



Θέτοντας όρια στα παιδιά

Τάνια Μπουζούκη

Κοινωνική Λειτουργός



ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

- 01** Τι σημαίνει «οριοθέτηση της συμπεριφοράς»;
- 02** Τι είναι πειθαρχία και τι οριοθέτηση;
- 03** Γιατί είναι σημαντικό οι γονείς να κάνουν χρήση ορίων;
- 04** Γιατί οι γονείς δυσκολεύονται να βάλουν όρια;
- 05** Ποιες είναι οι αρχές και οι διεργασίες της οριοθέτησης;
- 06** Πως θα επικοινωνήσουμε αποτελεσματικά με το παιδί μας;
- 07** Η μέθοδος «λογικές συνέπειες»
- 08** Τιμωρία vs Συνέπειες

01

Τι σημαίνει “Οριοθέτηση” του παιδιού;

Σχετικός ορισμός

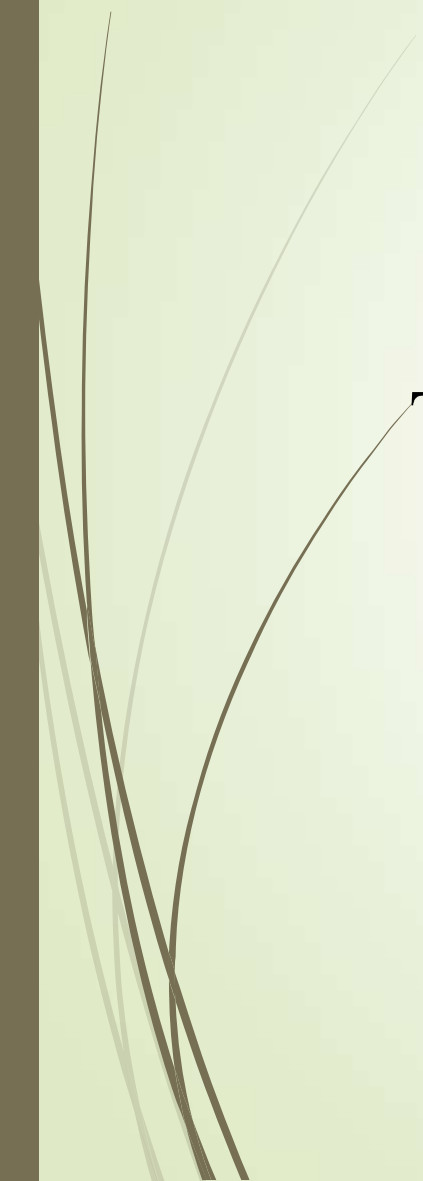



Για την υγιή ψυχοσωματική ανάπτυξη του παιδιού, πέρα από την αγάπη και την στοργή μας, χρειάζεται να θέσουμε κάποιους κανόνες στη συμπεριφορά του. Οι κανόνες αυτοί μπορεί να αφορούν θέματα που σχετίζονται με τον ύπνο, τη διατροφή, τα παιχνίδια, τις εξόδους, το ντύσιμο, τη μελέτη, τις αγορές, την τηλεόραση, τις σχέσεις με τους άλλους, την αρνητική συμπεριφορά κλπ.



02

Τι είναι πειθαρχία και τι οριοθέτηση;





«Όρια» και «πειθαρχία»: αρκετοί γονείς φέρνουν στο μυαλό τους παλαιότερες και αυστηρότερες εποχές όπου η πειθαρχία επιβαλλόταν με ξύλο όταν τα παιδιά ξεπερνούσαν τα όρια. Αυτές οι εποχές, ανήκουν στον περασμένο αιώνα καθώς νέες έρευνες υποστηρίζουν: εφαρμόζοντας ήρεμα και με σταθερότητα όρια τα οποία τίθενται μέσα από συγκεκριμένες διαδικασίες και απαιτούν την τήρησή τους δίνοντας σαφή πλαίσιο αναφοράς (πειθαρχία) προστατεύουμε το παιδί μας!

