



Ψυχική ανθεκτικότητα μαθητών/ριών και εκπαιδευτικών: Παράγοντες κινδύνου και προστατευτικοί παράγοντες

Θάνος Τουλούπης

Δρ. Ψυχολογίας

Μεταδιδακτορικός Ερευνητής

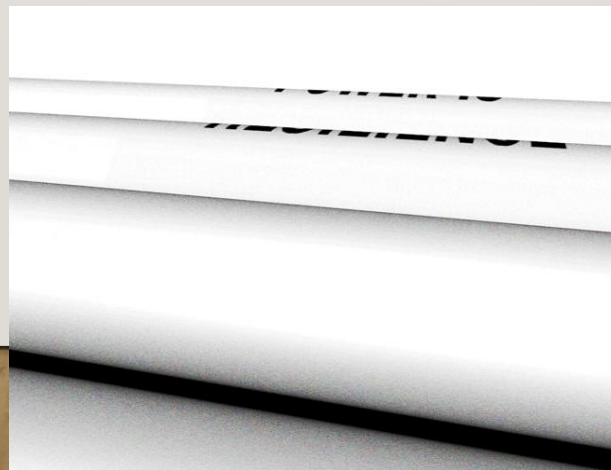
aff00834@uowm.gr



Τι είναι η Ψυχική Ανθεκτικότητα (resilience);



Αναφέρεται στη δυναμική διαδικασία της θετικής προσαρμογής, παρά την ύπαρξη δύσκολων και αντίξωων συνθηκών και παρά την έκθεση σε παράγοντες επικινδυνότητας.





Διαστάσεις Ψυχικής Ανθεκτικότητας

Ο βαθμός της έκθεσης σε δύσκολες συνθήκες, είτε στο παρελθόν είτε στο παρόν, οι οποίες είναι δυνατό να θέσουν σε κίνδυνο την ομαλή εξέλιξη και ανάπτυξη του ατόμου

Κατά πόσο ένα άτομο τα καταφέρνει καλά στη ζωή του σε σχέση με ένα σύνολο αναμενόμενων συμπεριφορών και αναπτυξιακών επιτευγμάτων





Αλλάζει η Ψυχική Ανθεκτικότητα;

Γιατί ένας μαθητής είναι δυνατόν να αντιμετωπίσει με επιτυχία περιβαλλοντικές στρεσογόνες καταστάσεις σε μια περίοδο της ζωής του και ανεπιτυχώς άλλες καταστάσεις σε μια μεταγενέστερη περίοδο;

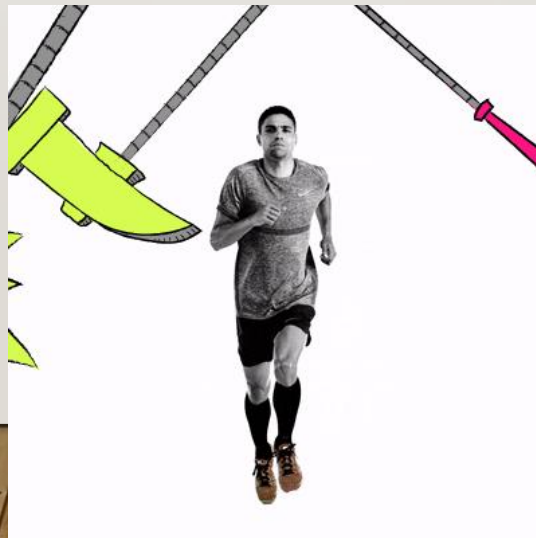


Αλληλεπίδραση μεταξύ προστατευτικών παραγόντων και παραγόντων επικινδυνότητας του ατόμου και του ευρύτερου περιβάλλοντός του και εκτείνεται πέραν της έννοιας ενός σταθερούς ατομικού γνωρίσματος ή χαρακτηριστικού



Παράγοντες κινδύνου (risk factors)

Οι παράγοντες που αυξάνουν την πιθανότητα εμφάνισης προβλημάτων σε διάφορους τομείς ανάπτυξης και προσαρμογής του ατόμου





Παράγοντες κινδύνου (risk factors) για μαθητές

Εντοπίζονται σε επίπεδο:

- ❖ **Κοινότητας** (π.χ., φτώχεια)
- ❖ **Σχολείου** (π.χ., υποβαθμισμένη περιοχή)
- ❖ **Συνομηλίκων** (π.χ., εκφοβισμός)
- ❖ **Οικογένειας** (π.χ., διαζύγιο, ασθένεια)
- ❖ **Ατόμου** (π.χ., δυσκολίες μάθησης)

Χαμηλή επίδοση, εγκατάλειψη
σχολείου, προβλήματα
συμπεριφοράς,
καταχρήσεις/εξαρτήσεις



Παράγοντες κινδύνου (risk factors) για εκπαιδευτικούς

Ενδογενείς

Σχετίζονται με τον ίδιο τον εκπαιδευτικό και τον τρόπο λειτουργίας/διοίκησης του σχολείου

- ❖ **Ηλικία**
- ❖ **Έτη προϋπηρεσίας**
- ❖ **Έλλειψη κινήτρων**
- ❖ **Σύγκρουση μεταξύ παιδαγωγικού και δημοσιοϋπαλληλικού ρόλου**
- ❖ **Διαχείριση προβληματικών συμπεριφορών μαθητών**
- ❖ **Περιορισμοί συστήματος** (*ελλιπής υλικοτεχνική υποδομή, βαθμοθηρικός προσανατολισμός, συγκεντρωτικό σύστημα διοίκησης*)



Παράγοντες κινδύνου (risk factors) για εκπαιδευτικούς

Περιβαλλοντικοί

Σχετίζονται με παράγοντες εκτός του σχολικού περιβάλλοντος

- ❖ Υψηλές προσδοκίες κοινωνίας για ρόλο σχολείου/εκπαιδευτικών
- ❖ Σύνθετη εθνο-πολιτισμική προέλευση μαθητών



Προστατευτικοί παράγοντες (protective factors)

Οι παράγοντες που συμβάλλουν στο να ξεπερνάει το άτομο τις αντιξοότητες και να τα καταφέρνει στη ζωή του





Προστατευτικοί παράγοντες (protective factors) για μαθητές

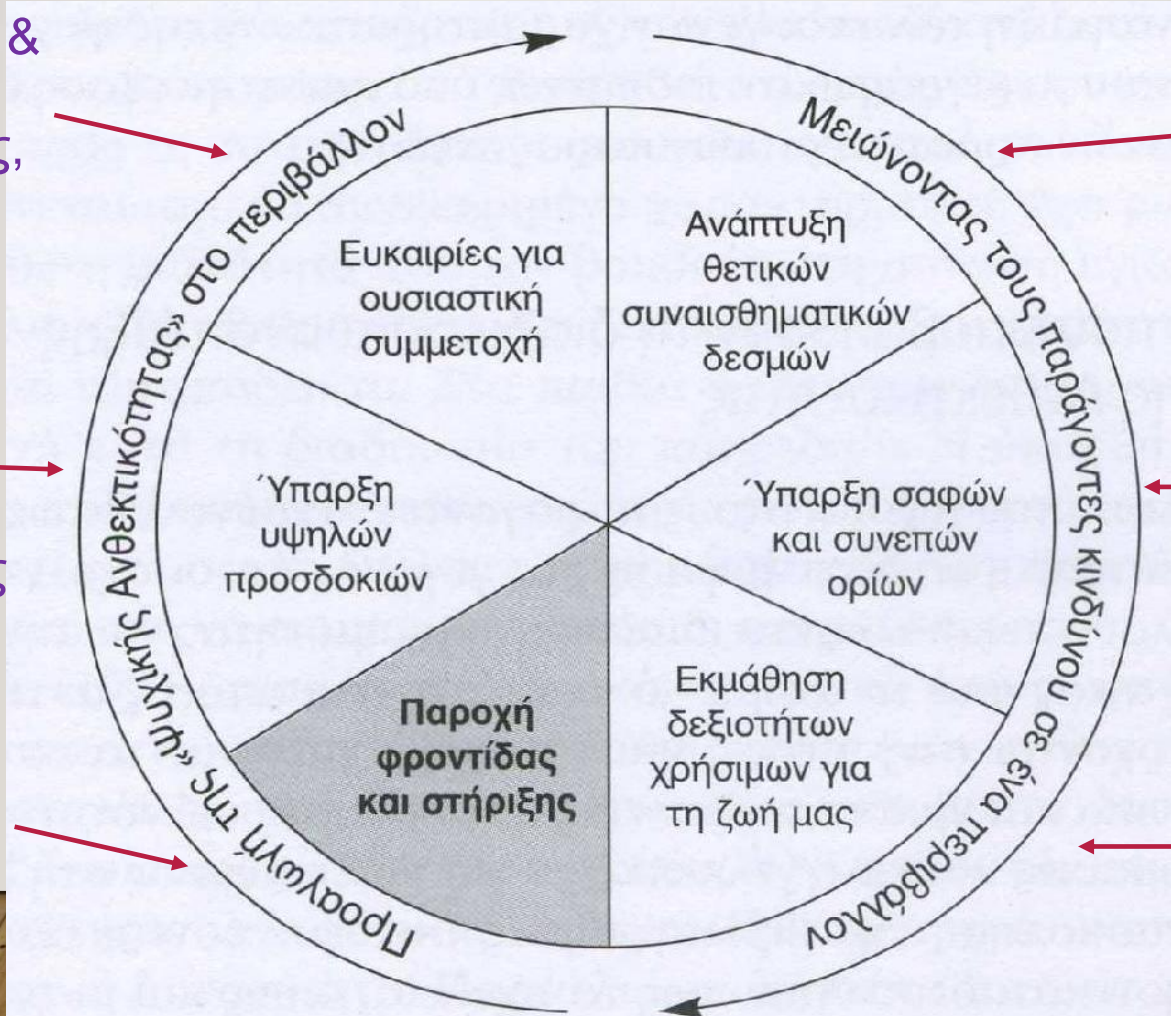
- ✓ **Ατομικοί** (π.χ., κοινωνικές δεξιότητες, χιούμορ, αισιοδοξία, ικανότητα μάθησης, εσωτερική έδρα ελέγχου, αυταξία)
- ✓ **Περιβαλλοντικοί** (σχολείο/οικογένεια): αναγνώριση προσπάθειας, στενές διαπροσωπικές σχέσεις, σαφή όρια, υψηλές/ρεαλιστικές προσδοκίες, ανάθεση ρόλων/ευθυνών, συμμετοχικές διαδικασίες, υιοθέτηση εσωτερικής έδρας ελέγχου



Ο τροχός της ΨΑ

Προστατευτικοί παράγοντες (protective factors) για μαθητές

- Συμμετοχή σε επιτροπές & εθελοντικές οργανώσεις (π.χ., έκδοση εφημερίδας, διοργάνωση bazar)
- «Προκλητικά» αλλά επιτεύξιμα έργα → ενίσχυση αυτο-αποτελεσματικότητας
- Ενθάρρυνση συμμετοχής
- Αναγνώριση προσπάθειας
- Ειδικά σε «ευάλωτους» μαθητές



- Θετικό σχολικό κλίμα
- Ενθάρρυνση ενεργητικής εμπλοκής γονέων στα σχολικά δρώμενα
- Μαθητές → διατύπωση κανόνων και «συνεπειών», υπογραφή, ανάρτηση
- Αποφυγή έμφασης σε «μη/δεν»
- Αναγνώριση τήρησής τους
- Συνεργατικότητα
- Λήψη αποφάσεων
- Επίλυση συγκρούσεων



Πότε ο μαθητής χρειάζεται ενίσχυση της ΨΑ;

- Δεν αναγνωρίζει προσωπικά ταλέντα/ικανότητες ή αισθάνεται ότι οι ιδέες, τα ταλέντα και οι ικανότητες παραβλέπονται
- Παραμένει παθητικός αποδέκτης
- Είναι απαθής
- Εκφράζει την αμφιβολία του σχετικά με την ικανότητά του να συνεισφέρει στην κοινωνία με ουσιώδη τρόπο

