



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Πρόγραμμα Εισαγωγής στο Επάγγελμα για Νέους Εκπαιδευτικούς – Συνεργασία με τους γονείς

<https://empowering-teachers.eu/>

Η δημιουργία της παρούσας δημοσίευσης συγχρηματοδοτήθηκε από το πρόγραμμα επιχορηγήσεων Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης στο πλαίσιο της επιχορήγησης υπ' αριθ. 626148-EPP-1-2020-2-PT-EPPKA3-PI-POLICY. Η παρούσα δημοσίευση αντανakλά μόνο τις απόψεις του συντάκτη. Ούτε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ούτε ο εθνικός οργανισμός χρηματοδότησης του έργου φέρουν οποιαδήποτε ευθύνη για το περιεχόμενο ή για τυχόν απώλειες ή ζημιές που ενδέχεται να προκληθούν από τη χρήση της παρούσας δημοσίευσης.



© Copyright 2021 Σύμπραξη LOOP

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αναπαραγωγή ή τροποποίηση του παρόντος εγγράφου, εν όλω ή εν μέρει, για οποιονδήποτε σκοπό, χωρίς την έγγραφη άδεια της Σύμπραξης LOOP. Επιπλέον, πρέπει να γίνεται αναφορά στους συντάκτες του εγγράφου και σε κάθε ισχύον τμήμα της δήλωσης πνευματικών δικαιωμάτων.

Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Το παρόν έγγραφο μπορεί να τροποποιηθεί χωρίς προειδοποίηση.



Το έργο αυτό έχει άδεια χρήσης υπό [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Περιεχόμενα

12. Συνεργασία με τους γονείς.....	4
12.1 ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΤΥΠΩΝ/ΠΡΟΦΙΛ ΓΟΝΕΩΝ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ	7
12.2 ΟΔΗΓΟΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΓΟΝΕΩΝ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ	10
Βιβλιογραφία	14



12.Συνεργασία με τους γονείς

A. Ποια είναι η κύρια ιδέα/στόχος/αντικείμενο αυτής της ενότητας;

Αξιοποιώντας την ενότητα με τίτλο «**Συνεργασία με τους γονείς**» στόχος είναι να εξοικειωθούν οι αρχάριοι εκπαιδευτικοί και να προετοιμαστούν ώστε να αλληλεπιδρούν με τους γονείς και τους νόμιμους κηδεμόνες των μαθητών τους με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Συχνά αυτό το παραμελημένο θέμα, αποτελεί μία από τις κρίσιμες πτυχές κοινωνικού/πολιτιστικού/συναισθηματικού μέρους του επαγγέλματος του εκπαιδευτικού. Έτσι, η ενότητα αυτή αποσκοπεί τόσο να μετριάσει και να συμπληρώσει παιδαγωγικές/μεθοδολογικές/κοινωνικές στρατηγικές που ενδεχομένως παραβλέπονται στην εισαγωγική κατάρτιση των εκπαιδευτικών, όσο και να προσφέρει συγκεκριμένα εργαλεία που μπορεί να αξιοποιήσει ο εκπαιδευτικός προκειμένου να συνδεθεί καλύτερα με τους γονείς και/ή να τους διαχειριστεί πιο αποτελεσματικά.

B. Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα:

- Οι νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί θα είναι εξοικειωμένοι με το σχετικό θεσμικό πλαίσιο και με θετικά παραδείγματα συνεργασίας με γονείς
- Οι νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί θα είναι σε θέση να επικοινωνούν αποτελεσματικά και με επαγγελματισμό με τους γονείς
- Οι νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί θα είναι σε θέση να δημιουργήσουν το δικό τους στυλ συνεργασίας με τους γονείς και να αναπτύσσουν θετική σχέση μαζί τους
- Οι νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί θα είναι σε θέση να οργανώνουν συναντήσεις με τους γονείς
- Οι νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί θα γνωρίζουν πώς να διαχειρίζονται διάφορες αντιδράσεις και αιτήματα των γονέων
- Ο μέντορας θα είναι σε θέση να μοιραστεί αποτελεσματικά την εμπειρία του σχετικά με συνεργασίες με γονείς και να υποστηρίξει νέους εκπαιδευτικούς να αναπτύσσουν δικές τους ανάλογες θετικές εμπειρίες

Γ. Δραστηριότητες, παρουσιάσεις και άλλα υλικά που περιλαμβάνει η ενότητα:

ΣΤΟΙΧΕΙΟ	Κοινό-στόχος	Τύπος υλικού	Χρόνος για το υλικό	Τομέας
12.1 Εισαγωγή σε διάφορους τύπους/προφίλ γονέων και πώς μπορεί να συνεργαστεί κανείς μαζί τους	Νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί	Παρουσίαση	90 λεπτά	Κοινωνικό/πολιτισμικό
12.2 Οδηγός αλληλεπίδρασης γονέων-εκπαιδευτικών	Νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί (και μέντορας)	Οδηγός, κατάλογος	90 λεπτά	Κοινωνικό/Πολιτισμικό

12.1 Εισαγωγή σε διάφορους τύπους/προφίλ γονέων και πώς μπορεί κανείς να συνεργαστεί μαζί τους – πρόκειται για μια παρουσίαση με διαφορετικές αντιδράσεις και πιθανά σενάρια στα οποία μπορεί να εμπλακεί ένας νεοεισερχόμενος εκπαιδευτικός



δουλεύοντας με γονείς μαθητών του. Το κείμενο εμπεριέχει μια σύντομη θεωρητική επισκόπηση, κυρίως όμως έχει σχεδιαστεί ως ένας κατάλογος πρακτικών απαντήσεων και συμβουλών που μπορούν να αξιοποιηθούν. Επιπλέον, το κείμενο παραθέτει ιδέες για ένα εργαστήριο επεξεργασίας πιθανών σεναρίων από έναν μέντορα και έναν αρχάριο εκπαιδευτικό, καθώς και προτάσεις για παιχνίδια ρόλων και πρακτική εξάσκηση απαντήσεων.

12.2 Ο Οδηγός αλληλεπίδρασης γονέων-εκπαιδευτικών περιλαμβάνει την καλλιέργεια ήπιων δεξιοτήτων (soft skills) με προτάσεις, τακτική και ψυχοκοινωνιολογικές στρατηγικές για τη διαχείριση διάφορων τύπων τυπικής επικοινωνίας γονέων-εκπαιδευτικών συμπεριλαμβανομένων αυτών των κατά πρόσωπο συναντήσεων, των τηλεδιασκέψεων, των κατ' ιδίαν συναντήσεων, της ομαδικής εργασίας, των παρουσιάσεων σχετικά με την εργασία στην τάξη και εξατομικευμένων συζητήσεων σχετικά με τα παιδιά.

Δ. Πρόταση για την υλοποίηση της ενότητας

Ιδανικά ένας νεοεισερχόμενος εκπαιδευτικός αρχίζει να δουλεύει πάνω σε αυτήν την ενότητα παρατηρώντας τον μέντορά του να αλληλεπιδρά με γονείς. Αφού παρακολουθήσει κάποιες συναντήσεις εκπαιδευτικού-γονέα μπορεί να αρχίσει να δουλεύει πάνω στο υλικό που περιλαμβάνεται σε αυτήν την ενότητα. Παρότι δεν υπάρχει κάποιος συγκεκριμένος οδηγός ή πρότυπο για συζήτηση μέντορα-αρχάριου εκπαιδευτικού, η αλληλεπίδρασή τους πάνω σε αυτό το θέμα είναι σημαντική. Αρχικά ο μέντορας θα πρέπει να ξεκινήσει με τους διάφορους τύπους γονέων βασιζόμενος σε πραγματικά παραδείγματα και αφήνοντας τον αρχάριο εκπαιδευτικό να αναγνωρίζει ποιοι από τους παρατηρούμενους γονείς μπορεί ενδεχομένως να διαφοροποιούνται από τις παρουσιαζόμενες κατηγορίες. Ο μέντορας και ο αρχάριος εκπαιδευτικός συζητούν για τους παρατηρούμενους γονείς αξιοποιώντας την παρουσίαση ως σημείο αναφοράς και διερευνώντας πώς στρατηγικές και εργαλεία που παρουσιάζονται μπορούν να βελτιώσουν την αλληλεπίδραση γονέων-εκπαιδευτικού. Μπορούν να αξιοποιήσουν τη βοήθεια του εισαγωγικού κειμένου (12.1), εφόσον κάτι τέτοιο κριθεί κατάλληλο.

Αφότου ο νεοεισερχόμενος εκπαιδευτικός αποκτήσει εμπειρία στην παρατήρηση του μέντορα σε καταστάσεις με γονείς, το παιχνίδι ρόλων μπορεί να αποδειχθεί χρήσιμο ως τεχνική. Η εμπειρία του μέντορα και καλές πρακτικές δε θα πρέπει να αξιοποιούνται μέσω μιας μοναδικής τυπικής δραστηριότητας, η οποία οργανώνεται σε μια πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση, αλλά ο μέντορας θα πρέπει να σταδιακά να προσφέρει την εμπειρία του μέσα από πραγματικά σενάρια και καταστάσεις, σχολιάζοντάς τα και αξιοποιώντας τα ως ευκαιρίες μάθησης, επιτρέποντας στον αρχάριο εκπαιδευτικό να αναπτύξει σταδιακά τη δική του προσέγγιση σε βάθος χρόνου.

Ο Οδηγός για την αλληλεπίδραση γονέων-εκπαιδευτικών (12.2) μπορεί να χρησιμοποιηθεί είτε σε κάποια από τις συζητήσεις μεταξύ νέου εκπαιδευτικού και μέντορα είτε ανεξάρτητα από τον νέο εκπαιδευτικό.

Ε. Χρήσιμοι σύνδεσμοι



<https://www.verywellfamily.com/parents-and-teachers-working-together-620922>
<https://www.edutopia.org/article/new-teachers-working-with-parents-resources>
<https://www.acer.org/au/discover/article/parents-and-teachers-working-together>
<https://raisingchildren.net.au/for-professionals/working-with-parents/communicating-with-parents/involving-parents-in-school>
<https://pcie.ac/journals/2021/10/28/what-is-the-role-of-parents-and-teachers-in-regard-to-learning/>
[https://www.academia.edu/73766090/Parents and early teachers sharing education](https://www.academia.edu/73766090/Parents_and_early_teachers_sharing_education)
<https://www.academia.edu/40111087/> Created by Teachers for Teachers and Parents
[https://www.academia.edu/12283375/IT for Teachers and Parents Communication between school teachers parents and students](https://www.academia.edu/12283375/IT_for_Teachers_and_Parents_Communication_between_school_teachers_parents_and_students)



12.1 ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΔΙΑΦΟΡΩΝ ΤΥΠΩΝ/ΠΡΟΦΙΛ ΓΟΝΕΩΝ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ

Μια από τις δύσκολες προκλήσεις για νέους εκπαιδευτικούς είναι σίγουρα η σχέση τους με τους γονείς. Γι' αυτό είναι απαραίτητο οι νεοεισερχόμενοι εκπαιδευτικοί να είναι εξοικειωμένοι με τους βασικούς τύπους γονέων προκειμένου να μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί τους όσο το δυνατόν πιο εύκολα. Υπάρχουν πολλές κατηγοριοποιήσεις τύπων γονέων. Πιθανόν μια από τις πιο χρήσιμες περιπτώσεις είναι η κατηγοριοποίηση σε τέσσερις κύριους τύπους γονεϊκού στυλ:

- Το **αυταρχικό στυλ ανατροφής (authoritarian parenting)** ονομάζεται επίσης άκαμπτο και αυστηρό στυλ ανατροφής και υποδηλώνει ένα στυλ κατά το οποίο οι γονείς θέτουν υψηλές προσδοκίες και απαιτήσεις στο παιδί με αυστηρή εποπτεία και έλεγχο, ενώ δεν παρέχουν αρκετή ζεστασιά και υποστήριξη. Οι γονείς επικεντρώνονται στον καθορισμό ορίων και κανόνων, και τείνουν να τιμωρούν σε περιπτώσεις που αυτά δεν τηρούνται ή παραβιάζονται. Ο βασικός εκπαιδευτικός στόχος είναι να διδαχθεί στο παιδί ο αυτοέλεγχος και η υπακοή στην αυθεντία, η δε σχέση γονέα-παιδιού βασίζεται στη σχέση ανωτερότητας και υποταγής. Τέτοια παιδιά είναι συνήθως ανασφαλή και απομονωμένα, αλλά μπορεί επίσης να είναι επιθετικά με μικρή ανεκτικότητα στη ματαίωση. Είναι συχνά δύσπιστα, ανασφαλή, δυσκολεύονται στην επίλυση προβλημάτων και ανησυχούν συνεχώς για το πώς θα ικανοποιήσουν τον γονέα/την εξουσία.

