

Τίτλος: Πιλοτική Εφαρμογή Ομάδας Γονέων

 **Ινστιτούτο Έρευνας
και Θεραπείας της Συμπεριφοράς**

Έλια Χατζή
Κατερίνα Αγγελή

Εισαγωγή

- Θεωρία της προσκόλλησης/ δεσμού: Το βρέφος προσπαθεί να ικανοποιήσει την έμφυτη ανάγκη που έχει για αναζήτηση εγγύτητας με το πρόσωπο φροντίδας και η ασφάλεια που προκύπτει από την εγγύτητα (Bowlby, 1910).
- Η ανταπόκριση του γονέα αναπτύσσει συγκεκριμένους τρόπους συναισθηματικής σύνδεσης (προσκόλλησης) που επαναλαμβάνει σε όλες τις σημαντικές σχέσεις στη μετέπειτα ζωή του.
- Το βρέφος δημιουργεί εσωτερικών αναπαραστάσεων για τον εαυτό του, τους άλλους και τις σχέσεις..

Εισαγωγή

- Σύμφωνα με τη θεωρία των σχημάτων του Beck (Beck & Freeman 1990) οι αναπαραστάσεις που αναπτύσσει το παιδί ως αντίδραση στις εμπειρίες με το άτομο προσκόλλησης φιλτράρονται και οργανώνονται σε γνωσιακά σχήματα.
- Σχήματα είναι σταθερά μοτίβα που σχετίζονται με το πώς βιώνει το άτομο τον εαυτό του, τους άλλους και τις σχέσεις
- Αναπτύσσονται κατά την παιδική ή εφηβική ηλικία και εξελίσσονται κατά τη διάρκεια της ζωής. (Young, Klosko, & Weishar, 2003)

Εισαγωγή

- Σημαντικό ρόλο στη δημιουργία σχημάτων έχει ο τρόπος που ο φροντιστής (γονέας) ανταποκρίνεται και καλύπτει βασικές ανάγκες της παιδικής ηλικίας
- Όταν οι πυρηνικές συναισθηματικές ανάγκες της παιδικής ηλικίας καλύπτονται, δημιουργούνται Πρώιμα Λειτουργικά Σχήματα και προσαρμοστικές συμπεριφορές.
- Όταν συγκεκριμένες πυρηνικές ανάγκες της παιδικής ηλικίας δεν ικανοποιούνται, δημιουργούνται πρώιμα Δυσλειτουργικά σχήματα αναπτύσσονται. (Αγγελή, 2016)

Σκοπός λειτουργίας μιας Ομάδας Γονέων:

- Στήριξη του θεσμού της οικογένειας,
- Πρόληψη της ψυχικής υγείας του παιδιού και γονέα
- Ενδυνάμωση του γονεϊκού ρόλου
- Ενίσχυση των γονιών στην αντιμετώπιση θεμάτων

(Γεωργουτσάκου, 2016)

(Chang, Lansford, Schwartz & Farver, 2004. Drummond-Porzig, Stevenson & Stevenson, 2014)

Μεθοδολογία

Δείγμα

Συμμετείχαν 8 γονείς (35-55 χρονών).

Απόφοιτοι τριτοβάθμιας εκπαίδευσης.

6 εργαζόμενοι- 2 σε αναζήτηση

Αριθμός μελών στην οικογένεια 3-4 μέλη

Διαδικασία και Δεοντολογία

Η συλλογή τους δείγματος των γονέων έγινε από γονείς που είχαν ζητήσει συμβουλευτική

Κριτήριο ένταξης

- Κίνητρο, δέσμευση, συνεργατικότητα, λειτουργία μέσα σε ομάδα
- Παιδί χωρίς αναπτυξιακή ή άλλη δυσκολία

Δομή Ομάδας Γονέων



1^η: Γνωριμία και καθορισμός στόχος ομάδας.

2^η: Ιδιοσυγκρασία ή Περιβάλλον

3^η: Ποιες είναι οι βασικές ανάγκες των παιδιών και τι ρόλο διαδραματίζει η κάλυψη τους στην ενήλικη ζωή.

4^η: Ποιος είναι ο ρόλος του γονέα στην κάλυψη αναγκών; Γονεϊκά μοντέλα διαπαιδαγώγησης

5^η: Βασικές Ανάγκες παιδιών I: Αποδοχή & ασφαλής προσκόλληση/Παιχνίδι

6^η&7^η: Βασικές Ανάγκες παιδιών II: Όρια

8^η: Βασικές Ανάγκη παιδιών III: Αυτονομία

9^η: Επικοινωνία γονείς –παιδιά/ επιβράβευση

10^η: Κλείσιμο Ομάδας

Μεθοδολογία

Ποσοτικά Εργαλεία.

Αυτοσχέδιο Ερωτηματολόγιο Αξιολόγησης 5 δείκτες αυτοαναφοράς :

-Αποτελεσματικότητα

-Όρια

-Ανταπόκριση πρόβλεψη και κατανόηση αναγκών

-Έπαινος

-Συνεργασία με άλλον γονέα

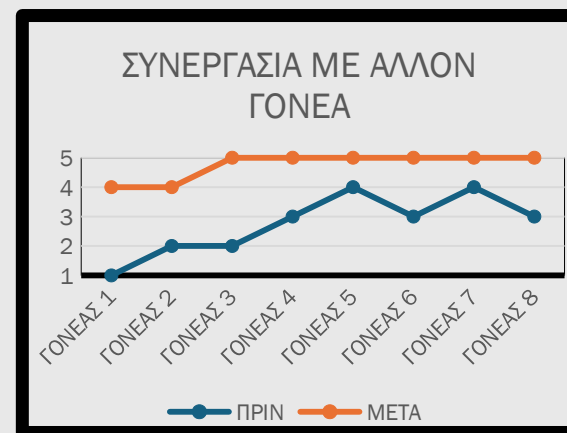
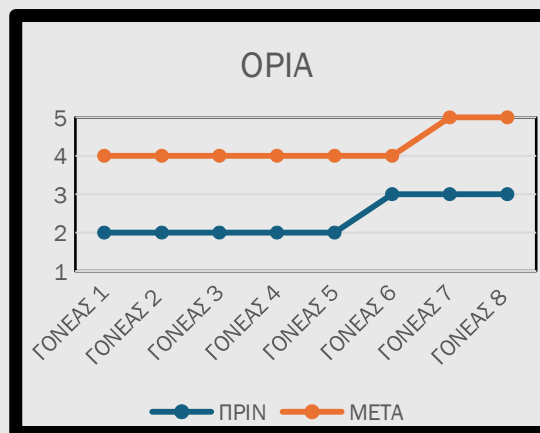
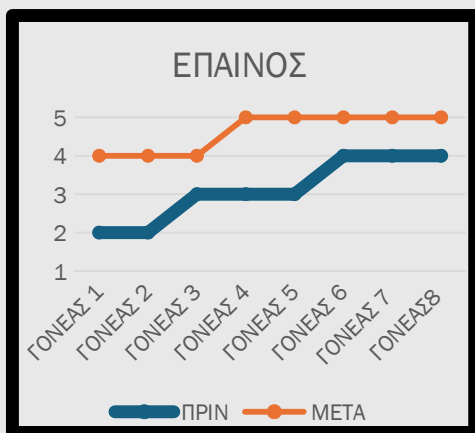
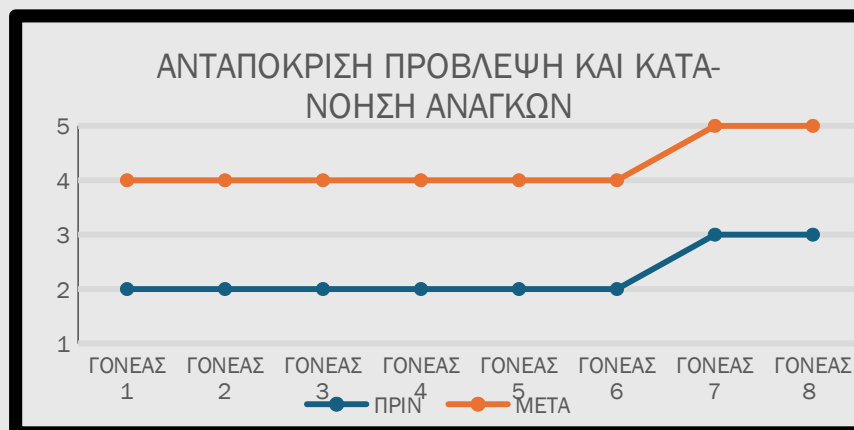
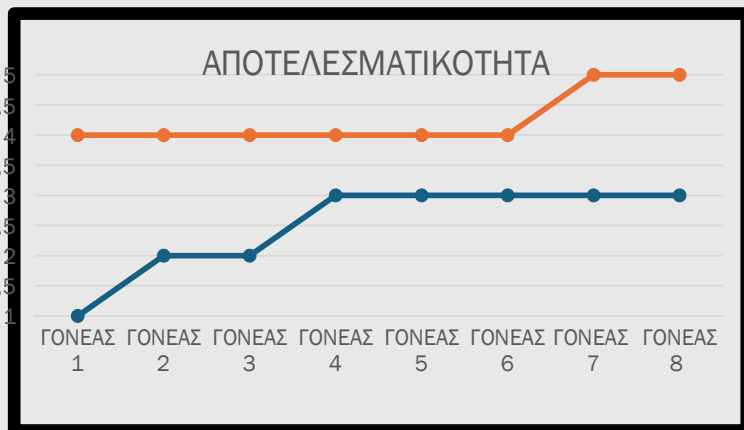
Αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων.

Ποιοτικά Εργαλεία

-Καταγραφή ενδεικτικών διαλόγων

-Παρατηρήσεις συντονιστή

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ



■ 2^η συνάντηση: Ιδιοσυγκρασία ή Περιβάλλον

- ❑ **Γονέας 1:** «...ο γιος μου είναι ίδιος ο άνδρας μου, πολλά πράγματα δικά του τα έχει πάρει από την οικογένεια του» .
- ❑ **Γονέας 2:** « ..ζωγράφισα την κόρη μου ως σούπερμαν γιατί από μικρή έχει έναν πολύ δυναμικό χαρακτήρα».

■ Κατανόηση του ρόλου της ιδιοσυγκρασίας

■ Κατανόηση του ρόλου του περιβάλλοντος

→ Μειωμένο αίσθημα άγχους, ενοχών και ματαίωσης

«Δε φταίω μόνο
εγώ για τη
συμπεριφορά του
παιδιού μου»

«Το ότι ντροπαλός έχει να
κάνει με τον χαρακτήρα
του και όχι ότι δεν κάνω
εγώ καλή δουλειά».

Αποτελεσματικότητα

- 3^η συνάντηση: Βασικές ανάγκες των παιδιών και τι ρόλο διαδραματίζει η κάλυψη τους στην ενήλικη ζωή

- ❑ **Γονέας 1:** «..θεωρώ το παιχνίδι πολυτέλεια και όχι ανάγκη»
- ❑ **Γονέας 2:** «..για μένα τα όρια είναι κανόνες καθημερινότητας και όχι ανάγκη»

- **Βαθύτερη κατανόηση των αναγκών των παιδιών τους**
- Πιο **σίγουροι** και λιγότερο καταπονημένοι στον γονεϊκό τους ρόλο «

- **Προσδοκιών**

«τώρα ξέρω
καλύτερα τι έχει
ανάγκη »

«Πιστεύω ότι
μπορώ να
καταλάβω τις
ανάγκες του
παιδιού μου» .

«νιώθω πι
σίγουρη για το τι
να περιμένω»

Αποτελεσματικότητα

- **4^η: Ποιος είναι ο ρόλος του γονέα στην κάλυψη αναγκών; Γονεϊκά μοντέλα διαπαιδαγώγησης**

□ **Γονέας 1:** «...αν το μαλώσω φοβάμαι πως θα του κάνω κακό. Θα τον τραυματίσω».

□ **Γονέας 2:** «...δε θέλω να μοιάσω το πρότυπο του μπαμπά μου που ήταν αυστηρός και φοβόμουν να του μιλήσω»

- **Συζήτηση και να ανταλλαγή απόψεων για δυσκολίες που αντιμετωπίζουν**

- **Εκμάθηση νέων στρατηγικών στη διαχείριση δύσκολων συμπεριφορών**

- **Ενισχυτική συμβουλευτική**

Πιστεύω ότι μπορώ να αντιμετωπίσω πιο καλά τα προβλήματα γιατί άλλαξα τον τρόπο

«Πιστεύω ότι όταν πάει κάτι στραβά μεταξύ εμένα και του παιδιού, μπορώ να το διορθώσω»

Ανταπόκριση, πρόβλεψη & κατανόηση αναγκών

■ 5^η-8^η :Βασικές Ανάγκες παιδιών: Αποδοχή & ασφαλής προσκόλληση/Παιχνίδι/ Αυτονομία

- ❑ **Γονέας 1** :«...δεν παίζω με το παιδί μου, δε έχω την υπομονή, ο άνδρας μου το κάνει»
- ❑ **Γονέας 2**: «...προτιμώ να τα κάνω όλα εγώ πιο γρήγορα και πιο εύκολα»

■ →Κατανόηση αναγκών

■ Προτεραιότητα σε ανάγκες που είναι σημαντικές

■ Πιο σίγουροι ότι ανταποκρίνονται καλύτερα σε αυτές .

«Το παιχνίδι εντάχθηκε στην καθημερινότητα ως βασική ανάγκη και όχι ως πολυτέλεια».

«Πιστεύω ότι μπορώ να καταλάβω τις ανάγκες του παιδιού μου».

«Πιστεύω ότι νιώθω επαρκής να ανταποκριθώ στις ανάγκες του παιδιού»

Όρια

■ 6^η & 7^η : Ψυχοεκπαίδευση των γονέων στην έννοια των ορίων

- ❑ **Γονέας 1 :** «... μου έκανε εντύπωση που τα όρια είναι βασική ανάγκη των παιδιών». Είχα συνδέσει τα όρια με τιμωρία και όχι με ανάγκη».
- ❑ **Γονέας 2:** «...το όριο με το φαγητό με δυσκολεύει γιατί φοβάμαι την αντίδρασή του ».

■ Ενθάρρυνση & ανατροφοδότηση από Ομάδα-σταθερότητα & συνέπεια

■ Συνεργασία

«...ήμουν συνεπής ως προς το φαγητό. Πίστευα δε θα τα καταφέρω ποτέ χωρίς τη βοήθειά σας».

«...αποφασίσαμε να έχουμε κοινή γραμμή για το θέμα του ύπνου», βοήθησαν σημαντικά στην αλλαγή στάσης"

Επικοινωνία/ Χρήση Επαίνου

■ 9^η : Επικοινωνία

- ❑ **Γονέας 1:** «...βγαίνω εκτός εαυτού πολύ συχνά και στεναχωριέμαι»
- ❑ **Γονέας 2:** «.. ο γιος μου πολύ συχνά πονάει η κοιλιά του όταν δε θέλει να πάει σχολείο. Το συζήτησα με τη δασκάλα και τελικά τον ενοχλούσε ένας συμμαθητής».

- Οι γονείς επικοινωνούσαν περισσότερο στην δυσλειτουργική συμπεριφορά των παιδιών τους αγνοώντας.
- Σύνδεση επιβράβευσης με ανεκτικότητα.

«κάθε φορά που του λέω κάτι θετικό με ακούσει πιο εύκολα»

«Όλοι βγαίνουμε εκτός εαυτού, δεν είμαι η μόνη. Σας ευχαριστώ για τη βοήθεια»

Θετική ενίσχυση→ενίσχυση καλής συμπεριφοράς --> Μείωση φαύλος κύκλος της αρνητικής αντίδρασης.

Συζήτηση / Προτάσεις

Υποστηρικτικό
περιβάλλον

Συμμερισμός
εμπειριών

Ενθάρρυνση

Ευρεία κλίμακα

«Θα μου λείψει,
μακάρι να
ξανανίνει »

«Ένωσα
εμπιστοσύνη και
έμαθα πολλά»

«Έμαθα πολλά
για εμένα και το
παιδί μου»

«Ένωσα
εμπιστοσύνη και
έμαθα πολλά»

«Με βοήθησε
Δεν νιώθω
μόνη»

Το ότι είχαν και
άλλοι το ίδιο
πρόβλημα με
μένα με
ανακούφισε

Χαίρομαι που έμαθα
πράγματα από
άλλους γονείς και που
έμαθαν και εκείνοι
από μένα

Πήρα βοήθεια
στο μέγλωμα
του παιδιού μου

Σας ευχαριστώ πολύ.....! www.ibrt.gr

Βιβλιογραφία

