

Εισαγωγή στη Συμβουλευτική

Δραστηριότητες για την ενίσχυση των δεξιοτήτων και των τεχνικών στη συμβουλευτική

Εβδομάδα 7η

Μάιος 2025



ΤΑ ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ

ΠΡΩΤΟ ΣΤΑΔΙΟ: Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (1)

Βασικοί στόχοι της πρώτης συνάντησης:

- Γνωριμία των δύο πλευρών
- Απόκτηση αμοιβαίας εμπιστοσύνης
- Περιγραφή στον συμβουλευόμενο της όλης συμβουλευτικής διαδικασίας. Αποσαφήνιση ορίων και προσδοκιών.
- Αφύπνιση του ενδιαφέροντος για τη σπουδαιότητα της συμβουλευτικής, έτσι ώστε να θελήσει να έρθει και σε επόμενες συναντήσεις.

(Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012)

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (2)

Η υποδοχή του ατόμου στην αρχή της συμβουλευτικής συνέντευξης αφορά στον τρόπο που ο σύμβουλος υποδέχεται το άτομο στο γραφείο του και στα αρχικά του σχόλια. Του δίνει λίγο χρόνο για να ηρεμήσει και να περιεργαστεί τον γύρω χώρο. Στη συνέχεια η συνέντευξη μπορεί να ξεκινήσει με κάποια γενικά σχόλια κοινωνικού περιεχομένου που θα βοηθήσουν το άτομο να χαλαρώσει.

Σύντομες ερωτήσεις, όπως **αν δυσκολεύτηκε να έρθει, αν είχε κίνηση ο δρόμος, αν μένει μακριά,** κ.ά. βοηθούν την επικοινωνία και δεν είναι εκτός θέματος, εφόσον η συνέντευξη έχει ήδη ξεκινήσει.

(Δημοπούλου-Λαγωνίκα, 2011)

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (3)

Στην αρχική φάση περιλαμβάνεται και μια γενική, ανοιχτή ερώτηση που ξεκινά τη συνέντευξη όπως, «**τι θα μπορούσαμε να κάνουμε για εσάς;**» ή «**τι θα θέλατε από εμάς;**» αντί για τη συγκεκριμένη τυπική ερώτηση «ποιο είναι το πρόβλημά σας;». Ο τρόπος που θα κάνουμε την αρχή μπορεί να έχει διαφορετικές αποχρώσεις/υποδηλώσεις.

Παράδειγμα

Κοιν. λειτουργός: **Τι σας έφερε εδώ;** >>> έμφαση δίνεται στην περιγραφή της δυσκολίας.

Κοιν. λειτουργός: **Γιατί ήρθατε εδώ;** >>> έμφαση δίνεται στην αιτία.

Κοιν. λειτουργός: **Τι θα θέλατε από εμάς;** >>> έμφαση δίνεται στην αντιμετώπιση.

(Δημοπούλου-Λαγωνίκα, 2011)

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (4)

(Μαλικιώση -Λοϊζου, 2012)

Ο συμβουλευόμενος

Συνήθως αισθάνεται αμηχανία, η οποία οφείλεται εν μέρει σε άγνοια για το τι πρόκειται να συμβεί και εν μέρει σε κάποιες λανθασμένες προσδοκίες που μπορεί να έχει για τη συμβουλευτική διαδικασία. Δεν αποκλείεται είτε να μένει σιωπηλός, είτε αντίθετα να φλυαρεί ακατάσχετα για διάφορα θέματα άνευ σημασίας. Πρέπει να βοηθηθεί να νιώσει ελεύθερος και χαλαρωμένος, ώστε να μπορεί να μιλήσει για τα θέματα που τον απασχολούν.

Ερωτήσεις

- Για ποιο θέμα θα ήθελες να μιλήσουμε;
- Τι σας ώθησε να έλθετε εδώ;
- Είσαι ελεύθερη να μιλήσεις για όποιο θέμα σε ενδιαφέρει.
- Υπάρχει κάτι συγκεκριμένο για το οποίο θα ήθελες να μιλήσεις;

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (5)

