

Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης

Τόμ. 2016, Αρ. 2

6ο Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΤΟΜΕΑΣ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ Π.Τ.Δ.Ε.
ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΕΤΗΣ ΨΥΧΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ



6^ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων
24-26 Ιουνίου 2016

ΠΡΑΚΤΙΚΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

ISSN: 2529-1157

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:

Παπαδόπουλος Ιωάννης

Πολυτρονοπούλου Σταυρούλα

Μπασιτά Αγγελική

ΙΟΥΝΙΟΣ 2016

ΔΕΠΥ και Συμβουλευτική γονέων

Ολυμπία Νικολαου

doi: [10.12681/edusc.991](https://doi.org/10.12681/edusc.991)

Βιβλιογραφική αναφορά:

Νικολαου Ο. (2017). ΔΕΠΥ και Συμβουλευτική γονέων. *Πανελλήνιο Συνέδριο Επιστημών Εκπαίδευσης, 2016(2)*, 860–874. <https://doi.org/10.12681/edusc.991>



ΔΕΠΥ και Συμβουλευτική γονέων

Νικολάου Ολυμπία

Ψυχολόγος Msc ειδική αγωγή

Olympia@hol.gr

Περίληψη:

Ο όρος ‘διαταραχή ελλειμματικής προσοχής / υπερκινητικότητα’ (ΔΕΠ-Υ) αναφέρεται σε παιδιά και ενήλικες, που αντιμετωπίζουν σοβαρές συμπεριφορικές και γνωστικές δυσκολίες σε σημαντικούς τομείς , όπως στις διαπροσωπικές σχέσεις, στο σχολείο, στην εργασία και στην οικογένεια, Τα παιδιά με ΔΕΠΥ συχνά απογοητεύουν δασκάλους, γονείς και συμμαθητές. Απορρίπτονται, αγνοούνται. Προκαλούν μεγάλη πίεση σ’ αυτούς με τους οποίους αλληλεπιδρούν.

Οι Δευτερογενείς επιπτώσεις της ΔΕΠΥ οφείλονται στον τρόπο με τον οποίο οι άλλοι χειρίζονται /συμπεριφέρονται στο παιδί που συχνά βιώνει απόρριψη, συναισθηματικά προβλήματα, χαμηλή αυτοεκτίμηση, απόσυρση, που μπορεί να οδηγήσουν σε διαταραχές διαγωγής. Η αποτελεσματική αντιμετώπιση στηρίζεται στη δημιουργία και διατήρηση στενής σχέσης συνεργασίας μεταξύ οικογένειας και δασκάλων. Η εξέλιξη του παιδιού περιορίζεται αν οι γονείς δεν είναι συνεργάτες, δεδομένου ότι γνωρίζουν το παιδί τους καλύτερα από τον καθένα.

Η στήριξη και ενδυνάμωση των γονέων μέσω της συμβουλευτικής, είναι λοιπόν καθοριστικής σημασίας. Οι παρεμβάσεις βασίζονται στα δυνατά στοιχεία και τις ανάγκες τις οικογένειας. Με τη βοήθεια της συμβουλευτικής οι γονείς μαθαίνουν μέσω της ενδυνάμωσης νέους θετικούς τρόπους εναλλακτικούς τρόπους αντιμετώπισης του προβλήματος και πρόσβαση σε εξωτερικές πηγές υποστήριξης όπως η κοινότητα

Λεξείς – Κλειδιά: ΔΕΠΥ, Συμβουλευτική γονέων , ενδυνάμωση

Abstract

The term "attention deficit / hyperactivity disorder" (ADHD) refers in children and adults who have severe behavioral and cognitive difficulties in important areas of life, such as interpersonal relationships, at school, at work and in the family.

Children with ADHD often disappoint teachers, parents and peers. Discarded, ignored. They cause great pressure on those with whom they interact.

The Secondary effects of ADHD due to how others handle / treat the child often experiences rejection, emotional problems, low self-esteem, withdrawal, which can lead to conduct disorders

Effective treatment depends on establishing and maintaining close working relationship between the family and teachers. The development of the child is limited if the parents are not partners, since they know their child better than anyone.

Supporting and empowering parents through counseling, is therefore crucial. Interventions based on the strengths and needs of the family. They offered to help parents to learn different ways of interaction and parenting and cover both the practical and emotional needs of the family as a whole and particularly the child with ADHD. With the help of counseling parents learn through fostering new positive ways workarounds to the problem as well as access to external sources of support such as community.

Ο όρος 'διαταραχή ελλειμματικής προσοχής / υπερκινητικότητα' (ΔΕΠ-Υ) αναφέρεται σε παιδιά και ενήλικες, που αντιμετωπίζουν σοβαρές συμπεριφορικές και γνωστικές δυσκολίες σε σημαντικούς τομείς της ζωής τους, όπως στις διαπροσωπικές σχέσεις, στο σχολείο, στην εργασία και στην οικογένεια, εξαιτίας υπερβολικής κινητικής δραστηριότητας και προβλημάτων στον έλεγχο της προσοχής και των παρορμήσεων. (Κάκουρος, 2001)

Διακρίνονται η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής- υπερκινητικότητα και διαταραχή ελλειμματικής προσοχής, ανάλογα με τα συμπτώματα που κυριαρχούν. Πρόκειται για χρόνια διαταραχή: 30% ~ 70% των παιδιών με ΔΕΠΥ συνεχίζουν να παρουσιάζουν δυσκολίες και ως ενήλικες. Στις ΗΠΑ, 3% έως 5% του γενικού

πληθυσμού και 7% του παιδικού πληθυσμού παρουσιάζει ΔΕΠΥ. Σε τάξη 30 παιδιών, τουλάχιστον 1 παιδί παρουσιάζει ΔΕΠΥ.

Τα παιδιά με ΔΕΠΥ δυσκολεύονται να ανταποκριθούν σε καταστάσεις στις οποίες τα περισσότεροι από τους συνομηλίκους τα καταφέρνουν πολύ εύκολα. Διαφέρουν από τα περισσότερα παιδιά του ίδιου αναπτυξιακού επιπέδου ως προς την ικανότητα:

- 1) να εστιάσουν την προσοχή τους
- 2) να ελέγξουν τις παρορμήσεις τους και σε μερικές περιπτώσεις
- 3) να ελέγξουν την κινητικότητά τους

Αιτιολογία

Η ΔΕΠΥ οφείλεται σε νευρολογική δυσλειτουργία και είναι κατά βάση κληρονομική. Τα χαρακτηριστικά προβλήματα οφείλονται σε χαμηλά επίπεδα δραστηριότητας των νευροδιαβιβαστών στο μετωπιαίο λοβό του εγκεφάλου, που ελέγχει τις παρορμήσεις και ρυθμίζει τον τρόπο με τον οποίο κατευθύνουμε την προσοχή μας. (Κάκουρος, 2001)

Δεν είναι πρόβλημα κινήτρου: πρόκειται για ακούσιες αλλαγές της προσοχής, ακούσια εκδήλωση των παρορμήσεων και ακούσια κινητική δραστηριότητα. Θα μπορούσε να πει κανείς ότι τα παιδιά με ΔΕΠΥ 'δεν έχουν κίνητρο να προσέξουν' επειδή υπολειτουργεί το νευρολογικό σύστημα που διεγείρει και εστιάζει την προσοχή.

Οι αιτίες της δυσλειτουργίας αυτής κληρονομούνται στο 70% των περιπτώσεων, ενώ στο 20% έως 30% οφείλονται σε περιβαλλοντικούς παράγοντες, όπως νόσος του εγκεφάλου (εγκεφαλίτιδα), εγκεφαλική βλάβη από τραύμα, έκθεση σε τοξικές ουσίες (αλκοόλ, κάπνισμα, μόλυβδος).

Πρωτογενείς και Δευτερογενείς Επιπτώσεις

Πρωτογενείς επιπτώσεις στη γνωστική και κοινωνική λειτουργικότητα στην τάξη και στις δραστηριότητες με τους άλλους:

- Το παιδί με ΔΕΠΥ αποτυγχάνει συνεχώς να συμμορφωθεί και αδυνατεί να ανταποκριθεί στις οδηγίες, τις οποίες ακολουθούν εύκολα τα άλλα παιδιά

- ‘Συνεχώς καταστρέφει οτιδήποτε’, σε καταστάσεις που τα περισσότερα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται.

- Ωστόσο, μπορεί να είναι το παιδί που ποτέ δεν το προσέχει κανείς: το παιδί του οποίου μπορεί να μην θυμάστε καν το όνομα, το παιδί που ‘ονειρεύεται συνεχώς’.

- Τα παιδιά με ΔΕΠΥ απογοητεύουν δασκάλους, γονείς και συμμαθητές. Απορρίπτονται, αγνοούνται. Προκαλούν μεγάλη πίεση σ’ αυτούς με τους οποίους αλληλεπιδρούν.

Δευτερογενείς επιπτώσεις: οφείλονται στον τρόπο με τον οποίο οι άλλοι χειρίζονται /συμπεριφέρονται στο παιδί. Συχνά βιώνει απόρριψη, συναισθηματικά προβλήματα, χαμηλή αυτοεκτίμηση, απόσυρση, που μπορεί να οδηγήσουν σε διαταραχές διαγωγής. (Παπαγεωργίου, 2005).

Ορισμός της Συμβουλευτικής

Στη σύγχρονη βιβλιογραφία υπάρχουν διάφοροι ορισμοί της Συμβουλευτικής, για τον λόγο αυτό θα παρατεθούν αποσπάσματα κάποιων που επιλέχτηκαν με κριτήριο την εγγύτητά τους με το θέμα που μελετάται.

