

η ψυχή του παιδιού σας

η ψυχή του παιδιού σας

40 ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΟΝΕΩΝ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Μετάφραση:
Αγγελική Πελωριάδου

Ἐν πλῶ

© Εκδόσεις Έν πλώ
Κολοκοτρώνη 49, Αθήνα 105 60
Τηλ.: 210 3226343 – Fax: 210 3221238
e-mail: info@enploeditions.gr
www.enploeditions.gr
www.facebook.com/enploeditions.gr

Διόρθωση κειμένων:
Γιώργος Πινακούλας

Α΄ έκδοση: Οκτώβριος 2023

ISBN: 978-960-619-144-2

Περιεχόμενα

Πρόλογος.....	9
Εισαγωγή.....	13
1. Διακοπή της συναισθηματικής επαφής.....	19
2. Να ανατρέφουμε διαφορετικά τα αγόρια από τα κορίτσια;.....	28
3. Παιδικός σταθμός: Επίπονος αποχωρισμός.....	39
4. Πώς να κρατήσω απόσταση από το παιδί;.....	53
5. Τι να κάνουμε με τους παιδικούς φόβους;.....	61
6. Μεταξύ εξαναγκασμού και ελευθερίας ή «Δεν θέλω τίποτα...».....	68
7. Να το δείρω ή να το χαϊδέψω στο κεφαλάκι;.....	79
8. Το παιδί με κούρασε!.....	91
9. Πώς να διδάξουμε το παιδί να σκέφτεται;.....	102
10. Στην ίδια βάρκα: Συγκρούσεις αδελφών.....	109
11. Οι παππούδες και οι γιαγιάδες ως πηγή εκπαίδευσης.....	117
12. Αν το παιδί φοβάται να επικοινωνήσει.....	128
13. Πώς να επιλέξουμε σχολείο;.....	136
14. Παιδί και ελεύθερος χρόνος.....	148
15. Προς τους γονείς που φοβούνται τους δασκάλους.....	156
16. Τι πρέπει να αναπτύξουμε, τη νοημοσύνη ή τα συναισθήματα;.....	164
17. Σπασμένη καρδιά: Πώς να ξεπεράσουμε ένα παιδικό τραύμα.....	172
18. Πως να μην παραβλέψουμε το ταλέντο του παιδιού;.....	180

19. Παιδιά και χρήματα.....	191
20. Πολιτισμός ηγετών.....	203
21. Μόνος στο σπίτι ή το δεύτερο μέρος της ημέρας μου.....	213
22. Παιδιά και γονείς: Πώς να περάσουμε τις διακοπές μας.....	225
23. Παίξτε μαζί μου!.....	237
24. Πώς θα μάθουμε να χάνουμε;.....	250
25. Τι είναι πιο σημαντικό, η επικοινωνία ή οι σπουδές;.....	256
26. Πατρικό ένστικτο.....	265
27. Σισύφειον άγος: Πώς να μάθετε τα παιδιά να βοηθούν στο σπίτι.....	272
28. Να μην ακούσω το καρφί ή να σταματήσω το κακό;.....	279
29. Τι να κάνουμε με τις «κακές λέξεις»;.....	285
30. Ταξίδι στη «χώρα των ψευτών».....	294
31. Το παιδί μου είναι κλέφτης;.....	301
32. Η σκληρότητα στα παιδιά.....	310
33. Πώς μπορεί να επιβιώσει ο έφηβος;.....	320
34. Παιδιά και θάνατος.....	327
35. Σύνδρομο υπερκινητικότητας.....	335
36. Το παιδί θύμα.....	348
37. Πήγα στο ίντερνετ, θα γυρίσω αύριο.....	357
38. Πώς να αντισταθούμε, γυρίζοντας το άλλο μάγουλο;.....	366
39. Πώς να μη σκοτώνετε τον έφηβο, αλλά να τον αγαπάτε.....	374
40. Πόση ελευθερία χρειάζεται το παιδί;.....	383

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Το να μιλήσει κανείς για την ανατροφή του παιδιού είναι πάντοτε ένα ριψοκίνδυνο εγχείρημα. Όπως σωστά αναφέρεται στην αρχή του βιβλίου, το κάθε παιδί μεγαλώνει σε μια οικογένεια που έχει τη δική της ταυτότητα, τα δικά της χαρακτηριστικά, χαρίσματα, ιδιομορφίες και δυσκολίες. Ο κάθε γονέας έχει τη δική του ιστορία, που έχει συμβάλει στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς του, και που, όταν ενωθεί με αυτήν του ή της συζύγου, δημιουργεί άλλες καταστάσεις, καινούργιες μεν, αλλά, παρόμοιες δε, πολλές φορές, με αυτές των προγόνων τους. Αυτές οι καταστάσεις θα διαμορφώσουν τον τρόπο που μεγαλώνει το παιδί τους. Επομένως, δεν υπάρχουν εύκολες απαντήσεις, όταν οι γονείς ρωτούν και ψάχνουν λύσεις σχετικά με το μέγαλωμα των παιδιών τους.

