



*Η Συμβουλευτική Ψυχολογία είναι ο κλάδος της Ψυχολογίας που ασχολείται με την προώθηση ή την αποκατάσταση της ψυχικής υγείας του ανθρώπου (ή μιας ομάδας ανθρώπων), η οποία έχει διαταραχθεί από ποικίλες περιβαλλοντικές επιδράσεις ή από εσωτερικές συγκρούσεις.
(Μαλικιώση-Λοϊζου, 1999).*

Ορισμός

Ο όρος “συμβουλευτική” προέρχεται ετυμολογικά από την πρόθεση συν (με, μαζί) και το ουσιαστικό βουλή (σκέψη, απόφαση) ή το ρήμα βουλεύομαι (σκέφτομαι, κάνω σχέδια ή αποφασίζω μετά από σύσκεψη με κάποιο άλλο πρόσωπο, δηλαδή συσκέπτομαι) (Μπαμπινιώτης, 2002). Είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει οποιαδήποτε διαδικασία κατά την οποία ένα άτομο βοηθείται μέσα από τη συζήτηση να ξεκαθαρίσει σκέψεις και συναισθήματα, να ξεπεράσει δυσκολίες, και να μάθει περισσότερα για τον εαυτό του (Μαλικιώση-Λοΐζου, 2011).

Η Συμβουλευτική Ψυχολογία αποτελεί την ειδικευση της ψυχολογίας, η οποία διευκολύνει τη διάβιου προσωπική και διαπροσωπική λειτουργικότητα, εστιάζοντας σε συναισθηματικές, κοινωνικές, επαγγελματικές, εκπαιδευτικές, αναπτυξιακές ανησυχίες, καθώς και ανησυχίες που συνδέονται με την υγεία και την οργανωτική συμπεριφορά (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2007). Θεωρείται ότι προωθεί τη θέσπιση προσωπικών στόχων και προσφέρει θετικά μοντέλα με βάση τα οποία μπορεί κανείς να ενδυναμώσει τα προτερήματά του και να δώσει στον εαυτό του τη δυνατότητα για βέλτιστη λειτουργικότητα και ποιότητα ζωής. Βοηθάει ανθρώπους που δεν έχουν σοβαρή ψυχική διαταραχή, περνούν όμως μια δύσκολη περίοδο ή αντιμετωπίζουν ένα πρόβλημα που δεν μπορούν να λύσουν μόνοι (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2011).

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ψυχολογική Εταιρεία «... τα προβλήματα που οδηγούν έναν άνθρωπο να ζητήσει τη βοήθεια του συμβουλευτικού ψυχολόγου ξεπηδούν από περιβαλλοντικές επιδράσεις και επιρροές ή από εσωτερικές συγκρούσεις και μπορεί να είναι επαγγελματικά, συναισθηματικά, κοινωνικά, εξελικτικά ή προβλήματα υγείας» (American Psychological Association, 1956).

Η Συμβουλευτική Ψυχολογία είναι η ειδίκευση της Ψυχολογίας με το μεγαλύτερο εύρος επαγγελματικών ενασχολήσεων. Εκτός από το ελεύθερο επάγγελμα, οι συμβουλευτικοί ψυχολόγοι εργάζονται σε πανεπιστημιακά ιδρύματα, σε συμβουλευτικά κέντρα φοιτητών, σε σχολεία και άλλους εκπαιδευτικούς χώρους, σε νο- σοκομεία και ιδιωτικές κλινικές, σε κέντρα ψυχικής υγείας, σε κοινοτικά πλαίσια, σε διάφορες κρατικές υπηρεσίες, σε επιχειρήσεις και σε πολλές άλλες θέσεις.

Η ψυχολογική συμβουλευτική στα ελληνικά Α.Ε.Ι.

Η ανάγκη για την ύπαρξη και παροχή ψυχολογικής συμβουλευτικής στα ελληνικά Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα (Α.Ε.Ι.) είχε διαπιστωθεί πριν από αρκετά χρόνια. Παρότι υπήρχε επιστημονική τεκμηρίωση για τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι φοιτητές-τριες και κατά συνέπεια επείγουσα ανάγκη για ψυχολογική συμβουλευτική στήριξη, δεν υπήρχε καμία σχετική υπηρεσία στα ελληνικά Α.Ε.Ι. μέχρι το 1988 (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2011).