Σύμφωνα με ορισμό της Αμερικάνικης Συμβουλευτικής Εταιρείας (American Counseling Association), «Συμβουλευτική είναι η τέχνη να βοηθάς τους ανθρώπους.

Οι επαγγελματίες Σύμβουλοι είναι επιστήμονες που έχουν εκπαιδευθεί να μοιράζονται τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους με αυτούς που αναζητούν τη βοήθειά

τους.

Μετά την αξιολόγηση του παιδιού και την τελική διάγνωση, η ανακοίνωση της ύπαρξης Δεπυ στους γονείς επιφέρει διάφορα συναισθήματα. Αυτά μπορεί να ποικίλουν από απογοήτευση, θυμό, μέχρι απελπισία ίσως και τύψεις όταν πληροφορούνται την κληρονομική φύση της διαταραχής. Σε αυτή τη φάση είναι σημαντικό να ξεκινήσει η συμβουλευτική υποστήριξη της οικογενείας

Σύμφωνα με τον ορισμό που προτείνει η Βρετανική Εταιρεία Συμβουλευτικής (British Association of Counseling - BAC) η Συμβουλευτική «...συμπεριλαμβάνει την εργασία με άτομα και με σχέσεις, η οποία μπορεί να συνδέεται με την ανάπτυξη, την υποστήριξη κρίσεων, να είναι ψυχοθεραπευτική, καθοδηγητική, ή να έχει στόχο την επίλυση προβλημάτων...» (BAC, 1984, όπ. αναφ. στο McLeod, 2005, σ. 30).

Επίσης, είναι χρήσιμο να σημειώσουμε ότι υπάρχουν και πολλές παρανοήσεις όσον αφορά στο τι είναι Συμβουλευτική. Ειδικότερα, ο Patterson (1976, όπ. αναφ. στο Κοσμίδου-Hardy & Γαλανουδάκη-Ράπτη, 1996, σ. 8) αναφέρει τι δεν είναι Συμβουλευτική:

1. Η παροχή πληροφοριών, παρόλο που μπορεί να συμβεί και αυτό, αν χρειαστεί.
2. Η παροχή συμβουλών, συστάσεων και προτάσεων.
3. Ο επηρεασμός των στάσεων, των πεποιθήσεων ή της συμπεριφοράς του άλλου.
4. Η επίδραση στη συμπεριφορά με πειθαναγκασμό, πίεση ή απειλή, γιατί Συμβουλευτική δεν σημαίνει πειθαρχία.
5. Η επιλογή και τοποθέτηση ατόμων σε θέσεις εργασίας ή σε διάφορες δραστηριότητες.
6. Συμβουλευτική δε σημαίνει μόνο συνέντευξη.

Η συμβουλευτική σχέση και τα χαρακτηριστικά του Συμβούλου

Η συμβουλευτική διαδικασία, σύμφωνα με τον Patterson (1973, όπ. αναφ. στο Αγγελόπουλος & άλ., σ. 62) «...είναι μια βοηθητική διαδικασία που περιλαμβάνει ένα ιδιαίτερο είδος σχέσης μεταξύ ενός ανθρώπου που ζητάει βοήθεια [...] και ενός άλλου ανθρώπου που παρέχει βοήθεια...». Ο Δημητρόπουλος αναφέρει πως κατά τη συμβουλευτική διαδικασία, ατομική ή ομαδική, το άτομο συνεξετάζει με τον Σύμβουλο τα θέματα που το απασχολούν και προσπαθεί με τη βοήθεια που έλαβε να τα λύσει (Σάλμοντ, 2013, σ. 5).

Ανάμεσα στον Σύμβουλο και στο άτομο που δέχεται βοήθεια αναπτύσσεται μια σημαντική υποστηρικτική σχέση, η ποιότητα της οποίας είναι καθοριστική για την επίλυση του προβλήματός του (Bernard, 1977, όπ. αναφ. στο Μάνος, 1997, σ. 128). Η συμβουλευτική σχέση που αναπτύσσεται περιέχει τα συναισθήματα και τις στάσεις που υπάρχουν ανάμεσα στον Σύμβουλο και στον συμβουλευόμενο καθώς και την έκφρασή τους (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 352).

Οι συμβουλευτικές θεωρίες συγκλίνουν ότι τα στοιχεία τα οποία καθορίζουν, κυρίως, αυτή τη συμβουλευτική σχέση είναι η ενσυναίσθητη κατανόηση, η μη κτητική ζεστασιά, η άνευ όρων θετική εκτίμηση, η γνησιότητα του Συμβούλου και η αυτο-αποκάλυψη (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 351). Ο Carkhuff συμπληρώνει επιπλέον ως σημαντικά στοιχεία τη σαφήνεια, τον σεβασμό, την κατά πρόσωπο αντιμετώπιση και την αμεσότητα (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 329). Έρευνες συγκλίνουν ότι ο Σύμβουλος είναι απαραίτητο να θέλει να συναναστρέφεται με άλλους ανθρώπους, να έχει την ικανότητα-ευφυΐα να επιλύει προβλήματα, να αποδέχεται τον εαυτό του, να είναι συναισθηματικά ισορροπημένος, να έχει τις δικές του παγιωμένες αξίες, να 'ανέχεται' δύσκολες καταστάσεις, να έχει γνώσεις ψυχολογίας, χωρίς να είναι δογματικός, να αποδέχεται τη διαφορετικότητα (Polmantier, 1966, όπ. αναφ. στο Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 329), να έχει επικοινωνιακές δεξιότητες (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 106).

Ο Μάνος (1997, σ. 128) τονίζει προκειμένου να δημιουργηθεί η ιδανική συμβουλευτική σχέση ο Σύμβουλος πρέπει να χαρακτηρίζεται από:

- Ευκαμψία όσον αφορά στη χρήση τεχνικών.
- Εμπάθεια, δηλαδή να μπορεί να συναισθάνεται τον συμβουλευόμενο

κρατώντας ταυτόχρονα σε απόσταση τα δικά του συναισθήματα.

Συμμετοχή, κατά την οποία να συνυπάρχουν η υποκειμενικότητα με την επιστημονική αντικειμενικότητα.

Αποδοχή όχι μόνο ρόλων, αλλά και ατόμων.

Ακρόαση.

Ενθάρρυνση.

Αυθορμησία.

Ανεκτικότητα στην αποτυχία.

Προσωπική ανάπτυξη.

Δεξιότητες Συμβουλευτικής

Ποιες είναι οι δεξιότητες που χρειάζεται να έχει ο ειδικός για να βοηθήσει και να στηρίζει τους γονείς?

Οι δεξιότητες που ο ειδικός μπορεί να αντλήσει από την Συμβουλευτική θεραπευτική κατά την άσκηση του συμβουλευτικού του ρόλου και είναι κατάλληλες για το πλαίσιο στο οποίο δραστηριοποιείται είναι (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 121):

1. Ορθή αντίληψη και ερμηνεία

Ο Σύμβουλος θα πρέπει να έχει ορθή αντίληψη, δηλαδή, θα πρέπει να αντιλαμβάνεται τα γεγονότα όπως είναι, χωρίς στρέβλωση και χωρίς επιρροή. Θα τον βοηθήσει η αυτογνωσία του, η εμπειρία του και η ικανότητα της ενσυναίσθησης (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 121).

«Ως ερμηνεία ορίζεται η πράξη της αναπλαισίωσης ή του επαναπροσδιορισμού της πραγματικότητας (συναισθήματα, συμπεριφορές, στάσεις, περίσταση) από μία νέα οπτική» (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 121). Με την ερμηνεία προχωρά κανείς ένα βήμα παρακάτω και προσπαθεί να βρει μια νέα εξήγηση σε κάτι που έχει γίνει. Η ερμηνεία συχνά έχει απαραίτητο συστατικό της τη δημιουργικότητα

(Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 137). Για παράδειγμα, «γιατί το δικό μου παιδί έχει ΔΕΠΥ? Γιατί σε μένα?» «δεν είστε η μονή οικογένεια που έχει ένα παιδί με διάσπαση προσοχής. Σύμφωνα με τις έρευνες ένα στα τριάντα παιδιά έχει αυτή τη διαταραχή.»

2. Εστίαση

Η εστίαση είναι εκείνη η πορεία διερεύνησης (μέσω ερωτήσεων) κατά την οποία ο συμβουλευόμενος ανακαλύπτει με τη βοήθεια του Συμβούλου την πηγή των δυσκολιών του (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 123).

3. Αναζήτηση και ανάδειξη προσόντων

Ο Σύμβουλος αναζητά θετικά στοιχεία κατά τη διάρκεια της συζήτησης και τα αναδεικνύει. Αυτό βοηθά στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης του συμβουλευόμενου γεγονός που αποτελεί βοηθητικό παράγοντα (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 124).

4. Προσεκτική παρακολούθηση και ενεργητική ακρόαση

Ο Σύμβουλος προκειμένου να δείξει στον γονέα ότι έχει την προσοχή του μπορεί να χρησιμοποιήσει λεκτική και μη λεκτική συμπεριφορά (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 125).

Μη λεκτική συμπεριφορά:

α. Οπτική επαφή. Ο Σύμβουλος με την βλεμματική επαφή δείχνει ότι παρακολουθεί με ενδιαφέρον (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 355).

β. Σωματική γλώσσα. Οι κινήσεις των χεριών που κάνει ο Σύμβουλος καθώς και η απόσταση που κρατά από τον συνομιλητή του είναι σημάδια της προσοχής του προς αυτόν. Η καλύτερη στάση που μπορεί να έχει είναι «μια ελαφριά κλίση του σώματος προς τα εμπρός σε μια άνετη και ήρεμη στάση» (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 355).

γ. Εκφράσεις προσώπου. Η φιλική διάθεση του Συμβούλου, το χαμόγελό του και οι κινήσεις του κεφαλιού του κατά τη διάρκεια της συζήτησής του με τον συμβουλευόμενο, βοηθούν στη δημιουργία καλής συμβουλευτικής σχέσης (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 357).

Λεκτική συμπεριφορά:

α. Φωνητικό ύφος. Μεγάλη προσοχή πρέπει να δοθεί στο ύφος. Μηνύματα μεταδίδονται (ενδιαφέρον, αδιαφορία, ένταση) με τον ρυθμό, τον τόνο και την ένταση της φωνής (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 357).

β. Λεκτική ακολουθία. Ο Σύμβουλος πρέπει να μένει συγκεντρωμένος στο θέμα της συνάντησης καθ' όλη τη διάρκειά της (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 357).

Με την ενεργητική ακρόαση ο Σύμβουλος προσπαθεί να παρατηρώντας τη λεκτική και αποκωδικοποιώντας τη μη λεκτική συμπεριφορά του συμβουλευόμενου να «ξεκαθαρίσει τα γεγονότα, τα συναισθήματα και να οργανώσει εκείνα τα γεγονότα και συναισθήματα σε ένα πρότυπο με σημασία» (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 31).

5. Χρήση των ερωτήσεων (ανοικτές και κλειστές ερωτήσεις) Ο Σύμβουλος μπορεί να χρησιμοποιήσει ανοικτές ή κλειστές ερωτήσεις, είτε για να συλλέξει τις πληροφορίες είτε για να αποσαφηνίσει σημεία που είναι θολά. Οι ανοικτές ερωτήσεις είναι περισσότερο βοηθητικές από τις κλειστές (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 127), συντελούν στην απόκτηση μιας πρώτης εικόνας (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 31) αλλά και βοηθούν την εις βάθος διερεύνηση. Είναι οι ερωτήσεις που εισάγονται «τι, πως, πόσο, γιατί, ή θα μπορούσατε» (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 358). Οι κλειστές χρησιμοποιούνται στην περίπτωση που υπάρχουν συγκεχυμένες πληροφορίες (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 127).

6. Ενθαρρύνσεις

Με νεύματα, κινήσεις, εκφράσεις λεκτικές και μη και γενικότερα με κάθε μορφή ενθάρρυνσης ο Σύμβουλος μπορεί να δείξει στον συμβουλευόμενο-γονέα ότι τον παρακολουθεί προσεκτικά. Αυτό θα τον παρακινήσει για να μοιραστεί ό,τι τον απασχολεί (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 129).

Παρακίνηση μπορεί να πετύχει με την επανάληψη φράσεων που έχει πει ο συμβουλευόμενος με τη μορφή ερώτησης, με σύντομες φράσεις επιβεβαίωσης «Χμμμ - χμμμ», «Α - χα», «Α!» «Έτσι;», «Λοιπόν;» και ακόμη και με τη σιωπή (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 360).

7. Αναδιατύπωση, επανάληψη ή παράφραση

Ο εκπαιδευτικός-Σύμβουλος μπορεί χρησιμοποιώντας την παράφραση ή την αναδιατύπωση επαναλαμβάνει την ουσία των όσων λέει ο συμβουλευόμενος γονέας χρησιμοποιώντας και σημαντικά στοιχεία του λόγου του (Μαλικιώση-Λοΐζου, 1999, σ. 360). Με τον τρόπο αυτό γίνεται ανατροφοδότηση των γεγονότων που απασχολούν τον συμβουλευόμενο (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 31).

8. Αντανάκλαση συναισθημάτων

Με την αντανάκλαση συναισθήματος γίνεται ανατροφοδότηση των συναισθημάτων του συμβουλευόμενου (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 31). Ο Σύμβουλος επιστρέφει έμμεσα το συναίσθημα του συμβουλευόμενου το οποίο αυτός έχει εκφράσει, ή διαφαίνεται από τη συναισθηματική του κατάσταση (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 132).

9. Πρόκληση ή αντιμετώπιση κατά πρόσωπο

Η αντιμετώπιση κατά πρόσωπο είναι «η επισήμανση ασυμφωνιών μεταξύ στάσεων, σκέψεων ή συμπεριφορών» (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 64). Με την αντιμετώπιση κατά πρόσωπο ο Σύμβουλος οδηγεί τον συμβουλευόμενο να αντιμετωπίσει άμεσα τα λόγια του για να διαπιστώσει πιθανόν ασυμφωνίες. Η χρήση αυτής της τεχνικής μπορεί να προκαλέσει διατάραξη της συμβουλευτικής σχέσης, όταν αυτή δεν βρίσκεται στο κατάλληλο επίπεδο (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 134).

10. Αυτοαποκάλυψη

Ο Σύμβουλος μπορεί να μοιραστεί με τον συμβουλευόμενο- γονέα, στοιχεία του εαυτού του (σκέψεις, συναισθήματα, εμπειρίες) με στόχο να ενισχύσει τη σχέση του με αυτόν αλλά και να του δώσει ένα παράδειγμα αντιμετώπισης κάποιου θέματος (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 138). Σημαντικό στην αυτοαποκάλυψη είναι να υπάρχει γνησιότητα, συνάφεια και σχέση της εμπειρίας που επιλέγεται για μοίρασμα, σε χρόνο Ένεστώτα για να είναι πιο ισχυρή και να έπεται έλεγχος για το αποτέλεσμα (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 100).

11. Αμεσότητα

Η αμεσότητα αφορά την έκφραση των συναισθημάτων που υπάρχουν ανάμεσα στον Σύμβουλο και στον συμβουλευόμενο-γονέα. Μπορεί να προκαλέσει

προβλήματα στην περίπτωση που η συμβουλευτική σχέση δεν είναι ‘ποιοτική’ (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 140).

12. Πληροφόρηση

Ο Σύμβουλος παρέχει στον συμβουλευόμενο-γονέα την απαραίτητη για τον πρόβλημά του πληροφόρηση. Απαιτεί από τον σύμβουλο σωστή εκτίμηση του προβλήματος που αντιμετωπίζει ο συμβουλευόμενος γονέας (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 142).

13. Καθοδήγηση

Κάποιες φορές ο Σύμβουλος, αφού έχει χρησιμοποιήσει τις προηγούμενες τεχνικές και έχει κατανοήσει τη δυσκολία του συμβουλευόμενου, τον καθοδηγεί, ενημερώνοντάς τον για τις επιλογές του και τον βοηθά να πάρει αποφάσεις (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 143).

14. Γενίκευση-συνεχιζόμενη παρακολούθηση

Το τελευταίο στάδιο της βοηθητικής διαπροσωπικής σχέσης είναι «η γενίκευση της νέας συμπεριφοράς στην πραγματική ζωή και η ενίσχυση των προσπαθειών του συμβουλευόμενου προς αυτήν την κατεύθυνση μέσα από την περιοδική παρακολούθηση» (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 145).

Άλλες τεχνικές που βρίσκουμε στη βιβλιογραφία είναι οι:

1. Λογικές συνέπειες

Ο Σύμβουλος μπορεί να βοηθήσει τον συμβουλευόμενο του δείχνοντάς του τις λογικές συνέπειες των πράξεών του. Μπορεί, δηλαδή, να τον ενημερώσει για τις αρνητικές συνέπειες των αποφάσεών του, ή να τον ενθαρρύνει να δει κάτι θετικό σε κάτι που θεωρεί παρακινδυνευμένο (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 111).

2. Περίληψη

Με την περίληψη οργανώνονται τα γεγονότα και τα συναισθήματα που έλαβαν χώρα κατά τη συμβουλευτική διαδικασία (Ivey & Glucksern, 1995, σ. 32). Κατά τη Μαλικιώση (1999, σ. 360) διευκρινίζονται «περίπλοκες καταστάσεις ή σκέψεις» του γονέα και μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην αρχή ή στο τέλος των συναντήσεων.

Πίνακας 1: Δεξιότητες του εκπαιδευτικού και τα στάδια κατά την άσκηση του συμβουλευτικού του ρόλου
(Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 121)

Βασικές δεξιότητες – προϋποθέσεις	<ul style="list-style-type: none"> • Ορθή αντίληψη • Εστίαση • Αναζήτηση και ανάδειξη προσόντων
Στάδιο διερεύνησης	<ul style="list-style-type: none"> • Προσεκτική παρακολούθηση και ενεργητική ακρόαση • Χρήση των ερωτήσεων (ανοιχτές και κλειστές) • Ενθαρρύνσεις • Αναδιατύπωση, επανάληψη ή παράφραση • Αντανάκλαση συναισθημάτων
Στάδιο ενόρασης	<ul style="list-style-type: none"> • Πρόκληση ή αντιμετώπιση κατά πρόσωπο • Ερμηνεία • Αυτοαποκάλυψη • Αμεσότητα
Στάδιο δράσης	<ul style="list-style-type: none"> • Πληροφόρηση • Καθοδήγηση • Γενίκευση – συνεχιζόμενο παρακολούθηση

Στάδια συμβουλευτικής διαδικασίας

Ο σύμβουλος προκειμένου να συνεργαστεί με τους γονείς των μαθητών με ΔΕΠΥ για την συζήτηση ζητημάτων και προβλημάτων που τα αφορούν μπορεί να οργανώνει τακτικές και έκτακτες συναντήσεις, ομαδικές και ατομικές.

Στις ομαδικές συναντήσεις μπορεί να ακολουθήσει σύμφωνα με τον Mahler (1989, όπ. αναφ. στο Μάνος, 1997, σ. 61) τέσσερα στάδια. Αυτά είναι:

1. Το στάδιο της ενεργοποίησης (εμπλοκής). Στην πρώτη συνάντηση ο Σύμβουλος, αφού γνωστοποιήσει τους σκοπούς της συνάντησης, ανιχνεύει τα ζητήματα που απασχολούν την ομάδα και ενεργοποιεί τα μέλη της. Πρωταρχικός του στόχος είναι να “δέσει” η ομάδα δηλαδή να γνωριστούν τα μέλη της και να αναπτυχθούν ανάμεσά τους σχέσεις εμπιστοσύνης.

Καθοριστικός ρυθμιστής των σχέσεων που θα δημιουργηθούν και σημείο αναφοράς

της ομάδας είναι η θέσπιση κανόνων. Βασικές αρχές που πρέπει να διέπουν τους κανόνες είναι οι: συνέπεια, σωστή κατανομή χρόνου, εχεμύθεια, αποδοχή, συμμετοχή, υπευθυνότητα, σεβασμός, σαφήνεια, ισοτιμία.

2. Το μεταβατικό στάδιο

Το μεταβατικό στάδιο είναι ένα ενδιάμεσο στάδιο. Τα μέλη της ομάδας αρχίζουν να εξοικειώνονται και μετά από ενθάρρυνση του εκπαιδευτικού εκφράζουν και μοιράζονται σκέψεις και συναισθήματα.

3. Το στάδιο εργασίας

Μετά τη δημιουργία του κατάλληλου κλίματος και το δέσιμο της ομάδας, η ομάδα εργάζεται και προσπαθεί να επιλύσει τα προβλήματα που την απασχολούν.

4. Το στάδιο του κλεισίματος

Στο τελευταίο στάδιο αυτό που απασχολεί την ομάδα είναι η εφαρμογή των λύσεων που έχουν βρεθεί στην πράξη. Έτσι κι αλλιώς στόχος όλης της διαδικασίας είναι η γενίκευση δηλαδή η εφαρμογή κάθε φορά της λύσης σε παρόμοιες καταστάσεις.

Η συνεργασία ανάμεσα στον εκπαιδευτικό και στον γονέα για να είναι γόνιμη «χρειάζεται μια άλλη προσέγγιση μέσα από την οποία ο ένας θα αποδέχεται τον ρόλο και τα όρια του άλλου [...] (Παπαδιώτη-Αθανασίου, Β., 2000) σε κλίμα αμοιβαίας εμπιστοσύνης και οριοθετημένων κανόνων (Σούλης, Γ., 1999), όπως διαγράφεται από το θεσμικό πλαίσιο που διέπει τις σχέσεις των γονέων με το σχολείο (νόμοι 28 1566/1985 και 2621/1998 - Τριλιανός, Α.-Καράμηνas I., 2004)» (Σούλης, 2008, σ. 175). Τέλος, κατά τις συναντήσεις αυτές είναι σημαντικό αναφέρει ο Μάνος (1997, σ. 133) να επικρατεί ηρεμία και ευχάριστη ατμόσφαιρα και ο ρυθμός της συζήτησης να είναι κανονικός.

Στις ατομικές συναντήσεις με τους γονείς μπορεί να ακολουθήσει τα πέντε στάδια που προτείνει η Συμβουλευτική ψυχολογία (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2011, σ. 114):

1^ο στάδιο: Έναρξη της συζήτησης και δόμηση της σχέσης Κατά το στάδιο αυτό ο σύμβουλος χτίζει μια αληθινή και ουσιαστική σχέση με τον γονέα. Κάνει αντιληπτό ότι η επίτευξη των στόχων γίνεται συνεργατικά και συμμετέχουν ενεργά σε αυτήν και τα δύο μέρη. Θέτει τα όρια της συμβουλευτικής σχέσης και αποσαφηνίζει οτιδήποτε θα μπορούσε να οδηγήσει σε παρανοήσεις.

2^ο στάδιο: Καθορισμός του προβλήματος

Στο δεύτερο στάδιο ο σύμβουλος, μέσα από τις πληροφορίες που συλλέγει, βοηθά τον γονέα να αποσαφηνίσει το πρόβλημά του καθώς, επίσης, να αναγνωρίσει τις σκέψεις και τα συναισθήματά του. Σύμφωνα με τον (Neil, 1975, όπ. αναφ. στο Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011, σ. 117) το στάδιο αυτό αποτελεί «το πιο δύσκολο και κρίσιμο βήμα σε όλη τη συμβουλευτική διαδικασία». Δεξιότητες: ενθάρρυνση και αντανάκλαση συναισθημάτων.