Σε αυτούς τους δύο συνδέσμους μπορείτε να βρείτε καλές απαντήσεις στο ερώτημα τι είναι το αυταρχικό στυλ ανατροφής:

- <https://www.verywellmind.com/what-is-authoritarian-parenting-2794955>
- <https://www.webmd.com/parenting/authoritarian-parenting-what-is-it#:~:text=Authoritarian%20parenting%20is%20an%20extremely,rather%20than%20nurturing%20your%20child.>

Δύο σύντομα βίντεο στο θέμα της αυταρχικής ανατροφής:

- <https://www.youtube.com/watch?V=ppkt8tzkny0>
- <https://www.youtube.com/watch?V=gqwaa3bapau>

- Το **αυταρχικό εκπαιδευτικό στυλ (authoritative educational style)** ονομάζεται επίσης δημοκρατικό και συνεπές. Είναι ένα στυλ που συνδυάζει τον αυστηρό γονεϊκό έλεγχο και τη συναισθηματική ζεστασιά. Οι γονείς έχουν απαιτήσεις και προσδοκίες κατάλληλες για την ηλικία του παιδιού, επιβλέπουν και ελέγχουν σταθερά τα ανεπιθύμητα πρότυπα συμπεριφοράς του παιδιού με αγάπη, υποστήριξη και συναισθηματική ζεστασιά. Ενθαρρύνουν την περιέργεια, τη δημιουργικότητα, την αυτοπεποίθηση και την ανεξαρτησία των συναισθημάτων του παιδιού. Φροντίζουν τα συναισθήματα του παιδιού και το ενθαρρύνουν. Τα παιδιά αυτά έχουν αυτοπεποίθηση, με υψηλό βαθμό αυτοελέγχου και υπευθυνότητα.

Σε αυτούς τους τρεις συνδέσμους μπορείτε να βρείτε καλές απαντήσεις στο ερώτημα τι είναι το αυταρχικό εκπαιδευτικό στυλ ανατροφής:

- <https://parentingscience.com/authoritative-parenting-style/>
- <https://www.parentingforbrain.com/authoritative-parenting/>
- <https://www.verywellmind.com/what-is-authoritative-parenting-2794956>

Ένα σύντομο video για το αυταρχικό εκπαιδευτικό στυλ ανατροφής:

- <https://www.youtube.com/watch?V=Lj64B6P9bxs>



- Το **χαλαρό στυλ ανατροφής (permissive parenting style)** συνεπάγεται συναισθηματική ζεστασιά αλλά αδύναμο έλεγχο. Τέτοιοι γονείς είναι υπερβολικά συναισθηματικά ευαίσθητοι, παρέχουν μεγάλη αγάπη, υποστήριξη και συναισθηματική ζεστασιά, αλλά έχουν λίγες απαιτήσεις και αδύναμο έλεγχο χωρίς να θέτουν όρια στη συμπεριφορά του παιδιού. Ικανοποιούν πρωτίστως όλες τις απαιτήσεις και τις επιθυμίες του παιδιού. Τέτοια παιδιά είναι συνήθως ανασφαλής και πολυμήχανα, παρορμητικά, αδύναμα στον αυτοέλεγχο και επιρρεπή σε επιθετικότητα όταν έρχονται αντιμέτωπα με περιορισμούς και όχι άμεση εκπλήρωση των επιθυμιών και των απαιτήσεών τους.

Σε αυτούς τους τρεις συνδέσμους μπορείτε να βρείτε καλές απαντήσεις στο ερώτημα τι είναι το χαλαρό στυλ ανατροφής:

- <https://www.verywellmind.com/what-is-permissive-parenting-2794957>
- https://www.canr.msu.edu/news/permissive_parenting_style
- [https://parentingscience.com/permissive-parenting/#:~:text=Permissive%20parenting%2C%20sometimes%20called%20%E2%80%9Cindulgent,limits%20\(which%20is%20problematic\).](https://parentingscience.com/permissive-parenting/#:~:text=Permissive%20parenting%2C%20sometimes%20called%20%E2%80%9Cindulgent,limits%20(which%20is%20problematic).)

Ένα σύντομο video για το χαλαρό στυλ ανατροφής:

- <https://www.youtube.com/watch?V=DX5xltHodYI>

- Το **αδιάφορο ή αμελής ή αμέτοχο στυλ ανατροφής (indifferent or neglectful or uninvolved parenting)** συνεπάγεται αδύναμο έλεγχο μαζί με συναισθηματική ψυχρότητα των γονέων. Οι γονείς έχουν μικρές απαιτήσεις, δεν ελέγχουν τη συμπεριφορά του παιδιού τους και δε θέτουν όρια στο παιδί. Είναι συναισθηματικά ψυχροί, δεν ενδιαφέρονται για τις δραστηριότητες του παιδιού και είναι απορροφημένοι στον εαυτό τους. Σπάνια δείχνουν γονική αγάπη. Τέτοια παιδιά είναι συχνά ανυπάκουα και εχθρικά, έχουν χαμηλή αυτοπεποίθηση και είναι επιρρεπή σε παραβατική συμπεριφορά. Βασικά αισθάνονται ανασφαλής, έχουν ευμετάβλητη διάθεση και έλλειψη αυτοελέγχου.

Σε αυτούς τους δύο συνδέσμους μπορείτε να βρείτε καλές απαντήσεις στο ερώτημα τι είναι το αμέτοχο στυλ ανατροφής:

- <https://www.parentingforbrain.com/uninvolved-parenting/>
- <https://www.verywellmind.com/what-is-uninvolved-parenting-2794958#:~:text=Uninvolved%20parenting%2C%20sometimes%20referred%20to,dissmissive%2C%20or%20even%20completely%20neglectful>

Ένα σύντομο video για το αμέτοχο στυλ ανατροφής:

- <https://www.youtube.com/watch?V=i6hr64dnvk0>

Αν ο εκπαιδευτικός μπορεί να αναγνωρίσει το στυλ των γονέων, τότε θα ξέρει τι περιμένουν οι γονείς από τον εκπαιδευτικό και ως εκ τούτου θα ξέρει πώς να συμπεριφέρεται απέναντι σε αυτούς τους γονείς.

Υπάρχουν και άλλες κατηγοριοποιήσεις τύπων γονέων που μπορεί επίσης να είναι χρήσιμοι για τους εκπαιδευτικούς. Μια τέτοια είναι η εξής:

- Ο εκτελεστικός γονέας (the executive parent)
- Ο γονέας που δεν αναλαμβάνει δράση (the Missing in Action parent)



- Ο υποχωρητικός γονέας (the soft-hearted parent)
- Ο «μετά το σχολείο» γονέας (the “Afterschooling” Parent)
- Ο έντονα εμπλεκόμενος γονέας (the heavily involved parent)

Ποιοι είναι αυτοί οι τύποι και πώς να συνεργαστείτε με αυτούς μπορείτε να το βρείτε εδώ:
<https://teach.com/resources/how-teachers-can-work-with-5-different-parent-personality-types/>



12.2 ΟΔΗΓΟΣ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗΣ ΓΟΝΕΩΝ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ

Μία από τις πιο δύσκολες σχέσεις στο σχολείο για έναν εκπαιδευτικό είναι η σχέση του με τους γονείς. Γι' αυτό είναι σημαντικό να προετοιμαστεί γι' αυτήν τη σχέση. Παρακάτω υπάρχουν μερικές από τις πιο σημαντικές συμβουλές γι' αυτήν τη σχέση.