Τις τελευταίες δεκαετίες, έχουν γραφτεί πολλά βιβλία που επιχειρούν να δώσουν απαντήσεις στα ερωτήματα των γονέων. Μάλιστα, μπορούμε να πούμε ότι το πλήθος των εκδόσεων και η αυξανόμενη αναζήτηση τέτοιων συγγραμμάτων δείχνει, πρώτα απ' όλα, το πραγματικό και γνήσιο ενδιαφέρον που υπάρχει από τους γονείς, προκειμένου να προσφέρουν την καλύτερη ανατροφή στα παιδιά τους. Από την άλλη, εκφράζει την απόγνωση που βιώνουν πολλά νέα ζευγάρια σε σχέση με αυτή την ανατροφή. Δυστυχώς, η αναζήτηση αυτή κρύβει και την ανάγκη των γονέων να βρουν εύκολες λύσεις, απαντήσεις και τεχνάσματα, χωρίς να υπάρχει εμβάθυνση στους παράγοντες που συμβάλλουν στις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Σε αυτή την περίπτωση, οι εύκολες λύσεις και τα τεχνάσματα μόνο περιτλέκουν τις καταστάσεις.

Η γονική ιδιότητα αποτελείται από ατελείωτα καθημερι-

νά γεγονότα, γεμάτα από μικρές χαρές, διάφορες εντάσεις, έντονες συγκρούσεις και απρόοπτες περιστάσεις και κρίσεις καταστάσεις που κανείς δεν θα μπορούσε να φανταστεί ποτέ. Ο τρόπος που ο πατέρας και η μητέρα αντιμετωπίζουν αυτά τα γεγονότα διαμορφώνει αντίστοιχα και τη σχέση τους με το παιδί τους.

Εκτός από ορισμένες ακραίες παθολογικές περιπτώσεις, οι περισσότεροι γονείς θέλουν τα παιδιά τους να μεγαλώσουν σε ένα ασφαλές και χαρούμενο περιβάλλον. Δεν επιθυμούν το παιδί τους να είναι φοβισμένο, χωρίς αυτοπεποίθηση, να είναι «άτακτο» και αντί-κοινωνικό. Όσο και να προσπαθήσουν να είναι «καλοί» γονείς, θα εκφραστούν με τρόπους που δεν θέλουν, όπως συμπεριφορές που θυμίζουν αρνητικές στιγμές που βίωσαν με τους γονείς τους στα παιδικά τους χρόνια. Η τραγωδία αυτών των τρόπων επικοινωνίας δεν πηγάζει τόσο από την αδιαφορία που μπορεί να έχει ένας γονιός όσο από την έλλειψη κατανόησης και επίγνωσης των κανόνων επικοινωνίας και συνύπαρξης που καθορίζει κάθε ανθρώπινη σχέση.

Είναι γεγονός πως η πατριαρχική παραδοσιακή οικογένεια, με σταθερούς δεσμούς και πρότυπα, που ξέραμε πριν από λίγες δεκαετίες, δεν υφίσταται πια. Τώρα υπάρχουν νέοι τύποι οικογένειας, όπως οι μονογονεϊκές οικογένειες, λόγω των αυξημένων διαζυγίων και της νέας δυνατότητας υιοθεσίας ή περίπτωση που ο γονιός συζεί με έναν ή μια σύντροφο εκτός γάμου ή αποσύνδεση της γονεϊκότητας από τη σεξουαλικότητα και την αναπαραγωγική ικανότητα ή καινοφανής «θεωρία του φύλου» που προβάλλεται διαρκώς στην επικαιρότητα ή γενικότερη αναθεώρηση αξιών, όχι μόνο για τον έρωτα, αλλά για άλλους βασικούς τομείς της κοινωνίας, όπως η παιδεία και η έννοια της «επιτυχίας».

Μπροστά σε αυτές τις νέες δομές, αρκετοί γονείς αισθάνονται ανήμποροι να αντιμετωπίσουν τις κρίσεις που εμφανίζονται κατά την πορεία ανατροφής των παιδιών τους. Γι' αυτόν το λόγο, αγχώνονται, δεν μπορούν να βάλουν όρια στα παιδιά τους και βρίσκονται διαρκώς σε ένταση. Αυτή η ένταση δεν είναι μόνο καταστροφική ως προς την ανάπτυξη του παιδιού, αλλά δηλητηριάζει και τη σχέση των γονέων με τα παιδιά, ενώ συνάμα υπονομεύει την υγιή, αγαπητική σχέση μεταξύ των συζύγων.

Οι ερωτήσεις που θέτει αυτό το βιβλίο και τις οποίες απαντούν πολλοί, αξιόλογοι επιστήμονες, αγγίζουν τα καθημερινά γεγονότα και τους προβληματισμούς που προκύπτουν στη ζωή της σύγχρονης οικογένειας. Ο πολυφωνικός χαρακτήρας του βιβλίου εμπλουτίζει το περιεχόμενό του. Δίνει μια πολυδιάστατη αντίληψη περί της ανατροφής του παιδιού. Εξάλλου, η οικογένεια αποτελείται από πολυδιάστατα επίπεδα ύπαρξης τα οποία δυσκολεύουν την επίλυση προβλημάτων που σχετίζονται με τη συμβίωση των μελών της. Για να απαντήσει κανείς σε αυτούς τους προβληματισμούς απαιτείται μια σφαιρική αντίληψη των πραγμάτων. Παρόλο που δεν υπάρχουν πάντοτε απόλυτες απαντήσεις και λύσεις αυτών των προβλημάτων, το αξιόλογο αυτό βιβλίο δίνει τις βασικές αρχές για την ανατροφή του παιδιού που μεγαλώνει στην εποχή που ζούμε.

Σταύρος Κοφινιάς

*Πρωτοπρεσβύτερος του Οικουμενικού Θρόνου
Διδάκτωρ Κλινικής Ψυχολογίας και Ψυχιατρικής Μέρμνας*

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Σύγκρουση αδρονίων

Στο περιοδικό για την ορθόδοξη ζωή *Νιεσκούτσιν σατ* για πολλά χρόνια υπήρχε η στήλη «Το θέμα των παιδιών». Γονείς έθεταν ερωτήσεις και τις απαντούσαν ειδικοί: ιερείς, εκπαιδευτικοί και ψυχολόγοι. Ορισμένες από τις ερωτήσεις και τις απαντήσεις που ανθολογούνται σε αυτό το βιβλίο προέρχονται από το *Νιεσκούτσιν σατ* και οι υπόλοιπες είναι νέες και έχουν ετοιμαστεί ειδικά γι' αυτή τη συλλογή.

Παρά το γεγονός ότι το θέμα της ανατροφής των παιδιών είναι καθημερινό, θέλουμε, μιλώντας γι' αυτό, να υψωθούμε λίγο πάνω από την καθημερινότητα. Φυσικά, οι ειδικοί μάς δίνουν διάφορες χρήσιμες συμβουλές, αλλά το σημαντικό δεν είναι οι «τεχνικές» με τις οποίες μπορούμε να αναθρέψουμε τα παιδιά επιτυχώς. Είναι πολύ πιο σημαντικό να θυμόμαστε ότι κάθε παιδί έρχεται σε αυτό τον κόσμο με τη δική του μοναδική ψυχή και ο Θεός έχει το δικό Του σχέδιο γι' αυτό. Μήπως το καθήκον των γονέων είναι ακριβώς το να καταλάβουν ποιος ζει δίπλα τους και να βοηθήσουν το σχέδιο του Θεού να γίνει πραγματικότητα;

«Στην πραγματικότητα δεν υπάρχει καμία ειδική διαδικασία ανατροφής. Υπάρχει απλά η ζωή δίπλα στα παιδιά!» – αυτή είναι μια από τις βασικές ιδέες του βιβλίου αυτού. Τα παιδιά μεγαλώνουν απλώς ζώντας μέσα στην οικογένεια. Η εκπαίδευση είναι αναπόφευκτη και αδιάκοπη. Αυτό συχνά συμβαίνει παρά τη θέλησή μας και όχι πάντα σύμφωνα με τη διαδικασία «ερεθίσματος-αντίδρασης» (το παιδί έκανε κάτι κι εγώ απάντησα). Και δεν είναι καθόλου απαραίτητο να

επιβαρύνουμε τα παιδιά με όλες τις δυνατές παραινήσεις. Αντίθετα μάλιστα. Διότι, όπως είναι γνωστό, τα παιδιά ακούνε πολύ προσεκτικά, αλλά όχι όσους συζητούν μαζί τους.

Ένας δάσκαλος παρομοίαζε την ανατροφή με τη σύγκρουση αδρονίων. Όλοι γνωρίζουν ότι είναι πολύ απαραίτητη για κάτι, αλλά λίγοι καταλαβαίνουν πώς λειτουργεί. Στην ουσία, η ανατροφή είναι η μεταφορά των αξιών κάποιου. Κρίνουμε αν ένα παιδί έχει λάβει καλή ή όχι ανατροφή από το αν συμπεριφέρεται σύμφωνα ή σε αντίθεση με τις αξίες μας. Και το μόνο αποτελεσματικό εκπαιδευτικό εργαλείο είναι η γνώμη ενός σημαντικού για το παιδί ενήλικα για την εκάστοτε πράξη.