Όρια

- **Κανόνες και διεργασίες που ορίζονται από τις αξίες της οικογένειας και της κοινωνίας**

Πειθαρχία

- **Είναι η ενσυνείδητη, η εσωτερική πειθαρχία, δηλαδή η υπακοή των παιδιών σε αρχές και κανόνες, με τη θέλησή τους.**

Οριοθέτηση και Πειθαρχία

- ▶ Η έννοια των ορίων δεν πρέπει να έχει αρνητική χροιά, ούτε να συνδέεται με την τιμωρία, την αποθάρρυνση, την απαγόρευση, τον περιορισμό και την διαρκή άρνηση. Η τιμωρία πληγώνει.
- ▶ Από τα σπουδαιότερα δώρα που μπορεί να προσφέρει ένας γονιός και από τα σημαντικότερα εφόδια που δίνει στο παιδί για να πορεύεται μόνο του.
- ▶ Είναι μια συνεχής μαθησιακή διαδικασία, δεν επιβάλλεται
- ▶ Η πειθαρχία εκπαιδεύει και προβληματίζει το παιδί.
- ▶ Καθιστά το ίδιο το παιδί υπεύθυνο, για τον έλεγχο της συμπεριφοράς του.
- ▶ Πηγάζει μέσα από όλη τη σχέση γονιού – παιδιού και στηρίζεται στην αγάπη και την εμπιστοσύνη.



03

Γιατί είναι σημαντικό οι γονείς να
κάνουν χρήση ορίων;



ΣΤΟΧΟΙ

Γιατί θέτω όρια;

- Για να μπορώ να δώσω στο παιδί μου τα εφόδια που χρειάζεται ώστε να οδηγηθεί στον μεγάλο στόχο.

Μεγάλος στόχος

- Να γίνει υπεύθυνο απέναντι στις κοινωνικές απαιτήσεις.
- Να χτίσει εμπιστοσύνη στον εαυτό του.
- Να έχει μια υγιή ζωή και προσωπικότητα ως ενήλικας.
- Να ενταχθεί ομαλά στο κοινωνικό σύνολο του σχολείου και αργότερα στην ίδια την κοινωνία αποφεύγοντας αρνητικές – παραβατικές συμπεριφορές που βλάπτουν πρώτα το ίδιο το παιδί ή, αργότερα, τη ζωή του ως ενήλικας.

Θέτοντας σωστά όρια

Μέσα από την διαδικασία της θέσπισης ορίων, με αγάπη και τρυφερότητα, το παιδί:

- Μαθαίνει τι του ταιριάζει και τι το απωθεί, τι επιτρέπεται και τι απαγορεύεται, τι το κάνει αποδεκτό και τι το απομακρύνει από τους άλλους.
- Είναι σε θέση να προσαρμοστεί σε κάθε περιβάλλον και να ανταποκριθεί στις διάφορες απαιτήσεις.
- Χτίζει υγιείς σχέσεις.
- Γίνεται καλύτερο με τον εαυτό του, αποκτά αυτοπεποίθηση, αναπτύσσει τις κοινωνικές του δεξιότητες.
- Αποκτά τα εσωτερικά του όρια, ελέγχει τις παρορμήσεις του και ρυθμίζει τη συμπεριφορά του.
- Δέχεται κανόνες.
- Μαθαίνει να λειτουργεί υπεύθυνα και αυτόνομα.



Απουσία ορίων

Αντιθέτως, όταν δεν υπάρχουν όρια το παιδί:

- Βρίσκεται στο κενό, μπερδεύεται, νιώθει ανασφαλές και αποθαρρημένο
- Λαμβάνει “διπλά μηνύματα”.
- Απαιτεί να κάνει πάντα το δικό του
- Δεν σέβεται τα όρια του άλλου
- Μη προσαρμογή σε συστήματα που έχουν κανόνες, όπως το σχολείο.
- Δυσκολεύεται να συνάψει κοινωνικές σχέσεις
- Λειτουργεί εναντιωματικά (ματαίωση – θυμός – έκρηξη).