- Είναι θεμελιώδης κανόνας της σχέσης εμπιστοσύνης ανάμεσα σε εσάς και τους γονείς το περιεχόμενο της συζήτησης να μη φτάσει ποτέ σε αναρμόδια αυτιά.
- Διασφαλίστε καλή επικοινωνία με τους γονείς από την αρχή της χρονιάς, μην περιμένετε να προκύψει ένα πρόβλημα για να επικοινωνήσετε.
- Το άτομο που έχει περισσότερη ευθύνη (στο σχολείο σίγουρα είστε εσείς) θα πρέπει να δείχνει όσο το δυνατόν περισσότερο σεβασμό προς τη θέση ενός πιο αδύναμου ατόμου (στην προκειμένη περίπτωση προς έναν γονέα).
- Αποσαφηνίστε με ποιο τρόπο θέλετε να απευθύνονται σε εσάς, πότε μπορούν να έρθουν στο σχολείο, ποια ώρα και για ποιον λόγο μπορούν να σας καλέσουν στο τηλέφωνο (αν τους επιτρέπεται αυτό), για ποια θέματα μπορείτε να συζητήσετε (την εργασία και τη συμπεριφορά του παιδιού τους) και για ποια όχι (τη μεθοδολογία διδασκαλίας, για παράδειγμα).
- Κατά τη διάρκεια της συζήτησης προσπαθήστε να είστε χαλαροί και όχι πολύ σοβαροί. Μερικές φορές, ανεξάρτητα με το πόσο σοβαρή ή «μαύρη» δείχνει μια κατάσταση, μια ματιά από άλλη οπτική γωνία με την κατάλληλη δόση χιούμορ μπορεί να διευκολύνει στην επίλυση της κατάστασης.
- Αν οι γονείς δεν παρευρίσκονται στις συναντήσεις γονέων ή στις ενημερωτικές συναντήσεις - τηλεφωνήστε τους ή γράψτε τους μια επιστολή. Μην τους επιτίθεστε και μην τους κατηγορείτε, απλώς ζητήστε τους να έρθουν σε επαφή μαζί σας.
- Όσο «ατίθασο» κι αν σας φαίνεται ένα παιδί, μην αναφέρετε στον γονέα μόνο άσχημα πράγματα – κανένα από αυτά δε θα τον κάνει να νιώσει καλά (και θα «παγώσει» όταν περάσει από το σχολείο μετά από χρόνια). Ορισμένοι μάλιστα γονείς ίσως θυμώσουν και γίνουν και επιθετικοί απέναντί σας. Έτσι, κάθε φορά, ξεκινήστε την ενημέρωση από αυτά που το παιδί κάνει καλά έτσι ώστε οι γονείς να αποδεχτούν πιο εύκολα και οτιδήποτε δυσάρεστο θέλετε να τους πείτε μετά για το παιδί τους.
- Τονίστε συνεχώς τον ρόλο της προσπάθειας στην επίτευξη της επιτυχίας. Ανεξάρτητα από το πόσο μπροστά είναι η τροχιά ενός παιδιού, δεν είναι ρεαλιστικό να περιμένει κανείς να παίρνει καλούς βαθμούς, αν δε μελετάει.
- Σκεφτείτε πώς μπορείτε να εμπλέξετε τους γονείς στη ζωή και το έργο του σχολείου: πολλοί θα το ήθελαν, αλλά δεν ξέρουν πώς. Ίσως κάποιιοι μπορούν να έρθουν στην τάξη και να παρουσιάσουν το επάγγελμά τους στα παιδιά. Ίσως μπορείτε να πάτε τα παιδιά να επισκεφθούν κάποιους στο χώρο εργασίας τους.
- Μη δείχνετε πλήξη και ανυπομονησία, η οποία εκδηλώνεται αν:
 - Γυρίζετε ένα στυλό
 - Ξεφυλλίζετε χαρτιά
 - Κοιτάτε το ρολόι
 - Απαντάτε στο κινητό σας ή πληκτρολογείτε κάτι σε αυτό
- Ποτέ μην φιλονικείτε με έναν επιθετικό γονέα στον δρόμο, σε μια καφετέρια ή σε παρόμοια μέρη – η θέση σας είναι στο σχολείο, εκεί είστε «στα χωράφια σας».
 - Παραμείνετε ψύχραιμοι.
 - Αφήστε τον γονέα να ξεσπάσει, μην τον διακόπτετε, αλλά μην επιτρέπετε βωμολοχίες.
 - Μη φωνάζετε στον γονέα – αυτό δείχνει αδυναμία και ανασφάλεια.
 - Μην είστε εσείς βίαιοι, μην απειλείτε. Μην κατηγορείτε.



- Μείνετε σε απόσταση τουλάχιστον ενός χεριού, αφήνοντας χώρο για να υποχωρήσετε αν χρειαστεί.
- Ακόμα και η κατά μέτωπο επίθεση μπορεί να γίνει αντιληπτή από τον γονέα ως απειλή και να αντιδράσει σωματικά.
- Μιλήστε με καθαρή και ενεργητική φωνή – αυτό δείχνει το ενδιαφέρον σας για το πρόβλημα.
- Εστιάστε και παραμείνετε εστιασμένοι στο πρόβλημα.

Η καλή επικοινωνία είναι το κλειδί

Η καλή επικοινωνία είναι το κλειδί για μια επιτυχημένη σχέση εκπαιδευτικού-γονέα. Θα ήταν σπουδαίο οι μελλοντικοί εκπαιδευτικοί ήδη από το πανεπιστήμιο να μαθαίνουν πώς να αναπτύξουν καλές επικοινωνιακές δεξιότητες. Υπάρχουν τρεις βασικές δεξιότητες για καλή επικοινωνία.

Η δεξιότητα της ενεργητικής ακρόασης

- Επιτρέψτε στον γονιό να μιλήσει χωρίς διακοπές.
- Επικεντρωθείτε σε αυτά που λέει ο γονέας και προσπαθήστε να κατανοήσετε τα συναισθήματά του καθώς μιλάει.
- Δώστε προσοχή στις λεκτικές και μη λεκτικές ενδείξεις.
- Αξιοποιήστε την κατάλληλη γλώσσα του σώματος προκειμένου να δείξετε την προσοχή σας.
- Επιτρέψτε διαλείμματα ή σιωπή.

Περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να βρείτε εδώ:

- <https://www.skillsyouneed.com/ips/active-listening.html>

- <https://www.ccl.org/articles/leading-effectively-articles/coaching-others-use-active-listening-skills/#:~:text=Active%20listening%20requires%20you%20to,actively%20engaged%20in%20the%20conversation.>

- <https://www.thebalancecareers.com/active-listening-skills-with-examples-2059684>

- <https://www.youtube.com/watch?V=rzsvh8ywzeq>

- <https://www.youtube.com/watch?V=7wucyjixdq>

- <https://www.youtube.com/watch?V=-bdbizcnbxg>

Δεξιότητες διατύπωσης ερωτήσεων

- Χρησιμοποιήστε ανοικτού τύπου ερωτήσεις όσο πιο συχνά γίνεται, ειδικά στο ξεκίνημα της συζήτησης.
- Χρησιμοποιήστε επιμέρους ερωτήσεις για να διευκρινίσετε μια δήλωση ή για να ελέγξετε την ακρίβειά της και να βοηθήσετε τον γονέα να αναπτύξει αυτό για το οποίο μιλάει.
- Αξιοποιήστε κλειστού τύπου ερωτήσεις για να πάρετε συγκεκριμένες πληροφορίες.
- Αποφύγετε καθοδηγητικές ερωτήσεις.
- Αποφύγετε την ταυτόχρονη υποβολή πολλαπλών ερωτήσεων. Μπερδεύει.
- Δώστε χρόνο αρκετό στον γονιό για να απαντήσει την ερώτησή σας.
- Θέστε την ερώτηση με διαφορετικό τρόπο, με πιο απλή γλώσσα, αν η απάντηση δεν είναι ξεκάθαρη ή αν σας φαίνεται ότι ο γονιός δεν κατάλαβε την ερώτηση.



Περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να βρείτε εδώ:

- <https://www.skillsyouneed.com/ips/questioning.html>
- https://www.mindtools.com/pages/article/newtmc_88.htm
- <https://www.marketing91.com/questioning-skills/>
- <https://www.youtube.com/watch?V=imfu12epyci>
- <https://www.youtube.com/watch?V=tzsp0qluewy>
- https://www.youtube.com/watch?V=1do0do_wme

Δεξιότητες μη λεκτικής επικοινωνίας

Η μη λεκτική επικοινωνία ονομάζεται και γλώσσα του σώματος επειδή επικοινωνείται μέσω διαφόρων κινήσεων του σώματος. Μη λεκτική επικοινωνία είναι κάθε μορφή επικοινωνίας πληροφοριών ή μετάδοσης μηνυμάτων από ένα πρόσωπο σε ένα άλλο χωρίς τη χρήση λέξεων. Μπορεί να περιλαμβάνει οτιδήποτε, από χειρονομίες μέχρι τη φυσική εμφάνιση και τη γλώσσα του σώματος. Η γλώσσα του σώματος είναι μια μορφή μη λεκτικής επικοινωνίας που περιλαμβάνει τις εκφράσεις του προσώπου, τις χειρονομίες, τη στάση του σώματος, τις κινήσεις των ματιών, το σωματικό άγγιγμα και άλλα σήματα που στέλνουμε με το σώμα μας.

Προκειμένου να κατανοούμε τη μη λεκτική επικοινωνία πρέπει να:

- Μάθετε να διακρίνετε τη θετική από την αρνητική γλώσσα του σώματος. Όταν το σώμα κάποιου είναι σφιγμένο, πρόκειται για μια συνηθισμένη «αρνητική» γλώσσα του σώματος, η οποία μπορεί να συνδέεται με άγχος, δυσφορία ή θυμό. Από την άλλη πλευρά, η «θετική» γλώσσα του σώματος, όπως ένα χαλαρό σώμα όταν χαλαρώνουμε και ξεκουραζόμαστε, μπορεί να υποδηλώνει ευτυχία και αυτοπεποίθηση.
- Δώστε προσοχή στο ύψος της φωνής. Το τυπικό ύψος της φωνής ενός ατόμου μπορεί να αλλάξει ανάλογα με τη διάθεσή του. Για παράδειγμα, όταν ένα άτομο είναι λυπημένο, η φωνή του τείνει να είναι επίπεδη. Αυτό σημαίνει ότι θα μιλήσει σε χαμηλότερη οκτάβα και πιο αργά. Πιο γρήγορες, ευτυχισμένες ή χαρούμενες φωνές τείνουν να υποδηλώνουν ευτυχία.
- Δώστε προσοχή στην αναπνοή. Αν κάποιος είναι θυμωμένος, το πρόσωπό του μπορεί να αρχίσει να κοκκινίζει. Αυτή η αντίδραση προκαλείται γενικά από γρήγορη αναπνοή. Όταν βρίσκεστε σε κατάσταση φυγής ή μάχης, ο εγκέφαλος απελευθερώνει ορμόνες και νευροδιαβιβαστές και η κορτιζόλη θα αρχίσει να τρέχει στις φλέβες μας. Αυτό αυξάνει την αρτηριακή πίεση και τον καρδιακό ρυθμό, καθώς η αναπνοή γίνεται ρηχή και γρήγορη.
- Φαίνεται αστείο, αλλά πρέπει να παρατηρήσετε την καμπυλότητα των δακτύλων κάποιου. Αυτό ακούγεται περίεργο, αλλά όταν τα δάχτυλα κάποιου είναι ελαφρώς καμπυλωμένα προς τις παλάμες του, αυτό προφανώς σημαίνει ότι είναι χαλαρά. Δεν περπατάμε τριγύρω με τα δάχτυλα εντελώς τεντωμένα, αυτό θα έμοιαζε περίεργο. Όταν βλέπετε αυτήν τη φυσική καμπύλη σε κάποιον και δεν υπάρχει καμία ένταση, καταλαβαίνετε ότι κάποιος αισθάνεται καλά.
- Παρατηρήστε την ένταση του χαμόγελού τους. Ωστόσο υπάρχουν διαφορετικοί τύποι χαμόγελων. Σχετικά με τους διαφορετικούς τύπους χαμόγελων μπορείτε να βρείτε πληροφορίες εδώ <https://www.healthline.com/health/types-of-smiles>

Περισσότερα σχετικά με τη μη λεκτική επικοινωνία μπορείτε να βρείτε εδώ:

- <https://www.verywellmind.com/types-of-nonverbal-communication-2795397>
- <https://www.indeed.com/career-advice/career-development/nonverbal-communication-skills>
- <https://www.youtube.com/watch?V=akfatvk5h3y>
- <https://www.youtube.com/watch?V=fjb3mziebnu>



