18 Νοεμβρίου 2013

Γονείς, στρώστε συχνά το οικογενειακό τραπέζι!

/ Γενικά

Περνάμε, αναμφίβολα, δύσκολες οικονομικά εποχές με τριάντα σχεδόν τοις εκατό ανέργους άνδρες και γυναίκες και διπλάσιο ποσοστό νεολαίας Περνάμε, αυτό μετράει διαχρονικά ακόμη περισσότερο κατά την ταπεινή μου γνώμη, δύσκολες ψυχολογικά εποχές που θα στιγματίσουν βαθειά τα παιδιά μας και τα εγγόνια μας.

Κατέθεσα τις προάλλες εδώ μερικές σκέψεις μου με το τίτλο «εμείς TV και καναπέ, η νεολαία ανεργία και φραπέ!...»

Διαπιστώνω, όπως όλοι μας, ότι χάθηκε η συνοχή στον κοινωνικό μας ιστό, λιγόστεψαν οι παρέες και οι βεγγέρες, μηδενίζεται καθημερινά η όρεξή μας για σχέσεις κοινωνικές...

Ακόμη πιο πικρή η διαπίστωση ότι και μέσα στην σύγχρονη ελληνική οικογένεια οι ‘συμβολικές ψυχοκοινωνικές και συναισθηματικές’ αποστάσεις διευρύνονται καθημερινά καθώς ανεργία και ανέχεια μας ταλανίζουν!..

Και πριν αυτές οι πολύ σημαντικές ‘αποστάσεις’ ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας προκάνουν να γίνουν ‘άβυσσος’ φέρνω σήμερα στην προσοχή σας μια σπουδαία ερευνητική διαπίστωση.

Ποιός σύγχρονος γονιός, μέσα σε αυτόν τον κυκλώνα της οικονομικής, ηθικής, πολιτισμικής και πολιτικής μας ένδειας θα μπορούσε να πιστέψει ότι το ‘οικογενειακό τραπέζι’ αποτελεί βοήθημα στον αγώνα των σύγχρονων γονιών για ομαλή ένταξη των παιδιών μας στο ευρύτερο κοινωνικό σύστημα;

Και όμως! Έρευνες συναδέλφων στην Αμερική επιβεβαιώνουν το γεγονός ότι οι έφηβοι και τα νέα παιδιά που τρώνε τουλάχιστον 5 γεύματα την εβδομάδα στο ‘οικογενειακό τραπέζι’ έχουν χαμηλότερους δείκτες αντικοινωνικής συμπεριφοράς και ψηλότερους δείκτες ομαλής κοινωνικής προσαρμογής’ από εκείνα που στερούνται παρόμοιες εμπειρίες!...Συνεστιάσεις. όμως, σε ταβέρνες ‘μετράνε’ λιγότερο...

Ένας εύστοχα περιγραφικός όρος της εφηβείας, ήταν και θα συνεχίσει να είναι, όσο και αν αυτό ακούγεται σχεδόν οξύμωρο, η αλλαγή! Αναμφίβολα κάθε στάδιο της ανθρώπινης ζωής χαρακτηρίζεται από αλλαγές, αλλά και σε κάθε φάση της εξελικτικής μας πορείας υπάρχουν κάποια λιγότερο ρευστά πλαίσια αναφοράς, υπάρχει κάποια αίσθηση σταθερότητας. Για τους εφήβους, όμως, αγόρια και κορίτσια αυτή η αναπτυξιακή περίοδος της ζωής τους αποτελείται από μια διαδοχική εναλλαγή ψυχοσωματικών, ψυχοκοινωνικών και ψυχοσεξουαλικών μεταλλαγών, αναζητήσεων και προσπαθειών για την εδραίωση της ατομικής, της υπαρξιακής τους ταυτότητας.

Η ορθή αντιμετώπιση αυτής της δυναμικής έννοιας της ‘αλλαγής’ απαιτεί από τους γονείς του εφήβου μια γενναία δόση χιούμορ με ταυτόχρονη παρουσία προσοχής και ευαισθησίας. Τα ειρωνικά, ξεκάρφωτα σχόλια και μπορούν και συχνά πληγώνουν τα παιδιά μας που ήδη διακατέχονται από ανάμικτα και παράξενα υποκειμενικά συναισθήματα και ένας κακός δικός μας χειρισμός μπορεί να δημιουργήσει το υπόστρωμα για μελλοντικές εμφανίσεις συμπλεγμάτων κατωτερότητας, υπερευαισθησίας ακόμη και νευρώσεων ή διαστροφών χαρακτήρα που θα σημαδέψουν τη συμπεριφορά του αυριανού ενήλικα άνδρα ή της ώριμης γυναίκας.

Προφανώς στη διάρκεια του ‘οικογενειακού γεύματος’ τα παιδιά γνωρίζουν καλύτερα τους γονείς τους, ακούν ιστορίες για το παρελθόν της οικογένειας, εκφράζουν τους δικούς τους προβληματισμούς, με άλλα λόγια αναπτύσσεται γόνιμος και επιμορφωτικός διάλογος.

Τα αποτελέσματα είναι εμφανέστατα στα παιδιά που έχουν 5 γεύματα με την οικογένεια την εβδομάδα- λιγότερη κατάθλιψη, καλύτερες επιδόσεις στο σχολείο, κοινωνική προσαρμογή, καλές ανθρώπινες σχέσεις...

Είπαμε, είναι δύσκολες και οικονομικά και ηθικά και πολιτισμικά οι εποχές και είναι ήδη βεβαρυμμένες οι ψυχικές αντοχές των Ελλήνων γονέων αλλά όπως κάποτε το 'κουτούκι' ήταν για εμάς η καλύτερη γραμμή αντίστασης στην ραγδαία επερχόμενη μοναξιά και αλλοτρίωση πιστεύω ότι η επιστροφή στο οικογενειακό τραπέζι, και ας είναι και λιτό για εύλογους λόγους οικονομικών συνθηκών θα βοηθήσει την οικογένεια να αμυνθεί στη λαίλαπα που βιώνουν γονείς και παιδιά..

Η συμβουλή μου στους σύγχρονους Έλληνες γονείς;

Στρώστε όσο πιο συχνά μπορείτε το 'πατροπαράδοτο οικογενειακό τραπέζι!...'

Γράφει ο Καθηγητής Γιώργος Πιπερόπουλος

Γιώργος Πιπερόπουλος

Πηγές: Tromaktiko- newsnowgr.com