

Μεγαλώνουμε ευτυχισμένα και αυτόρρη παιδιά;



Ως γονείς τείνουμε να κακομαθαίνουμε τα παιδιά μας. Δίνουμε πολλά και απαιτούμε λίγα. Υποχωρούμε εύκολα σε συχνά παράλογες απαιτήσεις, προασπιζόμαστε τις θέσεις και τη συμπεριφορά τους απέναντι σε τρίτους – πολλές φορές χωρίς να έχουν δίκιο- μόνο και μόνο γιατί είναι παιδιά μας, ενδίδοντας πολύ εύκολα στα «θέλω» και σε κάθε είδους επιθυμία τους. Δηλαδή, συμπεριφερόμαστε σαν να έχουμε στον κήπο μας ένα όμορφο φυτό το οποίο, λόγω ιδιαίτερης φροντίδας, συνέχεια το ποτίζουμε. Τι μπορεί να πάθει; Να σαπίσει. Δεν είναι εύκολο να μεγαλώνουμε παιδιά και ούτε υπάρχουν συνταγές και κανόνες που θα μπορούσαν να εφαρμοστούν σε όλα τα παιδιά και σε κάθε περίπτωση, γιατί είναι πολλοί οι παράγοντες που επηρεάζουν την ανατροφή, την ανάπτυξη, τη διαπαιδαγώγηση και τη συμπεριφορά ενός παιδιού, ανάλογα με την προσωπικότητα και τις ανάγκες τις ηλικίας του. Κατά συνέπεια, θα προσπαθήσουμε να επισημάνουμε κάποια λάθη που γίνονται από τους γονείς και καλό θα ήταν να προσπαθείτε όσο μπορείτε να τα αποφεύγετε.

Αποφεύγετε λοιπόν:

1. **Να παίρνετε πάντα το μέρος του παιδιού.** Είναι γεγονός ότι από τη φύση μας στηρίζουμε το παιδί μας στις δυσκολίες. Όμως, όταν δρούμε συνεχώς σαν μια αδιαίρετη ομάδα με το παιδί και ενισχύουμε αδιακρίτως τις συμπεριφορές του, είτε αυτές είναι σωστές είτε λανθασμένες, το μαθαίνουμε να δικαιολογεί τις αντιδράσεις του για ό,τι κάνει αλλά και να αποφεύγει τις συνέπειες, αφού πάντα είμαστε εκεί να του λύσουμε όλα τα προβλήματα που αντιμετωπίζει. Δηλαδή, όταν αναλαμβάνουν οι γονείς τα ηνία για κάθε πράξη του παιδιού, το παιδί μαθαίνει να αποποιείται την ευθύνη του εαυτού του ενώ οι γονείς εμπλέκονται συναισθηματικά και

αδυνατούν να διατηρήσουν την απόσταση που θα τους επιτρέψει να είναι αντικειμενικοί και ψύχραιμοι. Θα πρέπει, λοιπόν, να ενισχύουμε το παιδί ώστε να αναλαμβάνει πρωτοβουλίες και να διαχειρίζεται τα θέματα που το απασχολούν, ακόμα και αν χρειαστεί να αντιμετωπίσει συγκρούσεις, καθώς σταδιακά θα πρέπει να μάθει να τα βγάζει πέρα μόνο του.

