



# Ενημερωτικός Οδηγός

για τους Γονείς



Ο ρόλος των ομάδων  
**ΣΧΟΛΩΝ ΓΟΝΕΩΝ** στην  
προστασία της ψυχικής  
υγείας του παιδιού και  
της οικογένειας



## Τι είναι ΣΧΟΛΗ ΓΟΝΕΩΝ Φιλοσοφία και πρακτική

Με βάση και οδηγό τις αρχές της επιστήμης της Κοινωνικής – Οικογενειακής Ψυχολογίας, οι ΣΧΟΛΕΣ ΓΟΝΕΩΝ δημιουργήθηκαν για να συνεπικουρήσουν τον γονέα στο δύσκολο έργο του και θεωρούνται ότι αποτελούν την παρέμβαση της επιστήμης στην οικογενειακή προβληματική.

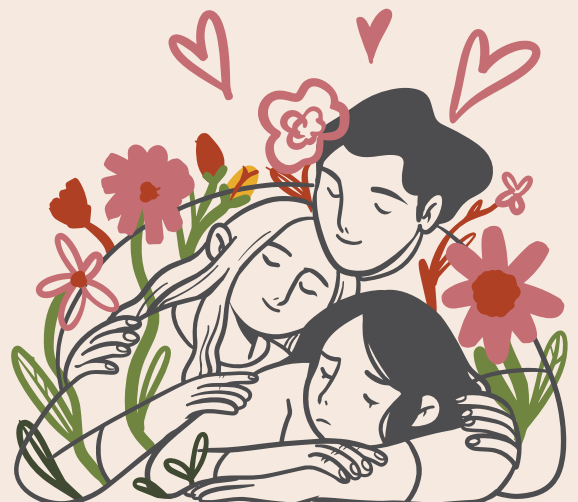
Η ΣΧΟΛΗ ΓΟΝΕΩΝ είναι ομάδα:

1. ενημέρωσης και πληροφόρησης του γονέα
2. ανταλλαγής εμπειριών και γνώσεων
3. αναζήτησης νέων πιο λειτουργικών τρόπων επικοινωνίας και διαχείρισης δυσκολιών
4. συνειδητοποίησης ότι για την κάθε δυσκολία υπάρχουν πολλές λύσεις και ο κάθε γονέας έχει το δικαίωμα να επιλέξει αυτή που του ταιριάζει
5. συνάντησης, επικοινωνίας και σύνδεσης με άλλους γονείς

**Βασικοί σκοποί** λειτουργίας της ΣΧΟΛΗΣ ΓΟΝΕΩΝ είναι:

- η στήριξη του θεσμού της οικογένειας
- η εκπαίδευση του γονέα σε μεθόδους αποτελεσματικότερης επικοινωνίας με το παιδί του
- η διαφύλαξη και προστασία της ψυχικής υγείας όλης της οικογενειακής ομάδας και θετικής εξέλιξης του παιδιού

Για την πραγματοποίηση αυτών των σκοπών χρειάζονται βασικές γνώσεις οι οποίες προσφέρονται στους γονείς, αλλά κυρίως διαφοροποίηση της στάσης, της συμπεριφοράς των γονέων απέναντι στο παιδί σε κάθε φάση της ζωής του. Τονίζεται ότι η ΣΧΟΛΗ ΓΟΝΕΩΝ **αποσκοπεί στην ΠΡΟΛΗΨΗ, στην προστασία της ψυχικής υγείας του παιδιού και όλης της οικογένειας.**





## Οι Σχολές Γονέων στη χώρα μας

Οι Σχολές Γονέων ξεκίνησαν στην Ελλάδα το 1962 με πρωτοβουλία της ψυχολόγου Μαρίας Χουρδάκη. Το 1964 δημιουργείται η «Διεθνής Ομοσπονδία για την Εκπαίδευση των Γονέων» (F.I.E.P.), στα ιδρυτικά στελέχη της οποίας ήταν και η Μαρία Χουρδάκη. Το μακροχρόνιο έργο και οι ακαταπρόσβλητες προσπάθειές της για τη διάδοση και την εδραίωση του θεσμού οδήγησαν σε πολλά βραβεία και τιμητικές διακρίσεις, όπως η βράβευση από τη Διεθνή Ομοσπονδία για την Εκπαίδευση των Γονέων (1986), από την Ακαδημία Αθηνών (1997), από τους φίλους του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού (1999), από τον

Σύλλογο Ελλήνων Ψυχολόγων (2002). Το 1999 διοργανώθηκε προς τιμήν της και ως αναγνώριση του συνόλου της προσφοράς της στην επιστήμη της ψυχολογίας πανελλήνιο συνέδριο με τη συνεργασία όλων των πανεπιστημίων της χώρας.

Από το 1962 έχουν δημιουργηθεί πολυάριθμες ομάδες Σχολών Γονέων σε συνεργασία με διάφορους φορείς και πλαίσια, με δήμους, με συλλόγους γονέων ή με άλλους συλλόγους, με δημόσια και ιδιωτικά σχολεία όλων των βαθμίδων.

## Εξελικτικό Σύστημα

Ο τρόπος εργασίας που εφαρμόζεται στις Σχολές Γονέων ονομάζεται «Εξελικτικό Σύστημα» για δύο λόγους:

α) γιατί στο γνωστικό επίπεδο γίνεται αναφορά στα δεδομένα της εξελικτικής/ αναπτυξιακής ψυχολογίας από τη βρεφική ηλικία ως την ενηλικίωση

β) γιατί στοχεύει στην εξελικτική, σταδιακή διαφοροποίηση της συμπεριφοράς των γονέων, αλλά και όλων των μελών του συστήματος της οικογένειας.

Το Εξελικτικό Σύστημα στηρίζεται στις δύο βασικές αρχές της F.I.E.P., η μία στενά συνδεδεμένη με την άλλη:

**α) την ενημέρωση/ πληροφόρηση των γονέων (information)**

**β) τη διαμόρφωση/ διαφοροποίηση της στάσης τους (formation)**

Η ενημέρωση (information) θέτει υπόψη των γονέων τις μελέτες, τις έρευνες, τα σύγχρονα δεδομένα της οικογενειακής ψυχολογίας.

Η διαμόρφωση-διαφοροποίηση (formation), από την άλλη, οδηγεί τους γονείς μακροπρόθεσμα στην αλλαγή της στάσης και της συμπεριφοράς τους απέναντι στο παιδί τους. Οι γονείς αλλάζουν, τα παιδιά αλλάζουν, η σχέση γονέα – παιδιού διαφοροποιείται και εξελίσσεται.

## Μεθοδολογία

Το πιο πρόσφορο σχήμα θεωρείται ότι είναι αυτό της εργασίας με ομάδες (groupwork) των 12-15 ατόμων με συντονιστή-εκπαιδευτή έναν ειδικά εκπαιδευμένο επαγγελματία ψυχικής υγείας.

Σε ατμόσφαιρα που γίνεται σιγά σιγά φιλική, κάθε γονέας έχει τη δυνατότητα να παρουσιάσει τις απόψεις του, να ακούσει τις αντίστοιχες θέσεις των άλλων γονέων, να εκθέσει τις εμπειρίες του και να πληροφορηθεί για τις προσεγγίσεις της επιστήμης διαμέσου του ειδικού συντονιστή.

Εκτός από τις γνώσεις και τις πληροφορίες που αποκομίζουν, οι γονείς βιώνουν την εμπειρία της συμμετοχής τους σε ομάδα. Η δυναμική της ομάδας είναι εξαιρετικά σημαντική για τη διαφοροποίησή τους.

Οι ομάδες Σχολών Γονέων διαμορφώνονται συνήθως ανάλογα με το αναπτυξιακό στάδιο των παιδιών των γονέων που συμμετέχουν. Αυτές είναι:

- Ομάδα Σχολής Γονέων με παιδιά βρεφικής, νηπιακής και προσχολικής ηλικίας (0-6 χρόνων)
- Ομάδα Σχολής Γονέων με παιδιά σχολικής ηλικίας (6-12 χρόνων)
- Ομάδα Σχολής Γονέων με εφήβους (12-18 χρόνων)
- Ομάδα Σχολής Γονέων με παιδιά όλων των ηλικιών
- Ομάδα Σχολής Υποψήφιων-Μελλοντικών Γονέων





## Θεματολογία

Η Θεματολογία έρχεται στην επιφάνεια αυθόρμητα, σταδιακά, καθώς με τον διάλογο τα μέλη της ομάδας παρουσιάζουν τον προβληματισμό, τις απορίες, τις αντιρρήσεις τους.

Αποτελούν ευκαιρία για τον συντονιστή της ομάδας να παρουσιάσει τα πορίσματα της επιστήμης της ψυχολογίας, δηλαδή απόψεις απαραίτητες και γνώσεις αναγκαίες για το μέλλον στις μακροχρόνιες διαδικασίες σχέσεων της οικογενειακής ομάδας. Παρακάτω, παρατίθενται ενδεικτικά κάποιες θεματικές οι οποίες αναπτύσσονται συνήθως στα πλαίσια των ομάδων Σχολών Γονέων.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕ ΠΑΙΔΙΑ ΒΡΕΦΙΚΗΣ, ΝΗΠΙΑΚΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ (0-6 χρόνων):

Βασικές ανάγκες του βρέφους και του νηπίου: σωματικές, ψυχολογικές. Στάδια ψυχοκινητικής εξέλιξης, βάδισμα, ομιλία. Πνευματικές ανάγκες του νηπίου. Η ανακάλυψη του εγώ και η πρώτη κρίση προσωπικότητας. Η κοινωνικοποίηση του νηπίου. Ο παιδικός σταθμός, το νηπιαγωγείο και η σημασία του. Ο ύπνος του παιδιού. Οι φόβοι των παιδιών. Η σημασία του παιχνιδιού.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕ ΠΑΙΔΙΑ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ (6-12 χρόνων):

Είναι έτοιμο το παιδί για το σχολείο; Πνευματική, συναισθηματική, κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών σχολικής ηλικίας. Η προετοιμασία του παιδιού για το σχολείο και ο ρόλος των γονέων. Η σχολική ζωή του παιδιού και η ένταξη στη σχολική ομάδα. Βασικές ανάγκες του παιδιού της σχολικής ηλικίας. Ο ελεύθερος χρόνος και οι εξωσχολικές δραστηριότητες. Η μελέτη του παιδιού στο σπίτι και ο ρόλος των γονέων. Η συνεργασία των γονέων με το σχολείο.

#### ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΓΟΝΕΩΝ ΜΕ ΕΦΗΒΟΥΣ (12-18 χρόνων):

Η προεφηβική και εφηβική ηλικία από βιολογική και ψυχολογική άποψη. Χαρακτηριστικά γνωρίσματα της εφηβείας. Πώς βλέπουν οι έφηβοι τους γονείς, τον εαυτό τους, το σχολείο, την κοινωνία. Πώς βλέπουν οι μεγάλοι τους εφήβους. Δεύτερη κρίση προσωπικότητας. Στάσεις των γονέων στα προβλήματα των εφήβων. Η σεξουαλική αγωγή στην εφηβεία. Οι φιλίες των εφήβων. Ο επαγγελματικός προσανατολισμός.

#### ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΑΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ-ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΩΝ ΓΟΝΕΩΝ:

Η μετάβαση στον γονεϊκό ρόλο. Ψυχολογία των νέων γονέων, η ανάληψη των νέων ρόλων. Η επίδραση της προσωπικότητας και της στάσης των δύο γονέων στην ανατροφή του παιδιού. Η διαμόρφωση του δεσμού γονέα – βρέφους. Ο ρόλος της ιδιοσυγκρασίας. Κληρονομικότητα και περιβάλλον. Το κλάμα του βρέφους. Ο ύπνος. Η διατροφή του και ο θηλασμός.

## Πρόγραμμα



Οι συναντήσεις της ομάδας των γονέων θα πραγματοποιούνται κάθε 15 ημέρες (κατά προτίμηση απογευματινές ώρες ή το Σαββατοκύριακο, ώστε να διευκολύνονται οι εργαζόμενοι γονείς) και θα έχουν διάρκεια 1 ½ ώρα. Η ημέρα και η ώρα συνάντησης θα είναι σταθερές και θα προσδιοριστούν μετά από συνεννόηση με τους ενδιαφερόμενους γονείς.

Η διάρκεια των εργασιών μιας ομάδας εξαρτάται από τα ενδιαφέροντα των μελών της. Ένας κύκλος ομάδας συνήθως ξεκινάει τον Οκτώβριο και ολοκληρώνεται τον Μάιο (δηλαδή, περίπου 15-20 συναντήσεις). Υπάρχει δυνατότητα να ακολουθήσει δεύτερος και τρίτος κύκλος, ανάλογα με τα ενδιαφέροντα των γονέων που συμμετέχουν.

## Επίλογος

Τα αποτελέσματα των εργασιών των ΣΧΟΛΩΝ ΓΟΝΕΩΝ στη μακρά διάρκεια λειτουργίας τους (1962 – σήμερα) υπήρξαν θετικά. Πολλές οικογένειες είχαν την εμπειρία πραγματικής στήριξης και καθοδήγησης. Σημαντική ήταν η εκτίμηση των γονέων, καθώς με τη βοήθεια της επιστήμης προχώρησαν με τα παιδιά τους και ξεπέρασαν δυσκολίες επικοινωνίας και προσαρμογής.

Οι ΣΧΟΛΕΣ ΓΟΝΕΩΝ ενδυναμώνουν το άτομο να αντιμετωπίσει τις δυσκολίες που προκύπτουν στο οικογενειακό σύστημα.

Κατ' αυτόν τον τρόπο, η παρέμβαση της επιστήμης γίνεται μοναδική προσφορά αγάπης προς τον άνθρωπο και το κοινωνικό σύνολο και οι ΣΧΟΛΕΣ ΓΟΝΕΩΝ καταξιώνονται μέσα από το δύσκολο έργο τους ως φορείς ποιότητας ζωής και πολιτισμού.

**Η συμμετοχή σας στην ομάδα των Σχολών Γονέων θα είναι πολύτιμη για εσάς και το παιδί σας!**