- Σε περίπτωση που πρώτη συνάντηση πραγματοποιείται σε κάποια κοινωνική υπηρεσία (για παράδειγμα Συμβουλευτικό Κέντρο Παιδιού και Οικογένειας, Κοινωνική Υπηρεσία Δήμου), ο κοινωνικός λειτουργός ενημερώνει τον συμβουλευόμενο για την υπηρεσία, τον τρόπο λειτουργίας της, τις ειδικότητες που τη στελεχώνουν, τα είδη των περιπτώσεων που καλύπτει και τους στόχους που εξυπηρετεί. Παράλληλα προσφέρει και το έντυπο (αν υπάρχει) που περιγράφει την υπηρεσία, το οποίο, αν διαβαστεί αμέσως, επιτρέπει τη διατύπωση ορισμένων ερωτημάτων σχετικά με την αρμοδιότητα της υπηρεσίας στο πρόβλημα του εξυπηρετούμενου και τις σκέψεις του για τον ερχομό του σε αυτήν. Η συνέπεια στο καθορισμένο χρονικά ραντεβού από έναν πρόθυμο κοινωνικό λειτουργό στο ήσυχο και περιποιημένο γραφείο του, χωρίς διακοπές από τηλεφωνήματα ή τρίτους, συμβάλλουν θετικά στη διαμόρφωση μια καλής πρώτης επαφής/συνεργασίας με τον συμβουλευμένο.
- Στη διάρκεια της πρώτης συνάντησης ο κοινωνικός λειτουργός επιδιώκει να λάβει απαντήσεις σε ερωτήματα που αφορούν:
 - 1) Τον λόγο για τον οποίο ο ενδιαφερόμενος κατέφυγε στη συγκεκριμένη κοινωνική υπηρεσία.
 - 2) Τι του συμβαίνει και ποιο είναι το πρόβλημα ή η προβληματική κατάσταση που τον απασχολεί.
 - 3) Την αιτία που οδήγησε- κατά την άποψη του - στο συγκεκριμένο πρόβλημα ή κατάσταση.
 - 4) Τι περιμένει και τι προσδοκά από την κοινωνική υπηρεσία.
 - 5) Ποιος του συνέστησε να έρθει σε επαφή με την υπηρεσία.

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (6)

Δεδομένου ότι ο συμβουλευόμενος προσέρχεται στη συμβουλευτική τρέφοντας πολλές και ποικίλες προσδοκίες από αυτήν, είναι σημαντικό να κατανοήσει ευθύς εξαρχής ότι η συγκεκριμένη διαδικασία αποτελεί ένα συνεργατικό εγχείρημα και ότι τόσο ο ίδιος, όσο και ο σύμβουλος χρειάζεται να μετέχουν ενεργά σε κάθε στάδιο προκειμένου να επιτευχθεί ο επιθυμητός στόχος. Ο συμβουλευόμενος θα πρέπει να ενημερωθεί από τον σύμβουλο για τη δομή και τα όρια της μεταξύ τους σχέσης, την εχεμύθεια, τις δυνατότητες και τις προσδοκίες. Αντίθετα, η παράλειψη παροχής τέτοιων διευκρινήσεων ενδέχεται να εντείνει την εξάρτηση του συμβουλευόμενου από τον σύμβουλο, να ενδυναμώσει τα αισθήματα απόρριψης και εχθρότητας, καθώς και την τάση του να εγκαταλείψει την όλη προσπάθεια.

(Μαλικιώση-Λοϊζου, 2001)

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (7)

Ο σύμβουλος στην πρώτη συνάντηση διαβεβαιώνει τον συμβουλευόμενο για το απόρρητο, την τήρηση εμπιστευτικότητας της εργασίας του ίδιου και της υπηρεσίας του.

(Καλλινικάκη, 1998)

Ο σύμβουλος είναι σημαντικό να αποσαφηνίσει από την αρχή το πλαίσιο συνεργασίας, να εξεταστούν οι προσδοκίες του εξυπηρετούμενου και να συζητηθούν ποιες από αυτές θα μπορούσαν να πραγματοποιηθούν ή όχι.

(Κανδυλάκη, 2008)

Περί αιτήματος

Οι συμβουλευόμενοι συνήθως απευθύνονται για σύνθετα προβλήματα και εσωτερικές συγκρούσεις που παρεμποδίζουν τη λειτουργικότητά τους σε πολλούς τομείς της ζωής. Το αίτημα που παρουσιάζουν, το οποίο αναφέρεται στην πρώτη συνάντηση-υποδοχή, είναι πολλές φορές ελλιπές, μερικό και παραποιημένο.

Αρκετά συχνά, η τελική αποσαφήνιση του προσωπικού αιτήματος αργεί και είναι δυνατόν να προκύψει αφού έχει αρχίσει ή καθώς προχωρά η συνεργασία με τον κοινωνικό λειτουργό/ σύμβουλο.

