

Νοέμβριος: Τα όρια στη συμπεριφορά των παιδιών

Αγαπητοί γονείς και εκπαιδευτικοί,

Η σχολική χρονιά έχει μπει σε ρυθμό και μαζί με τη χαρά της μάθησης εμφανίζονται και οι πρώτες προκλήσεις στη συμπεριφορά των παιδιών. Αυτόν τον μήνα λοιπόν θα μιλήσουμε για κάτι που, ενώ όλοι το αναγνωρίζουμε ως σημαντικό, συχνά δυσκολευόμαστε να το εφαρμόσουμε με συνέπεια: Τα όρια. Γιατί, χρειάζονται και πως μπορούμε να τα εφαρμόσουμε με τρόπο αποτελεσματικό. Θα ξεκινήσουμε και πάλι με μια μικρή αλληγορία...

“Στην άκρη ενός μικρού χωριού υπήρχε ένα παλιό μονοπάτι που περνούσε μέσα από το δάσος. Το μονοπάτι αυτό δεν ήταν φαρδύ ούτε τέλεια στρωμένο. Όμως ήταν πάντα εκεί, ήσυχο και σταθερό και οι χωρικοί το χρησιμοποιούσαν για να φτάσουν στη λίμνη καθώς ήταν ο μόνος δρόμος που οδηγούσε εκεί.

Μία όμορφη μέρα, κάποια παιδιά που ήθελαν να εξερευνήσουν το δάσος, αποφάσισαν να το παρακάμψουν. «Γιατί να ακολουθούμε πάντα την ίδια διαδρομή;» είπαν και βγήκαν στο δάσος από πιο ανοιχτές πλευρές, που έμοιαζαν πιο ελεύθερες.

Στην αρχή προχωρούσαν χαρούμενοι, όμως κάποια στιγμή καθώς το φως άλλαζε θέση και τα δέντρα έμοιαζαν τόσο ίδια, ένιωθαν να μπερδεύονται και άρχισαν να γυρίζουν γύρω από τα ίδια σημεία. Για καλή τους τύχη, ύστερα από ώρα, ένα παιδί πρόσεξε το παλιό μονοπάτι λίγα μέτρα πιο δεξιά και έτρεξαν να το ακολουθήσουν χωρίς να πουν τίποτα.. Από τότε, όταν ήθελαν να πάνε στη λίμνη, διάλεγαν πού θα περπατήσουν. Αλλά τις μέρες που ένιωθαν χαμένοι, έπιαναν ξανά το μονοπάτι — και το μονοπάτι ήταν πάντα εκεί.”

Το μονοπάτι λοιπόν της ιστορίας μας είναι τα όρια που ένα παιδί χρειάζεται κάποιες φορές να παραβλέψει στην προσπάθειά του να μάθει τον κόσμο και τις δυνατότητες του. Ταυτόχρονα, το ότι το μονοπάτι μένει πάντα εκεί — σταθερό, γνώριμο και οικείο — είναι ακριβώς αυτό που δίνει στο παιδί την ασφάλεια που χρειάζεται κάθε φορά που νιώθει μπερδεμένο, κουρασμένο ή φοβισμένο. Πως; Βοηθώντας το να αναγνωρίσει τις συνέπειες των πράξεων του και να καταλάβει που βρίσκεται και που πάει. Με άλλα λόγια, τα όρια δίνουν στα παιδιά ένα πλαίσιο που τους επιτρέπει να δοκιμάζουν τις δυνάμεις τους με ασφάλεια καθώς και έναν «οδηγό» για το πώς να λειτουργούν στον κόσμο και πως να οργανώνουν τη συμπεριφορά τους.

