

ΟΜΑΔΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗ ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ  
ΣΧΕΣΕΩΝ ΣΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Αγγελική Βλασοπούλου<sup>1</sup>

Ρόζα Λάιους<sup>2</sup>

Οι ομαδικές παρεμβάσεις σε σχολικό επίπεδο, έχουν φανεί να είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές για την προαγωγή της ψυχικής ανθεκτικότητας στα παιδιά αλλά και στις μεταξύ τους σχέσεις καθώς και στις σχέσεις με τον εκπαιδευτικό του τμήματος.

Παρουσιάζεται η εφαρμογή ενός απαρτιωτικού προγράμματος για την ψυχοεκπαίδευση των μαθητών στα συναισθήματα, στην αναγνώρισή τους, στον έλεγχο και στην έκφρασή τους καθώς και στη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων. Περιγράφονται οι ομαδικές συναντήσεις, ο τρόπος με τον οποίο διεξάγονται, η συμμετοχή των μαθητών σε αυτές και το υλικό που χρησιμοποιήθηκε. Οι ασκήσεις που επιλέχθηκαν βασίζονται σε κάποια προγράμματα που απευθύνονται σε σχολικές τάξεις και τα οποία παρουσιάζονται με βιωματικό τρόπο στο εργαστήρι. Το πρόγραμμα εφαρμόστηκε με επιτυχία, οδηγώντας σε θετικά και λειτουργικά αποτελέσματα για τις σχέσεις μέσα και έξω από την τάξη. Το ομαδικό πρόγραμμα παρέμβασης κρίνεται ως σημαντικό εργαλείο στα χέρια του σχολικού ψυχολόγου και του εκπαιδευτικού.

<sup>1</sup> Ψυχολόγος, Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς.

<sup>2</sup> Ψυχολόγος, MSc. Κλινικής Ψυχολογίας Παν/μίου Αθηνών, Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία, Ινστιτούτο Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς.