



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΥΠΟΘΕΣΕΩΝ  
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΚΑΙ  
ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗΣ ΤΗΣ ΦΤΩΧΕΙΑΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ  
ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ  
ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ  
ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ  
ΕΘΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ  
ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ  
ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΑΡΧΗ ΤΟΥ Ε.Π. ΕΒΥΣ  
ΤΟΥ ΤΕΒΑ



ΤΕΒΑ / FEAD  
ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ  
Ταμείο Ευρωπαϊκής Βοήθειας  
προς τους Απόρους



# Συμβουλές για γονείς

Μικρά μυστικά για υγιείς σχέσεις

Δ/ση Κοινωνικής Μέριμνας, Περιφέρειας Κρήτης  
Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο

# Βασικές διαστάσεις γονεϊκού ρόλου

---

Υπάρχουν διαφορετικοί τύποι γονέων βάσει των διαστάσεων της στοργής που δείχνουν προς το παιδί και του ελέγχου που ασκούν σε αυτό. Η στοργή έχει να κάνει με το πόσο ανταποκρίνονται και αποδέχονται οι γονείς το παιδί, ενώ ο έλεγχος αφορά το κατά πόσο οι γονείς προσπαθούν να ελέγξουν τη συμπεριφορά του παιδιού τους είτε μέσω ενός γονεοκρατικού αυστηρού μοντέλου, είτε μέσω ενός παιδοκεντρικού μοντέλου που ενισχύει την αυτονομία.

Η αποδοχή του παιδιού αποτελεί τον κυριότερο παράγοντα για την ανάπτυξη ενός ψυχικά και σωματικά υγιούς ατόμου. Αντίθετα, η απόρριψη του παιδιού προκαλεί ανασφάλεια, χαμηλή αυτοεκτίμηση, έλλειψη εμπιστοσύνης και οδηγεί το παιδί να βιώνει ματαίωση θυμό και φόβο.



Οι γονείς που αποδέχονται τα παιδιά τους είναι φιλικοί και στοργικοί μαζί τους. Δείχνουν την αγάπη τους περισσότερο, ενισχύουν και επιδοκιμάζουν, παίρνουν ευχαρίστηση από τη συντροφιά τους, κατανοούν τα σφάλματα και τις δυσκολίες. Οι απορριπτικοί γονείς, δείχνουν λιγότερο τη στοργή τους, αμείβουν λιγότερο, ασκούν κριτική, μεγαλοποιούν τα λάθη των παιδιών τους (Παρασκευόπουλος, 1985).

Ο κάθε γονέας, επομένως, διαμορφώνει ένα γονεϊκό τύπο, ο οποίος είναι ενδεικτικός των απόψεων του σχετικά με την τιμωρία, την πειθαρχία, τον έλεγχο, τη συναισθηματική εγγύτητα και την εμπλοκή (Reitman et al., 2002). Διαμορφώνει κανόνες, οι οποίοι βασίζονται στην αξιολόγηση της συμπεριφοράς του παιδιού, καθώς και στην αποδοχή ή μη του παιδιού και των χαρακτηριστικών του.

Ο γονεϊκός τύπος είναι, λοιπόν, ένα γενικό πλαίσιο αντιλήψεων και στάσεων για τους τρόπους που θα πρέπει να εφαρμόζονται οι γονεϊκές πρακτικές (Lee et al., 2006).

Σύμφωνα με τα παραπάνω, έχουν παρατηρηθεί τέσσερις τύποι γονεϊκής συμπεριφοράς (Baumrind, 1991):

■ **ο δημοκρατικός**

(υψηλά επίπεδα ελέγχου – υψηλά επίπεδα ανταπόκρισης)

■ **ο αυταρχικός**

(υψηλά επίπεδα ελέγχου – χαμηλά επίπεδα ανταπόκρισης)

■ **ο παραχωρητικός**

(χαμηλά επίπεδα ελέγχου – υψηλά επίπεδα ανταπόκρισης)

■ **ο αδιάφορος**

(χαμηλά επίπεδα ελέγχου – χαμηλά επίπεδα ανταπόκρισης)

# Δημοκρατικός τύπος

Οι δημοκρατικοί γονείς.....

