


Κατευθύνσεις για την επιστροφή στο σχολείο  
και στην  
τάξη μετά από την εμπειρία μιας φυσικής  
καταστροφής / πλημμύρας

**ΕΛΕΝΗ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ**

**ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ**

**ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΠΕ11**

# Βασικοί άξονες ανταπόκρισης στην κρίση

- Να διαχειριστούν συζητήσεις που είναι πιθανό να προκύψουν στην τάξη σε σχέση με μια φυσική καταστροφή
  - Να συμβάλλουν στον εντοπισμό μαθητών/τριών που είναι ψυχολογικά και κοινωνικά ευάλωτοι/ες στις παρούσες συνθήκες/και χρήζουν εξειδικευμένης υποστήριξης
  - Να δημιουργήσουν σταδιακά ένα πλαίσιο ενδυνάμωσης και στήριξης στη σχολική τάξη/κοινότητα για όλα τα εμπλεκόμενα μέλη (μαθητές/εκπαιδευτικούς/οικογένεια).
- 

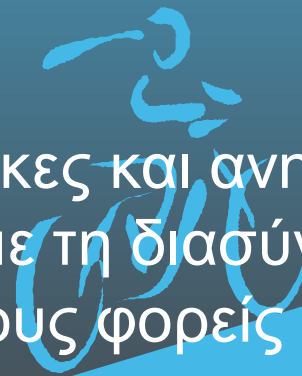
# Το σχολείο ως προστατευτικό πλαίσιο σε δύσκολες περιόδους

- ΥΠΟΔΕΧΟΜΑΣΤΕ

Καλωσορίζουμε τα παιδιά και αναγνωρίζουμε τη δυσκολία της κατάστασης

- ΕΝΤΟΠΙΖΟΥΜΕ

Εντοπίζουμε ψυχοκοινωνικές ανάγκες και ανησυχητικές αντιδράσεις ώστε να διευκολύνουμε τη διασύνδεση με υπηρεσίες ψυχικής υγείας και άλλους φορείς



# Το σχολείο ως προστατευτικό πλαίσιο σε δύσκολες περιόδους

- ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΟΥΜΕ

Συνδιαμορφώνουμε προοπτικές και στόχους για την ομάδα/τάξη μας, δημιουργούμε ρουτίνες στις υπάρχουσες συνθήκες

- ΣΥΝΔΕΟΜΑΣΤΕ

Συνδεόμαστε και αλληλοϋποστηρίζουμε στο πλαίσιο του σχολείου και της κοινότητας



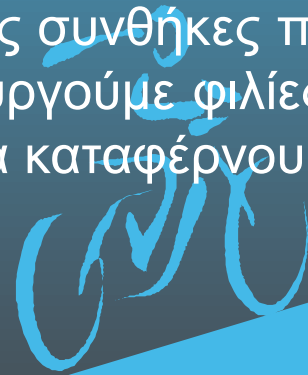
# ΥΠΟΔΕΧΟΜΑΣΤΕ

- Καλωσορίζουμε τους/τις μαθητές/τριες αναγνωρίζοντας τη δυσκολία όσων συνέβησαν.
- «Ακούμε» τις δυσκολίες που οι μαθητές/τριες θέλουν να μοιραστούν.
- Συνδιαμορφώνουμε κοινές προοπτικές για τη νέα σχολική χρονιά με δεδομένες τις υπάρχουσες δυσκολίες.



# Το γενικότερο μήνυμα που είναι σημαντικό να δοθεί στις πρώτες συζητήσεις στην τάξη είναι ότι:

- Η τάξη μπορεί να είναι μια ομάδα όπου υπάρχει “Νοιάξιμο”, Αλληλοϋποστήριξη και Αγάπη.
- Ο/Η εκπαιδευτικός είναι διαθέσιμος/η να ακούσει τους/τις μαθητές/τριες όποτε νιώσουν την ανάγκη να επανέλθουν με θέματα που αφορούν τις σκέψεις τους ή/και τα συναισθήματά τους.
- Στην τάξη ακόμα και με τις υπάρχουσες συνθήκες προσπαθούμε και συνεχίζουμε να μαθαίνουμε, να δημιουργούμε φιλίες, να διαχειριζόμαστε τις δυσκολίες και να τα καταφέρνουμε.



