

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΚΛΑΔΟΥ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

e-κόπωση:

Διαδικτυακές πλατφόρμες επικοινωνίας και εκπαίδευσης

στην εποχή της πανδημίας

Σάββατο 17 Απριλίου 2021

Σύνδεσμος WebEx:

<https://uoa.webex.com/uoa/j.php?MTID=m283c6ef8345beec1813cb1cd3e0f714c>



ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ & ΣΥΝΤΟΜΑ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ

Τιμόθεος Κ. Παπαδόπουλος Η Μεταβολή της Καθημερινότητας και η Εξ αποστάσεως Εκπαίδευση ως Συνέπεια της Πανδημίας

Η πανδημία COVID-19 αποτελεί μία παγκόσμια πρόκληση. Οι εξελίξεις και η πρόβλεψη ως προς την έκβασή τους ήταν και παραμένουν αβέβαιες. Τα μέτρα για τον περιορισμό της υπήρξαν άμεσα. Ο αυτοπεριορισμός στο σπίτι και η εμπειρία της απομακρυσμένης εργασίας αποτέλεσαν, μεταξύ άλλων, βασικές εφαρμογές. Τα παιδιά και οι έφηβοι κλήθηκαν να ανταπεξέλθουν όπως και οι ενήλικες. Το αναπάντεχο κλείσιμο του σχολείου, η διακοπή των φυσικών επαφών και της συμμετοχής σε δραστηριότητες με άλλα άτομα ήταν ορισμένες από τις σημαντικότερες αλλαγές που απαιτούσαν μηχανισμούς άμεσης προσαρμογής. Η σημερινή ομιλία αναφέρεται σε ερευνητικά ευρήματα σχετικά με την ψυχολογική επίδραση των μέτρων προστασίας και την εμπειρία του εγκλεισμού και των πιθανών συνεπειών του σε παιδιά (ηλικίες 5-9) και εφήβους (ηλικίες 10-18), σε σύνολο 715 συμμετεχόντων από Κύπρο και Ελλάδα. Θέματα που αφορούν τη συναισθηματική κατάσταση και τη μεταβολή της καθημερινότητας, το σχολείο και την εξ αποστάσεως εκπαίδευση εξετάζονται. Η συζήτηση εστιάζεται στον βαθμό αυτορρύθμισης των συναισθημάτων των παιδιών και εφήβων.

Τιμόθεος Κ. Παπαδόπουλος, Καθηγητής

Ο Τιμόθεος Κ. Παπαδόπουλος, Ph.D., είναι Καθηγητής στο Τμήμα Ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο Κύπρου και ιδρυτικό μέλος του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης. Ολοκλήρωσε τις μεταπτυχιακές και διδακτορικές του σπουδές στο Πανεπιστήμιο της Αλμπέρτα του Καναδά στην Εκπαιδευτική Ψυχολογία, όπου εργάστηκε και ως

