Από τους γονείς των ομάδων γονέων του ΕΕΕΕΚ Κορδελιού 2014-2015
για εμάς τους ίδιους, για τους άλλους γονείς και για τους δασκάλους που ενδιαφέρονται

Βιβλίο 2

Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις παιδιών με ειδικές ανάγκες

Οι εμπειρίες και οι ιδέες των γονέων για το θέμα

Ιούνιος 2015

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελ.

Α. ΕΙΣΑΓΩΓΗ 2

Β. ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΑΜΕ 5

ΘΕΜΑ 1. **Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις. ΠΩΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΤΑΙ ΤΟ ΘΕΜΑ ΑΥΤΟ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ.** 6

ΘΕΜΑ 2. **Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις. ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΠΟΥ ΒΟΗΘΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΘΕΜΑΤΟΣ ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΦΟΒΟ ΚΑΙ ΤΟ ΘΥΜΟ.** 9

ΘΕΜΑ 3. **Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις. ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΙΕΣΗ** 13

Α. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΤΙ ΚΑΙ ΓΙΑΤΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΤΗΚΕ ΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ

Όπως και στις συναντήσεις της προηγούμενης χρονιάς, οι γονείς που συμμετείχαν στις συναντήσεις της Ομάδας Υποστήριξης & Συνεργασίας Γονέων του ΕΕΕΕΚ Κορδελλιού αποφάσισαν ότι αξίζει τον κόπο να ενημερώνονται και οι υπόλοιποι γονείς του σχολείου για τα πράγματα που συζητούνται. Σε αυτήν την ενημέρωση όπως και σε όλες τις επόμενες ΔΕΝ αναφέρονται τα ονόματα των γονέων που συμμετείχαν, ούτε τα συγκεκριμένα προβλήματα ή θέματα που μπορεί να αντιμετωπίζει ο καθένας. Διατηρείται έτσι η εμπιστοσύνη και η εχεμύθεια σε σχέση με την προσωπική ζωή του καθενός.

Λεπτομέρειες για το σκεπτικό αυτών των καταγραφών θα βρείτε στο πρώτο σχετικό μίνι- βιβλίο το οποίο εξέδωσαν οι γονείς με τη βοήθεια των ψυχολόγων που συντόνισαν και βοήθησαν τις συναντήσεις αυτές. **(**βλ. "ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΟΥΣ ΑΠΟ ΓΟΝΕΙΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ", 2014).

Η ομάδα μας αποφάσισε να καταγράψει σε ένα τελικό βιβλίο τη δουλειά που κάναμε και φέτος (2014-2015) για να τα θυμούνται καλύτερα οι γονείς που συμμετείχαν αλλά και γιατι μπορεί να είναι χρήσιμα και σε άλλους γονείς και ανθρώπους που ασχολούνται με άτομα με ειδικές ανάγκες.

Σχετικά με το σκεπτικό αυτών των βιβλίων αναφέρεται από τους ίδιους τους γονείς στο πρώτο βιβλίο που εκδώσαμε για τη δουλειά του 2013-2014:

> ***΄΄Αναφέρονται θέματα, προβλήματα και δυσκολίες τις οποίες συζητήσαμε καθώς και οι τρόποι τους οποίους κάποιοι από τους γονείς της ομάδας μας βρήκαν χρήσιμους για την αντιμετώπιση των δυσκολιών και τη διαχείριση θεμάτων που μας απασχολούν***.

ΓΙΑΤΙ ΤΑ ΚΑΤΑΓΡΑΨΑΜΕ

Αυτοί οι τρόποι δεν ισχύουν πάντοτε για όλους μας. Ο καθένας από εμάς σε κάποιες από τις ιδέες που αναφέρονται σε αυτές τις γραμμές ταυτίζεται, ενώ σε κάποιες άλλες όχι. Όλοι είμαστε έτσι και αλλιώς διαφορετικοί, ξεχωριστοί, ιδιαίτεροι. Όμως ***για αρκετούς από εμάς ήταν χρήσιμες αυτές οι καταγραφές****, γιατί μας ξαναθύμιζαν ότι υπάρχουν και άλλοι σαν και εμάς που αντιμετωπίζουν παρόμοιες δυσκολίες και έτσι παίρναμε επιπλέον δύναμη και κουράγιο. Επίσης κάποιοι από εμάς ανατρέχαμε σε αυτές τις σημειώσεις και βρίσκαμε λύσεις πρακτικές για ζητήματα που αντιμετωπίζαμε στην καθημερινότητα. Θα προτιμούσαμε βέβαια να μπορούσαμε να είχαμε σώσει στο χαρτί και συγκεκριμένα παραδείγματα και εμπειρίες από αυτές που συζητήσαμε. Όμως και έτσι μας ήταν χρήσιμες αυτές οι καταγραφές. Μάλιστα σε κάποιους από εμάς έδωσαν την αφορμή για να συζητήσουμε για αυτά τα θέματα με άλλα μέλη της οικογένειάς μας και βοήθησε τελικά και στην αλληλεπίδραση μας με τους δικούς μας ανθρώπους πάνω στα σημαντικά θέματα που αντιμετωπίζουμε καθώς φροντίζουμε έναν έφηβο – νέο με ειδικές ανάγκες.*

Σκεφτήκαμε ότι αυτά που είπαμε, μπορεί να είναι χρήσιμα και στους υπόλοιπους γονείς του σχολείου μας αλλά και σε άλλους πιθανά γονείς αλλά και σε δασκάλους που ασχολούνται με άτομα με ειδικές ανάγκες. Είναι σημαντική η βοήθεια και η προσφορά, εφόσον ο άλλος τη θέλει. Επαναλαμβάνουμε βέβαια ότι ο καθένας είναι διαφορετικός, ξεχωριστός, ιδιαίτερος. Με κάποια από αυτά πιθανά θα ταυτίζεστε και εσείς, με κάποια όχι*. Ελπίζουμε ότι ορισμένα από αυτά θα είναι χρήσιμα και για εσάς, αν και σίγουρα ΔΕΝ θα ταιριάζουν όλα για τη δική σας ζωή και για τις δικές σας εμπειρίες. Η καταγραφή αυτή ΔΕΝ είναι ένα εγχειρίδιο για κάθε χρήση απλά οι ιδέες, οι εμπειρίες και τα πράγματα που έχουν χρησιμεύσει σε κάποιους ανθρώπους που ζουν τα πράγματα από μέσα. Για κάποιους από εμάς σίγουρα θα είναι χρήσιμο να μπορούμε να ανατρέξουμε σε αυτό το χαρτί και να έρθουμε ξανά σε επαφή με αυτά τα πράγματα.*

Ελπίζουμε πώς κάποια από αυτά που θα διαβάσετε θα σας φανούν χρήσιμα ή ενδιαφέροντα και θα έχουν να πουν κάτι και για εσάς.

