

## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---



## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---

Φράσεις που δεν πρέπει να λέμε στα παιδιά

[www.flowmagazine.gr](http://www.flowmagazine.gr) Συντάκτης: Αργύρης Παγαρτάνης

Οι παιδοψυχολόγοι λένε ότι ο χαρακτήρας ενός παιδιού μοιάζει με τον πηλό. Διαμορφώνεται εντυπωσιακά ανάλογα μ' αυτά που βλέπει και ακούει από το οικογενειακό του περιβάλλον, ειδικά όταν βρίσκεται σε μικρή ηλικία που δεν έχει άλλα ερεθίσματα (σχολείο, φίλους κτλ.).

Οι φράσεις που λέμε στο παιδί μας, ακόμα και οι πιο αθώες φαινομενικά, μπορεί να το επηρεάσουν με τρόπο που δεν μπορούμε καν να φανταστούμε... Το πανεπιστήμιο **Σάουθερν Καλιφόρνια**

έκανε μια σχετική έρευνα και κατέληξε

**σε δέκα φράσεις-κλισέ**

, τις οποίες δεν πρέπει επ' ουδενί να λέμε στα παιδιά μας.

### 1. □□□□□ «Άσε με ήσυχο»!

Όποιος γονιός δεν έχει πει αυτό ή κάτι παρόμοιο («μη με ενοχλείς» ή ακόμα και το πιο ευγενικό «έχω δουλειά») είναι ήρωας... Ειδικά στην ηλικία που το παιδί ανακαλύπτει τον κόσμο και ρωτάει για το καθετί χρειάζεται **πολλή υπομονή**. Μην εμφανίζεστε συνεχώς απομονωμένοι, διότι θα θεωρήσει ότι δεν έχει νόημα να σας ρωτάει αν δεν του απαντάτε και θα το βρείτε μπροστά σας στην εφηβεία... Όταν έχετε πράγματι δουλειά εξηγήστε του ότι εκείνη τη στιγμή δεν μπορείτε να του εξηγήσετε, αλλά μην ξεχάσετε ποτέ να επαναφέρετε μόνοι σας την απορία του όταν τελειώσετε την εργασία σας.



### 2. □□□□□ «Είσαι τόσο...»

Η φράση μπορεί να συμπληρωθεί μ' ένα επίθετο, θετικό ή αρνητικό (ντροπαλός, έξυπνος, αστείος, τεμπέλης κτλ.). Αποφεύγετε να χαρακτηρίσετε τα παιδιά σας. Ο χαρακτηρισμός αυτός **αποτυπώνεται** στο μυαλό τους και τον θεωρούν θέσφατο, τις περισσότερες φορές

## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---

το υιοθετούν και γίνονται υπερόπτες (αν τα παινεύετε συνέχεια) ή χάνουν την **αυτοπεποίθησή** τους (αν συνεχώς τα κατσαδιάζετε). Μπορείτε να του πείτε «αυτό που έκανες δείχνει τεμπελιά» ή «η άσκηση που έλυσες δείχνει εξυπνάδα», έχει τελείως διαφορετικό νόημα.

### 3.□□□□□ «Μην κλαις»

Τα παιδιά, όπως και οι ενήλικες, πρέπει να βιώνουν όλα τα συναισθήματα. Μην απαγορεύετε στο παιδί σας να κλαίει, να λυπάται, ακόμα και να φοβάται. Και μην το **υποβιβάζετε**

με φράσεις του τύπου «μην γίνεσαι μωρό» κτλ. Το παιδί σας δεν θα νιώσει καλύτερα αν το διατάξετε «μην κλαις»! Μάθετε την

#### **αιτία**

των δακρύων κι εξηγήστε του αναλυτικά γιατί δεν πρέπει να κλαίει.



