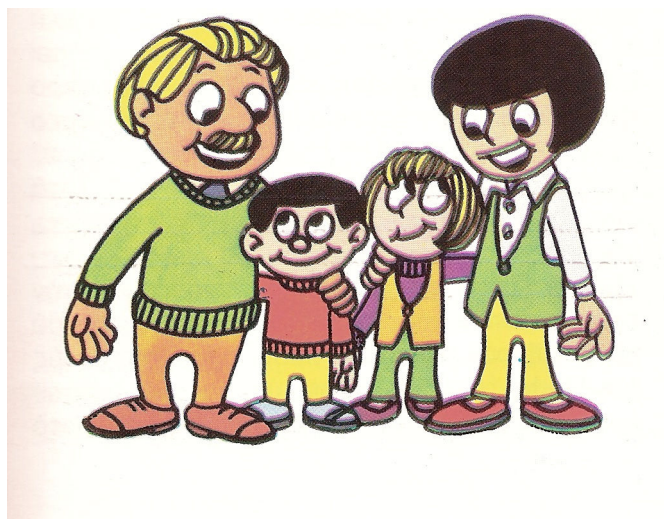


Τα «ΝΑΙ» και τα «ΌΧΙ» στην διαπαιδαγώγηση των παιδιών



- Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός
- Ρεϊζοπούλου Ιωάννα, Ψυχολόγος

«Διακαής πόθος κάθε γονέα για το παιδί του είναι να είναι υγιές όχι μόνο σωματικά αλλά και ψυχικά.

Ευχόμαστε τα παιδιά μας να ζήσουν μια ζωή γεμάτη αγάπη, φιλία και επιτυχίες.

Επιθυμούμε, όχι μόνο να νιώθουν ευγνωμοσύνη για ό,τι τους προσφέρουμε, αλλά και υπερηφάνεια για ό,τι έχουν κατορθώσει τα ίδια μόνα τους, χωρίς τη βοήθειά μας.

Τα θέλουμε να μεγαλώσουν με αυτοπεποίθηση για το μέλλον και αγάπη για την περιπέτεια, ικανά να ξεχωρίζουν το δίκαιο και θαρραλέα ώστε να παλεύουν γι' αυτό.

Τα θέλουμε να αντέχουν και να μπορούν να αντιμετωπίζουν τις αντιξοότητες και τις αποτυχίες που αναπόφευκτα φέρνει μαζί της η ενήλικη ζωή.

Η πιο ενδόμυχη ελπίδα μας είναι ότι η ζωή τους θα είναι ποιοτικότερη από τη δική μας και η μεγαλύτερη ευχή που κάνουμε γι' αυτά είναι να έχουν περισσότερα προτερήματα και λιγότερα ελαττώματα από εμάς».

Seligman, M.E.P. (1995): The Optimistic Child. Boston Mass.Q
Houghton Migglin



Αναφερόμαστε στον γονεϊκό ρόλο, καθώς πολλά ερευνητικά δεδομένα καταδεικνύουν ότι ο ασφαλής δεσμός με έναν τουλάχιστον γονέα, αποτελεί προστατευτικό παράγοντα για τη μετέπειτα ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού. Γι αυτό το λόγο οι γονείς θεωρούνται οι *Σημαντικοί Άλλοι* στην ζωή των παιδιών τους και στη σημερινή ομιλία θα μας απασχολήσει το γονεϊκό στυλ και τί επίδραση έχει το καθένα από αυτά στη εξέλιξη των παιδιών.

Ο Berry Brazelton (2007) αναφέρεται στην σπουδαιότητα της πειθαρχίας σημειώνοντας: « Η πειθαρχία είναι το δεύτερο σημαντικότερο πράγμα μετά την αγάπη», που μπορούν να προσφέρουν οι γονείς στα παιδιά τους.

Παρομοίως, ο ψυχίατρος Ν. Σιδέρης αναφέρει για την τέχνη του γονιού, αυτό που ο γονιός μπορεί να προσφέρει στα παιδιά του είναι: *Αγάπη και Κανόνες (όρια)*.

Και τί είναι αυτό που περιμένει ένα παιδί από τους γονείς του, όπως αναφέρεται στην Επιστολή για τα Δικαιώματα των Παιδιών (2009):

☞ *Ανατροφή* : Οι γονείς πρέπει να ανταποκρίνονται στην ανάγκη των παιδιών για αγάπη και ασφάλεια.

☞ *Όρια και καθοδήγηση*. Αυτό αφορά το να τίθενται και να ακολουθούνται κανόνες κατάλληλης συμπεριφοράς, καθορίζοντας τι είναι ανάρμοστη συμπεριφορά και παρέχοντας πρότυπα για τα παιδιά. Τα παιδιά χρειάζονται όρια και καθοδήγηση για την ασφάλειά τους και την ανάπτυξη των δικών τους αξιών.

