



Μπορεί οι λέξεις «όρια» και

**«πειθαρχία» να παραπέμπουν σε παλιότερες και αυστηρότερες εποχές, αλλά όλοι οι ειδικοί υποστηρίζουν ότι επιβάλλοντας ήρεμα και σταθερά την πειθαρχία, ουσιαστικά προστατεύουμε το παιδί μας.**

Οι περισσότεροι γονείς συμφωνούν ότι τα όρια είναι σημαντικά, αλλά δυσκολεύονται πραγματικά στο να τα θέσουν και να τα τηρήσουν γιατί:

- Φοβούνται μη «χάσουν» την αγάπη του παιδιού τους.
  - Ανησυχούν μην περιορίσουν την ελευθερία έκφρασης και το πνεύμα του.
  - Δεν θέλουν να εφαρμόσουν τους κανόνες πειθαρχίας που δέχτηκαν οι ίδιοι ως παιδιά από τους γονείς τους.
  - Απουσιάζουν πολλές ώρες από το σπίτι και τις ελάχιστες ώρες που περνούν μαζί τους δεν θέλουν να βάζουν κανόνες πειθαρχίας.
- Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι να χάνουν τη σταθερότητά τους στο μέγαλωμα του παιδιού και εκείνο να καταλήγει εκτός από ανεξέλεγκτο και συγχυσμένο.

### **Πότε ξεκινάμε να βάζουμε όρια;**

Όσο πιο νωρίς, τόσο το καλύτερο. Οι κανόνες που ορίζουμε βέβαια πρέπει πάντα να είναι ανάλογοι με την ηλικία του παιδιού. Οι ειδικοί μας λένε πως από τον όγδοο κιόλας μήνα οφείλουμε να «δείχνουμε» στο μωρό ότι κάποια πράγματα πρέπει να γίνονται ή να μη γίνονται. Όταν αρχίσει, για παράδειγμα, το μωρό να μας γρατζουνάει ή να μας τραβάει τα μαλλιά (εξερευνώντας στην ουσία τόσο εμάς όσο και τις κινήσεις του), εμείς οφείλουμε να του δείχνουμε ότι αυτό δεν μας αρέσει. Πώς; Κρατώντας απαλά τα χέρια του και λέγοντας ήρεμα: «Αυτό δεν μου αρέσει, σε παρακαλώ μην το κάνεις». Είναι σίγουρο ότι θα το ξανακάνει και είναι και απόλυτα φυσιολογικό, αλλά εσείς οφείλετε να δείξετε τη δυσαρέσκειά σας, δίχως εκνευρισμό και φωνές. Όσο νωρίτερα διδάξετε στο παιδί σας ποιοι είναι οι κανόνες που ισχύουν στο σπίτι σας (και οι οποίοι ισχύουν για όλους σας), τόσο πιο εύκολα θα τους κατανοήσει και θα τους ακολουθήσει.

### **Μετά τον πρώτο χρόνο**

Σε αυτήν την ηλικία το μωρό θέλει να μαθαίνει, να ακουμπάει, να δοκιμάζει, να εξερευνά τα πάντα. Τώρα είναι η κατάλληλη στιγμή να θέσετε τα πρώτα θεμέλια για τους κανόνες πειθαρχίας που θα το στηρίξουν στο μέλλον. Είναι σημαντικό να είστε απόλυτα συνεπείς και σταθεροί. Κι αυτό θα είναι πολλές φορές δύσκολο, γιατί θα είστε κουρασμένοι, εξαντλημένοι από άλλες υποχρεώσεις και θα πρέπει να επαναλαμβάνετε ξανά και ξανά τα ίδια πράγματα. Και κυρίως δείξτε σταθερότητα. Σε κανένα γονιό δεν αρέσει να ακούει και να βλέπει το παιδί του να κλαίει, όταν όμως βάλει τα χέρια του στα μάτια της κουζίνας ή τρέξει στο δρόμο αφήνοντας το χέρι σας, οφείλετε να του δώσετε να καταλάβει πόσο επικίνδυνο είναι αυτό. Αφήστε το να κλάψει χωρίς να το πάρετε αμέσως αγκαλιά, διαφορετικά θα το μπερδέψετε. Όταν πρόκειται για τη σωματική του ακεραιότητα πρέπει να είστε απόλυτα σαφείς. Με την επιβράβευση για την καλή του συμπεριφορά και το μάλωμα για την κακή θα αρχίσει σιγά σιγά να καταλαβαίνει τη διαφορά του σωστού και του λάθους.