	<p>Ερευνητικός Συνεργάτης στο JP Das Developmental Disabilities Centre. Η ερευνητική και διδακτική του δραστηριότητα εστιάζεται στη μελέτη νευροαναπτυξιακών διαταραχών και της αντιμετώπισής τους. Είναι κύριος ερευνητής ή συνεργάτης σε διεθνή ερευνητικά προγράμματα, συνολικού ύψους σχεδόν 11 εκατ. ευρώ που έχουν χρηματοδοτηθεί τόσο από διεθνείς όσο και εθνικούς οργανισμούς, όπως της Ευρωπαϊκής Ένωσης, του Καναδά ή της Κύπρου. Είναι επίσης ο Επικεφαλής Επιστημονικός Υπεύθυνος του υψηλού κύρους MSCA ITN Ευρωπαϊκού Προγράμματος <i>Neo-PRISM-C</i> (2019-2023) http://www.neoprismc.org/. Έχει εκδώσει σε συνεργασία 3 βιβλία, ενώ έχει δημοσιεύσει πάνω από 100 επιστημονικά άρθρα και κεφάλαια βιβλίων. Εργασίες του έχουν βραβευθεί από επιστημονικούς συνδέσμους (όπως τον Αμερικανικό Σύνδεσμο Ψυχολογίας), βιβλιογραφικές βάσεις δεδομένων (όπως τη Scopus), ή επιστημονικούς εκδοτικούς οίκους (όπως τον Elsevier). Έχει διατελέσει Αντιπρόεδρος (2012-14) και Πρόεδρος (2014-2016) του Τμήματος Ψυχολογίας, Μέλος του Συμβουλίου της Σχολής Κοινωνικών Επιστημών και Επιστημών της Αγωγής (2012-παρόν) και Μέλος της Συγκλήτου του Πανεπιστημίου Κύπρου (2014-2016). Έχει εργαστεί ως Επισκέπτης Καθηγητής στα Πανεπιστήμια του Τρόμσο (Νορβηγία), Queen's (Καναδά), St. John's (NY, Η.Π.Α.), Sheffield (Ηνωμένο Βασίλειο), Jyväskylä (Φιλανδία), Κρήτης (Ελλάδα) και Alberta (Καναδά) καθώς και στο Brain Imaging Center της Ουγγρικής Ακαδημίας Επιστημών (Ουγγαρία). Το 2019, ο Καθ. Παπαδόπουλος βραβεύτηκε με το «Κυπριακό Βραβείο Έρευνας και Καινοτομίας» στην κατηγορία του Διακεκριμένου Ερευνητή από το Ίδρυμα Έρευνας και Καινοτομίας.</p>
<p>Αργυρώ Βατάκη</p>	<p>Εικονικές τάξεις και μάθηση κατά την COVID19: Μια πολυαισθητηριακή προσέγγιση</p> <p>Την άνοιξη του 2020, εκπαιδευτές και εκπαιδευόμενοι βρέθηκαν αντιμέτωποι με μια πρωτόγνωρη κατάσταση λόγω της πανδημίας COVID-19, όταν και αναγκάστηκαν σε απότομη μεταφορά και προσαρμογή των εκπαιδευτικών προγραμμάτων σε διαδικτυακή μορφή. Εργαλεία, τα οποία ήταν ξένα για πολλούς, έγιναν απαραίτητα για τη σύνδεσή μας με άλλους και κεντρικά για το εκπαιδευτικό μας σύστημα. Αυτή η ξαφνική αλλαγή επέτρεψε στα εκπαιδευτικά προγράμματα να συνεχιστούν, ωστόσο, εμφανίστηκαν νέα ζητήματα, ένα από τα οποία είναι τώρα γνωστό ως Zoom Fatigue (κόπωση του Zoom), το οποίο περιγράφει την κούραση, την πίεση ή την εξάντληση που σχετίζεται με την υπερβολική χρήση εικονικών πλατφορμών επικοινωνίας. Εμπνευσμένη από αυτό το νέο φαινόμενο, η ομιλία αυτή θα επικεντρωθεί στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο η διαδικτυακή επικοινωνία μπορεί να επηρεάσει την αισθητηριακή και πολυαισθητηριακή μας επεξεργασία και, συνεπώς, τη μαθησιακή μας εμπειρία. Επιπλέον, θα προσπαθήσουμε να κατανοήσουμε πως η υπερβολική χρήση εικονικών πλατφορμών μπορεί να επηρεάσει την αίσθηση του χρόνισμού μας και, συνεπώς, τη βραχυπρόθεσμη και μακροπρόθεσμη ευημερία μας. Τέλος, θα προσπαθήσουμε να διερευνήσουμε τους τρόπους με τους οποίους θα προσαρμοστούμε καλύτερα σε αυτήν τη νέα εικονική διαδικασία μάθησης, καθώς και το πως θα αξιοποιήσουμε στο μέγιστο τα πλεονεκτήματα αυτής της διαδικασίας.</p>
	<p>Αργυρώ Βατάκη, Επίκουρη Καθηγήτρια</p> <p>Η Δρ. Αργυρώ Βατάκη είναι Επίκουρη Καθηγήτρια Γνωστικής-Πειραματικής Ψυχολογίας στο Τμήμα Ψυχολογίας του Πάντειου Πανεπιστημίου Πολιτικών και Κοινωνικών Επιστημών. Είναι διευθύντρια σύνταξης του επιστημονικού περιοδικού <i>Timing & Time</i></p>

	<p><i>Perception</i> και αναπληρώτρια διευθύντρια σύνταξης στο περιοδικό της APA <i>Psychology & Neuroscience</i>. Διδάσκει στο Προπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών Ψυχολογίας και στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών «Εφαρμοσμένη Γνωσιακή και Αναπτυξιακή Ψυχολογία» στο Πάντειο Πανεπιστήμιο. Είναι επίσης ιδρυτής του Timing Research Forum (TRF), μιας ανοιχτής κοινότητας για την προώθηση της διεπιστημονικής έρευνας σχετικά με το χρονισμό και την αντίληψη του χρόνου. Διεύθυνε το COST ISCH Action TD0904 Time in mental activity (TIMELY), ένα δίκτυο 300 και πλέον ερευνητών από την Ευρώπη και τον κόσμο που ερευνούν το χρονισμό και την αντίληψη του χρόνου. Κατέχει πτυχίο στην Ψυχολογία από το Πανεπιστήμιο CSU Long Beach, ΗΠΑ, και διδακτορικό στην Πειραματική Ψυχολογία από το Πανεπιστήμιο της Οξφόρδης, Ηνωμένο Βασίλειο. Έχει παρουσιάσει την δουλειά της σε πολλά διεθνή συνέδρια και έχει συγγράψει μια σειρά από επιστημονικά άρθρα και κεφάλαια βιβλίων και έχει επιμεληθεί βιβλία πάνω στην αντίληψη του χρόνου καθώς και επιμεληθεί μεταφράσεις βιβλίων πάνω στην Γνωσιακή Επιστήμη. Έχει εργαστεί σε ευρωπαϊκά και εθνικά προγράμματα όπως τα FocusLocus (H2020-ICT-24-2016-2018), ROETICON++ (FP7-ICT 2012-2015), ROETICON (FP7-ICT 2008-2010), COGMEK (THALIS-2012-2015), COGNIMUSE (ARISTEIA I-2012-2015).</p>
<p>Αδριανός Γ. Μουταβελής</p>	<p>Ρόλοι εκπαιδευτικών και γονέων την εποχή αναστολής σχολείων και εξ αποστάσεως εκπαίδευσης</p> <p>Η αναστολή λειτουργίας των σχολείων ανέτρεψε άρδην την εκ του σύνεγγυς διδασκαλία, η οποία αποτελεί τη βασική σταθερή των αιώνων ιστορίας της εκπαίδευσης και εμποτίζει την ίδια την κουλτούρα της. Στην περίπτωση δε της ειδικής εκπαίδευσης, το ζήτημα είναι περισσότερο έντονο αφού εδώ η ανάγκη άμεσης, δια ζώσης επικοινωνίας ακόμη και με σωματικές προτροπές είναι καθημερινότητα. Πλέον, οι εκπαιδευτικοί και οι μαθητές μετακινήθηκαν από τη δια ζώσης παρουσία στην τάξη, στο σπίτι τους, μπροστά από τον υπολογιστή και την κάμερα. Κι αυτή η αλλαγή συμπαρέσυρε τους ρόλους όλων, εκπαιδευτικών, γονέων, μαθητών, με πολλαπλά ζητήματα. Στην παρούσα μελέτη, διερευνώνται οι απόψεις των εκπαιδευτικών για τους νέους ρόλους με έμφαση αυτού, των γονέων. Έλαβε χώρα τον Μάρτιο του 2021 και τα πρώτα αποτελέσματά της καταδεικνύουν ότι οι εκπαιδευτικοί εκτιμούν την ήπια, διακριτική εμπλοκή των γονέων με την εξΑΕ, κυρίως στο επίπεδο της τεχνικής υποστήριξης του παιδιού τους. Αναγνωρίζουν την ανάγκη, στους μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, οι γονείς να είναι περισσότερο παρεμβατικοί, αλλά ακόμη κι αυτό, συχνά τους προκαλεί αμηχανία και δυσκολία στη διαχείριση. Υποστηρίζουν τη χαμηλή αποτελεσματικότητα της εξΑΕ σε σχέση με τη δια ζώσης, που ως συνεπαγωγή επιβαρύνει την ψυχική τους διάθεση. Το ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα, καίτοι ορίζεται ως συντηρητικό στις αλλαγές, μοιάζει με αποτελεσματικότητα να διαχειρίζεται τα σοβαρά ζητήματα που προκύπτουν από την αναστολή των σχολείων, από την άλλη όμως, με μεγάλη κόπωση των εκπαιδευτικών.</p>
	<p>Αδριανός Γ. Μουταβελής, Συντονιστής Εκπαιδευτικού Έργου Ειδικής Αγωγής & Ενταξιακής Εκπαίδευσης</p> <p>Είναι Δάσκαλος στην Ειδική Εκπαίδευση. Μέχρι σήμερα έχει θητεύσει σε ολιγοθέσια και πολυθέσια σχολεία στην τυπική εκπαίδευση καθώς και σε Τμήματα Ένταξης, Σχολικές Μονάδες Ειδικής Αγωγής & Εκπαίδευσης και ως Σχολικός Σύμβουλος στην 9η Περ. ΕΑΕ με έδρα τον Πειραιά, καθώς και στην 4η Περ. ΕΑΕ με έδρα τη Ν. Σμύρνη. Τον παρόντα</p>

	<p>χρόνο, υπηρετεί ως Συντονιστής Εκπαιδευτικού Έργου Ειδικής Αγωγής & Ενταξιακής Εκπαίδευσης του 4ου ΠΕΚΕΣ (Δ' Αθήνας). Οι σπουδές του άπτονται της Ειδικής Παιδαγωγικής ξεκινώντας από το αντίστοιχο τμήμα του Μαρασλείου Δ.Δ.Ε. και συνεχίζοντας με Μεταπτυχιακό στην Ειδική Αγωγή στο Π.Τ.Δ.Ε., Μεταπτυχιακό στη Σχολική Ψυχολογία στο Φ.Π.Ψ., Διδακτορικό στην Ειδική Παιδαγωγική & Ψυχολογία στο Π.Τ.Δ.Ε. Είναι μεταδιδακτορικός ερευνητής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Συνάμα, έχει συμμετάσχει σε προγράμματα του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής και έχει διδάξει σε Διδασκαλεία και Πανεπιστήμια της χώρας (Πάτρας, Θεσσαλίας, Αιγαίου, Αθήνας). Τα επιστημονικά του ενδιαφέροντα εστιάζουν σε θέματα έρευνας στην παιδαγωγική και ψυχολογία παιδιών και εφήβων.</p>
<p><i>Μαρία Σμαργιανάκη & Μαρίνα Κρητικού</i></p>	<p>Εξ αποστάσεως εκπαίδευση σε συνθήκες πανδημίας: τρόποι διαχείρισης της κόπωσης και ενίσχυσης της ψυχικής ανθεκτικότητας</p> <p>Με τον όρο «κόπωση του zoom (zoom fatigue)», περιγράφεται η κούραση, η ανησυχία ή η εξάντληση (burnout) που βιώνουμε με την υπερβολική χρήση εικονικών πλατφόρμων για τηλεδιασκέψεις όπως το zoom. Παράγοντες όπως η καθυστέρηση εικόνας –ήχου, το συνεχές νοερό «ζύγισμα» μεταξύ κόστους και ανταμοιβής, η έλλειψη της αντιλαμβανόμενης ανταμοιβής κατά τη διάρκεια των τηλε-διασκέψεων, η απώλεια μεγάλου ποσοστού των μη-λεκτικών μηνυμάτων από την επικοινωνία, καθώς επίσης και η πολύωρη, καθιστική ζωή, έχουν βρεθεί ως οι κύριοι παράγοντες που σχετίζονται με τον όρο «zoom fatigue (κόπωση του zoom)». Τα συχνά διαλείμματα, η προσαρμογή του περιβάλλοντος από το οποίο γίνεται η τηλε-διάσκεψη, η διατήρηση μιας καθημερινής ρουτίνας – προγράμματος και η αποφυγή του multi-tasking αποτελούν προτεινόμενους τρόπους αποτελεσματικής διαχείρισης αυτής της κόπωσης. Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας, αναφέρεται στη δεξιότητα και την δυναμική διαδικασία της επιτυχούς διαχείρισης του στρες και των αντίξων συνθηκών, ενώ ταυτόχρονα το άτομο καταφέρνει να διατηρεί την λειτουργικότητά του σε σωματικό και ψυχολογικό επίπεδο. Η ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας, με επένδυση στις διαπροσωπικές σχέσεις, εύρεση σκοπού και νοήματος και διατήρηση μιας προοπτικής, δεν είναι βοηθητική μόνο στην αντιμετώπιση των διάφορων αντίξων γεγονότων, αλλά επιδρά ενδυναμωτικά στο άτομο ως προς την προσωπική του ανάπτυξη.</p>
	<p>Μαρία Σμαργιανάκη, Ψυχολόγος</p> <ul style="list-style-type: none"> -Απόφοιτος του τμήματος Ψυχολογίας του Bolton, Ηνωμένο Βασίλειο -Απόφοιτος του Μεταπτυχιακού Τμήματος Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου του Manchester, Ηνωμένο Βασίλειο - Απόφοιτος 2ετούς εκπαίδευσης στην Προσωποκεντρική Θεραπεία από την Centra σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο του Bolton. -Απόφοιτος του 2ετούς μετεκπαιδευτικού σεμιναρίου στη Γνωσιακή-Συμπεριφορική Θεραπεία, από τον Τομέα Ψυχιατρικής & Επιστημών Συμπεριφοράς Τμήματος Ιατρικής Πανεπιστημίου Κρήτης και την Ψυχιατρική Κλινική του Παγνή, με συνεχιζόμενη μετεκπαίδευση και εποπτεία στο παρόν. Έχει εργαστεί σε δημόσια σχολεία στο Ηνωμένο Βασίλειο και σε Δημόσια Σχολεία και Κ.Ε.Σ.Υ. (Κέντρα Εκπαιδευτικής και Συμβουλευτικής Υποστήριξης) στην Ελλάδα. Από το 2012 έως σήμερα, ιδιωτεύει στο Ηράκλειο Κρήτης

και από το Σεπτέμβριο του 2020, εργάζεται ως ψυχολόγος στο Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών στο Ρέθυμνο.

Μαρίνα Κρητικού, Ψυχολόγος

Απόφοιτος των τμημάτων Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης, του Π.Μ.Σ. Ψυχολογία της Υγείας του Πανεπιστημίου Κρήτης και του Φ.Π.Ψ. του Πανεπιστημίου Αθηνών. Έχει ειδικευτεί στην οικογενειακή-συστημική συμβουλευτική στο Εργαστήριο Διερεύνησης Ανθρωπίνων Σχέσεων και συνεχίζει την μετεκπαίδευση της στο Κέντρο Συστημικής Μελέτης και Θεραπείας (ΚεΣΜεΘ) στην Αθήνα. Από τον Σεπτέμβριο του 2013 ιδιωτεύει, ενώ από τον Οκτώβρη του 2018 εργάζεται ως ψυχολόγος στο Συμβουλευτικό Κέντρο Φοιτητών στο Ρέθυμνο.

