

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ (ΛΕΚΤΙΚΗ – ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΗ): Ο ΔΡΟΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ

ΔΙΑΠΡΑΓΜΑΤΕΥΣΗ – ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΟΡΙΩΝ. ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ



ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΠΑΙΔΙΟΥ - ΓΟΝΕΑ

- Οι συμπεριφορές των παιδιών είναι συναισθηματικά οδηγούμενες, υπάρχει πάντα ένας λόγος πίσω από το συναίσθημα (και άρα την συμπεριφορά τους) και αν δεν αισθάνονται ξεκάθαρα πως αυτά τα συναισθήματα αναγνωρίζονται από τους γονείς, κάθε προσπάθεια για επικοινωνία βαίνει στο κενό.
- Για να είναι ανοιχτό ένα παιδί να μας ακούσει, να αποδεχθεί τις παραινήσεις μας, πρέπει να έχει νιώσει και εκείνο ότι υπάρχει ένα έδαφος αποδοχής, στο οποίο να μη νοιώθει ότι κρίνεται ή φοβάται το «πως θα το πάρει» ο γονιός αυτό που θα πει.
- Ο κώδικας επικοινωνίας είναι κατανοητός.
- Το μήνυμα είναι απλό, σαφές και ξεκάθαρο.
- Αμεση βλεμματική επαφή.
- Σταθερός ήρεμος τόνος της φωνής



Η επικοινωνία επιτυγχάνεται μεταδίδοντας το γνωστικό μέρος του μηνύματος μέσω της λεκτικής οδού και το συναισθηματικό ή συγκινησιακό μέρος μέσα από τη μη λεκτική οδό.

ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

«Άλλα μου λες και άλλα μου δείχνεις»

ΜΗ ΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- Η συναισθηματική εκφραστικότητα του γονιού, πρέπει να περιλαμβάνει όλο το φάσμα όχι μόνον των θετικών, αλλά και των αρνητικών συναισθημάτων, όπως για παράδειγμα του θυμού, και συμβάλλει σημαντικά στη μη συσσώρευση των συναισθημάτων αυτών αλλά και στη διαχείρισή τους. **Μη Ξεχνάτε όμως! Θυμώνουμε με τη ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ του όχι με το παιδί μας!!!**
- Η γλώσσα του σώματος οφείλει να συμβαδίζει με το επικοινωνιακό σκοπό καθώς και τα συναισθήματα που αναλογούν στην περίπτωση.
- Χειρονομίες, εκφράσεις του προσώπου, σφίξιμο των δοντιών, σούφρωμα των χειλιών είναι μορφές μη λεκτικής επικοινωνίας που συνήθως δεν αποτελούν ξεκάθαρο μήνυμα με αποτέλεσμα είτε να δυσχεραίνουν, είτε να αλλοιώνουν την διαδικασία επικοινωνίας.



ΤΑ ΠΙΟ ΣΥΝΗΘΙΣΜΕΝΑ ΕΜΠΟΔΙΑ ΠΟΥ ΔΥΣΚΟΛΕΥΟΥΝ ΤΗΝ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΑΣ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ



- οι τύπου **διαταγές**, [π.χ. «πλύνε τα χέρια σου», «φάε πιο γρήγορα», «κάνε ησυχία», «κοιμήσου»],
- οι **απειλές**, [π.χ. «θα σε βάλω τιμωρία», «θα με τρελάνεις», «θα δεις τι θα πάθεις» «αν δεν τότε θα...»],
- οι **παραινέσεις** και οι **ηθικολογίες** [π.χ. «οφείλεις να», «πρέπει να»]
- οι **συμβουλές** [π.χ. «μην», «να»],
- η **κριτική** και οι **χαρακτηρισμοί** [π.χ. «δεν ξέρεις», «είσαι, ανεύθυνος», «είσαι γκρινιάρια, επιπόλαια, αχάριστη»],
- η **ειρωνεία**, [π.χ. «είσαι διάνοια»],
- η **ανάκριση** [π.χ. «τι», «γιατί»]
- οι **συναισθηματικοί εκβιασμοί** [π.χ. αν είσαι καλό παιδί...»]

