

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ (Ε.ΛΕ.ΣΥ.Π)

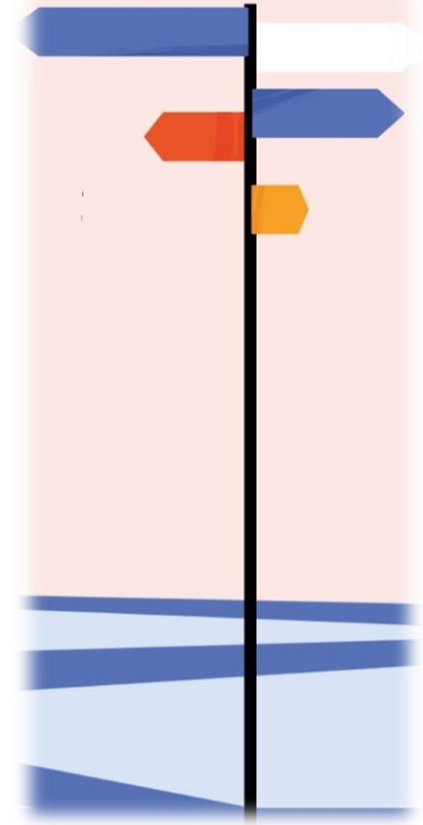
«ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ, ΤΟ ΠΡΟΦΙΛ ΚΑΙ ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥ»

Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΤΗΡΗΣΗΣ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
ΣΤΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΟΜΑΔΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΣΤΗΝ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟ,
ΤΗΣ ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ,
ΩΣ ΚΑΛΗ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ, ΚΑΙ ΩΣ ΑΥΘΕΝΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΥ
ΚΑΙ ΕΠΙΤΕΥΞΗΣ ΜΕΤΑΓΝΩΣΗΣ ΣΤΟΥΣ/ΣΤΙΣ ΥΠΟ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΣΥΜΒΟΥΛΟΥΣ

Δρ. Κοτσιφάκος Δημήτριος
Post-Doc, PhD, MSc,
Ηλεκτρονικός, ΠΕ 84,
Απόφοιτος ΕΠΠΑΙΚ & ΠΕΣΥΠ,
της ΑΣΠΑΙΤΕ Αθηνών,
kotsifakos@unipi.gr

Λαρεντζάκη Αικατερίνη
Ανώτατη Σχολή Παιδαγωγικής
Και Τεχνολογικής Εκπαίδευσης,
Παιδαγωγικό Τμήμα, Λέκτορας-
Καθηγήτρια Εφαρμογών,
alarentzaki@aspete.gr



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Η Σημασία των Ημερολογίων Εργασίας στη Συμβουλευτική Διαδικασία και Πράξη

Τρόποι Αξιοποίησης και Προτιμήσεις Διατήρησης Ημερολογίων Εργασίας

Πλαίσιο Εφαρμογής της Έρευνας

Περιγραφή Αξιοποίησης των Ημερολογίων Εργασίας

Αποτίμηση Υποψήφιων Συμβούλων

Συμπεράσματα

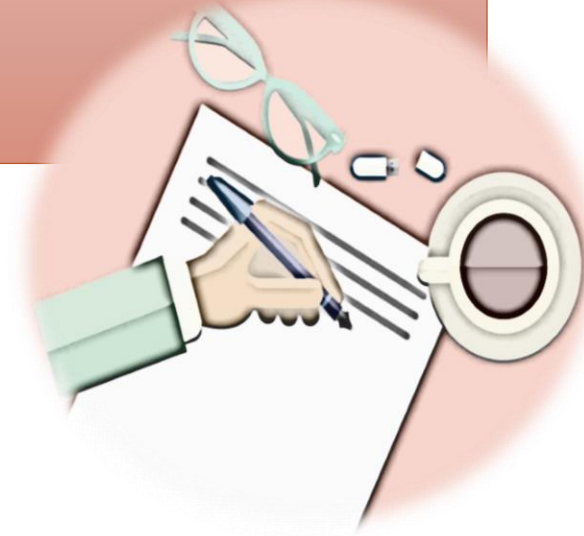
Σκοπός

Η ανάδειξη τόσο του θεωρητικού υπόβαθρου όσο και των πρακτικών ωφελειών από την τήρηση και αξιοποίηση ημερολογίων εργασίας κατά την εκπαίδευση σε ψυχοεκπαιδευτικές ομάδες υποψήφιων συμβούλων.