- Ασκούν έλεγχο αλλά με ευέλικτο τρόπο, όχι άκαμπτο και απόλυτο. Ο έλεγχος τους χαρακτηρίζεται από σταθερότητα, αλλά είναι επιδεκτικός αλλαγών και τροποποιήσεων κάτω από ορισμένες συνθήκες.
- Ενθαρρύνουν το παιδί να είναι ανεξάρτητο, ωστόσο θέτουν όρια στην συμπεριφορά του και είναι απαιτητικοί, (σε λογικά πλαίσια), ανάλογα με την ηλικία και τις ιδιαιτερότητες του παιδιού.
- Αλληλεπιδρούν λεκτικά σε μεγάλο βαθμό: συζητούν, ανταλλάσσουν απόψεις με το παιδί τους, είναι ζεστοί και στοργικοί και χρησιμοποιούν λογικά επιχειρήματα ώστε να πετύχουν τους στόχους τους.
- Ακούν το παιδί, είναι δεκτικοί στα μηνύματα του. Χρησιμοποιούν την ενεργητική ακρόαση και την αντανakλαστική ακοή ως δεξιότητες επικοινωνίας.
- Δίνουν σημασία στα όρια και επιδιώκουν την απόκτηση εσωτερικής πειθαρχίας στο παιδί τους, δίχως να παραγκωνίζουν την σημασία της ανεξαρτησίας και της μοναδικότητας του.
- Αναγνωρίζουν ότι έχουν ιδιαίτερα δικαιώματα ως γονείς, αλλά επίσης ότι το παιδί έχει ξεχωριστά ενδιαφέροντα και ιδιαίτερες ανάγκες.
- Θεωρούν ότι η ύπαρξη ιεραρχίας και οι διακριτοί ρόλοι είναι απαραίτητα στοιχεία για την καλή λειτουργία της οικογένειας.

*Τα παιδιά των δημοκρατικών γονέων συνήθως:*

- Λειτουργούν πιο αποτελεσματικά στο γνωστικό τομέα σε σχέση με άλλα παιδιά.
- Διακρίνονται από επιμονή όσον αφορά στην επίτευξη του στόχου που κάθε φορά αναλαμβάνουν και σημειώνουν καλές ακαδημαϊκές επιδόσεις.
- Χαρακτηρίζονται από κοινωνική ωριμότητα, από υψηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση ως προς την εκπλήρωση νέων καθηκόντων.
- Έχουν αυτοέλεγχο, ο οποίος τα βοηθά να αντιστέκονται στην υιοθέτηση διασπαστικής συμπεριφοράς.

## **Αυταρχικός τύπος**

Οι αυταρχικοί γονείς.....

- Αξιολογούν τη συμπεριφορά και τις στάσεις του παιδιού με απόλυτα κριτήρια.
- Δίνουν μεγάλη σημασία στην υπακοή καθώς οι ίδιοι επιδεικνύουν σεβασμό για την εξουσία.
- Αναγκάζουν το παιδί να ακολουθήσει τις οδηγίες και τις επιθυμίες τους χωρίς να καταφεύγουν στη συζήτηση, στην επιχειρηματολογία και στον δημοκρατικό διάλογο.
- Επιδεικνύουν σεβασμό στην εργατικότητα και τη σκληρή προσπάθεια (όταν αυτή καταλήγει σε θετικό αποτέλεσμα).
- Αλληλεπιδρούν ελάχιστα λεκτικά με το παιδί, θεωρώντας ότι αυτό θα πρέπει να συμμορφώνεται στις επιθυμίες του γονέα, σε αυτό που ο γονέας θεωρεί σωστό.