Πότε ξεκινάμε να βάζουμε όρια;


Όσο πιο νωρίς καταφέρουν οι γονείς να θέσουν αποτελεσματικά όρια στα παιδιά τους, τόσο πιο πολύ διευκολύνουν τη ζωή τους και τις σχέσεις τους με αυτά.

- ▶ **Από το τέλος του πρώτου χρόνου**
μαθαίνει την έννοια του «όχι» και βιώνει τις πρώτες ματαιώσεις των επιθυμιών του
- ▶ **Στην προσχολική ηλικία** (ύπνος, φαγητό, ασφάλεια, συμπεριφορά σε κοιν. χώρους)
η γνώση προέρχεται από την εξερεύνηση και τους πειραματισμούς δοκιμάζει τους γονείς
- ▶ **Στη σχολική ηλικία** (διαπροσωπικές σχέσεις, μελέτη, χρήση tv, κινητού, Η/Υ)
Όσο πιο χαλαρή είναι η τήρηση των ορίων στο σπίτι, τόσο πιο δύσκολη είναι η προσαρμογή του σ' ένα αυστηρά διαμορφωμένο μαθησιακό περιβάλλον
- ▶ **Στην εφηβεία** (διασκέδαση, παρέες, χρονική διάρκεια εξόδων)
Έχουν ήδη δομηθεί συμπεριφορές που είναι δύσκολη η αποδόμησή τους



04

Γιατί οι γονείς δυσκολεύονται να
βάλουν όρια;



Γονέας

Ο ρόλος του γονέα είναι ο μοναδικός ίσως ρόλος για τον οποίο ο άνθρωπος δεν εκπαιδεύεται, αλλά βασίζεται κυρίως στην αγάπη, στο ένστικτο και στον αυτοσχεδιασμό.



Γιατί οι γονείς δυσκολεύονται να βάλουν όρια;

Συχνά οι γονείς δυσκολεύονται να βάλουν όρια στη σχέση τους με το παιδί και σε αυτό τους εμποδίζουν σκέψεις και συναισθήματα ενοχής. Αυτό μπορεί να οφείλεται στο ότι:

- Σαν παιδιά έχουν βιώσει αυταρχικό τρόπο διαπαιδαγώγησης. *«Δε θέλω να γίνω αυστηρός σαν τους γονείς μου»*
- Θεωρούν την επιβολή κανόνων ταυτόσημη με την καταπιεστική, αυταρχική διαπαιδαγώγηση. *«Τα παιδιά πρέπει να είναι ελεύθερα»*
- Λόγω της έλλειψης χρόνου θεωρούν ότι κάνοντας όλα τα χατίρια στα παιδιά αναπληρώνουν τις ώρες απουσίας. *«Τις λίγες ώρες που μπορώ να βλέπω το παιδί μου, δε θέλω να αισθάνεται ότι το περιορίζω»*
- Νιώθουν ανεπαρκείς, πιστεύουν ότι δεν θα τα καταφέρουν. *«Δε ξέρω πώς να βάλω όρια», «Δεν μπορώ ο ίδιος πολλές φορές να βάλω όρια στον εαυτό μου, πώς θα βάλω στο παιδί μου;»*



Οριοθέτηση: Τα λάθη που κάνουν οι γονείς

- Υποκύπτουν εύκολα
- Αμφισβητούν ο ένας τον άλλον
- Δωροδοκούν το παιδί
- Χάνουν την ψυχραιμία τους



Γονεϊκοί τύποι αντίδρασης



Αυταρχικοί γονείς



Υπεύθυνοι γονείς



Επιτρεπτικοί γονείς

Γονεϊκοί τύποι αντίδρασης

Αυταρχικοί γονείς



- Απόλυτη οριοθέτηση
- Πλήρης έλεγχος
- Χρήση τιμωριών
- Συναισθήματα καταπίεσης/άβουλο παιδί/χαμηλή αυτοπεποίθηση
- Νικητής πάντα ο γονιός

Υπεύθυνοι γονείς



- Ισοροπημένος έλεγχος
- Συμμετέχω στη δημιουργία κανόνων
- Ανάπτυξη υπευθυνότητας
- Συνεργασία
- Νικητές γονείς και παιδιά

Επιτρεπτικοί γονείς



- Απουσία ορίων
- Άγνοια κανόνων
- Ανάπτυξη εγωιστικών χαρ/κών
- Απουσία συνεργατικότητας
- Δυσκολία συμμετοχής σε ομαδικές δραστηριότητες με άλλα παιδιά
- Νικητής πάντα το παιδί



05

Αρχές και διεργασίες οριοθέτησης

Βασικές αρχές της οριοθέτησης


- Αποδοχή
- Η δημοκρατική συμπεριφορά
- Καθορισμός με βάση την ηλικία και το στάδιο ανάπτυξης του παιδιού
- Τα όρια πρέπει να είναι σαφή, ξεκάθαρα και συγκεκριμένα, ώστε να μην προκαλείται σύγχυση.
- Άμεση σύνδεση ανεπιθύμητης συμπεριφοράς – συνέπειας. Να δίνετε άμεσα και όχι ώρες ή μέρες μετά.
- Τίθενται με συνέπεια και σταθερότητα. Ότι απαγορεύεται σήμερα, απαγορεύεται και αύριο.
- Κοινή στάση γονέων και συνεργασία.
- Θετική διατύπωση π.χ. *«Δε σκαρφαλώνουμε στον καναπέ της γιαγιάς»* αντί *«σταμάτα να είσαι ενοχλητικός»*
- Ενισχύουμε θετικά (έπαινος, επιβράβευση)

- Δεν κρίνουμε ποτέ το παιδί ούτε τα συναισθήματα του, απλώς του εξηγούμε ότι δεν αποδεχόμαστε όλες τις συμπεριφορές π.χ. «Μπορείς να νιώθεις θυμωμένος ή στεναχωρημένος αλλά δε μπορείς να χτυπάς άλλα παιδάκια».
- Χαρακτηρίζουμε μια συμπεριφορά, όχι το παιδί. Αποφεύγουμε τις ταμπέλες π.χ. «Είσαι άτακτος» - Προτιμώνται φράσεις όπως «Αυτή η συμπεριφορά δεν είναι σωστή γιατί...» αντί «Δεν είσαι σωστός, καλός κ.α.»
- Γίνετε καλό πρότυπο
- Αναγνωρίστε τα λάθη και ζητήστε συγνώμη
- Ποιοτικός χρόνος (κάνετε πράγματα μαζί, διασκεδάστε , δημιουργήστε, κουβεντιάστε)
- Επιμονή και υπομονή
- Αποφυγή απειλών και φωνών. Προτιμάται ένας ήρεμος, σταθερός και σοβαρός τόνος φωνής που θα μεταδώσει στο παιδί το μήνυμα
- Επεξήγηση στο παιδί τη σημασία των κανόνων και γιατί υπάρχουν. Φράσεις όπως «Δε θα κάνεις αυτό γιατί το λέω εγώ ή γιατί δε μου αρέσει» δεν είναι κατάλληλες για να πείσουν ένα παιδί



06

Πως θα επικοινωνήσουμε
αποτελεσματικά με το παιδί μας;



► **Εκπέμπουμε ξεκάθαρο μήνυμα:**

- Συμφωνία ανάμεσα στα λόγια μας και στη γλώσσα του σώματος μας (ύφος, τόνος, βλέμμα...)

► **Αρχή του «Εδώ και Τώρα»:** η επικοινωνία πρέπει να είναι:

- Παρούσα και συγκεκριμένη
- Χωρίς αναφορές στο παρελθόν (« ...και την περασμένη φορά τα ίδια έκανες!»)
- Χωρίς προφητείες για το μέλλον (« ...ποτέ δε θα αλλάξεις!»)
- Χωρίς γενικεύσεις (πάντα, ποτέ, όλοι, κανένας...)

► **Θετικός τρόπος έκφρασης μηνύματος**

- («Συγκεντρώσου» και όχι «Μην είσαι αφηρημένος!»)

► **Ανοιχτές ερωτήσεις και απαντήσεις** (τι, πως...)