- 2. Να παίρνετε αποφάσεις για λογαριασμό του.** Όσο πιο γρήγορα αυτονομηθεί το παιδί στη ζωή του, τόσο πιο νωρίς θα αποκτήσει αυτοπεποίθηση και θα χειρίζεται τα θέματα που το απασχολούν. Όταν εσείς επιβάλλετε τη δική σας άποψη και καθορίζετε κάθε πλευρά της ζωής του, τότε δημιουργείτε στο παιδί την ανάγκη να ζητά πάντα την έγκριση κάποιου, πριν πάρει οποιαδήποτε απόφαση. Η συμπεριφορά αυτή μπορεί να προκαλέσει άγχος και σχέση εξάρτησης στο παιδί, αποτρέποντάς το να καλλιεργήσει αυτοέλεγχο ή να αποκτήσει εμπιστοσύνη στον εαυτό του. Το παιδί πρέπει να ενθαρρύνεται και να ωθείται να παίρνει πρωτοβουλίες και να αναλαμβάνει ευθύνες και καθήκοντα που συνάδουν με την ηλικία του.
- 3. Να το επαινείτε συνέχεια.** Ξέρουμε ότι πρέπει να επιβραβεύουμε τις προσπάθειες του παιδιού μας, όμως, με το να το επαινούμε συνεχώς για τα αυτονόητα καταλήγει τελικά να έχει διαστρεβλωμένη εικόνα για τον εαυτό του και τις δυνατότητές του.
- 4. Να το αμείβετε χωρίς να κάνει τίποτα.** Όταν δεν έχει κίνητρο για να αγωνιστεί για κάτι, τότε γιατί να το κάνει; Όταν του παρέχετε τα πάντα, το μήνυμα που στέλνετε – ακόμα και στις δύσκολες ώρες που διανύουμε σήμερα- είναι ότι μπορεί να αποκτήσει κάθε στιγμή, χωρίς κόπο, ό,τι επιθυμεί γιατί το αξίζει. Δηλαδή, δικαιούται να ξοδεύει άσκοπα τα χρήματά σας αγοράζοντας ό,τι επιθυμεί, χωρίς να κουνήσει το δακτυλάκι του. Ένα παιδί που μεγαλώνει με αυτόν τον τρόπο θα μετατραπεί αργότερα σε έναν οκνηρό έφηβο και αργότερα σε έναν επαγγελματία τεμπέλη. Ανεξάρτητο και αυτόνομο θα γίνει μόνο όταν μάθει να αμείβεται μέσα από προσπάθεια και αγώνα.
- 5. Να το παρακάνετε με τις εξωσχολικές δραστηριότητες.** Είναι πολλοί οι γονείς που πιστεύουν ότι μεγαλώνουν το μεγαλύτερο αθλητικό ταλέντο ή έναν σπουδαίο βιολιστή ή έναν ταλαντούχο πιανίστα. Ακόμα κι αν αυτό μπορεί να προσεγγίζει την πραγματικότητα, μην το εξουθενώνετε. Είναι πολύ σημαντικό να επιλέξει μόνο του τι πραγματικά του αρέσει γιατί μόνο τότε θα αποφορτίζεται, θα απασχολείται δημιουργικά και θα είναι χαρούμενο.
- 6. Να το τιμωρείτε και να επιρρίπτετε ευθύνες.** Τα προβλήματα πολλά- ειδικά σήμερα- που εύκολα μας οδηγούν να χάνουμε την ψυχραιμία μας, να

θυμώνουμε, να απειλούμε ή και να χειροδικούμε, αλλά τέτοιου είδους πρακτικές έχουν αποδειχτεί ολέθριες. Δημιουργούν θυμωμένους, επιθετικούς και αντικοινωνικούς ενήλικες. Απαντώντας ήρεμα και θέτοντας όρια στη συμπεριφορά, σταθερά, με σεβασμό και χωρίς να επιρρίπτετε ευθύνες, δίνετε στο παιδί σας το παράδειγμα της σωστής συμπεριφοράς και διατηρείτε τον έλεγχο. Πειθαρχήστε το παιδί σας. Με αυτό τον τρόπο συμπεριφοράς, το παιδί σας αισθάνεται κατανόηση και ασφάλεια. Η πειθαρχία είναι -μετά την αγάπη- το πολυτιμότερο που έχετε να προσφέρετε στο παιδί σας. Να έχουμε πάντα στο μυαλό μας όταν χρειαστεί να τιμωρήσουμε το εξής:

Χρησιμοποιώ την τιμωρία για να του διδάξω κάτι μέσα από αυτό ή απλώς για να εκτονώσω τον θυμό μου;

7. **Να συμμετέχει σε θέματα που αφορούν ενήλικες.** Τα προσωπικά μας προβλήματα επαγγελματικής, συναισθηματικής και οικονομικής φύσης και, ιδίως, τα δυσάρεστα, δεν είναι καθόλου ανάγκη να τα συζητάμε με το παιδί μας. Γιατί θα πρέπει δηλαδή να επιφορτίζεται ένα παιδί, που δεν μπορεί να σχολιάσει ή να κρίνει, θέματα που αφορούν τους ενήλικες, και μάλιστα τους γονείς του; Το μόνο που μπορεί να κατορθώσουμε είναι να το ενοχοποιήσουμε, καθώς θα θεωρεί τον εαυτό του υπεύθυνο της όλης δυστυχίας γύρω του.
8. **Μειώστε δραστικά το χρόνο παρακολούθησης τηλεόραση.** Η συνεχής τηλεθέαση, η παθητική παρακολούθηση των ίδιων DVD προκειμένου εμείς να χαλαρώσουμε ή επειδή κανείς δεν μπορεί να ασχοληθεί με το παιδί είναι μία λανθασμένη πρακτική την οποία υιοθετούν πολλοί γονείς καθώς αποτελεί εύκολη λύση, προκειμένου να έχουν οι ίδιοι ελεύθερο χρόνο για τις ασχολίες τους. Ωστόσο, οι αρνητικές επιπτώσεις που έχει στην ανάπτυξη των παιδιών η τηλεόραση όσον αφορά στη νοητική, στην ψυχολογική, στην κοινωνική, αλλά και στη σωματική τους ανάπτυξη έχουν επισημανθεί από πληθώρα επιστημονικών ερευνών. Υπάρχουν πολλοί άλλοι τρόποι να προσεγγίσουμε δημιουργικά το παιδί μας και να το μεγαλώσουμε βλέποντάς το ευτυχισμένο και αυτόρκες, προσφέροντάς του εναλλακτικές δημιουργικές δραστηριότητες και επιδιώκοντας την ουσιαστική επικοινωνία μαζί του.
9. **Να υποχωρείτε συνεχώς στις απαιτήσεις του παιδιού και να μην είστε σταθεροί στις θέσεις σας.** Πολλοί σύγχρονοι γονείς έχουν την τάση να ιεραρχούν τις ανάγκες και τις επιθυμίες των παιδιών τους πάνω από τις δικές τους-μερικές φορές ως αντίδραση στη δική τους παιδική ηλικία και άλλες φορές επειδή φοβούνται τις εκρήξεις του παιδιού τους, τη στεναχώρια ή την απογοήτευση του. Με το να είστε συνέχεια υποχωρητικοί, χάνετε τη δύναμη σας στα μάτια του παιδιού. Οι ανάγκες σας δεν είναι ούτε περισσότερο ούτε λιγότερο σημαντικές από του παιδιού σας. Η ισορροπία

είναι το κλειδί. Και αυτό είναι ένα πολύτιμο μάθημα για τα παιδιά. Η ύπαρξη ορίων και κανόνων βοηθά το παιδί να δομήσει την προσωπικότητά του και να εξελιχθεί σε υπεύθυνο και αυτόνομο άτομο.

«Το παιδί που μεγαλώνει με επιδοκιμασία, μαθαίνει να αγαπά τον εαυτό του. Το παιδί που μεγαλώνει με ασφάλεια μαθαίνει να πιστεύει στον εαυτό του. Το παιδί που μεγαλώνει με αποδοχή και φιλία, μαθαίνει να αγαπά τον κόσμο»

**του Θεόδωρου Μπαρή
Προϊσταμένου Επιστημονικής και Παιδαγωγικής
Καθοδήγησης της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας
και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Ελλάδας**