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩΝΤΑΣ ΤΑ ΟΡΙΑ

Τα παιδιά έχουν ανάγκη τα όρια. Η ύπαρξη και η σταθερή και συνεπής εφαρμογή τους αποτελούν μια βασική συναισθηματική ανάγκη των παιδιών. Δεν τα πληγώνει το ότι τους βάζουμε όρια τα πληγώνει ο ΤΡΟΠΟΣ που τα βάζουμε.

Η βάση για να δεχθεί ένα παιδί το «όχι» (και να αποδεχθεί ένα όριο που του βάζουμε) είναι το «ναι».

Στη βάση της επικοινωνίας βρίσκεται η ειλικρίνεια

Οι γονείς, «οι σημαντικοί άλλοι», είναι πρότυπα μίμησης του παιδιού

Τα όρια επικοινωνούνται με σιγουριά. Το παιδί σας έχει απόλυτη ανάγκη να σας βλέπει σαν δυο υπερήρωες, γεμάτους σιγουριά. Μόνο τότε αισθάνεται ασφάλεια.

Όταν λέμε «μη», η απαγόρευση αυτή πρέπει να έχει κάποια λογική και να μπορεί να γίνει κατανοητή από το παιδί.

Δεν φοβόμαστε ότι κάποιες ακραίες συμπεριφορές των παιδιών θα τα χαρακτηρίζουν σε όλη τους τη ζωή

Ο απώτερος σκοπός της οριοθέτησης είναι το παιδί μας να μπορέσει μέσα από τη δική μας εμπιστοσύνη και κατανόηση να αναπτύξει τη δική του προσωπική αίσθηση για το σωστό και το λάθος

Η ΑΝΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΤΙΜΩΡΙΑΣ



Ως τιμωρία δεν εννοούμε μόνο τη σωματική βία ή τη στέρηση κάποιου αγαθού. Αλλά κάθε συμπεριφορά που επιβάλλεται στο παιδί ως «συνέπεια» για μια μη αποδεκτή πράξη του.

Αξίζει εδώ να σημειωθεί πως συνέπεια μιας πράξης είναι το άμεσο αποτέλεσμα της και όχι η δική μας απόφαση σχετικά με την πράξη του παιδιού.



Είναι άραγε αποτελεσματική η χρήση της; Έχει επιμορφωτικό χαρακτήρα;

- Η αλήθεια στην τιμωρία είναι μία και απλή : Το παιδί απλώς υπακούει στη γονεϊκή εξουσία.
- Όταν τιμωρούμε το παιδί επειδή έκανε κάτι που θεωρούμε «κακό», αγνοούμε κάτι πολύ βασικό: ότι το παιδί δεν έχει ούτε τη λογική ούτε την ηθική τη δική μας.
- Ως παιδαγωγική μέθοδος δεν ενδείκνυται καθώς φαίνεται να δημιουργεί ανευθυνότητα αντί υπευθυνότητα, φόβο αντί εμπιστοσύνη και αντίδραση αντί συνεργασία.
- Η τιμωρία είναι αποτελεσματική πολλές φορές μόνο όμως όταν ο τιμωρός είναι παρόν και υπενθυμίζει την επιβολή τιμωρίας. Κατά την απουσία του αρνητικού ερεθίσματος η συμπεριφορά που επιθυμούμε να μειώσουμε εφαρμόζοντας τιμωρία μπορεί να ξαναεμφανίζεται.

ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΠΡΟΣΤΑ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΓΟΝΕΪΚΗΣ ΕΞΟΥΣΙΑΣ Η ΘΑ ΠΑΡΑΙΤΗΘΕΙ ΚΑΙ ΘΑ ΥΠΑΚΟΥΣΕΙ, Η ΘΑ ΑΝΤΙΣΤΑΘΕΙ ΚΑΙ ΘΑ ΣΥΝΕΧΙΣΕΙ ΝΑ ΑΝΤΙΔΡΑ ΚΑΙ ΝΑ «ΠΡΟΚΑΛΕΙ» ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΟΥ.

