

«ΓΙΑΤΙ ΧΡΕΙΑΖΟΜΑΙ ΟΡΙΑ;»

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2024

ΟΡΙΑ

Κανόνες

Έκφραση
προσωπικής
θέσης και
θέλησης,
απόφαση

Κάποιος
«υπεύθυνος»
να αναλάβει
την ευθύνη
των
πραγμάτων

Τι
επιτρέπεται
και τι
απαγορεύεται

«όχι, δεν
γίνονται
όλα»

Μέχρι
πού
μπορώ να
φτάσω



Χρειάζεται το
παιδί να μάθει
να σέβεται τις
ανάγκες των
άλλων και να
αντέχει τις
ματαιώσεις.

Παραδείγματα ορίων

- Για **ασφάλεια και προστασία** π.χ. δεν τρέχουμε στον δρόμο
- Για την τήρηση του **προγράμματος** π.χ. ώρα ύπνου ή ώρα μελέτης
- Ως προς τον **χώρο** π.χ. δεν αγγίζουμε τους άλλους ή ρωτάμε για να μπούμε σε ένα δωμάτιο
- Για δημιουργία **κοινωνικών σχέσεων** π.χ. μοιραζόμαστε τα παιχνίδια, λέμε «ευχαριστώ» και «παρακαλώ»
- Για διαχείριση **συναισθημάτων** π.χ. όταν θυμώνουμε, δεν χτυπάμε αλλά μιλάμε

► **Όριο δε σημαίνει ασφικτικός περιορισμός.** Όποιος περιορίζει τα παιδιά κάτω από την ομπρέλα της προστασίας, τα κάνει διστακτικά και τελικά τα στερεί από πολύτιμες εμπειρίες που εμποδίζουν ιδιαίτερα την αυτονομισή τους.

► **Στόχος, σε ψυχικό επίπεδο, είναι η εσωτερικευση των ορίων.** Αυτό επιτρέπει στο άτομο να λειτουργεί μέσα σε οποιοδήποτε πλαίσιο, χωρίς κάθε φορά να χρειάζεται να του δίνονται αναλυτικές εξηγήσεις. Έχει εσωτερικεύσει την ίδια τη λειτουργία του πλαισίου.

Γιατί δυσκολευόμαστε να βάλουμε όρια;

- Έχουμε βιώσει την επιβολή κανόνων με άσχημο τρόπο και δεν θέλουμε να την αναπαράγουμε;

Στην προσπάθειά μας να μην αναπαράγουμε το ίδιο μοντέλο διαπαιδαγωγισής, ενδέχεται να χάσουμε την χρυσή τομή και να περάσουμε στο άλλο άκρο.

- Ανησυχούμε μη δημιουργήσουμε άσχημες εντυπώσεις στα παιδιά μας;

Συχνά συγχέουμε λανθασμένα την άρνηση με την απόρριψη, και σίγουρα δεν θέλουμε να νιώσουν τα παιδιά μας ότι τα απορρίπτουμε.

- Προτιμάμε να αναπληρώσουμε τον χρόνο που δε περνάμε μαζί τους με δώρα και χατίρια;

Θέλοντας να καταλαγιάσουμε τις ερινύες που έρχονται συχνά και μας «τσιγκλάνε», καταφεύγουμε στην λύση του «λέω ναι» για να δείξουμε στο παιδί μας ότι, αν και λείπουμε πολλές ώρες από το σπίτι, είμαστε κοντά του και το αγαπάμε.

- Φοβόμαστε ή δεν θέλουμε ή δεν αντέχουμε τη σύγκρουση;

Μια επικείμενη σύγκρουση που θα ακολουθήσει μετά το «όχι», μας παραλύει ακόμα και σαν σκέψη. Πράγματι, βέβαια, όποιος λέει όχι ρισκάρει να μην είναι πάντα αρεστός και να προκαλέσει το θυμό.

- Σκεφτόμαστε τι θα πουν οι άλλοι (παππούδες, γιαγιάδες, συγγενείς, φίλοι);



Η απουσία πλαισίου και ορίων:

- μπερδεύει τα παιδιά, τα οποία δεν μπορούν να διαμορφώσουν μια ξεκάθαρη εικόνα του άγνωστου κόσμου μέσα στον οποίο μεγαλώνουν
- δεν τα βοηθά να καλλιεργήσουν κοινωνικές δεξιότητες και να διαμορφώσουν μια αποδεκτή κοινωνική συμπεριφορά
- με αποτέλεσμα να μην καταφέρνουν να συνάψουν ικανοποιητικές κοινωνικές σχέσεις

Πώς βάζουμε όρια;



