιλήσει σε μια δεδομένη οικογένεια. Κάποιες φορές οι γονείς γνωρίζουν ότι το παιδί τους έχει πρόβλημα και δεν θέλουν να το αποκαλύψουν στον εκπαιδευτικό με τον φόβο ότι θα αλλάξει τον τρόπο που αντιμετωπίζει το παιδί ή θα αλλάξει τις προσδοκίες του. Πολλοί γονείς αναφέρουν επίσης ότι αισθάνονται ντροπή ή ενοχή.



Όταν εκπαιδευτικοί και γονείς
επικοινωνούν καλά, μιλούν ανοικτά με
τρόπο που είναι εύκολα κατανοητός και
έχουν ως προτεραιότητα να ακούσουν ο
ένας τον άλλον.



Οι πιο σημαντικές **δεξιότητες**

επικοινωνίας που βοηθούν τον

εκπαιδευτικό είναι:

Όταν ακούει:

Δείχνει σεβασμό και περιμένει τον γονιό να τελειώσει πριν να μιλήσει ή να κάνει ερωτήσεις.

Προσπαθεί να μπει στη θέση του γονιού.

Να δει πώς θα ήταν να είναι ο γονιός.

Δεν χρειάζεται να συμφωνεί με αυτό που λέγεται προκειμένου να ακούσει υποστηρικτικά.

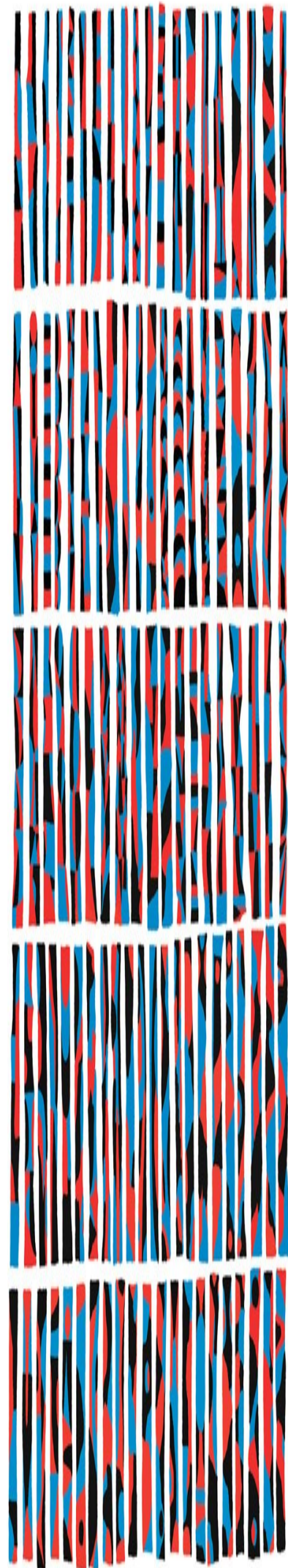
Δείχνει κατανόηση κοιτάζοντας τον γονιό με κατάλληλες εκφράσεις του προσώπου (π.χ. γελάει για ένα ευχάριστο θέμα). Είναι υποστηρικτικό επίσης να γνέφει καταφατικά όταν συμφωνεί με αυτό που λέγεται.

Όταν ο εκπαιδευτικός μιλάει:

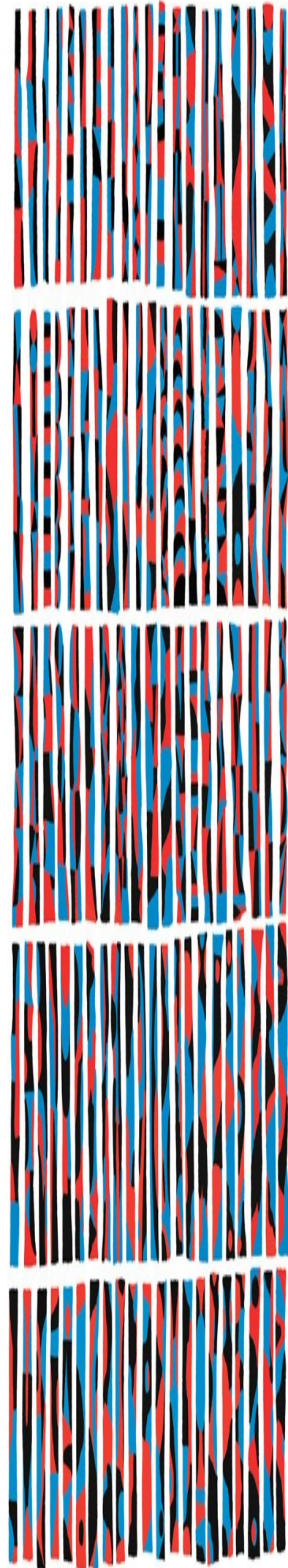
Κάνει βλεμματική επαφή με τον γονιό.

Μιλάει με σταθερότητα, καθαρά και αργά.

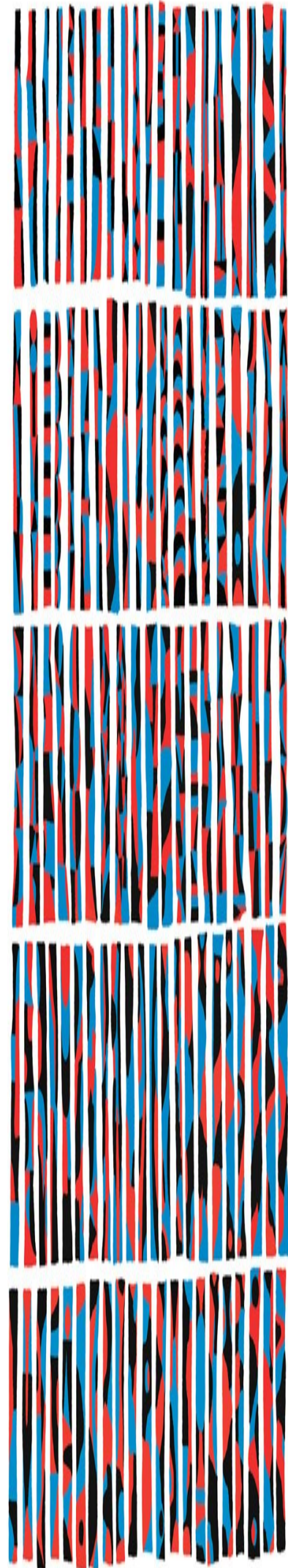
Χρησιμοποιεί πρώτο ενικό για ευαίσθητα θέματα (π.χ. αισθάνομαι ότι ο Μανώλης δυσκολεύεται να μπει σε παρέες). Έτσι μπορεί να γίνει αντιληπτός, και την ίδια στιγμή μειώνει τον κίνδυνο να επικρίνει ή να θίξει τον γονιό.



Οι δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων
είναι επίσης χρήσιμες. Ας δούμε τα
βήματα στη συζήτηση εκπαιδευτικού-
γονέων για τον 8χρονο Γιάννη που
εμφανίζει εναντιωματική και επιθετική
συμπεριφορά:

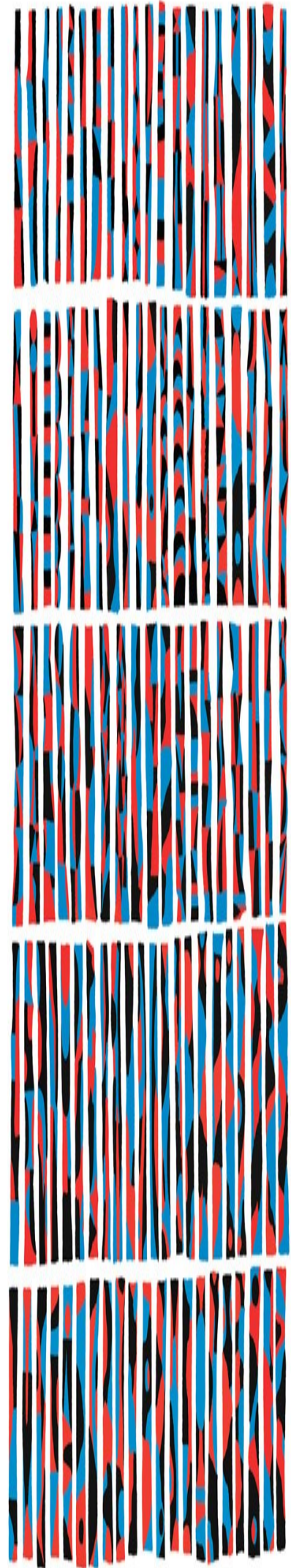


Καθορίζουμε το πρόβλημα. Μερικές φορές αυτό είναι πολύ ευρύ και χρειάζεται να το κάνουμε πιο συγκεκριμένο. Χρειάζεται να συζητήσουμε περισσότερο για να καταλάβουμε ποιο είναι το ζήτημα. Μήπως το παιδί δεν έχει μάθει ποια είναι η κατάλληλη συμπεριφορά, μήπως δεν έχει μάθει πώς να τα βγάζει πέρα με συναισθήματα όπως η ματαιώση ή ο θυμός ή μήπως αισθάνεται ανασφαλές σε άγνωστες καταστάσεις;



Προσφέρουμε πολλές πιθανές λύσεις - ο εκπαιδευτικός κάνει προτάσεις και ζητά από τους γονείς να δώσουν τις δικές τους ιδέες (να επιβραβεύσουμε το παιδί για επιθυμητές συμπεριφορές, να δώσουμε ανταμοιβές, να καθιερώσουμε σταθερές συνήθειες, να θέσουμε όρια που μπορεί να αντέξει ψυχικά, να δώσουμε επιλογές προκειμένου να μάθει να παίρνει υπεύθυνες αποφάσεις, ή να εφαρμόζουμε σταθερές λογικές συνέπειες όταν εκδηλώνει ανεπιθύμητες συμπεριφορές;)

Ο εκπαιδευτικός βοηθάει τους γονείς να
σκεφτούν τα πλεονεκτήματα και τα
μειονεκτήματα των επιλογών που
προτιμούν. Επιλέγουμε μια-δυο επιλογές,
τις δοκιμάζουμε και αξιολογούμε το
αποτέλεσμα.



Ορισμένες προκλήσεις που συναντά ο εκπαιδευτικός στις συζητήσεις του με τους γονείς είναι οι εξής:

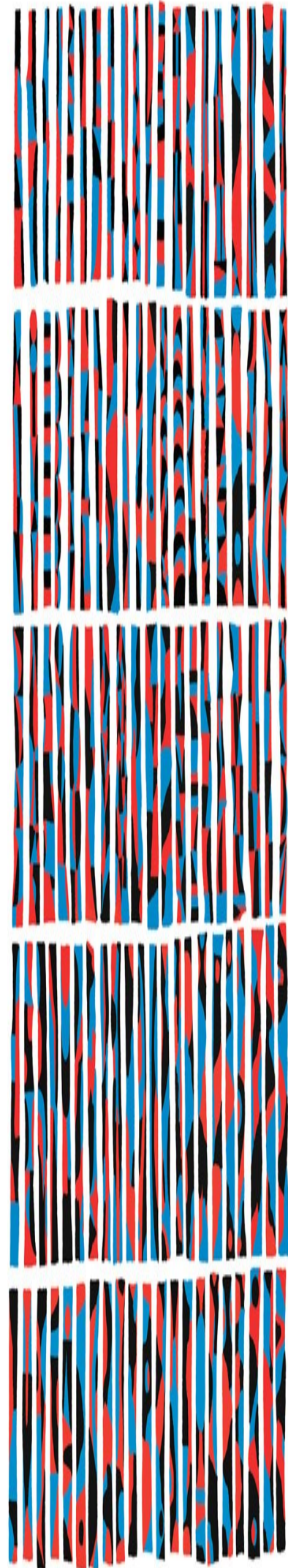
Διασπαστικά σχόλια ενός γονέα

εμποδίζουν τη συζήτηση

Ευχαριστούμε τον γονέα για το σχόλιο και υπενθυμίζουμε τον στόχο της συνάντησης. Αναγνωρίζουμε ότι μπορεί να είναι δύσκολο να μείνουμε επικεντρωμένοι σε ένα θέμα, γιατί υπάρχουν πολλά διαφορετικά πράγματα που οι γονείς θα ήθελαν να συζητήσουν, αλλά ο σύντομος χρόνος της συνάντησης μας αναγκάζει να ασχοληθούμε με συγκεκριμένα θέματα. Προτείνουμε ένα πιο κατάλληλο θέμα με βάση τον σκοπό της συνάντησης.

Ένας γονέας αναστατώνεται ή θυμώνει

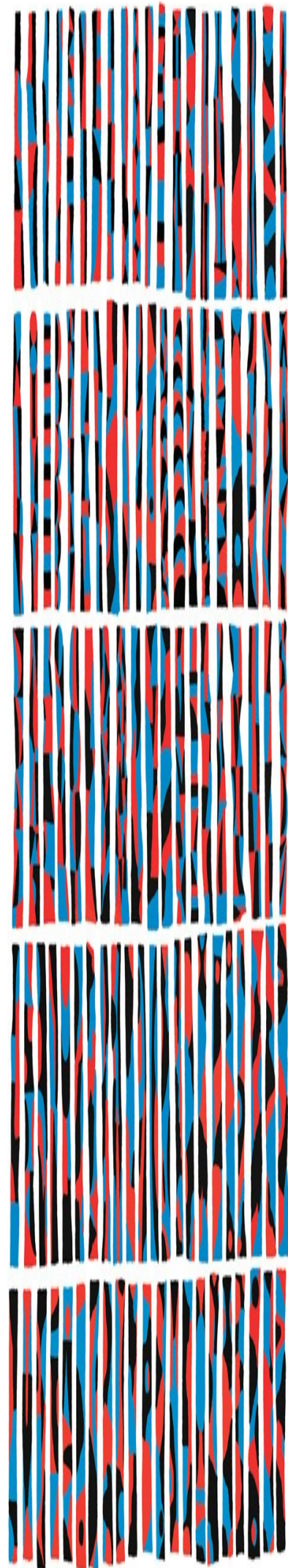
Αναγνωρίζουμε το συναίσθημα που βλέπουμε και εκφράζουμε υποστήριξη και ενσυναίσθηση. Εξομαλύνουμε την έκφραση του συναισθήματος και ρωτάμε τον γονέα τι προκάλεσε την αναστάτωση. Εφόσον η ένταση υποχωρήσει, συνεχίζουμε. Αν δεν υποχωρήσει, ζητάμε να συνεχίσουμε τη συζήτηση. Η αλλαγή θέματος μπορεί να βοηθήσει τον γονέα να αισθανθεί καλύτερα. Διαφορετικά, χρειάζεται να προγραμματίσουμε μια επόμενη συνάντηση.



Ένας γονέας δεν μιλάει

Αναγνωρίζουμε τη σιωπή.