- Είναι απομονωμένος από θετικά πρότυπα ενηλίκων και συνομηλίκων
- Δεν ασχολείται με καμία δραστηριότητα πριν, μετά ή και κατά τη διάρκεια του σχολείου που να τον ενδιαφέρει
- Απέχει από τη διαδικασία αλληλεπίδρασης με τους συνομηλίκους
- Είναι αποθαρρυσμένος-αμέτοχος στη διαδικασία της μάθησης

- Έχει διαμορφώσει μια αίσθηση ότι «δεν μπορεί»
- Περιγράφει τον εαυτό του με αρνητικούς χαρακτηρισμούς
- Έχει μειωμένη πίστη στις ικανότητές του
- Μειώνει τον εαυτό του και τους άλλους
- Εκφράζει προσωπικούς περιορισμούς με βάση το γένος του, την εθνικότητά του, το οικογενειακό εισόδημα ή άλλους παράγοντες

- Αισθάνεται απομονωμένος από το σχολείο
- Δεν εισπράττει καθόλου φροντίδα
- Αισθάνεται «αόρατος»
- Δεν γίνεται αποδέκτης καμίας θετικής αναγνώρισης



- Είναι μπερδεμένος σχετικά με τις προσδοκίες/τους κανόνες
- Θεωρεί ότι οι κανόνες δεν έχουν καμία ουσία ύπαρξης
- Δεν λαμβάνει μέρος στη λήψη /στην αλλαγή των κανόνων

- Δεν μετέχει σε καμία συνεχιζόμενη διαδικασία για την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων
- Εκδηλώνει ανεπιθύμητες συμπεριφορές
- Σπανίως εκδηλώνει κάποια δεξιότητα διεκδικητικότητας, δεξιοτήτων άρνησης, ή επίλυσης συγκρούσεων με υγιή τρόπο, δεξιότητες επιτυχούς λήψης αποφάσεων ή επίλυσης προβλημάτων και/ή υγιούς διαχείρισης του άγχους



Πότε ο μαθητής διαθέτει ΨΑ;

- Πιστεύει ότι έχει λόγο στις αποφάσεις που λαμβάνονται στο πλαίσιο της τάξης/του σχολείου του
- Συμμετέχει ενεργά στην παροχή βοήθειας στους άλλους μέσω της συνεργατικής μάθησης, μέσω της μάθησης για παροχή υπηρεσιών στην κοινότητα, και μέσω της βοήθειας των συνομηθίκων του, ή μέσω άλλων δρόμων
- Επιδεικνύει μια αίσθηση αυτο-αποτελεσματικότητας όταν ανταποκρίνεται σε νέες προκλήσεις

- Έχει διαμορφώσει μια στενή σχέση με τουλάχιστον έναν ενήλικα που νοιάζεται και φροντίζει στο σχολείο
- Ασχολείται με δραστηριότητες πριν, μετά ή και κατά τη διάρκεια του σχολείου που τον/την ενδιαφέρουν
- Συμμετέχει στη συνεργατική αλληλεπίδραση με τους συνομηθίκους, μέσω των διδακτικών στρατηγικών και/ή των σχολικών προγραμμάτων
- Σχετίζεται θετικά με τη διαδικασία της μάθησης





Φροντίζοντας Αυτούς που Φροντίζουν...

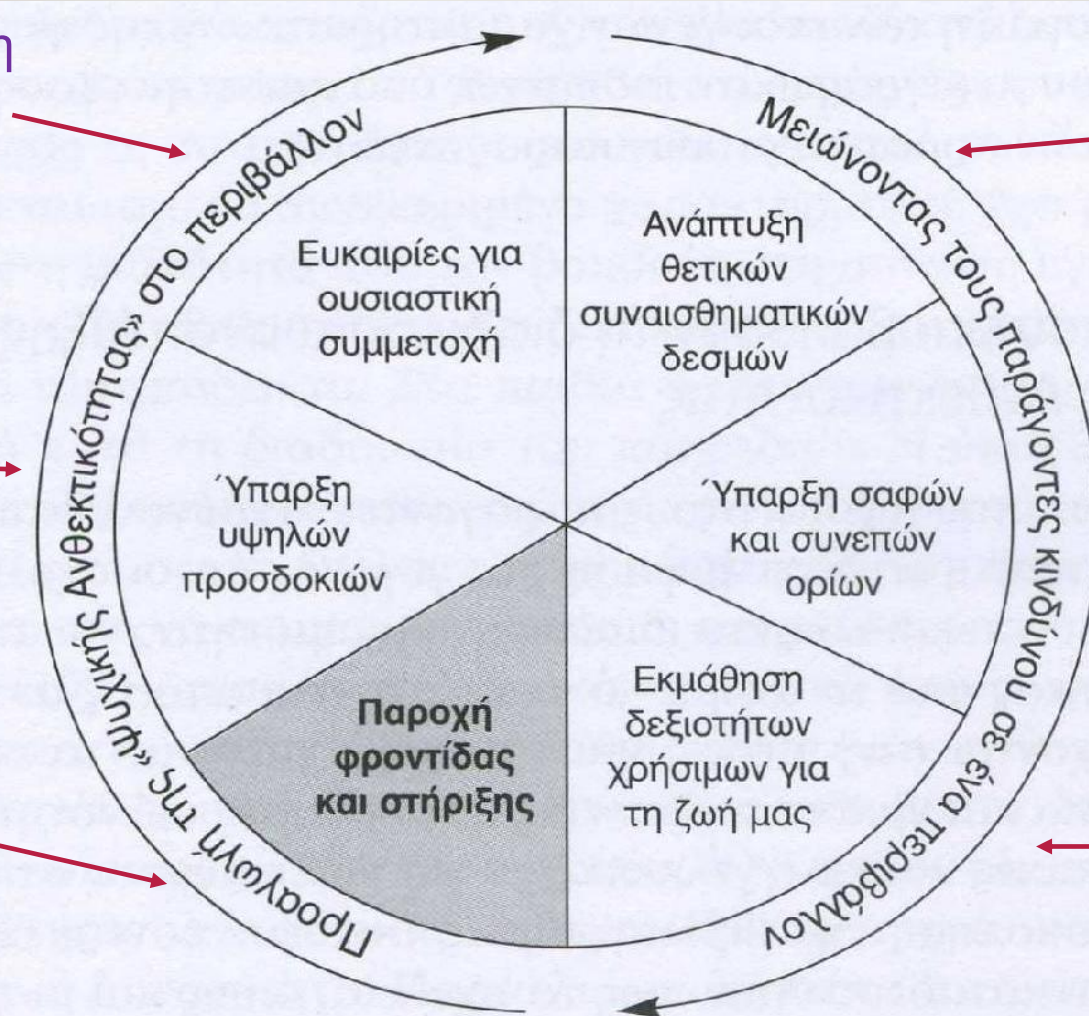




Ο τροχός της ΨΑ

Προστατευτικοί παράγοντες (protective factors) για εκπαιδευτικούς

- Ενεργή συμμετοχή σε λήψη αποφάσεων που αφορούν στην εύρυθμη λειτουργία της σχολικής μονάδας
- Υψηλοί αλλά ρεαλιστικοί στόχοι καριέρας
- Αποδοχή, ενθάρρυνση και ανατροφοδότηση από προϊσταμένους/διευθυντές
→ κινητοποίηση



- Συναισθηματικοί δεσμοί με οικογένεια, συναδέλφους, φίλους, αίσθημα «ανήκειν» στο σχολείο
- Ως προς το έργο/ρόλο των εκπαιδευτικών, τις διαδικασίες/πολιτικές μέσω συμμετοχικής λήψης
- Διαχείριση μαθητικών συμπεριφορών
- Επίλυση συγκρούσεων

Πότε ο εκπαιδευτικός χρειάζεται ενίσχυση της ΨΑ;



- Αισθάνεται παραμελημένος
- Δεν έχει καμία πρόκληση να προσφέρει υπηρεσίες πέρα από τον παραδοσιακό του ρόλο
- Παραμένει παθητικός αποδέκτης
- Στερείται των απαραίτητων δεξιοτήτων, ώστε να συμμετέχει με ουσιαστικό τρόπο στην εκπαιδευτική διαδικασία

