

Διαχείριση Κρίσεων στο σχολείο

2^η ΕΔΥ

21ο Δημοτικό Σχολείο Ιωαννίνων

■ **Μέρος Α΄:** Διδασκαλία θεωρητικών γνώσεων που αφορούν την έννοια της σύγκρουσης, την επικοινωνία και την ειρηνική επίλυση των διαμαχών/συγκρούσεων.

■ **Μέρος Β΄:** Βιωματική εκπαίδευση που προωθεί την ενσυναίσθηση, τον αυτοέλεγχο, τον αλληλοσεβασμό, την υπευθυνότητα, την υπομονή.

**Πώς αντιμετωπίζουμε
τις επιθετικές/συγκρουσιακές συμπεριφορές,
όταν τελικά εκδηλωθούν;**

- Το στάδιο της ηρεμίας
- Το στάδιο πυροδότησης
- Το στάδιο της κλιμάκωσης
- Το στάδιο της κρίσης/κορύφωσης
- Το στάδιο της επαναφοράς
- Το στάδιο της μετά-κρίσης

Φάση Ηρεμίας

Οι άνθρωποι σε αυτή τη φάση είναι:

🎬 Υπάκουοι

🎬 Συνεργάσιμοι

🎬 Συγκεντρωμένοι/Συμμετοχικοί

🎬 Αποδέχονται την Επιβράβευση

Φάση Έντασης

- 🎬 Σταματά η συγκέντρωση
- 🎬 Εκνευρισμός
- 🎬 Διακοπή οποιασδήποτε συμμετοχής σε ό,τι κάνω





Φάση Κλιμάκωσης

Επιθετική συμπεριφορά:

- Το άτομο προσπαθεί να παρασύρει τον συνομιλητή σε καυγά.
- Παρενόχληση.
- Ευερεθιστικότητα.

Φάση Κρίσης/Κορύφωση Έντασης

Η συμπεριφορά του ατόμου είναι εκτός ελέγχου:

-  Σωματική βία
-  Αυτοτραυματισμός
-  Καταστροφή περιουσίας
-  Ανεξέλεγκτο κλάμα, συνήθως μικρής διάρκειας

Φάση Αποκλιμάκωσης / Επαναφοράς

Στο στάδιο της επαναφοράς ο θυμός αρχίζει να καταλαγιάζει.





Υπάρχει υπερευαισθησία το άτομο αισθάνεται ευάλωτο και υπάρχει πιθανότητα νέου κύκλου θυμού.

Φάση Επαναφοράς/μετά-κρίση




Στη **μετά-κρίση περίοδο** το άτομο χρειάζεται να ηρεμήσει και το σώμα να ξεκουραστεί. Η ικανότητα επικοινωνίας επανακτάται.

Γεγονός/Πρόκληση/Πυροδότηση

Το σχολείο:

-  Δυσκολίες στο μάθημα
-  Αλλαγές
-  Κοροϊδία
-  Ένταση με τον/την εκπαιδευτικό

Εκτός Σχολείου:

-  Οικονομικές Δυσκολίες
-  Οικογενειακές Συγκρούσεις
-  Πείνα και άλλες οργανικές δυσκολίες

Διαχείριση της έντασης

Ψυχραιμία, γιατί είναι πιθανό να λειτουργήσουμε με την ίδια ένταση και να καθρεφτίσουμε τις συμπεριφορές που καλούμαστε να διαχειριστούμε αντιγράφοντας τα ίδια στάδια μιας σύγκρουσης.

Το κάνουμε για τον ίδιο λόγο: νοιώθουμε απειλημένοι από την επερχόμενη επίθεση και μπαίνουμε σε θέση μάχης. Είναι σημαντικό να μη λειτουργήσουμε παρορμητικά και διακατεχόμενοι από θυμό.

Διαχείριση της έντασης

Οι καλύτεροι τρόποι για να αντιμετωπίσουμε τις εντάσεις αφορούν στα πιο κάτω:

- **Απόσπαση προσοχής**
- **Μετακίνηση του ατόμου εκτός του χώρου έντασης.**
- **Να του ζητήσουμε να κάνει κάτι για μας, π.χ. να πάει στη διεύθυνση και να ζητήσει φωτοτυπίες.**

Διαχείριση Κρίσης

Εάν αισθάνεστε ότι κινδυνεύει ή η ένταση του είναι μεγάλη, συνοδεύσετε τον μακριά από το συγκεκριμένο χώρο. Αν είναι θυμωμένος μαζί σας, δώστε του την ευκαιρία να ηρεμήσει εκτός χώρου. Ιδανικό είναι αυτές οι διαδικασίες να συμφωνηθούν έτσι που να διευκολύνουμε, όταν θα τις εφαρμόσουμε.

Διαχείριση της έντασης

■ **Αλλαγή στη δραστηριότητα που κάνετε.**

■ **Φυσική επαφή:** ζεστό βλέμμα, διακριτικό και ελαφρύ άγγιγμα στον ώμο. Το άγγιγμα να αποφεύγεται, αν δε γνωρίζετε καλά το μαθητή.

■ **Χρήση του χιούμορ:** χρησιμοποιήστε το χιούμορ με προσοχή. Το χιούμορ φέρνει γέλιο που είναι το αντίδοτο στο θυμό.

■ **Επικοινωνία:** είναι σημαντικό να νοιώσει το άτομο ότι τον ακούμε και του δίνουμε προσοχή. Με αυτό τον τρόπο αισθάνεται ότι έχει έλεγχο. Η επικοινωνία σε αυτό το στάδιο είναι απλή, δε ξεκινούμε ανάλυση ούτε και ηθικοδιδασκαλία. Οι μεγάλες συζητήσεις γίνονται αλλού και σε πολύ μεταγενέστερο στάδιο.

Τα ΟΧΙ

Μην αγνοήσετε τι συμβαίνει.

Μην αρχίσετε την ηθικοδιδασκαλία.

Φράσεις όπως οι πιο κάτω θα επιδεινώσουν σίγουρα την κατάσταση, γιατί το άτομο θα τις εκλάβει ως απειλητικές προς το άτομό του και την εικόνα του με αποτέλεσμα να αυξηθεί ο θυμός του:

🎬 «Σύνελθε!»

🎬 «Σε θεωρούσα πιο ώριμο!»

🎬 «Μην είσαι βλάκας»

🎬 «Έλα τώρα! Μην αρχίζεις!»

Πότε και πώς παρεμβαίνουμε;

Η ώρα για την πρώτη παρέμβαση χρειάζεται να γίνει τουλάχιστο 2 ώρες μετά τη λήξη του επεισοδίου.

Χρησιμοποιούμε τις δεξιότητες:

1. Καλή ακρόαση
2. Επαναδιατύπωση
3. Αντανάκλαση συναισθημάτων δια μέσω του λόγου.

Π.χ. *«Βλέπω ότι με αυτό που έγινε θύμωσες και αναστατώθηκες».*

Επικυρώνεις το δικαίωμα στο συναίσθημα και όχι στις συμπεριφορές.