

Θέματα διαπαιδαγώγησης και ανάπτυξης του παιδιού: Διαχείριση συμπεριφοράς

Μαθαίνω
για το
παιδί

Η διαδικασία εκμάθησης της «σωστής συμπεριφοράς» είναι μια δύσκολη διαδικασία, στη διάρκεια της οποίας ο γονιός καλείται πολλές φορές να συγκρατήσει τα νεύρα του και να μετρήσει την υπομονή του. Από την άλλη, κανένα παιδί δεν τα 'παρατάει' εύκολα όταν διεκδικεί την πραγματοποίηση μιας επιθυμίας του. Οπότε, ο γονιός χρειάζεται να γνωρίζει κάποιους τρόπους που θα τον βοηθήσουν να χειριστεί τις «δύσκολες συμπεριφορές» του παιδιού του.

Υπάρχουν δύο ερωτήσεις που πρέπει να απευθύνει στον εαυτό του ένας γονιός, οι οποίες αφορούν το παιδί του: 1) Θέλω ένα παιδί «εύκολο» ή ένα παιδί «στρατιωτάκι»; και 2) κάθε φορά που το παιδί μου φέρεται με έναν τρόπο αντίθετο από αυτόν που εγώ θέλω, σκέφτομαι γιατί φέρεται έτσι; Αναζητώ τις αιτίες της συμπεριφοράς του;

Η σωστή απάντηση στην 1^η ερώτηση, εάν ένας γονιός θέλει ένα «εύκολο παιδί» ή ένα «στρατιωτάκι», είναι ότι καμιά από τις δύο περιπτώσεις δεν είναι ψυχικά ωφέλιμη για το παιδί.

Το «υγιές συναισθηματικά παιδί» είναι το παιδί που θα κάνει τις επιθυμίες του πράξεις, αλλά παράλληλα θα γνωρίζει και θα τηρεί τα όρια που του θέτουν οι γονείς!

Η 2^η ερώτηση, αν ο γονιός ψάχνει την αιτία πίσω από τη συμπεριφορά του παιδιού του, προϋποθέτει ένα γονιό που ενδιαφέρεται για το παιδί του συνολικά και για την υγεία του και για τη ψυχική του ισορροπία.

Ο γονιός πάντα πρέπει να σκέφτεται: «Γιατί το παιδί μου φέρεται έτσι; Τι σφάλμα έγινε και τι μπορώ να κάνω για να το διορθώσω;» .

Τι κάνω, ως γονιός, όταν το παιδί μου έχει νεύρα;

- Δεν αρχίζω να του φωνάζω κι εγώ.
- Το ρωτάω ήρεμα τι το ενοχλεί ή τι το ενόχλησε.
- Του εξηγώ ήρεμα ότι με τις φωνές και τις απότομες κινήσεις (π.χ. πέταγμα αντικειμένων, κλωτσιές, σπρωξιές, κ.ά.) δεν μπορούμε να βρούμε λύσεις και το μόνο που πετυχαίνουμε είναι να συνεχίζουμε να έχουμε νεύρα.
- Όταν το παιδί μοιάζει κάπως να έχει ηρεμήσει, το παίρνω αγκαλιά και συζητώ μαζί του για αυτό που το ενόχλησε.
- Αν παρ' όλα αυτά το παιδί συνεχίζει να έχει νεύρα και να τα εκδηλώνει έντονα, του εξηγώ ότι θα ασχοληθώ μαζί του μόνο όταν σταματήσει να φέρεται έτσι και εγκαταλείπω το χώρο. Επανέρχομαι μόνο όταν το παιδί ηρεμήσει και συζητώ μαζί του.
- Καλό είναι, όποτε το παιδί φέρεται νευρικά, να έχουμε την ίδια αντιμετώπιση απέναντι του.



Τι κάνω ως γονιός όταν το παιδί μου είναι αφηρημένο (είτε όταν του μιλώ, είτε όταν βρίσκεται με άλλο κόσμο ή στα μαθήματα του) ή όταν το παιδί έχει χάσει το κέφι του ή αλλάζει συχνά η διάθεση του;

- Σκέφτομαι αν θα μπορούσε να το απασχολεί κάποιο γεγονός που αφορά τη ζωή της οικογένειας (π.χ. απουσία προσώπου, συγκρούσεις, αρρώστια, ταξίδι, γέννηση) και το συζητώ μαζί του ήρεμα. Σε κάθε περίπτωση, δε θα πρέπει να υπάρχει πιεστική απαίτηση από πλευράς του γονιού, προκειμένου να εκμαιεύσει αυτά που επιθυμεί από το παιδί του.
 - Αν το παιδί δείχνει να μη θέλει να μου πει, προσπαθώ ξανά μετά από μέρες και παρατηρώ αν υπάρχουν και άλλες αλλαγές στη συμπεριφορά του (π.χ. στο φαγητό, στον ύπνο, αν κλαίει πιο εύκολα, αν θυμώνει πιο συχνά, αν αποφεύγει να παίξει με άλλα παιδιά, κ.ά.).
 - Συμβουλευόμαι τον/την εκπαιδευτικό του παιδιού και διερευνώ πώς φέρεται στο σχολείο και αν χρειάζεται συνεργάζομαι μαζί του/της ή και με κάποιον ειδικό.
-

Τι κάνω όταν το παιδί μου «αντιμιλάει»;

- Του εξηγώ ότι αυτή η συμπεριφορά δεν οδηγεί σε μια λύση και ότι καταλαβαίνω την ενόχληση του. Συζητώ ήρεμα μαζί του σχετικά με το θέμα για το οποίο έχει θυμώσει.
 - Του ζητώ να μου εξηγήσει γιατί διαφωνεί σε αυτό που το λέω ή του ζητώ.
 - Αν το αντιμίστημα είναι βρισιά, του εξηγώ ότι δεν είναι τρόπος αυτός να εκδηλώνουμε τη διαφωνία μας ή το θυμό μας. Παραμένω ήρεμος/η και συζητώ μαζί του μέχρι να βρεθεί λύση στη διαφωνία μας.
-

Τι κάνω όταν το παιδί μου γίνεται επιθετικό (στο σχολείο, στο σπίτι) ή ανυπάκουο σε υπερβολικό βαθμό;

- Σκέφτομαι ότι συνήθως ένα παιδί αντιδρά με αυτόν τον τρόπο για να τραβήξει την προσοχή, οπότε αναρωτιέμαι μήπως εγώ ή ο άλλος γονιός το έχουμε παραμελήσει τελευταία.
- Σκέφτομαι ότι για να φέρεται έτσι σίγουρα ενοχλείται από κάτι ή έχει θυμώσει από κάτι, οπότε το ρωτώ ήρεμα αλλά επίμονα τι συμβαίνει.
- Του εξηγώ ότι η επιθετική συμπεριφορά δεν είναι λύση, ότι είναι καλύτερα να ζητάμε αυτό που θέλουμε από τον άλλον και ότι ο άλλος έχει δικαίωμα να μας αρνηθεί. Του υπενθυμίζω επίσης ότι η επιθετική συμπεριφορά προκαλεί επιθετικότητα και αυτό δεν είναι κάτι που θα του αρέσει εάν έχει αποδέκτη τον ίδιο.
- Προσέχω στο σπίτι να υπάρχει ήρεμη συμπεριφορά μεταξύ της οικογένειας και κάνω συχνά συζητήσεις για το πόσο πολύτιμο πράγμα είναι η ηρεμία για τις ανθρώπινες σχέσεις.
- Συνεργάζομαι με τον/την εκπαιδευτικό για την επιθετικότητα ή την ανυπακοή στο σχολείο.

Τι κάνω όταν το παιδί μου κλέβει «μικροπράγματα»;

- Σκέφτομαι ότι αυτή η συμπεριφορά δείχνει ότι το παιδί μου επιθυμεί πράγματα που δε μου τα ζητάει, οπότε το συζητώ μαζί του και του εξηγώ γιατί δεν μπορεί να έχει όλα όσα επιθυμεί.
- Σκέφτομαι ότι το παιδί μου θέλει περισσότερη αγάπη και προσοχή από όση του δείχνουμε σαν οικογένεια.
- Του ζητώ σταθερά να επιστρέψει αυτά που πήρε την επόμενη μέρα και ελέγχω αν το έκανε.

Τι κάνω όταν το παιδί μου είναι ιδιαίτερα αγχωμένο για το διάβασμα ή για τους βαθμούς του ή δυσκολεύεται να πει μάθημα, ενώ έχει διαβάσει (π.χ. τρέμει, ξεχνάει, κλαίει, «βρέχεται», κάνει εμετό);

- Αναρωτιέμαι αν εγώ, ως γονιός, το πιέζω να είναι καλός μαθητής/μαθήτρια.
- Αλλάζω στάση ως προς τις απαιτήσεις μου για το σχολείο, δηλαδή, γίνομαι πιο ελαστικός (π.χ. δεν το μαλώνω αν δεν έχει διαβάσει καλά το μάθημα του, αλλά το βοηθώ όπου χρειάζεται, του λέω ότι αν προσπαθήσει μπορεί να τα καταφέρει, ότι πιστεύω στις ικανότητες του κ.ά.).
- Του εξηγώ ότι έχει δικαίωμα στην αποτυχία και ότι δε χάλασε ο κόσμος αν δεν μπορεί να μάθει κάτι αμέσως, γιατί εγώ το βλέπω να προσπαθεί.
- Διαβάζω μαζί του και το επιδοκιμάζω σε κάθε προσπάθεια του.
- Ζητώ τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού και συνεργάζομαι μαζί του/της.

Τι κάνω όταν το παιδί μου αρνείται να διαβάσει ή αλλάζει στάση στο διάβασμα;

- Προσέχω να μην το πιέζω πολύ για το διάβασμα.
- Του εξηγώ γιατί είναι απαραίτητο οι άνθρωποι να έχουν κάποια μόρφωση.
- Με τη βοήθεια ειδικού ή του/ της εκπαιδευτικού προσπαθώ να κάνω την ώρα του διαβάσματος πιο ευχάριστη (π.χ. να του λέω ιστορίες από δικά μου παθήματα στο σχολείο, να παίζω μαζί του στο διάλειμμα από το διάβασμα, να έχω έναν ευχάριστο, καθαρό και ήσυχο χώρο, που να είναι ο δικός του χώρος για να διαβάζει).
- Προσπαθώ να καταλάβω αν το παιδί δε διαβάζει επειδή είναι αγχωμένο – ρωτάω αν υπάρχει κάτι που το αγχώνει ή αν εγώ κάνω κάτι που του δημιουργεί άγχος.
- Κάνω μαζί του πρόγραμμα διαβάσματος και ελέγχω αν το τηρεί διαβάζοντας μαζί του και επιδοκιμάζοντας το για κάθε μικρή επιτυχία του.



Φορείς Υλοποίησης

ΠΟΛΥΔΡΟΜΟ: Ομάδα και Περιοδική Έκδοση για τη Διγλωσσία και τον Πολυπολιτισμό στην Εκπαίδευση και την Κοινωνία & **ΤΕΠΑΕ, ΑΠΘ.**



www.polydromo.gr
polydromo@polydromo.gr

Συγγραφή κειμένου

Χάιντς Έλενα, PhD Ψυχολόγος

Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία

Συντονισμός Προγράμματος

Μπιρμπίλη Μαρία, Τσοκαλίδου Ρούλα

Τμήμα Επιστημών Προσχολικής Αγωγής και Εκπαίδευσης
Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Website: www.polydromo.gr/dialogos

Επιμέλεια - Επεξεργασία

Γεωργία Πετράκη, Εύη Μάρκου

Με την ευγενική στήριξη του