(Καλλινικάκη, 1998)

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (8)

Ως «**πρόβλημα**» εννοείται η οποιαδήποτε δυσκολία, έγνοια, απογοήτευση, αμφιβολία ή κρίση που βασανίζει τον συμβουλευόμενο και αναστέλλει ή παρεμποδίζει τη λειτουργικότητά του στην καθημερινότητα. Η διαδικασία προβλέπει τη συλλογή πληροφοριών για τον πελάτη και τους τρόπους με τους οποίους αντιλαμβάνεται διάφορες καταστάσεις. Η αναγνώριση και παραδοχή των δικών του συναισθημάτων και των σκέψεών του, αποτελεί το πρώτο βήμα για την βαθύτερη κατανόηση του συναισθηματικού υποστρώματος που επηρεάζει την όλη κατάστασή του. Από τη στιγμή που κατανοήσει και αποδεχθεί το θέμα που πραγματικά τον απασχολεί, ο πελάτης είναι έτοιμος να προχωρήσει στον καθορισμό και την οριοθέτηση των στόχων που θα επιδιώξει.

(Μαλικιώση-Λοϊζου, 2001)

Η πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο (9)

Η συνέντευξη που πραγματοποιείται κατά την πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο αποσκοπεί στη συλλογή συγκεκριμένων πληροφοριών που σχετίζονται με την παρούσα κατάσταση του πελάτη, αλλά και τα σχέσεις του μέσα στο χρόνο (Κολέτση & Τραγου, 2013).

Ο κοινωνικός λειτουργός από την πρώτη συνάντηση αρχίζει να συλλέγει τις πληροφορίες για τη συμπλήρωση του κοινωνικού ιστορικού (για παράδειγμα πληροφορίες που αφορούν την εκπαίδευση, την εργασιακή του κατάσταση, τις προσωπικές του σχέσεις, οικογενειακές σχέσεις, πληροφορίες που αφορούν την κατάσταση της υγείας του, αναπτυξιακό ιστορικό, σημαντικά γεγονότα της ζωής του, τα δυνατά του σημεία, τα ενδιαφέροντά του κ.ά.)

Διερευνώντας το πρόβλημα (Κολέτση & Τραγου, 2013)

- Ποιο είναι το πρόβλημα;
- Πότε άρχισε;
- Πού και πότε παρουσιάζεται;
- Συχνότητα και ένταση προβλήματος;
- Αλλαγές που επιφέρει;
- Συγγενείς δυσκολίες που σχετίζονται με το πρόβλημα;
- Προηγούμενες προσπάθειες για την αντιμετώπιση του προβλήματος;
- Επίδραση του προβλήματος στη ζωή του ατόμου;
- Συνθήκες που βελτιώνουν ή επιδεινώνουν το πρόβλημα;

Η λήξη της πρώτης συνάντησης με τον συμβουλευόμενο (10) (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012)

Η ικανότητα του συμβούλου να τερματίσει με ήπιο, σταθερό και ουσιαστικό τρόπο την πρώτη συμβουλευτική συνέντευξη με τον πελάτη, καθορίζει συχνά και το αν ο πελάτης θα θελήσει να επανέλθει και να συνεχίσει τη συμβουλευτική διαδικασία. Όλοι οι άνθρωποι βρίσκουν συνήθως δύσκολο να διακόψουν τον συνομιλητή τους, όταν δεν έχουν άλλο χρόνο. Άλλωστε οι έρευνες έδειξαν ότι μια συμβουλευτική συνέντευξη είναι αποτελεσματική στα πρώτα 50 με 60 λεπτά. Μετά από αυτό το διάστημα ο πελάτης τείνει να επαναλαμβάνει όσα ήδη έχει πει. Επιπλέον επειδή ο συμβουλευόμενος συχνά διστάζει να μιλήσει για αυτό που πραγματικά τον απασχολεί, αν γνωρίζει ότι έχει απεριόριστο χρόνο στη διάθεσή του θα αναβάλει διαρκώς να αναφερθεί στο θέμα που τον ενδιαφέρει. Η ιδανική χρονική στιγμή για να λήξει η πρώτη συνάντηση είναι όταν ο σύμβουλος κρίνει μαζί με τον πελάτη/ εξυπηρετούμενο/ συμβουλευόμενο ότι έχουν καλύψει αρκετά κάποιο από τα θέματα που τον απασχολούν. Επειδή, όμως, αυτό σπάνια συμβαίνει κατά την πρώτη συνάντηση προτείνεται, καθώς η συνέντευξη προχωρά προς το τέλος της, ο σύμβουλος να επιλεγεί ένα λιγότερο συναισθηματικά έντονο θέμα συζήτησης, έτσι ώστε ο πελάτης να μη φεύγει από τη συνέντευξη σε έντονη θυμική κατάσταση. Αν κατά τη στιγμή της λήξης της πρώτης συνάντησης ο συμβουλευόμενος συζητάει/ασχολείται με ένα συναισθηματικά φορτισμένο θέμα, δεν είναι καλό να διακοπεί απότομα η συνέντευξη. Μερικές φορές ο πελάτης ξεκινά σκοπίμα να μιλά για κάποιο θέμα που τον απασχολεί, αν και γνωρίζει ότι πλησιάζει το τέλος της συνέντευξης, για να αναβάλει τη λήξη της. Αν ο σύμβουλος αντιληφθεί ότι μπορεί να συμβαίνει κάτι τέτοιο, ενδεχομένως να κλείσει ήπια τη συνέντευξη λέγοντας:

-Αυτό φαίνεται να είναι ένα θέμα που θέλεις να διερευνήσεις. Μπορούμε να ξεκινήσουμε από αυτό στην επόμενη συνάντησή μας.

Η λήξη της πρώτης συνάντησης με τον συμβουλευόμενο (11) (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012)

Ακολουθούν μερικές συνήθεις εκφράσεις με τις οποίες ο σύμβουλος κλείνει την πρώτη συνάντηση με τον συμβουλευόμενο:

- Φαίνεται ότι ο χρόνος μας τέλειωσε για σήμερα.
- Νομίζω ότι σε αυτό το σημείο θα πρέπει να σταματήσουμε για σήμερα.
- Έχουμε ακόμη πέντε λεπτά στη διάθεσή μας, σε περίπτωση που θέλετε να προσθέσετε κάτι. Διαφορετικά μπορώ να συνοψίσω όσα είπαμε σήμερα για να δούμε αν σας άκουσα και αν σας κατάλαβα σωστά.

ΔΕΥΤΕΡΟ ΣΤΑΔΙΟ: Η συμβουλευτική σχέση

Η συμβουλευτική σχέση αφορά όλα τα συναισθήματα και τις στάσεις που έχουν όσοι μετέχουν σε αυτήν, ο ένας για τον άλλον, καθώς και τους τρόπους με τους οποίους τα εκφράζουν (Thwaites, 2007, όπ. αναφ. στο Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012).

Η συμβουλευτική σχέση είναι από μόνη της μια εξελικτική διαδικασία, η οποία ξεκινά από την πρώτη συνάντηση και οπωσδήποτε θεμελιώνεται κατά τη δεύτερη. Για αυτό μπορεί να γίνει αντιληπτή και ως ένα δεύτερο στάδιο στην πορεία της συμβουλευτικής διαδικασίας, ίσως το σπουδαιότερο ως την έκβασή της (...) Η συμπεριφορά του συμβούλου πρέπει να είναι τέτοια, ώστε ο συμβουλευόμενος να τον βλέπει ως ικανό, σοβαρό, ευαίσθητο, ειλικρινές, εχέμυθο και υπεύθυνο άτομο, που τον καταλαβαίνει και τον αποδέχεται έτσι όπως είναι και διαθέτει τις απαραίτητες γνώσεις, ευφυΐα, και δεξιότητες για να του προσφέρει τη βοήθεια που αναζητά (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012).

(Σε επόμενη παράδοση θα επανέλθουμε στη σημασία της συμβουλευτικής σχέσης)

ΤΡΙΤΟ ΣΤΑΔΙΟ: Αναγνώριση και καθορισμός στόχων

(Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012)

Πολλοί πελάτες, στην αρχή της συμβουλευτικής διαδικασίας, δεν γνωρίζουν τους στόχους τους οποίους θέλουν να επιτύχουν, αισθάνονται αγχωμένοι και δυστυχισμένοι, συχνά δίχως να ξέρουν το γιατί. Ένας από τους κυριότερους σκοπούς της συμβουλευτικής είναι ακριβώς να τους βοηθήσει να ξεκαθαρίσουν αυτά τους τα συναισθήματα, να αναγνωρίσουν τι τα προκαλεί και να αποφασίσουν με ποιον ή ποιους τρόπους θα τα διαχειριστούν και θα τα αντιμετωπίσουν. Είναι σημαντικό να ορίζονται στόχοι που να μπορούν να επιτευχθούν σε μεγάλο βαθμό, διαφορετικά ο πελάτης ενδέχεται να απογοητευτεί και να εγκαταλείψει την προσπάθεια. Κατά συνέπεια, είναι προτιμότερο στην αρχή να τίθενται χαμηλότεροι στόχοι και σταδιακά να γίνονται δυσκολότεροι, παρά να τίθενται ευθύς εξαρχής υψηλοί στόχοι και μετά να χρειάζεται να μειωθούν.