- Όταν το παιδί εκπαιδεύεται από μικρή ηλικία να υπακούει, δεν αναπτύσσει την κριτική του σκέψη, δεν καταφέρνει να αυτονομηθεί και ελλοχεύει ο κίνδυνος του να υπακούει γενικότερα σε εντολές, ανεξαρτήτως προσώπου, φοβούμενο την πιθανή τιμωρία. Ο σημερινός εξουσιαστικός γονέας θα είναι για το παιδί μεθαύριο η απαιτητική δασκάλα, ο κακοποιητικός σύντροφος, ο αυστηρός εργοδότης. Και το παιδί θα υπακούει σε όλους ανεξαιρέτως. **Γιατί πολύ απλά αυτό έχει μάθει να κάνει. Θα φοβάται τις πιθανές συνέπειες που θα του ορίσουν οι άλλοι για τις αποφάσεις και τις πράξεις του.**
- Η συνεχής αντίσταση και αντίδραση αποδυναμώνει, επίσης, την κριτική σκέψη του παιδιού. Το παιδί αντιδρά, θυμώνει, προκαλεί, προσπαθώντας να βρει τον εαυτό του και να ορίσει τη δύναμή του, αλλά και τη σχέση του με τους γονείς του, κραυγάζοντας παράλληλα για γονεϊκή αγάπη και αποδοχή. Αισθάνεται ενοχή, καταπίεση και θυμό. Αισθάνεται πως οι γονείς του το μισούν και για αυτό το τιμωρούν. Οι γονείς, αδυνατώντας να διακρίνουν την αιτία της αντίστασης του παιδιού, το περιγράφουν ως αντιδραστικό και δύσκολο και πέφτουν στην παγίδα της «ταμπέλας». Και έτσι το ίδιο το παιδί τείνει να επιβεβαιώνει τα λεγόμενα τους και να εκπληρώνει την εικόνα που οι γονείς του υιοθέτησαν για εκείνον.

«Δεν είναι δυνατόν να κάνεις κάποιον να συμπεριφερθεί καλύτερα, με το να του κάνεις να αισθάνεται άγχυμα».

ΔΕΙΞΤΕ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΣΤΗ ΘΕΤΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ

Excellent 

Great  improvement!

Good  job!

 PERFECT!
100%

 very
creative!

 YOU
DID IT!

Με τον όρο θετική ενίσχυση αναφερόμαστε στην αύξηση της πιθανότητας να παρουσιαστεί μια συμπεριφορά, όταν ακολουθείται από ένα θετικό, για το άτομο, ερέθισμα.

Ενα θετικό ερέθισμα, δηλαδή, οδηγεί στην επιθυμητή συμπεριφορά.

Σε αντίθεση με την επιβολή τιμωρίας για τον καθορισμό της συμπεριφοράς, η ενίσχυση αποτελεί μία πρακτική όπου το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα, δηλαδή η ρύθμιση της συμπεριφοράς, αργεί περισσότερο να έρθει και απαιτεί περισσότερο κόπο.

ΠΡΟΣΟΧΗ!! Άλλο θετική ενίσχυση άλλο δωροδοκία!!!

Η ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΜΑΤΑΙΩΣΗΣ

Πολύ συχνά στην οικογένεια το παιδί κλαίει, γκρινιάζει, γίνεται επιθετικό, φωνάζει στους γονείς του γιατί εκείνοι δεν κάνουν κάτι που θέλει, δεν του «κάνουν το χατίρι».

Ολες αυτές οι υποχωρήσεις γίνονται προκειμένου να μην το πληγώσουν ή για να αποφύγουν τις μετέπειτα συγκρούσεις.