➤ **Βάζοντας όρια: Πρακτικές συμβουλές**

- **Πείτε το απλά και καθαρά:** Αν το όριο είναι μεγάλο ή μπερδεμένο, το παιδί δεν θα το καταλάβει.
- **Εξηγείστε το “γιατί”:** Π.χ. «Δεν μπορείς να δεις άλλη μια ώρα τηλεόραση, γιατί αύριο έχεις σχολείο και χρειάζεσαι ύπνο.»
- **Μείνετε ήρεμοι:** Η σταθερότητα στη φωνή μας δείχνει ασφάλεια.
- **Μην απειλείτε** αλλά, ενημερώστε αναλυτικά και προειδοποιείστε. Πείτε δηλαδή τι θα συμβεί αν δεν τηρηθεί ο κανόνας και κρατήστε το.
- **Επαινέστε τη συνεργασία:** Όταν το παιδί συμμορφώνεται, δείξε του ότι το πρόσεξες: «Μπράβο που θυμήθηκες μόνος σου να μαζέψεις τα παιχνίδια!»
- **Χρησιμοποιείτε Άμεσα θετική επιβράβευση** κάθε φορά που το παιδί δείχνει ότι κατανοεί και σέβεται τα όρια

- **Διατηρήστε σταθερότητα:** τα όρια λειτουργούν καλύτερα όταν δεν αλλάζουν κάθε μέρα ή ανάλογα με τη διάθεση. Αν μια μέρα λέμε «όχι» και την επόμενη «ναι», το παιδί μπερδεύεται και καταλαβαίνει ότι μπορεί να διαπραγματεύεται συνεχώς. Η σταθερότητα δεν σημαίνει ακαμψία· σημαίνει ότι όταν βάζω έναν κανόνα, τον τηρώ με ηρεμία και συνέπεια
- **Εξασφαλίστε την κοινή εφαρμογή των ορίων απ' όλους όσους εμπλέκονται στη διαπαιδαγώγηση του**

Και όταν δεν μπορούν να τα τηρήσουν;

Τα παιδιά δοκιμάζουν τα όρια όχι για να μας προκαλέσουν, αλλά για να βεβαιωθούν πως υπάρχει σταθερότητα γύρω τους. Και όταν τα ξεπερνάνε, δεν σημαίνει ότι οι κανόνες απέτυχαν, αλλά ότι χρειάζονται ακόμα μεγαλύτερη σταθερότητα. Μερικά πράγματα που μπορούν να βοηθήσουν:

- **Να εξηγούμε ήρεμα τι συνέβη και γιατί δεν ήταν σωστό,** ώστε να αρχίσει να καταλαβαίνει τη σύνδεση μεταξύ πράξης και αποτελέσματος.
- **Να συζητάμε με το παιδί και να συμφωνούμε εκ των προτέρων τις συνέπειες της συμπεριφοράς του.** (Οι συνέπειες έχουν νόημα όταν συζητούνται μαζί με το παιδί, όχι αυθαίρετα).

Πρακτικά παραδείγματα συνεπειών

Στο σπίτι

Συμπεριφορά: Δεν μαζεύει παιχνίδια

Συνέπεια: Τα παιχνίδια μπαίνουν σε κουτί για λίγες ώρες ή μέχρι την επόμενη μέρα

Φωνάζει ή χτυπάει

Χάνει λίγα λεπτά από την ώρα οθόνης ή αγαπημένη δραστηριότητα

Δεν ολοκληρώνει καθήκοντα

Τα κάνει σε καθορισμένο χρόνο με βοήθεια

Στο σχολείο

Συμπεριφορά: Διακόπτει ή δεν ακολουθεί κανόνες

Συνέπεια: Μείωση προνομίων (προσωρινή απώλεια συμμετοχής σε αγαπημένη δραστηριότητα), παρακολούθηση συμπεριφοράς σε «ημερολόγιο» χωρίς μεγάλες συζητήσεις και συνεργασία δασκάλου/οικογένειας για εφαρμογή συνεπειών στο σπίτι

Δεν ολοκληρώνει καθήκοντα

Εκτέλεση βοηθητικής δουλειά στην τάξη π.χ να τακτοποιήσει υλικά ή βιβλία (διαθεσιμότητα επιλογών)

Τρέχει ή φωνάζει

Παραμονή σε ήρεμη θέση για λίγα λεπτά/ απόμάκρυνση

Προκαλεί μικρές διαταραχές

Ανάληψη εργασιών που βοηθούν την τάξη (ανάληψη ευθυνών)

Μέχρι την επόμενη “συνομιλία” μας, λοιπόν να θυμάστε πως τα όρια δεν είναι αυστηρότητα, αλλά λειτουργούν σαν ένας χάρτης που βοηθά τα παιδιά να καταλάβουν πού βρίσκονται και τι μπορούν να περιμένουν.