### 4.□□□□□ «Γιατί να μην είσαι σαν τον αδελφό/αδελφή σου»;

Ό,τι χειρότερο ειδικά για αδέρφια που βρίσκονται κοντά στην ηλικία. Μην τα **συγκρίνετε**, ειδικά σε πράγματα που κάποιο παιδί τα μαθαίνει πιο εύκολα από κάποιο άλλο π.χ. να κλείνει μόνο του το φερμουάρ του τζάκετ του ή να πίνει μόνο του νερό από το ποτήρι. Με το να τα συγκρίνετε αυξάνετε την αντιζηλία μεταξύ τους. Αντιμετωπίστε τα σαν εντελώς διαφορετικές προσωπικότητες.

### 5.□□□□□ «Μπορείς και καλύτερα...»

Η αυξανόμενη πίεση στο παιδί μπορεί να μην φέρει μόνο τη βελτίωση που επιθυμείτε, αλλά και **άγχος** και αγωνία για το... καλύτερα, το οποίο υπάρχει πιθανότητα να μην μπορεί να το πετύχει. Ακόμα και σε πράγματα που αποδεδειγμένα έχει κάνει στο παρελθόν και τώρα δεν θυμάται ή τα κάνει με άλλο τρόπο, μην δείχνετε ότι απογοητεύεστε. Θυμίστε του τι έκανε το ίδιο στο παρελθόν ή πείτε του «θα προτιμούσα να το έκανες έτσι», χωρίς να δείξετε ότι

περιμένετε κάτι φοβερό...



### 6.□□□□□□ «Η μαμά/ο μπαμπάς τα ξέρει όλα...»

Είναι λογικό να απαντάτε στις περισσότερες απορίες του παιδιού, όμως μην το παίζετε παντογνώστες και κυρίως **μην υπερηφανεύεστε** για τις γνώσεις σας, ακόμα κι αν έχετε πολλές. Αν πρόκειται για κάτι εύκολο, προτρέψτε το παιδί σας να βρει μόνο του τη λύση. Στα μάτια του μπορεί να φαίνεστε υπεράνθρωποι για ένα διάστημα, αλλά όταν διαπιστώσει ότι και οι δικές σας γνώσεις έχουν όριο θα απογοητευθεί υπέρ του δέοντος.

### 7.□□□□□□ «Σταμάτα αλλιώς θα σε δείρω»

Αν μιλάμε για γονείς που δεν έχουν σκοπό να δείρουν τα παιδιά τους για να τα σωφρονίσουν, οι κούφιες απειλές είναι ό,τι χειρότερο. Το παιδί πολύ γρήγορα συνειδητοποιεί ότι δεν έχετε σκοπό να το δείρετε, οπότε η χρησιμοποίηση αυτής της απειλής (ή άλλων του τύπου «θα σε κλειδώσω στο δωμάτιο» κτλ.) πέφτει στο κενό. Αν πρέπει να του επιβάλλετε **τιμωρία** δοκιμάστε κάτι πιο ήπιο (π.χ. δεν θα δει σήμερα το αγαπημένο του κόμικ στην τηλεόραση) και, φυσικά, κάντε το πράξη, όσο κι αν σας πονάει. Έτσι θα αντιληφθεί ότι υπάρχουν κάποια όρια, τα οποία δεν πρέπει να υπερβαίνει.



### 8.□□□□□□ «Αλίμονό σου όταν γυρίσει ο πατέρας σου»!

Η χρησιμοποίηση του ενός γονιού (συνήθως του πατέρα) σαν «μπαμπούλα» φέρνει διπλά κακό αποτέλεσμα. Αφ' ενός το παιδί μαθαίνει **να αποξενώνεται** από τον «κακό» του ζευγαριού και αφ' ετέρου δεν δίνει καμία σημασία πια στις απειλές του «καλού», αφού έχει

επισημάνει πια την πηγή του κακού.