- **Αποφυγή των αρνητικών ρόλων:** δεν διατάζουμε, δεν ηθικολογούμε, δεν «τα ξέρουμε όλα», δεν παρακαλούμε, δεν αλλάζουμε θέμα, δε δωροδοκούμε.

- **Αντανεκλαστική ακοή («Καθρέφτισμα»):** Πριν βιαστούμε να κρίνουμε, να συμβουλέψουμε, να τιμωρήσουμε το παιδί, ας μπούμε πρώτα στον κόσμο του και ας του παρέχουμε ένα είδος καθρέφτη, στον οποίο μπορεί να δει τον εαυτό του.



07

Μέθοδος «Λογικές Συνέπειες»



ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΗ: Να υπάρχει θετικό συναισθηματικό κλίμα στο σπίτι και ανάμεσα στους γονείς και τα παιδιά.

- Δίνουμε στο παιδί επιλογές για να αποφασίσει
- Προειδοποιούμε για τις λογικές συνέπειες που θα ακολουθήσουν
- Το αφήνουμε να υποστεί τις συνέπειες της επιλογής του για τη συγκεκριμένη ημέρα
- Την επόμενη φορά, το παιδί έχει τη δυνατότητα να ξαναποφασίσει
- Το παιδί μαθαίνει να γίνεται υπεύθυνο, αφού μαθαίνει να επιλέγει και να δέχεται τη σχέση πράξης και συνέπειας.
- Προϋποθέτει λιγότερα λόγια και περισσότερες πράξεις, θετική πρόθεση και όχι εκδικητικότητα, συνέπεια και σταθερότητα

Εφαρμογή

Τι οφείλω να θυμάμαι

- ✓ Οι συνέπειες θα πρέπει να σχετίζονται λογικά με τις πράξεις του παιδιού

Η ΜΕΘΟΔΟΣ

- «Μπορείς να έρθεις μέχρι τις 4.00 στο σπίτι, ή μπορείς να αργήσεις...εσύ αποφασίζεις! Αν έρθεις στην ώρα σου, θα μπορείς και αύριο να βγεις να παίξεις με τους φίλους σου. Αν αργήσεις, σημαίνει ότι διαλέγεις να μην παίξεις αύριο με τους φίλους σου...»
- Αν το παιδί επιλέξει να αργήσει, το αφήνουμε να υποστεί τις συνέπειες της επιλογής του την επομένη: «Ξέρω ότι θέλεις να πας να παίξεις... Καταλαβαίνω ότι είσαι θυμωμένος μαζί μου, αλλά εσύ το διάλεξες αυτό... Αύριο θα έχεις τη ευκαιρία να ξαναεπιλέξεις...»
- Αν ακολουθήσει την απόφαση τότε το επιβραβεύουμε με μια μικρή παράταση την επόμενη μέρα στο χρόνο παιχνιδιού.

Άλλα παραδείγματα οριοθέτησης

Παράδειγμα 1

Δεν έκανε την εργασία του;

01

Δεν την κάνετε εσείς. Πρέπει να δει τα αποτελέσματα της πράξης του.

02

Δεν μάζεψε τα παιχνίδια του;

Συζητάτε μαζί του γιατί δεν τα μαζεύει. Με ερωτοαποκρίσεις οδηγείτε το αποτέλεσμα.

Παράδειγμα 2

Έξοδος με φίλους σας και ενοχλεί τους άλλους;

01

Παίρνετε το παιδί από τη δραστηριότητά του και δεν επιστρέφει αν δεν σας πει το αποτέλεσμα της συμπεριφοράς του ενώ του υπενθυμίζετε τι έχει τεθεί σε περίπτωση που δεν συμπεριφέρεται με σεβασμό

02

Συμπεριφέρεται άσχημα σε κάποιον;

Του υπενθυμίζετε τη συνέπεια αυτής της συμπεριφοράς, (μπορεί να του έχετε επισημάνει ότι πρέπει να ζητάει συγγνώμη) και ξεκαθαρίζετε ότι αν επαναληφθεί θα έχει άλλες συνέπειες (και το τηρείτε αν...)