Υπό αυτή την έννοια δεν είναι τόσο σημαντικό πόσο εμείς οι ίδιοι είμαστε κοντά στο ιδανικό. Κάποιος άνθρωπος διηγήθηκε ότι ο πατέρας του κάπνιζε, αλλά ντρεπόταν γι' αυτό και με κάθε τρόπο έκρυβε τη συνήθειά του από το παιδί. Ο γιος μεγάλωσε χωρίς ποτέ στη ζωή του να πιάσει τσιγάρο στα χέρια του. Γι' αυτόν αποδείχτηκε σημαντική ακριβώς η στάση του πατέρα του προς το κάπνισμα και όχι η πράξη του καθεαυτή.

Μπορούν οι γονείς να θέσουν ένα συγκεκριμένο εκπαιδευτικό στόχο και να υπολογίζουν σε ένα συγκεκριμένο αποτέλεσμα; Για παράδειγμα, τα παιδιά τους να μεγαλώνουν ευτυχισμένα; Μα η ευτυχία δεν εξαρτάται καθόλου από τους γονείς. Τα παιδιά να γίνουν επιτυχημένα; Αυτό είναι επικίνδυνο· έτσι μπορείτε ακούσια να επιτύχετε το αντίθετο αποτέλεσμα.

«Δεν πρέπει να θέτετε κανέναν εκπαιδευτικό στόχο!» – αυτή είναι άλλη μια από τις ιδέες του βιβλίου αυτού. Ακόμα και ένας λαμπρός παίκτης μπιλιάρδου δεν μπορεί πάντα να προβλέψει πώς θα κυλήσουν οι δύο μπάλες μετά τη σύγκρουση. Η στρογγυλή επιφάνεια των σφαιρών έχει τόσες μικροανωμαλίες, ώστε να είναι αδύνατη η πρόβλεψη της τροχιάς. Αυτό ισχύει πλήρως για την ανατροφή των παιδιών.

Όπως ομολογεί ένας από τους ειδικούς μας, σχεδόν μέχρι τα τριάντα του χρόνια ήταν ένας «γοητευτικός αχαΐρευτος» χωρίς στόχους και ενδιαφέροντα, παρόλο που είχε γονείς που νοιάζονταν και ήταν υπεύθυνοι. Αλλά στα τριάντα του συνέβησαν γεγονότα που άλλαξαν απότομα τη ζωή του. Αυτό συνέβη πολύ αργότερα από τη λήξη της περιόδου της ψυχολογικής διάπλασης. Τι συνέβη; Μήπως η ανατροφή από τους γονείς έφερε τους πολυαναμενόμενους καρπούς ή ο ίδιος αναδιαμόρφωσε τον εαυτό του; Άγνωστο. Και ουσιαστικά δεν έχει σημασία.

Διότι οι γονείς δεν δίνουν εξετάσεις. Υπάρχει μόνο η διαδικασία, κατά την οποία θα πρέπει συνέχεια να αναρωτιόμαστε: «Άραγε τώρα ενεργώ σωστά ως άνθρωπος; Τι βλέπει και νιώθει το παιδί μου αυτή τη στιγμή; Τι είδους “εντολή” του δίνω;».

Ως εκ τούτου, είναι καλύτερο να ζούμε σύμφωνα με την αρχή «εδώ και τώρα». Χωρίς να σκεφτόμαστε πολύ μπροστά, να προσπαθούμε να κάνουμε ακριβώς σήμερα αυτό που πιστεύουμε ότι χρειάζονται τα παιδιά μας. Απλά στην οικογένεια όλοι πρέπει να ζουν καλά! Ακόμη και αν η οικογένεια είναι μονογονεϊκή, ακόμα κι αν αντιμετωπίζει κάποιες δυσκολίες, το σημαντικό είναι το παιδί να μη χάσει την επιθυμία να επιστρέφει στο σπίτι, να νιώθει πάντα ότι εδώ είναι πολύτιμος, ότι τον αγαπούν. Αυτό είναι όλο. Και τότε ισχύει ότι «από εμάς προέρχονται οι κόποι και το αποτέλεσμα από τον Θεό!».

Οι απαντήσεις των θαυμάσιων δασκάλων, ψυχολόγων, ιερέων, δημοσιογράφων και απλών γονέων, που συγκεντρώθηκαν σ’ αυτό το βιβλίο, ελπίζουμε ότι θα σας βοηθήσουν.

Σημείωση του επιμελητή:

*Συχνά στα κείμενα των απαντήσεων φιλοξενούνται περισσότερες
από μία απαντήσεις-απόψεις επί των ερωτημάτων,
που προέρχονται από διαφορετικούς παιδαγωγούς.*

Κατά την προετοιμασία του βιβλίου συζήτησαν με τους ειδικούς οι:
*Μαρίνα Νιεφέντοβα, Ιρίνα Λουκιάνοβα, Οξάνα Σεβέρινα, Βερόνικα Μπου-
ζίνκινα, Σόφια Πουτσκόβα, Οξάνα Γκολοφκό.*

Στις ερωτήσεις των γονέων απάντησαν οι:
*Ιερέας Αλέξιος Αγάπωφ, προϊστάμενος του ναού του Αρχαγγέλου Μιχαήλ στην
πόλη Ζουκόφσκι, πατέρας τεσσάρων παιδιών, επικεφαλής του κατηχητι-
κού σχολείου «Ιπτάμενο καράβι».*

*Πρωθιερέας Φιόντορ Μποροντίν, προϊστάμενος του ναού των Αγίων Αναργύ-
ρων Κοσμά και Δαμιανού στη Μαροσέικα (Μόσχα), πατέρας έξι παιδιών.
Αικατερίνα Μπουρμίστροβα, οικογενειακή ψυχολόγος, μητέρα δέκα παιδιών,
ιδρύτρια και αρχισυντάκτης της διαδικτυακής πύλης «Η οικογένεια μεγα-
λώνει», ειδική σύμβουλος της οικογενειακής λέσχης «Ραζντεσβό», συγ-
γραφέας των βιβλίων *Εγκυμοσύνη, τοκετός, μητρότητα, Διαχείριση χρόνου
στην οικογένεια, Ευερεθιστότητα.**

Ρίμπα Γκαλέγεβα, ψυχολόγος του σχολείου «Ιντελεκτουάλ».

*Νίνα Γκόλουμπ, πρόεδρος της οργάνωσης γονέων με παιδιά με διαταραχή
ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας «Ίμπουλς».*

Μιχαήλ Ζαβάλοφ, δημοσιογράφος.

Ναταλία Ζαγκρέμπινα, φιλόλογος, μητέρα τεσσάρων παιδιών.

*Πρωθιερέας Ηλίας Ζούμπρι, προϊστάμενος του ναού του Αγίου Ιωάννη του
Θεολόγου στο χωριό Μπογκοσλόφσκογε-Μογκίλτσι στην περιφέρεια της
Μόσχας, αναπληρωτής διευθυντής επί της πνευματικής και ηθικής παι-
δείας του σχολείου «Πλιέσκοβο», πατέρας οκτώ παιδιών.*

*Μαρία Καπίλινα, παιδοψυχολόγος. Περισσότερα από 20 χρόνια ασχολείται με
την ψυχολογική συμβουλευτική, συμπεριλαμβανομένης της επαγγελματι-
κής βοήθειας σε οικογένειες με υιοθετημένα παιδιά, συμβουλεύει γονείς
και επαγγελματίες που εργάζονται στον τομέα πρόνοιας για τα ορφανά.*

Λεονίντ Κλέιν, καθηγητής λογοτεχνίας με εμπειρία 18 ετών.

*Όλγα Κράσνικοβα, ψυχολόγος-σύμβουλος, επικεφαλής του ψυχολογικού
εκπαιδευτικού κέντρου «Σαμπεσέντικ», βοηθός του πρύτανη του Ινστι-
τούτου Χριστιανικής Ψυχολογίας.*

*Πρωθιερέας Θεόδωρος Κρετσέτωφ, προϊστάμενος του ναού του Αγίου Γεωρ-
γίου του Τροπαιοφόρου στο Γκρουζίνι (Μόσχα), πνευματικός του ορφα-
νοτροφείου «Παβλίν».*

*Πρωθιερέας Ανδρέας Λόργκου, κληρικός του ναού του Αγίου Νικολάου στο
Τρι Γκαρί (Μόσχα), πρύτανης του Ινστιτούτου Χριστιανικής Ψυχολογίας,
ψυχολόγος-σύμβουλος.*

*Ιρίνα Λουκιάνοβα, δημοσιογράφος, δασκάλα, συγγραφέας, αρθρογράφος, καθη-
γήτρια λογοτεχνίας στο σχολείο «Ιντελεκτουάλ», συγγραφέας πολλών
βιβλίων πεζογραφίας και της βιογραφίας του Τσουκόφσκι στη σειρά «ΖΖΛ»,
νικήτρια του διαγωνισμού εφηβικής λογοτεχνίας «Καγκουρό» (2012).*

Ναταλία Ναουμένκο, παθολογολόγος.

Ελισαίος Όσιν, παιδοψυχίατρος.

Πρωθιερέας Κωνσταντίνος Οστρόβσκι, προϊστάμενος του ναού της Κοιμήσεως της Θεοτόκου στην πόλη Κρασνογκόρσκ στην περιφέρεια της Μόσχας, υπεύθυνος των ναών του δήμου Κρασνογκόρσκ της μητροπόλεως Μόσχας, πατέρας τεσσάρων παιδιών.

Ευγενία Πάισον, ψυχολόγος, δημοσιογράφος, συντάκτης.

Επίσκοπος Ορέχοβο και Ζούγεβο Παντελεήμων (Σάτωφ), βικάριος του Αγιωτάτου Πατριάρχη Μόσχας και πάσης Ρωσίας, Πρόεδρος του Συνοδικού Τμήματος Εκκλησιαστικής Φιλανθρωπίας και Κοινωνικής Υπηρεσίας.