3^ο στάδιο: Οριοθέτηση στόχων

Κατά το στάδιο αυτό ο σύμβουλος μαζί με τον εκπαιδευτικό και το γονέα καθορίζουν από κοινού τους εκπαιδευτικούς και συμπεριφορικούς στόχους που επιθυμούν να επιτύχουν προκειμένου να επιλυθεί το πρόβλημα που σχετίζεται με τον μαθητή. Είναι σημαντικό οι στόχοι να μην ξεπερνούν τις ικανότητες και τις δυνατότητες του μαθητή, να τον κινητοποιούν να καταβάλει προσπάθεια να τους επιτύχει και να μην παραιτηθεί.

4^ο στάδιο: Αναζήτηση και παραγωγή εναλλακτικών λύσεων Στόχος του σταδίου αυτού είναι η αναζήτηση νέων επιλογών και λύσεων για το πρόβλημα. Ο σύμβουλος και ο γονέας ψάχνουν να βρουν εναλλακτικές λύσεις. Στη συνέχεια, ο γονέας, αν δεν μπορεί να καταλήξει στην καλύτερη και υλοποιήσιμη λύση, δέχεται βοήθεια από τον εκπαιδευτικό προκειμένου να αποφασίσει. Το είδος και ο βαθμός της βοήθειας που θα προσφέρει ο εκπαιδευτικός συνδέονται άμεσα με τη θεωρητική προσέγγιση την οποία ακολουθεί. Οι δεξιότητες που μπορεί να χρησιμοποιήσει σε αυτήν τη φάση είναι: ο καταγιγισμός ιδεών, η περίληψη, η ερμηνεία και η αυτοαποκάλυψη.

Αντί επιλόγου

Η στήριξη και ενδυνάμωση των γονέων μέσω της συμβουλευτικής, είναι λοιπόν καθοριστικής σημασίας για την ενίσχυση της λειτουργικότητας της οικογένειας. Η προώθηση των δεξιοτήτων αντιμετώπισης όπως επίλυση προβλημάτων, ενδυνάμωση των αλληλεπιδράσεων μέσα από θετικές και παραγωγικές συμπεριφορές που προάγουν την ικανότητα, την αποδοχή και μέσα από την αναπλαισίωση βοηθούν στην προώθηση των θετικών πλευρών μιας κατάστασης- όπως είναι η ΔΕΠΥ- και δίνεται θετική ανατροφοδότηση για τις προσπάθειες της οικογένειας είναι σημαντικά για τους γονείς. Οι παρεμβάσεις βασίζονται στα δυνατά στοιχεία και τις ανάγκες τις

οικογένειας. Προσφέρεται στους γονείς βοήθεια ώστε μάθουν διαφορετικούς τρόπους αλληλεπίδρασης και γονεικότητας και να καλύπτουν τόσο τις πρακτικές όσο και τις συναισθηματικές ανάγκες της οικογένειας ως σύνολο και ιδιαίτερα του παιδιού με ΔΕΠΥ. Με τη βοήθεια της συμβουλευτικής οι γονείς μαθαίνουν μέσω της ενδυνάμωσης νέους θετικούς τρόπους εναλλακτικούς τρόπους αντιμετώπισης του προβλήματος όπως επίσης αποκτούν πρόσβαση σε εξωτερικές πηγές υποστήριξης όπως η κοινότητα.

Βιβλιογραφία

1. Ivey, A. E., & Gluckstern, N. B. (1995). Συμβουλευτική: Βασικές δεξιότητες επιρροής (μτφ. Μ. Μαλικιώση-Λοϊζου). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα. (έτος έκδοσης πρωτότυπου 1984).
2. Κάκουρος, Ε. (2001). *Το Υπερκινητικό Παιδί. Οι δυσκολίες του στη μάθηση και στη συμπεριφορά*. Εκδ. Ελληνικά Γράμματα
3. Μαλικιώση-Λοϊζου, Μ. (1999). *Συμβουλευτική ψυχολογία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
4. Μαλικιώση-Λοϊζου, Μ. (2011). *Η συμβουλευτική ψυχολογία στην εκπαίδευση*. Αθήνα: Πεδίο.
5. Μάνος, Κ. (1997). Η συμβουλευτική στην εκπαίδευση. [Θεωρία, έρευνα και πράξη της Ψυχολογικής, Παιδαγωγικής και Επαγγελματικής Συμβουλευτικής (Σ.Ε.Π.)]. Τόμος Α'. Αθήνα: Κων/νος Μάνος.
6. Παπαγεωργίου, Β. (2005). *Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητα*. Στο: Β. Παπαγεωργίου (Εκδ.) *Ψυχιατρική Παιδιών και Εφήβων*. University Studio Press, Θεσσαλονίκη. Σελ. 142-148.
7. Ράπτης, Α. & Ράπτη, Α. (2003). *Μάθηση και διδασκαλία στην εποχή της πληροφορίας*. Ολική προσέγγιση. τ. Α'. Αθήνα: Αριστοτέλης Ράπτης.