Άλλα παραδείγματα οριοθέτησης (μη λεκτική οριοθέτηση)

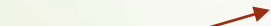
**Βλέποντας
τηλεόραση**



01

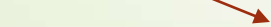
Δείτε μαζί μια ταινία και μετά συζητήστε για τη δίκαιη και άδικη συμπεριφορά που παρατηρήθηκε.

Παιχνίδια



01

Παίξτε παιχνίδια με τα παιδιά σας. Εξηγήστε τους κανόνες και βοηθήστε τα παιδιά σας να καταλάβουν γιατί χρειάζονται και γιατί πρέπει να εφαρμόζονται.



02


Βοηθήστε τα παιδιά να δημιουργήσουν παιχνίδια στα οποία καταρτίζουν τους κανόνες και τα οποία απαιτούν συνεργασία.



Άλλα παραδείγματα οριοθέτησης (μη λεκτική οριοθέτηση)



«Διάλειμμα σκέψης»



Αναπτύξτε τις διαδικασίες «διαλείματος»: αν το παιδί εμφανίζει ακατάλληλη ή ασεβή συμπεριφορά ορίστε μια θέση για να πάει να είναι ήρεμο και να συλλογιστεί τη συμπεριφορά του. Περίοδος διαλείματος: από ένα λεπτό μέχρι 15 λεπτά. Περισσότερο είναι ατελέσφορος.



08

Τιμωρία vs Συνέπειες



Τιμωρία vs Συνέπειες

Τιμωρία

- Δεν τροποποιεί μια ανεπιθύμητη συμπεριφορά, την καταστέλλει για σύντομο χρον. διάστημα, δεν έχει διάρκεια στο χρόνο, δεν διδάσκει.

Συνέπειες

- **Φυσικές:** το φυσικό επακόλουθο μιας ενέργειας, πχ. αν δε φάω θα πεινάσω
- **Λογικές:** επιτρέπουν στο παιδί να διδαχτεί από την πραγματικότητα του κοιν. περιβάλλοντος

Σωματική τιμωρία

Η μέθοδος των λογικών συνεπειών:

- κάνει τα παιδιά υπεύθυνα για τη συμπεριφορά τους
- επιτρέπει να πάρουν τις δικές τους αποφάσεις και δεν τα υποχρεώνει να υπακούν στις δικές μας νουθετήσεις
- επιτρέπει στο παιδί να διαλέξει και μετά να έχει το ίδιο την ευθύνη και τις συνέπειες για την απόφασή του

Τιμωρία vs Συνέπειες

- ▶ Η τιμωρία εκφράζει τη δύναμη της εξουσίας του ατόμου που την εφαρμόζει, ενώ οι λογικές συνέπειες αναγνωρίζουν το δικαίωμα του παιδιού να έχει λόγο για την έκβαση μιας κατάστασης.

ΤΙΜΩΡΙΑ: *“Κώστα, σβήσε τώρα την τηλεόραση! Η μητέρα σου κι εγώ προσπαθούμε να κοιμηθούμε!”*

ΛΟΓΙΚΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ: *“Κώστα, η μητέρα σου κι εγώ θέλουμε να κοιμηθούμε. Χαμήλωσε την τηλεόραση ή πήγαινε στο δωμάτιά σου να παίζεις. Αποφάσισε τι προτιμάς.”*

- ▶ Η τιμωρία απαιτεί υπακοή, ενώ οι λογικές συνέπειες επιτρέπουν την εκλογή.

ΤΙΜΩΡΙΑ: *“Εσείς οι δύο, σταματήστε αμέσως, αλλιώς θα πάτε στο κρεβάτι νηστικές!”*

ΛΟΓΙΚΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ: *“Μπορείτε να ησυχάσετε ή να φύγετε από το τραπέζι, ώσπου να είστε πάλι έτοιμες να ξανάρθετε.”*

Τιμωρία vs Συνέπειες

- ▶ Η τιμωρία μπαίνει αυθαίρετα, χωρίς να συσχετίζεται με την ανεπιθύμητη συμπεριφορά, ενώ οι λογικές συνέπειες είναι επακόλουθο μιας συμπεριφοράς.

ΤΙΜΩΡΙΑ: *“Σταματήστε να κάνετε φασαρία! Δε θα πάτε βόλτα σήμερα!”*

ΛΟΓΙΚΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ: *“Παιδιά, κάνετε αρκετή φασαρία! Μπορείτε να παίξετε ήσυχα ή να πάτε στο δωμάτιό σας”.*

- ▶ Στις λογικές συνέπειες ο τόνος της φωνής του γονέα είναι φιλικός και με μια διάθεση συνεργασίας, ενώ στην τιμωρία χρησιμοποιεί απειλές εκφοβίζοντας το παιδί και χωρίς να σέβεται την προσωπικότητά του.

ΤΙΜΩΡΙΑ: *“Αφού δε φρόντισες το νερό και το φαγητό του σκύλου, πήγαινε μέσα κ δε θα παίζεις σήμερα μαζί του. Για να μάθεις να είσαι υπεύθυνος!”*

ΦΥΣΙΚΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ: *“Σήμερα δε θα μπορέσεις να παίζεις με τον σκύλο. Δεν ασχολήθηκες με το φαγητό και το νερό του. Μπορείς να προσπαθήσεις ξανά αύριο”.*

Συμπεράσματα


Ο γονιός από τη νηπιακή ηλικία ασκεί συναισθηματική αγωγή, αποδέχεται όλα τα συναισθήματα του παιδιού του αλλά όχι όλες τις συμπεριφορές, θέτει όρια στην αρνητική συμπεριφορά του παιδιού και το μαθαίνει πώς να χειρίζεται τα συναισθήματά του και να λύνει συγκρούσεις και προβλήματα.

Είναι δύσκολο πολλές φορές να θέτουμε όρια καθώς φοβόμαστε το τι μπορεί να προκαλέσει η απαγόρευση σε ένα παιδί, αλλά δεν χρειάζεται να απαγορεύουμε ή να είμαστε αυταρχικοί. Το μόνο που χρειάζεται είναι να το φέρνουμε μπροστά στις ευθύνες του μέσα σε ένα περιβάλλον που το αγαπά.

Στόχος του κάθε γονιού δεν πρέπει να είναι το να έχει ένα υπάκουο και υποχωρητικό παιδί, εξάλλου πολλά παιδιά ακολουθούν τους κανόνες και την πειθαρχία γιατί φοβούνται, χωρίς να κατανοούν την λογική πίσω από αυτούς.



Να κατανοήσουν τον πραγματικό σκοπό των κανόνων και των συνεπειών!



Να θυμάστε...

Δεν υπάρχει τέλειος γονιός, ούτε τέλεια παιδιά...

Τα λάθη είναι αναμενόμενα...

Αναγνωρίστε & διορθώστε τα λάθη σας...

Οπλιστείτε με υπομονή & επιμονή...

Στόχος: ένα ισορροπημένο και ευτυχισμένο παιδί!

Ο τελικός στόχος αξίζει τον αγώνα!

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!

Βιβλιογραφία

- Σιδέρης, Ν. (2009). Τα παιδιά δε θέλουν ψυχολόγο. Γονείς θέλουν.
- Παπαχριστόπουλος, Ν., Σαμαρτζή, Κ. (2009). Οικογένεια και νέες μορφές γονεϊκότητας
- Αγοραστός, Δ. (2014). Τρόποι Διαπαιδαγώγησης: Ένας Οδηγός για Γονείς.
- Βούρδας, Α. (2016). Θετικοί γονείς, Χαρούμενα παιδιά.
- ΕΚΠΑ (2017). Η διαπαιδαγώγηση στη σχολική ηλικία.
- Δημητρίου, Α. (2018). Τα μικρά αφεντικά. Θέτουμε όρια στα παιδιά μας.
- Γεωργίου, Σ. (2000). Σχέση σχολείου-οικογένειας και ανάπτυξη του παιδιού.
- Δήμου, Μ. (2021) Οριοθέτηση της συμπεριφοράς του παιδιού
- Herbert, M. (2000). Τα όρια στη συμπεριφορά των παιδιών (Θ. Τσοβίλης, Μτφ).