

Αγαπητοί γονείς και κηδεμόνες μαθητών του 1^{ου} ΕΠΑΛ Ευόσμου,

Θα ήθελα να σας ενημερώσω πως στα πλαίσια της πράξης «Μια νέα αρχή στα ΕΠΑΛ (ΜΝΑΕ)- Υποστήριξη σχολικών μονάδων ΕΠΑΛ», το σχολείο στελεχώνεται από ψυχολόγο, που θα βρίσκεται 3 φορές την εβδομάδα (κάθε Δευτέρα , Τρίτη και κάθε δεύτερη Τετάρτη).

Τα ΕΠΑΛ είναι ιδιαίτερα απαιτητικά σχολεία, καθώς στοχεύουν στην πολύπλευρη εκπαίδευση και προετοιμασία των μαθητών για τη μελλοντική αγορά εργασίας. Αυτό σε συνδυασμό με τις προκλήσεις της ιδιαίτερης αυτής ηλικιακής ομάδας (εφηβεία, πρώτη ενηλικίωση) δημιουργεί ποικίλα προβλήματα και απαιτήσεις, τις οποίες καλούνται να αντιμετωπίσουν οι μαθητές (άγχος, κρίσεις πανικού, συγκρούσεις μεταξύ συνομηλίκων , σχολικό εκφοβισμό κ.α.). Κάθε έφηβος βιώνει μια σύγκρουση ανάμεσα στο παρελθόν, το παρόν και το μέλλον, αφού άλλοτε αντιμετωπίζεται ως παιδί και άλλοτε ως ενήλικος. Διέρχεται δηλαδή από μια κατάσταση κρίσης ταυτότητας. Ανάμεσα στις ποικίλες ψυχολογικές αντιδράσεις και ανησυχίες που βιώνει, οι πιο συνήθεις είναι οι εξής:

- Επιθυμία να μείνει μόνος
- Αποστροφή προς την εργασία
- Έλλειψη συντονισμού στις κινήσεις
- Ανία και βαρεμάρα
- Αυξημένη ευσυγκινισία
- Εχθρική στάση προς τους άλλους
- Εναντίωση προς κάθε μορφή εξουσίας
- Υπεραπασχόληση με θέματα του σεξ
- Υπέρμετρη αιδημοσύνη
- Έλλειψη αυτοπεποίθησης
- Ονειροπόληση

Για όλους τους παραπάνω λόγους, τα ΕΠΑΛ επανδρώθηκαν τα τελευταία χρόνια με την ειδικότητα του ψυχολόγου για να παρέχει ψυχοκοινωνική υποστήριξη, να ενθαρρύνει και να ενισχύσει θετικά τους μαθητές, να συζητήσει μαζί τους, να ακούσει τους προβληματισμούς τους, να οργανώσει δράσεις και προγράμματα διαχείρισης άγχους και συγκρούσεων. Παράλληλα, ο ψυχολόγος μπορεί να δεχτεί και τους γονείς των μαθητών για να συζητήσουν για τις δικές τους ανησυχίες και να παρέχει συμβουλευτική και υποστήριξη.

Με εκτίμηση,
Μπέλτση Κωνσταντίνα
Σχολική ψυχολόγος