



4, 5, 6, Μεγαλώνουμε!

Η συμπεριφορά του παιδιού μου και η αποτελεσματική διαχείρισή της

Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας χρειάζονται υποστήριξη και εξάσκηση για να μπορούν να ελέγχουν τα συναισθήματά και τις αντιδράσεις τους και να ενεργούν με θετικό τρόπο. Είναι γεγονός ότι με την τιμωρία, τα παιδιά αυτής της ηλικίας *δεν μαθαίνουν* πώς να ελέγχουν τη συμπεριφορά τους. Χρειάζεται να τους δοθούν εναλλακτικοί τρόποι για την επίλυση των διαφορών τους καθώς και δρόμοι έκφρασης των συναισθημάτων και των αναγκών τους με αποδεκτό τρόπο. (Bredecamp & Copple, 1998)

Πώς μπορώ:

- Να καθοδηγήσω τη συμπεριφορά του παιδιού;
- Να αποφύγω την τιμωρία;
- Να δείξω στο παιδί ποιες πράξεις του είναι μη αποδεκτές και γιατί;
- Να θεσπίσω κάποιους κανόνες στο σπίτι;
- Να βοηθήσω το παιδί να καταλάβει ότι υπάρχουν όρια στο τι μπορεί να κάνει;

Μπορώ!

- Να ενθαρρύνω το παιδί να υιοθετήσει και να διατηρήσει τις κατάλληλες συμπεριφορές.
- Να βοηθήσω το παιδί να εκφράζει τα συναισθήματά του με θετικό τρόπο.
- Να μάθω στο παιδί να επιλύει μόνο του τα προβλήματα που προκύπτουν.

ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΑ
ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΑ
Τ.Ε.Π.Α.Ε
Α.Π.Θ

Σε αυτό το τεύχος:

Λέμε όχι στην τιμωρία...	2
Λογική συνέπεια ή παράλογη τιμωρία;	2
Αυτοέλεγχος!	2
Πώς να διδάξω στο παιδί μου την κατάλληλη συμπεριφορά;	3
6 χρήσιμες πρακτικές για την επιβράβευση της συμπεριφοράς.	4
Πώς μπορώ να θέσω κανόνες; Τα ΝΑΙ και τα ΟΧΙ	4
Θέλω κάτι να σου πω! (διάλογος με το παιδί)	5
Διαβάστε-Δείτε Πληκτρολογήστε	5
Βιβλιογραφία	6

ΝΑΙ στην πειθαρχία, ΟΧΙ στην τιμωρία

Η πειθαρχία ταυτίζεται με τη διαχείριση συμπεριφοράς και αφορά την θέσπιση ορίων. Η διαδικασία αυτή θεωρείται ιδιαίτερα δύσκολη, κυρίως όταν έχουμε να κάνουμε με νήπια που διακρίνονται για την τάση τους να εξερευνούν το περιβάλλον και να δοκιμάζουν τις... δυνάμεις τους.



Υπάρχουν διαφορετικές προσεγγίσεις και φιλοσοφικές τάσεις που συνδέονται με την λέξη «πειθαρχία». Πολλοί γονείς θεωρούν ότι η πειθαρχία είναι συνώνυμη με τις λέξεις «τιμωρία» και «καταπίεση». Δεν πρόκειται όμως για το ίδιο πράγμα.

Λέμε «όχι» στην τιμωρία για 5 σημαντικούς λόγους

1. Γιατί είναι μία συνέπεια που συνήθως δεν συνδέεται με την «αταξία». Το να μην βγει το παιδί βόλτα αύριο, επειδή χάλασε το παιχνίδι του σήμερα, δεν έχει νόημα. Ενώ, μια λογική συνέπεια θα ήταν να προσπαθήσει να το επιδιορθώσει. Η συνέπεια της κάθε πράξης πρέπει να έχει μία χρονική και νοηματική σχέση με την ίδια την πράξη (Σάϊφερ, 2010).

2. Γιατί οδηγεί το παιδί σε αρνητική αυτοαντίληψη και του προκαλεί θυμό ή ντροπή. Συνήθως, μετά από μία αταξία, βάζουμε το παιδί τιμωρία και λέμε «είσαι κακό παιδί». Αυτό του δημιουργεί την εντύπωση πως σ' αλήθεια είναι κακό και αποκτά λανθασμένη εικόνα για τον εαυτό του. (Bredescamp & Coppie, 1998). Αντί αυτού, μπορούμε να επικεντρωθούμε στην ίδια την πράξη του παιδιού,

λέγοντας: «Έκανες μια πράξη που δεν είναι σωστή και αυτό με στεναχώρησε» (Σάϊφερ, 2010).

3. Γιατί μετά από λίγο το παιδί έχει ξεχάσει τους λόγους που βρίσκεται τιμωρημένο και είναι θυμωμένο που τιμωρήθηκε. Πολύ πιθανό, μάλιστα, να σκεφτεί τρόπους να εκδικηθεί κι έτσι να ξεκινήσει νέα διαμάχη (Γκότοβος, 2002).

4. Γιατί δεν διδάσκει αυτοσυγκράτηση στο παιδί. Η αφαίρεση δικαιωμάτων, η τιμωρία αλλά και οι «ανταμοιβές», όπως αυτοκόλλητα ή δωράκια για την καλή συμπεριφορά, τυχάνει να είναι αρκετά αποτελεσματικές στην άμεση αλλαγή συμπεριφοράς, αλλά έχουν προσωρινό χαρακτήρα και δίνουν όλο τον έλεγχο στον ενήλικα. Επιπλέον, δεν βοηθούν

στην ανάπτυξη του αυτοελέγχου και της αυτοαντίληψης (Ματσαγγούρας, 2006). Με την τιμωρία το παιδί δεν αισθάνεται την ανάγκη να αλλάξει την διαγωγή του. Προσπαθεί μόνο να αποφύγει τις συνέπειες ή να κερδίσει οφέλη όπως π.χ. ένα νέο παιχνίδι (Γκότοβος, 2002).

5. Καταστέλλει το πρόβλημα και δίνει μία προσωρινή λύση. Με την τιμωρία σταματά μεν η ένταση της στιγμής αλλά δε δίνεται ο χρόνος και η βοήθεια στο παιδί να αντιληφθεί την πράξη του και τις συνέπειές της. Αν όμως ο ενήλικας πει «Δεν θα έχουμε πια ωραία βιβλία αν τα σχίζουμε», είναι πιο εύκολο για το παιδί να κατανοήσει τις συνέπειες που θα έχει η πράξη του και να την αποφύγει (Σάϊφερ, 2010).

Λογική συνέπεια ή παράλογη τιμωρία;

«*Αν συνεχίζεις να σκίζεις τα βιβλία θα χρειαστεί να τα μαζέψω για να τα προσφυλάξω*»

Οι λογικές συνέπειες δεν έχουν τον αυθαίρετο, εκδικητικό και άδικο χαρακτήρα της τιμωρίας που αποθαρρύνει τα παιδιά. Αντίθετα εξηγούν και τα βοηθάνε να κατανοήσουν *που* έκαναν λάθος και *γιατί* δεν πρέπει να το επαναλάβουν. **Αλλά....**

«*Αν δεν φας όλο το φαγητό σου, δεν θα κάνεις ποδήλατο*»

Αυτή η έλλειψη σύνδεσης μεταξύ της συμπεριφοράς του παιδιού και της τιμωρίας προκαλεί σύγχυση στα παιδιά και τους δίνει την αίσθηση ότι τα εκδικούμαστε.

Εξάλλου η τιμωρία από μόνη της ποτέ δεν μετέτρεψε έναν «κακό» χαρακτήρα σε καλό και ποτέ δεν

δίδαξε μια σωστή συμπεριφορά καθώς το μόνο που δείχνει είναι *τι δεν πρέπει* να κάνει ένα παιδί.

Ας μείνουμε λοιπόν στις λογικές συνέπειες για να έχουμε αποτελέσματα. Και ας θυμόμαστε ότι...

Το κλειδί για επιτυχημένες λογικές συνέπειες είναι να εφαρμόζονται άμεσα και να έχουν άμεση σχέση με τη μη αποδεκτή συμπεριφορά.

Αυτοέλεγχος! Ένα βήμα για την κατάκτηση της αποδεκτής συμπεριφοράς

Ακόμη κι αν τα παιδιά ξέρουν ποια είναι η κατάλληλη συμπεριφορά που περιμένουμε από εκείνα, είναι πιθανόν να μην μπορούν να συμπεριφερθούν με κοινωνικά αποδεκτό τρόπο. Εκτός από το να ξέρουν τι πρέπει να κάνουν, πρέπει να ενεργούν σωστά, ακόμα και όταν δεν θέλουν ή δεν παρακολουθούνται. Καθώς βοηθάτε τα παιδιά να αποκτήσουν αυτή την ικανότητα, να θυμάστε ότι οι ανταμοιβές (π.χ. σοκολάτα) για την καλή συμπεριφορά ή η τιμωρία για την «κακή» συμπεριφορά δεν βοηθούν τα παιδιά να αποκτήσουν αυτό-έλεγχο. Στόχος μας είναι να βοηθήσουμε τα

παιδιά να αναπτύξουν ένα σχέδιο ελέγχου του θυμού ή των έντονων αντιδράσεων τους.



Όταν θα νιώθουν ήρεμα, **συζητήστε** μαζί τους για αυτά που νιώθουν.

Δείξτε τους τον τρόπο έκφρασης του θυμού με λόγια, και όχι με πράξεις βίας π.χ. «ξέρω ότι είσαι θυμωμένη και είναι καλύτερα να το πεις αυτό

στην Μ... που σου μουτζούρωσε ζωγραφιά».

Βοηθήστε τα να καταλάβουν ότι **όταν προσβάλλεις κάποιον, πληγώνεις τα συναισθήματά του**. Χρησιμοποιείστε εκφράσεις: «Αυτό τον πόνησε. Πες του το με λόγια που δεν πληγώνουν, αν δεν σου αρέσει αυτό που έκανε».

Δημιουργήστε ένα καταφύγιο ηρεμίας. Φτιάξτε ένα χώρο (π.χ. με υφάσματα και με μαξιλάρια), μια «φωλιά» ελαφρώς αποκομμένη οπτικά. Το παιδί όταν νιώθει θυμό ή παράπονο, μπορεί να αποσυρθεί για λίγο ώστε να ηρεμήσει (Γερμανός, 2006).

Τι άλλο να κάνω;

Όταν τα παιδιά νιώθουν σίγουρα και ασφαλή για να πάρουν πρωτοβουλίες και να διακινδυνεύσουν, αποκτούν εμπιστοσύνη στις ικανότητές τους και δεν έχουν τον χρόνο ή την ανάγκη να είναι άτακτα (Pronin- Fromberg, 2000). Με άλλα λόγια, καθώς τα βοηθάμε να αισθάνονται δυνατά μειώνεται η προβληματική συμπεριφορά που προέρχεται από αισθήματα ανασφάλειας και αδυναμίας. Για να αισθανθούν όμως τα παιδιά ανεξάρτητα και να πιστέψουν στον εαυτό τους και στις δυνάμεις τους πρέπει πρώτα να πιστέψουμε εμείς σε εκείνα. Γι' αυτό:

1. Δείξτε τους εμπιστοσύνη και εκφράστε την πίστη σας στην ικανότητά τους να πραγματοποιήσουν τους όποιους, μικρούς ή

μεγαλύτερους, στόχους έχουν θέσει. Να θυμάστε πάντα πως οι προσδοκίες που έχετε, είτε αυτές είναι θετικές είτε αρνητικές, ασκούν τεράστια επιρροή στην εικόνα που σχηματίζουν τα παιδιά για τον εαυτό τους και στις συμπεριφορές που θα επιδείξουν στην συνέχεια.

2. Αναγνωρίστε την προσπάθεια που καταβάλουν και τη βελτίωση που μπορεί να έχουν **κάθε φορά** και να μην ενδιαφέρεστε μόνο για το τελικό αποτέλεσμα. Το γεγονός αυτό βοηθάει τα παιδιά να διατηρήσουν το κουράγιο και την αισιοδοξία τους, ενισχύοντας την επιθυμία τους να ξαναπροσπαθήσουν.

3. Δώστε τους χρήσιμες πληροφορίες για τη συμπεριφορά τους και όχι για το χαρακτήρα τους. Αντί να λέτε «Μπράβο, είσαι καλό παιδί» πείτε «Μάζεψες τα παιχνίδια σου γρήγορα και τακτικά. Έτσι έκανες το δωμάτιό σου να φαίνεται πιο ωραίο».

4. Ζητήστε τη συνεργασία και τη βοήθεια τους, όποτε είναι δυνατόν. Έτσι τα βοηθάτε να νιώσουν σημαντικά και χρήσιμα μέσα από την συνεισφορά και την συμμετοχή τους (π.χ. στις οικογενειακές εργασίες)

Πώς να διδάξω στο παιδί μου την κατάλληλη συμπεριφορά;

Όλα τα παιδιά πρέπει να διδαχτούν τρόπους «καλής» συμπεριφοράς, δηλαδή να συμπεριφέρονται με έναν κοινωνικά και ηθικά αποδεκτό τρόπο. Ένας τρόπος για να μάθει το παιδί να εκδηλώνει αυτή την συγκεκριμένη συμπεριφορά είναι η ενίσχυσή της.

Ένας κανόνας ή μια δήλωση που δεν ενισχύεται δεν έχει μακροπρόθεσμα αποτελέσματα.



Κάποιοι γονείς πιστεύουν ότι δεν χρειάζεται να επαινούν τα παιδιά τους για «απλές, καθημερινές συμπεριφορές» ενώ άλλοι δεν γνωρίζουν πώς ή πότε να τα επαινούν και να τα ενθαρρύνουν.

Ίσως και αυτοί να είχαν δεχτεί λίγους επαίνους από τους δικούς τους γονείς όταν ήταν παιδιά. Ασυνήθιστοι λοιπόν στο να δέχονται τον έπαινο, παραβλέπουν τις αξιέπαινες συμπεριφορές του παιδιού τους.

6 χρήσιμες πρακτικές για την επιβράβευση της συμπεριφοράς.

Ωστόσο οι γονείς μπορούν να διδαχτούν τρόπους έτσι ώστε να ανταποκρίνονται σε θετικές συμπεριφορές και να επιβραβεύουν τα παιδιά τους. Είναι χρήσιμο να τονιστεί η σημασία της θετικής ενίσχυσης, καθώς το παιδί εισπράττοντας ικανοποίηση και ευχαρίστηση από τις πράξεις του, ενδέχεται να τις επαναλάβει.

6 χρήσιμες πρακτικές για την θετική ενίσχυση της συμπεριφοράς του παιδιού είναι:

- Δώστε έναν χαρακτηριστικό και συγκεκριμένο έπαινο.
- Επαινέστε το παιδί σας χαρίζοντας του ένα χαμόγελο, κρατώντας οπτική επαφή μαζί του και δείχνοντας ενθουσιασμό
- Επαινέστε το παιδί σας κάθε φορά που συμπεριφέρεται καλά. Μην επαινείτε μόνο την τέλεια συμπεριφορά.
- Επαινέστε το παιδί σας μπροστά σε

άλλους ανθρώπους.

- Αυξήστε τους επαίνους για τα «δύσκολα» παιδιά
- Δείξτε το παιδί πώς να επαινεί το ίδιο τον εαυτό του για την κατάλληλη συμπεριφορά.



Πώς μπορώ να θέσω κανόνες;

Οι κανόνες είναι σημαντικοί γιατί βάζουν όρια στο τι μπορούμε να κάνουμε μέσα σε ένα κοινωνικό σύνολο. Για να είναι αποτελεσματικοί, καλό είναι να έχουμε υπόψη μας:

♦ Να θεσπίζουμε μαζί τους κανόνες, μέσα από τη συζήτηση με το παιδί. Έτσι, το βοηθάμε να καταλάβει το «γιατί» πίσω από κάθε κανόνα. (Σάιφερ, 2010).

♦ Οι κανόνες να είναι λίγοι, σύντομοι και κατανοητοί από τα παιδιά, χωρίς άγνωστες λέξεις (Ντολιοπούλου, 2005).

♦ Να είναι θετικά διατυπωμένοι, δηλαδή να περάσουμε από το «τι δεν κάνουμε» στο «τι πρέπει να κάνουμε». Τα παιδιά φέρονται καλύτερα όταν ξέρουν τι να κάνουν. (π.χ. αντί να πούμε «Δεν πρέπει να

κάνεις τόση φασαρία το μεσημέρι», λέμε «Το μεσημέρι, παίζουμε ήσυχα για να μην ενοχλούμε»).

♦ Καλό θα είναι, οι κανόνες να επαναλαμβάνονται και οι συνέπειες της μη τήρησής τους να είναι σταθερές και γνωστές από πριν στα παιδιά. (Ματσαγγούρας, 2006).

Τα ΝΑΙ... και τα ΌΧΙ...

ΝΑΙ !!

- Συμφωνούν και οι **δύο** γονείς για κοινή συμπεριφορά, αλλά και όσοι ζουν κάτω από την ίδια στέγη (π.χ. παππούς, γιαγιά).



- Οι κανόνες είναι **κοινοί** για όλα τα παιδιά της οικογένειας. Δεν γίνεται διαχωρισμός με βάση το φύλο, τις επιδόσεις στο σχολείο ή την ηλικία.
- Τα όρια συζητούνται με **όλους** και οι κανόνες καθορίζονται με **σαφήνεια**.
- Τα όρια **προσυμφωνούνται** πριν ακόμη απαιτηθεί να επιβληθούν. Για παράδειγμα σε κάποια ήρεμη οικογενειακή στιγμή.
- Οι κανόνες τηρούνται **πιστά** όπως συμφωνήθηκαν. Οι ανταμοιβές παρέχονται όταν πρέπει, το ίδιο και οι επιπτώσεις.

ΌΧΙ !!!

- Ο ένας από τους γονείς είναι ο «καλός» και καταργεί κανόνες, ενώ ο άλλος είναι ο «κακός τιμωρός». Επίσης, παππούδες και γιαγιάδες παρακάμπτουν κανόνες και όρια προσφέροντας «καταφύγιο» στα παιδιά.
- Διαφορετικοί κανόνες για τα αδέρφια. Για παράδειγμα «Ο Κώστας δεν χρειάζεται να μαζέψει τα παιχνίδια του, γιατί είναι αγόρι» ή «Η Μαρία θα φάει σήμερα άλλο φαγητό σήμερα, γιατί είναι μεγαλύτερη».
- Τα όρια αποφασίζονται μόνο μεταξύ των γονέων. Οι κανόνες δεν γίνονται σαφείς στα παιδιά.
- Γίνεται προσπάθεια τα όρια να συμφωνηθούν ακριβώς την στιγμή που συμβαίνει η αρνητική συμπεριφορά ή επιθυμείται η θετική π.χ. το βράδυ στο μπάνιο με φωνές για το βούρτσισμα των δοντιών ή με τις πρώτες αντιδράσεις του παιδιού για να «ησυχάσουν» οι γονείς. Η οικογένεια εμπλέκεται σε ένα παιχνίδι καθημερινής διαπραγμάτευσης, ακόμη και για στοιχειώδεις υποχρεώσεις των μελών της.

Θέλω κάτι να σου πω...

Από τα πιο σημαντικά πράγματα για τη διαχείριση της συμπεριφοράς είναι ο διάλογος μεταξύ παιδιού και ενήλικα. Μέσω του διαλόγου, ο ενήλικας μπορεί να κατανοήσει καλύτερα τον τρόπο που σκέφτεται το παιδί, καθώς και τους λόγους που το οδήγησαν σε μία συγκεκριμένη συμπεριφορά. Αντίστοιχα, το παιδί έχει την δυνατότητα να εξετάσει ποιές επιλογές έχει σχετικά με τον τρόπο που θα δράσει, ποια είναι τα πιθανά αποτελέσματα και οι συνέπειες της δράσης του.

Ενδεικτικές ερωτήσεις:

«Τι σε έκανε να αισθάνεσαι έτσι;»

«Αν κατάλαβα καλά, λες ότι...»

«Αυτό που λες είναι πάντα έτσι;»

«Αν γίνει αυτό που λες, τι θα μπορούσε να συμβεί μετά;»

«Τι θα έλεγε κάποιος που δεν συμφωνεί μαζί σου;»

«Μήπως μπορούμε να κάνουμε

και κάτι άλλο;»

(Μπιρμπίλη, 2008)

Διαβάστε

- 1.....
«Δεν έφταιγα εγώ!»
της Έλενας Αρτζανίδου, εκδ. Ψυχογιός
- 2.....
«Ο Θυμός», της Ευαγγελίας Μπούρλιου, εκδ. Παπαδόπουλος



Δείτε

..... 1.....
Ένα βίντεο με θέμα «Τα παιδιά βλέπουν, τα παιδιά κάνουν»
<http://www.youtube.com/watch?v=iSB5zKJ9aec&feature=related>

..... 2.....
Ένα βίντεο με τίτλο «Όχι στη σωματική τιμωρία»
<http://www.youtube.com/watch?v=1FdT3JsNk9g&feature=related>

..... 3.....
Ένα βίντεο με τίτλο «Ο καραγκιόζης κατά της σωματικής τιμωρίας»
<http://www.youtube.com/watch?v=rWq3n9oyVDc&feature=related>



Πληκτρολογήστε

- 1.....
<http://www.e-child.gr>
και διαβάστε πως θα ενισχύσετε την αυτοεκτίμηση του παιδιού σας.
- 2.....
<http://www.babyonline.gr/nipio/epikoiononia-sympertifora>
και πάρτε ιδέες από τα άρθρα:
α) «6 χρυσοί κανόνες, ώστε να μην γίνει το παιδί σας κακομαθημένο.
β) «Νήπιο και κακή συμπεριφορά. Τι πρέπει να κάνετε»



Οι συγγραφείς:

Βασιλειάδου Αικατερίνη
Γηρεάδου Κυριακή
Ζάχου Παναγιώτα
Θεμελιώτου Κύπρα
Ιωσηφίδου Ειρήνη
Καμίδου Βασιλική
Καρμπά Άρτεμις
Κεχαγιά Δέσποινα
Κολυμπάρη Σουλτάνα
Κουγιουμτζή Αντωνία
Παπαπέτρου Δέσποινα
Σεφεριάδου Βασιλική
Τζοβάρα Κλεονίκη

Μικρές ιδέες... λιγότερα προβλήματα!



Βοηθάμε τα παιδιά να
βρίσκουν λύσεις μόνα τους.
Θέλουμε αυτόνομα παιδιά
με δικούς τους,
εσωτερικούς, κανόνες.



Ο χαμηλός τόνος της
φωνής πάντα βοηθάει.
Αντίθετα, η «γλυκερή»
φωνή δεν πιάνει!



Λέμε στα παιδιά για τα λάθη
που κι εμείς κάνουμε. Όλοι
κάνουμε λάθη, δεν είναι
τρομερό, με τα λάθη
μαθαίνουμε!

Βιβλιογραφία

- Γερμανός, Δ. (2006). *Οι τοίχοι της γνώσης. Σχολικός Χώρος και Εκπαίδευση*. Αθήνα: Gutenberg
- Ματσαγγούρας, Η. (2008). *Η σχολική τάξη, χώρος- ομάδα - πειθαρχία- μέθοδος*. Αθήνα: Γρηγόρη
- Μπιρμπίλη, Μ. (2008). *Προς μία παιδαγωγική του διαλόγου. Η σημασία κι ο ρόλος των ερωτήσεων στην Προσχολική Εκπαίδευση*. Αθήνα: Gutenberg
- Ντολιοπούλου, Ε. (2005). *Σύγχρονα προγράμματα για παιδιά προσχολικής ηλικίας*. Αθήνα: Τυπωθήτω-Γιώργος Δάρδανος
- Σάιφερ, Σ. (2009). *Πρακτικές λύσεις για κάθε πρόβλημα*. Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη
- Bredenkamp, S. & Copple C. (1998). *Καινοτομίες στην προσχολική εκπαίδευση. Αναπτυξιακά κατάλληλες πρακτικές στα προσχολικά προγράμματα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα
- Cole, M. & Cole, R. S. (2001). *Η ανάπτυξη των παιδιών. Γνωστική και Ψυχοκοινωνική Ανάπτυξη κατά τη Νηπιακή και Μέση Παιδική Ηλικία*. Τόμος Β. Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Pronin-Fromberg, D. (2000). *Το Ολοήμερο Νηπιαγωγείο. Σχεδιασμός και Πρακτικές ενός Διεπιστημονικού- Διαθεματικού Προγράμματος*. Αθήνα: Οδυσσέας.