ΤΕΤΑΡΤΟ ΣΤΑΔΙΟ: Αναζήτηση και παραγωγή εναλλακτικών λύσεων (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2001) και επιλογή συμβουλευτικής τεχνικής (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012)

Στο στάδιο αυτό καταβάλλεται προσπάθεια προκειμένου να βοηθηθεί ο συμβουλευόμενος να αναπτύξει νέες προοπτικές για την επίλυση του προβλήματός του. Είναι σημαντικό να αντιληφθεί ότι, όποιες αποφάσεις κι αν πάρει, αυτές δεν θα έχουν αντίκτυπο μόνο στον ίδιο (στη συναισθηματική διάθεσή του, στα κίνητρα του και στη συμπεριφορά του), αλλά θα επηρεάσουν άμεσα και το κοινωνικό του περιβάλλον, εν τέλει την ίδια του τη ζωή. Με τη βοήθεια του συμβούλου διερευνώνται διάφορα πιθανά σενάρια/εναλλακτικές λύσεις και γίνεται προσπάθεια να βρεθούν οι κατάλληλοι τρόποι ενεργοποίησης του πελάτη, έτσι ώστε να λειτουργήσει συνειδητά και σκόπιμα προς την επιθυμητή κατεύθυνση. Ο σύμβουλος παρέχει βοήθεια με ποικίλους τρόπους ανάλογα με τη θεωρητική του τοποθέτηση. Σύμφωνα με το **ανθρωπιστικό** και **προσωποκεντρικό μοντέλο**, η συμβουλευτική σε αυτή τη φάση συνίσταται στην παροχή βοήθειας στον πελάτη **ώστε να βρει ο ίδιος τη λύση.** Εν προκειμένω ο ρόλος του συμβούλου είναι κατά κύριο λόγο αυτός του ατόμου που αναλαμβάνει να στηρίξει και να ενθαρρύνει τον συμβουλευόμενο. Στόχος του συμβούλου είναι να οδηγήσει τη σκέψη του πελάτη σε νέες επιλογές για την αντιμετώπιση της προβληματικής του κατάστασης (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2001).

Επίσης στο στάδιο αυτό ο σύμβουλος επιστρατεύει τις γνώσεις και τα ταλέντα του προκειμένου να επιλέξει την κατάλληλη τεχνική, με την οποία θα βοηθήσει τον πελάτη να αναζητήσει εναλλακτικές επιλογές και να φτάσει στην εκπλήρωση των στόχων που έχει θέσει (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012).

ΠΕΜΠΤΟ ΣΤΑΔΙΟ: Τερματισμός συμβουλευτικής σχέσης (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2012)

Στο στάδιο αυτό σύμβουλος και συμβουλευόμενος αξιολογούν από κοινού τη διαδικασία στο σύνολό της και εξετάζουν κατά πόσο οι στόχοι που είχαν τεθεί πραγματοποιήθηκαν. Γίνεται κάποια ανακεφαλαίωση ή ανασκόπηση της διαδικασίας που ακολουθήθηκε. Αν η συμπεριφορά του συμβουλευόμενου πράγματι έχει αλλάξει προς την κατεύθυνση που είχε εξ αρχής συμφωνηθεί, τότε ο πελάτης θα πρέπει να είναι σε θέση να την εφαρμόσει και εκτός του συμβουλευτικού πλαισίου, δηλαδή να μπορεί να γενικεύσει τη συμπεριφορά αυτή στην καθημερινότητά του. Στην περίπτωση αυτή η συμβουλευτική διαδικασία φτάνει στο τέλος της. Είναι σημαντικό τόσο ο σύμβουλος όσο και ο πελάτης να μιλήσουν για τα συναισθήματα που νιώθουν καθώς ολοκληρώνεται η συνεργασία τους .

