

Ο ρόλος του γονέα χρειάζεται...

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#) / [Πεμπτουσία](#)· [Ορθοδοξία-Πολιτισμός-Επιστήμες](#)



Οι γονείς παίζουν πρωταγωνιστικό ρόλο στο σύνολο των τομέων ζωής και δράσεων του παιδιού, διαμορφώνουν την προσωπικότητά του, συμβάλλουν στη γνωστική και συναισθηματική του ανάπτυξη, καλλιεργούν την κοινωνική και ηθική του συνείδηση και βεβαίως βοηθούν στη μετάβαση του παιδιού από το στενό οικογενειακό στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον αλλά και στη μετάβαση του παιδιού από την βρεφική και παιδική ηλικία στην ηλικία της ωριμότητας.

Όλοι μας έχουμε νιώσει πόσο δύσκολο είναι να είσαι γονιός σήμερα. Ο ρόλος των

γονιών δοκιμάζεται και η διαπαιδαγώγηση των παιδιών έχει γίνει μια δύσκολη υπόθεση. Οι γονείς καλούνται ν' αντιμετωπίσουν αλλαγές που συμβαίνουν σε όλα τα επίπεδα, κοινωνικό, πολιτισμικό, οικονομικό αλλά και αλλαγές σε επίπεδο αξιών και θεσμών. Οι γονείς χρειάζονται ενθάρρυνση και στήριξη προκειμένου να προσαρμοστούν στα νέα κοινωνικά δεδομένα και ν' ανταποκριθούν στο δύσκολο ρόλο που έχουν αναλάβει, ο οποίος ούτε αντικαθίσταται ούτε και αναπληρώνεται από το ρόλο άλλων θεσμών.

Ο ρόλος του γονέα χρειάζεται φαντασία και ευελιξία, αντοχή και κατανόηση, προσαρμογή και αυτογνωσία, προσωπική εξέλιξη και ωρίμανση, δουλειά και γνώση...

Δεν υπάρχουν όμως συνταγές και μαγικές λύσεις που μπορούμε να πούμε στους γονείς προκειμένου να έχουν πάντα τα επιθυμητά αποτελέσματα. Σκοπός του συγκεκριμένου εντύπου είναι να μοιραστούμε με τους γονείς βασικές αρχές που στηρίζουν το γονεϊκό ρόλο και χτίζουν μια υγιή σχέση με τα παιδιά....

ΑΠΟΔΟΧΗ

Κάθε παιδί γεννιέται διαφορετικό από τα άλλα. Ο σκοπός είναι να μην έχετε προκαθορισμένες αντιλήψεις για το πώς πρέπει να είναι ένα παιδί. Αποδεχτείτε τη μοναδικότητά του, σεβαστείτε τις ιδιαιτερότητές του και αναγνωρίστε του το δικαίωμα να είναι «ξεχωριστό». Βοηθήστε το ν' ανακαλύψει τον εαυτό του, να καλλιεργήσει τις δεξιότητές του και δείξτε κατανόηση για τα σφάλματα και τις δυσκολίες του. Μην απαιτείτε την ομοιομορφία, μην προσπαθείτε να το εντάξετε σε καλούπια και μην το συγκρίνετε με άλλα παιδιά. Άλλωστε, η ζωή θα ήταν βαρετή και στείρα αν όλοι ήμασταν ίδιοι.

ΕΝΘΑΡΡΥΝΣΗ

Εργαστείτε για τη δημιουργία μιας ζεστής ατμόσφαιρας, μιας ατμόσφαιρας ενδιαφέροντος μέσα στην οποία όλα τα παιδιά εκτιμούνται, ακούγονται και έχουν ευκαιρίες. Βοηθήστε τα να αισθανθούν ικανά με την αγάπη, την ενθάρρυνση και την υποστήριξή σας. Αναγνωρίστε την αξία τους. Επαινείτε τα όσο το δυνατόν πιο συχνά αλλά όχι με ψεύτικη πρόφαση ή υπερβολή. Ενθαρρύνετε την ανάληψη πρωτοβουλιών, αναγνωρίστε ακόμα και την προσπάθεια, βοηθήστε τα να επιλέγουν και ν' αποφασίζουν.

ΡΕΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΙΕΣ

Οι γονείς πρέπει να προσφέρουν ευκαιρίες στα παιδιά σας να πετυχαίνουν στόχους προσαρμοσμένους στις δυνατότητές τους. Αν αυτό που ανατίθεται στο παιδί είναι πολύ δύσκολο, δεν θα τα καταφέρει και θ' απογοητευτεί. Αν πάλι, είναι εύκολο, δεν θα προκαλέσει το ενδιαφέρον του. Τα σχέδια που διαμορφώνονται για τα παιδιά πρέπει να βασίζονται σ' αυτό το οποίο είναι τα παιδιά και όχι σ' αυτό που θα

θέλατε εσείς να είναι. Τα δικά σας ανεκπλήρωτα όνειρα δεν είναι πυξίδα για το μέλλον τους.

ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ

Όσο κι' αν αγαπάτε τα παιδιά σας, δεν πρέπει να τα υπερπροστατεύετε παραχαϊδεύοντάς τα. Μη μεγαλώνετε τα παιδιά σας σαν φυτά σε θερμοκήπια. Βοηθήστε τα ν' αναπτυχθούν όσο καλύτερα γίνεται, να σταθούν στα πόδια τους, να βάλουν τα όρια τους, ν' αποκτήσουν κρίση και να είναι σε θέση να κάνουν επιλογές, ν' αντιστέκονται στις πιέσεις και τις επιρροές των συνομιλήκων, να λένε «όχι». Ενισχύστε και ενθαρρύνετε τις προσπάθειες τους ν' αυτονομηθούν.

ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ

Δώστε την ευκαιρία στα παιδιά σας ν' αναπτύξουν υπευθυνότητα αναλαμβάνοντας κάποιες εργασίες/ ευθύνες, ανάλογες όμως με την ηλικία τους. Τα παιδιά έχουν ανάγκη να αναγνωρίζεται από τους γονείς τους η ωριμότητα και η δυνατότητά τους να χειρίζονται υποθέσεις που τα αφορούν. Εμπιστευτείτε τα! Δώστε τους την ευκαιρία να πειραματιστούν, να δοκιμάσουν και να μάθουν από τα λάθη τους. Γονείς δημοκρατικοί, οι οποίοι αφήνουν στα παιδιά τους πρωτοβουλίες από νωρίς, προάγουν την υπευθυνότητά τους και διευκολύνουν τη μετάβαση στην ωριμότητα.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Μάθετε ν' ακούτε τα παιδιά σας με ηρεμία και κατανόηση. Τα παιδιά δίνουν πιο πολύ σημασία σ' αυτά που τους λέτε όταν νιώθουν ότι αυτά πηγάζουν από την αγάπη και το ενδιαφέρον σας και βασίζονται στη στοργή. Χρειάζεται να τους δείχνετε ότι ακούτε πραγματικά αυτά που έχουν να σας πουν, χωρίς να διακόπτετε και να κάνετε πολλές ερωτήσεις, χωρίς να κρίνετε και ν' ασχολείστε παράλληλα με άλλα πράγματα. Επιτρέψτε στο παιδί να εκφράσει τα συναισθήματά του, αποδεχτείτε τα, πιστέψτε όσα λέει και βοηθήστε το να καταλάβει τι ακριβώς νιώθει και τι του συμβαίνει. Προσπαθήστε να μπειτε στη θέση του παιδιού σας για να καταλάβετε καλύτερα τι νιώθει. Μη λησμονείτε άλλωστε ότι κι' εσείς υπήρξατε κάποτε παιδιά.

ΟΡΙΑ

Τα παιδιά χρειάζονται σαφή και ξεκάθαρα όρια. Όπως βάζετε όρια για να διαφυλάξετε τη σωματική τους ακεραιότητα, έτσι χρειάζονται όρια στη συμπεριφορά τους για να μπορέσουν ν' αναπτυχθούν ψυχικά, νοητικά και κοινωνικά. Δίνετε λογικές εξηγήσεις για τους κανόνες που επιβάλλονται και φροντίστε ώστε να υπάρχουν συνέπειες από τη μη τήρησή τους. Να είστε συνεπείς και σταθεροί όχι μόνο με τα λόγια αλλά και με τις πράξεις σας. Όταν οι κανόνες δεν συνοδεύονται από εξηγήσεις δείχνουν μια υποτίμηση του παιδιού. Αντίθετα, όταν η σχέση με το παιδί βασίζεται στο σεβασμό και στην ειλικρίνεια και όταν

αντιμετωπίζετε το παιδί ως ξεχωριστή οντότητα, θεωρείτε πως είναι χρήσιμο να του εξηγείτε τις επιπτώσεις της συμπεριφοράς του καθώς είναι σε θέση να καταλάβει. Μην ξεχνάτε, η βία δεν αποτελεί μέθοδο διαπαιδαγώγησης...

ΑΙΣΙΟΔΟΞΙΑ

Το μεγαλύτερο ίσως εφόδιο που μπορείτε να δώσετε ως γονείς στα παιδιά σας είναι η αγάπη για τη ζωή. Αυτός που έμαθε από τους γονείς του τη «χαρά της ζωής» και της ύπαρξης, έλαβε την καλύτερη δυνατή προστασία απέναντι στους διάφορους κινδύνους. Ο αισιόδοξος γενικότερα τρόπος αντιμετώπισης των διαφόρων καταστάσεων αποτελεί σημαντικότερο στοιχείο κάθε υγιούς προσωπικότητας. Γνωρίζουμε ότι πολλές φορές είναι δύσκολο να καλλιεργήσετε στα παιδιά σας μια αισιόδοξη στάση για τη ζωή λόγω των προβλημάτων και των απαιτήσεων της καθημερινότητας. Οφείλετε όμως να προσπαθήσετε να διαμορφώσετε μια πιο όμορφη καθημερινότητα και ν' αλλάξετε τον τρόπο της ζωής σας. Ίσως χρειάζεται να ξεκουράζεστε περισσότερο, να βρείτε ελεύθερο χρόνο, να βελτιώσετε την επικοινωνία με τον (την) σύζυγο ή να αναζητήσετε νόημα ζωής σε δημιουργικές δραστηριότητες έξω από το σπίτι. Η έλλειψη ευχαρίστησης από τη ζωή αποτελεί εμπόδιο για το σχεδιασμό και την εφαρμογή μιας σωστής παιδαγωγικής. Άλλωστε, μην ξεχνάτε πως σωστός γονέας είναι ο ευτυχισμένος γονέας...

ΕΙΛΙΚΡΙΝΕΙΑ

Προσπαθείστε να είστε ο εαυτός σας με τα παιδιά σας. Είστε άνθρωποι με αδυναμίες και ελαττώματα, κάνετε λάθη. Μην ντρέπεστε να τα παραδεχτείτε. Τα παιδιά σας εκτιμούν πολύ περισσότερο όταν είστε ο εαυτός σας. Δεν μπορείτε να τα ξεγελάσετε καθώς διακρίνουν πολύ καλά το αληθινό από το μη αληθινό. Ένας γονιός δεν μπορεί εύκολα να υποκριθεί και να γίνει πιστευτός από το παιδί του. Αυτό βεβαίως δε σημαίνει ότι μπορείτε να φορτώνετε τα παιδιά με τα προβλήματά σας. Τα παιδιά σας δεν είναι φίλοι σας και δεν ωφελούνται με το να μαθαίνουν τις δυσκολίες που αντιμετωπίζετε είτε σε διαπροσωπικό είτε σε επαγγελματικό επίπεδο. Το κριτήριο για να μοιραστείτε κάτι με τα παιδιά σας είναι το αν θα ωφεληθούν τα παιδιά από αυτή την επικοινωνία και όχι το αν θα ξελαφρώσετε εσείς.