Πρωθιερέας Μάξιμος Περβοζβάνσκι, κληρικός του ναού των Σαράντα Μαρτύρων της Σεβαστείας, αρχισυντάκτης του Ορθόδοξου περιοδικού νεολαίας «Νασλιέντικ», πνευματικός της οργάνωσης νεολαίας «Μαλαντάγια Ρους», πατέρας εννέα παιδιών.

Λιουντμίλα Πετράνοφσκαγια, ψυχολόγος, αρθρογράφος, ειδική στην οικογενειακή οργάνωση, βραβευμένη με το βραβείο του Προέδρου της Ρωσικής Ομοσπονδίας στον τομέα της εκπαίδευσης, συγγραφέας των βιβλίων 'Ηρθε στην τάξη ένα υιοθετημένο παιδί, Πώς συμπεριφέρεσαι; 10 θήματα για την αλλαγή της δύσκολης συμπεριφοράς, Η δύσκολη ηλικία και άλλα.

Όλγα Στριγέφσκαγια, μητέρα οκτώ παιδιών.

Όλεγκ Τισανίνωφ, δάσκαλος-ψυχολόγος στην τοπική ψυχολογική, ιατρική και παιδαγωγική συμβουλευτική στο Κάργκοπολ (περιφέρεια Αρχάνγκελσκ) με εικοσαετή πρακτική εμπειρία.

Όλγα Τρόιτσκαγια, οικογενειακή ψυχολόγος, μέλος του Διεθνούς Οργανισμού Οικογενειακών Θεραπευτών και της Εταιρείας Οικογενειακών Θεραπευτών και Συμβούλων. Ασχολείται με την ψυχοθεραπευτική πρακτική περισσότερο από 20 χρόνια, συγγραφέας πολυάριθμων δημοσιεύσεων.

Δημήτριος Τιουττέριν, δάσκαλος, διευθυντής του δικτύου νηπιαγωγείων «Οι Επτά νάνοι», αρχισυντάκτης των περιοδικών «Προσχολική εκπαίδευση» και «Σχολή γονέων».

Πρωθιερέας Αλέξιος Ούμινσκι, προϊστάμενος του ναού της Αγίας Τριάδος στο Χοχλί (Μόσχα), πνευματικός του Γυμνασίου του Αγίου Βλαδίμηρου.

Πρωθιερέας Λεονίντ Τσαριέφσκι, προϊστάμενος του ναού της Εικόνας της Παναγίας του Καζάν στο χωριό Πούτσκοβο στην περιφέρεια της Μόσχας, πνευματικός του Ορθόδοξου Σχολείου της Αγίας Τριάδας, πατέρας τεσσάρων παιδιών.

Δημήτριος Ξνολ, δάσκαλος με 20 χρόνια εμπειρίας, καθηγητής μαθηματικών στο σχολείο «Ιντελεκτουάλ», πατέρας τριών παιδιών.

1

Διακοπή της συναισθηματικής επαφής

«Βασίλη, νομίζω ότι δεν καταλαβαίνω πια καθόλου την Κάτια», λέει η Λουίζα. «Ήταν πάντα ανοιχτόκαρδη: ό,τι είχε στο μυαλό της, είχε και στη γλώσσα της».

«Και τώρα; Μου φαίνεται έτσι έχει παραμείνει».

«Τώρα είναι σαν να μας έχουν αντικαταστήσει τελείως το παιδί. Το πρωί μόλις που θα πει “καλημέρα”, το βράδυ “γεια”. Θα κλειστεί στο δωμάτιο και θα κάθεται. Όταν μπαίνω, κάτι συγυρίζει. Βασίλη, έχω αρχίσει να φοβάμαι, μήπως κάτι πάει στραβά μαζί της; Μήπως την πρόσβαλα; Εσύ έχεις καιρό να της μιλήσεις;».

Ο Βασίλης πέφτει σε σκέψη.

«Δεν θυμάμαι. Ίσως είναι μόνο η εφηβεία. Δεν τη ρώτησες;».

«Τη ρώτησα. Λέει: “Όχι, μαμά, όλα εντάξει”. Μιλάει έτσι ευγενικά. Καλύτερα να φώναζε και να χτυπούσε πράγματα».

«Η κόρη μου είναι δώδεκα ετών. Κλείνεται μπροστά μου, δεν μιλάει καθόλου για τον εαυτό της και δεν αφήνει καν να την αγκαλιάσω. Τι να κάνω με αυτήν;»

Οι γονείς πρέπει να καταλάβουν ότι στην ανάπτυξη του παιδιού τους θα έρθει οπωσδήποτε μια στιγμή που θα αρχίσει να κλείνεται, να απομακρύνεται, στρεφόμενο στον εαυτό του. Θα θελήσει να κρυφτεί σε ένα κουκούλι, για να διαχωριστεί λίγο από τους γονείς του και να μεγαλώσει. Εδώ έγκειται το νόημα της μεταβατικής ηλικίας.