- <https://www.youtube.com/watch?V=akfatvk5h3y>
- <https://www.wgu.edu/heyteach/article/mastering-parent-teacher-meeting-eight-powerful-tips1612.html>
- <https://www.waterford.org/education/two-way-communication-parent-engagement/>
- <https://soeonline.american.edu/blog/parent-teacher-communication>
- <https://hrcak.srce.hr/file/331479> (Croatian)
- <https://www.waldenu.edu/online-bachelors-programs/bs-in-elementary-education/resource/nine-ways-to-improve-parent-teacher-communication>

Βίντεο:

- <https://www.youtube.com/watch?V=p3n9lrioxdc>
- <https://www.youtube.com/watch?V=ltkohxe4Inc>
- <https://www.youtube.com/watch?V=9c71hfantka>
- https://www.youtube.com/watch?V=ucwc9-z-f_A



Βιβλιογραφία

- Allen, D. W. 1967. *Microteaching. A description*. San Francisco: Stanford University Press
- Antoniou, Alexander-Stamatios, Fotini Polychroni in A. N. Vlachakis. 2006. Gender and age differences in occupational stress and professional burnout between primary and high-school teachers in Greece. *Journal of Managerial Psychology* 21, nr. 7:682–690.
- Aversano, N., Di Carlo, F., Sannino, G., Tartaglia Polcini, P., & Lombardi, R. 2020. Corporate social responsibility, stakeholder engagement, and universities: New evidence from the Italian scenario. *Corporate Social Responsibility and Environmental Management*, 27(4), 1892-1899.
- Azman, N. 2012. Choosing teaching as a career: Perspectives of male and female Malaysian student teachers in training. *European Journal of Teacher Education*, 36(1), 113-130.
- Barnett, B. G., Matthews, R. J., & O'Mahony, G. R. 2004. *Reflective practice: The cornerstone for school improvement*. Hawker Brownlow Education.
- Bergland, Cristopher. 2021. Cortisol: Why the "Stress Hormone" Is Public Enemy No. 1. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-athletes-way/201301/cortisol-why-the-stress-hormone-is-public-enemy-no-1> (15. 11. 2021).
- Bruinsma, M., & Jansen, E. P. 2010. Is the motivation to become a teacher related to pre-service teachers' intentions to remain in the profession?. *European journal of teacher education*, 33(2), 185-200.
- CHAMPS, A Proactive & Positive Approach to Classroom Management, 2009 Pacific Northwest Publishing
- Chan, David W. 2003. Hardiness and its role in the stress–burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education* 19, št. 4:381–395.
- Chang-Mei. 2009. An Appraisal Perspective of Teacher Burnout: Examining the Emotional Work of Teachers. *Educational Psychology Review* 21, 193–218.
- Chung, I. F., & Yi-Cheng, H. 2012. Still seeking for an "Iron Bowl"? Pre-service teachers' journeys of career choice in Taiwan. *Asia-Pacific Education Researcher (De La Salle University Manila)*, 21(2), 315- 324.
- Cohen, Y., & Kedar, S. 2011. Teacher–student relationships: Two case studies. In *The Oxford handbook of cuneiform culture*.
- Cross, M., & Ndofirepi, E. 2015. On becoming and remaining a teacher: Rethinking strategies for developing teacher professional identity in South Africa. *Research Papers in Education*, 30(1), 95-113.
- Davidson Richard J., Jon Kabat-Zinn, Jessica Schumacher, Melissa Rosenkranz, Daniel Muller, Saki F. Santorelli, Ferris Urbanowski, Anne Harrington, Katherine Bonus in John F. Sheriden. 2003. Alterations in Brain and Immune Function Product by Mindfulness Meditation. *Psychosomatic Medicine* 65, št. 4:564–570.
- Davidson, Richard J. In Antonie Lutz. 2008. *Buddhas Brain: Neuroplasticity and Meditation*. *IEEE Signal Processing Magazine* 25, št. 1:176–184.
- Department of Education and Training, *A Teacher's Guide to Effective Mentoring*, State of Victoria, 2014



https://education.nt.gov.au/__data/assets/pdf_file/0011/427583/2017_teachers_guide_to_effective_mentoring.pdf

Dormann, Christian in Dieter Zapf. 2004. Customer-Related Social Stressors and Burnout. *Journal of Occupational Health Psychology* 9, št. 1:61–82.

Eileen Mooney Cambria, “A Study of the Qualities of Effective Mentor Teachers”, Seton Hall University, (2006) <https://core.ac.uk/download/pdf/151532214.pdf>

Elkin, Allen. 2013. *Stress Management For Dummies*. Hoboken: Wiley.

Epel, Elissa, Jennifer Daubenmier, Judith M. Moskowitz, Susan Folkmann in Elizabeth Blackburn. 2009. Can Meditation Slow Rate of Cellular Aging? Cognitive Stress, Mindfulness, and Telomeres. *Annals of the New York Academy of Science* 1172, št. 1:34–53.

Fink, D.L. 2003. *A Self-Directed Guide to Designing Courses for Significant Learning*.
Fiorilli, C., P. Gabola, A. Pepe, N. Meylan, D. Curchod-Ruedi, O. Albanese in A. A. Doudin. 2015. The effect of teachers' emotional intensity and social support on burnout syndrome. A comparison between Italy and Switzerland. *European Review of Applied Psychology* 65, št. 6:275–283.

Flett, Gordon L., Paul L. Hewitt in C. Jahyne Hallett. 1995. Perfectionism and Job Stress in Teachers. *Canadian Journal of School Psychology* 11, št. 1:32–42.

Flores, M. A., & Niklasson, L. 2014. Why do student teachers enrol for a teaching degree? A study of teacher recruitment in Portugal and Sweden. *Journal of Education for Teaching*, 40(4), 328-343.

Freixa, M. 2017. Professorat novell: competències docents a l'inici de l'exercici professional [New teachers: teaching competencies at the beginning of the professional practice]. Agència per a la Qualitat del Sistema Universitari de Catalunya.

Friedman, Iscaac A. 2000. Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance. *Journal of Organizational Behavior* 10, št. 2:179–188.

Gayle Furlow, “How to be an exceptional mentor teacher”, *teacherready*, June 28, 2019
<https://www.teacherready.org/exceptional-mentor-teachers/>

Gilchrist, Lauren. 2019. “Teaching our Teachers: The Value of Teacher Mentorship”, *Skyward*,
<https://www.skyward.com/discover/blog/skyward-blogs/skyward-executive-blog/september-2019/teaching-our-teachers-the-value-of-teacher-mentors>

Gonser, Sarah. 2022 “The Qualities of Exceptional Mentor Teachers”, *Edutopia*,
<https://www.edutopia.org/article/qualities-exceptional-mentor-teachers>

Gore, J., Holmes, K., Smith, M., & Fray, L. 2015. Investigating the factors that influence the choice of teaching as a first career. A Report commissioned by the Queensland College of Teachers. Australia: University of Newcastle.

