

# Παιδική παντοδυναμία ή όρια;

Χατζίκα Φωτεινή  
Σχολική Ψυχολόγος Msc



# Γιατί χρειάζεται να θέτουμε όρια στα παιδιά;

- Τα όρια δίνουν στα παιδιά την αίσθηση της ασφάλειας και της φροντίδας

έστω κι αν αντιδρούν ή δείχνουν ότι τους είναι δυσάρεστα

- Επίσης είναι ιδιαίτερα σημαντικά για την καλή συναισθηματική υγεία του παιδιού και την αυτονόμησή του!

# Γιατί χρειάζεται να θέτουμε όρια στα παιδιά;

- Για να προλαμβάνουμε αρνητικές ή ανεπιθύμητες συμπεριφορές.
- Για να αποτρέπουμε την κλιμάκωση καταστάσεων που μας αναγκάζουν να εξοργιζόμαστε.



# Τα όρια είναι αποτελεσματικά όταν είναι:

- *Δίκαια*
- *Σταθερά*
- *Σαφή*
- *Κατανοητά*
- *Φροντίζουμε να είμαστε συνεπείς και να τηρούμε την ίδια στάση, κάθε φορά που ένα όριο παραβιάζεται*

# Ας έχουμε υπ' όψιν μας ότι:

Η διαδικασία της οριοθέτησης, όπως και κάθε μορφή μάθησης είναι διαρκής και περιλαμβάνει:

- Δοκιμές και λάθη.
- Συγκρούσεις και εντάσεις.
- Διασαφήνιση των συνηθειών, των ηθικών αξιών και της καθημερινότητας κάθε οικογένειας.

# Σε ποιους τομείς θέτουμε όρια:

- Θέματα συμπεριφοράς
- Θέματα ασφάλειας
- Καθημερινή ρουτίνα  
(φαγητό, ύπνος, ντύσιμο,  
πρόγραμμα)
- Τηλεόραση, υπολογιστής



# Καλύτερα να επιβραβεύουμε παρά να απαγορεύουμε

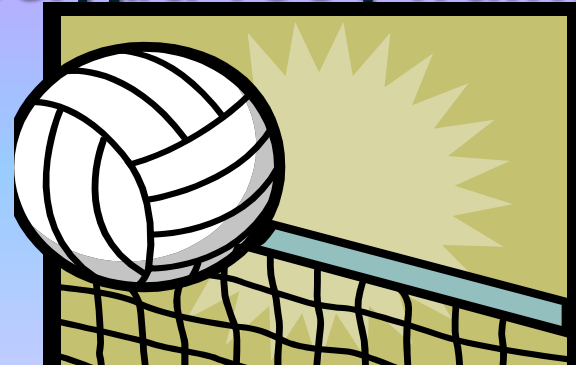
- Δίνουμε θετική ενίσχυση και προσοχή στις επιθυμητές συμπεριφορές
- *Επιβραβεύουμε την επιθυμητή συμπεριφορά*
- *Αγνοούμε τις αρνητικές συμπεριφορές.*

*Αυτό στο οποίο δίνουμε περισσότερη προσοχή είναι αυτό που θα εισπράττουμε περισσότερο!*



# Πώς βάζουμε τα όρια Στρατηγικές

- Θέτουμε κανόνες αποδεκτής συμπεριφοράς που να χαρακτηρίζονται από **συνέπεια και τους τηρούμε και οι ίδιοι!**
- Αν οι κανόνες αλλάζουν συνεχώς το παιδί μπορεί να αισθανθεί σύγχυση, θυμό και ματαίωση.
- **Ας πάρουμε για παράδειγμα τους παίκτες μιας ομάδας βόλει...**





# Πώς βάζουμε τα όρια Στρατηγικές

- Προετοιμάζουμε το παιδί, όταν πρόκειται να επισκεφθούμε ένα νέο περιβάλλον.
- Διασαφηνίζουμε τις προσδοκίες μας για τη συμπεριφορά του.
- Δημιουργούμε συνθήκες ή προτείνουμε τρόπους για να ανταπεξέλθει.
- Π.χ.  
*«Θα σταματήσουμε στην τράπεζα. Εκεί δεν θα μπορείς να τρέχεις, αλλά υπάρχουν μεγάλες καρέκλες για να καθίσεις και να διαβάσεις ένα βιβλίο. Ποιο βιβλίο θα ήθελες να πάρεις μαζί σου;»*