Εάν το παιδί υψώνει ένα φρούριο και προσπαθεί να κρυφτεί πίσω από τους τοίχους του, δεν πρέπει να το βγάλετε σέρνοντας από εκεί με κάθε τίμημα, αλλά χρειάζεται να του αφιερώσετε περισσότερη προσοχή. Αυτή η προσοχή πρέπει να είναι διακριτική, δεν πρέπει να ρωτάτε συνεχώς το παιδί «τι έχεις;», αλλά, όταν αποφασίζει να αφήσει το καταφύγιό του, πρέπει να το ακούτε.

Όπως ο ελεγκτής εναέριας κυκλοφορίας λέει στον πιλότο ότι του παρέχει διάδρομο προσγείωσης στο αεροδρόμιο, έτσι κι εσείς μπορείτε να πείτε στον γιο ή στην κόρη σας: «Ξέρεις, για μένα είναι πολύ σημαντικά και ενδιαφέροντα όλα όσα σου συμβαίνουν. Ότι νιώθεις, για ό,τι σιωπάς. Όταν θεωρήσεις ότι χρειάζεται, πες το μου και θα σε ακούσω με χαρά».

Μπορείτε να γράφετε στο παιδί γράμματα, όπου θα του διηγείστε τις ανησυχίες σας, για τον εαυτό σας, σε ποιες καταστάσεις βρεθήκατε κατά την παιδική ηλικία και την εφηβεία σας. Πιθανότατα, αυτές οι επιστολές θα μείνουν απάντητες. Δεν πρέπει να περιμένετε κάποια άμεση απάντηση. Πρόκειται για την ίδια «άδεια προσγείωσης», μόνο που εκφράζεται σε μια πιο αποτελεσματική μορφή.

Επιπλέον, πρέπει οπωσδήποτε να βρίσκετε χρόνο για να επικοινωνείτε με το παιδί πρόσωπο προς πρόσωπο. Εκτός από τις δουλειές του σπιτιού, τη βοήθεια στα μαθήματα και τα τρεχάματα στα μαγαζιά, πράγματα που συχνά «τρώνε» όλο τον χρόνο μας και απορροφούν όλες μας τις δυνάμεις, πρέπει να υπάρχει η δυνατότητα να κάνετε βόλτα με τον γιο ή την κόρη που μεγαλώνει οι δυο σας (έστω και αν στην οικογένεια υπάρχουν πολλά παιδιά), να καθίσετε σε μια καφετέρια ή να πάτε στον κινηματογράφο. Δεν είναι απαραίτητο την ίδια στιγμή να συζητάτε από καρδιάς. Απλά να δημιουργείτε μια κατάσταση, έναν χώρο για επικοινωνία, όπου μια τέτοια συζήτηση θα μπορούσε να είναι κατ' αρχήν δυνατή. Ο γονιός μπορεί να διηγηθεί για τον εαυτό του κάτι ενδιαφέρον, αν το παιδί είναι έτοιμο να ακούσει. Μερικές φορές μπορείτε να παραμείνετε σιωπηλοί...

Τα παιδιά συχνά νομίζουν ότι δεν ενδιαφέρουν τους γονείς, ειδικά αν αυτοί εργάζονται σκληρά ή είναι πολύ απασχολημένοι με κάτι. Ακριβώς γι' αυτό τον λόγο αυτή η επικοινωνία και η προσοχή είναι πολύ σημαντικές και πολύτιμες για το παιδί.

Μερικές φορές οι γονείς λόγω κάποιων προσωπικών ιδιοτεροτήτων ξαφνικά αρχίζουν να αισθάνονται την απώλεια της συναισθηματικής σύνδεσης με το παιδί, η οποία μερικές φορές φτάνει σχεδόν στον πλήρη αποκλεισμό. Πρώτον, πρέπει να θυμόμαστε ότι η ισχύς αυτής της σχέσης θα αλλάζει με τον χρόνο. Μπορεί να υπάρξει μια κατάσταση τέτοια κατά την οποία θα αποδειχθεί δύσκολο να αποδεχθείτε το ίδιο σας το παιδί. Σε αυτή την περίπτωση, το πιο σημαντικό είναι να μη σας πιάσει πανικός, να μη θεωρήσετε την κατάσταση ως καταστροφή και τον εαυτό σας ως κακή μητέρα ή απαίσιο πατέρα. Σχεδόν όλοι οι γονείς περνούν στιγμές προσωρινής απόρρι-

ψης, δεδομένου ότι όλες οι στενές σχέσεις, συμπεριλαμβανομένης αυτής παιδιού και γονέα, είναι εγγενώς αμφίθυμες¹. Το παιδί κατά περιόδους μισεί τους γονείς, αλλά αυτό καθόλου δεν σημαίνει ότι δεν τους αγαπά. Και από τους απογοητευμένους γονείς μερικές φορές ξεφεύγουν πικρά παράπονα: «Ε, μα πια, για τι μπορείς να μιλήσεις μαζί του!», «Αυτό δεν είναι δικό μου παιδί», «Πού είναι όλα αυτά που του εμφύσησα;».