ΑΦΙΕΡΩΣΗ ΧΡΟΝΟΥ

Είναι γεγονός πως οι γονείς σήμερα λείπετε πολλές ώρες από το σπίτι, έχετε αναλάβει πολλές ευθύνες, κουράζεστε και όταν επιστρέφετε σπίτι δεν έχετε την ενέργεια να ασχοληθείτε με τα παιδιά σας. Πόσες φορές έχετε ακούσει τη φράση «Πήγαινε στο δωμάτιο σου να παίξεις και άσε με να κάνω τις δουλειές μου, άσε με να ξεκουραστώ...»; Τα παιδιά όμως από τη στιγμή που γεννιούνται έχουν ανάγκη

από τη φροντίδα, την παρουσία και το ενδιαφέρον των γονιών τους. Αφιερώστε λοιπόν ποιοτικό χρόνο στα παιδιά σας. Παίξτε μαζί τους, πηγαίνετε βόλτα, συζητήστε, ασχοληθείτε με δημιουργικές δραστηριότητες, συναναστραφείτε με άλλους γονείς και παιδιά, πηγαίνετε μαζί τους στην εκκλησία. Η αδιαφορία, η έλλειψη ερεθισμάτων όπως και η υπερπροστασία των μεγάλων ευθύνονται σε μεγάλο βαθμό για τις αταξίες και την επιθετική συμπεριφορά των παιδιών.

ΘΕΤΙΚΟ ΠΡΟΤΥΠΟ

Να είστε ένα θετικό πρότυπο, ένα καλό παράδειγμα. Οι δικές σας συνήθειες και στάσεις μπορούν να επηρεάσουν, σε μεγάλο βαθμό, τις ιδέες, τις στάσεις και τη συμπεριφορά του παιδιού σας. Μην ξεχνάτε ότι πρότυπο αποτελείτε ακόμα και σε ό,τι αφορά τη συζυγική σας σχέση. Είναι σημαντικό τα παιδιά σας να μεγαλώνουν σ' ένα περιβάλλον όπου πρωταγωνιστούν η αμοιβαία αγάπη και η ενότητα, ο σεβασμός και η εκτίμηση, η συναισθηματική εγγύτητα και το μοίρασμα, η επικοινωνία και η κατανόηση. Προσφέρετέ τους σωστά πρότυπα σχέσης, σωστά πρότυπα γάμου... Θα τα χρειαστούν... Είναι σημαντικό να σημειωθεί επίσης πως τα ευτυχισμένα ζευγάρια δημιουργούν ευτυχισμένα παιδιά

Για να μπορέσουν οι γονείς ν' ανταποκριθούν στο ρόλο τους αλλά και για ν' αντιμετωπίσουν θαρρετά τις δοκιμασίες που προκύπτουν απ' αυτόν δεν θα πρέπει να λησμονούν ότι πάνω απ' όλα είναι σύζυγοι. Η συζυγική σχέση απαιτεί συνεχή εγρήγορση, εξέλιξη, ενότητα και ωρίμανση. Φροντίστε να μην την παραμελείτε... Άλλωστε μη ξεχνάτε πως ξεκινήσατε οι δυο σας, ως σύζυγοι... Ο γάμος αποτελεί τη βάση, το θεμέλιο λίθο της οικογένειάς σας... Τα παιδιά ήρθαν από τη συζυγία και αποτελούν τον καρπό της. Εξελίσσοντας τη συζυγική σας σχέση, αγαπώντας και τιμώντας ο ένας τον άλλον, κάνετε στα παιδιά σας το καλύτερο δώρο.... Χτίζετε μια υγιή οικογένεια...

Πηγή: Κέντρο Πρόληψης Εξαρτησιογόνων Ουσιών (Ίδρυμα «Διακονία» - Ιερά Αρχιεπισκοπή Αθηνών)