Hölzel, Britta K., James Carmody, Mark Vangel, Christina Congleton, Sitta M. Yerramsetti, Tim Gard in Sara W. Lazar. 2011. Mindfulness practice leads to increases in regional brain gray matter density. *Psychiatry Research: Neuroimaging* 191, št. 1:36–43.

Horneffer, P. 2020. *Implementing a Flipped Classroom in Medical Education*.

Ingersoll, R. M., Merrill, E., Stuckey, D. I Collins, G. 2018. Seven trends: The transformation of the teaching force. Consortium for Policy Research in Education, University of Pennsylvania.

Isidori, E. 2003. *La formazione degli insegnanti principianti. Problemi e strategie*. Perugia: Morlacchi Editore



- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. 2009. The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525
- Johari, J., Yean Tan, F. And Tjik Zulkarnain, Z.I. 2018. "Autonomy, workload, work-life balance and job performance among teachers", *International Journal of Educational Management*, Vol. 32 No. 1, pp. 107-120. <https://doi.org/10.1108/IJEM-10-2016-0226>
- Jugović, I., Marušić, I., Pavin Ivanec, T., & Vizek Vidović, V. 2012. Motivation and personality of preservice teachers in Croatia. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 40(3), 271-287.
- Jungert, T., Alm, F., & Thornberg, R. 2014. Motives for becoming a teacher and their relations to academic engagement and dropout among student teachers. *Journal of Education for Teaching*, 40(2), 173- 185.
- Kabat-Zinn, John, Ann O. Massion, Jean Kristelle, Linda Gay Peterson, Kenneth E. Fletcher, Lori Pbert, William R. Lenderking in Saki F. Santrorelli. 1992. Effectiveness of a meditation-based stress reduction program in the treatment of anxiety disorders. *The American Journal of Psychiatry* 149, št. 7:936–943.
- Kinman, Gail, Siobhan Wray in Calista Strange. Emotional labour, burnout and job satisfaction in UK teachers: the role of workplace social support. *Educational Psychology* 31, št. 7:843–856.
- Klassen, R. M., Al-Dhafri, S., Hannok, W., & Betts, S. M. 2011. Investigating pre-service teacher motivation across cultures using the Teachers' Ten Statements Test. *Teaching and Teacher Education*, 27(3), 579-588.
- König, J., & Rothland, M. 2012. Motivations for choosing teaching as a career: Effects on general pedagogical knowledge during initial teacher education. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 40(3), 289-315.
- Koopsen Cyndie in Caroline Young. 2009. *Integrative Health: a holistic approach for health professionals*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett.
- Korthagen Fred, A. J. In Angelo Vasalos. 2010. *Going to the Core: Deepening Reflection by Connecting the Person to the Profession*. V: *Handbook of reflection and reflective inquiry*, 529–552. Ur. Nona Lyons. New York: Springer.
- Križaj, Robert. 2019. *Čuječnost. Trening za obvladovanje stresa in polno prisotnost v življenju*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Kyriacou, C., & Coulthard, M. 2000. Undergraduates' views of teaching as a career choice. *Journal of education for Teaching*, 26(2), 117-126.
- Kyriacou, C., & Kobori, M. 1998. Motivation to learn and teach English in Slovenia. *Educational studies*, 24(3), 345-351.
- Kyriacou, C., Hultgren, Å., & Stephens, P. 1999. Student teachers' motivation to become a secondary school teacher in England and Norway. *Teacher Development*, 3(3), 373-381.
- Lai, K. C., Chan, K. W., Ko, K. W., & So, K. S. 2005. Teaching as a career: A perspective from Hong Kong senior secondary students. *Journal of Education for Teaching*, 31(3), 153-168.
- Leddy, Susan Kum. 2006. *Integrative health promotion: conceptual bases for nursing practice*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett.
- Levy, David. M., Jacob O. Wobbrock, Alfred W. Kaszniak in Marilyn Ostergen. 2021. Initial results from a study of the effects of meditation on multitasking performance, *Proceeding of the 2011 annual*



conference extended abstracts on Human factors in computing systems – CHI EA 11, <https://doi.org/10.1145/1979742.1979862> (15. 11. 2021).

Lovett, S. 2007. "Teachers of promise": Is teaching their first career choice. *New Zealand Annual Review of Education*, 16, 29-53.

Manuel, J., & Hughes, J. 2006. 'It has always been my dream': Exploring pre-service teachers' motivations for choosing to teach. *Teacher Development*, 10(1), 5-24.

Marín, A., Martín, M i Riera, J. 2019. Reptes de l'educació a Catalunya. Anuari 2018. De la formació inicial a la professió docent: la inducció a la docència [Challenges of education in Catalonia. Yearbook 2018. From the initial training of the teaching profession: induction into teaching]. Fundació Jaume Bofill i Bonallegtra Alcompàs.

Maslach, Christina, Wilmar B. Schaufeli in Michael P. Leiter. 2001. Job burnout. *Annual Review of Psychology* 52, 397–422.

Mccormick, M. P., & O'Connor, E. E. 2014. Teacher-child relationship quality and academic achievement in elementary school: Does gender matter? *Journal of Educational Psychology*. Advanced online publication.

Mcgonigal, Kelly. 2015. *The Upside of Stress. Why Stress Is Good for You, and How to Get Good at It*. London: Ebury Publishing.

Mckenzie, P., Santiago, P., Sliwka, P., & Hiroyuki, H. 2005. *Teachers matter: Attracting, developing and retaining effective teachers*. Paris, France: OECD.

Mckenzie, P., Weldon, P. R., Rowley, G., Murphy, M., & mcmillan, J. 2014. *Staff in Australia's Schools 2013: Main report on the survey*. Retrieved from http://research.acer.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?Article=1021&context=tll_misc
Mentoring Guide: a guide for mentors. 2003. Center for Health Leadership & Practice, Public Health Institute, for the State Health Directors Executive Mentoring and Consultation Program of the State Health Leadership Initiative (SHLI).

Middleton, Kate. 2009. *Stress. How to de-Stress Without Doing Less*. Oxford: Lion Hudson.

Mojsa-Kaja, Justyna, Kristana Golonka in Tadeusz Marek. 2015. Job burnout and engagement among teachers : worklife areas and personality traits as predictors of relationships with work. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health* 28, št. 1:102–119.

Müller, K., Alliata, R., & Benninghoff, F. 2009. Attracting and retaining teachers: A question of motivation. *Educational Management Administration & Leadership*, 37(5), 574-599.

Nesje, K., Brandmo, C., & Berger, J. L. 2018. Motivation to become a teacher: A Norwegian validation of the factors influencing teaching choice scale. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 62(6), 813-831.