Ταυτόχρονα, το ίδιο παιδί σε άλλη περίοδο, αντίθετα, είναι κοντά στους γονείς, ενδιαφέρεται γι' αυτούς και στις σχέσεις τους εμφανίζονται κάποιες νέες πλευρές. Προσπαθήστε να αγνοήσετε όσα σας ενοχλούν τώρα στο παιδί, για παράδειγμα τον τόνο του, το πώς ντύνεται, αν πλένει ή δεν πλένει το πρόσωπό του... Όλα αυτά είναι επιφανειακά, είναι μόνο ο φλοιός, κάτω από τον οποίο προς το παρόν κρύβεται το αγαπημένο σας ον.

Μερικές φορές τα αρνητικά συναισθήματα, που ξαφνικά άρχισε να σας προκαλεί το παιδί, σχετίζονται με κάποια οικογενειακά προβλήματα. Για παράδειγμα, το παιδί μοιάζει με κάποιον συγγενή, με τον οποίο οι σχέσεις δεν πήγαν καλά. Σε αυτή την περίπτωση, είναι σημαντικό να συνειδητοποιήσετε ότι προβάλλετε ακούσια αυτή τη σχέση πάνω στον γιο ή την κόρη.

Μερικές φορές, τα παιδιά δεν ανταποκρίνονται στις προσδοκίες μας, δεν έχουν ιδιαίτερες ικανότητες ή αρετές. Αυτό οφείλεται κυρίως στο γεγονός ότι οι γονείς είχαν ένα σχέδιο για το παιδί και αυτό δεν έγινε πραγματικότητα. Οι ίδιοι οι γονείς πήραν εξ αρχής λανθασμένη θέση, αντί απλά να απο-

¹ Αμφιθυμία είναι ο διχασμός του βιώματος, όταν το ίδιο αντικείμενο προκαλεί στον άνθρωπο ταυτόχρονα αντιθετικά συναισθήματα, για παράδειγμα αγάπη και μίσος, ευχαρίστηση και δυσαρέσκεια, ενώ το ένα από τα συναισθήματα καταπιέζεται και φορά το προσωπίο κάποιου άλλου.

δεχτούν αυτό που γέννησαν. Δεν επιλέγουμε τα παιδιά. Ούτε αυτά μας επιλέγουν. Κάποια στιγμή βρισκόμαστε σε μια κατάσταση πολύ στενής συγγένειας. Και το να ζούμε ο ένας δίπλα στον άλλο μπορεί μερικές φορές να είναι δύσκολο. Αλλά δεν πρέπει να εστιάζουμε στα αρνητικά. Αν ένα παιδί κάποια στιγμή αρχίζει να σας εκνευρίζει πολύ, προσπαθήστε να μεταθέσετε γρήγορα την προσοχή σας σε κάτι θετικό, σε κάτι που σας αρέσει στο παιδί και να σκέφτεστε αυτό.

Και ένα ακόμη σημαντικό σημείο: Αν ο γονέας είναι λίγο πολύ ευτυχισμένος ή τουλάχιστον ικανοποιημένος με τη ζωή του, τότε θα είναι λιγότερο διατεθειμένος να απορρίψει το παιδί. Σε κάθε περίπτωση, στους ευτυχισμένους ανθρώπους η απόρριψη δεν παρατείνεται.

Ωστόσο, αν κάποιος παλεύει με τον εαυτό του, αλλά η απόρριψη δεν περνά, είναι απαραίτητο να απευθυνθεί σε ιερέα, σε ψυχολόγο. Αυτό δεν πρέπει να αγνοηθεί. Ίσως να πρόκειται για κατάθλιψη... Αν αυτή η κατάσταση δεν είναι προσωρινή, σαν να μαζεύτηκαν σύννεφα, αλλά διαρκεί πολλούς μήνες, αυτό, φυσικά, είναι επικίνδυνο για το παιδί. Είναι δύσκολο να μεγαλώνεις, όταν οι άνθρωποι δεν σε αγαπούν!

* * *

Η συναισθηματική επαφή με το παιδί διαμορφώνεται μέχρι να φτάσει στην ηλικία του ενός έτους, συγκεκριμένα την ώρα που η μητέρα το κρατά στα χέρια, το αγκαλιάζει, το χαϊδεύει, μιλά μαζί του. Και παραβιάζεται, για παράδειγμα, επειδή οι γονείς έχουν διαβάσει κάποιες ανοησίες, όπως ότι δήθεν δεν πρέπει να συνηθίσουν το παιδί στην αγκαλιά. Το μωρό πια το παίρνει ο ύπνος μέσα στη μοναξιά, αφού προηγουμένως «παγώσει» από τις κραυγές. Μια άλλη διαδεδο-