# ΕΝΤΟΠΙΖΟΥΜΕ

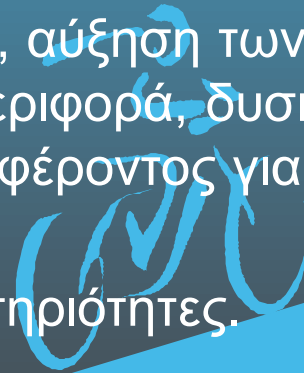
Αναμενόμενες αντιδράσεις :

## **Παιδιά σχολικής ηλικίας.**

Ευερεθιστότητα, επιθετικότητα, έντονη προσκόλληση στους γονείς, εφιάλτες, δυσκολία στη συγκέντρωση, απόσυρση από δραστηριότητες και φίλους, έλλειψη κινήτρου και ενδιαφέροντος για τα μαθήματα.

## **Εφηβική ηλικία.**

Διαταραχές ύπνου και φαγητού, διέγερση, αύξηση των συγκρούσεων, σωματικές ενοχλήσεις, προκλητική συμπεριφορά, δυσκολία στη συγκέντρωση, έλλειψη κινήτρου και ενδιαφέροντος για τη μάθηση και τη συμμετοχή σε συλλογικές/ομαδικές δραστηριότητες.



# Ανησυχούμε όταν:

- Η παρουσία των παραπάνω συμπεριφορών για μεγάλο χρονικό διάστημα και με μεγαλύτερη ένταση, καθώς και η επαναλαμβανόμενη σκέψη γύρω από τα γεγονότα ή η επίμονη/ ανησυχία ότι κάτι θα συμβεί (π.χ. πιθανότητα απώλειας άλλων προσώπων, ασθένειες κλπ.) αποτελούν ενδείξεις για την αναγκαιότητα παροχής εξειδικευμένης φροντίδας και υποστήριξης.





# Παράμετροι που σχετίζονται με την ψυχοκοινωνική προσαρμογή και την ψυχική υγεία των μαθητών/τριών.

- έχουν μετακινηθεί
- έχουν βιώσει απώλειες (προσώπων, περιουσιών, εργασίας γονέων) στο πλαίσιο της συγκεκριμένης καταστροφής, καθώς και προηγούμενες απώλειες
- έχει χρειαστεί να απεγκλωβιστούν ή έχουν δικούς τους ανθρώπους που βίωσαν απώλεια ή συνθήκες απεγκλωβισμού



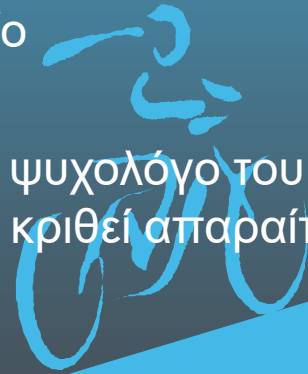
# Μαθητές με επιπρόσθετες ανάγκες

- έχουν προϋπάρχουσες εκπαιδευτικές, συναισθηματικές, κοινωνικές δυσκολίες (π.χ. παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες ή/και αναπηρία, παιδιά με προϋπάρχουσα ψυχοπαθολογία, σοβαρά θέματα υγείας)
- φοιτούν σε μεταβατικές τάξεις (π.χ. Νηπιαγωγείο, Α' τάξη Δημοτικού, Γυμνασίου, Λυκείου)
- φοιτούν στη Γ' Λυκείου/προετοιμασία για πανελλαδικές
- διαμένουν σε ιδρύματα και δομές φιλοξενίας
- είναι παιδιά μεταναστών/ προσφύγων / Ρομά κ.ά



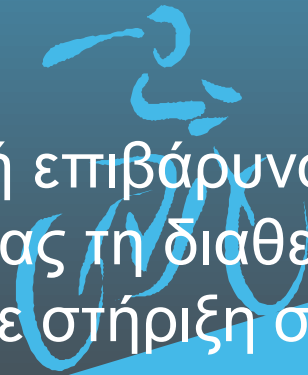
# Η συνεκτίμηση παραγόντων για τον εντοπισμό ψυχοκοινωνικών αναγκών των μαθητών/τριών αποτελεί μια πολύπλοκη διαδικασία και είναι σημαντικό:

- α) να είμαστε ενήμεροι/ες για τις ανάγκες των μαθητών/τριών μέσα από επικοινωνία/ συνεργασία με την οικογένεια, συνεργασία με συναδέλφους, ανα φορές των ίδιων των μαθητών/τριών, παρατήρηση
- β) να εκτιμούμε τον βαθμό επιβάρυνσης σε σχέση με ατομικές, οικογενειακές, εκπαιδευτικές, κοινωνικές, πολιτισμικές και άλλες παραμέτρους που σχετίζονται με την προσαρμογή στο σχολείο
- γ) να αναζητήσουμε τη συνεργασία με τον/την ψυχολόγο του σχολείου ή άλλους ειδικούς και δομές ψυχικής υγείας, εφόσον κριθεί απαραίτητο.



# Πένθος/απώλεια:

- Κατά το άνοιγμα των σχολείων χρειάζεται να είμαστε όλοι/όλες προετοιμασμένοι/ες να στηρίξουμε όσους βιώνουν απώλεια και πένθος.
- Προσπαθούμε να αναζητήσουμε τα πρόσωπα που έρχονται σε επαφή με το παιδί που πενθεί και να αντλήσουμε πληροφορίες σχετικά με την προσαρμογή του μετά την απώλεια.
- Αναγνωρίζουμε τη συναισθηματική επιβάρυνση της απώλειας αγαπημένων προσώπων δείχνοντας τη διαθεσιμότητά μας και την πρόθεσή μας να προσφέρουμε στήριξη στο πλαίσιο του ρόλου μας



# ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΟΥΜΕ

- Ενδυναμώνουμε
- Δημιουργούμε ρουτίνες στις υπάρχουσες συνθήκες
- Συνδιαμορφώνουμε προοπτικές και στόχους για την ομάδα/τάξη μας



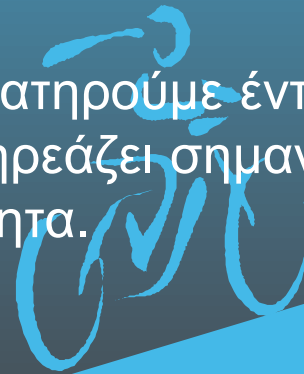
# ΣΥΝΔΕΘΑΣΤΕ

- Σε φυσικές καταστροφές καλούμαστε επιπρόσθετα να αναλάβουμε τη διαχείριση σύνθετων θεμάτων μέσα από τους πολλαπλούς ρόλους μας στην καθημερινότητα (ως εκπαιδευτικοί, γονείς, φροντιστές των μελών της οικογένειάς μας κλπ.)



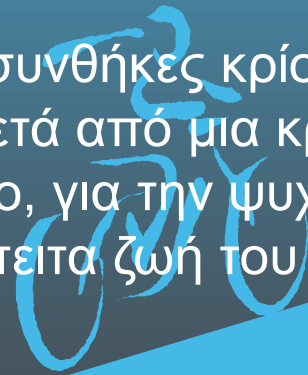
# Αλληλοϋποστήριξη συναδέλφων

- Έχουμε υπόψη ότι όλοι/ες χρειαζόμαστε αλληλοϋποστήριξη και ενθάρρυνση, σε διαφορετικό βαθμό ο καθένας/καθεμία, οικογενειακό ή/και επαγγελματικό επίπεδο (π.χ. θέματα υγείας, απώλεια, φροντίδα/υποστήριξη ατόμων στο οικογενειακό περιβάλλον κλπ.)
- Αναγνωρίζουμε τις δικές μας ανάγκες και συναισθήματα και αναζητούμε υποστήριξη στο δίκτυο των συναδέλφων μας.
- Απευθυνόμαστε σε ειδικούς, όταν παρατηρούμε έντονη σωματική ή/και ψυχολογική επιβάρυνση που επηρεάζει σημαντικά τη λειτουργικότητά μας στην καθημερινότητα.



# Θυμόμαστε ότι:

- Ο/η καθένας/μία αντιδρά διαφορετικά στην ίδια κατάσταση και ότι οι δυσκολίες επηρεάζουν με διαφορετικό τρόπο την ψυχοσυναισθηματική μας κατάσταση αλλά και τη συμπεριφορά μας
- Είναι πιθανό να παρατηρήσουμε αλλαγές στη συμπεριφορά και το συναίσθημα των μαθητών/τριών, καθώς οι φυσικές καταστροφές επηρεάζουν όλα τα μέλη της σχολικής κοινότητας (οικογένειες, μαθητές/τριες, εκπαιδευτικούς)
- Τα περισσότερα παιδιά και οι έφηβοι σε συνθήκες κρίσης ανακάμπτουν και προσαρμόζονται στην καθημερινότητα μετά από μια κρίση και μπορεί να αναδυθούν νέες δυνατότητες για το άτομο, για την ψυχική του ανθεκτικότητα και προοπτικές στην μετέπειτα ζωή του





ΚΑΛΗ ΔΥΝΑΜΗ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΜΑΣ !!!!