☞ *Αναγνώριση*. Τα παιδιά έχουν ανάγκη να τα βλέπουν, να τα ακούν και να τα εκτιμούν ως άτομα οι άλλοι. Οι γονείς πρέπει να δείχνουν ενδιαφέρον στις

καθημερινές εμπειρίες των παιδιών τους, να τα ακούν και να προσπαθούν να καταλάβουν τις απόψεις τους.

☞ **Ενδυνάμωση:** Αυτό σημαίνει να τονίζεται η αίσθηση της ικανότητας των παιδιών, του προσωπικού ελέγχου και της δεξιότητας να επηρεάζουν τις απόψεις και τις συμπεριφορές των άλλων.

Ο Σιδέρης αναφέρει την **έντεχνη αγάπη**. Αυτή η έντεχνη αγάπη σημαίνει την σταθερή παρουσία των γονιών στην ζωή του παιδιού τους που μαζί με την αποδοχή (απόλυτη υπαρξιακή κατάφαση), καταφέρνει καθημερινά να δείξει στο παιδί ότι ήθελαν να το φέρουν στον κόσμο. Με διάφορες πράξεις κι ενέργειες αποδεικνύει καθημερινά ότι η αγάπη του για αυτό είναι χωρίς προϋποθέσεις, πρόκειται για αγάπη αδιαπραγμάτευτη. Το τρίτο στοιχείο που εμπεριέχεται στην έντεχνη αγάπη είναι η άφοβη καθοδήγηση που καλείται ο γονιός να προσφέρει στο παιδί του, δηλαδή να μπορεί να λέει, «**OXI**» και «**MH**», χωρίς να ταλαντεύεται. Είναι χρέος του γονιού να διδάξει στο παιδί του τους κανόνες του κόσμου. Τα Μη και τα OXI των γονέων είναι απαραίτητα συστατικά της μαθητείας της ζωής.

Η οριοθέτηση των παιδιών είναι απαραίτητη καθώς δίνει στο παιδί ένα αίσθημα **σταθερότητας, ασφάλειας και εμπιστοσύνης**. Ο γονιός είναι αυτός που πρέπει να διδάξει στα παιδιά τα «όχι» και τα «μη», στην προσπάθεια κοινωνικοποίησης του παιδιού του. Ο γονιός είναι αντιμέτωπος με την αιώνια διαμάχη ανάμεσα στο «εγώ το θέλω τώρα!» και στην αναστολή των επιθυμιών του παιδιού. Η αναστολή των επιθυμιών του παιδιού είναι μια διαρκής διαδικασία ωρίμανσης και μάθησης. Ο γονιός είναι αυτός που θα πει όχι, χωρίς να φοβάται και να ταλαντεύεται. Διαφορετικά το παιδί νιώθει το φόβο του γονιού και αρχίζει και το ίδιο να φοβάται ή να ακροβατεί σε ένα σκοινί, θέλοντας κάθε φορά να το τεντώσει ακόμη παραπέρα.

Τα παιδιά επιζητούν τα όρια και τους κανόνες. Τα έχουν ανάγκη. Τους αρέσει η σαφήνεια, καθώς τα όρια χαρίζουν προστασία. Θεμελιώνουν ένα **«Τα «NAI» & τα «OXI» στην Διαπαιδαγώγηση των Παιδιών»**, Ρεϊζοπούλου 4 Ιωάννα, Ψυχολόγος & Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός. Θεσσαλονίκη, 24/6/11

<http://www.focusonchild.gr>:Με επίκεντρο το παιδί και τις ανάγκες του!

ασφαλές σύστημα δεσμών, στο οποίο μπορούν να ενταχθούν και να αισθανθούν καλά. Συγχρόνως, τα συνδράμουν στην ανίχνευση και κατάκτηση του χώρου ελευθερίας τους μέχρι... το τέρμα του. Η τριβή και η σύγκρουση με τα όρια που έχουν θεσπιστεί, σημαίνει για ένα παιδί να αναγνωρίζει και τα δικά του όρια (των δυνατοτήτων του), έτσι ώστε από το « δεν τα καταφέρνω ακόμη» να περάσει, με τη βοήθεια των γονιών του, στο «το κατάφερα κι αυτό». Η τριβή και η σύγκρουση με τα όρια μπορεί να κινητοποιήσει τα παιδιά να αξιολογήσουν και να πειραματιστούν με το καινούργιο.

Τα παιδιά παίζουν με τα όρια, για να ελέγξουν τις δυνάμεις τους, να φλερτάρουν με τον κίνδυνο, να νιώσουν και να νικήσουν τους φόβους τους.

Όσο τα όρια παρέχουν ασφάλεια, άλλο τόσο η έλλειψη ορίων τη στερεί. Η ανασφάλεια των παιδιών γεννιέται κι από την ασυνέπεια αλλά και τις αλλαγές, κάθε τόσο, των μεθόδων ανατροφής τους: η πίεση και η υποχωρητικότητα, η υπέρμετρη ανοχή και η υπερβολική αυταρχικότητα- όλα αυτά, καθώς εκδηλώνονται- από τους ενήλικες- άναρχα κι ανακατεμένα, αναστέλλουν τη φυσιολογική ολοκλήρωση των παιδιών, γιατί , κυριολεκτικά, « χάνουν το μπούσουλα».