Τη φετεινή χρονιά συζητήσαμε τρία θέματα
- Θυμός - επιθετικότητα και εντάσεις που μπορεί κατά καιρούς να εκδηλώνουν τα παιδιά με ειδικές ανάγκες
- Αντιμετωπίζοντας το ρατσισμό απέναντι στα παιδιά μας
- Η αγάπη προς τα παιδιά μας

Λεπτομερειακή καταγραφή έγινε μόνο σε σχέση με το πρώτο θέμα και σε αυτό το φυλλάδιο που ελπίζουμε να φανεί χρήσιμο και σε άλλους όπως και σε εμάς καταγράφουμε τη συζήτησή μας για αυτό το θέμα. (Όμως θα βρείτε εντός και μερικές αναφορές σε σχέση με το θέμα της αντιμετώπισης του ρατσισμού).

Σε αυτό το έντυπο θα δείτε και δύο σχήματα που παρουσιάζουν το πώς εμφανίζονται τα προβλήματα συχνά στη ζωή μας και το πώς τα αντιμετωπίζουμε. Η δημιουργία αυτών των σχημάτων στηρίχτηκε στις συζητήσεις μας. Η ομάδα μας επίσης ξανακοίταξε τα σχήματα αυτά και συζητήσαμε πάνω σε αυτά. Έτσι οι ίδιες οι δικές μας ιδέες μας επηρέασαν και πάλι και επαναδιαμόρφωσαν τις σκέψεις και τις πράξεις μας. Ελπίζουμε και σε εσάς να φανούν χρησιμα και να σας επηρεάσουν γεννώντας σας χρήσιμες ιδέες και τρόπους δράσης.

Καλή ανάγνωση λοιπόν.....

(Η εισαγωγή γράφτηκε από τον ψυχολόγο συντονιστή της Ομάδας Γονέων, Αδάμ Χαρβάτη)

Β. ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ
ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΣΥΖΗΤΗΣΑΜΕ

1. Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις που μπορεί κατά καιρούς να εκδηλώνουν τα παιδιά μας με ειδικές ανάγκες. ΠΩΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΤΑΙ ΤΟ ΘΕΜΑ ΑΥΤΟ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ.

1.1. Πώς παρουσιάζεται το θέμα αυτό στη ζωή μας

Το θέμα αυτό δεν εκδηλώνεται πάντοτε με τον ίδιο τρόπο και στον ίδιο βαθμό για όλα τα παιδιά μας με ειδικές ανάγκες. Κάποια από τα παιδιά μας φέρονται γενικά πολύ ήσυχα ενώ για άλλα παιδιά μας το ζήτημα αυτό μπορεί να εμφανιστεί πιο συχνά. Σε κάποια παιδιά πρωτοεμφανίζεται, όταν έρθει η εφηβεία ενώ σε κάποια άλλα παιδιά μπορεί να εμφανιστεί και σε μικρότερες ηλικίες σποραδικά.

1.2. Πώς μπορεί να νιώθουμε σε σχέση με αυτό το θέμα

Όταν το παιδί μας εκδηλώσει έντονα θυμό, εντάσεις και αντιδραστικότητα, **μπορεί να νιώσουμε διάφορα συναισθήματα.** Κάποια από αυτά μπορεί να είναι:

- αμηχανία (μπορεί να μην ξέρουμε καταρχήν τι να κάνουμε)
- ταραχή και αναστάτωση
- άγχος και ανασφάλεια (μπορεί να σκεφτόμαστε «πόσο θα διαρκέσει όλο αυτό;» «Πώς θα εξελιχθεί;»)
- στεναχώρια και απογοήτευση (μπορεί να σκεφτόμαστε: «πάνε οι κόποι μας χαμένοι»).

Συχνά αυτού του τύπου οι αντιδράσεις των παιδιών έρχονται αναπάντεχα και μας ξαφνιάζουν. Ενώ έχουμε συνηθίσει το παιδί μας να συμπεριφέρεται με ένα συγκεκριμένο τρόπο, εκεί που δεν το περιμένουμε συμπεριφέρεται με εντελώς διαφορετικό και μάλιστα δύσκολο τρόπο. Μπορεί να σκεφτούμε «Δεν είναι το δικό μου παιδί αυτό». Σε ορισμένες περιπτώσεις το ξάφνιασμά μας, η απογοήτευση και ο φόβος μας μπορεί να είναι μεγάλος, γιατί έχουμε ήδη προσπαθήσει πολύ και έχουμε κοπιάσει πολύ για να φτάσει το παιδί μας στο επίπεδο που βρίσκεται και για να οργανώσουμε τη ζωή μας με τρόπο που να ανταποκρίνεται στις διαφορετικές και αυξημένες ανάγκες του. Τώρα όλα αυτά φαίνονται να ανατρέπονται και αυτό μπορεί καταρχήν να μας απογοητεύσει ή και φοβίσει πολύ. *Τέτοιες συμπεριφορές λοιπόν μπορεί να φαίνονται καταρχήν ανεξήγητες*.

Σε ορισμένες περιπτώσεις έντονες και αντιδραστικές συμπεριφορές των παιδιών μπορεί να επηρεάσουν ολόκληρη την οικογενειακή ζωή και, παρόλο που δεν το θέλουμε, μπορεί να οργανώσουμε τη ζωή μας γύρω από το πώς θα αποφύγουμε το θυμό και την αντιδραστικότητα του παιδιού. Τότε σε κάποιες περιπτώσεις κάποιοι από εμάς μπορεί να νιώσουμε και τρομοκρατημένοι, ακόμη και θυμωμένοι με την αδικία που νιώθουμε ότι βιώνουμε από το παιδί μας αλλά και θυμωμένοι και με τον εαυτό μας ίσως που δεν τα καταφέρνουμε.