Σε μερικές περιπτώσεις οι δύο πλευρές μπορεί να κρίνουν σκόπιμο να υπάρχει επαναληπτικός έλεγχος (follow up) της καινούριας πορείας του πελάτη. Αυτό σημαίνει ότι ο πελάτης επισκέπτεται τον σύμβουλο σε τακτά διαστήματα μετά το πέρας της συμβουλευτικής διαδικασίας για να συζητήσουν την πορεία και την επιτυχία με την οποία εφαρμόζει όλα όσα είχαν συναποφασίσει όταν έφτασαν στο τέλος της συμβουλευτικής διαδικασίας.

Μια άλλη κατηγοριοποίηση της συμβουλευτικής διαδικασίας

Οι Harworth κ. συν. (1997, όπ. αναφ. στο Κανδυλάκη, 2008), ταξινομούν την συμβουλευτική διαδικασία στις εξής τρεις φάσεις:

1) Τη διερεύνηση, ανάπτυξη σχέσης, εκτίμηση προβλήματος και σχεδιασμό

Η πρώτη φάση αφορά τη διαδικασία διερεύνησης και εκτίμησης του προβλήματος, η οποία - ωστόσο - δεν ολοκληρώνεται πάντα στις πρώτες συνεδρίες. Στις εν λόγω συνεδρίες είναι πιθανόν ο συμβουλευόμενος να εξιστορεί σαν «ποταμός» αυτά που συμβαίνουν στη ζωή του και τον προβληματίζουν. Ταυτόχρονα, παρουσιάζει/συνειδητοποιεί τις συναισθηματικές αντιδράσεις του απέναντι στα γεγονότα αυτά. Η αφηγηματική αυτή προσέγγιση συμβάλλει στην αποκάλυψη του τρόπου με τον οποίον ο συμβουλευόμενος αντιλαμβάνεται τα γεγονότα. Ουσιαστικά, η πρώτη φάση περιλαμβάνει τη διερεύνηση των προβλημάτων μέσα από τη συντονισμένη προσπάθεια για συλλογή πληροφοριών σχετικών με το άτομο, το πρόβλημα, το περιβάλλον και τη μεταξύ τους αλληλεπίδραση.

2) Την εφαρμογή διαδικασιών/στρατηγικών επίλυσης του προβλήματος και επίτευξη στόχων.

3) Ολοκλήρωση και κλείσιμο, όπου επιχειρείται ένας σχεδιασμός στρατηγικών διατήρησης της βελτιωμένης κατάστασης και μια τελική αξιολόγηση.

Εβδομάδα 7η. Δραστηριότητα 1η

Αναζητείστε στο Διαδίκτυο ή σε άλλες διαθέσιμες πηγές, τα 4-5

βασικά μοντέλα/ θεωρίες/ προσεγγίσεις της

συμβουλευτικής/ψυχοθεραπείας. Να τα αναφέρετε ονομαστικά και να

αναλύσετε ένα από αυτά σ' ένα κείμενο 300 λέξεων. Αξιοποιήστε

τουλάχιστον τρεις βιβλιογραφικές αναφορές.

Εβδομάδα 7η. Δραστηριότητα 2η

Εντοπίστε στην παρακάτω συζήτηση τις αστοχίες, αλλά και τις σωστές ενέργειες του συμβούλου. Αιτιολογείστε τις επιλογές σας συνοπτικά.

Μαρία: Κοιτάξτε, τώρα με την καραντίνα και το lockdown, δεν ξέρω τι ακριβώς θα γίνει με τη δουλειά μου.

Σύμβουλος: Θέλεις να μου πεις περισσότερα γι' αυτό.

Μ: Τι θα γίνω αν χάσω τη δουλειά μου; Που μάλλον προς τα εκεί πάει το πράγμα.

Σ: Μαρία, καταλαβαίνω ότι νιώθεις φόβο μήπως απολυθείς.

Μ: Ακριβώς. Είμαι μόνη με ένα παιδί.

Σ: Συνέχισε.

Μ: Ο πρώην σύζυγός μου δεν δίνει διατροφή, το παίζει και καλά άνεργος. Και στην ουσία είναι τεμπέλης (με θυμό). Το χειρότερο λάθος στη ζωή μου που τον γνώρισα... Αν τον είχα μπροστά μου, θα τον... θα τον έβριζα. Και έχω και τη μάνα μου που, που όπως σας έχω πει, τρέχω για εκείνην γιατί είναι στην αρχή της άνοιας (μιλάει γρήγορα). Και δεν θέλω να πηγαίνω σπίτι της, γιατί είναι ο ιός που με τρομάζει και δεν θέλω, αλλά πηγαίνω, τι να κάνω... Μόνη της και αυτή... Και αν απολύσουν κάποιον από τη δουλειά, εγώ θα είμαι... Ο μικρός όλη την καραντίνα την έβγαλε μπροστά από ένα τάμπλετ. Το παιδί έχει γίνει νευρικό και απρόσιτο. Του μιλάς και απαντάει με νεύρα. Και επίσης ξέρω ότι εσείς θα μου πείτε...

Σ: (τη διακόπτει) Είναι πολλά που σε προβληματίζουν. Λέω να αρχίσουμε από τα συναισθήματα που έχεις για τον πρώην σύζυγό σου.

Μ: Όχι δεν θέλω να μιλάμε γι' αυτόν. Έχω άλλα προβλήματα, πιο σημαντικά.

Σ: Μα σε έχει πονέσει πολύ!

Μ: Η δουλειά με πονάει πιο πολύ, που από μέρα σε μέρα με απολύουν.

Σ: Αν σε απολύσουν, θα τη βρεις τη λύση, δεν σε φοβάμαι. Όλα θα πάνε καλά.

Μ: Μα τι λέτε τώρα; Έχει μεγάλη ανεργία λόγω κορονοϊού. Εγώ θα βρω, που απλώς έχω τελειώσει ένα Λύκειο.

Σ: Με τον γιο σου, τι να σου πω τώρα. Πρέπει να βάλεις ΟΡΙΑ!

Μ: Δεν ακούει!

Σ: Α, θα σου πω κάτι για τη μάμα σου. Να πάρεις τηλέφωνο το Κέντρο Ημέρας για άτομα με Άνοια, που άνοιξε στην πόλη, εκεί θα σου δώσουν κατευθύνσεις.

Μ: Υπάρχει κάτι τέτοιο στην Πάτρα;

Σ: Ναι ναι, να πάρεις τηλέφωνο ασυζητητί, θα σου βρουν λύσεις.

Μ: Σας ευχαριστώ.

Εβδομάδα 7η. Δραστηριότητα 3η

Αναζητείστε στο διαδίκτυο ή σε άλλες διαθέσιμες πηγές τις διαφορές της **συμβουλευτικής** με την **ψυχοθεραπεία**. Είναι σημαντικό να καταγράψετε τις βιβλιογραφικές παραπομπές που θα αξιοποιήσετε.

Εβδομάδα 7η. Δραστηριότητα 4η

Ο σχολικός κοινωνικός λειτουργός υποδέχεται την κ. Ευτυχία στο γραφείο του στο Σχολείο. Είναι η πρώτη τους συνάντηση. Η κ. Ευτυχία είναι η μητέρα του Κώστα, μαθητή της Α' Δημοτικού. Πριν δυο μέρες η κ. Ελένη κάλεσε τον κοινωνικό λειτουργό και του ανέφερε αναστατωμένη: «Θα ήθελα ένα ραντεβού μαζί σας. Ξέρετε, αποφάσισα με τον πάτερα του Κώστα να χωρίσουμε. Υπάρχουν πολλές δυσκολίες που δε μπορούμε να τις διαχειριστούμε πλέον. Θέλω βοήθεια. Πώς θα το πω στο παιδί; Πώς θα το πάρει; Θα επηρεαστεί η επίδοσή στο σχολείο; Έχω αγχωθεί και εγώ. Φοβάμαι ότι όλα θ' αλλάξουν»

Καταγράψτε τον διάλογο της πρώτης συνάντησης μεταξύ του κοινωνικού λειτουργού και της κ. Ευτυχίας, παρέχοντας και αξιοποιώντας τις τεχνικές και της δεξιότητες της συμβουλευτικής που έχετε μάθει έως τώρα. Κάθε φορά που χρησιμοποιείτε μια τεχνική/ δεξιότητα, να την αναφέρετε σε παρένθεση. Καταγράψτε ουσιαστικά τα πρώτα λεπτά της συνέντευξης, σύμφωνα με τα όσα αναφέρθηκαν στην παράδοση αυτή (μέχρι 750 λέξεις).

Εβδομάδα 7η. Δραστηριότητα 5^η

Τη δραστηριότητα αυτή την πραγματοποιούμε κατά τη διάρκεια των συμβουλευτικών συναντήσεων/ συνεδριών με παιδιά, εφήβους, αλλά και με ενήλικες. Σας προτείνουμε να τη δοκιμάσετε και εσείς. Αν σας δυσκολέψει καθώς την κάνετε, δεν πειράζει, μπορείτε να την παραλείψετε. Αν πάλι νιώσετε άβολα ή πίεση, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας. Δε χρειάζεται να το επαναλάβω ότι είμαστε στη διάθεσή σας.