I. Η Σημασία των Ημερολογίων Εργασίας στη Συμβουλευτική Διαδικασία και Πράξη

- Σύμφωνα με τη Susan Howard, οι τέσσερις πυλώνες ενίσχυσης της προσωπικής ανάπτυξης του συμβούλου είναι οι εξής:
 - Η παρατήρηση
 - Οι βιωματικές ομάδες
 - Η προετοιμασία ενασχόλησης με το διαφορετικό, και
 - Τα ημερολόγια εργασίας
- Τα ημερολόγια εργασίας αποτελούν μια αναστοχαστική πρακτική κατανόησης των μηχανισμών αλληλεπίδρασης εντός της ομάδας, καθώς και προσωπικών θετικών και αρνητικών συναισθημάτων, σκέψεων και προβληματισμών.



JOURNALING

I. Η Σημασία των Ημερολογίων Εργασίας στη Συμβουλευτική Διαδικασία και Πράξη

- Καταγράφοντας το ιστορικό κάθε συνεδρίας καθώς και της εκπαίδευσής τους, δίνεται στους υποψήφιους συμβούλους η ευκαιρία να συλλογιστούν τις εμπειρίες τόσο μιας εκπαίδευσης, όσο και μιας ατομικής πρακτικής.
- Διεθνώς, αξιοποιούνται ακόμα και υποχρεωτικά σε ορισμένα ακαδημαϊκά μαθήματα προκειμένου να αναπτυχθεί η αναστοχαστική εξάσκηση.
- Αναγκαιότητα και πρωτοτυπία της έρευνας: Η χρήση ημερολογίου στη διδακτική πράξη αναφέρεται αποκλειστικά στους/στις εκπαιδευτικούς, ως εργαλείο επαγγελματικής εξέλιξης, μελέτης περιστατικών και αλλαγής συμπεριφορών εντός τάξης. Ωστόσο, δεν εντοπίζονται ευρήματα ως εργαλείο στην εκπαίδευση συμβούλων.



2. Τρόποι Αξιοποίησης και Προτιμήσεις Διατήρησης Ημερολογίων Εργασίας

Ένα ημερολόγιο Εργασίας μπορεί να αξιοποιηθεί για:

- ❑ Αναστοχασμό όλων των πτυχών της εκπαίδευσης
- ❑ Αναλυτική καταγραφή και μελέτη δύσκολων συμπεριφορών
- ❑ Ανάλυση και ερμηνεία των γεγονότων
- ❑ Λήψη απόφασης σχετικά με τους τρόπους αντιμετώπισης και τις συμπεριφορές τροποποίησης.

Κατά τον McLeod (2004), η διατήρηση ημερολογίου από τους/τις ίδιους/ες υποψήφιους/ες συμβούλους, θα πρέπει να ακολουθεί τα εξής:

- I. Τη χρονολόγηση και παροχή ενός τίτλου σε κάθε καταχώρηση
- II. Τη γρήγορη και αυθόρμητη γραφή
- III. Την απόφαση για τήρηση ενός ημερολογίου ως τμήμα μιας καθημερινής ρουτίνας



2. Τρόποι Αξιοποίησης και Προτιμήσεις Διατήρησης Ημερολογίων Εργασίας

Αξιοποιώντας την **αυτόματη γραφή**, που στηρίζεται στη λογική του **ελεύθερου συνειρμού**, τα άτομα μέσα από την διατήρηση ημερολογίων εργασίας:

- ❑ Εκφράζουν ελεύθερα τις σκέψεις τους
- ❑ Δεν λογοκρίνουν τα γραφόμενα τους, σκεπτόμενοι τι είναι σωστό ή λάθος
- ❑ Κατανοούν τα πραγματικά συναισθήματα και τις ανάγκες τους
- ❑ Προάγεται η εκφραστική γραφή και η αναστοχαστική πρακτική
- ❑ Ενισχύουν τις δεξιότητες παρατήρησης, αυτοπαρατήρησης αλλά και ενσυνειδητότητας.
- ❑ Εμπιστευόμενα τη διαδικασία ανακαλύπτουν και δημιουργούν τους πιο αυθεντικούς εαυτούς τους



3.Πλαίσιο Εφαρμογής της Έρευνας

- Το ΠΕΣΥΠ απευθύνεται σε πτυχιούχους τριτοβάθμιας εκπαίδευσης που ενδιαφέρονται για την απόκτηση επιστημονικών γνώσεων και δεξιοτήτων στα πεδία της Συμβουλευτικής και της Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας και την εφαρμογή τους στην εκπαίδευση και σε άλλους δημόσιους και ιδιωτικούς χώρους.
- Το Πρόγραμμα υλοποιείται από την ΑΣΠΑΙΤΕ, ως Τριτοβάθμιο Εκπαιδευτικό Ίδρυμα, και έχει διάρκεια 2 εξάμηνα.
- Το «Εργαστήριο Ομαδικής Παρέμβασης με Προσωπική Ανάπτυξη» υλοποιείται και στα δύο εξάμηνα σπουδών.

Εργαστήριο Ομαδικής Παρέμβασης I (Α' Εξάμηνο)

Εστιάζει κυρίως στην έννοια, στην λειτουργία και στα στάδια ανάπτυξης της ομάδας θέτοντας επάλληλα την επισκόπηση και την εφαρμογή τεχνικών συμβουλευτικής παρέμβασης στη διαπροσωπική αλληλεπίδραση

Εργαστήριο Ομαδικής Παρέμβασης II (Β' Εξάμηνο)

Εστιάζει κυρίως στην μοναδικότητα του ατόμου και την έννοια του εαυτού, ενώ μελετάται ειδικά η δυναμική της ομάδας, τα στάδια, οι λειτουργίες και οι μηχανισμοί αλληλεπίδρασης.

4. Περιγραφή Αξιοποίησης των Ημερολογίων Εργασίας στη Διδακτική Πράξη


- Τα δεδομένα της έρευνας συγκεντρώθηκαν στα πλαίσια υλοποίησης των εργαστηρίων κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2020-2021 και 2021-2022.
- Τα σχόλια και οι παρατηρήσεις των εκπαιδευομένων αξιοποιήθηκαν για βελτιώσεις της εμφάνισης και της δομής του Ημερολογίου Εργασίας από το πρώτο (2020 -2021) στο δεύτερο (2021 – 2022) ακαδημαϊκό έτος
- Στο πλαίσιο των εργαστηρίων χρησιμοποιήθηκε **δομημένο ημερολόγιο** με αξιοποίηση ενός συνδυασμού κλειστών, αλλά κυρίως ανοικτών ερωτήσεων.
- Ο χρόνος τήρησης του ημερολογίου είναι ελεύθερος. Ο/Η εκπαιδευόμενος/η μπορεί να το συμπληρώσει με το πέρας της κάθε συνάντησης και όσο το δυνατόν πιο κοντά χρονικά στα όσα διαδραματίστηκαν.
- Η διαδικασία επαναλαμβανόταν εβδομαδιαίως για ένα σύνολο δεκατριών (13) συναντήσεων ανά εξάμηνο, επιτρέποντας στους/στις υποψήφιους/ες συμβούλους να γίνονται περισσότερο αναλυτικοί και στοχευμένοι σε ζητήματα προσωπικής τους εμπέδωσης



Συνέδριο Ε.Λ.Ε.Σ.Π.Π.
"Προσανατολισμός στην Εξέλιξη. Ο
ρόλος της Συμβουλευτικής, το
προφίλ και τα εργαλεία του
Συμβούλου"

4. Περιγραφή Αξιοποίησης των Ημερολογίων Εργασίας στη Διδακτική Πράξη

- Κυριαρχεί ο αναστοχαστικός χαρακτήρας στα Ημερολόγια Εργασίας
- Σε πρώτο επίπεδο: Οι υποψήφιοι σύμβουλοι κινούνται στο τρίπτυχο της ανάμνησης – αναδιήγησης και τελικά, της αναβίωσης των όσων συνέβησαν μέσα σε ένα διδακτικό δίωρο
- Σε ένα δεύτερο επίπεδο, τους ζητείται να εμβαθύνουν στα δεδομένα ανασύροντας και ονοματίζοντας προσωπικά συναισθήματα, σκέψεις και προβληματισμούς από τη συνάντηση.



ΑΝΩΤΑΤΗ ΣΧΟΛΗ ΠΑΙΔΑΓΟΓΙΚΗΣ & ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΑΣΠΑΙΤΕ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΟΜΑΔΙΚΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟ

ΔΙΔΑΣΚΩΝ/ΟΥΣΑ:

Ημερολόγιο


Όνομα _____
Τμήμα/Ομάδα _____ Ημερ. Τήρησης _____
Ημερ. Συνάντησης _____

Απαντήστε ελεύθερα σε όλες ή σε όποιες από τις παρακάτω ερωτήσεις αισθάνεστε ότι θέλετε να απαντήσετε.

Πώς αισθάνομαι αυτή τη στιγμή που γράφω; _____
(βάλτε σε κύκλο/υπογράμμιση/χρωμάτισε τον αριθμό της απάντησης που σε εκφράζει)

1 Πολύ δύσκολα 2 Δύσκολα 3 Ουδέτερα 4 Καλά 5 Πολύ καλά

- Ποιο ήταν το κυρίαρχο συναισθημά μου σε αυτήν τη συνάντηση;



(Ο αναρτημένος «πίνακας συναισθημάτων» μπορεί να σας φανεί χρήσιμος.)

- Τι συνέβη σε αυτή τη συνάντηση;

(Η εκ των υστέρων υποκειμενική μου άποψη αναφορικά με τις δραστηριότητες που πραγματοποιήθηκαν, την εργασία στις ομάδες και την ανατροφοδότηση που ακολούθησε)

• Προσωπικά συναισθήματα, σκέψεις και προβληματισμοί σχετικά με αυτό που συνέβη:

• Αυτό που μου άρεσε ιδιαίτερα ή μου προκάλεσε μια ευχάριστη έκπληξη ή μια διάθεση για αλλαγή σε αυτή την συνάντηση ήταν:

• Αυτό που δεν μου άρεσε ή που με δυσκόλεψε ιδιαίτερα σε αυτή τη συνάντηση ήταν:

• Αν υπάρχει κάτι που θα ήθελα να ψάξω ή να μάθω περισσότερα μετά από αυτή τη συνάντηση, αυτό είναι:

4. Περιγραφή Αξιοποίησης των Ημερολογίων Εργασίας στη Διδακτική Πράξη

Περιγραφή Εβδομαδιαίας Διαδικασίας:

- Αφιέρωση από την συντονίστρια **σύντομου χρόνου κατά την έναρξη** για την αποτύπωση των κυρίαρχων γεγονότων, συναισθημάτων και σκέψεων των εκπαιδευομένων όπως αυτά καταγράφηκαν στα ημερολόγιά τους
- Η **σταθερή εβδομαδιαία διαδικασία** επιτρέπει την ανταλλαγή απόψεων στην ομάδα, τη διεύρυνση συγκεκριμένων γνωστικών παραδοχών, καθώς και τη συνειδητοποίηση κοινών συναισθηματικών τόπων μεταξύ των μελών
- Διατήρηση ανωνυμίας και εχεμύθειας ως προς τις καταγραφές
- Προαιρετική συμμετοχή στη συζήτηση
- Δυνατότητα ελεύθερης συμπλήρωσης ημερολογίων από όσους & όσες δυσκολεύονται να τα τηρήσουν, χωρίς να απαντούν υποχρεωτικά σε όλες τις προσχεδιασμένες ερωτήσεις
- Η διαδικασία **διευκολύνει τη σύνδεση και τη μετάβαση** στη νέα συνάντηση



5. Αποτίμηση Υποψήφιων Συμβούλων

Η αποτίμηση της χρήσης των ημερολογίων στο πλαίσιο των Εργαστηρίων Ομαδικής Παρέμβασης προκύπτει:

1. από τις καταγραφές των υποψηφίων συμβούλων στα εβδομαδιαία ημερολόγια
2. από τις αναστοχαστικές εκθέσεις τους στο τέλος κάθε εξαμήνου

Η αποδελτίωση έχει βασιστεί σε ένα ευρύ δείγμα **120 υποψηφίων συμβούλων**, οι οποίοι/ες φοιτούσαν αντίστοιχα, σε 8 εργαστηριακές ομάδες που πραγματοποιήθηκαν κατά τα ακαδημαϊκά έτη 2020-2021 και 2021-2022 στην ΑΣΠΑΙΤΕ Αθήνας.

Από τις 120 καταγραφές, στις 38 –περίπου το **1/3** των εκπαιδευομένων- γίνεται **αυθόρμητη αναφορά** στα ημερολόγια και τη λειτουργία τους στη συμβουλευτική διαδικασία και στην προσωπική ανάπτυξη, όπως τα αποτιμούν οι ίδιοι/ες οι εκπαιδευόμενοι/ες.



5. Αποτίμηση Υποψήφιων Συμβούλων

Μέσω της **θεματικής ανάλυσης** προέκυψαν τα εξής **8 θέματα** αναφορικά με τις **ωφέλειες** από τη χρήση του εβδομαδιαίου ημερολογίου στις συναντήσεις των Εργαστηρίων:

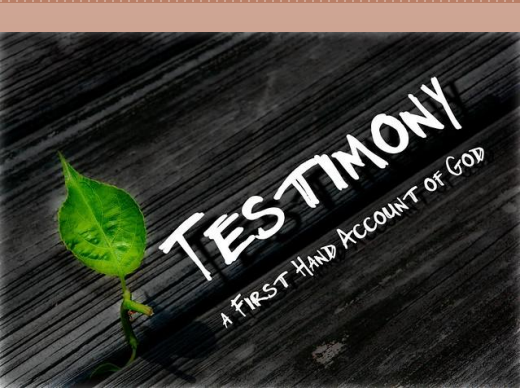
1. Αποτύπωση της εξελικτικής πορείας /αλλαγές στα άτομα και στην ομάδα
2. Θετική κινητοποίηση / αυξημένη συμμετοχή στις δραστηριότητες
3. Εστίαση στη σχέση ατόμου-ομάδας: ανάπτυξη παρατήρησης
4. Εκφραστική γραφή : σταδιακή βελτίωση, απελευθέρωση
5. Συνειδητοποίηση προσωπικών λανθασμένων πεποιθήσεων /παρερμηνειών : συνομιλία με τον εαυτό
6. Ανάκληση προηγούμενης μνήμης
7. Ανάπτυξη μεταγνωστικών δεξιοτήτων – κριτικός στοχασμός
8. Εντοπισμός δεξιοτήτων (επικοινωνία, ενεργητική ακρόαση, δημόσιος λόγος κ.α.) και ελλειμμάτων προσωπικής ανάπτυξης