1.3. Παράγοντες που συμβάλλουν και τρόποι αντιμετώπισής τους

Αν και εμάς μας ξαφνιάζουν αυτές οι συμπεριφορές των παιδιών μας και μας φαίνονται ανεξήγητες, συχνά έχουν από πίσω τους κάποιο λόγο ή κάποιους λόγους. Μπορεί να είναι καταρχήν δύσκολο να τους ανακαλύψουμε και να τους χειριστούμε ιδίως εάν το παιδί μας δεν μιλάει. Μπορεί να καταλάβουμε κάποιο από τους λόγους που συμβάλλουν σε αυτές τις συμπεριφορές και αυτό κάποιες φορές να βοηθήσει.

Έχουμε δει επίσης ότι υπάρχουν **δύο τουλάχιστον πράγματα που μπορεί να συμβάλλουν στην ενίσχυση των θυμωμένων και αρνητικών συμπεριφορών των παιδιών μας.** Αυτά είναι (1) ο ρατσισμός σε σχέση με το παιδί και τις συμπεριφορές του και (2) οι δικές μας φοβισμένες αντιδράσεις απέναντι στην επιθετικότητα και την αντιδραστικότητα / αρνητικότητά του. Αναφέρουμε παρακάτω πώς αυτά τα δύο πράγματα επηρεάζουν τις αρνητικές συμπεριφορές του παιδιού αλλά **και τρόπους τους οποίους έχουμε βρει κατά καιρούς να αντιμετωπίζουμε αυτούς τους δύο παράγοντες.**

Α. Ο ρατσισμός σε σχέση με το παιδί και τις συμπεριφορές του.

Έτσι, κάποιες φορές οι αντιδράσεις των άλλων ανθρώπων απέναντι στα παιδιά μας και σε αρνητικές συμπεριφορές τους μπορεί να είναι πιο έντονες από ότι σε ανάλογες συμπεριφορές των άλλων παιδιών. Επίσης, ακόμη και από κάποιους εκπαιδευτικούς μπορεί να μην γίνεται προσπάθεια να υποστηρίξουν το παιδί αλλά να αδιαφορούν και να θέλουν να ξεφορτωθούν το πρόβλημα. Ακόμη, οι άλλοι μπορεί να αντιδρούν και να μην ξέρουν πώς να συμπεριφερθούν γιατί τα παιδιά αυτά μέχρι πρόσφατα ήταν κρυμμένα στα σπίτια και για αυτό μπορεί να φαντάζουν κάτι τελείως ασυνήθιστο και ξένο.

Σε κάποιες περιπτώσεις θέλοντας να αποφύγουμε το ρατσισμό, το στιγματισμό και το διαχωρισμό των παιδιών μας, μπορεί να μπούμε σε μία παγίδα, όπου αυτός ό ίδιος ο ρατσισμός μπορεί να επηρεάσει τις δικές μας συμπεριφορές. Έτσι, για να είναι ενσωματωμένα τα παιδιά μας, μπορεί να θελήσουμε να φανεί ότι ΔΕΝ είναι διαφορετικά από τα άλλα παιδιά, να «καλύψουμε» τη διαφορετικότητα, να θελήσουμε «να τα περάσουμε για κανονικά». Μπορεί λοιπόν να τα πάρουμε από το πάρκο, όταν τα κοροϊδεύουν τα άλλα παιδιά ή αντιδρούν οι άλλοι για την παρουσία τους. Μπορεί ακόμη να θυμώσουμε με αυτούς που δεν τα αποδέχονται και να μην χειριστούμε καλά το θέμα, στην προσπάθειά μας να τα υπερασπιστούμε.

Από την άλλη όταν εμείς οι ίδιοι αποδεχτούμε τη διαφορετικότητα του παιδιού και συζητήσουμε με τους άλλους ανθρώπους και εξηγήσουμε, τότε τα πράγματα μπορεί να είναι πιο εύκολα.

Καθώς είπε μία κυρία από την ομάδα:

«Έχει υπάρξει φορά που θύμωσα πολύ, γιατί τα παιδιά στην παιδική χαρά κορόιδευαν το γιο μου και τα μάλωσα. Θύμωσα που δεν δέχονταν το παιδί μου σα να είναι όπως τα άλλα παιδιά. Δεν μου άρεσε αυτή η αντίδρασή μου. Θα

μπορούσα να το χειριστώ διαφορετικά.

Ένα τέτοιο παράδειγμα όπου χειρίστηκα διαφορετικά την κατάσταση και που το προτιμώ ως τρόπο χειρισμού είναι όταν το παιδί μου πήγαινε στον συνηθισμένο παιδικό σταθμό μαζί με συνηθισμένα παιδιά. Σε εκείνο τον παιδικό σταθμό η νηπιαγωγός δεν βοήθησε καθόλου ώστε ο γιος μου να μπορέσει να ενσωματωθεί με τα άλλα παιδιά. Στην προσπάθειά του να παίξει με τα άλλα παιδιά, ο γιος μου μπορεί να τραβούσε ή να χτυπούσε τα άλλα παιδιά, γιατί δεν καταλάβαινε πώς να τα πλησιάσει. Κάθε απόγευμα που έπαιρνα το παιδί μου από τον παιδικό σταθμό, ερχόντουσαν παιδάκια και μου έλεγαν: "Ο Σ. έκανε το ένα, έκανε το άλλο, μου τράβηξε τα μαλλιά, με χτύπησε". Εξηγούσα με υπομονή στα παιδιά: "Δεν πειράζει παιδιά… Ο Σ. δεν καταλαβαίνει, για αυτό το κάνει…. Εσείς όταν το κάνει αυτό, να φεύγετε μακριά αλλά να τον παίρνετε κοντά σας τις άλλες φορές και να παίζετε μαζί του". Χρειάστηκαν κάποιοι μήνες για να μπορέσει ο Σ. τελικά να είναι καλά με τα άλλα παιδιά του παιδικού σταθμού, αλλά τελικά τα παιδιά τον πρόσεξαν και τον αγάπησαν. Τα καταφέραμε μαζί με τα παιδιά. Ήταν σημαντικό το ότι αποδέχτηκα τη διαφορετικότητα του παιδιού μου, ότι την εξήγησα και δεν αντέδρασα σαν να μην είναι διαφορετικό το παιδί μου. Συχνά ο ρατσισμός των άλλων – αν και όχι πάντα- είναι απλά άγνοια και εάν αποδεχτείς εσύ το παιδί σου, μπορείς να εξηγήσεις και στους άλλους ώστε να τον αποδεχτούν ως διαφορετικό. Επέμεινα σε αυτόν τον χειρισμό, δεν μίλησα με τα παιδιά μόνο μία φορά, αλλά μιλούσα κάθε μέρα με αυτό τον τρόπο.

Όταν αποδέχομαι τη διαφορετικότητά του, ότι είναι διαφορετικό το παιδί μου, όταν δεν θέλω να το καλύψω, να το περάσω για κανονικό, μπορώ και αντιμετωπίζω πιο εύκολα δύσκολες καταστάσεις».

Β. Οι δικές μας φοβισμένες αντιδράσεις απέναντι στην επιθετικότητα και την αντιδραστικότητα / αρνητικότητα του παιδιού.

Όλα όσα αναφέραμε παραπάνω (το ξάφνιασμά μας, η απογοήτευσή μας για τους κόπους μας που φαίνεται να πηγαίνουν χαμένοι, η προσπάθειά μας να αποφύγουμε το ρατσισμό) μπορεί να μας κάνει να αντιδρούμε φοβισμένα απέναντι στο παιδί μας και την αρνητική συμπεριφορά του. Αυτό μπορεί να κάνει τελικά πιο έντονες τις αρνητικές συμπεριφορές του παιδιού. Όταν κάποια στιγμή καταλάβουμε πώς η δική μας συμπεριφορά αυξάνει το πρόβλημα, τότε μπορεί να αρχίσουμε να αναζητούμε και να εφαρμόζουμε άλλες αντιδράσεις που βοηθούν περισσότερο. Στην ομάδα ξεκινήσαμε να συζητάμε εναλλακτικές λύσεις για αυτές τις φοβισμένες αντιδράσεις μας χωρίς όμως να εμβαθύνουμε σε λεπτομέρειες. Κάτι τέτοιο αναφέρεται με λεπτομέρεια στην επόμενη καταγραφή.

2. Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις: ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΠΟΥ ΒΟΗΘΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΘΕΜΑΤΟΣ ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΦΟΒΟ ΚΑΙ ΤΟ ΘΥΜΟ.

Στις προηγούμενες συναντήσεις μας αναφέραμε κάποιες από τις επιπτώσεις που μπορεί να έχουν πάνω μας θυμωμένες, έντονες ή και επιθετικές συμπεριφορές των παιδιών μας. Αυτές οι επιπτώσεις (το ξάφνιασμα μας, η απογοήτευσή μας για τους κόπους μας που φαίνεται να πηγαίνουν χαμένοι, η προσπάθειά μας να αποφύγουμε το ρατσισμό) μπορεί να μας κάνει να αντιδρούμε φοβισμένα απέναντι στο παιδί μας και την αρνητική συμπεριφορά του.

Έτσι, όταν το παιδί μας εκδηλώνει μία επιθετική / θυμωμένη ή αντιδραστική συμπεριφορά μπορεί πάνω στο φόβο μας να αρχίσουμε να το «χαιδεύουμε», να το παρακαλάμε, να υποχωρούμε ή αντίθετα να του φωνάζουμε ή να του υψώνουμε τη φωνή. Συχνά και τα δύο ΔΕΝ έχουν θετικά αποτελέσματα. Συχνά με αυτούς τους τρόπους η δύσκολη συμπεριφορά του παιδιού μας είτε παραμένει ίδια είτε και γίνεται όλο και χειρότερη.

Όταν κάποια στιγμή καταλάβουμε πώς η δική μας συμπεριφορά αυξάνει το πρόβλημα, τότε μπορεί να αρχίσουμε να αναζητούμε και να εφαρμόζουμε άλλους τρόπους δράσης που βοηθούν περισσότερο. Στην ομάδα ξεκινήσαμε να συζητάμε σχετικές εμπειρίες από γονείς που δοκίμασαν εναλλακτικές λύσεις για αυτές τις φοβισμένες αντιδράσεις μας. **ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΑΝΑΦΕΡΟΥΜΕ ΜΕΡΙΚΑ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΤΡΟΠΩΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΔΟΚΙΜΑΣΕΙ ΓΟΝΕΙΣ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΑΣ.**

1.

Όπως είπε μία κυρία από την ομάδα:

«Ο γιος μου παλιότερα συχνά όταν ερχόταν εκνευρισμένος από κάτι που έγινε στο σχολείο, μπορεί να είχε συμπεριφορές που με «προκαλούσαν» ώστε να μαλώσουμε με διάφορους τρόπους. Μπορεί π.χ. να μου μιλούσε νευρικά σε ότι και αν έλεγε ή μπορεί να παραπονιόταν και να γκρίνιαζε για το παραμικρό (ακόμη και για το ότι π.χ. έπεσε το ποτήρι και έκανε θόρυβο).

Στην αρχή θύμωνα με αυτή τη συμπεριφορά του και του φώναζα, όμως αυτό έφερνε ακόμη μεγαλύτερο εκνευρισμό και μαλώματα. Σε κάποια φάση κατάλαβα ότι δεν πρέπει να δείξω ότι φοβάμαι αυτό του τον εκνευρισμό και αυτή την προκλητική συμπεριφορά, γιατί ο φόβος μου τα τρέφει και τα κάνει πιο δυνατά. Όταν δείξει τα πρώτα σημάδια εκνευρισμού, παίρνω απόφαση πώς η στάση μου θα είναι: "αντιλαμβάνομαι ότι έρχεται αλλά κάνω σα να μην υπάρχει". Παρόλο που ο εκνευρισμός του εκδηλώνεται με τρόπο ενοχλητικό, εγώ του μιλάω όπως του μιλούσα από την πρώτη στιγμή που μπήκε στο σπίτι. Ο τόνος της φωνής μου είναι σταθερός και παραμένει σταθερός. Και ακόμη, όσο και να επιμένει ΔΕΝ αλλάζω τη δραστηριότητα μου εκείνη τη στιγμή.

Ο ενοχλητικός εκνευρισμός του μπορεί να διαρκέσει από 5 λεπτά μέχρι και μέρες. Υπάρχει περίπτωση μάλιστα, η «πρόκληση» από τη μεριά του να γίνεται όλο και πιο πυκνά, μέχρι που μπορεί να μου πει το ίδιο πράγμα σε κάποια φάση

μέσα σε ένα λεπτό 3 ή 4 φορές. Εγώ θα του πω σταθερά σε όλες τις περιπτώσεις και με σταθερό τόνο φωνής «Εγώ αυτή τη στιγμή μιλάω στο τηλέφωνο… θα περιμένεις να τελειώσω» ή «Αυτή τη στιγμή πλένω τα πιάτα… θα μου πεις μετά ότι έχεις να μου πεις» ή «Βλέπω αυτή την εκπομπή στην τηλεόραση, θα μου πεις μόλις τελειώσει». Μπορεί όταν προς το τέλος γίνει περισσότερο εκνευριστικός για μένα ο τρόπος του να του πω επίσης «Βάλε ένα DVD και μόλις τελειώσω θα έρθω.

Με αυτό τον τρόπο φτάνει σε ένα όριο και μετά ηρεμεί.»

2.

Όπως είπε μία άλλη κυρία από την ομάδα:

«Στην αρχή και εγώ ταραζόμουν πολύ από καινούριες συμπεριφορές του γιου μου που τις έβρισκα πολύ ενοχλητικές. Με βοήθησε πολύ η συζήτηση με έναν νευρολόγο που μου εξήγησε πώς όταν εγώ θυμώνω ή φοβάμαι με τις συμπεριφορές του, τότε ο δικός του θυμός του και η αντίδραση του τρέφονται.

Όταν λοιπόν κάποια συμπεριφορά του με προκαλεί, εγώ δεν προσποιούμαι απλά ότι δεν ταράζομαι αλλά έχω αποφασίσει να μην ταράζομαι πραγματικά. Σκέφτομαι ότι θα περάσει. Σκέφτομαι ότι εάν δεν ταραχτώ θα περάσει από μόνη της. Έτσι δεν έχω θυμό ή φόβο. Οπότε ο Β. μπορεί να υψώνει τη φωνή του και εγώ χαμηλώνω τη δική μου. Με βοηθά σε αυτό και το ότι εκείνη τη στιγμή προσεύχομαι και ηρεμώ.»

3.

Μια άλλη κυρία περιέγραψε την εμπειρία της ως εξής:

«Ο γιος μου έχει τη διάγνωση του αυτισμού. Είναι πλέον ενήλικος, δεν μιλάει σχεδόν καθόλου και είναι πλέον πολύ μεγαλόσωμος. Τον τελευταίο καιρό ξεκίνησε να μη συνεργάζεται, όταν είμαστε έξω και να τρέχει. Όταν κάτι τον δυσαρεστούσε, μπορούσε να τρέξει στο δρόμο και να αρχίσει να χτυπά δυνατά με το χέρι του τα αυτοκίνητα ή και να ορμά στο δρόμο, με κίνδυνο να τον χτυπήσει κάποιο αυτοκίνητο. Ενώ παλιότερα οι εξηγήσεις μου για τους κινδύνους που έχει κάτι τέτοιο μπορούσαν να τον ηρεμήσουν, τώρα μπορεί να επιμένει μέχρι η κατάσταση να γίνει πολύ αφόρητη. Όπως καταλαβαίνετε, αυτό μου προκαλούσε πάρα πολύ μεγάλη αναστάτωση. Την τελευταία φορά πήγαμε μετά από μεγάλη επιμονή του σε μία θεία του, παρόλο που του είχα εξηγήσει ότι έλλειπε και ότι δεν θα ήταν εκεί την ώρα της επίσκεψής μας. Πράγματι, όταν φτάσαμε στην είσοδο της πολυκατοικίας, κανείς δεν μας απάντησε στο θυροτηλέφωνο. Οι εξηγήσεις μου ότι δεν είναι εκεί η θεία και τα παρακάλια, δεν τον ηρεμούσαν. Πετάχτηκε στο δρόμο και άρχισε να χτυπά τα αμάξια. Ο δρόμος ήταν ήσυχος και χωρίς αυτοκίνητα και ξεκίνησε πρόσφατα φαρμακευτική αγωγή, πράγμα που μου έδινε την πεποίθηση ότι η όποια έξαρσή του δεν θα ήταν πάρα πολύ έντονη. Αποφάσισα λοιπόν να πάρω το ρίσκο και να δείξω θάρρος. Του είπα: «Πολύ καλά, λοιπόν, εγώ φεύγω» και ξεκίνησα να περπατώ μπροστά έχοντάς το γιο μου στην πλάτη μου. Έριχνα βέβαια κοφτές ματιές προς αυτόν (χωρίς να με βλέπει). Χρειάστηκε να περπατήσω… (πόσα;) μέτρα χωρίς να δίνω σημασία στη συμπεριφορά του μα τελικά ο γιος μου με ακολούθησε σε λίγο και ήταν ήρεμος στο γυρισμό».

Σχήμα 1Α.

ΕΝΤΑΣΕΙΣ, θυμός ή και επιθετικότητα του παιδιού

Πώς εμφανίζεται το πρόβλημα

ΕΝΤΑΣΕΙΣ,
θυμός ή και επιθετικότητα
του παιδιού

↓
↓

ΞΑΦΝΙΑΖΟΜΑΣΤΕ
ΑΠΟΓΟΗΤΕΥΟΜΑΣΤΕ

(γιατί σκεφτόμαστε ότι οι κόποι μας πάνε χαμένοι)

ΘΕΛΟΥΜΕ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΨΟΥΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΑΠΟ ΤΟ ΡΑΤΣΙΣΜΟ που πιθανά θα δεχτεί για τις αντιδράσεις του

↓
↓

ΑΝΤΙΔΡΟΥΜΕ ΦΟΒΙΣΜΕΝΑ

↓
↓
↙ ↘
↙ ↘

«χαιδεύουμε», παρακαλάμε ή υποχωρούμε

Φωνάζουμε ή υψώνουμε τη φωνή

↓
↓

Η δύσκολη συμπεριφορά του παιδιού
παραμένει ίδια
ή και γίνεται όλο και χειρότερη

Σχήμα 1Β.

ΕΝΤΑΣΕΙΣ, θυμός ή και επιθετικότητα του παιδιού

Αυτά που βοηθούν για την αντιμετώπιση του προβλήματος

- Συχνά υπάρχουν κάποιοι λόγοι πίσω από την ανεξήγητη συμπεριφορά των παιδιών μας. Αν και μπορεί καταρχήν να είναι δύσκολο να τους ανακαλύψουμε**, προσπαθούμε να ανακαλύψουμε και να χειριστούμε τους λόγους που υπάρχουν πίσω από τη συμπεριφορά του παιδιού μας.**

- Αντιστεκόμαστε στον ρατσισμό (όχι με το να θέλουμε να φαίνεται το παιδί μας ως κανονικό) αλλά με το να **αποδεχόμαστε και εξηγούμε ότι το παιδί μας είναι διαφορετικό.**

- **Αντιλαμβανόμαστε ότι οι δικές μας φοβισμένες ή και θυμωμένες αντιδράσεις μπορεί να αυξάνουν το πρόβλημα και αλλάζουμε στάση.**

Π.χ.

- Μόλις δείχνει τα πρώτα σημάδια εκνευρισμού, παίρνω την απόφαση να μη δείξω το φόβο μου. Συνεχίζω να του μιλάω όπως πριν, **Ο ΤΟΝΟΣ ΤΗΣ ΦΩΝΗΣ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΣΤΑΘΕΡΟΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΜΕΝΕΙ ΣΤΑΘΕΡΟΣ.** Επίσης, όσο και αν επιμένει **ΔΕΝ ΑΛΛΑΖΩ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ**.
  Μπορεί προς το τέλος να του προτείνω να κάνει κάτι άλλο π.χ. «Βάλε ένα DVD και μόλις τελειώσω θα έρθω» .
- Δεν προσποιούμαι απλά ότι δεν ταράζομαι αλλά **ΕΧΩ ΑΠΟΦΑΣΙΣΕΙ ΝΑ ΜΗΝ ΤΑΡΑΖΟΜΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ. ΣΚΕΦΤΟΜΑΙ ΟΤΙ ΘΑ ΠΕΡΑΣΕΙ**. Σκέφτομαι ότι εάν δεν ταραχτώ θα περάσει από μόνη της. Έτσι δεν έχω θυμό ή φόβο. Οπότε ο Β. μπορεί να υψώνει τη φωνή του και εγώ χαμηλώνω τη δική μου. Με βοηθά σε αυτό και το ότι εκείνη τη στιγμή προσεύχομαι και ηρεμώ.»
- ΑΠΟΦΑΣΙΣΑ ΝΑ ΠΑΡΩ ΤΟ ΡΙΣΚΟ ΚΑΙ ΝΑ ΔΕΙΞΩ ΘΑΡΡΟΣ. Αποφάσισα λοιπόν να πάρω το ρίσκο και να δείξω θάρρος. **ΤΟΥ ΕΙΠΑ: «ΠΟΛΥ ΚΑΛΑ, ΛΟΙΠΟΝ, ΕΓΩ ΦΕΥΓΩ» ΚΑΙ ΞΕΚΙΝΗΣΑ ΝΑ ΠΕΡΠΑΤΩ** μπροστά έχοντάς το γιο μου στην πλάτη μου. Έριχνα βέβαια κοφτές ματιές προς αυτόν (χωρίς να με βλέπει). Χρειάστηκε να περπατήσω… (πόσα;) μέτρα **ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΔΙΝΩ ΣΗΜΑΣΙΑ ΣΤΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΟΥ** μα τελικά ο γιος μου με ακολούθησε σε λίγο και ήταν ήρεμος στο γυρισμό.

3. Θυμός – επιθετικότητα και εντάσεις: ΠΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΙΕΣΗ.

(Λεπτομερής συζήτηση για το ΤΙ ΒΟΗΘΑ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΟΙΕΣ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥΣ ΕΧΟΥΜΕ ΒΡΕΙ)

1. Πώς παρουσιάζεται το θέμα αυτό στη ζωή μας

Συχνά απέναντι στις δύσκολες συμπεριφορές των παιδιών μας προσπαθούμε να αντιδράσουμε χρησιμοποιώντας το **ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ**. Επειδή το παιδί μας δεν ανταποκρίνεται όπως θα θέλαμε, τότε μπαίνουμε στον πειρασμό να αρχίσουμε να το παρακαλάμε να συμπεριφερθεί με τον τρόπο που θέλουμε: "Έλα κορίτσι μου, έλα κούκλα μου, σήκω να πάς στο σχολείο". Όταν αυτό δεν πιάσει, τότε συχνά συνεχίζουμε χρησιμοποιώντας **ΠΙΕΣΗ**: "Άντε τι θα γίνει θα σηκωθείς επιτέλους; Σήκω σου είπα".

Με αφορμή το παράδειγμα του πρωινού ξυπνήματος, συζητήσαμε ότι συχνά το ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ και η ΠΙΕΣΗ που το ακολουθεί ΔΕΝ φέρνουν αποτέλεσμα αλλά αντίθετα συχνά χειροτερεύουν τα πράγματα. Το ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ φέρνει όλο και περισσότερο ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ κάθε φορά. Έτσι τελικά χρειάζεται όλο και περισσότερος χρόνος για να γίνει αυτό που επιδιώκουμε. Για παράδειγμα τα 20' λεπτά που στην αρχή χρειαζόταν το παιδί για να προετοιμαστεί για το σχολείο γίνονται 40' λεπτά και μετά αυτά 60' λεπτά κ.ο.κ. δημιουργώντας προβλήματα και στην υπόλοιπη οικογένεια.

Τελικά μπορεί να δημιουργηθεί **μία ΡΟΥΤΙΝΑ επικοινωνίας** με συγκεκριμένο τρόπο και το πρωινό ξύπνημα, για παράδειγμα, να είναι γεμάτο γκρίνια.

Καθώς είπε η Α., μία κυρία της ομάδας μας:

" Χρησιμοποιώντας το παρακαλητό, μετά από κάποιο σημείο και πέρα αναγκαζόμουν να την ξυπνάω πάρα πολύ νωρίς για να πάει στο σχολείο. Κατέληξε να πρέπει να την παρακαλάω με τις ώρες για να δραστηριοποιηθεί. Το έκανα αυτό για πολλά χρόνια καθημερινά και ήταν πολύ κουραστικό. Μάθαμε τελικά σε μια ρουτίνα επικοινωνίας, γεμάτη γκρίνια και νεύρα. Το παρακαλητό και η πίεση έφερνε και στις δυο μας κούραση και αρνητική διάθεση. Και τελικά δεν έφερνε κανένα αποτέλεσμα: η κόρη μου με αυτόν τον τρόπο πήγαινε όλο και πιο σπάνια σχολείο αλλά και όταν πήγαινε τελικά είχε νεύρα και στο σχολείο. Εάν έμενε στο σπίτι, πράγμα που γινόταν από κάποιο σημείο και πέρα όλο και πιο συχνά, είχε νεύρα και στο σπίτι."

Το ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ και η ΠΙΕΣΗ είναι πρακτικές που μας υπόσχονται ότι θα λύσουν τις δυσκολίες. Όμως συχνά δεν λύνουν τίποτα αλλά αντίθετα αυξάνουν τις δυσκολίες. Το ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ και η ΠΙΕΣΗ μπορεί να μας ξεγελούν για κάποιο καιρό, γιατί η αλήθεια είναι ότι που και που τα παιδιά προσαρμόζονται, συνεργάζονται, που και που έχουμε δηλαδή ένα βραχυπρόθεσμο όφελος αλλά μακροπρόθεσμα συνήθως τα πράγματα όλο και χειροτερεύουν. Η ρουτίνα της

γκρίνιας τελικά συχνά επηρεάζει όχι μόνο τη δική μας διάθεση αλλά επηρεάζει και τη διάθεση συχνά των άλλων παιδιών της οικογένειας που γίνονται μάρτυρες αυτής της κατάστασης. Καταλήγει να ζωγραφίζει ακόμη μια άσχημη εικόνα για τον εαυτό μας, ότι δεν είμαστε αρκετά ικανοί-ες και ότι δεν μπορούμε να βάλουμε όρια.

Το ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ και η ΠΙΕΣΗ προκύπτει για δύο τουλάχιστον λόγους:

- Από τη Βιασύνη, την Επιθυμία να φτάσουμε όσο το δυνατόν πιο γρήγορα στο σχτόχο. Το Παρακαλητό και η Πίεση δηλαδή μας υπόσχονται ότι χρησιμοποιώντας τα θα τα καταφέρουμε καλύτερα και πιο γρήγορα. Κάτι που τελικά συχνά δεν ισχύει.
- Από το Φόβο για την Αντίδραση του παιδιού. Το Παρακαλητό δηλαδή έρχεται υποσχόμενο σε μας ότι θα αποτρέψει άσχημες αντιδράσεις του παιδιού. Όμως συχνά η κατάσταση που προκύπτει εξαιτίας του δεν είναι καθόλου όμορφη και οι αντιδράσεις του παιδιού εξακολουθούν να μη μας αρέσουν.

Ακόμη το Παρακαλητό έρχεται κάποιες φορές να μας ξεγελάσει δημιουργώντας μας μπέρδεμα ανάμεσα σε αυτό (το Παρακαλητό) και την Ευγένεια. Το να μιλάμε όμορφα και γλυκά στο παιδί μας ΔΕΝ είναι συνώνυμο με το Παρακαλητό. Το Παρακαλητό αντίθετα είναι μία κατάσταση όπου επαναλαμβάνεις τα ίδια και τα ίδια για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Συχνά το Παρακαλητό έρχεται επίσης, γιατί μας επηρεάζει **μία συγκεκριμένη εικόνα για την ΑΓΑΠΗ που καλό είναι να έχει ο γονιός για το παιδί**. Αυτή η εικόνα της Αγάπης λέει ότι το παιδί μας πρέπει να είναι διαρκώς χαρούμενο και ευτυχισμένο και πώς εάν έστω και για λίγο δεν είναι ικανοποιημένο, τότε εμείς ΔΕΝ είμαστε καλοί γονείς. Μας εκβιάζει αυτό το είδος της Αγάπης και μας οδηγεί τελικά συχνά στο ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ και μετά στην ΠΙΕΣΗ, στα νεύρα, στη γκρίνια, στην κούραση, σε δυσκολίες και για τα άλλα μέλη της οικογένειας όπως είπαμε παραπάνω, και τελικά στην έλλειψη ικανοποίησης και για το παιδί. Ενώ δηλαδή αυτό το είδος αγάπης υπόσχεται διαρκή ικανοποίηση για το παιδί, τελικά καταλήγουμε να μην είναι ικανοποιημένο ούτε αυτό, ούτε εμείς, ούτε τα άλλα μας παιδιά. Και αυτό το είδος αγάπης μας μπορεί να μας προσκαλεί σε ανάλογες συμπεριφορές τόσο προς τα παιδιά μας με ειδκές ανάγκες όσο και προς τα άλλα μας παιδιά. Δώσαμε σε αυτό το είδος της αγάπης διάφορα προσωρινά ονόματα. Την είπαμε ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ ΑΓΑΠΗ, ΦΑΙΝΟΜΕΝΙΚΗ ΑΓΑΠΗ, ΑΓΑΠΗ ΧΩΡΙΣ ΟΡΙΑ.

Πολλοί και πολλές από εμάς είπαμε ότι προτιμάμε ένα άλλο είδος Αγάπης για τα παιδιά μας, μια ΑΓΑΠΗ ΠΙΟ ΩΡΙΜΗ. Αυτή η αγάπη μαθαίνει στα παιδιά να ζουν και να συνυπάρχουν σε μία κοινωνία, να αντέχουν. Είναι ΠΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ και ΠΙΟ ΣΤΑΘΕΡΗ. Και θέλουμε να εξερευνήσουμε τις λεπτομέρειες μιας τέτοιας αγάπης.

Ένα σχήμα που ζωγραφίσαμε στον πίνακα και τελικά φαίνεται για αρκετούς από εμάς να ακολουθεί αυτή η προβληματική κατάσταση είναι το ακόλουθο. Ξέρουμε βέβαια ότι για όλους ΔΕΝ είναι το ίδιο αλλά το ακόλουθο σχήμα μπορεί να είναι κάτι που μπορεί να μας βοηθήσει σε ένα βαθμό στις επόμενες συζητήσεις μας.