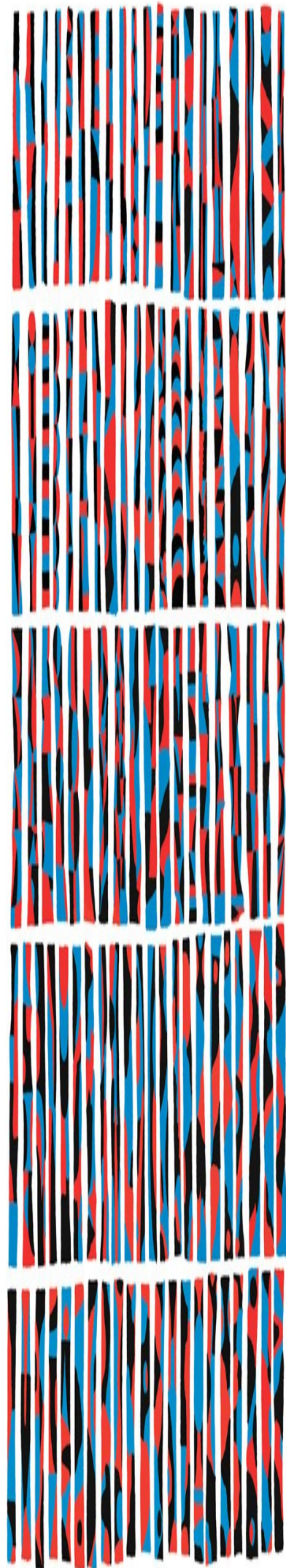
Αναγνωρίζουμε ότι ο γονέας ίσως δεν αισθάνεται άνετα ή δεν έχει διάθεση να μιλήσει. Εξηγούμε ότι η συμβολή του στη συζήτηση είναι σημαντική και τον ενθαρρύνουμε να συμμετάσχει όταν είναι έτοιμος. Βοηθάει πολύ στην αρχή να συζητάμε για ευχάριστα θετικά θέματα.



Δημιουργείται σύγκρουση μεταξύ των δύο γονέων

Ζητάμε και από τους δύο να ηρεμήσουν και να μας δώσουν να καταλάβουμε τι συμβαίνει. Προσπαθούμε να κατανοήσουμε τι διαμείφθηκε λίγο πριν. Αναγνωρίζουμε λεκτικά τη δυσκολία της κατάστασης και εξηγούμε ότι οι εντάσεις είναι συχνές όταν βρισκόμαστε σε στρες. Αν οι γονείς ηρεμήσουν, συνεχίζουμε. Αν δεν μπορούν να συζητήσουν χωρίς να θυμώνουν, αλλάζουμε θέμα. Σκεφτόμαστε να επιστρέψουμε αργότερα στο δύσκολο σημείο ή να προγραμματίσουμε μια άλλη συνάντηση.

Στις συζητήσεις με τους γονείς για τις
ψυχικές δυσκολίες των παιδιών τους,
χρειάζεται πάντοτε να παρουσιάζεται μια
λύση. Ο εντοπισμός από τους γονείς
ευάλωτων χαρακτηριστικών σε
συνδυασμό με τη δυνατότητα να
βοηθήσουν το παιδί τους με έναν πολύ
συγκεκριμένο τρόπο δίνει δύναμη και
προσφέρει ελπίδα για το μέλλον. Η
θεραπεία των παιδιών δεν είναι ευθύνη
των εκπαιδευτικών.



Ωστόσο, οι εκπαιδευτικοί είναι υπεύθυνοι να συστήσουν στις οικογένειες υποστηρικτικές υπηρεσίες και υπηρεσίες ψυχικής υγείας που χρειάζονται. Η παραπομπή βέβαια αυτή, για να είναι επιτυχής, προϋποθέτει αφενός την ενημερότητα του εκπαιδευτικού για τις διαθέσιμες υπηρεσίες και αφετέρου τη διαθεσιμότητά να βοηθήσει στην αξιολόγηση του παιδιού και στο σχέδιο δράσης για την αντιμετώπιση των δυσκολιών του επικοινωνώντας σε επόμενο χρόνο με τους ειδικούς ψυχικής υγείας. Και αυτή η διαθεσιμότητα χρειάζεται να διατυπώνεται ρητά και εκ των προτέρων στους γονείς.

Συνοψίζοντας το σχολείο μπορεί να είναι
ένας τόπος που οι άνθρωποι
συναντιούνται και συζητούν - τόπος
που μπορεί να μειώσει την κοινωνική
απομόνωση και να βελτιώσει την ψυχική
υγεία των παιδιών. Είναι σημαντικό οι
εκπαιδευτικοί να συνεχίσουν να
βρίσκουν τρόπους να συνομιλούν με
τους γονείς – καθώς οι ανάγκες
εξελίσσονται και νέες οικογένειες
έρχονται και φεύγουν.