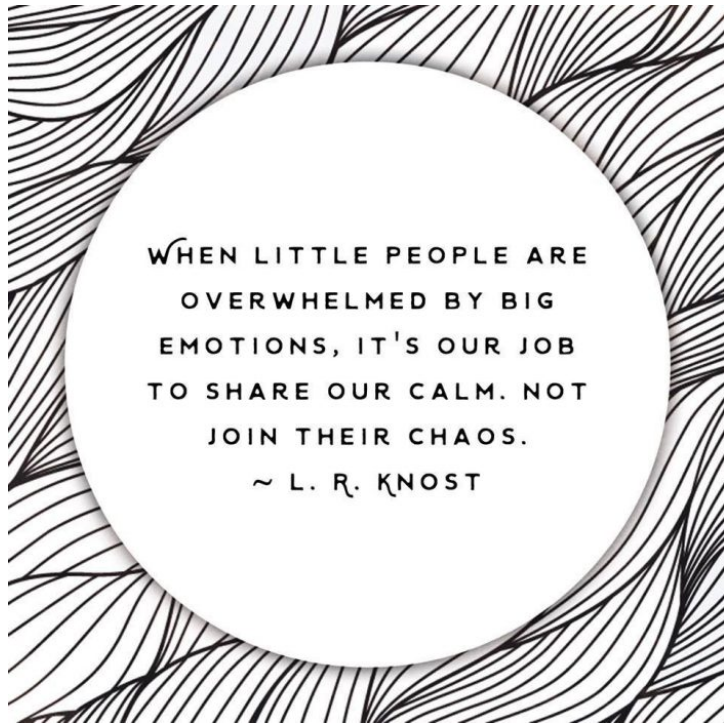


Η ανοχή στη ματαίωση είναι μία δεξιότητα που είναι απαραίτητο το παιδί να αρχίσει να διδάσκεται, γιατί μέσα από αυτή τη δεξιότητα το παιδί μαθαίνει πώς να αναβάλει την ικανοποίηση των επιθυμιών του, πώς να δέχεται και να αντιδρά στην απαγόρευση και, εν τέλει, να ρυθμίζει τα συναισθήματά του.

Με αυτόν τον τρόπο όταν το παιδί αρχίζει να αντέχει το γεγονός ότι οι επιθυμίες του δεν είναι δυνατόν να ικανοποιούνται πάντα και ότι οι επιθυμίες του πολλές φορές έρχονται σε σύγκρουση με την πραγματικότητα και τους άλλους γύρω του, μαθαίνει να καταλαβαίνει τα όρια, να αναγνωρίζει τα προσωπικά του όρια αλλά και να σέβεται τα όρια των άλλων.

ΠΩΣ ΤΑ ΒΟΗΘΑΜΕ ΝΑ ΒΙΩΣΟΥΝ ΤΗΝ ΜΑΤΑΙΩΣΗ

- ΤΗΝ ΑΝΤΕΧΟΥΜΕ!!!!!!!
- Διερευνούμε κάθε φορά το αίτημα-επιθυμία του παιδιού και βάσει της φύσης του αιτήματος και του αναπτυξιακού επιπέδου του παιδιού, αποφασίζουμε αν θα το ικανοποιήσουν ή όχι.
- Όταν επιλέξουμε ότι δε θα ικανοποιήσουμε την επιθυμία του παιδιού αναγνωρίζουμε και αποδεχόμαστε τα συναισθήματα του παιδιού με ενσυναίσθηση και όχι απαξίωση!!!
- Όταν το παιδί χρειάζεται να περιμένει για την ικανοποίηση της επιθυμίας του και χρειάζεται να είναι υπομονετικό, βοηθάει να περιγράψουμε τα βήματα που κάνει στα πλαίσια της εκπλήρωσης του αιτήματος του (π.χ. «Πεινάς πολύ! Λοιπόν, τώρα θα βάλω το νερό να βράσει, θα στρώσω το τραπεζομάντηλο κλπ.»). Έτσι το παιδί εξασκείται στην αναμονή ενώ ακούει και από εμάς ότι δεν αγνοούμε την επιθυμία του έτσι ενισχύουμε θετικά την υπομονή που έχει δείξει.
- Καθορίζουμε σαφή όρια και σαφείς εξαιρέσεις
- Τα τηρούμε με συνέπεια
- Δεν δίνουμε χαμένες μάχες
- Οι ΣΥΜΒΙΒΑΣΜΟΙ αποτελούν μία άλλη λύση που ενισχύει την ανοχή του παιδιού στη ματαίωση



Η ανατροφή των παιδιών είναι μαρτυρία και όχι αγύμναστος πρωταθλητισμός.