Το δεύτερο Πανελλήνιο Συνέδριο Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού που πραγματοποιήθηκε το 1988 στην Αθήνα είχε εστιαστεί στις ανάγκες για συμβουλευτική και προσανατολισμό στην ανώτατη εκπαίδευση. Είχε επισημανθεί τότε ότι οι φοιτητές/τριες της ανώτατης εκπαίδευσης συναντούν μία σειρά από προβλήματα (Μαλικιώση-Λοϊζου, 1989) που για να τα αντιμετωπίσουν χρειάζονται συμβουλευτική στήριξη, για την οποία δεν υπήρχε καμία μέριμνα. Ένα μεγάλο ποσοστό των φοιτητών-τριών (67%) είχε απαντήσει σε σχετική ερώτηση συνέντευξης ότι δεν υπήρξαν ποτέ αποδέκτες υπηρεσιών συμβουλευτικής ή προσανατολισμού από κάποιον καθηγητή ή άλλο πρόσωπο προκειμένου να βοηθηθούν στην επίλυση των προβλημάτων τους (Μαλικιώση-Λοϊζου, 1992). Το συνέδριο προέβαλε ως επιτακτική την ανάγκη ίδρυσης Κέντρων Συμβουλευτικής και Επαγγελματικού Προσανατολισμού σε όλα τα Α.Ε.Ι. (Kalantzi-Azizi & Malikiosi-Loizos, 1994). Την ανάγκη για συμβουλευτική στήριξη τονίζουν φοιτητές και φοιτήτριες και σε νεότερες έρευνες (Ευσταθίου, 2000). Η πρώτη προσπάθεια εγκαθίδρυσης ενός συμβουλευτικού κέντρου για φοιτητές έγινε στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης το 1988 (Μαλικιώση-Λοϊζου, 2011).

Συμβουλευτική και Συμβουλευτική καθοδήγηση (Mentoring).

Η συμβουλευτική καθοδήγηση-mentoring αποτελεί μια πρακτική η οποία υιοθετείται ολοένα και περισσότερο τα τελευταία χρόνια, προκειμένου να επιτευχθεί η υποστήριξη και η ενίσχυση ατόμων, μέσω της μεταφοράς τεχνογνωσίας και γνώσεων από έμπειρα σε λιγότερο έμπειρα -και σε ορισμένες περιστάσεις νεότερης ηλικίας- άτομα (Johnson,, 2002).

Η/Ο μέντορας παρέχει στην/στον καθοδηγούμενη/ο γνώσεις, συμβουλές, προκλήσεις, καθοδήγηση και υποστήριξη στην προσπάθειά της/του να επιτύχει σε έναν τομέα (π.χ. επαγγελματική εξέλιξη κ.ά.). Αναλαμβάνει το ρόλο της/του δασκάλας/δασκάλου, καθοδηγήτριας, προτύπου (role model) και σύμβουλου που διευκολύνει την επίτευξη των στόχων της ωφελουμένης/ου. . Ο πραγματικός ρόλος της είναι να «εμπλέξει» το άτομο σε μια σειρά από δραστηριότητες, με στόχο τη μείωση των «αδυναμιών» του/της (Ταλιαδώρου, 2008).

Η/Ο μέντορας συνήθως είναι ένα έμπειρο άτομο –που δεν είναι επαγγελματίας εκπαιδευτρια- το οποίο ενεργεί για μεγάλο χρονικό διάστημα ως υποστηρίκτρια, σύμβουλος, καθοδηγητής για ένα μεμονωμένο άτομο (Rae, 2001).

«....Το mentoring είναι μια προσωπική σχέση στην οποία ένα πιο έμπειρο άτομο λειτουργεί ως role-model, δάσκαλος/α, ενός λιγότερου έμπειρου ατόμου [...]. Ο/Η μέντορας παρέχει στον/στην προστατευόμενο/ή του/της γνώσεις, συμβουλές και υποστήριξη. Η σχέση mentoring δύναται να περιλαμβάνει μια ευρεία ποικιλία ρόλων (διδασκαλία, συμβουλευτική, επιτήρηση, φιλία...)» (Johnson,, 2002)

Τμήμα Αγωγής & Φροντίδας στην Πρώιμη Σχολική Ηλικία.

Επιστ. υπεύθυνη: Καθ. Ευρυδίκη Ζαχοπούλου

e-mail: ezachopo@bc.teithe.gr

Γραμματεία: Κατερίνα Σιπητάνου

e-mail: asipitan@admin.teithe.gr

τηλ.επικοινωνίας: 2310 013523, 2310 013524



@iMentor.iIHU.Sindos.

ΟΜΠΡΕΛΑ