- **Ανάλογα με την ηλικία:** όσο πιο μικρό είναι το παιδί, τόσο πιο περιορισμένα πρέπει να είναι. Όσο μεγαλώνει και αποκτά δεξιότητες, τόσο πιο ελαστικά πρέπει να γίνονται.
- **Θέτοντας τα πράγματα εξαρχής και όχι εκ των υστέρων**
- **Ελαστικότητα:** Το όριο χρειάζεται ελαστικότητα, τόσο λίγο όσο είναι δυνατόν, τόσο πολύ όσο είναι αναγκαίο. Χρειάζεται μια χρυσή ευελιξία που να βοηθά το παιδί να οριοθετείται, να δοκιμάζει, να αμφισβητεί και τελικά να αναπτύσσεται.
- **Σταθερότητα:** Δεν λέμε ναι και όχι για το ίδιο πράγμα. Η τήρηση των ορίων δεν πρέπει να εξαρτάται από τη ψυχική μας διάθεση. Ταυτόχρονα καλό είναι ο ένας γονέας να μην αναιρεί τον άλλο. Τηρούμε στην πράξη αυτά που έχουμε συμφωνήσει ή ορίσει.
- **Λογικές Συνέπειες:** Είναι σημαντικό να εξηγήσουμε στο παιδί ότι για κάθε κανόνα που θα παραβιάζει, θα υπάρχει και η αντίστοιχη συνέπεια την οποία και εφαρμόζουμε οπωσδήποτε. Προσπαθούμε όσο είναι δυνατό οι συνέπειες να συνάδουν με τον κανόνα που παραβιάστηκε.
- **Συζητάμε με το παιδί,** ανάλογα με την ηλικία του, τους κανόνες. Του δίνουμε την δυνατότητα να αναπτύξει τις απόψεις ή τις ενστάσεις του και αποφασίζουμε από κοινού.
- **Δίνουμε σε κάποιους τομείς επιλογή,** ώστε το παιδί να αισθάνεται πως σε κάποιες σφαίρες δραστηριοτήτων η γνώμη του λαμβάνεται υπόψη και μπορεί το ίδιο να επιλέξει τους κανόνες.

Πότε είναι η κατάλληλη στιγμή να συζητήσουμε για τα όρια;

Η καλύτερη στιγμή για να θέσουμε όρια είναι μια χαλαρή, ουδέτερη και ευχάριστη στιγμή. Τότε το έδαφος είναι πρόσφορο για να συζητήσουμε με το παιδί μας τους όποιους κανόνες π.χ. όσον αφορά τις εξόδους, το χαρτζιλίκι, τη χρήση Η/Λ κτλ. Αντιθέτως η στιγμή της διαφωνίας ή της έντασης που τα όρια ξεπερνιούνται είναι ακατάλληλη για να θεσπιστούν κανόνες, καθώς οι πιθανότητες τα παιδιά να λειτουργήσουν αντιδραστικά είναι αυξημένες. Στην ψύχραιμη συζήτηση που γίνεται χωρίς την αφορμή ενός καβγά ή έστω 2-3 ώρες μετά την έντονη διαφωνία, όλοι έχουμε κάνει την αυτοκριτική μας και οι κανόνες γίνονται πιο εύκολα αποδεκτοί.



Όταν παραβιάζονται τα όρια

Όταν παραβιάζονται τα όρια

Όταν συμβαίνει κάτι που θεωρούμε ότι παραβιάζει τους κανόνες που έχουμε ορίσει, είναι σημαντικό:

- **Να έχουμε τη δυνατότητα να συζητήσουμε με ηρεμία**

Είναι σημαντικό όταν πάμε να συζητήσουμε έναν κανόνα που παραβιάστηκε να είμαστε ψύχραιμοι. Ο θυμός και τα νεύρα εντείνουν τις αντιδράσεις.

- **Να δείξουμε την ενόχλησή μας**

Π.χ. δε μου αρέσει όταν ξεχνάς τα βιβλία σου στο σχολείο.

- **Να εξηγήσουμε με σαφήνεια τι περιμένουμε από το παιδί**

Π.χ. Αύριο περιμένω από εσένα να θυμηθείς να φέρεις στο σπίτι το βιβλίο της γλώσσας.

- **Να του δείξουμε πώς μπορεί να επανορθώσει**

Αφού δε σημείωσες την ύλη για το διαγώνισμα, θα ένιωθα καλύτερα με το να έπαιρνες έναν φίλο σου τηλέφωνο να ρωτήσεις τι έχετε για διάβασμα.



- **Να υπάρξει μία συνέπεια ανάλογη της συμπεριφοράς που εκδηλώθηκε**

Δηλαδή, αν το παιδί παραβεί ένα όριο και προβεί σε λανθασμένη συμπεριφορά, χρειάζεται να δεχθεί μια λογική συνέπεια της πράξης του και όχι μια αυθαίρετη τιμωρία. Π.χ. έσπασες το βάζο, θα με βοηθήσεις να κολλήσουμε τα γυαλιά, ή θα πάρουμε ένα άλλο με χρήματα από το χαρτζιλίκι σου.