

Δρ Lauren Starnes

ΜΕΓΑΛΕΣ συζητήσεις με μικρά παιδιά

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
Καλλιόπη Εμμανουηλίδου

Πώς να διαχειριστούμε
απορίες, ανησυχίες
και φόβους



ΜΕΤΑΙΧΜΙΘ

Πρώτη έκδοση Οκτώβριος 2023

Τίτλος πρωτοτύπου Lauren Starnes, Ed.D., *Big Conversations with Little Children, Free Spirit Publishing Inc.*, 2022

Σχεδιασμός εξωφύλλου και εσωτερικού Emily Dryer

Επιμέλεια έκδοσης Μαρία Γονιδάκη
Διόρθωση τυπογραφικών δοκιμίων Δώρα Γιακουμή
Προσαρμογή εξωφύλλου Δήμητρα Μηλιώρη

© 2022, Lauren Starnes, Ed.D.

© 2022, Εκδόσεις **METAIXMIO** (για την ελληνική γλώσσα)

Big Conversations with Little Children

Original English language edition published by Free Spirit Publishing, an imprint of Teacher Created Materials, Inc. 5482 Argosy Avenue, Huntington Beach California 92649, USA.

Arranged via Licensor's Agent: DropCap Inc. All rights reserved.

ISBN 978-618-03-3646-7

ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 83646

Κ.Ε.Π. 5704, κ.π. 18896

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Αποποίηση ευθύνης: Ο εκδότης δεν ευθύνεται για το περιεχόμενο των ιστότοπων. Κατά την πρωτότυπη έκδοση του βιβλίου, όλα τα στοιχεία (οι αριθμοί τηλεφώνου, οι διευθύνσεις και οι ιστότοποι) ήταν ενεργά και διαθέσιμα (επαληθεύτηκαν τον Αύγουστο του 2021). Εάν εντοπίσετε κάποιο σφάλμα ή κάποια πηγή δεν είναι διαθέσιμη, επικοινωνήστε με τον εκδότη.

Εκδόσεις METAIXMIO

Ιπποκράτους 118, 114 72 Αθήνα

τηλ.: 211 3003500, fax: 211 3003562

metaixmio.gr · e-mail: metaixmio@metaixmio.gr

Κεντρική διάθεση

Ασκληπιού 18, 106 80 Αθήνα

τηλ.: 210 3647433, fax: 211 3003562

Βιβλιοπωλεία METAIXMIO

- Ασκληπιού 18, 106 80 Αθήνα
τηλ.: 210 3647433, fax: 211 3003562
- Πολυχώρος, Ιπποκράτους 118, 114 72 Αθήνα
τηλ.: 211 3003580, fax: 211 3003581

Περιεχόμενα

Εισαγωγή.....	7
Χτίζοντας και αναπτύσσοντας την εμπιστοσύνη	7
Πώς να προετοιμαστείτε για τον ρόλο σας	10
Σχετικά με αυτό το βιβλίο.....	13

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ: Πώς να προετοιμαστείτε για δύσκολες συζητήσεις 17

Πώς να συνεργάζεστε με την οικογένεια για τον τρόπο επικοινωνίας με το παιδί..... 19

Αρχικές γενικές ερωτήσεις προς την οικογένεια	19
Ένα πλαίσιο για το πώς να ξεκινούν συζητήσεις με τους γονείς	20
Επόμενα βήματα: Πώς να πάτε τη συζήτηση λίγο παραπέρα	21
Γενικοί κανόνες για τις δύσκολες συζητήσεις	22

Άλλα σημαντικά θέματα για να λάβετε υπόψη στην προετοιμασία σας για δύσκολες συζητήσεις..... 27

Το αναπτυξιακό επίπεδο του παιδιού.....	28
Πώς να διατηρήσετε την εμπιστευτικότητα και να σεβαστείτε την ιδιωτικότητα	29
Οικογενειακά θέματα που πρέπει να ληφθούν υπόψη	32

ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ: Θέματα συζήτησης 35

Μεγάλες συζητήσεις για οικογενειακά θέματα..... 37

Ανεργία	39
Χρήση ουσιών και εξαρτήσεις.....	48
Χωρισμός και διαζύγιο	59
Στρατιωτική μετάθεση ή αποστολή	69
Φυλάκιση	78

Μεγάλες συζητήσεις για την ασθένεια και τον θάνατο.....88

Σοβαρή ασθένεια ενός ενήλικα	91
Σοβαρές ασθένειες και προβλήματα υγείας στα παιδιά.....	101
Αποβολή	112
Θάνατος ενός κατοικίδιου ζώου.....	121
Θάνατος ενός μέλους της οικογένειας.....	132
Θάνατος ενός φίλου ή συμμαθητή.....	143
Θάνατος ενός εκπαιδευτικού ή εργαζομένου στο σχολείο	155

Μεγάλες συζητήσεις για κοινωνικά θέματα..... 168

Φυλές και κουλτούρες	170
Πείνα και επισιτιστική ανασφάλεια	185
Σωματικές και νοητικές διαφορές	196
Μορφές οικογένειας.....	207
Σεξ και σεξουαλικότητα.....	218
Φύλο	229

Σοβαρές συζητήσεις για καταστροφές, αναταραχές και βία.....239

Φυσικές καταστροφές	241
Κοινωνικές αναταραχές	253
Ένοπλη βία και τρομοκρατικές ενέργειες	263

Ιστότοποι και βιβλία με υλικό που είναι σχετικό με τις θεματικές ενότητες του βιβλίου και κατάλληλο για αξιοποίηση στο σπίτι ή στο σχολείο..... 276

Βιβλιογραφία 284

Λίγα λόγια για τη συγγραφέα 287

ΠΡΩΤΟ ΜΕΡΟΣ

Πώς να προετοιμαστείτε για δύσκολες συζητήσεις

Σε ό,τι αφορά τις δύσκολες συζητήσεις, μεγάλο ρόλο παίζει η προετοιμασία. Εξίσου σημαντικό είναι να είστε και *συναισθηματικά* και *λεκτικά* προετοιμασμένοι. Ως ο/η έμπιστος/η ενήλικας, χρειάζεται να έχετε συναισθηματική ηρεμία και να προσεγγίζετε τις ερωτήσεις που κάνουν τα μικρά παιδιά με σεβασμό, έγνοια, ειλικρίνεια και αντικειμενικότητα. Είναι φυσικό να αναδύονται στην επιφάνεια συναισθήματα όταν είστε αντιμέτωποι με τις ερωτήσεις και τις ανησυχίες των παιδιών, αλλά συχνά η συναισθηματική αντίδραση ενός ενήλικα μπορεί να κάνει το παιδί να σωπάσει, χωρίς να έχει τέτοια πρόθεση. Με καλή διάθεση και εξάσκηση μπορείτε να μάθετε να παίρνετε βαθιά αναπνοή, να κάνετε μια παύση και μετά να απαντάτε στο παιδί με ήρεμο τόνο και ήρεμη έκφραση. Επίσης μπορείτε να έχετε προετοιμαστεί για το τι θα του πείτε και για το πώς να αντιδράσετε σε μια απρόσμενη δήλωση ή ερώτηση.

Το Πρώτο Μέρος θα σας καθοδηγήσει για το πώς να προσεγγίσετε δύσκολες συζητήσεις με οικογένειες και παιδιά με τρόπους που είναι αναπτυξιακά κατάλληλοι για τα παιδιά και με πλήρη σεβασμό απέναντι στην ιδιωτικότητά τους. Υπάρχουν πάντα δύο τύποι «μεγάλων» συζητήσεων όταν πρόκειται για μικρά παιδιά:

- η συζήτηση που έχει σχεδιαστεί από πριν και την οποία ο ενήλικας κατευθύνει ή για την οποία ο ενήλικας είναι καλώς προετοιμασμένος ώστε να καλύψει τις ερωτήσεις που αναμένει να γίνουν,
- η συζήτηση που προκύπτει απρογραμμάτιστα και που είναι αυθόρμητη ή από μια πληροφορία που έρχεται από το πουθενά.

Στο Πρώτο Μέρος και σε όλο το βιβλίο θα βρείτε οδηγίες για το πώς να προσεγγίσετε και τα δύο είδη συζήτησης.



Πώς να συνεργάζεστε με την οικογένεια για τον τρόπο επικοινωνίας με το παιδί

«Τα παιδιά είναι η προτεραιότητα. Η αβλαγή είναι η πραγματικότητα.
Η συνεργασία είναι η στρατηγική».

– Judith Billings

Είναι σημαντικό για τους εκπαιδευτικούς να βρουν έναν τρόπο να παίρνουν καθημερινά πληροφορίες από την οικογένεια για το πώς νιώθει και λειτουργεί το παιδί σε γενικές γραμμές. Αυτή η πρακτική εξασφαλίζει ότι θα υπάρχει διαρκής επικοινωνία και σας παρέχει σημαντικές πληροφορίες που θα σας βοηθήσουν με τη σειρά τους να υποστηρίξετε το παιδί. Αν μάθετε ότι «ο Βασίλης δεν κοιμήθηκε καλά χτες το βράδυ» ή ότι «η Μιχαέλα ξύπνησε με γκρίνια σήμερα το πρωί», έχετε στη διάθεσή σας πληροφορίες για τη συμπεριφορά και τα συναισθήματα του παιδιού καθώς και στοιχεία ως προς το τι να έχετε υπόψη από σημάδια και συμπτώματα. Αυτή η καθημερινή επικοινωνία επίσης χτίζει μια σχέση εμπιστοσύνης και ανοίγει τον διάλογο για πιθανά θέματα.

Αρχικές γενικές ερωτήσεις προς την οικογένεια

Για να σας δίνουν οι οικογένειες καθημερινές πληροφορίες, μπορείτε να χαιρετάτε τους ενήλικες που παραδίδουν το παιδί το πρωί κάνοντάς τους κάποιες ερωτήσεις. Ή εναλλακτικά μπορείτε να βάλλετε ένα σημείωμα στην τσάντα του παιδιού για τον γονέα ή να στείλετε ένα μήνυμα μέσω του υπολογιστή ή του κινητού στο τηλέφωνο του γονέα. Αυτή η σύντομη επικοινωνία μπορεί να γίνει με ερωτήσεις όπως είναι οι εξής:

- «Πώς τα πάει στο σπίτι ο Θανάσης;»
- «Πώς ήταν το Σαββατοκύριακο / το βράδυ της Παναγιώτας;»
- «Υπάρχει κάτι που θα πρέπει να γνωρίζω;»
- «Πώς κοιμήθηκε η Δήμητρα χτες το βράδυ;»

- «Πώς νιώθει σήμερα η Κατερίνα;»
- «Πώς πέρασε τη μέρα του μέχρι τώρα ο Νίκος;»
- «Ο Μανόλης φαίνεται ιδιαίτερα καλοδιάθετος σήμερα. Έγινε κάτι που τον χαροποίησε τόσο;»
- «Πώς τα πηγαίνει σήμερα η οικογένεια Πετροπούλου;»
- «Η Ελένη έχει σύντομα τα γενέθλιά της. Πώς νιώθετε που γίνεται τεσσάρων;»
- «Δεν έχω δει τελευταία τη μαμά / τον μπαμπά. Τι κάνει;»

Ένα πλαίσιο για το πώς να ξεκινούν συζητήσεις με τους γονείς

Όταν χρησιμοποιείτε τέτοιους τρόπους για να έχετε μια ιδέα για το πώς πάνε τα πράγματα, αυτό σας βοηθάει, όταν χρειάζεται να κάνετε μια ενδεχομένως δύσκολη συζήτηση. Μπορεί να είναι άβολο να ξεκινήσετε μια συζήτηση με έναν γονιό ή άλλο μέλος της οικογένειας, όταν το παιδί έχει κουβεντιάσει για ένα δύσκολο θέμα μαζί σας. Αρχικά χρειάζεται να ενημερώσετε το μέλος της οικογένειας για το τι εξέφρασε το παιδί και πώς το είπε και έπειτα να ανοίξετε έναν διάλογο για πρόσθετες πληροφορίες που μπορεί να θέλει να δώσει η οικογένεια σε εσάς. Μερικά παραδείγματα για το πώς μπορείτε να κάνετε μια πρώτη προσέγγιση είναι τα εξής:

- «Σήμερα ο Χρήστος με ρώτησε πού πάνε τα σκυλιά όταν πεθαίνουν. Μοιράστηκα μαζί του τι έγινε με το δικό μου ζώακι όταν πέθανε και θέλω να σεβαστώ την επιθυμία σας και της οικογένειάς σας για το πώς να το χειριστώ αυτό με τον Χρήστο. Πώς θα θέλατε να το συζητήσω μαζί του, αν προκύψει ξανά αυτό το θέμα σε κάποια συζήτηση μαζί του;»
- «Σήμερα ο Μιχάλης έφτιαξε μια κατασκευή από τουβλάκια. Ο φίλος του τον ρώτησε τι είναι και είπε ότι είναι η φυλακή στην οποία θα πάει ο θεός του. Θέλω να σεβαστώ την επιθυμία της οικογένειάς σας για το πώς να το συζητήσω μαζί του. Έχω έναν οδηγό συζήτησης που μπορεί να βοηθήσουν την οικογένειά σας για το πώς να το συζητήσετε μαζί του, αν σας ενδιαφέρει.»
- «Η Ιωάννα ήθελε σήμερα να γράψει ένα γράμμα στον παππού της, για να του πει να μην πεθάνει στο νοσοκομείο. Θέλω να σιγουρευτώ ότι θα το διαχειριστώ όπως εσείς θα θέλητε. Υπάρχει κάτι που θα θέλατε να της πω, αν αναφέρει ξανά τον παππού της; Φαντάζομαι ότι είναι μια δύσκολη περίοδος για εσάς και έχω έναν οδηγό που μπορεί να βοηθήσει την οικογένειά σας να συζητήσετε με το παιδί για το τι συμβαίνει. Θα θέλατε να τα πούμε;»

- «Σήμερα το πρωί η Μαρίνα ήταν ιδιαίτερα ανήσυχη και δεν ήθελε να μπει στην τάξη – είπε ότι φοβόταν ότι θα ξαναγίνει σεισμός. Αμέσως τη διαβεβαίωσα ότι είναι ασφαλής και την παρηγόρησα. Μπορώ να μοιραστώ μαζί σας το πώς σκέφτομαι να προσεγγίσω το θέμα αυτό με τη Μαρίνα, αν ξαναπροκύψει, για να το κουβεντιάσουμε μαζί και να έχουμε μια κοινή γραμμή; Θα ήθελα να διαχειριστώ το θέμα με έναν τρόπο με τον οποίο θα νιώθετε κι εσείς άνετα».

Επόμενα βήματα: Πώς να πάτε τη συζήτηση λίγο παραπέρα

Αφού πάρετε με αυτόν τον τρόπο την αρχική συγκατάθεση της οικογένειας, η επόμενη συζήτηση μπορεί να είναι είτε ανάμεσα σε εσάς και το παιδί είτε ανάμεσα σε εσάς και τον γονιό. Είναι σημαντικό να έχετε υπόψη το θέμα, την επίδραση και το ευρύτερο πλαίσιο, έτσι ώστε να καθορίσετε ποιος θα είναι ο καλύτερος τρόπος, για να προχωρήσετε.

Συζήτηση μόνο με το παιδί. Συχνά πριν ή μετά την αρχική συζήτηση με τον ενήλικα της οικογένειας μπορεί να χρειαστεί να κάνετε μια ατομική συζήτηση με το παιδί για ένα προσωπικό θέμα που επηρεάζει μόνο εκείνο. Δεν έχει κάποια επίδραση στα άλλα παιδιά της τάξης ή της ομάδας των παιδιών και πρόκειται για ένα ιδιωτικό θέμα του παιδιού και της οικογένειάς του. Για παράδειγμα, μπορεί να πρόκειται για το διαζύγιο των γονιών, για τον θάνατο ή για ένα σοβαρό θέμα υγείας ενός μέλους της οικογένειας.

Συζήτηση με όλη την τάξη. Υπάρχουν όμως και φορές που μπορεί να κάνετε μια συζήτηση με όλη την ομάδα των παιδιών. Αυτό μπορεί να έρθει ως αποτέλεσμα, αφού ακούσετε από αρκετούς γονείς ότι αρκετά παιδιά ανησυχούν για κάτι στο σχολείο (για παράδειγμα, φόβοι που μπορεί να προέκυψαν μετά από μια άσκηση σεισμού). Ή μπορεί να προκύψει συζήτηση σχετικά με ένα θέμα της ευρύτερης κοινότητας που τους αφορά όλους, ακόμα κι αν οι επιπτώσεις βιώνονται σε διαφορετικά επίπεδα. Για παράδειγμα, μπορεί να χρειαστεί να μιλήσετε στα παιδιά για μια φυσική καταστροφή, για μια τρομοκρατική ενέργεια που έγινε πρόσφατα ή για την ξαφνική αποχώρηση ενός δασκάλου από το σχολείο.

Ο παράγοντας που θα καθορίσει ποιος από τους δύο τύπους της συζήτησης θα γίνει είναι η επίδραση και η ιδιωτικότητα του θέματος. Αν το θέμα επηρεάζει και επιδρά μόνο σε ένα παιδί, τότε η συζήτηση θα πρέπει να είναι ιδιωτική.

Συζήτηση με τους ενήλικες της οικογένειας. Συχνά μέσα στον ρόλο σας ως παιδαγωγού προσχολικής ηλικίας θα είναι να κάνετε συζητήσεις με τους γονείς που πάνε πέρα από τις καθημερινές γενικές ερωτησούλες και ακόμα και πέρα από τις αρχικές ερωτήσεις που μπο-

ρεί να κάνετε όταν ένα παιδί είχε ανοίξει το θέμα. Η συζήτηση με έναν γονιό μπορεί να προκύψει για ένα προσωπικό θέμα, για το οποίο ο γονιός ή το μέλος της οικογένειας σας προσεγγίζει για συμβουλές, υποστήριξη και καθοδήγηση πώς να το συζητήσει ο ίδιος με το παιδί – τέτοια θέματα είναι, για παράδειγμα, ένας χωρισμός, μια αποβολή ή η φυλάκιση ενός γονέα. Εδώ θα μπορούσατε να αποτελέσετε έναν οδηγό ή πηγή πληροφοριών και να στηριχτείτε στο δεύτερο μέρος του βιβλίου, ώστε να δώσετε πιο στοχευμένες προτάσεις στην οικογένεια για το πώς μπορούν να συζητήσουν στο σπίτι με το παιδί από την οικογενειακή οπτική γωνία. Επίσης πρόκειται για μια ιδανική στιγμή στην οποία μπορείτε να συζητήσετε με τον γονέα για το τι ξέρει ήδη το παιδί, τι έχει πει ο γονιός μέχρι τώρα και τι λεξιλόγιο χρησιμοποιήθηκε, καθώς και φυσικά αν υπάρχει κάτι που θα ήθελε να συζητήσετε εσείς με το παιδί ή για ποιο θέμα να είστε προετοιμασμένοι να συζητήσετε με το παιδί.

Άλλες φορές η συζήτηση με τον γονιό μπορεί να ξεκινήσει από εσάς, με αφορμή μια ερώτηση ή ένα σχόλιο που έκανε το παιδί, ή να αποτελεί συνέχεια μιας προηγούμενης κουβέντας που μπορεί να είχατε στο παρελθόν.

Γενικοί κανόνες για τις δύσκολες συζητήσεις

Για οποιαδήποτε συζήτηση για δύσκολα ή συναισθηματικά φορτισμένα θέματα, υπάρχουν κάποιοι γενικοί κανόνες που μπορείτε να έχετε υπόψη. Αυτές οι γενικές οδηγίες θα σας βοηθήσουν σε οποιαδήποτε συζήτηση που σχετίζεται με τα παιδιά υπό τη φροντίδα σας.

1. Πρώτα μιλήστε με την οικογένεια. Αν είναι εφικτό, καλό θα είναι πρώτα να μιλάτε με τους γονείς και τις οικογένειες και έπειτα με τα παιδιά. Οι αρχικές γενικές ερωτήσεις (σελίδα 19) δίνουν το έναυσμα για έναν ανοιχτό διάλογο, ο οποίος μπορεί να κάνει έναν γονιό να μοιραστεί σημαντικές πληροφορίες για την οικογένεια εκ των προτέρων.

2. Ακολουθήστε την προσέγγιση που επιθυμεί η οικογένεια. Οι γονείς και η οικογένεια είναι αυτοί που θα αποφασίσουν τι θα μοιραστείτε, τι θα συζητήσετε και τι θα προσφέρετε στο παιδί, όσο το δυνατόν είναι αυτό εφικτό. Χρησιμοποιήστε ερωτήσεις όπως αυτές που αναφέρονται στην ενότητα «Ένα πλαίσιο για το πώς να ξεκινούν συζητήσεις με τους γονείς» (σελίδα 20) για να μπορέσετε να μιλήσετε πρώτα με ένα μέλος της οικογένειας, προτού το παιδί θέσει πιεστικά το θέμα ή το ερώτημα. Ο σκοπός είναι να συνεργαστείτε με την οικογένεια και να βασιστείτε στην επιθυμητή προσέγγιση που έχει εκείνη για το θέμα. Μερικές οικογένειες ίσως να διστάζουν να μοιραστούν λεπτομέρειες για το τι συμβαίνει στο σπίτι, ακόμα και αν ρωτηθούν απευθείας. Ο ρόλος σας είναι να παράσχετε υποστήριξη για το παιδί και την οικογένεια μέχρι τον βαθμό που μπορείτε και που θα δεχτεί και η οικογένεια. Αν μια οικογένεια δεν είναι ανοιχτή σε αυτό, τότε εξακολουθήστε να μοιράζεστε μαζί τους τι έχει πει το παιδί και πώς απαντήσατε και να δίνετε πρόσθετες πληροφορίες.

3. Να είστε έτοιμοι για τα πάντα. Οποιοσδήποτε αλληλεπιδρά με μικρά παιδιά θα πρέπει να είναι προετοιμασμένος για απροσδόκητες ερωτήσεις σε απρόσμενες στιγμές. Ένα παιδάκι μπορεί να ρωτήσει για μια τρομοκρατική ενέργεια ή για τη φυλετική ταυτότητα ενός συμμαθητή του χωρίς να προηγηθεί κάποια αφορμή, ξαφνιάζοντας τον εκπαιδευτικό. Τα θέματα στο δεύτερο μέρος του βιβλίου θα σας δώσουν οδηγίες για το πώς να αντιδράσετε εκείνη τη στιγμή και θα σας υποστηρίξουν για το πώς να καταστρώσετε το πλαίσιο για μια σχετική συζήτηση.

4. Να έχετε στον νου σας τη μη λεκτική σας επικοινωνία. Τα παιδιά παρακολουθούν τις συναισθηματικές σας αντιδράσεις και μπορεί να σταματήσουν να μιλούν, αν η έκφραση του προσώπου σας ή η γλώσσα του σώματός σας υποδηλώσει ότι ένα θέμα ή μια ερώτηση είναι ταμπού. Για παράδειγμα, αν ένα παιδάκι ρωτήσει: «ο μπαμπάς μου είναι κακός, τώρα που είναι στη φυλακή;» και δει στο πρόσωπό σας έκπληξη και σοκ, το παίρνει ως μήνυμα που επιβεβαιώνει τον φόβο του ή ως ένα σημάδι ότι δεν θα πρέπει να μιλήσει άλλο για το θέμα αυτό. Προσπαθήστε να έχετε μια ανοιχτή και δεκτική έκφραση στο πρόσωπό σας και αποφύγετε να κάνετε οποιαδήποτε ξαφνική κίνηση ως αντίδραση σε αυτό που λείει και ρωτάει το παιδί.

5. Χρησιμοποιήστε ανοιχτές ερωτήσεις. Ανταποκριθείτε στην ερώτηση ή στη δήλωση του παιδιού με μια ανοιχτή ερώτηση. Για παράδειγμα:

Παιδί: «Η θεία μου η Σίσσυ ήταν να γεννήσει, αλλήλ το μωρό πέθανε».

Δασκάλα: «Σ' ευχαριστώ που μου το είπες. Δεν το ήξερα. Πώς νιώθεις για τη θεία σου και για το μωράκι;»

Σε αυτό το παράδειγμα, η αντίδραση της δασκάλας υποδέχεται με θετικό τρόπο αυτό που μοιράστηκε το παιδί, παραδέχεται στο παιδί ότι δεν ήξερε για το γεγονός και έπειτα επιτρέπει στο παιδί να μοιραστεί τα συναισθήματά του. Δεν υποθέτει από πριν τι μπορεί να νιώθει το παιδί.

Είναι σημαντικό για τη συναισθηματική υγεία των παιδιών να αναγνωρίζουν το πώς νιώθουν και να βρίσκουν λέξεις για να το εκφράσουν. Η χρήση συναισθηματικού λεξιλογίου είναι κάτι που χρειάζεται χρόνο και εξάσκηση. Όσο πιο πολλή εκφράζουν λεκτικά τα παιδιά για τα συναισθήματά τους τόσο λιγότερο θα έχουν κρίσεις οργής ή ξεσπάσματα έντονης συμπεριφοράς αλλήλ και τόσο λιγότερο θα τα κρατούν μέσα τους. Για να βοηθήσετε τα παιδιά να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, ενθαρρύνετέ τα να δίνουν προσοχή στο τι βιώνουν σωματικά (όπως είναι τα δάκρυα, οι σφιγμένες γροθιές, το λαχάνια-

σμα ή ένα φτερούγισμα στο στήθος). Βοηθήστε τα να βρουν μια λέξη για το συναίσθημά τους, λέγοντας, για παράδειγμα: «Βλέπω ότι σφίγγεις πολύ τις γροθιές σου. Πώς νιώθεις;». Αυτό σας επιτρέπει να βοηθήσετε το παιδί να αντιληφθεί και να αποδώσει με λέξεις τα συναισθήματά του χωρίς να κάνετε εσείς υποθέσεις για το τι μπορεί να νιώθει και χωρίς να δώσετε περιττές πληροφορίες.

Η χρήση συναισθηματικού λεξιλογίου είναι κάτι που χρειάζεται χρόνο και εξάσκηση. Όσο πιο πολλή εκφράζουν λεκτικά τα παιδιά για τα συναισθήματά τους τόσο λιγότερο θα έχουν κρίσεις οργής ή ξεσπάσματα έντονης συμπεριφοράς αλλήλ και τόσο λιγότερο θα τα κρατούν μέσα τους.

6. Κάντε παύσεις. Αφού κάνετε μια ερώτηση, το επόμενο πιο σημαντικό μέρος της συζήτησης είναι να κάνετε μια παύση. Η ανοιχτή ερώτηση επιτρέπει στο παιδί να μοιραστεί τι νιώθει, να πει τι ξέρει και ενδεχομένως να κάνει επιπλέον ερωτήσεις. Η παύση επίσης σας δίνει την ευκαιρία να ηρεμήσετε συναισθηματικά και να κάνετε μια νοητική προετοιμασία για την απάντηση που μπορεί να χρειαστεί να δώσετε ή όχι.

Μερικά μικρά παιδιά θα αντιδράσουν μένοντας σιωπηλά. Αυτό δεν είναι κακό και δεν πρέπει να πιέσετε ένα παιδί για να δώσει λεκτική απάντηση. Αν ένα παιδί μετά από αυτή την παύση κάνει πρόσθετα σχόλια ή ερωτήσεις, θα πρέπει να απαντήσετε με απλά λόγια, μέχρι να συζητήσετε το θέμα με τους γονείς.

Παιδί: «Η μαμά λείπει ότι η θεία μου η Σίσσυ είναι στενοχωρημένη».

Δασκάλα: «Θα ήθελες να κάνεις μια ζωγραφιά για τη θεία σου τη Σίσσυ, για να μάθει ότι τη σκέφτεσαι;»

Τα λόγια του παιδιού εδώ δεν αποκαλύπτουν ιδιαίτερα τι νιώθει το παιδί ούτε δίνουν καμία πληροφορία για το τι συνέβη. Δεν πειράζει. Το παιδί μπορεί κι αυτό να είναι στενοχωρημένο ή να νιώθει περιέργεια, προβληματισμό, ανησυχία, φόβο ή κάποιο άλλο συναίσθημα. Η δασκάλα το καλεί να κάνει μια ζωγραφιά και έτσι θέτει τη βάση για να εξερευνήσει το παιδί και να εκφράσει τα συναισθήματα που έχει για την κατάσταση και έπειτα, αν το επιθυμεί, να δώσει τη ζωγραφιά στο αγαπημένο του πρόσωπο.

Παιδί: «Η ξαδέρφη μου η Κάτια που έχει καρκίνο θα πεθάνει;»

Δασκάλα: «Φαίνεται ότι έχεις πολύ σοβαρές απορίες για το τι συμβαίνει με την ξαδέρφη σου την Κάτια. Δεν ξέρω τι της συμβαίνει και είμαι σίγουρη ότι οι γιατροί τη βοηθούν. Θα ήθελες να κάνεις μια κάρτα για την Κάτια, για να ξέρει ότι τη σκέφτεσαι;»

Δείτε εδώ πώς η απάντηση της δασκάλας δεν προσφέρει πληροφορίες: η δασκάλα δεν γνωρίζει πολλά για την ασθένεια της Κάτιας και θέλει πρώτα να μάθει πώς θα ήθελε η οικογένεια του παιδιού να προσεγγιστεί το θέμα. Έτσι, η δασκάλα υποδέχεται την ερώτηση, αποδέχεται τις πληροφορίες που μπορεί να υποθέσει από την ερώτηση (ότι η Κάτια έχει ένα πρόβλημα υγείας) και ενθαρρύνει το παιδί να βρει τρόπο να διοχετεύσει τα συναισθήματα που έχει για αυτήν την κατάσταση.

Χρήσιμο πλαίσιο αντίδρασης: Αναγνωρίζω, Αποδέχομαι, Ρωτάω, Είμαι παρών

Στον ρόλο σας ως εκπαιδευτικού, πάντα καλό είναι να αποφεύγετε να μοιράζεστε πληροφορίες με ένα παιδί όταν δεν τις έχει λάβει πρώτα από το σπίτι του. Αυτή η προσέγγιση μπορεί να σας βοηθήσει να το πετύχετε. Όταν το παιδί σας πει κάτι ή κάνει μια ερώτηση, πείτε μια κουβέντα που να δείχνει αποδοχή και έπειτα κάντε μια ανοικτή ερώτηση, αναγνωρίζοντας τα συναισθήματά του και δίνοντας προσοχή σε αυτά που εκφράζει το παιδί. Για παράδειγμα:

- «Χαίρομαι που μοιράστηκες μαζί μου ότι ο μπαμπάς σου έφυγε για να σβήσει μια μεγάλη φωτιά. Πώς νιώθεις που το κάνει αυτό;»
- «Δεν ήξερα ότι πέθανε το σκυλάκι σου. Σ' ευχαριστώ που μου το είπες. Θα ήθελες να κάνεις μια ζωγραφιά με εσένα και το σκυλάκι σου;»

Αυτή η τεχνική δίνει στο παιδί μια αντίδραση που δείχνει σεβασμό αλλά ταυτόχρονα σας δίνει χρόνο να επικοινωνήσετε με την οικογένειά του και να μάθετε τι επιθυμεί αυτή σχετικά με τις πληροφορίες που θα δοθούν στο παιδί.

Μετά από μια συζήτηση, τα παιδιά έχουν ανάγκη να είστε εκεί και να εξακολουθείτε να είστε διαθέσιμοι για να τα ακούσετε και να τα βοηθήσετε να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματά τους. Αν θυμάστε τη μέθοδο «αναγνωρίζω, αποδέχομαι, ρωτάω, είμαι παρών», μπορείτε να βοηθήσετε τα παιδιά να μοιράζονται αυτά που χρειάζονται και ταυτόχρονα βοηθήστε τον εαυτό σας να τα υποστηρίξει με τον πιο κατάλληλο τρόπο.



**Όταν μιλάμε με μικρά παιδιά,
ερχόμαστε διαρκώς αντιμέτωποι
με απρόσμενες και «δύσκολες» ερωτήσεις.**



Τι είναι το διαζύγιο;
Πού πάει το ζώακι μου όταν πεθαίνει;
Θα ξανάρθει το κύμα κακοκαιρίας;
Πότε θα ξαναβρεί δουλειά η μαμά;
Γιατί συμβαίνουν κακά πράγματα;

Βασισμένο στο επιστημονικό υπόβαθρο και την πολύχρονη πείρα της συγγραφέα, το βιβλίο αυτό χάρη στις ξεκάθαρες οδηγίες και την ποικιλία παραδειγμάτων βοηθάει τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς:

- ▶ να απαντούν σε ερωτήσεις με απλότητα και ειλικρίνεια,
- ▶ να καθοδηγούν τα παιδιά ώστε να αναγνωρίζουν και να εκφράζουν τα συναισθήματά τους,
- ▶ να τα στηρίζουν προστατεύοντας την αξιοπρέπεια και την αθωότητά τους, όταν μαθαίνουν για συνταρακτικά γεγονότα της τοπικής ή της ευρύτερης κοινωνίας.

**Απαραίτητο
εργαλείο
για εκπαιδευτικούς
και γονείς**



Κάθε ερώτηση πρέπει να τη σεβόμαστε και να της δίνουμε απάντηση. Ακόμα και σε δύσκολες καταστάσεις, τα παιδιά χρειάζεται να ξέρουν ότι οι έμπιστοι ενήλικες που βρίσκονται γύρω τους νοιάζονται για το καλό τους και επιδιώκουν να κάνουν τον κόσμο όσο πιο ασφαλή γίνεται.

ISBN: 978-618-03-3646-7



9 786180 336467
ΒΟΗΘ. ΚΩΔ. ΜΗΧ/ΣΗΣ 83646

metaixmio.gr

 ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ
ΚΑΙ ΣΕ
e-book