### **Δεύτερος χρόνος**

Ο δεύτερος χρόνος είναι ιδιαίτερα σημαντικός όσον αφορά τη συνέπεια στην

τήρηση των κανόνων. Είναι η ηλικία που ξεκινάνε τα πείσματα και τα ξεσπάσματα και πολλές φορές θα απορείτε τι έχει συμβεί με το υπάκουο μωρό που ξέρατε μέχρι χθες. Ψυχραιμία. Θυμηθείτε πως αυτή είναι η ηλικία των πρώτων εκρήξεων. Σε αυτήν την ηλικία είναι σημαντικό να συνεχίσετε να του μιλάτε και να του εξηγείτε τα πρέπει και τα μη, ξανά και ξανά. Θα χρειαστεί αρκετός καιρός και αρκετά ξεσπάσματα και κλάματα μέχρι να καταλάβει και να είναι σε θέση να ελέγξει τα πείσματα και τις εκρήξεις του. Η αγάπη, η υπομονή και η σταθερότητά σας θα το βοηθήσουν. Επίσης, μην ξεχνάτε πόσο σημαντική είναι για το παιδί η επιβράβευση για την καλή συμπεριφορά του. Και βέβαια όσον αφορά εμάς η υπομονή είναι η λέξη-κλειδί. Γι' αυτό θυμηθείτε::

-Να παίρνετε μερικές βαθιές ανάσες πριν ξεσπάσετε άγρια

-Να θυμάστε πως ότι εσείς είστε οι ενήλικες.

-Να σκέφτεστε ότι η τιμωρία δεν πρέπει να στρέφεται προς το παιδί αλλά προς την πράξη του.

### **Μετά τον τρίτο χρόνο**

Οι βάσεις έχουν μπει, όμως βρίσκεται ακόμη στην ηλικία που δεν είναι εντελώς ξεκάθαρο ποιο είναι το σωστό και ποιο το λάθος, μια και τώρα διανύει τη φάση της αντίδρασης ανακαλύπτοντας ποια είναι τα δικά του και ποια τα δικά σας όρια. Θα ακούσετε πολλές φορές της λέξη «όχι» από το στόμα του. Εσείς δεν έχετε να ακολουθήσετε ό,τι κάνατε μέχρι τώρα (κι αν δεν το κάνατε δεν είναι αργά να το ξεκινήσετε τώρα), αγάπη, υπομονή και σταθερότητα. Το παιδί σας τώρα πρέπει να είναι σε θέση να καταλαβαίνει τι σημαίνει κοινωνική συμπεριφορά και ότι υπάρχουν κανόνες που πρέπει να ακολουθεί. Η «τιμωρία» του σε αυτή τη φάση μπορεί να είναι η απομόνωσή του στο δωμάτιό του (με ανοιχτή πόρτα) μέχρι να το φωνάξετε εσείς. Να είστε σίγουροι ότι σε δύο λεπτά από τη στιγμή που θα το στείλετε θα έχει ξεχάσει γιατί βρίσκεται εκεί και θα παίζει (ακόμη και κλαίγοντας). Μέχρι την ηλικία των πέντε ετών μπαίνουν οι κανόνες για όλη την υπόλοιπη ζωή του. Τώρα γνωρίζει καλά ποια είναι τα πρέπει και ποιες οι επιπτώσεις των πράξεών του, μπορεί ποια να διακρίνει το σωστό από το λάθος. Σε αυτή την ηλικία εδραιώνονται ο σεβασμός, ο αυτοέλεγχος και η συνέπεια. Το να έχεις όρια σημαίνει πάνω απ' όλα να σέβεσαι τα όρια του άλλου. Και ένα παιδί που έχει μάθει να τηρεί τα όρια δεν θα επιτρέψει εύκολα να καταπατήσουν τα δικά του.

Με τη συνεργασία της **Αναστασίας Φρόντζου-Χρηστίδη** (σύμβουλος σχέσεων παιδιού και οικογένειας).

Από: Σιμέλα Κολαγκελέ

Πηγή: [imommy.gr](http://imommy.gr)