Το δικό μου λεύκωμα (Budd, 2011)

Σας προτείνουμε να ετοιμάσετε ένα μικρό λεύκωμα με φωτογραφίες! Αξιοποιήστε το κινητό σας ή τη φωτογραφική μηχανή και φωτογραφίστε διάφορες, ενδιαφέρουσες πτυχές που συναποτελούν τη ζωή σας. Μπορείτε επίσης να ζωγραφίσετε, να βάλετε αυτοκόλλητα/ σφραγίδες, να γράψετε ποιήματα ή να βρείτε φωτογραφίες από το διαδίκτυο. Ποιο μέρος σας ηρεμεί; Υπάρχει κάποιο γκράφιτι που σας αντιπροσωπεύει; Ποια είναι τα χόμπι σας; Ποιοι είναι οι δικοί σας άνθρωποι; Ποια είναι τα επιτεύγματά σας; Ποιες είναι οι πιο χαρούμενες αναμνήσεις σας; Ποιες είναι οι αξίες σας; Οι φωτογραφίες πρέπει να έχουν λεζάντες ή σύντομες περιγραφές για να περιγράψουν τι αφορούν. Αν θέλετε, δημιουργήστε και ένα εξώφυλλο και βάλτε και έναν τίτλο για το λεύκωμα που να αποτυπώνει την πεμπτούσια της ζωής σας.

Μέσα από τη δραστηριότητα αυτή μπορείτε να αντιληφθείτε και να κατανοήσετε τον αντίκτυπο που έχουν οι άνθρωποι και τα γεγονότα στη ζωή σας. Αυτή η δραστηριότητα μας βοηθά να απεικονίσουμε τον κόσμο μέσω εικόνων και μας δίνει τη δυνατότητα να μοιραζόμαστε τις σκέψεις μας καθώς αποδίδουμε νόημα σε γεγονότα και ανθρώπους στη ζωή μας.



Θα χαρώ να λάβω τα μικρά σας λευκώματα, τα οποία μπορείτε να φωτογραφίσετε και να ενσωματώσετε στο αρχείο word με τις υπόλοιπες δραστηριότητες της παράδοσης. Και σχολιάστε το πώς σας φάνηκε αυτή η δραστηριότητα με τη μορφή του αναστοχασμού. **Αν κάποιος δεν επιθυμεί να μοιραστεί τις σκέψεις του, θα σεβαστώ απόλυτα την επιλογή του!**

Πληροφορίες για την κατάθεση της εργασίας με τις δραστηριότητες

- Καταγράφετε σε ένα αρχείο word όλες τις απαντήσεις από τις δραστηριότητες του παρόντος μαθήματος.
- Είναι σημαντικό να γράφετε, πριν από κάθε απάντηση, τον αριθμό της εβδομάδας και της δραστηριότητας.
- Οι εργασίες κατατίθενται μέσω e-class, μέχρι τις **7/5/2025**

Σας ευχαριστώ για τη συνεργασία και την ανταπόκριση

Βιβλιογραφία

Budd, D. (2011). *Paparazzi*. In L. Lowenstein (Ed.), *Favorite therapeutic activities for children, adolescents, and families: Practitioners share their most effective interventions* (pp. 85-86). Toronto: Champion Press. Available at: <http://www.lianalowenstein.com/e-booklet.pdf>

Δημοπούλου-Λαγωνίκα, Μ. (2011). *Μεθοδολογία Κοινωνικής Εργασίας: Μοντέλα παρέμβασης*. Αθήνα: Τόπος.

Καλλινικάκη, Θ. (1998). *Κοινωνική εργασία: Εισαγωγή στη θεωρία και την πρακτική της Κοινωνικής Εργασίας*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Κανδυλάκη, Α. (2008). *Η Συμβουλευτική στην Κοινωνική Εργασία: Δεξιότητες και Τεχνικές*. Αθήνα: Τόπος.

Κολέτση, Μ., & Τράγου, Ε. (2013). *Κλινική αξιολόγηση και συμβουλευτική*. Αθήνα: Καλέντη.

Μαλικιώση -Λοϊζου Μ. (2012). *Συμβουλευτική ψυχολογία*. Αθήνα: Πεδίο.

Μαλικιώση -Λοϊζου Μ. (2001). *Η συμβουλευτική ψυχολογία στην εκπαίδευση: Από τη θεωρία στην πράξη*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.