

ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ
«ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ ΓΟΝΕΩΝ-ΠΑΙΔΙΩΝ»
28 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2014
ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΑ: ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΚΑΡΑΜΠΙΑΤΖΑΚΗ
ΟΡΓΑΝΩΣΗ :ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΣΠΕΡΙΑ

The Esperia

ASSOCIATION OF GRADUATES, STUDENTS, TEACHERS AND PARENTS
OF THE EVENING GYMNASIUM AND LYCEUM IN TRIKALA

NEWSLETTER
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2014

ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ

«ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ ΓΟΝΕΩΝ-ΠΑΙΔΙΩΝ»

Την Παρασκευή 28 Φεβρουαρίου πραγματοποιήθηκε στο Εσπερινό Γυμνάσιο –Λύκειο Τρικάλων βιωματικό σεμινάριο 2 ωρών με θέμα: «Διαχείριση συγκρούσεων γονέων –παιδιών». Συντονίστρια ήταν η κ. Δέσποινα Καραμπατζάκη , υπεύθυνη του Συμβουλευτικού Σταθμού Νέων της Δ/σης Δ/θμιας Εκπ/σης Τρικάλων.

Αφορμή για την υλοποίηση του σεμιναρίου είναι η συμμετοχή του συλλόγου «ΕΣΠΕΡΙΑ-Σύλλογος αποφοίτων μαθητών ,καθηγητών και γονέων του Εσπερινού Γυμνασίου –Λυκείου Τρικάλων» στο ευρωπαϊκό πρόγραμμα Grundtvig με τίτλο «Engaging disadvantaged parents to acquire parenting skills». Στα πλαίσια του προγράμματος ο σύλλογος προκειμένου να ευαισθητοποιήσει τα μέλη του και να τα ενισχύσει με νέες δεξιότητες πραγματοποιεί μια σειρά σεμιναρίων που άπτονται των γονεϊκών δεξιοτήτων. Προηγήθηκε ένα βιωματικό σεμινάριο με θέμα την επικοινωνία γενικότερα ,ενώ σύντομα θα πραγματοποιηθεί σεμινάριο με θέμα τη διαχείριση του θυμού.

Στόχος του συγκεκριμένου σεμιναρίου δεν ήταν να δοθούν έτοιμες πρακτικές και λύσεις στους γονείς, αλλά να προβληματιστούν οι ίδιοι μέσα από τη συζήτηση:

- για τα θέματα που προκαλούν τις πιο συχνές συγκρούσεις
- για τους τρόπους εκδήλωσης των συγκρούσεων
- για τους τρόπους αντίδρασης και αντιμετώπισης των συγκρούσεων.

Στο πρώτο μέρος του σεμιναρίου οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν σε τρεις ομάδες και εν συνεχεία τέθηκαν τρεις βασικές ερωτήσεις που αποτέλεσαν και τους βασικούς άξονες προβληματισμού. Παρατίθενται στη συνέχεια τα ερωτήματα αλλά και οι απαντήσεις ,έτσι όπως προέκυψαν από τη συζήτηση των ομάδων .

1^η Ερώτηση: «Για ποια θέματα συγκρούονται οι γονείς με τα παιδιά τους; Πώς εκδηλώνονται αυτές οι συγκρούσεις;»

A. θέματα συγκρούσεων(πολλές φορές υπάρχει διαφοροποίηση ανάλογα με την ηλικία των παιδιών)

- Μελέτη, εξωσχολικές δραστηριότητες
- Διαχείριση χρόνου
- Διαχείριση οικονομικών
- Απασχόληση στο διαδίκτυο
- Διατροφή
- Συμπεριφορά –ενδυμασία –εμφάνιση
- Αδελφική αντιζηλία
- Οικογενειακές συγκρούσεις και υποχρεώσεις
- Επιλογές για το μέλλον

B. «Πώς εκδηλώνεται η σύγκρουση;»

- Φωνές
- Προσβολές
- Απειλές
- Σωματική βία
- Κριτική
- Απαξίωση

Στην προσπάθεια να αναζητηθούν τα βαθύτερα αίτια που προκαλούν τις συγκρούσεις , φάνηκε ότι οι προσωπικές ανικανοποίητες επιθυμίες αλλά και οι διαφορετικές αξίες και αντιλήψεις είναι τα κυρίαρχα αίτια.

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΣΠΕΡΙΑ

2^η Ερώτηση: «Ποια συναισθήματα κυριαρχούν στις συγκρούσεις;»

Θυμός-οργή
Στενοχώρια –λύπη
Ενοχές
Άγχος
Φόβος
Αμηχανία
Απομόνωση –τάσεις περισυλλογής
Η αίσθηση ότι οι άλλοι δεν μας κατανοούν

3^η Ερώτηση: «Πώς αντιδρούμε στις συγκρούσεις;»

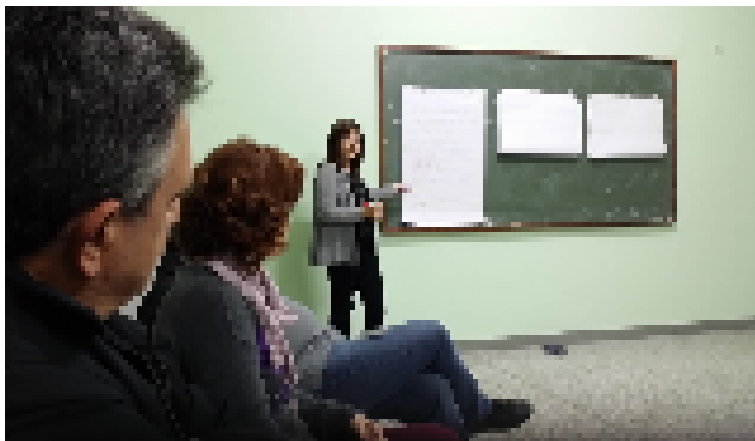
Ηρεμία
Αναμονή- υποχώρηση
Επιθετική συμπεριφορά –προσπάθεια επιβολής
Συζήτηση (συμβουλές-ακούμε και την άλλη γνώμη)
Ελιγμός (δίνουμε χώρο και χρόνο στη σύγκρουση)

Αφού ολοκληρώθηκε η ελεύθερη συζήτηση του πρώτου μέρους οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να σκεφτούν και να αποφασίσουν με ποιον τρόπο αντιδρούν συνήθως σε μια σύγκρουση, επιλέγοντας ανάμεσα σε έξι εκδοχές:

Συγκρούομαι
Διαπραγματεύομαι
Παραιτούμαι (μένω στη σχέση)
Κόβω επικοινωνία
Επιβάλλω τη δική μου λύση
Συμβιβάζομαι

Μετά την επιλογή του καθενός, ακολούθησε συζήτηση ,προκειμένου ο καθένας να προβληματιστεί και να συνειδητοποιήσει για ποιο λόγο αντιδρά συνήθως με το συγκεκριμένο τρόπο ,τι συναισθήματα του δημιουργεί η συνήθης αυτή επιλογή του και αν θα ήθελε να αντιδρά διαφορετικά .

Στο τρίτο και τελευταίο μέρος ολοκληρώθηκε η συζήτηση, αφού έγινε μια εκτίμηση της σημασίας των συγκρούσεων. Το συμπέρασμα ήταν ότι ενώ στην αρχή όλοι οι συμμετέχοντες αντιμετώπιζαν τη σύγκρουση ως μια κατάσταση που δημιουργεί αρνητικά συναισθήματα , στη συνέχεια παραδέχτηκαν ότι η εκδήλωση μιας σύγκρουσης μπορεί να οδηγήσει σε ανακούφιση και μπορεί να γίνει αφορμή για την καλλιέργεια πιο ουσιαστικών σχέσεων .



Σημειώσεις
 Για Ποια θέματα συζητάμε
 ούτως ή άλλως με τα παιδιά
 τους; Πώς εκπαιδεύονται
 αυτές οι μικροκοινωνίες;

- Εξομολογήσεις
 - Αποκαταστάσεις
 - Γνωστικές
 - Ψυχολογικές
 - Κοινωνικές
 - Πολιτισμικές

- Εξομολογήσεις
 - Αποκαταστάσεις
 - Γνωστικές
 - Ψυχολογικές
 - Κοινωνικές
 - Πολιτισμικές

- Εξομολογήσεις
 - Αποκαταστάσεις
 - Γνωστικές
 - Ψυχολογικές
 - Κοινωνικές
 - Πολιτισμικές

Σημειώσεις
 Πώς αποφορτίζουμε στις
 συζητήσεις;

- Ηλικία / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές

- Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές

- Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές

- Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές
 - Διαφορές / Διαφορές / Διαφορές

ΔΙΑΠΡΑΓΜΑ-
 ΤΕΥΟΜΑΙ

ΣΤΙΓΜΙΟΤΥΠΑ ΑΠΟ ΤΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ

