



Ενίσχυση της ψυχικής
ανθεκτικότητας σε παιδιά
«Η Ιολίνα και ο Κορονάκος»:
ιστορίες σε επεισόδια

Καλαντζή-Αζίζι Αναστασία
Ομότιμη Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας
ΕΚΠΑ
Υπεύθυνη Τμ. Παιδιών Εφήβων ΙΕΘΣ

Διαδικτυακό Συμπόσιο: Ψυχική
Ανθεκτικότητα σε περιόδους κρίσης
13.2.21



2019 Covid-19 → Πανδημία



Φόβος για την υγεία

Εξασθένηση προστατευτικών παραγόντων

Αβεβαιότητα / ανασφάλεια

Μείωση ψυχικής ανθεκτικότητας



ΣΥΛΛΟΓΙΚΟ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΟ ΤΡΑΥΜΑ



Ψυχική Υγεία παιδιών / εφήβων

Αναμενόμενες αντίστοιχες επιπτώσεις

(π.χ. επιβεβαίωση, *COPY-Studie*, 6/2010, *Child and Public Health*, Παν/μιο Αμβούργου, 6/2020)



Πρόσκληση για δράση
Παρέμβαση στην Κρίση



Ψυχική Υγεία παιδιών / εφήβων



Παγκόσμια κινητοποίηση για πρόληψη αρνητικών
ψυχολογικών επιπτώσεων

- Δημιουργία αναπτυξιακά κατάλληλου υλικού:
 - Τι είναι ο covid-19; → Έντυπα
 - ποια μέτρα προστασίας παίρνουμε; → Βίντεο κ.τ.λ.
 - Συμβουλές για γονείς/Εκπαιδευτικούς → Οδηγοί με λίστες δραστηριότητες τηλ. Γραμμές στήριξης κ.α.



Ψυχική Υγεία παιδιών / εφήβων



Παραδείγματα καλής Πρακτικής (Ελλάδα, 4/2020)

- Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, ΕΚΤΠΑ
 - Συμβουλές για γονείς/εκπαιδευτικούς με δραστηριότητες
- ΣΕΨ, «Γειά σου, με λένε Κορώνα» (Lies Scaut).
 - Ασκήσεις συναισθηματικής επεξεργασίας για παιδιά
- Υπηρεσία παιδιών/εφήβων, Α' Παν/μιακή Ψυχιατρική Κλινική, ΕΚΤΠΑ
 - τηλ. Γραμμή Υποστήριξης, 210-7669584



Ιολίνα και Κορονάκος

Ιστορίες σε επεισόδια

<https://ibrt.gr/edu/IK>





ΙΕΘΣ



Τμήμα
Παιδιών/Εφήβων



Ομάδα COVID-19



Ομάδα COVID-19

- Υλοποίηση καινοτόμου προληπτικής πρότασης συμβουλευτικής
- Υιοθέτηση ενός συμβολικού μοντέλου συμβουλευτικής ομηλίκων (βλ. Μαλικιώση, 2014)
→ τρύπηση/μίμηση προτύπων
- Δημιουργία δύο παιδιών ηρώων
- Συγγραφή ιστοριών σε επεισόδια



Τα παιδιά ήρωες και οι γονείς τους



Ιολίνα



Κορονάκος



Μαμά



Μπαμπιάς



παππούς &
γιαγιά



Οι συγγραφείς



Αναστασία

Α. Καλαντζή-Αζίι, Επιστημονικά υπεύθυνη Τμήματος Παιδιών & Εφήβων του ΙΕΘΣ, ομ. καθ. Κλινικής Ψυχολογίας, ΕΚΤΑ



Αγγελική

Α. Παναγιωτοπούλου, Ψυχολόγος, MSc Ψυχικής Υγείας, ΕΚΤΑ, EABCT accredited CBT Therapist, ACT Therapist



Μαρία

Μ. Ελευθεριάδου, Ψυχολόγος, MSc Κλινική ψυχολογία και Ψυχική υγεία, University of Sussex, EABCT accredited CBT Therapist



Κατερίνα

Κ. Σοφianoπούλου, Ψυχολόγος, MSc Διαχείριση Στρες και Προαγωγή Υγείας, ΕΚΤΑ, EABCT accredited CBT Therapist



Κική

Κ. Πουλάκη-Ευταξιοπούλου, Ειδική Παιδαγωγός, M.Ed Ειδικής Αγωγής, University of Manchester



Video Editor: Έφη Γιάννου



Στόχος των ιστοριών

- Αξιοποίηση εγγενών δυνάμεων επίλυσης προβλημάτων
 - Βοήθεια για αυτοβοήθεια
 - Ενίσχυση αυτό-υπευθυνότητας και αυτό-αποτελεσματικότητας
 - Δημιουργική διαμόρφωση νέων συνθηκών (συνδιαμόρφωση)
- ➔ Προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας
- ➔ Ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης



Θέματα των ιστοριών

- Άμεσες εμπειρίες από την καθημερινότητα των συγγραφέων
- Προτάσεις των ίδιων των παιδιών (επικοινωνία μέσω e-mail)
- Προτάσεις Γονέων/Εκπαιδευτικών
- Εμπειρίες από την κλινική/ψυχοθεραπευτική πράξη



Ιολίνα και Κορονάκος

<https://ibrt.gr/edu/IK>



Α' Μέρος (13.4.2020-30.6.2020)

- 23 Επεισόδια + Οδηγός χρήσης για γονείς και για εκπαιδευτικούς
- E-Book (Εκδόσεις ΙΕΘΣ) δωρεάν

Β' Μέρος (15.09.2020 έως τώρα) 18 Επεισόδια

- Video στο YouTube

Ιολίνα και Κορονάκος για... γονείς!



Κακλαμάνη Γωγώ

Ψυχολόγος, MSc
Εκπαιδεύτρια ΓΣΘ Παιδιών και Εφήβων, ΕΓΣΣ
Υπεύθυνη Λειτουργίας ΤΘΠΕ, ΙΕΘΣ

ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ και αίσθημα ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Έχει γραφτεί με λόγο απλό και άμεσο.
- Εκφράζει κατανόηση
 - Για τα συναισθήματα
 - Για τη νέα πραγματικότητα
- Δίνει κατευθύνσεις
 - Για την προσαρμογή στη νέα πραγματικότητα
 - Για την ενίσχυση του αισθήματος ασφάλειας



Οδηγίες αξιοποίησης των ιστοριών της Ιολίνας και του Κορονάκου για... γονείς

- Αναγνώριση των συναισθημάτων των ηρώων
 - Ενθάρρυνση για έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού
- Αναζήτηση τρόπων αντιμετώπισης των καταστάσεων που πραγματεύεται το κάθε επεισόδιο
 - Επίλυση προβλήματος
- Αναπτυξιακά κατάλληλη πληροφόρηση για τον κορονοϊό
- Ευχάριστη αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών της οικογένειας
- Δημιουργική έκφραση
- Κάλυψη συναισθηματικών αναγκών (ασφάλεια, ελευθερία έκφρασης, χαρά)



Ιολίνα και Κορονάκος για... ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

Κυριακή Πουλάκη-
Ευταξιοπούλου

Ειδική Παιδαγωγός, Μ. Ed



Προσαρμογή στη νέα πραγματικότητα

- Εκφράζει κατανόηση
 - για τις ανατροπές στην καθημερινότητα των εκπαιδευτικών και το ρόλο τους.
- Προσφέρει ιδέες και κατευθύνσεις
 - Για ψυχοσυναισθηματική υποστήριξη μαθητών
 - Για ενίσχυση ψυχικής ανθεκτικότητας μαθητών



Οδηγίες αξιοποίησης των ιστοριών της Ιολίνας και του Κορονάκου για... ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ

Εφαρμογή του οδηγού στη φυσική και ηλεκτρονική τάξη

- Έκφραση των σκέψεων και των συναισθημάτων των μαθητών μέσα από καλλιτεχνικές δραστηριότητες
- Αναγνώριση των δεξιοτήτων/αξιών που βοήθησαν τους ήρωες ανά επεισόδιο (βαλιτσάκι πρώτων βοηθειών)
- Ενθάρρυνση του αισθήματος της συνοχής, της ομαδικότητας και της αλληλεγγύης





- Αναγνώριση των δυνατών στοιχείων των μαθητών που τους βοήθησαν να προσαρμοσθούν στα νέα δεδομένα
- Διερεύνηση εναλλακτικών συμπεριφορών και αντιδράσεων σε διάφορες καταστάσεις
- Κάλυψη συναισθηματικών αναγκών
- Έγκυρη και σωστή ενημέρωση για την πανδημία
- Ευαισθητοποίηση στο χειρισμό μαθητών που παρουσιάζουν απρόσμενες συμπεριφορές και έντονα συναισθήματα
- Ευχάριστο κλείσιμο σχολικής χρονιάς με ένα πρωτότυπο δώρο

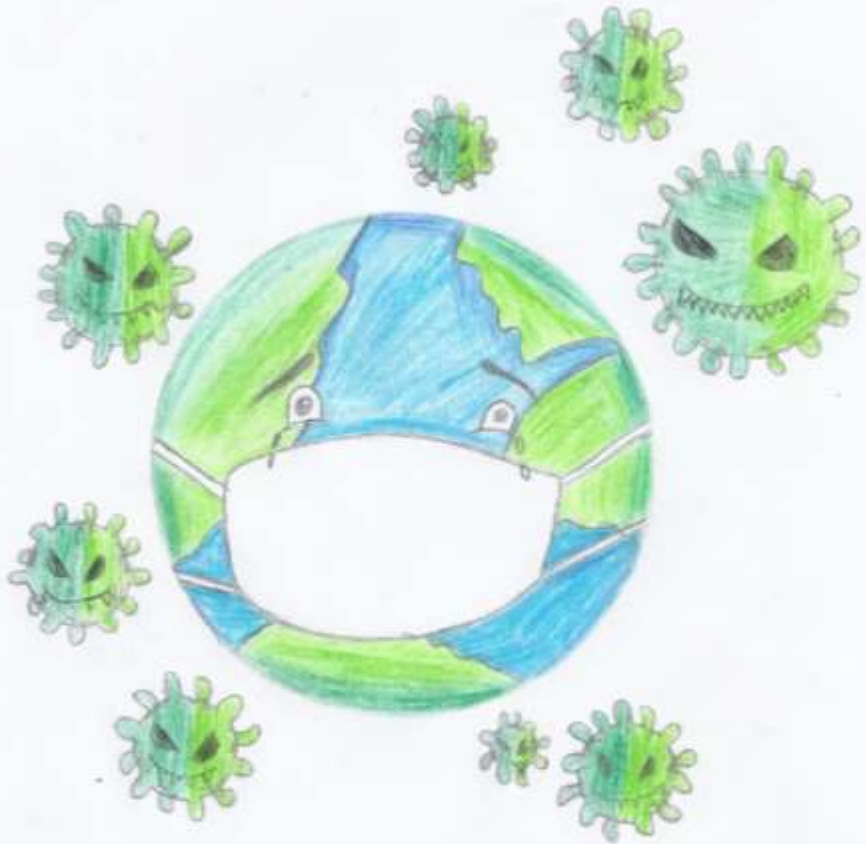


Θεματικές

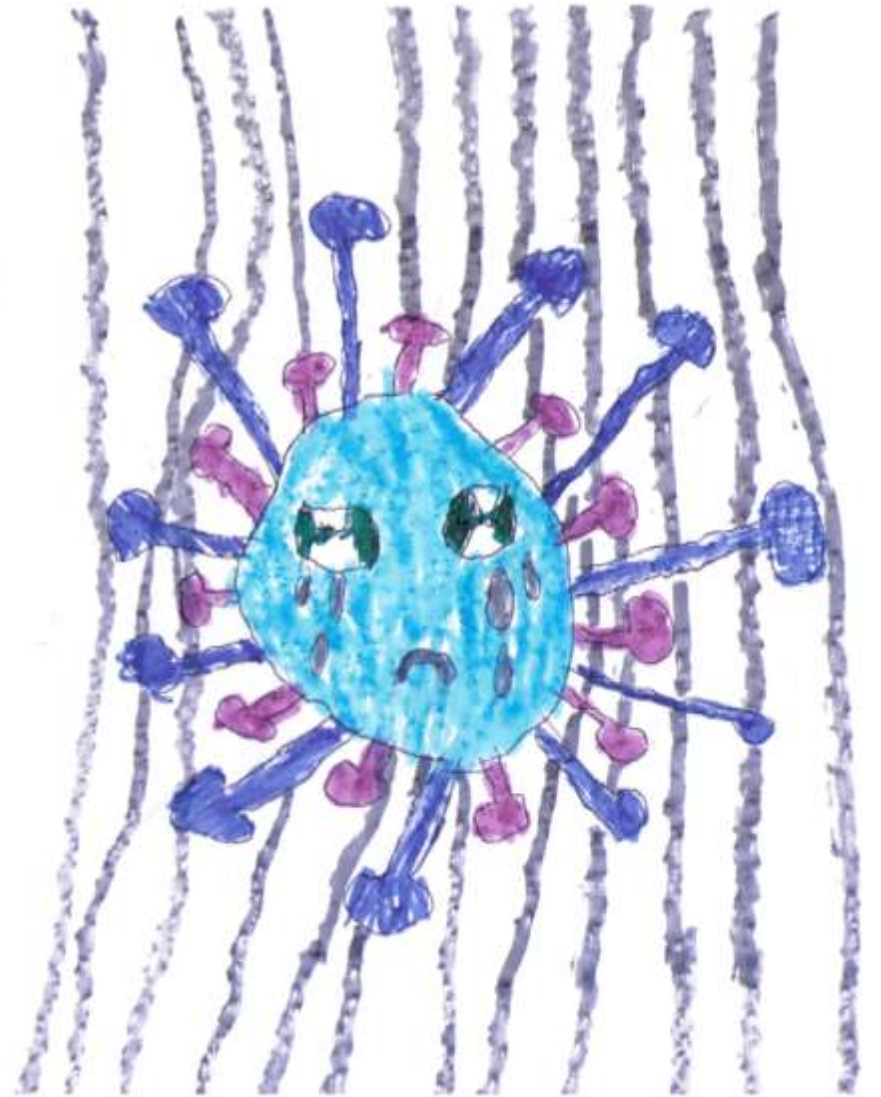
- Ωχ Αρρώστησα
- Δεν μου Αρέσει το Πρόγραμμα
- Δεν αντέχω άλλο σπίτι
- Απορίες
- Οι Αγκαλιές




Ζωγραφιές παιδιών



Κορονοϊός
στην
Ελλάκη





Η Ιολίνα ο Κορονάκος και
εγώ σας ευχαριστούμε
πολύ για την προσοχή
σας!

Α. Καλαντζή-Αζίζι
email: kalantzi@psych.uoa.gr