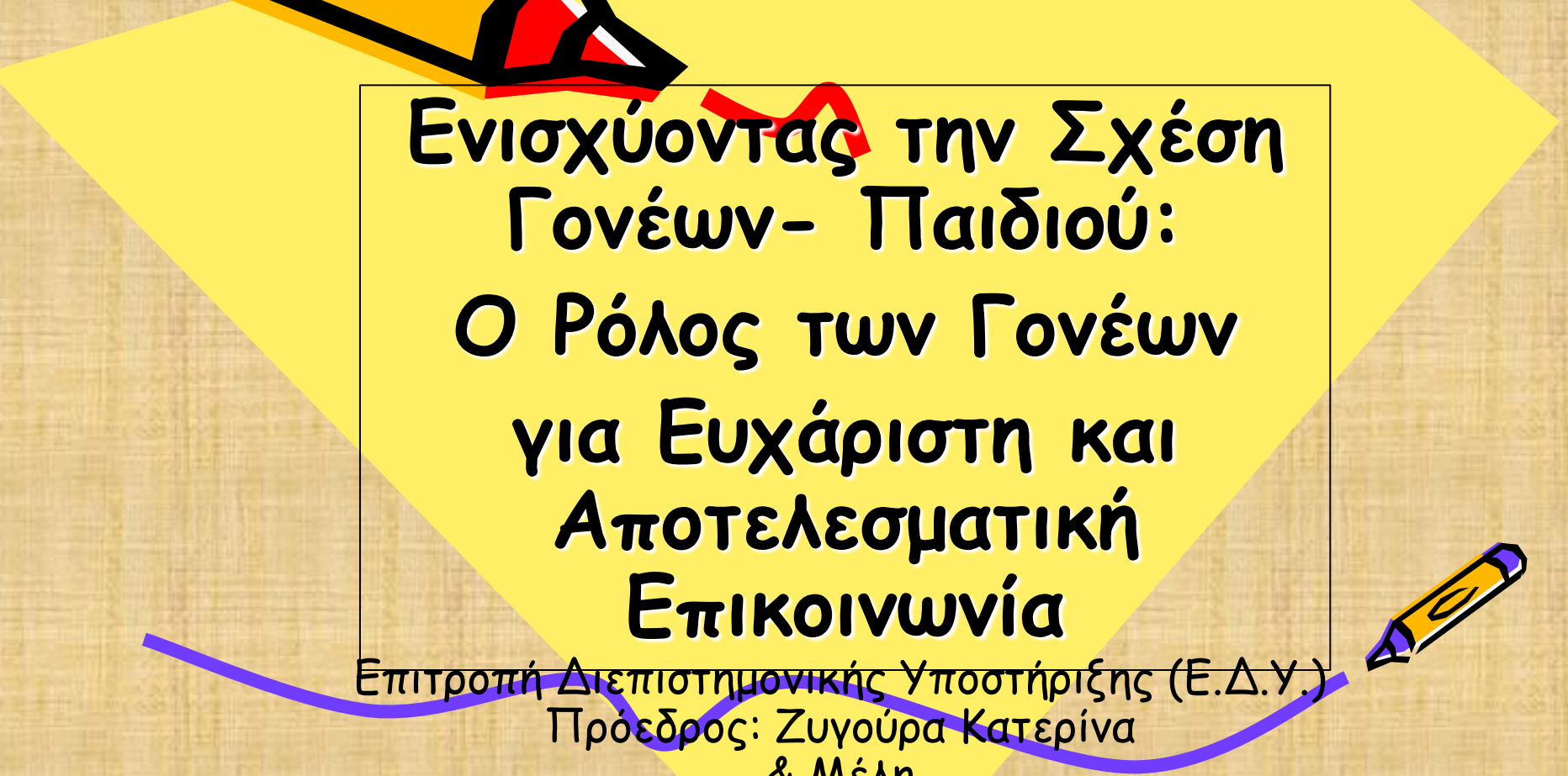


30° ΔΗΜ ΣΧΟΛΕΙΟ ΒΟΛΟΥ  
1<sup>η</sup> ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ-  
«ΣΧΟΛΗ ΓΟΝΕΩΝ»



