

ΕΤΑΙΡΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ
Π. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ

ΟΜΑΔΕΣ

ΕΦΗΒΩΝ

ΟΜΑΔΑ ΣΥΝΕΡΓΑΤΩΝ Ν. ΦΩΚΙΔΑΣ

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΙΑΚΩΒΑΚΗ

© 2020



2020 ΕΤΑΙΡΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ Π. ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΣ



1. ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ-ΓΝΩΡΙΜΙΑ

Σε κύκλο συστήνονται οι συντονιστές της ομάδας- ποιοι είναι, πού δουλεύουν. Τα παιδιά χωρίζονται σε ζευγάρια, επιλέγοντας για ταίρι τον συμμαθητή που πιστεύουν ότι γνωρίζουν λιγότερο ή με τον οποίο κάνουν λιγότερο παρέα. Στα ζευγάρια τα παιδιά συζητούν για το όνομα τους, από πού προέρχεται, εάν τους αρέσει ή εάν θα ήθελαν να τους λένε αλλιώς και μοιράζονται κάποια πληροφορία για τον εαυτό τους που υποθέτουν ότι το ταίρι τους δεν γνωρίζει. Έπειτα σε κύκλο ο κάθε μαθητής παρουσιάζει και συστήνει το ταίρι του στην ομάδα.

Κλείνοντας, τα παιδιά συζητούν για τις εντυπώσεις και τα συναισθήματα που δημιουργήθηκαν από τη διαδικασία και μοιράζονται με την ομάδα εάν από αυτήν τη διαφορετική σύσταση έμαθαν κάτι καινούργιο για τους συμμαθητές τους.

2. ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- ΚΑΝΟΝΕΣ ΚΑΙ ΠΛΑΙΣΙΟ ΟΜΑΔΑΣ

Σε κύκλο το κάθε παιδί ακουμπά τον διπλανό του, λέει το όνομα του και κάτι που του αρέσει πάνω του, ή κάτι στο οποίο είναι καλός, προκειμένου η ομάδα να συνδεθεί και να ξαναθυμηθεί τον βιωματικό τρόπο λειτουργίας της ομάδας. Έπειτα, ο καθένας μόνος του γράφει σε ένα χαρτί τι θέλει, τι προσδοκά και τι δεν θέλει από την ομάδα αυτή. Οι μαθητές, στη συνέχεια, χωρίζονται σε μικρές ομάδες, συζητούν αυτά που έγραψαν και επιλέγουν τρία θέματα προς συζήτηση στην ομάδα και τα παρουσιάζουν. Οι συντονιστές συγκεντρώνουν τα θέματα αυτά και επεξεργάζονται τις ανάγκες των παιδιών προκειμένου να δομηθούν οι επόμενες συναντήσεις.



3. Η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ-Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΩΣ ΧΡΗΣΙΜΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΚΙ ΟΧΙ ΜΟΝΟ

Σε κύκλο τα παιδιά μοιράζονται το συναίσθημα με το οποίο έρχονται στην ομάδα, προκειμένου η ομάδα να συνδεθεί. Έπειτα, τους δίνεται η οδηγία να χωριστούν σε ζευγάρια και αντικριστά να συζητήσουν για οτιδήποτε θέλουν. Έπειτα από πέντε λεπτά οι συντονιστές προτρέπουν τα ζευγάρια να κάτσουν δίπλα-δίπλα και να συνεχίσουν την κουβέντα τους. Μετά από πέντε λεπτά ακόμη, δίνεται οδηγία στους μαθητές να καθίσουν πλάτη-πλάτη, συνεχίζοντας την συζήτηση τους και στη συνέχεια προτρέπονται ενώ ακόμη είναι καθισμένοι στην ίδια στάση, να απομακρύνουν τις καρέκλες τους. Επιστρέφοντας σε κύκλο, τα παιδιά μιλούν για το πώς τους φάνηκε η διαδικασία αυτή και για το τι παρατήρησαν. Οι συντονιστές πλαισιώνουν την βιωματική αυτή άσκηση με τις βασικές αρχές της λειτουργικής επικοινωνίας και συζητούν με την ομάδα για την ενεργητική ακρόαση και την ενσυναίσθηση.

4. ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΕΣ

Σε κύκλο τα παιδιά συζητούν πώς έρχονται στην ομάδα και μοιράζονται σκέψεις τους σχετικά με την προηγούμενη συνάντηση. Στη συνέχεια, τους δίνεται η οδηγία να γράψουν ή να ζωγραφίσουν σε μικρά χαρτιά τους στόχους τους, ελεύθερα και χωρίς να το σκεφτούν πολύ. Έπειτα, παίρνοντας ένα μεγαλύτερο χαρτί, τα παιδιά τοποθετούν τους στόχους τους σε τμήματα του χαρτιού, ανάλογα με την προτεραιότητα που έχουν για τους ίδιους. Το πάνω τμήμα συμβολίζει τις άμεσες προτεραιότητες, τους άμεσους ή σημαντικότερους στόχους τους. Τέλος, παρουσιάζονται στον κύκλο τα χαρτιά τους και πλαισιώνονται στην ομάδα.



5. ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- ΕΜΠΟΔΙΑ ΣΤΗΝ ΠΟΡΕΙΑ ΜΟΥ

Στον κύκλο τα παιδιά μιλούν για τις εντυπώσεις που τους δημιουργήθηκαν από την προηγούμενη συνάντηση μας και μοιράζονται το συναίσθημα με το οποίο έρχονται. Έπειτα, οι συντονιστές προτρέπουν τους μαθητές να φανταστούν στη μέση του κύκλου μια δυνατή φωτιά. Τους δίνεται η οδηγία να περιπλανηθούν στο χώρο της τάξης και να διαλέξουν ένα αντικείμενο το οποίο συμβολίζει γι' αυτούς μία δυσκολία, ένα εμπόδιο το οποίο τους αποτρέπει από την υλοποίηση των στόχων τους. Επιστρέφοντας σε κύκλο, ένα-ένα παιδί σηκώνεται και φαντασιακά πετάει και «καίει» το συμβολικό αυτό αντικείμενο στη φωτιά, λέγοντας στην ομάδα τι είναι το αντικείμενο αυτό και τι σημαίνει για τον ίδιο. Τέλος, η ομάδα μοιράζεται τα συναισθήματα της και πλαισιώνεται από τους συντονιστές.

6. ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ-ΤΑ ΣΑΚΟΥΛΑΚΙΑ ΤΩΝ ΕΠΙΛΟΓΩΝ ΜΟΥ

Δίνεται οδηγία στους μαθητές να αναλογιστούν και να αξιολογήσουν τα πράγματα που έχουν αυτή τη στιγμή στη ζωή τους, είτε πρόκειται για στόχους, είτε για εμπόδια, είτε για σχέσεις ή στοιχεία του εαυτού τους. Οι συντονιστές προτρέπουν τα παιδιά να γράψουν ή να σχεδιάσουν καθένα από αυτά σε ένα ξεχωριστό κομμάτι χαρτί. Έπειτα, τα παιδιά βάζουν το καθένα από αυτά που έγραψαν ή σχεδίασαν σε ένα από τα τρία σακουλάκια που τους έχουν δοθεί, ανάλογα με το αν θέλουν να το κρατήσουν, να το πετάξουν ή να το αλλάξουν. Επιστρέφοντας σε κύκλο οι μαθητές μοιράζονται τις σκέψεις τους και πλαισιώνονται από την ομάδα.



7. ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ- ΚΛΕΙΣΙΜΟ

Τα παιδιά χωρίζονται σε μικρές ομάδες (τρία ή τέσσερα άτομα) και ο καθένας γράφει για το κάθε μέλος της υποομάδας του τρία θετικά στοιχεία. Το ίδιο κάνει και για τον εαυτό του. Στη συνέχεια, το κάθε παιδί συγκεντρώνει ό,τι έχουν γράψει τα υπόλοιπα μέλη για τον ίδιο. Επιστρέφοντας στον κύκλο, όλοι οι μαθητές συνδέονται με ένα νήμα. Το κάθε παιδί κρατάει μία άκρη του νήματος που είναι τυλιγμένο σε ένα κουβάρι και μοιράζεται το συναίσθημα με το οποίο φεύγει από την ομάδα, πετάει το κουβάρι σε όποιο μέλος της ομάδας θέλει, το οποίο με τη σειρά του κρατάει το νήμα και μοιράζεται και το ίδιο μια σκέψη ή ένα συναίσθημα. Με τον τρόπο αυτό η ομάδα κλείνει και οι συντονιστές συζητώντας και οι ίδιοι τα συναισθήματα τους, αποχαιρετούν τους μαθητές.

Σημ.: Σε παρεμβάσεις βραχείας διάρκειας (πχ τεσσάρων συναντήσεων) παρακάμπτεται η 2η και 3η συνάντηση και έπειτα από τη γνωριμία η παρέμβαση εστιάζεται στην στοχοθεσία και στην τόνωση της αυτοπεποίθησης των μαθητών.