Συνέπεια στα όρια σημαίνει να αποδίδουμε στα παιδιά την **προσοχή** που τους αξίζει, να τα αναγνωρίζουμε σ'αυτούς σαν συνανθρώπους μας και να τα ενθαρρύνουμε στις αναζητήσεις τους. Αυτή η συνέπεια εδραιώνει την αμοιβαία προσοχή μεταξύ γονέα και παιδιού. Όπως αναφέρει χαρακτηριστικά ο ψυχίατρος και παιδοψυχολόγος Ρούντολφ Ντραϊκορς, « Καθένας έχει το δικαίωμα να το προσέξουν σ' αυτό που κάνει». Προσοχή και σημασία στα παιδιά συνεπάγεται και προσοχή εκ μέρους των παιδιών προς τους γονείς του. Κατά επέκταση, ο σεβασμός της αξιοπρέπειας των παιδιών, τα κάνει να σέβονται κι εκείνα την αξιοπρέπεια των γονιών τους. Θεμελιώνεται έτσι μια αμοιβαία δέσμευση.

Ο Baumrind (1991), αναφερόμενος στην ψυχική ανθεκτικότητα, κατηγοριοποιεί τα γονεϊκά στυλ, ως προς δυο άξονες: τον βαθμό συμμετοχής/ εμπλοκής (Involvement) του γονέα και τον βαθμό προσδοκιών/ απαιτήσεων (demandingness) που θέτει προς το παιδί.

Γονείς που εμπλέκονται είναι οι γονείς που δείχνουν ενεργό ενδιαφέρον στα παιδιά τους, ανταποκρίνονται στις ανάγκες τους, και γενικά αναμειγνύονται στενά στις ζωές των παιδιών τους.

Γονείς που δεν εμπλέκονται, από την άλλη μεριά, είναι σχετικά απόμακροι και δεν ανταποκρίνονται στα παιδιά και γενικά δείχνουν λιγότερο ενδιαφέρον για τις ζωές των παιδιών τους.

Απαιτητικοί γονείς έχουν υψηλές προσδοκίες για τα παιδιά τους σε σχέση με τη συμπεριφορά τους και την υπευθυνότητα, είναι σταθεροί και θέτουν ξεκάθαρα όρια.

Μη απαιτητικοί γονείς έχουν σχετικά μειωμένες προσδοκίες για συγκεκριμένα πρότυπα συμπεριφοράς, επιτρέπουν στα παιδιά τους περισσότερη ελευθερία να κάνουν ό,τι επιθυμούν, και επιβάλλουν λιγότερα όρια. Αυτές οι δυο διαστάσεις ορίζουν τέσσερα διαφορετικά γονεϊκά στυλ διαπαιδαγώγησης, όπως ακολουθεί:

Μειωμένη Εμπλοκή + μειωμένες απαιτήσεις= Laissez- faire, γονεϊκό στυλ.

Αυτού του τύπου οι γονείς δεν προσέχουν πάρα πολύ τα παιδιά τους και δεν τους θέτουν ούτε πολλές απαιτήσεις. Στη ακραία της μορφή, μπορεί να φτάσει σε παραμέληση όπου τα παιδιά φροντίζουν μόνα τους τον εαυτό τους.

Μειωμένη Εμπλοκή + υψηλές απαιτήσεις= αυταρχικό γονεϊκό στυλ. Αυτοί οι

γονείς δεν βρίσκονται κοντά στα παιδιά τους ωστόσο ζητούν αυστηρή υπακοή. Πτεποίθηση τους « τα παιδιά θα πρέπει να τα βλέπουμε αλλά όχι να ακούγονται»

Αυξημένη Εμπλοκή + μειωμένες απαιτήσεις = επιτρεπτικό γονεϊκό στυλ.

Αυτή η τάση ήταν ιδιαίτερα δημοφιλής στη δεκαετία του 70, σύμφωνα με την «**Τα «ΝΑΙ» & τα «ΟΧΙ» στην Διαπαιδαγώγηση των Παιδιών**», Ρεϊζοπούλου 6 Ιωάννα, Ψυχολόγος & Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός. Θεσσαλονίκη , 24/6/11

<http://www.focusonchild.gr>:Με επίκεντρο το παιδί και τις ανάγκες του!

οποία δίδεται μεγάλη ελευθερία στα παιδιά να δρουν όπως επιθυμούν, όπου οι γονείς βρίσκονται κοντά και προσηλωμένοι. Στην ακραία της μορφή, αυτό το στυλ διαπαιδαγώγησης, κάνει τα χατίρια των παιδιών, τα κακομαθαίνει, χωρίς να εφαρμόζει πειθαρχία.

Υψηλή Εμπλοκή + υψηλές απαιτήσεις = γονεϊκό στυλ με κύρος και επισημότητα (authoritarian) Οι γονείς αυτοί ενδιαφέρονται, ανταποκρίνονται κι νοιάζονται για τα παιδιά τους, ωστόσο έχουν υψηλές προσδοκίες όσον αφορά την συμπεριφορά των παιδιών τους, επιβάλλουν όρια και περιμένουν από τα παιδιά τους να αναλαμβάνουν στοιχειώδεις υπευθυνότητες, ανάλογα, κάθε φορά, με την ηλικία τους.

Γονεϊκό στυλ με κύρος και επισημότητα έχει καταδειχθεί ως το στυλ με τα καλύτερα αποτελέσματα, σε σχέση με την ψυχική ανθεκτικότητα που έχει δείξει ότι τρεις παράγοντες των προσωπικών σχέσεων, υψηλές προσδοκίες και ευκαιρίες για ενεργή συμμετοχή αποτελούν τους θεμελιώδεις λίθους για την ανάπτυξη της ψυχικής ανθεκτικότητας. Η ζεστασιά, η διάθεση ανταπόκρισης και η συναισθηματική εγγύτητα παρέχουν στα παιδιά το αίσθημα ασφάλειας, εμπιστοσύνης και αυτό-εκτίμησης που επίσης είναι βασικά για την ψυχική ανθεκτικότητα. Υψηλές προσδοκίες και ξεκάθαρα όρια παρέχουν πλαίσιο πειθαρχίας και μια αίσθηση αυτό-αποτελεσματικότητας την οποία χρειάζονται τα παιδιά ώστε να αναπτύξουν ακαδημαϊκές κι άλλες χρήσιμες για τη ζωή τους δεξιότητες.

Στις σελίδες που ακολουθούν θα βρείτε μερικές προτάσεις για την καλύτερη οριοθέτηση των παιδιών με στόχο την ανάπτυξη των κατάλληλων δεξιοτήτων για την υπεύθυνη συμπεριφορά του παιδιού μας αλλά και με στόχο την ωριμότητα και την αρμονική συνύπαρξη όλων των μελών στο σπίτι.

Οι μέθοδοι που προτείνουμε αφορούν παιδιά νηπιακής και πρώτης σχολικής ηλικίας καθώς το παιδί μας μεγαλώνει και μπαίνει στην εφηβεία η

σχέση μαζί του εξελίσσεται και από περισσότερο καθοδηγητική γίνεται περισσότερο υποστηρικτική.



ΘΕΤΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ

Η θετική ενίσχυση βασίζεται στη σκέψη ότι : Όταν οι συνέπειες μιας συμπεριφοράς προσφέρουν ικανοποίηση στο παιδί , ενδέχεται η συμπεριφορά αυτή να ενισχυθεί και να γίνει πιο συχνή. Σ' αυτή την περίπτωση είναι βασικό οι γονείς να εντοπίζουν συστηματικά την θετική συμπεριφορά και να την επιβραβεύουν σε όλες τις περιπτώσεις που εκδηλώνεται.

☛ Πως ενισχύουμε :

Αμέσως μετά την εκδήλωση της επιθυμητής συμπεριφοράς . Οι καθυστερήσεις μπορεί να μειώσουν το αποτέλεσμα. Ενισχύετε την πρόοδο και την βελτίωση και όχι μόνο το τελικό αποτέλεσμα. Να δείξετε σταθερότητα και συνέπεια.

☛ Τι χρησιμοποιούμε για να ενισχύσουμε :

-Χειροπιαστές αμοιβές όπως γλυκά ,δώρα , χατζηλίκι (μικρής υλικής αξίας)

-Κοινωνικές αμοιβές όπως προσοχή, ένα χαμόγελο, ένα χτύπημα στον ώμο, ένα ενθαρρυντικό λόγο.

-Συμβολική πληρωμή : στην περίπτωση αυτή το παιδί κερδίζει ένα αυτοκόλλητο ή χάρτινο αστέρι κάθε φορά που εκδηλώνει μια θετική συμπεριφορά που του έχει ζητηθεί και χάνει ένα για κάθε αρνητική συμπεριφορά που έχει προκαθοριστεί. Μετά από ένα ορισμένο χρονικό διάστημα τα αυτοκόλλητα- αστέρια εξαργυρώνονται σε κάτι που το παιδί επιθυμεί.

-Αυτοενίσχυση ο έπαινος του εαυτού, η αποδοχή και η εσωτερική ευχαρίστηση που απορρέει από την πράξη.

☛ Θετικά στοιχεία της τεχνικής:

«Τα «ΝΑΙ» & τα «ΟΧΙ» στην Διαπαιδαγώγηση των Παιδιών», Ρεϊζοπούλου 8
Ιωάννα, Ψυχολόγος & Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός. Θεσσαλονίκη ,
24/6/11

<http://www.focusonchild.gr>:Με επίκεντρο το παιδί και τις ανάγκες του!