# Πώς βάζουμε τα όρια Στρατηγικές

- Διατυπώνουμε ξεκάθαρα τι επιθυμούμε αντί να τονίζουμε τι δεν επιθυμούμε.
- Δεν είναι αυτονόητο π.χ. να ξέρει ο σερβιτόρος τι θέλουμε αν εμείς απλώς του πούμε ότι δεν θέλουμε κόκα κόλα!!
- Ήρεμος τόνος φωνής
- Αποφασιστικό ύφος
- Ενιαία στάση γονέων
- Εξηγούμε στο παιδί για ποιον λόγο μπαίνει ένας περιορισμός ή απαγόρευση
- Διαρκής συζήτηση

# Πώς βάζουμε τα όρια Στρατηγικές

- Δεν είμαστε άκαμπτοι σε μικρές παρεκκλίσεις
- Αποφεύγουμε τα πολλά «όχι» και «μη»  
Χρήση κυρίως σε καθοριστικές συμπεριφορές του παιδιού
- Πιθανή ανάγκη διαπραγμάτευσης και αναπροσαρμογής των ορίων στην εφηβική ηλικία

# Πώς βάζουμε τα όρια Στρατηγικές

- Δίνουμε επιλογές στα παιδιά αντί για εντολές και αφήνουμε να βιώσουν τις συνέπειες των πράξεών τους

*π.χ. αν ένα παιδί δεν μελετήσει για το σχολείο, πιθανότατα να αισθανθεί ντροπή την επόμενη ημέρα σε ερωτήσεις του δασκάλου*

# Πώς βάζουμε τα όρια Στρατηγικές

Όταν ένα παιδί αποφασίζει το ίδιο για την επιλογή του, ενδιαφέρεται περισσότερο για το αποτέλεσμα και νιώθει περισσότερο την ευθύνη. Δώστε του την ευκαιρία να επιλέξει.

*Π.χ. «Μαρία προσπαθούμε να παρακολουθήσουμε τηλεόραση. Μπορείς να κάτσεις φρόνιμα και να δεις μαζί μας το πρόγραμμα ή να βγεις από το δωμάτιο»*

# Πειθαρχία σημαίνει καθοδήγηση, διδασκαλία και **ΌΧΙ ΤΙΜΩΡΙΑ**

Η τιμωρία  
προκαλεί αισθήματα  
θυμού και εκδικητικότητας

...δεν βοηθά τα παιδιά  
να μάθουν την αυτοπειθαρχία και  
τον εσωτερικό έλεγχο

..αποτελεί κακό  
πρότυπο συμπεριφοράς και  
Διαχείρισης διαφωνιών

.. συνήθως με το πέρασμα  
του χρόνου κλιμακώνεται για να  
πετύχει τη συμμόρφωση  
του παιδιού

..προκαλεί σύγχυση στα παιδιά

# Βλέπω και μαθαίνω

- ✓ Κατά κύριο λόγο (έως και 80%) το παιδί μαθαίνει με **μίμηση**. Δηλαδή ενεργοποιείται στο περιβάλλον του αποκτώντας ή τροποποιώντας μορφές συμπεριφοράς με βάση τη μιμητική ικανότητα.
- ✓ Η μάθηση είναι ιδιαίτερα **αυξημένη** και **μόνιμη** όταν το πρότυπο μίμησης είναι ενήλικας.

(Θεωρία Κοινωνικο-γνωστικής μάθησης, Bandura)

# Βλέπω και μαθαίνω

## □ Πλύσιμο χεριών





# Βλέπω και μαθαίνω

- Πλύσιμο χεριών



# Βλέπω και μαθαίνω

- Καθαριότητα



***ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΗΝ  
ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ***