

# 10 ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ

στις τιμωρίες, απειλές και φωνές



## Εκφράζομαι θετικά.

Δηλαδή: όχι με "ΜΗ" αλλά με κατάφαση. Αντί να λέμε "Μη μεις στο σπίτι με τα παπούτσια!!!", λέμε: "Θέλω να βγάσουμε τα παπούτσια όταν μπαίνουμε στο σπίτι."



## Δίνω επιλογές.

Στα ρούχα, στην σειρά των πραγμάτων, στο πρόγραμμα του ΣΚ... Όποτε μπορούμε να δώσουμε επιλογές, το κάνουμε.



Για να με προσέχει όταν του μιλάω, ακουμπάω σιγά το χεράκι του ή την πλάτη του



**Ακούω και δέχομαι το συναίσθημα του.**

Τα έντονα συναισθήματα το αποσυντονίζουν και παραλύουν την δυνατότητα κατανόησης του. Η ενσυναίσθηση κάνει θαύματα!

## Τροποποιώ το περιβάλλον.

Δεν έχω εύθραυστα αντικείμενα όπου έχει πρόσβαση το παιδί. Μετακινώ τα αντικείμενα μέχρι να μπορέσει αναπτυξιακά να μην τα σπάσει.



**Μιλώ λιγότερο & χρησιμοποιώ μη λεκτική επικοινωνία:**

υπενθυμίζω ότι πρέπει να φορέσει καπέλο με την λέξη "Καπέλο" & δείχνω τον ήλιο. Έτσι, το παιδί δεν πνίγεται από πολλές πληροφορίες



## Εξηγώ - Δίνω πληροφορίες.

Όταν δίνω μία οδηγία, εξηγώ για ποιο λόγο υπάρχει ο κανόνας. "Η μπάλα μένει έξω από το σπίτι επειδή είναι βρώμικη και θα λερώσει τα χαλιά."



## Δίνω 1 οδηγία μόνο, όχι πολλές οδηγίες μαζί!

Είναι δύσκολο να συγκεντρωθούμε σε πολλά πράγματα ταυτόχρονα!



## Χρησιμοποιώ το "μόλις".

"Μόλις τελειώσεις τα μαθήματά σου, θα πάμε βόλτα."  
Το "μόλις" είναι στην λογική της φυσικής συνέπειας. Δεν είναι εκβιασμός.



**Παίζω και κάνω θέατρο.**

"Η οδοντόβουτσα μιλάει! Ακούς; "Θέλω να βουρτσίσω τα δόντια σου!!!"