- Το παιδί γνωρίζει και νιώθει πως το φροντίζουν και το ενθαρρύνουν.

Η τεχνική αυτή αποτελεί τη βάση για να μπορέσει να δεχτεί το παιδί πιο ανώδυνα τις απαγορεύσεις και τους περιορισμούς και τους κανόνες που θα του τεθούν .

Τι να προσεχθεί:

- Σε περίπτωση που οι υλικές ενισχύσεις (γλυκά, χρήματα κ.ο.κ.) υπερσχύσουν κατά πολύ των μη υλικών, το παιδί ενδέχεται να περιμένει από τους γονείς του ανταλλάγματα (!) για το καλό που κάνει και έτσι να πάρει εκείνο «τα ηνία στα χέρια του» («Δώσε μου σοκολάτα, για να κλείσω την τηλεόραση!»).
- Οι γονείς δεν θα πρέπει να το παρακάνουν ενισχύοντας θετικά το παιδί τους για όλες του τις θετικές συμπεριφορές, δίχως παράλληλα να του επιτρέπουν να απογοητεύεται ή και να θυμώνει, αν λ.χ. αναστέλλονται κάποιες επιθυμίες του (π.χ. ίσως να πρέπει να περιμένει ένα 5χρονο κορίτσι μέχρι μεθαύριο για να αγοραστεί το αγαπημένο του παιχνίδι, αντί να το έχει αμέσως).

ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ - ΤΙΜΩΡΙΑ

Η αρνητική ενίσχυση βασίζεται στο γεγονός ότι στερούμε από το παιδί ένα προνόμιο λόγω του ότι η προβληματική συμπεριφορά προκαλεί ανησυχία για την ασφάλεια του ή των άλλων , ή λόγω του ότι επαναλαμβάνεται σταθερά και δεν εμφανίζει επιθυμητή συμπεριφορά που μπορεί να επαινεθεί.

Ο γονιός εξηγεί από πριν στο παιδί ποια είναι αυτά τα προνόμια που θα στερηθεί (τηλεόραση, επίσκεψη σε φίλοκ.λ.π) και για ποιο λόγο. Ο γονιός θα πρέπει να καθορίσει συγκεκριμένα ποια συμπεριφορά είναι αυτή που δεν επιτρέπεται και για ποιο λόγο. Καλό είναι να δίνεται εκείνη την στιγμή το παράδειγμα της συμπεριφοράς που είναι επιθυμητή.

☛ Θετικά στοιχεία της τεχνικής:

«**Τα «ΝΑΙ» & τα «ΟΧΙ» στην Διαπαιδαγώγηση των Παιδιών**», Ρεϊζοπούλου 9
Ιωάννα, Ψυχολόγος & Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός. Θεσσαλονίκη ,
24/6/11

<http://www.focusonchild.gr>:Με επίκεντρο το παιδί και τις ανάγκες του!

- Αποφεύγονται οι συγκρουσιακές καταστάσεις και η ένταση (καβγάδες, φωνές κ.τ.λ.).
- Το παιδί καταλαβαίνει την άμεση επίπτωση της συμπεριφοράς του όταν η απομάκρυνση των προνομίων ακολουθεί αμέσως μετά την ανεπιθύμητη συμπεριφορά.
- ☛ Τι να προσεχθεί:
 - Να μην χρησιμοποιείται ως μόνιμη απειλή από την πλευρά των γονιών.
 - Η τεχνική αυτή έχει καλύτερα αποτελέσματα όταν δεν χρησιμοποιείται συχνά.
 - Ανταποκρίνεται με καλύτερο αποτέλεσμα κυρίως σε μεγαλύτερα παιδιά και στην εφηβεία.



ΤΟ ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ - ΔΙΑΚΟΠΗ ("time-out")

Το παιδί οδηγείται σε ένα ήσυχο - βαρετό μέρος μέσα στο σπίτι για να αναλογιστεί πάνω στην μη αποδεκτή συμπεριφορά. Ο χώρος συνιστάται να είναι ασφαλής, χωρίς ερεθίσματα και όχι απομονωμένος. Το παιδί θα πρέπει να ενημερωθεί για το χρονικό διάστημα που θα παραμείνει στη θέση αυτή και οι γονείς μένουν συνεπείς στη δέσμευση.

Προτείνεται να παραμείνει το παιδί στη θέση αυτή για τόσα λεπτά, όσα και η ηλικία του. Π.χ. ένα πεντάχρονο παιδί παραμένει για 5 λεπτά της ώρας. Οι γονείς είναι ξεκάθαροι σχετικά με το πια είναι η συμπεριφορά του παιδιού που το οδηγεί στο διάλειμμα.

☛ Θετικά στοιχεία της τεχνικής:

- Αποφεύγονται οι συγκρουσιακές καταστάσεις και η ένταση.
- Το παιδί καταλαβαίνει την άμεση επίπτωση της συμπεριφοράς του, όταν το διάλειμμα ακολουθεί ακριβώς μετά την εμφάνισή της.

- Η τεχνική συνδέει κάθε φορά/ σταθερά το ερέθισμα (ανεπιθύμητη συμπεριφορά) με την αντίδραση ("timeout").
- Το παιδί κατανοεί πως η συγκεκριμένη συμπεριφορά του είναι αυτή που είναι ανεπιθύμητη και όχι το ίδιο.
- Η τεχνική είναι ιδιαίτερα χρήσιμη στο να διορθώνει συμπεριφορές επιθετικότητας, εκρήξεων θυμού, τσακωμών και νεύρων.
- Μακροπρόθεσμα, συνήθως είναι μία ιδιαίτερα αποτελεσματική τεχνική πειθαρχίας.

☛ Τι να προσεχθεί:

- Δεν ενδείκνυται για παιδιά κάτω των 2 ετών (άλλες πηγές αναφέρουν πως δεν ανταποκρίνεται σε παιδιά κάτω των 18 μηνών) και άνω των 6 ετών
- Βραχυπρόθεσμα, σπάνια αποδίδει τα επιθυμητά αποτελέσματα συμμόρφωσης.
- Στόχος του "time-out" είναι η απομάκρυνση του παιδιού από την προβληματική κατάσταση.
- Η αποτελεσματικότητα της τεχνικής έγκειται στο να μην αλληλεπιδρά ο γονιός με το παιδί για τα λεπτά που μένει μόνο του (π.χ. να μη του μιλάει ή απαντάει).
- Πολύ σημαντικό είναι, στη σχέση του γονέα με το παιδί, να υπάρχει κατά βάση χρόνος που αλληλεπιδρούν θετικά και ο γονιός ασχολείται μαζί του ("time-in"), δίνοντάς του προσοχή, πέρα από τις καταστάσεις κατά τις οποίες εκφράζει κάποια ανεπιθύμητη συμπεριφορά.

Η ΛΕΚΤΙΚΗ ΑΠΟΔΟΚΙΜΑΣΙΑ

Είναι πολύ σημαντικό να έχει κανείς στο νου του πως και η μέθοδος αυτή θα πρέπει να στοχεύει στη διαπαιδαγώγηση ή την αποδυνάμωση μιας ανεπιθύμητης συμπεριφοράς και όχι στην εκδίκηση . Αναφέρεται, επίσης και «**Τα «ΝΑΙ» & τα «ΟΧΙ» στην Διαπαιδαγώγηση των Παιδιών**», Ρεϊζοπούλου 11 Ιωάννα, Ψυχολόγος & Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός. Θεσσαλονίκη , 24/6/11

<http://www.focusonchild.gr>:Με επίκεντρο το παιδί και τις ανάγκες του!

με τον όρο «τιμωρία» και ως ιδιαίτερο είδος της ("verbal punishment"), αλλά και με τον όρο «επιτίμηση» ("verbal reprimands"). Η λεκτική αποδοκιμασία εκφράζεται όταν π.χ. κάποιος μαλώνει ένα παιδί. Σε καμιά περίπτωση πάντως δεν κρίνεται κατάλληλο να χρησιμοποιείται για συμπεριφορές των παιδιών που αποτελούν μέρος της φυσιολογικής τους ανάπτυξης (λ.χ. εκπαίδευση των νηπίων στη χρήση τουαλέτας) ή και για ατυχήματα/αποτυχίες κατάκτησης τμημάτων αυτών των σταδίων.

☛ **Θετικά στοιχεία:**

- Όταν χρησιμοποιούνται σπάνια και στοχεύοντας σε συγκεκριμένες συμπεριφορές οι λεκτικές αποδοκιμασίες έχουν παροδικού τύπου αποτελεσματικότητα, ωστόσο άμεση, ανακόπτοντας ή περιορίζοντας ανεπιθύμητες συμπεριφορές.

☛ **Τι να προσεχθεί:**

- Όταν χρησιμοποιείται συχνά και για ό,τι αρνητικό κάνει το παιδί, σοβαρό ή λιγότερο σοβαρό, αποδυναμώνεται η ισχύς της μεθόδου και, επιπλέον, το παιδί οδηγείται σε συναισθήματα ανησυχίας και αδιαφορίας για το γονιό και για τα όσα προσάπτει στο παιδί.

- Επίσης, όταν η αποδοκιμασία χρησιμοποιείται ως μοναδική μέθοδος διαπαιδαγώγησης και πειθαρχίας (και απουσιάζει, λόγου χάρη, παράλληλα και η θετική ενίσχυση για τις επιθυμητές συμπεριφορές του παιδιού), τότε υπάρχει ο κίνδυνος της αύξησης της μη-συμμόρφωσης του παιδιού. Ειδικά τα παιδιά προσχολικής ηλικίας μπορεί να τα προκαλεί, να τα ερεθίζει και να τα αναστατώνει όταν χρησιμοποιείται κατ' αποκλειστικότητα.

- Οι χαρακτηρισμοί για το ίδιο το παιδί (π.χ είσαι ανίκανος , είσαι άγαρμπη κ.λ.π)

Θα πρέπει να αποφεύγονται. Πληγώνουν τα παιδιά και επηρεάζουν την αυτοεκτίμησή τους. Οι γονείς θα πρέπει να εστιάζουν στην συμπεριφορά του παιδιού και όχι στην προσωπικότητά του.

ΜΑΘΗΣΗ ΜΕΣΩ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗΣ

Τα παιδιά μαθαίνουν ένα μεγάλο μέρος της κοινωνικής συμπεριφοράς τους μιμούμενα τους άλλους. Μαθαίνουν μέσα από τις παρατηρήσεις των σημαντικών ανθρώπων στο περιβάλλον τους, τα παιδιά κάνουν όσα λέμε αλλά και όσα κάνουμε.



ΜΑΘΗΣΗ ΜΕΣΩ ΦΥΣΙΚΩΝ ΚΑΙ ΛΟΓΙΚΩΝ ΣΥΝΕΠΕΙΩΝ

Εάν διασφαλίσετε ότι το παιδί σας είναι σε θέση να υποστεί τις συνέπειες των πράξεών του, θα έχετε έναν αποτελεσματικό τρόπο αλλαγής συμπεριφοράς.

Η μέθοδος βασίζεται στο γεγονός ότι το παιδί διδάσκεται από την πραγματικότητα και την επιλογή των πράξεών του. Για να είναι αποτελεσματική η μέθοδος πρέπει το παιδί να είναι σε θέση να καταλάβει ότι το αποτέλεσμα συνδέεται με την συμπεριφορά του. Για την σωστή εφαρμογή της μεθόδου προτείνουμε στο παιδί εναλλακτικές λύσεις και δεχόμαστε την απόφασή του. Ο τόνος της φωνής του γονιού έχει μεγάλη σημασία. Πρέπει να καθρεφτίζει μια στάση σεβασμού, παραδοχής και καλής θέλησης. Εξίσου σημαντική είναι και η επιλογή των λέξεων που θα χρησιμοποιήσει. Παραθέτουμε μερικά παραδείγματα:

- Ελένη, προσπαθούμε να παρακολουθήσουμε την τηλεόραση. Μπορείς να καθίσεις φρόνιμα και να δεις μαζί μας ή να βγεις από το δωμάτιο. Εσύ θ' αποφασίσεις.

- Αν σκοπεύεις να βγεις μετά το σχολείο θα χρειαστεί πρώτα να μαζέψεις τα παιχνίδια.

- Αγνή σήμερα θα σκουπίσω τα δωμάτια , δεν μπορώ να το κάνω αν έχεις όλα τα παιχνίδια σκόρπια, γι αυτό θα τα κατεβάσω στο υπόγειο αν αποφασίσεις να μην τα μαζέψεις .

- Παιδιά δεν επιτρέπεται να φωνάζετε τόσο δυνατά στο σαλόνι θα χαμηλώσετε την ένταση για να παίξετε εδώ αλλιώς θα πάτε στο δωμάτιο σας να συνεχίσετε το παιχνίδι κ.λ.π

- Κώστα πήρες το σφυρί χωρίς την άδεια μου και το έχασες, πως σκέφτεσαι να το αντικαταστήσεις

☛ Θετικά στοιχεία:

- Κάνει τα παιδιά και όχι τους γονείς υπεύθυνα για τη συμπεριφορά τους.

- Επιτρέπει στα παιδιά να πάρουν τις αποφάσεις τους σχετικά με την πορεία που θα ακολουθήσουν. Αποφασίζουν αυτά για τις κινήσεις τους.

- Διδάσκονται μέσα από το αποτέλεσμα των πράξεων τους όχι μέσα από τις επιθυμίες άλλων προσώπων .

☛ Τι να προσεχθεί:

- Το παιδί θα πρέπει να είναι σε θέση να αποφασίσει, δεν ζητάμε ευθύνες μεγαλύτερες από ότι του επιτρέπει η συναισθηματική του ωριμότητα και η ηλικία του.

- Δεν έχει αποτέλεσμα η μέθοδος αν γίνεται με θυμό , φωνές , έντονο εκνευρισμό γιατί λαμβάνεται ως τιμωρία.



ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΜΕΘΟΔΩΝ.

☺ Κατανοούμε τους σκοπούς του παιδιού και την συμπεριφορά και τις συγκινήσεις του. Οι λογικές συνέπειες έρχονται όταν αφήνουμε το παιδί να ζήσει την εμπειρία από την πραγματικότητα του κοινωνικού περιβάλλοντος.

☺ Δείχνουμε σταθερότητα στις αποφάσεις μας και καλοσύνη. Ο τόνος της φωνής, η στάση του γονιού, δηλώνουν την καλοσύνη. Με τον όρο σταθερότητα εννοούμε την τοποθέτηση απέναντι στις αποφάσεις σας και την τήρηση των λεγόμενων σας. και όχι την αυστηρότητα. π.χ Θα μείνει στο σπίτι η Άννα μόνο αν πάτε για ύπνο στις 10:00. (μια συμφωνία) Αν τα παιδιά μείνουν αργότερα από την συμφωνημένη ώρα θα πρέπει να υποστούν την συνέπεια των πράξεων τους.

☺ Μην προσπαθείτε να είστε «καλός» γονιός. Αποφύγετε την υπερπροστατευτικότητα. Η ανάληψη ευθυνών του παιδιού από τους γονείς δεν βοηθάει μακροπρόθεσμα κανέναν.

☺ Αποκτείστε περισσότερη συνέπεια στις δικές σας πράξεις, Μη ζητάτε από τα παιδιά τήρηση κανόνων που δεν τηρείται ούτε εσείς οι ίδιοι.

☺ Ξεχωρίστε την πράξη από το άτομο. Δεν έχουμε ένα κακό παιδί, έχουμε ένα καλό παιδί που έκανε κάτι «κακό».

☺ Ενθαρρύνετε την ανεξαρτησία. Αποφύγετε να κάνετε πράγματα για το παιδί σας που θα μπορούσε να κάνει εκείνο.

☺ Αποφύγετε τον οίκτο: Αναλαμβάνοντας ο γονιός την ευθύνη του παιδιού από οίκτο, δεν το βοηθά μακροπρόθεσμα, καθώς του δημιουργεί το αίσθημα ότι είναι «αδύναμο». Έχετε στο νου σας να παρεμβαίνετε μόνο, όταν **«Τα «ΝΑΙ» & τα «ΟΧΙ» στην Διαπαιδαγώγηση των Παιδιών»**, Ρεϊζοπούλου 15 Ιωάννα, Ψυχολόγος & Πίγκα Κωνσταντίνα, Κοινωνική Λειτουργός. Θεσσαλονίκη, 24/6/11

<http://www.focusonchild.gr>:Με επίκεντρο το παιδί και τις ανάγκες του!

χρειαστεί. Η κατανόηση καλλιεργεί στο παιδί μας την δύναμη και την ασφάλεια.

☺ Μην σας απασχολεί υπερβολικά η γνώμη των άλλων. Αν έχετε αποφασίσει ότι το παιδί σας θα πρέπει να υποστεί την συνέπεια της πράξης του δεν θα βοηθήσει να υποχωρήσετε λόγω του κοινωνικού περιβάλλοντος. Δεν είναι δυνατό να είστε εσείς υπεύθυνοι για κάθε τι που κάνει το παιδί σας.

☺ Αναγνωρίστε τίνος είναι το πρόβλημα Είναι πολύ αποδοτικό και σας βοηθάει να συμπεριφέρεστε ανάλογα αν σκέφτεστε κάθε φορά τίνος πρόβλημα είναι των παιδιών ή δικό σας.

☺ Λιγότερα λόγια, περισσότερες πράξεις. Έχει παρατηρηθεί ότι μειώνεται η ουσία των μηνυμάτων που θέλουμε να μεταδώσουμε στο παιδί λόγω του ότι μιλάμε πολύ, με αποτέλεσμα το παιδί να γίνεται «κουφό». Προτείνεται η αναλυτική συζήτηση με το παιδί να γίνεται σε ώρα χαλάρωσης και όταν είναι σε θέση να ακούσει.

☺ Ούτε εμπλοκή σε αγώνα, ούτε υποχώρηση- Διατηρείστε την ψυχραιμία σας. Όταν κάνουμε μια συμφωνία με το παιδί το αφήνουμε να αποφασίσει μόνο του πώς θα ανταποκριθεί . π.χ Ο Γιάννης θα πετούσε τα σκουπίδια που ήταν η υποχρέωση του και μετά θα έβλεπε την αγαπημένη του σειρά. Ο Γιάννης όμως χάζευε όλη την ώρα και όταν άρχισε η αγαπημένη του σειρά δεν ήθελε να απομακρυνθεί. Η μητέρα του έκλεισε την τηλεόραση και του υπενθύμισε με ήρεμο τόνο αυτά που είχαν συμφωνήσει και απομακρύνθηκε από το σαλόνι. Θα άνοιγε την τηλεόραση όταν ο Γιάννης θα έκανε αυτό που συμφωνήθηκε. Δεν είναι αγώνας η συμφωνία με το παιδί και δεν διαπληκτιζόμαστε μαζί του.

☺ Αφήστε όλα τα παιδιά να μοιραστούν την ευθύνη: Η αναζήτηση του ενόχου αυξάνει τον ανταγωνισμό. Αφήνουμε τα παιδιά να αποφασίσουν πώς θα δράσουν και να μοιραστούν την ευθύνη.