6. Συμπεράσματα

- Οι ειδικευόμενοι/ες σύμβουλοι, αν και μπήκαν διστακτικά στην διαδικασία καταγραφής αναγνωρίζουν ότι βοηθήθηκαν από αυτή.
- Ειδικότερα:
 - Απέκτησαν σταδιακά καλύτερη γνώση του εαυτού τους μέσα από την ατομική παρατήρηση και τη μελέτη της ομαδικής αλληλεπίδρασης
 - Καλλιέργησαν δεξιότητες αυτοδιερεύνησης, αυτογνωσίας και αυτοβελτίωσης
 - Ασκήθηκαν στην εφαρμογή της ενσυναίσθησης και της ενεργητικής ακρόασης
 - Εντόπισαν «τυφλά σημεία» του εαυτού, αναγνώρισαν λανθασμένες ή μη αποτελεσματικές πεποιθήσεις και γνωστικά σφάλματα
 - Διερεύνησαν βασικά θετικά και αρνητικά συναισθήματα μέσω του αναστοχασμού.
 - Ασκήθηκαν στη διαχείριση συγκρούσεων μέσω του αναστοχασμού





Οι μαρτυρίες των υποψήφιων συμβούλων

- ❑ «Μου έκανε μεγάλη εντύπωση για τον εαυτό μου ότι κατάφερα για πρώτη φορά να τηρήσω ημερολόγιο»
- ❑ «Τοποθέτησα τον εαυτό μου μέσα σε ένα πλαίσιο και συνειδητοποίησα ότι συχνά αναφέρομαι στο ιδανικό και όχι στο πραγματικό»
- ❑ «Σε ελάχιστες περιπτώσεις μου έχει συμβεί να αναπολώ νοσταλγικά ένα μάθημα στο πλαίσιο μίας εκπαίδευσης, σκέφτομαι όμως τώρα, ότι υπήρχε κάτι κοινό, η διακίνηση θετικών συναισθημάτων»
- ❑ «η ανατροφοδότηση που λαμβάναμε κάθε φορά από την συντονίστρια ήταν πολλή σημαντική για την εξέλιξή μας»
- ❑ «μπόρεσα να δω τον αναστοχασμό ως μια θεμελιακή ικανότητα του επαγγελματία προκειμένου να γίνει ερευνητής της δράσης του»
- ❑ «το ημερολόγιο αναστοχασμού: ένας συναρπαστικός σύντροφος στην ατομική μου εξέλιξη και στην εφαρμογή όλων όσων έμαθα στην προσωπική, οικογενειακή και επαγγελματική μου ζωή»

6. Συμπεράσματα & Προτάσεις

Τα Ημερολόγια Εργασίας στην εκπαίδευση υποψηφίων συμβούλων:

- ✓ Αξιολογούνται ως σημαντικό αναστοχαστικό εργαλείο ατομικής εξέλιξης
- ✓ Επηρεάζουν την εφαρμογή των δεξιοτήτων που απέκτησαν στην προσωπική, οικογενειακή και επαγγελματική τους ζωή στο παρόν αλλά και στο μέλλον.
- Μέσω της διαδικασίας τήρησης ημερολογίου στην εκπαιδευτική πράξη της Συμβουλευτικής κατατίθενται συγκριτικά συμπεράσματα από μία συλλογική εκπαιδευτική εμπειρία
- **Γι' αυτό προτείνονται**
 - Η περαιτέρω ανίχνευση των απόψεων και εντυπώσεων από την αξιοποίηση Ημερολογίων Εργασίας σε ένα μεγαλύτερο δείγμα εκπαιδευόμενων συμβούλων
 - Η διεύρυνση της τήρησης ημερολογίου ως διδακτικό εργαλείο και σε άλλες βαθμίδες και πλαίσια τυπικής ή άτυπης εκπαίδευσης



Σας ευχαριστούμε
για την
προσοχή σας!!!

Ερωτήσεις;

Δρ. Κοτσιφάκος Δημήτριος
Post-Doc, PhD, MSc,
Ηλεκτρονικός, ΠΕ 84,
Απόφοιτος ΕΠΠΑΙΚ & ΠΕΣΥΠ,
της ΑΣΠΑΙΤΕ Αθηνών,
kotsifakos@unipi.gr

