

## Η δύναμη της εμπιστοσύνης

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Θεολογία και Ζωή](#)

[15556228\\_729ea06d9e2dc08982bacc3cbcd0e73a.limgHandler](#)

Από: Νινέττα Φαφούτη

Το να μπορεί ένα παιδί να εμπιστεύεται αποτελεί μια πολύ σημαντική δεξιότητα για το μέλλον του. Η εμπιστοσύνη προς τον εαυτό του και προς τους άλλους δεν θα του δώσει μόνο δύναμη για το μέλλον. Θα καθορίσει το μέλλον του!

Όλοι γνωρίζουμε πόσο σημαντικό εφόδιο για μια ευτυχισμένη ζωή είναι μια σωστή, ισορροπημένη προσωπικότητα και πόσο μεγάλο ρόλο μπορούμε να παίξουμε εμείς οι γονείς στο να αποκτήσει το παιδί μας αυτό το καθοριστικό προσόν. Γνωρίζουμε επίσης ότι το μικρό παιδί μαθαίνει κατά κύριο λόγο, μιμούμενο. Έτσι, το παράδειγμα των μελών της οικογένειας, ο τρόπος με τον οποίο αντιδρούμε και συμπεριφερόμαστε μεταξύ μας οι μεγάλοι, αποτελεί το πιο σπουδαίο και καθοριστικό μάθημα ζωής για εκείνο. Βέβαια, το χτίσιμο μιας σωστής και ολοκληρωμένης προσωπικότητας σ' ένα παιδί θα πρέπει να είναι βασισμένο στο σπουδαίο συναίσθημα της εμπιστοσύνης, που θα υπάρχει ανάμεσα στο ίδιο και τους γονείς του.

Εμπιστοσύνη = αγάπη

Η εμπιστοσύνη είναι η πιο βασική και σημαντική οδός για να «μπει» κανείς στην παιδική ψυχή. Πρέπει, με άλλα λόγια, να κερδίσουμε την εμπιστοσύνη ενός παιδιού, για να καταφέρουμε να το πλησιάσουμε, να το πείσουμε για κάτι, να το «ξεκλειδώσουμε», να το κάνουμε πιο συνεργάσιμο και, φυσικά, να το κάνουμε να μας σεβαστεί και να μας αγαπήσει. Και μόνον μέσω της αγάπης μπορούμε να περάσουμε τα μηνύματά μας και να βοηθήσουμε στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς του.

Πώς να το μάθω να εμπιστεύεται;

Το χτίσιμο αυτής της εμπιστοσύνης μεταξύ μεγάλων και μικρών, ενώ στην πραγματικότητα δεν είναι κάτι δύσκολο, εν τούτοις, χρειάζεται λεπτούς χειρισμούς από τους γονείς και μάλιστα από πολύ νωρίς. Η αγκαλιά, το χάδι, η στοργή, το ενδιαφέρον, είναι τα πρώτα και βασικότερα στοιχεία που δένουν, μετά τη γέννησή του, ένα παιδί με τους γονείς του και το κάνουν να τους εμπιστευτεί, πριν καν πει τις πρώτες του λέξεις, πριν καν τολμήσει τα πρώτα του βήματα. Και κάπως έτσι, ένα παιδί ξεκινά την αλληλεπίδρασή του με το περιβάλλον και τον κόσμο που βρίσκεται γύρω του. Και κάποιοι άλλοι, όμως, εκτός από τους γονείς του, με το βλέμμα τους, τη ζεστασιά τους και το χαμόγελό τους, θα κερδίσουν την εμπιστοσύνη του παιδιού και θα το κάνουν να νιώσει γαλήνη και ασφάλεια. Κάθε παιδί έχει ανάγκη να νιώσει αυτά τα συναισθήματα και κυρίως, την ασφάλεια, γιατί κάθε παιδί έχει ανάγκη ανθρώπους από τους οποίους θα εισπράξει αγάπη, κατανόηση και στήριξη. Τους οποίους θα συμβουλευέται και θα μιμείται. Και αυτό το γεγονός υπογραμμίζει, όχι μόνο τη σπουδαιότητα της εμπιστοσύνης, αλλά και τον κίνδυνο που ελλοχεύει.

Σεβαστείτε τα μυστικά του

«Μαμά έχω ένα μυστικό αλλά μην το πεις πουθενά...». Συνήθως τέτοιου είδους μικρές εκμυστηρεύσεις είναι άνευ σημασίας για σας, όμως για το παιδί είναι κάτι πολύ ουσιαστικό και θα πρέπει να το προσέξετε ιδιαίτερα. Δεν πρέπει να πέσετε στην παγίδα να «προδώσετε» το μυστικό στην σκέψη ότι δεν πρόκειται για κάτι σημαντικό. Το θέμα δεν είναι το τι είπε το παιδί, αλλά το γεγονός ότι σκέφτηκε και αποφάσισε να εμπιστευτεί κάποιον με αυτόν τον τρόπο. Από τον τρόπο που θα χειριστείτε την συγκεκριμένη κατάσταση εξαρτώνται πολλά. Έτσι, εάν χωρίς να το πολυσκεφτείτε ή επειδή το θεωρήσατε αστείο ή χαριτωμένο κρίνατε ότι άξιζε να το πείτε σε κάποιον άλλο και το «μαρτυρήσατε», τότε μπορεί να δημιουργήσετε πρόβλημα. Το παιδί απογοητεύεται, κλονίζεται η εμπιστοσύνη του κυρίως προς τους γονείς του, και αυτό έχει επιπτώσεις στην ψυχολογία του και, ως εκ τούτου, και στις συμπεριφορές που θα αναπτύξει στο εξής.

Δείξτε του ότι εμπιστεύεστε τους δικούς σας ανθρώπους

Αν το παιδί μεγαλώνει σ' ένα περιβάλλον, όπου η μαμά δεν εμπιστεύεται τον μπαμπά, η γιαγιά την θεία, κλπ., τότε το παιδί αποκτά ανασφάλεια και αρχίζει να

μην έχει εμπιστοσύνη σε κανέναν, ούτε καν στον ίδιο του τον εαυτό. Όπως, επίσης, όταν το παιδί έχει μάθει να ζει μέσα στα ψέματα, στην περίπτωση που οι γονείς του έχουν επιλέξει να καταφεύγουν στο ψέμα με την παραμικρή ευκαιρία, είναι αναπόφευκτο, και το ίδιο να μάθει πως το ψέμα είναι «ένας αποτελεσματικός τρόπος» επικοινωνίας μεταξύ των ανθρώπων.

### Ζητήστε του συγγνώμη

Όταν το παιδί διαπιστώσει ότι δεν το παίρνετε στα σοβαρά και δεν δίνετε την δέουσα σημασία σε αυτό που σας έχει εμπιστευτεί, απογοητεύεται, παραπονιέται και βέβαια θυμώνει. Το αν θα σας συγχωρήσει εξαρτάται από τον χαρακτήρα του, από το είδος της σχέσης που έχει μαζί σας, αλλά βέβαια και από την συχνότητα με την οποία κάνετε το ίδιο λάθος. Αν πάντως νιώσει έτσι, μην διστάσετε να του ζητήσετε συγγνώμη, όσο μικρό κι αν είναι το παιδί. Η συγγνώμη δεν είναι κάτι που έχει σχέση με την ηλικία. Μάλιστα, όταν η συγγνώμη λέγεται από ενήλικες, αποκτά ακόμα μεγαλύτερη βαρύτητα και ο ενήλικας φαίνεται ακόμα πιο σπουδαίος στα παιδικά μάτια. Επίσης, αυτό που έχει ιδιαίτερη σημασία, είναι η συγγνώμη να είναι ειλικρινής, για να πειστεί το παιδί ότι δεν είναι απλά μια λέξη που την λέμε μόνο και μόνο για να βγούμε από την δύσκολη θέση, αλλά γιατί λυπηθήκαμε πραγματικά γι' αυτό που έγινε και γιατί θα προσπαθήσουμε να μην το ξανακάνουμε. Έτσι θα μπορέσουμε να διδάξουμε στο παιδί την αξία της συγγνώμης. Να του δώσουμε να καταλάβει ότι η συγγνώμη δεν είναι κάτι για το οποίο πρέπει να φοβόμαστε ή να ντρεπόμαστε, αλλά αντίθετα πρόκειται για μια υπεύθυνη θέση απέναντι στο λάθος που έχουμε κάνει.

### Οι κανόνες της αμοιβαίας εμπιστοσύνης

Ακούστε προσεκτικά το μυστικό που σας εμπιστεύεται το παιδί σας και αποφύγετε να το διαδώσετε όσο τρομερό ή χαριτωμένο και αν είναι. Κάτι τέτοιο για το παιδί σημαίνει «προδοσία».

Προσπαθήστε να είστε σταθεροί σε όσα λέτε και σε όσα υπόσχεστε σ' ένα παιδί. Θα πρέπει πάντα να θυμάστε πως η υπόσχεση είναι δέσμευση. Η συνεχής αστάθεια στις αποφάσεις και τα λεγόμενα σας κλονίζουν την εμπιστοσύνη του απέναντι σας .

Όταν κάνετε κάποιο λάθος, καλό θα είναι να το παραδεχτείτε και να ζητήσετε συγγνώμη από το παιδί. Έτσι θα το μάθετε ότι η αξία των ανθρώπων δεν μειώνεται επειδή έκαναν κάποιο λάθος, πράγμα που σημαίνει ότι όταν βρεθεί και εκείνο σε μια δύσκολη θέση δεν θα φοβηθεί και δεν θα διστάσει να παραδεχτεί το λάθος του.

Αν θέλετε να κερδίσετε την εμπιστοσύνη του, μην το συγκρίνετε με άλλα παιδιά.

Μιλήστε ειλικρινά στο παιδί. Με την ειλικρίνεια κερδίζουμε τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα. Έτσι θα μάθει να εκτιμάει την αλήθεια και θα καταλάβει πόσο σημαντικό είναι να λέει τη αλήθεια, όσο ενοχλητική κι αν είναι, αρκεί να την λέει ευγενικά, διακριτικά και χωρίς να προσβάλλει ή να πληγώνει τους άλλους.

«Δουλέψτε» μεθοδικά το πλησίασμα και την επικοινωνία με το παιδί εξασφαλίζοντας τι διάλογο μέσω του οποίου θα καλλιεργηθεί η αμοιβαία εμπιστοσύνη. Μερικοί γονείς, λέγοντας ότι κάνουν διάλογο με τα παιδιά τους, εννοούν συνήθως ότι κάνουν υποδείξεις και δίνουν εντολές. Αυτό είναι μεγάλο λάθος. Το μυστικό του διαλόγου είναι να νιώθει το παιδί ελεύθερο, ώστε να εκφράσει με κάποιο τρόπο τον εσωτερικό του κόσμο και τα προβλήματα που το απασχολούν. Μπορεί να ακούσουμε πράγματα που δεν τα είχαμε φαντασθεί, εάν βέβαια μιλήσει ελεύθερα και με ειλικρίνεια.

Να είστε ήρεμοι. Όταν το παιδί ξέρει ότι μπορεί να μας πει οτιδήποτε χωρίς να εξοργιστούμε και να χάσουμε τον έλεγχο, τότε να είμαστε σίγουροι ότι μπορεί να μας εμπιστευτεί και ότι θα μας πει την αλήθεια.

Σταθείτε πλάι του. Τα παιδιά έχουν ανάγκη να αισθανθούν ότι υπάρχει κάποιος που θα σταθεί δίπλα τους σε μία κρίση. Ακόμα κι αν για εμάς το πρόβλημα είναι αστείο

για το εκείνο είναι σημαντικό και μας χρειάζεται.

Με την συνεργασία της κας Αναστασίας Φρόντζου - Χρηστίδη (Σύμβουλος σχέσεων παιδιού και οικογένειας)

**Πηγή:** [imommy.gr](http://imommy.gr)