OECD. 2018. *Education Policy Outlook 2018: Putting Student Learning at the Centre*. OECD Publishing.

OECD. 2018. *Effective Teacher Policies: Insights from PISA*. OECD Publishing.

Olsen, B. 2008. How reasons for entry into the profession illuminate teacher identity development. *Teacher Education Quarterly*, 23-40.

Pace, Thaddeus W. W., Lobsang Tezin Negi, Daniel D. Adame, Steven P. Cole, Teresa I. Sivill, Thimoty D. Brown, Michael J. Issa in Charles L. Raison. 2009. Effect of compassion meditation on



neuroendocrine, innate immune and behavioral responses to psychosocial stress. *Psychoneuroendocrinology* 34, št. 1:87–98.

Pedersen, Traci. 2021. Meditation's Effects on Emotion Shown to Persist, <https://psychcentral.com/news/2013/06/23/meditations-effects-on-emotion-shown-to-persist#1> (15. 11. 2021).

Pedone, F., & Ferrara, G. 2014. La formazione iniziale degli insegnanti attraverso la pratica del microteaching. *Italian Journal of Educational Research*, (13), 85-98.

Perry, M., Corpuz, G. M., Higbee, B., Jaffe, C., & Kanga, D. 2019. Promising Practices in Local Stakeholder Engagement in School Governance. *Policy Analysis for California Education, PACE*.

Pianta, R. 2001. Student–Teacher Relationship Scale–Short Form. Lutz, FL: Psychological Assessment Resources, Inc

Pšeničny, Andreja. 2008. Prepoznavanje in preprečevanje izgorelosti. *Didakta*. Spletni vir: https://www.burnout.si/uploads/clanki/izgorelost%20poljudni/08_11didaktaizgorelost.pdf (pridobljeno 28. 5. 2022).

Raymond, Larissa, Jill Flack & Peter Burrows. 2016. "A Reflective Guide to Mentoring and being a teacher-mentor", Early Childhood & School Education Group, Department of Education and Training (DET), Victoria, <https://www.education.vic.gov.au/Documents/school/teachers/profdev/Reflectiveguidetomentoringschools.pdf>

Richardson, P. W., & Watt, H. M. 2006. Who chooses teaching and why? Profiling characteristics and motivations across three Australian universities. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 34(1), 27-56.

Rimm-Kaufman, S. 2015. Improving students' relationships with teachers. *American Psychological Association*. <https://www.apa.org/education-career/k12/relationships>

Roness, D. 2011. Still motivated? The motivation for teaching during the second year in the profession. *Teaching and Teacher Education*, 27(3), 628-638.

Roness, D., & Smith, K. 2010. Stability in motivation during teacher education. *Journal of Education for Teaching*, 36(2), 169-185.

Schaufeli, Wilmar B. In Dirk Enzmann. 1998. *The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis*. Philadelphia, PA: Taylor and Francis, Ltd.

Spector, N. 2017. This is your brain on prayer and meditation. <https://www.nbcnews.com/better/health/your-brain-prayer-meditation-ncna812376> (13. 11. 2021).

Spittle, M., Jackson, K., & Casey, M. 2009. Applying self-determination theory to understand the motivation for becoming a physical education teacher. *Teaching and Teacher Education*, 25(1), 190-197.

Struyven, K., Jacobs, K., & Dochy, F. 2013. Why do they want to teach? The multiple reasons of different groups of students for undertaking teacher education. *European Journal of Psychology of Education*, 28(3), 1007-1022.

Sugai & Colvin. 2004. *Self-Assessment of Classroom Management*. Adapted by Sandy Washburn

Talbert, R. 2021. *Flipped Learning Can Be a Key to Transforming Teaching and Learning Post-Pandemic*. Edsurge.



- Vieten, Cassandra. 2011. Mindfulness for Moms: The Basics.
<https://www.psychologytoday.com/us/blog/consciousness-matters/201105/mindfulness-moms-the-basics> (15. 11. 2021).
- Walker, Matthew. 2017. Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams. New York: Scribner.
- Washburn, Sandy. 2010. Center on Education and Lifelong Learning, Classroom Management Self-Assessment.
- Watson, David in Brock Hubbard. 1996. Adaptational Style and Dispositional Structure: Coping in the Context of the Five-Factor Model. *Journal of Personality* 64, št. 4:737–774.
- Watt, H. M. G., Richardson, P. W., Klusmann, U., Kunter, M., Beyer, B., Trautwein, U., & Baumert, J. 2012. Motivations for choosing teaching as a career: An international comparison using the FIT-Choice scale. *Teaching and Teacher Education*, 28(6), 791-805. Doi:10.1016/j.tate.2012.03.003
- Watt, H. M., & Richardson, P. W. 2007. Motivational factors influencing teaching as a career choice: Development and validation of the FIT-Choice scale. *The Journal of experimental education*, 75(3), 167-202.
- Watt, H. M., & Richardson, P. W. 2012. An introduction to teaching motivations in different countries: Comparisons using the FIT-Choice scale. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 40(3), 185-197.
- Xia, Lulu, Hongyi Kang, Qiwu Xu, Michael J. Chen, Yonghong Liao, Meenakshisundaram Thiyagarajan, John O'Donnell, Daniel J. Christensen, Charles Nicholson, Jeffrey Iliff, Takahiro Takano, Rashid Deane in Maiken. Nedergaar. 2014. Sleep drives metabolite clearance from the adult brain. *Science* 342, št. 6156:373–377.
- Yüce, K., Şahin, E., Koçer, Ö., & Kana, F. 2013. Motivations for choosing teaching as a career: A perspective of pre-service teachers from a Turkish context. *Asia Pacific Education Review*, 14(3), 295-306.

All electronic references retrieved in October 2022.

INOVA+

INOVA + Innovation Services SA



Ministry of Education and
Science of Portugal



REPUBLIC OF SLOVENIA
MINISTRY OF EDUCATION

Ministry of Education, Republic of
Slovenia



Institutouto Ekpedeftikis Politikis (Insti-
tute of Educational Policy)



Casa do Professor



Institute of Education of the
University of Lisbon



Univerza v Ljubljani

University of Ljubljana



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ
UNIVERSITY of the PELOPONNESE

University of Peloponnese



IDEC SA



UNIVERSITAT DE VIC
UNIVERSITAT CENTRAL
DE CATALUNYA

Fundación Universitaria Balmes



Association Petit Philosophy



UNIVERSITÀ
LUM
Jean Monnet

Libera Università del
Mediterraneo Jean Monnet

LOOP

EMPOWERING TEACHERS PERSONAL, PROFESSIONAL AND SOCIAL

CONTINUOUS DEVELOPMENT THROUGH INNOVATIVE PEER - INDUCTION PROGRAMMES

<https://empowering-teachers.eu/>