

Εξάσκηση:

Παρακάτω, παρουσιάζονται διάφορα παραδείγματα μη επικοινωνιακών μηνυμάτων. Παρατηρήστε την καθημερινή σας επικοινωνιακή συμπεριφορά για μία εβδομάδα. Κάθε φορά που χρησιμοποιείτε μία από τις ακόλουθες εκφράσεις όταν μιλάτε με το παιδί σας τραβήξτε μία γραμμή στα αριστερά της πρότασης.

Διατάζω, δίνω εντολές

- Πρέπει να...
- Έλα, άντε ετοιμάσου...
- Πες γεια...
- Κάτσε φρόνιμα
- Συμπεριφέρσου σωστά...

Επιπλήττω, μαλώνω, απειλώ

- Εσύ πάντα...
- Εσύ ποτέ...
- Αν εσύ δεν..., τότε...
- Πότε επιτέλους θα...
- Πόσες φορές πρέπει να σου πω ότι...

Ηθικολογώ

- Θα ήμασταν περήφανοι για σένα, αλλά τώρα έχουμε απογοητευθεί, επειδή εσύ δεν...
- Η μαμά είναι πολύ λυπημένη, επειδή είσαι τόσο άτακτος.
- Υπάρχουν παιδιά στον κόσμο που δεν έχουνε να φάνε.
- Μια φορά ψεύτης, πάντα ψεύτης...

Δίνω συμβουλές και συγκρίνω

- Αν ήμουν στη θέση σου, θα...
- Οι γονείς των άλλων παιδιών θα...
- Η αδελφή σου πάντα τακτοποιεί το δωμάτιό της.
- Όλοι συμφωνούν με αυτό. Αλλά εσύ...