- Αισθάνεται απομονωμένος από τους άλλους συναδέλφους
- Δεν έχει κανένα κίνητρο να συνεργαστεί με τους υπόλοιπους
- Απέχει από τη συστηματική διαδικασία αλληλεπίδρασης με τους άλλους ενήλικες της εκπαιδευτικής κοινότητας και ακόμη και αυτές οι επαφές στερούνται έντασης

Έχει μειωμένη πίστη στις ικανότητές του και αποθαρρύνει κάθε προσπάθεια για άριστη απόδοση στους άλλους θέτει χαμηλούς στόχους Αισθάνεται ότι οι συνάδελφοί του μειώνουν τις προσπάθειές του να τα πάει καλά



- Είναι μπερδεμένος σχετικά με τις προσδοκίες των άλλων
- Θεωρεί ότι πολλοί κανόνες δεν έχουν καμία ουσία ύπαρξης
- Θεωρεί οι κανόνες να είναι ασαφείς
- Δεν λαμβάνει μέρος στη διαμόρφωση / στην αλλαγή των κανόνων

- Αισθάνεται απομονωμένος από το σχολικό πλαίσιο
- Εισπράττει λίγη φροντίδα
- Δεν γίνεται αποδέκτης καμίας θετικής αναγνώρισης
- Δεν είναι σίγουρος για το εάν οι απαιτήσεις του ρόλου του ικανοποιούνται
- Αισθάνεται θυμό, καθώς νιώθει ότι οι αμοιβές (οι οποίες έτσι και αλλιώς είναι περιορισμένες) δεν αποδίδονται με τρόπο, έτσι ώστε να αναγνωρίζονται οι προσπάθειες

- Ανησυχεί σχετικά με τις αναχρονιστικές δεξιότητες και γνώσεις που διαθέτει
- Χρειάζεται νέες δεξιότητες για να ζήσει τη ζωή του με ουσιαστικό τρόπο
- Χαρακτηρίζεται από χαμηλή αυτοεκτίμηση ως εκπαιδευτικός
- Δεν διαθέτει τις δεξιότητες που απαιτούνται για να συνεργαστεί με άλλους ενήλικες σε μια προσπάθεια αλλαγής του σχολικού πλαισίου



Πότε ο εκπαιδευτικός διαθέτει ΨΑ;





Κλείνοντας...

**Σημαντική η ενίσχυση έστω και ΕΝΟΣ προστατευτικού
παράγοντα...**



Βιβλιογραφία

- Condly, S. J. (2006). Resilience in children: A review of literature with implications for education. *Urban Education*, 41(3), 211-236.
- Doll, B. Zucker, S., & Brehm, K. (2009). Σχολικές τάξεις που προάγουν την ψυχική ανθεκτικότητα: Πώς να δημιουργήσουμε ευνοϊκό περιβάλλον για μάθηση. Επιστημονική επιμέλεια ελληνικής έκδοσης και πρόλογος: Χ. Χατζηχρήστου. Μετάφραση: Ε. Θεοχαράκη, Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Esquivel, G. B., Doll, B., & Oades-Sese, G. V. (2011). Introduction to the special issue: Resilience in schools. *Psychology in the Schools*, 48(7), 649-651.
- Kolar, K. (2011). Resilience: Revisiting the concept and its utility for social research. *International Journal of Mental Health & Addiction*, 9(4), 421-433.
- Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology*, 23,141-154.
- Χατζηχρήστου, Χ. (2012). Προαγωγή της ψυχικής υγείας και ευεξίας σε επίπεδο συστήματος: το σχολείο ως κοινότητα που νοιάζεται και φροντίζει. Στο Χ. Χατζηχρήστου & Η. Μπεζεβέργης (Επιμ.). *Θέματα ανάπτυξης και προσαρμογής των παιδιών στην οικογένεια και στο σχολείο* (σ.325-354). Αθήνα: Πεδίο.
- Χατζηχρήστου, Χ., Λαμπροπούλου, Α., & Λυκισάκου, Κ. (2004). Ενα διαφορετικό σχολείο: Το σχολείο ως κοινό- τητα που νοιάζεται και φροντίζει. *Ψυχολογία*, 11, 1-19.



Σας ευχαριστώ!