- Έχουν άγχος όσον αφορά στην κοινωνική σύγκριση. Επιθυμούν από το παιδί τους την πρωτιά στον ακαδημαϊκό τομέα, αλλά και γενικά σε όλες τις δραστηριότητες στις οποίες αυτό επιδίδεται και το συγκρίνουν με άλλα παιδιά για να ενισχύσουν το κίνητρο για επιτυχία.
- Έχουν υψηλό βαθμό απαιτήσεων αλλά και χαμηλό βαθμό ανταπόκρισης.
- Είναι πολύ απαιτητικοί, ασυμβίβαστοι, θέτουν αυστηρούς κανόνες και προσδοκούν απόλυτη υπακοή από το παιδί τους.
- Οι απαιτήσεις τους είναι τόσο πολλές και μεγάλες, που δεν συμβαδίζουν με την ηλικία του παιδιού.
- Νιώθουν άνετα μόνον όταν έχουν οι ίδιοι τον έλεγχο της κατάστασης.
- Θέλουν όπωσδήποτε το παιδί τους να ανήκει στην κατηγορία των νικητών.

*Τα παιδιά των αυταρχικών γονέων συνήθως:*

- Δεν είναι ευχαριστημένα με τον εαυτό τους, είναι ανικανοποίητα.
- Δεν έχουν στόχους, δυσκολεύονται να δεσμευτούν σε οποιοσδήποτε στόχο και να επενδύσουν στην επίτευξή του.
- Παραιτούνται εύκολα από την προσπάθεια και απογοητεύονται γρήγορα.
- Επιδεικνύουν μικρή ανοχή στη ματαίωση.
- Είναι αποσυρμένα, επιδεικνύουν εσωστρέφεια, είναι φοβισμένα και με χαμηλή αυτοεκτίμηση.
- Δεν εμπιστεύονται εύκολα τους άλλους και συχνά τους συμπεριφέρονται με επιθετικότητα όταν βρίσκονται υπό πίεση.
- Δυσκολεύονται να αναλάβουν πρωτοβουλίες, κυριαρχούνται από φόβο και στερούνται αυθορμητισμού.

- Διστάζουν, δειλιάζουν, αμφιταλαντεύονται γιατί δεν έχουν πραγματικά πειστεί για την αγάπη των γονιών τους.

## Παραχωρητικός τύπος

Οι παραχωρητικοί γονείς:

- Δεν ασκούν έλεγχο, αφήνουν το παιδί να ρυθμίσει μόνο του την συμπεριφορά του και δεν το ενθαρρύνουν να υπακούει σε εξωτερικά προσδιορισμένους κανόνες.
- Προσπαθούν να χρησιμοποιήσουν την λογική και όχι την εξουσία τους για να επιτύχουν στόχους.
- Δεν είναι απαιτητικοί, έχουν λίγες απαιτήσεις όσον αφορά στις δουλείες του σπιτιού και στη διατήρηση της τάξης.
- Δεν είναι τιμωρητικοί και αποδέχονται τις παρορμήσεις του παιδιού.
- Συζητούν με το παιδί τις τακτικές που ακολουθούν και παρέχουν εξηγήσεις σχετικά με τους κανόνες της οικογένειας.

*Τα παιδιά που μεγαλώνουν με ανεκτικούς γονείς συχνά:*

- Μπορεί αρχικά να διακρίνονται από υψηλότερη αυτοεκτίμηση και κοινωνικές δεξιότητες, συγκρινόμενα με τα παιδιά των υπολοίπων γονικών τύπων, αλλά συχνά, μακροπρόθεσμα, πλήττεται τόσο η αυτοεκτίμησή τους, όσο και οι κοινωνικές τους δεξιότητες.
- Είναι πιο πιθανό να παρουσιάσουν συμπεριφορικά προβλήματα και να μην τα καταφέρουν τόσο καλά στο σχολείο.
- Είναι περισσότερο εγωκεντρικά, παρορμητικά και ανυπάκουα από τα άλλα παιδιά.

