

Πίνακας επιβράβευσης των παιδιών στο σπίτι.

Πως λειτουργεί ο πίνακας επιβράβευσης: Ο πίνακας είναι ατομικός και αφορά μια ολόκληρη εβδομάδα. Μπορείτε να συνεργαστείτε με το παιδί σας για τον τρόπο που θα επιλέξετε να τον φτιάξετε π.χ. μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια κόλλα χαρτί και να τη χρωματίσετε ή να προσθέσετε μικρές ζωγραφιές μαζί με το παιδί σας. Μπορείτε να το ολοκληρώσετε και μέσω του υπολογιστή (εισαγωγή πίνακα), οπότε το μόνο που θα χρειαστεί είναι να τον εκτυπώσουμε. Θα χρειαστείτε ένα μπλοκ με μικρά αυτοκόλλητα. Για κάθε στόχο που το παιδί πετυχαίνει καθημερινά, το επιβραβεύουμε λεκτικά («**Μπράβο!**», «**Πολύ καλή δουλειά**», «**Τα πήγες πάρα πολύ καλά**», «**Καταπληκτικό, συνέχισε έτσι**» κλπ) και κολλάμε από ένα αυτοκόλλητο.

Η επιβράβευση που θα έρθει στο τέλος της εβδομάδας δεν χρειάζεται απαραίτητα να είναι υλική. Το παιδί σας μπορεί να έχει την ευκαιρία να ψήσει ένα κέικ με τη μαμά ή να πάτε μια μικρή βόλτα. Αλλά και η ηθική ικανοποίηση για το παιδί ότι κατάφερε να ολοκληρώσει τους στόχους του με επιτυχία είναι επιβράβευση.

Διατυπώνουμε (με την έγκριση του παιδιού μας- απαραίτητη και η δική του συμμετοχή) τους στόχους με όσο μεγαλύτερη σαφήνεια γίνεται. Αν γράψουμε για παράδειγμα “είμαι καλό παιδί”, αυτό ίσως να μην είναι απόλυτα κατανοητό. Γι’ αυτό γράφουμε “συμμάζεψα τα παιχνίδια μου”, “έφαγα το φαγητό μου”, “έπλυνα τα δόντια μου”, “ήμουν ευγενικός/η με τους άλλους” κτλ. **Περιγράφουμε δηλαδή συγκεκριμένες συμπεριφορές και συνήθειες που θέλουμε το παιδί να υιοθετήσει.** Προσθέστε στόχους που σχετίζονται με υποχρεώσεις που έχουμε στο σπίτι, ακόμα και αν γνωρίζεται ότι δεν θα καταφέρει να ανταποκριθεί πλήρως. Τα παιδιά συνήθως πιστεύουν ότι οι δουλειές του σπιτιού, η καθαριότητα και το μαγείρεμα γίνονται δια μαγείας, έχοντας την πεποίθηση ότι ο γονέας ή ο συγγενής που μένει σπίτι όταν το ίδιο λείπει π.χ. για το σχολείο, απλά δεν κάνει τίποτα και ξεκουράζεται. Ας γίνει η παραμονή μας στο σπίτι αυτή την περίοδο, η αφορμή να διαπιστώσει το παιδί ότι τελικά όλα κόποις κτώνται!

Άλλο επιβράβευση κι άλλο δωροδοκία. Υπάρχει μια μικρή αλλά σημαντική διαφορά ανάμεσα στην επιβράβευση και την δωροδοκία, που πρέπει να προσέξουμε όταν χρησιμοποιούμε τέτοιους πίνακες. Ποιά είναι αυτή η διαφορά; **Η επιβράβευση έρχεται στο τέλος μιας καλής συμπεριφοράς, που το παιδί επιδεικνύει, ενώ η δωροδοκία συμβαίνει στην αρχή με σκοπό να πειστεί το παιδί να συμπεριφερθεί ανάλογα.**

Πως θα αποφύγουμε την “παγίδα”; Αρχικά όταν αποφασίσουμε να εφαρμόσουμε ένα πρόγραμμα επιβράβευσης, όπως αυτό με τον πίνακα, πρέπει να είμαστε συνεπείς και να το τηρούμε. Τη στιγμή που θα επιτρέψουμε στο παιδί να μειώσει τις απαιτήσεις ή να ζητήσει π.χ. μεγαλύτερη επιβράβευση, βρισκόμαστε πολύ κοντά στη δωροδοκία.

Επομένως είμαστε πρώτα εμείς συνεπείς με τον πίνακα, για να μάθει και το παιδί την ευθύνη καθώς και την συνέπεια των πράξεων του. Κι από την άλλη δεν τάζουμε δώρα, ούτε κάνουμε συμφωνίες υλικές πριν ξεκινήσουμε το πρόγραμμα.

Ακόμα πιο αποδοτικό είναι να δημιουργήσουμε ένα μεγάλο πίνακα που να περιλαμβάνει τις καθημερινές υποχρεώσεις όλων των μελών της οικογένειας (από τη στιγμή που ξυπνάμε μέχρι τη στιγμή που πέφτουμε το βράδυ για ύπνο). Με αυτό τον τρόπο το παιδί δεν αισθάνεται ότι μόνο το ίδιο έχει υποχρεώσεις και συνέπειες. Θα νιώσει και το ίδιο ικανοποίηση όταν έρθει η στιγμή που ίσως χαλαρώσετε ή παραβλέψετε κάποιους στόχους σας και με επιβλητικό ύφος σας επισημάνει ότι ήρθε η δική σας σειρά για τις συνέπειες των πράξεων σας! Ίση μεταχείριση και ίσα δικαιώματα για μικρούς και μεγάλους!

Όποιον τρόπο και να επιλέξετε για την εφαρμογή του πίνακα, μπορεί σαν ιδέα ή στην αρχή να σας φαίνεται δύσκολο και κουραστικό, όμως όταν τελικά γίνει καθημερινή ρουτίνα, τόσο για εσάς όσο και για τα παιδιά σας, θα εκπλαγείτε με τα αποτελέσματα!

Καλή επιτυχία!!!