**Ενισχύοντας την Σχέση  
Γονέων- Παιδιού:  
Ο Ρόλος των Γονέων  
για Ευχάριστη και  
Αποτελεσματική  
Επικοινωνία**



Επιτροπή Διεπιστημονικής Υποστήριξης (Ε.Δ.Υ.)  
Πρόεδρος: Ζυγούρα Κατερίνα  
& Μέλη

Εκπαιδευτικός Ε.Α.Ε: Θεοχάρη Κατερίνα  
Ψυχολόγος- Σύμβουλος (MSc): Μακρή Όλγα  
Κοινωνική Λειτουργός: Βίγλη Κυριακή

# ΣΤΟΧΟΙ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

- ❖ Τι σημαίνει **επικοινωνία**
- ❖ Ποια είναι τα **τυπικά λάθη** – «αγκάθια» στην επικοινωνία
- ❖ Επικοινωνία **Αποτελεσματική-Αποδοχή**
- ❖ Ποιο είναι το **προσωπικό μου στυλ-τύπος Γονέα**
- ❖ **Τεχνικές Οριοθέτησης**
  - Βελτιώνουμε τις **σχέσεις** μας
  - Αποφεύγουμε τις **παρεξηγήσεις**
  - Εμπνέουμε **κλίμα συνεργασίας**
  - Καλλιεργούμε την **αυτονομία** (τη δική μας, των παιδιών)

# Η ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- Η δυναμική διαδικασία όπου ένα άτομο
  - ΑΠΟΣΤΟΛΕΑΣ στέλνει
  - Μήνυμα σε κάποιο άλλο άτομο
  - Δέκτης- Παραλήπτης
  - ΑΠΟΚΩΔΙΚΟΠΟΙΗΣΗ
  - ΑΠΟΚΡΥΠΤΟΓΡΑΦΗΣΗ (κατανόηση του περιεχομένου του ΜΗΝ)
  - ΕΡΜΗΝΕΙΑ (φίλτρο: προσωπικό στοιχείο)
  - ΚΩΔΙΚΟΠΟΙΗΣΗ (δράση/ αντίδραση)



# ΤΑ «ΑΓΚΑΘΙΑ»- ΣΤΗΝ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- ΜΗ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΗ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ

- ΔΙΑΘΕΣΗ ΓΙΑ ΚΡΙΤΙΚΗ-ΗΘΙΚΟΛΟΓΙΑ

- ΤΑΜΠΕΛΟΠΟΙΗΣΗ

- ΠΟΛΛΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

- ΤΑΣΗ ΝΑ ΔΙΑΚΟΠΤΟΥΜΕ

- Απόσπαση από εξωτερικά ερεθίσματα

- «είναι ανοησία αυτό που κάνεις» ή «τα παιδιά στην ηλικία σου...»

- «είσαι κακό παιδί»

- Δική μας περιέργεια

- Μειωμένη ικανότητα να ακούμε (ακροαζόμαστε)

# Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΗ  
ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ

- Μη λεκτικά

- A. Στάση του σώματος

- B. Βλεμματική επαφή  
(με τα μάτια)

- Γ. Εκφράσεις  
προσώπου  
(συμφωνία)

- Δ. Ρυθμός της  
αναπνοής

# Η ΓΛΩΣΣΑ ΤΗΣ ΑΠΟΔΟΧΗΣ

- Μιλάμε δίνοντας χρόνο και χώρο στο άτομο («πώς πέρασες σήμερα στο σχολείο;» αντί για «πέρασες καλά σήμερα στο σχολείο»)
- Μιλάμε σε α' πρόσωπο («εγώ κουράζομαι με αυτή τη φασαρία» ΟΧΙ «κάνεις φασαρία»-ενοχοποιητικό)
- Μιλάμε ώστε να μεταφέρουμε κάθε φορά ένα μήνυμα (εμπειρία, ή συμπεριφορά, ή συναίσθημα)

# Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Ένα παιδί μιλά στη μητέρα του (τρεμάμενη φωνή- δεν κοιτάζει τη μητέρα)

«Κάτι συνέβη χθες που με πείραξε πολύ. Στο πάρκο είδα δυο αγόρια να χτυπούν έναν φίλο μου\* **Φοβόμουν\*\*\*** να πάω κοντά.. **Είμαι δειλός\*\*\***. **Δεν το είπα σε κανένα, δεν έκανα τίποτα»\*\***

ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΗ  
ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ

➤ Μη Λεκτικά

➤ Λεκτικά

Στην επικοινωνία διαχωρίζουμε τα επιμέρους μηνύματα

A. Σχετική εμπειρία\* (περιγραφή)

B. Σχετική συμπεριφορά\*\* (δράση)

Γ. Το συναίσθημα\*\*\*

# Τι περιμένει ένα παιδί

από την επικοινωνία με τους Γονείς του;

- **Ανατροφή** : Ανάγκη των παιδιών για αγάπη και ασφάλεια.
- **Όρια και καθοδήγηση**: Προσπάθεια να υπάρχουν κανόνες κατάλληλης συμπεριφοράς, ορισμός ανάρμοστης συμπεριφοράς- 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**: Διάθεση να εντοπίσουν οι Γονείς τις ικανότητες των παιδιών, την αίσθηση του προσωπικού ελέγχου- αυτονομίας, της πρωτοβουλίας (δεξιότητα να κατανοούν τη δική τους άποψη/συμπεριφορά, να επηρεάζουν τις απόψεις και τις συμπεριφορές των άλλων)



# Σύγκρουση του Παιδιού ανάμεσα στα Θέλω και τα Πρέπει

- ☞ Με σύστημα Πειθαρχίας, Θέσπιση ορίων και καθοδήγηση, όπου ενίοτε επέρχεται η αναστολή των επιθυμιών του παιδιού.
- ☞ Η Θέσπιση των ορίων προσφέρει στο παιδί Σταθερότητα, Ασφάλεια και σιγουριά,
- ☞ Τα στοιχεία αυτά το ενθαρρύνουν και το ενισχύουν και αποτελούν βασικά για την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού (ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΑΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΩΡΙΜΑΝΣΗΣ)

# ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΣΤΥΛ- Ο ΤΥΠΟΣ ΩΣ ΓΟΝΕΑΣ

Στη συμπεριφορά μου προς το παιδί επιθυμώ να είμαι:

- 1ος Τύπος «Ο Νικητής»: πρεσβεύω πως θα πρέπει να έχω τον έλεγχο λέγοντας «εγώ ξέρω το καλό σου»
- 2ος Τύπος «Ο Ηττημένος»: αφήνω μεγάλη ελευθερία στο παιδί «αφού το παιδί το θέλει...»
- 3ος Τύπος «Ο Αμφιταλαντευόμενος»: άλλοτε είμαι αυστηρός/-η με το παιδί και άλλοτε μαλακός/-η

# Γονεϊκά στυλ

Baumrind (1991)

Υψηλή Εμπλοκή



# Γονεϊκά Στυλ

Υψηλή προσδοκία ---- Εμπλοκή

☞ Μειωμένη Εμπλοκή + μειωμένες απαιτήσεις =  
**Laissez-faire** (ΑΜΕΛΕΣ ΓΟΝ. ΣΤΥΛ)

(δεν προσέχουν πολύ τα παιδιά τους-  
παραμέληση)

☞ Μειωμένη Εμπλοκή + υψηλές απαιτήσεις =  
**αυταρχικό γονεϊκό στυλ** (ζητούν αυστηρή  
υπακοή) (ΑΥΤΑΡΧΙΚΟ ΓΟΝ. ΣΤΥΛ)

# Γονεϊκά Στυλ

- ☞ Αυξημένη Εμπλοκή + μειωμένες απαιτήσεις = επιτρεπτικό/ χαλαρό γονεϊκό στυλ (μεγάλη ελευθερία στα παιδιά τους)  
(ΕΠΙΤΡΕΠΤΙΚΟ ΓΟΝ. ΣΤΥΛ)
- ☞ Υψηλή Εμπλοκή + υψηλές απαιτήσεις = γονεϊκό στυλ με κύρος και επισημότητα (ενδιαφέρον για τη ζωή των παιδιών - ΖΕΣΤΑΣΙΑ, ΔΙΑΘΕΣΗ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗΣ, ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΕΓΓΥΤΗΤΑ (ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΚΟ ΓΟΝ. ΣΤΥΛ)

# Προτεινόμενο γονεϊκό στυλ

Πιο αποτελεσματικό στυλ διαπαιδαγώγησης θεωρείται ο γονιός που έχει **ενεργητική εμπλοκή** και **συμμετοχή** στη ζωή του παιδιού του και παράλληλα θέτει υψηλές **προσδοκίες** και **στόχους** για τη συμπεριφορά των παιδιών του, εφαρμόζοντας εναλλακτικούς τρόπους διαπαιδαγώγησης.



# Ο ΒΑΣΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΑΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ

Αποδεικτή συμπεριφορά + Ενίσχυση =  
περισσότερο αποδεικτή συμπεριφορά.

Αποδεικτή συμπεριφορά + Μη Ενίσχυση =  
λιγότερο αποδεικτή συμπεριφορά.

.....

Μη Αποδεικτή συμπεριφορά + Ενίσχυση =  
Περισσότερο **μη** αποδεικτή συμπεριφορά.

Μη Αποδεικτή συμπεριφορά + Μη Ενίσχυση =  
Λιγότερο μη αποδεικτή συμπεριφορά.

# ΘΕΤΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ

## Πότε/ Πώς ενισχύουμε;

- ☞ Αμέσως μετά την εκδήλωση της επιθυμητής συμπεριφοράς.
- ☞ Ενισχύετε την πρόοδο & βελτίωση με κατάλληλους ενισχυτές.

## Τι χρησιμοποιούμε για να ενισχύσουμε:

- ☞ Χειροπιαστές αμοιβές (κάτι που αγαπά το παιδί, μικρής αξίας)
  - ☞ Κοινωνικές αμοιβές (λεκτική επιβράβευση, ένα χαμόγελο, μια αγκαλιά)
  - ☞ Συμβολική πληρωμή (αυτοκόλλητο, πίνακας επιβράβευσης με αστέρι για θετική συμπεριφορά)
  - ☞ Αυτοενίσχυση (έπαινος του εαυτού, εσωτερική ευχαρίστηση)





# Θετικά στοιχεία της τεχνικής

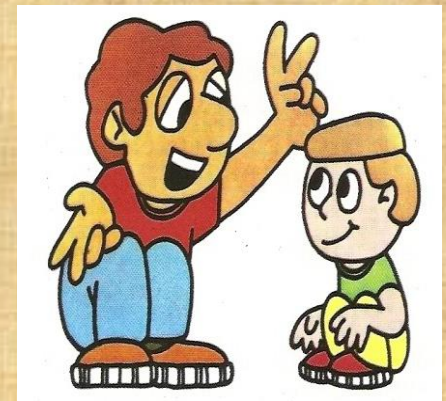
- Το παιδί γνωρίζει πως το φροντίζουν το ενθαρρύνουν, το αγαπούν.

- Δέχεται πιο ανώδυνα τις απαγορεύσεις.

Τι να προσεχθεί :

- Να μην υπερισχύουν οι υλικές ενισχύσεις των μη υλικών

- Δεν ενισχύουμε για όλες τις συμπεριφορές (αποδυνάμωση τεχνικής)



# Παράδειγμα 1

Η Μαρία (7 ετών) βγήκε το πρωί από το δωμάτιο της έτοιμη ντυμένη για το σχολείο.

Η μητέρα της λέει:

☞ Μπράβο Μαρία είναι σπουδαίο που ντύθηκες μόνη σου και δεν χρειάζεται να σε ντύσω για το σχολείο.

☞ Δεν σχολιάζει το ντύσιμο, καλημέρα Μαρία το πρωινό σου είναι έτοιμο.

# ΑΡΝΗΤΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ

Στερούμε από το παιδί ένα προνόμιο λόγω του ότι η **μη αποδεκτή συμπεριφορά** προκαλεί ανησυχία για την ασφάλεια του ή των άλλων

## Πότε/ Πώς χρησιμοποιούμε την Αρνητική ενίσχυση:

- Αμέσως μετά την εκδήλωση της ανεπιθύμητης συμπεριφοράς.
- Το παιδί γνωρίζει από πριν (έχει γίνει κατανοητή η συνέπεια που θα έχει- πριν από το επεισόδιο εκδήλωσης της μη αποδεκτής συμπεριφοράς) και για ποιο λόγο.
- Εξηγούμε ποια είναι η επιθυμητή συμπεριφορά.

## Τι χρησιμοποιούμε για την αρνητική ενίσχυση:

- Προγραμματισμένη επίσκεψη σε φίλο, παρακολούθηση αγαπημένου παιδικού, βόλτα κ.λπ

## Θετικά στοιχεία της τεχνικής

- Αποφεύγονται οι συγκρούσεις
- Το παιδί καταλαβαίνει την άμεση επίπτωση της συμπεριφοράς του.

### Τι να προσεχθεί :

- Να μην αποτελεί μόνιμη απειλή
- Να μην χρησιμοποιείται συχνά
- Να είναι ανάλογη της ανεπιθύμητης πράξης.
- Έχει καλύτερα αποτελέσματα σε παιδιά δημοτικού.



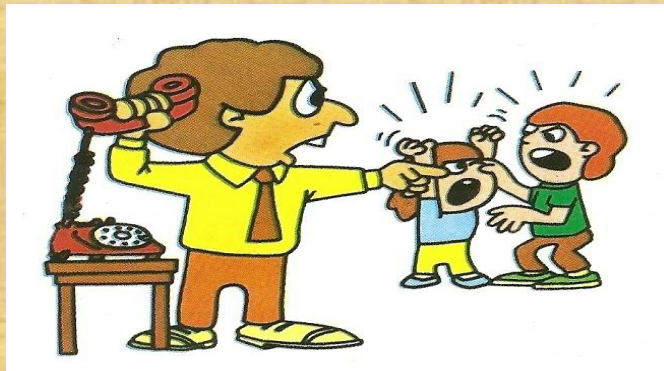
# Παράδειγμα 2

Ο Ιάσωνας (5 ετών) και ο Νικόλας (3 ετών) μαλώνουν στο σαλόνι και ο ένας σπρώχνει βία τον άλλον.

Ο πατέρας των αγοριών λέει:

☞ Σας έχω πει να μην μαλώνετε. Δεν σας αντέχω άλλο, ντροπή σας.

☞ Επειδή μαλώνετε, το lego που σας άρεσε και ήθελα να σας το αγοράσω ξεχάστε το.





# Παράδειγμα

Ο Δημήτρης και ο Νίκος έχουν σκορπισμένα τα παιχνίδια τους στο χώρο και δεν τα μαζεύουν.

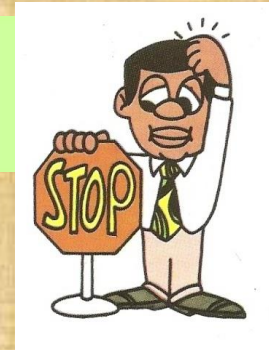
Γονείς :

☞ Αν δεν μαζέψετε τα παιχνίδια σας ξεχάστε τον κινηματογράφο το Σάββατο.

☞ Παιδιά αύριο θα κάνουμε καθαριότητα στα δωμάτια δεν μπορούμε να σκουπίσουμε αν είναι όλα σκόρπια . Θα τα μαζέψουμε σε σακούλες και θα κατέβουν στο υπόγειο αν αποφασίσετε να μην τα μαζέψετε.

☞ Σας έχουμε πει χίλιες φορές να μην πετάτε τα πράγματα από δω και από κει, δεν σας αντέχουμε άλλο.

# Το Διάλειμμα - (time-out)



## Πώς εφαρμόζεται

- Το παιδί οδηγείται σε ένα ήσυχο μέρος μέσα στο σπίτι (διαμορφωμένος χώρος «ως γωνιά της σκέψης»)
- Το παιδί θα πρέπει να ενημερωθεί για το χρονικό διάστημα που θα παραμείνει στη θέση αυτή.
- Οι Γονείς είναι ξεκάθαροι για το ποια είναι η ανεπιθύμητη συμπεριφορά και το επικοινωνούν ξεκάθαρα στο τέλος του χρόνου με το παιδί («δεν μου άρεσε αυτό που έκανες ...»)

**ΠΡΟΣΟΧΗ!** αναφορά στην συμπεριφορά

όχι κριτική στο παιδί «εσύ είσαι ...»

## Θετικά στοιχεία της τεχνικής

- Αποφεύγονται οι συγκρούσεις και η ένταση.
- Συνδέεται σταθερά το ερέθισμα με την αντίδραση.
- Το παιδί κατανοεί ότι η συμπεριφορά του είναι μη αποδεκτή όχι το ίδιο.
- Διορθώνει συμπεριφορές επιθετικότητας.

## Τι να προσεχθεί:

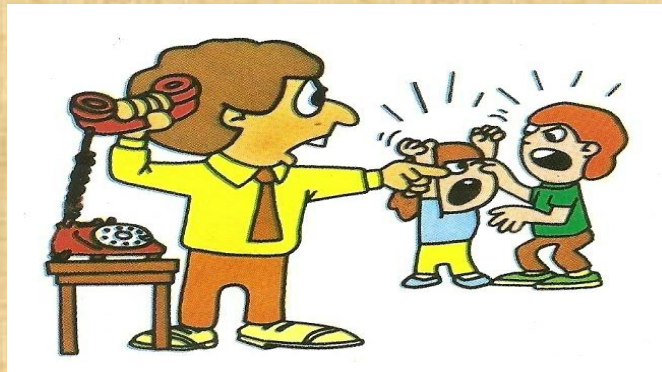
- Δεν ενδείκνυται για παιδιά κάτω των δύο ετών και άνω των 6 -8
- Αποδίδει μακροπρόθεσμα.
- Στόχος είναι η απομάκρυνση του παιδιού από την προβληματική κατάσταση.
- Ο γονιός δεν αλληλεπιδρά.
- Να υπάρχει χρόνος Time in



# Παράδειγμα 3

Τα δυο αδέρφια μαλώνουν στο διάδρομο μεταξύ τους. Ο πατέρας τους λέει:

- ➡ Σας έχω πει να μην μαλώνετε. Δεν σας αντέχω άλλο, ντροπή σας.
- ➡ Αν δεν σταματήσετε αυτή τη στιγμή θα καθίσετε στο χολ για 4 λεπτά ο καθένας να ηρεμήσετε.



# Μάθηση μέσω φυσικών & λογικών συνεπειών

Το παιδί διδάσκεται από την πραγματικότητα και την επιλογή των πράξεων του.

**Φυσική συνέπεια** : Το παιδί διδάσκεται από την φυσική τάξη των πραγμάτων. ( το παιδί που αρνείται να φάει θα πεινάσει).

**Λογική συνέπεια** : Το παιδί διδάσκεται από την πραγματικότητα του κοινωνικού περιβάλλοντος. π.χ Η τηλεόραση στη διαπασών. Ο γονιός: Καταλαβαίνω ότι θέλεις να δεις το αγαπημένο σου πρόγραμμα αλλά προσπαθώ να κοιμηθώ. Γι' αυτό ή χαμήλωσε την φωνή ή πήγαινε έξω να παίξεις. Αποφάσισε τι προτιμάς

# Πώς εφαρμόζεται

- Προτείνουμε στο παιδί εναλλακτικές λύσεις και δεχόμαστε την απόφασή του.
- Ο τόνος της φωνής του γονιού είναι σταθερός και δηλώνει αποδοχή της απόφασης και σεβασμό.
- Διαβεβαιώνουμε στο παιδί ότι θα έχει την ευκαιρία να ξαναδοκιμάσει αργότερα ή να αλλάξει απόφαση.
- Στην επανάληψη της αρνητικής συμπεριφοράς αυξάνουμε το διάστημα που το παιδί θα προσπαθήσει.



# Θετικά στοιχεία της τεχνικής

- ☞ 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.
- ☞ Διδάσκονται από το αποτέλεσμα της πράξης τους όχι από τις επιθυμίες άλλων προσώπων.

## Τι να προσεχθεί :

- ☞ Το παιδί θα πρέπει να είναι σε θέση να αποφασίσει και να το επιτρέπει συναισθηματική του ωριμότητα και η ηλικία του.
- ☞ Αν γίνεται με θυμό δεν έχει αποτέλεσμα.



Η Ελένη (10 ετών) έχει συμφωνήσει ότι θα διαβάσει τα μαθήματά της και μετά θα πάει στο πάρτι της Νικολέτας, χαζεύει όμως και δεν έχει ολοκληρώσει. Την ώρα του πάρτι η Ελένη γκρινιάζει και ζητάει από την μητέρα της να πάει.

Μητέρα με ήρεμη φωνή:

☞ Ελένη με την στάση σου καταλαβαίνω ότι αποφάσισες να μην πας στο πάρτι. Μπορείς να δοκιμάσεις στο επόμενο πάρτι (αδιαφορεί για την γκρίνια και τηλεφωνεί στην μητέρα της Νικολέτας ενημερώνοντας ότι η Ελένη δεν θα πάει).

☞ Το καταλαβαίνω ότι το πάρτι είναι σημαντικό για σένα, πήγαινε στο πάρτι και θα βρεις χρόνο για τα μαθήματα.

☞ Χαζεύεις πάντα και δεν είσαι ώριμη και υπεύθυνη, γι αυτό δεν πρόκειται να πας στο πάρτι.

## ("Dreikurs & Cappel", 1979)

- ❖ Αν ένα παιδί ζει με επικρίσεις, μαθαίνει να καταδικάζει.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει μέσα στην εχθρότητα, μαθαίνει να φιλονικεί.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει με την κοροϊδία, μαθαίνει να είναι δειλό.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει με το φόβο, μαθαίνει να είναι ανήσυχος και φοβισμένο.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει με την ενθάρρυνση, μαθαίνει να έχει αυτοπεποίθηση.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει με την ανοχή, μαθαίνει να είναι καρτερικό.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει μέσα στην αποδοχή, μαθαίνει να αγαπά.
- ❖ Αν ένα παιδί ζει με δίκαια μεταχείριση μαθαίνει τη δικαιοσύνη
- ❖ Αν ένα παιδί ζει μέσα σε ασφάλεια μαθαίνει να εμπιστεύεται τον εαυτό του και το περιβάλλον.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!