- Έχουν χαμηλό αυτοέλεγχο και μικρή ικανότητα να χειριστούν το άγχος και διακρίνονται από χαμηλή ανοχή στην ματαίωση.
- Είναι πιο ανώριμα, δυσκολεύονται να αναλάβουν πρωτοβουλίες και ευθύνες, ενώ, εμφανίζονται υπερβολικά απαιτητικά και εξαρτώμενα από τους ενήλικες.
- Δυσκολεύονται να σεβαστούν τους άλλους.
- Δυσκολεύονται να φέρουν εις πέρας έναν πιο μακροπρόθεσμο στόχο και να εφαρμόσουν τα σχέδια που έχουν καταστρώσει.
- Είναι πολύ επιεική με τον εαυτό τους.
- Δεν τους αρέσει να ακολουθούν κανόνες.
- Δεν αναλαμβάνουν ευθύνη για την κακή τους συμπεριφορά.
- Μαθαίνουν να παίρνουν και όχι να δίνουν, με αποτέλεσμα να μην διαμορφώνουν ισορροπημένες και ισότιμες σχέσεις με τους άλλους.
- Δυσκολεύονται να νιώσουν αληθινή συμπόνια για τον συνάνθρωπο τους και να δείξουν αλληλεγγύη προς τους άλλους.
- Ως αποτέλεσμα των παραπάνω, είναι πολύ πιθανό να έχουν λίγους φίλους.





# Αδιάφορος τύπος

Στους αδιάφορους γονείς ...

- Αν και η ανεκτικότητα αποτελεί το πρώτο βασικό χαρακτηριστικό τους, το δεύτερο είναι η αδιαφορία.
- Αν και είναι υπερβολικά εμπλεκόμενοι και ανεκτικοί...είναι όμως αδιάφοροι.
- Αλληλεπιδρούν όσο το δυνατόν λιγότερο με τα παιδιά τους.
- Έχουν χαμηλές απαιτήσεις από τα παιδιά τους.
- Δεν εμπλέκονται στην ζωή των παιδιών και τα αφήνουν να ενεργήσουν όπως επιθυμούν.
- Δεν ενεργοποιούν, δεν οργανώνουν, δεν πειθαρχούν, δεν παρακολουθούν και δεν επιτηρούν τα παιδιά τους, και ίσως ενεργά τα απορρίπτουν.
- Έχουν λίγες απαιτήσεις και δεσμεύονται ελάχιστα όσον αφορά στην ανατροφή των παιδιών τους, στα οποία παρέχουν συνήθως τα απολύτως αναγκαία: τροφή, ρουχισμό και κατάλυμα.
- Γνωρίζουν ελάχιστα για τις δραστηριότητες των παιδιών τους
- Δείχνουν μικρό ενδιαφέρον για τις εμπειρίες που έχουν τα παιδιά τους στο σχολείο ή με τους φίλους τους.
- Σπάνια συζητούν μαζί τους και δεν λαμβάνουν σχεδόν καθόλου υπόψη την γνώμη τους όταν παίρνουν αποφάσεις.
- Δομούν την ζωή τους με βάση τις δικές τους ανάγκες και τα δικά τους ενδιαφέροντα.
- Συνήθως διατηρούν τον εγωκεντρισμό της παιδικής τους ηλικίας ίσως επειδή οι ίδιοι δεν απόλαυσαν τις χαρές της ηλικίας αυτής και θέλουν να τις ζήσουν καθυστερημένα.

*Τα παιδιά των αδιάφορων γονέων:*

- Χαρακτηρίζονται από περισσότερα προβλήματα εσωτερίκευσης και εξωτερίκευσης.
- Σημειώνουν χαμηλότερη επίδοση στις γνωστικού τύπου δοκιμασίες.
- Είναι πιο ανώριμα και χαρακτηρίζονται από έντονα απορριπτική στάση προς τους γονείς τους, ιδιαίτερα κατά την εφηβική ηλικία.
- Μπορεί να αντιμετωπίσουν δυσκολίες ως προς την ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους, την εμπιστοσύνη, την αυτοεκτίμησή τους, ενώ συνήθως ανήκουν στην ομάδα υψηλού κινδύνου για παραμέληση και κακοποίηση.
- Επιδεικνύουν έλλειψη αυτοελέγχου, δεν συμμορφώνονται στους κανόνες, είναι πιο επιθετικά, δεν έχουν όρια και κινδυνεύουν περισσότερο από άλλους να υιοθετήσουν παραβατική συμπεριφορά.

Συνολικά, θα λέγαμε ότι η συγκεκριμένη κατηγορία παιδιών, εμφανίζει σημαντικές αποκλίσεις στην συμπεριφορά, οι οποίες μπορεί να φτάνουν στα όρια της διαταραχής και γενικά συγκροτούν μια ομάδα υψηλού κινδύνου, σε μεγαλύτερο βαθμό απ' ότι οι συνομήλικοί τους με γονείς που ανήκουν στις άλλες κατηγορίες.

## πεποίθηση - συμπεριφορά - αποτέλεσμα

Πεποίθηση γονέα	Συμπεριφορά γονέα	Αποτελέσματα στο παιδί
Πρέπει να ελέγχω	Απαιτεί υπακοή. Αμοίβει , τιμωρεί. Προσπαθεί να κερδίσει. Επιμένει ότι έχει δίκιο και το παιδί άδικο.	Επαναστατεί. Νιώθει ανήσυχος, αδικημένο. Ζητάει εκδίκηση ή παραιτείται. Υποκρίνεται, λέει ψέματα, κλέβει. Δεν έχει αυτοπειθαρχία.
Είμαι ανώτερος	Νιώθει οίκτο για το παιδί. Παίρνει την ευθύνη πάνω του. Υπερπροστατεύει. Παραχαιδεύει. Κάνει το παιδί να ντρέπεται για τον εαυτό του.	Λυπάται τον εαυτό του. Κατηγορεί, επικρίνει τους άλλους. Νιώθει ανεπαρκής. Περιμένει από τους άλλους. Νιώθει την ανάγκη να είναι ανώτερο.
Έχω δικαιώματα. Μου οφείλεις	Ασχολείται υπερβολικά με τη δικαιοσύνη. Δίνει με προϋποθέσεις.	«Οι άλλοι με αδικούν, με εκμεταλλεύονται». Δε τους εμπιστεύεται. Μαθαίνει να τους εκμεταλλεύεται.
Πρέπει να είμαι τέλειος	Απαιτεί από όλους τη τελειότητα. Ψάχνει για λάθη. Τον απασχολεί πολύ η γνώμη των άλλων. Πιέζει το παιδί για να φανεί εκείνος καλός.	Πιστεύει ότι ποτέ δεν είναι αρκετά καλό. Γίνεται τελειοκράτης. Νιώθει αποθαρρυσμένο. Ανησυχεί υπερβολικά για τη γνώμη των άλλων.
Δε με υπολογίζουν. Οι άλλοι έχουν περισσότερη σημασία από εμένα	Παραχαιδεύει το παιδί. Γίνεται σκλάβος του. Υποχωρεί στις απαιτήσεις του. Νιώθει ένοχος όταν λέει όχι.	Περιμένει από τους άλλους. Δεν έχει καλές κοινωνικές σχέσεις. Δε σέβεται τα δικαιώματα των άλλων. Γίνεται εγωιστής.

## ΕΝΘΑΡΡΥΝΣΗ

Χαρακτηριστικά ενθάρρυνσης	Μήνυμα προς το παιδί	Αποτελέσματα στο παιδί
Ενδιαφέρεται για την ικανότητα του παιδιού να αντιμετωπίσει θετικά τη ζωή.	Σου έχω εμπιστοσύνη ότι θα γίνεις υπεύθυνος και ανεξάρτητος.	Το παιδί αποκτάει το θάρρος να μην είναι τέλειο. Προσπαθεί. Έχει αυτοπεποίθηση. Αρχίζει να νιώθει υπεύθυνο για τη συμπεριφορά του.
Συγκεντρώνει τη προσοχή στην εσωτερική αξιολόγηση.	Σημασία έχει το πώς νιώθεις εσύ για τον εαυτό σου και για τις προσπάθειές σου.	Το παιδί μαθαίνει να αξιολογεί τη δική του πρόοδο και να παίρνει τις δικές του αποφάσεις.
Αναγνωρίζει τη προσπάθεια και τη βελτίωση.	Δεν είναι ανάγκη να είσαι τέλειος. Σημασία έχουν η προσπάθεια και η βελτίωση.	Το παιδί μαθαίνει να δέχεται τις προσπάθειες. Επιθυμεί να επιμείνει σε ένα έργο.
Συγκεντρώνει τη προσοχή στα θετικά σημεία στη συνεισφορά και στην εκτίμηση.	Η συνεισφορά σου μετράει. Λειτουργούμε καλύτερα σαν σύνολο μαζί σου. Εκτιμάμε αυτό που έχεις κάνει.	Το παιδί μαθαίνει να εργάζεται για το γενικό όφελος, όχι μόνο για το προσωπικό. Χαίρεται για τις επιτυχίες των άλλων όπως και για τις δικές του.

## Ο χρυσός κανόνας

Ο καλύτερος συνδυασμός αποτελείται τόσο από την άσκηση ελέγχου όσο και τη ζεστή οικογενειακή ατμόσφαιρα που επιδιώκουν να προσφέρουν οι δημοκρατικοί γονείς. Οι δημοκρατικοί γονείς καταφέρνουν αφενός να ασκήσουν έλεγχο, να έχουν απαιτήσεις από τα παιδιά τους για ώριμη συμπεριφορά επιβραβεύοντας κάθε καλή προσπάθεια και αφετέρου και οι ίδιοι να αποτελούν πρότυπα σταθερής συμπεριφοράς.



## Συμβουλές

Η ανάπτυξη μιας υγιούς προσωπικότητας και η δημιουργία ικανοποιητικών κοινωνικών σχέσεων είναι αποτέλεσμα της ισορροπίας ανάμεσα στην ανάγκη του παιδιού να απαιτεί από τους άλλους και στην ικανότητα του να αναγνωρίζει όσα απαιτούν οι άλλοι από αυτό συνδυασμός της θέσπισης ορίων και της θερμής ενθαρρυντικής στάσης που εκφράζει αποδοχή από την πλευρά των γονέων απεικονίζεται στο λεγόμενο δημοκρατικό γονέα.

Η ικανότητα να θέτει κάποιος όρια στον εαυτό του και στους άλλους είναι μια μακρά διαδρομή, όπου το κάθε βήμα περικλείει πρόοδο, σύγκρουση, ανασφάλεια, επιβεβαίωση, στασιμότητα.

Η θέσπιση ορίων είναι μια διαδικασία που διαρκεί σε όλη μας τη ζωή, έτσι μαθαίνουμε τι είναι σωστό και τι είναι λάθος, τι μας ταιριάζει και τι μας απωθεί, τι επιτρέπεται και τι απαγορεύεται, τι μας κάνει αποδεκτούς και τι μας απομακρύνει από τους άλλους. Πρόκειται για μια διαδικασία που συνοδεύεται από λάθη – λάθη που μας χαρίζουν μοναδικές και ανεπανάληπτες εμπειρίες.

Προτού θεσπίσουμε τους κανόνες είναι βασικό να κατανοήσουμε πως το «θέτω όρια» σημαίνει «οργανώνω τη ζωή του παιδιού μου» κάτι που είναι εξαιρετικά δύσκολο για το παιδί να κάνει μόνο του.

Οικογένειες που θέτουν κανόνες, τους οποίους δεν διατυπώνουν με σαφήνεια, είναι πιθανότερο να έχουν παιδιά που συμπεριφέρονται άσχημα. Ο καθορισμός σαφών ορίων είναι απαραίτητος προκειμένου να μάθουν τα παιδιά να επιδεικνύουν πιο κατάλληλες συμπεριφορές. Κάποια στιγμή όλα τα παιδιά θα εξετάσουν τους κανόνες των γονιών.

Πολλοί γονείς στην προσπάθεια τους να αντιμετωπίσουν την ανυπακοή των παιδιών τους έχουν δοκιμάσει τις αυστηρές τιμωρίες, τη σωματική και λεκτική επιθετικότητα, με λεκτικές επικρίσεις, εκφράσεις δυσαρέσκειας και τις χειροδικίες. Οι παραπάνω όμως, μέθοδοι αποδεικνύονται αναποτελεσματικές και συνήθως ενισχύουν την αρνητική συμπεριφορά των παιδιών τους, ενώ συγχρόνως δυσχεραίνουν τη μεταξύ τους σχέση.



Τα όρια χρειάζεται να είναι προβλέψιμα, όπου τα παιδιά μπορούν να γνωρίζουν τι έχουν να περιμένουν, τι επιτρέπεται και τι απαγορεύεται. Τα όρια χρειάζεται επίσης να είναι προσαρμοσμένα στις ανάγκες/δυνατότητες του παιδιού και να είναι αντίστοιχα της ηλικίας του. Όσο πιο μικρό είναι ένα παιδί, τόσο πιο κλειστά και περιορισμένα είναι τα όρια, ενώ όσο μεγαλώνει και αποκτά δεξιότητες, τόσο πιο ελαστικά γίνονται (Παπαδιώτη-Αθανασίου, 2000).

Τα υπερβολικά στενά όρια μπορεί να μειώσουν τη θέληση και την πρωτοβουλία του παιδιού. Όριο δε σημαίνει ασφυκτικός περιορισμός. Όποιος περιορίζει τα παιδιά κάτω από την ομπρέλα της προστασίας, τα κάνει διστακτικά και τελικά τα στερεί από πολύτιμες εμπειρίες που αποκομίζουν μόνο από την αντιπαράθεση, την τριβή και την επικοινωνία με τους άλλους ανθρώπους και το χώρο.

Προκειμένου ένα παιδί να πειθαρχήσει στους κανόνες που του τίθενται, χρειάζεται να αισθάνεται, ότι οι βασικές του ανάγκες καλύπτονται και να βιώνει αποδοχή, ζεστασιά και ενδιαφέρον. Η επιβολή πειθαρχίας βασίζεται στην αρχή «Δίνω και Ζητώ» (Παπαδιώτη-Αθανασίου, 2000).

Πίσω από κάθε παιδί που πιστεύει στον  
εαυτό του υπάρχει ένας ενήλικας που  
πίστεψε σε αυτό

Mathew Jacobson





## **Επιμέλεια: LaHeRS 2020**

Εργαστήριο Μελέτης Συμπεριφορών Υγείας και Οδικής Ασφάλειας (LaHeRS).

Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, Σχολή Επιστημών Υγείας,

Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο.

Τηλ. +30 2810 379514, 516, 528



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΥΠΟΘΕΣΕΩΝ  
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΙ  
ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗΣ ΤΗΣ ΦΤΩΧΕΙΑΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΑΝΑΡΧΩΣΙΝΟΥ  
ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ  
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΙΚΗ ΑΡΧΗ ΤΟΥ Ε.Π. ΕΒΥΣ  
του ΤΕΒΑ



ΤΕΒΑ / FEAD  
ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ  
Τομέιο Ευρωπαϊκής Βοήθειας  
προς τους Απόρους



Το παρόν έντυπο δημιουργήθηκε για τις ανάγκες του Υποέργου 1 της Πράξης  
«Κοινωνική Σύμπραξη Περιφέρειας Κρήτης-Αποκεντρωμένες προμήθειες τροφίμων και  
βασικής υλικής συνδρομής, Διοικητικές Δαπάνες και παροχή Συνοδευτικών Μέτρων  
2018–2019»