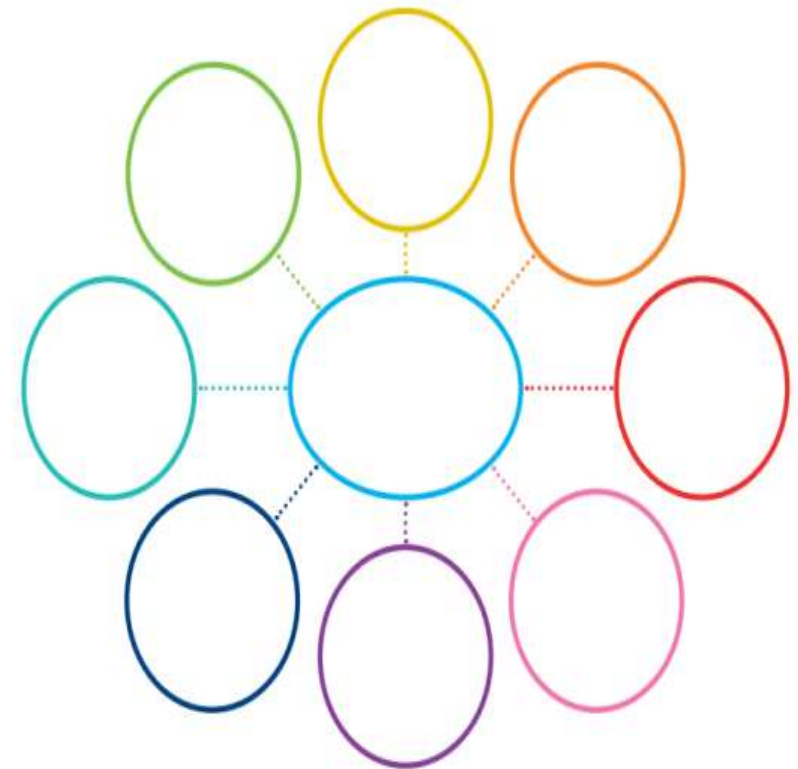


# ΣΧΟΛΙΚΗ ΑΠΟΤΥΧΙΑ

Νατάσσα Βασκούδη  
Απρίλιος 2026

# ΣΤΟΧΟΣ

- Κατανόηση συμπεριφορών
- Συναισθηματική στήριξη παιδιών
- Μείωση συγκρούσεων
- Ρόλος του σχολείου
- Σύνδεση οικογένειας –σχολείου-
- Ενίσχυση δεξιοτήτων



# ΣΧΟΛΙΚΗ ΑΠΟΤΥΧΙΑ!!

## 1. ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ

- Πότε συμβαίνει? Παράδειγμα?
- Συνθήκες που συμβάλλουν?
- Νευρο-αναπτυξιακές / Μαθησιακές Δυσκολίες?
- Ψυχική Υγεία?
- Εξωγενείς παράγοντες?
- Οικογενειακό Περιβάλλον?
- Σχολικό περιβάλλον?
- Συχνές απουσίες?



# ΑΣΚΗΣΗ

## ΣΤΟΧΟΣ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ

Γνωσιακά σχήματα

Ποια είναι η μεγαλύτερη δυσκολία που έχετε με το παιδί σας?

“ Η σχολική αποτυχία είναι για μένα...”

Πως νοιώθω όταν το παιδί μου δεν τα πάει καλά στο σχολείο?

Αναγνώριση πεποιθήσεων?

# ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΣΕΝΑΡΙΟ ΚΑΚΟΙ ΒΑΘΜΟΙ

- Θυμός?
- Ντροπή?
- Ενοχές?
- Άγχος?
- **Ασκηση**: Τι λέω vs τι ακούει το παιδί?
- Πιέζω & φωνάζω?
- Αποτέλεσμα.....?



# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ 1

Ενσυναίσθηση γονιού & παιδιού

Θεωρητικό υπόβαθρο: Θεωρία του Νου

- Νευροδιαφορετικότητα...
- Τι σκέφτομαι για το παιδί μου?
- Τι νοιώθει ?
- Τι ανάγκες έχει?
- Μπορώ να βοηθήσω & πως?

# ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ 1 ROLE PLAY

Επικοινωνία?

Σενάριο : χαμηλή επίδοση στο σχολείο

Κριτική ?

Υποστήριξη ...?

Αναστοχασμός...



# ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ 2

- ❖ Active Listening
- ❖ Ενεργητική Ακρόαση
- ❖ Λεκτική & μη λεκτική επικοινωνία
- ❖ Δεξιότητες ?
- ❖ Υπερπροστασία?
- ❖ Χαρακτηρισμοί?
- ❖ Σεβασμός στον συνομιλητή



# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ 2 :ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ

Ακούω με προσοχή & ενδιαφέρον

Αυτιά μάτια μυαλό συναίσθημα...

Δεν διακόπτω..

Προσοχή στη μη λεκτική επικοινωνία

Δεν προετοιμάζω απάντηση..

Επιβεβαιώνω ότι ακούω...

# ACTIVE LISTENING 2

Ρωτάω πριν πω τη γνώμη μου – πριν να συμβουλευτώ..

Ρωτάω για διευκρινήσεις

Ανοιχτές ερωτήσεις: π.χ. πως ένοιωσες όταν...

Ανακεφαλαιώνω

Συνοψίζω π.χ. αν κατάλαβα καλά, λες ότι...

# ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ 3

## ΑΣΚΗΣΗ ΣΕ ΖΕΥΓΑΡΙΑ

Ένα πρόσωπο λέει την δυσκολία / πρόβλημα  
Συνομιλητής απλά ακούει – δεν δίνει λύσεις

Tips:

- ❖ Κοιτάω συνομιλητή/ παιδί
- ❖ Δεν διακόπτω
- ❖ Δεν κριτικάρω – προσέχω τι λέω
- ❖ Επαναλαμβάνω ό,τι άκουσα

Exam stress – πανελλήνιες..

Πως εκδηλώνεται?

Διάρκεια?

Συναισθήματα προς εαυτό & γονείς?

Άγχος & πως εκδηλώνεται?

Μάχη – Φυγή – Πάγωμα / Fight – Flight – Freeze

Φαύλος κύκλος

ΑΓΧΟΣ  
ΕΠΙΔΟΣΗΣ  
&  
ΣΧΟΛΙΚΗ  
ΑΠΟΤΥΧΙΑ

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ 3 : ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Δομή μελέτης – ρουτίνα μελέτης χωρίς συγκρούσεις: στόχος:

- ❖ Σταθερό πρόγραμμα μελέτης
- ❖ Διαχείριση χρόνου οθόνης
- ❖ Ρεαλιστικοί στόχοι
- ❖ Ενίσχυση συνέπειας και αυτορρύθμισης
- ❖ Βοηθητικό : η δημιουργία πλάνου μελέτης

# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ 4

## ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

Tips:

Πρόγραμμα μελέτης

Επιλογή χώρου μελέτης

Σωματικά συμπτώματα?

Καταννόηση σκέψεων που μπλοκάρουν το παιδί...π.χ. νομίζω ότι δυσκολεύσαι, θέλεις να μου πεις τι σε απασχολεί?



# ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ 5: ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΣΧΟΛΕΙΟΥ & ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

Ερωτηματολόγιο διερεύνησης ( RCADS)

Επικοινωνία με το σχολείο

Ειδική υποστήριξη? Ειδικός παιδαγωγός –  
ενισχυτική?

Σχέδιο υποστήριξης

Παρακολούθηση προόδου

Στόχοι - SMART

Ηταν η νύχτα  
πριν από τη  
μέρα των  
αποτελεσμάτων  
και είχα κρίση  
πανικού.....

# ΓΡΑΜΜΑ ΣΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

5 4 3 2 1 Grounding Exercise \_



5 4 3 2 1  
GROUNDING  
TECHNIQUE

# ΣΚΕΨΕΙΣ...

Χωρίς  
Συγκρίσεις, τιμωρίες και φωνές

Αλλά  
Με παρόντες γονείς που νοιώθουν  
τα παιδιά τους..

Είμαι εδώ για να σε βοηθήσω!

Αλλάζουμε την συμπεριφορά μέσα από τη σχέση



# ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ???

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΣΑΣ

ΝΑΤΑΣΣΑ ΒΑΣΚΟΥΔΗ

ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ – ΣΥΣΤΗΜΙΚΗ  
ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