Σχήμα 2.
Πως λειτουργούν το ΠΑΡΑΚΑΛΗΡΟ & η ΠΙΕΣΗ

ΦΟΒΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
ΕΠΙΘΥΜΙΑ ΝΑ ΦΤΑΣΕΙΣ ΓΡΗΓΟΡΑ ΣΕ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ
ΙΔΕΑ ΜΙΑΣ ΑΓΑΠΗΣ ΠΟΥ ΘΕΛΕΙ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΔΙΑΡΚΩΣ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΜΕΝΑ
και κρίνει εμάς ως όχι καλούς γονείς
↓

ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ
↕
ΠΙΕΣΗ

↓
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:

- Τα προβλήματα μόνο βραχυπρόθεσμα βελτιώνονται. ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΜΑΚΡΟΠΡΟΘΕΣΜΑ ΟΛΟ ΚΑΙ ΧΕΙΡΟΤΕΡΕΥΟΥΝ ΚΑΙ ΑΥΞΑΝΟΥΝ.
- Κούραση και κακή διάθεση και ελλειψη ικανοποίησης και για τους δυο μας
- Επηρεάζονται και τα άλλα παιδιά.
- Έχουμε άσχημες σκέψεις για τον εαυτό μας και για τις ικανότητές μας ως γονείς

2. Εναλλακτικές πρακτικές για την αντιμετώπιση των προβλημάτων

Εκτός όμως από τις παγίδες που μπορεί κατά καιρούς να μας βάζει η Βιασύνη, η Αγαπη χωρίς όρια, ο Φόβος για την Αντίδραση του Παιδιού είδαμε ότι έχουμε βρει και τρόπους να κάνουμε τα πράγματα διαφορετικά.

Και να ποια είναι κάποια από τα βήματα που κάποιους από εμάς μας έχουν βοηθήσει σε αυτούς τους τρόπους:

Ξεκινάμε και πάλι από την ΑΓΑΠΗ. Οπως είπε μία κυρία: “Η αγάπη είναι κάτι που μπορεί να προσεγγιστεί με διάφορους τρόπους. Κάποιες φορές είναι το μέσο και κάποιες ο στόχος, αλλά πάντα υπάρχει.” Επειδή αγαπάμε το παιδί μας προσπαθούμε να βρούμε ένα τρόπο έτσι ώστε να λειτουργήσει

καλύτερα η ΑΓΑΠΗ για το παιδί μας. Μπορεί να φτάσουμε σε σε ένα σημείο, στα όριά μας και αρχίζουμε να αμφισβητούμε το συγκεκριμένο τύπο αγάπης που μοιάζει με αδυναμία και μας οδηγεί στο Παρακαλητό. **ΤΟΤΕ μπορει να ΠΑΡΑΤΗΣΟΥΜΕ ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ ΤΟ ΠΑΡΑΚΑΛΗΤΟ.**

ΔΟΚΙΜΑΖΟΥΜΕ ΝΕΟΥΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥΣ ΤΡΟΠΟΥΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΙΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΚΑΙ ΝΕΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΑ για να δούμε τι θα λειτουργήσει. Η συμπεριφορά απέναντι στο παιδί έχει να κάνει και με το κάθε παιδί συγκεκριμένα και τι ιδιαιτερότητα έχει. Έτσι, για παράδειγμα, μπορεί να μη συμμετέχουμε σε αυτή τη ρουτίνα της επικοινωνίας που φέρνει γκρίνια, πίεση και έλλειψη ικανοποίησης.

ΔΕΝ ΔΙΝΟΥΜΕ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ, ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ ΧΑΤΗΡΙΑ όταν τελικά αυτό αποφασίζει να μη συνεργαστεί π.χ. για να πάει στο σχολείο.

Για παράδειγμα, μία κυρία, η Α. που αντιμετώπιζε πρόβλημα με το πρωινό ξύπνημα της κόρης της επί χρόνια μας είπε:

"Όταν ξυπνάω την κόρη μου πλέον τις λέω: "Θα πας στο σχολειο και θα δεις τον Κώστα, την Ελένη.... (και άλλα παιδιά που ξέρω ότι της αρέσουν)". Αλλά δεν την παρακαλάω πλέον να σηκωθεί. Αν δω ότι δε σηκώνεται της λέω "Εντάξει, κάθισε αν θες εδώ μόνη σου'' και πηγαίνω στη δουλειά μου. Μπορεί τότε να σηκωθεί και να ξεκινήσει τη γκρίνια. Η γκρίνια σταματάει όταν δεν της δίνω σημασία και δεν ασχολούμαι μαζί της αλλά κάνω κάτι άλλο π.χ. βλέπω τηλεόραση ή διαβάζω περιοδικό. Επομένως, όταν με δει να κάνω κάτι άλλο τότε έρχεται σε μένα και μου λέει να φύγουμε.

Κάποιες φορές βέβαια αντιδρά και τελικά μένει στο σπίτι, αλλά δεν την πιέζω πια. Εγώ, σε αυτή την περίπτωση, σταματάω να ασχολούμαι μαζί της για ένα χρονικό διάστημα (1-2 ώρες) ή να της κάνω τα χατίρια και καταπιάνομαι με κάτι άλλο και δεν της δίνω σημασία.

Με το νέο σύστημα που έχω υιοθετήσει έρχεται πολύ συχνά στο σχολείο, πολύ συχότερα από ότι παλιότερα. Στο κάτω κάτω της αρέσει το σχολείο και γενικά περνά καλά. Και ούτε πλέον χρειάζεται να την ξυπνήσω πάρα πολύ νωρίς για να γίνει όλο αυτό, όπως συνέβαινε παλιότερα."

Καθώς είπε μία άλλη κυρία, η Β.:

"Όταν ο γιος μου αντιδρά και δεν θέλει να πάει στο σχολείο, δε νομίζω ότι αυτό έχει να κάνει με κάποιο πρόβλημα ειδικά με το σχολείο. Γενικά μπορεί να δυσκολεύεται με τις διαδικασίες και, επειδή τον ξέρω, ξέρω ότι τελικά λειτουργεί με το πρόγραμμα και ότι στο πίσω μέρος του μυαλού του έχει ότι αυτό είναι μία υποχρέωση που θελει να φέρει σε πέρας. Επομένως, αν αρνηθεί να πάει, τον αφήνω να μείνει στο σπίτι και εγώ αποφασίζω να μη συμμετέχω σε αυτό που θέλει. Επομένως, στερείται την αντίδρασή μου. Και την επόμενη φορά είναι πιο πρόθυμος να πάει."