### 9.□□□□□□ «Βιάσου»

Για οτιδήποτε κάνει το παιδί δεν χρειάζεται βιασύνη. Ειδικά όταν βιαζόμαστε εμείς να κάνουμε κάτι ή να πάμε κάπου, δεν είναι σωστό να το πιέζουμε. Ακόμα κι αν δεν το λέμε, αλλά το προδίδει η γλώσσα του σώματός μας (π.χ. με τα χέρια στη μέση και να χτυπάμε συνεχώς το πόδι μας στο πάτωμα) **δημιουργούμε άγχος** που μπορεί να επηρεάσει το παιδί μας, ειδικά αν το κάνουμε συνέχεια. Ακόμα χειρότερο είναι να αφήσουμε τη δουλειά του ή το παιχνίδι του μισοτελειωμένο, απλά για να γίνει το δικό μας...

### 10.□□ «Μπράβο αγάπη μου»!

Τι το κακό έχει ένας έπαινος; Ίσα-ίσα που πρέπει να επαινούμε τα παιδιά μας, αλλά παράλληλα πρέπει να μην το παρακάνουμε. Αν επαναλαμβάνουμε συνεχώς τους ίδιους επαινούς για πράγματα που το παιδί κάνει εύκολα, τι θα κάνουμε αν πετύχει κάτι πραγματικά δύσκολο; Οι έπαινοι πρέπει να έχουν... **διαβαθμίσεις**, έτσι ώστε το παιδί να μην βρίσκει κάποια στιγμή αδιάφορο να σας δείξει π.χ. μια ζωγραφιά του, επειδή ξέρει ότι θα «εισπράξει» την ίδια φράση.

## ΣΧΕΤΙΚΟ

### ΛΕΚΤΙΚΗ ΒΙΑ

**Λεκτική βία- Όταν οι λέξεις πονάνε**

## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---

Ένα χαστούκι, ένα χτύπημα στο σώμα είτε είναι μικρό είτε μεγάλο, πιο επιθετικό ή πιο ήπιο είναι κοινώς αποδεκτό ότι αποτελεί μια πράξη βίας. Αυτή η πράξη βίας φέρει ξεκάθαρα το μήνυμα του θυμού, της απόρριψης, της εξουσίας. Τη σωματική τιμωρία την καταδικάζουμε και την αντιλαμβανόμαστε εύκολα ως έναν κακοποιητικό τρόπο συμμόρφωσης και διαπαιδαγώγησης των παιδιών. Τι γίνεται όμως με τη λεκτική βία;

Η λεκτική βία ασκεί ψυχολογική πίεση και παρεμβαίνει στη συναισθηματική ισορροπία του παιδιού. Ο συναισθηματικός εκβιασμός που εμπεριέχεται σε κάθε προσβλητική κουβέντα δημιουργεί τύψεις και ενοχές στο παιδί. Η προσδοκία ότι με την αρνητική κριτική θα καταφέρουμε “ένα καλύτερο παιδί” αποτελεί άλλοθι περισσότερο παρά μια μέθοδος που συμβάλλει σε έναν τέτοιο σκοπό.

Στην λεκτική βία δεν συμπεριλαμβάνονται μόνο οι βρισιές αλλά και λέξεις ή φράσεις που αγνοούν το συναίσθημα του παιδιού. Κάποιες από τις παρακάτω φράσεις τις αναγνωρίζουμε είτε ως μεγάλοι είτε ως παιδιά, κάποιες έχουμε πει και κάποιες μας έχουν πει.

- Όταν σου μιλάω να ακούς!
- Έχεις δει κανένα άλλο παιδάκι να κάνει σαν εσένα;
- Να δούμε πότε θα αποφασίσεις να φερθείς σαν μεγάλος;
- Άντε κουνήσου τι κάνεις μια ώρα;
- Οι μαμάδες των άλλων παιδιών δεν φωνάζουν γιατί έχουν καλά παιδιά.
- Δεν σε ρώτησα!

## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---

- Με κούρασες.
- Μη τολμήσεις.
- Γιατί όλα τα άλλα παιδιά είναι καλύτεροι μαθητές απο εσένα;
- Δεν έχω όρεξη τώρα.
- Σου είναι τόσο δύσκολο να κάτσεις φρόνιμα;
- Δεν μπορείς μια φορά να μη με κάνεις ρεζίλι;
- Δεν είσαι παιδί εσύ, είσαι βάσανο.
- Να ήξερες τι έχω περάσει εγώ για να σε κάνω άνθρωπο.
- Φαίνεται ότι δεν μπορώ να σου έχω εμπιστοσύνη.
- Άφησε το θα το καταστρέψεις, θα το κάνω εγώ!
- Δεν μπορώ να φύγω για λίγο και τα κάνεις όλα χάλια.
- Σου δίνουμε τόσα και εσύ δεν είσαι ευχαριστημένος/η με τίποτα.

## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---

- Δεν υπάρχει δε μπορώ, υπάρχει δεν θέλω.

- Άμα είσαι καλό παιδί θα σε αγαπάω.

Τα παιδιά δεν έχουν αναπτύξει μηχανισμούς άμυνας για τα αρνητικά συναισθημάτα που νιώθουν όταν χαρακτηρίζονται με αυτό το τρόπο ή δέχονται προσβολές. Λαμβάνουν τα μηνύματα με τη κυριολεκτική έννοια του λόγου. Όταν σε ένα παιδί πούμε: “δεν σε αγαπάω γιατί είσαι κακό παιδί” δεν γνωρίζει ότι δεν το εννοούμε πραγματικά, δεν γνωρίζει την προσωρινότητα της κατάστασης.

Όταν σε ένα παιδί αποδίδουμε συγκεκριμένα χαρακτηριστικά για τη προσωπικότητα και την ιδιοσυγκρασία του φαίνεται ότι πιστεύουμε πως δεν υπάρχουν περιθώρια για βελτίωση. Το παιδί δεν έχει την εμπειρία να διαχειριστεί το συναισθηματικό εκβιασμό και δεν γνωρίζει ότι πολλές φορές οι άνθρωποι δεν εννοούν αυτά που λένε.

Ένα παιδί πιθανότητα να δυσκολεύεται να διαβάσει, να γράψει, να συγκεντρωθεί, να κάτσει “φρόνιμα”, να θυμηθεί, να αποδώσει αυτά που ξέρει. Δεν είναι απαραίτητο ότι όλα αυτά παραπέμπουν σε παθολογική δυσλειτουργία.

Ιδιοσυγκρασιακά το κάθε παιδί συγκεντρώνει διαφορετικά χαρακτηριστικά που απαρτίζουν τη ξεχωριστή προσωπικότητα του.

Αυτός είναι και ο λόγος που κάθε άνθρωπος έχει διαφορετικές ικανότητες, δεξιότητες και ταλέντα απο κάθε άλλον. Αυτός είναι ο λόγος που και τα αδέρφια μεταξύ τους είναι τόσο διαφορετικά. Αυτός είναι ο λόγος που με την ίδια παιδαγωγική μέθοδο αναπτύσσονται εν τέλει διαφορετικές προσωπικότητες.

Το παιδί θα χρειαστεί να αντισταθμίσει τη ψυχική αναστάτωση που του προκαλεί η λεκτική επίθεση και είναι πιθανό να καταφύγει στον εαυτό που το αντιπροσωπεύει καλύτερα, σε αυτόν που θα το προστατέψει καλύτερα.



## ΦΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΕΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Συντάχθηκε απο τον/την administrator

Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:36 - Τελευταία Ενημέρωση Τετάρτη, 28 Δεκέμβριος 2011 16:52

---

Σε έναν ντροπαλό, αντιδραστικό, νευρικό ή επιθετικό εαυτό.

Μητρακάκη Άσπα Ειδική Παιδαγωγός – Κοινωνική Ανθρωπολόγος

[3lykzografou.wordpress.com](http://3lykzografou.wordpress.com)