

6 (πολύ) κακά παραδείγματα που δίνουμε στα παιδιά μας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Τα παιδιά είναι ο καθρέφτης μας και η συμπεριφορά τους αντανακλά κάθε πτυχή μας. Μέχρι οι εξωοικογενειακές επιρροές να κάνουν την εμφάνισή τους, οι γονείς είναι σε πολύ μεγάλο βαθμό υπεύθυνοι για τα καλά και τα κακά, τις αρετές και τα ελαττώματα των μικρών τους. Το ζητούμενο εδώ, δεν είναι να πάρουμε ανά χείρας το μαστίγιο και να τιμωρήσουμε τον κακό εαυτό μας που μαθαίνει τα λάθος πράγματα στα παιδιά. Το ζητούμενο είναι να αναγνωριστούν τα λάθη έγκαιρα και με νηφαλιότητα, ούτως ώστε κάθε γονιός να γίνει ο άνθρωπος που ονειρεύεται να γίνουν τα παιδιά του.

Πώς γινόμαστε λοιπόν το (πολύ) λάθος πρότυπο για τα παιδιά μας;

Ποιος τους έμαθε να ασχολούνται τόσο με τις οθόνες;

Ο βασιλιάς των σύγχρονων γονεϊκών παραπόνων μπορεί άνετα να ανακηρυχθεί η ενασχόληση των παιδιών με τις οθόνες παντός τύπου. *Πώς θα το κάνω να ξεκολλήσει από το χαζοκούτι; Γιατί ασχολείται όλη την ημέρα με τον υπολογιστή αντί να παίζει; Το κινητό είναι η προέκταση του χεριού της!*

Σίγουρα δεν είστε ο μοναδικός λόγος/ τρόπος να εθιστεί το παιδί σας στα online παιχνίδια, στα παιδικά ή στο facebook, **είστε όμως εξίσου σίγουρα το πρώτο και το σημαντικότερο πρότυπό του.** Αν ο καλύτερός σας φίλος, ο διασκεδαστής και η πηγή ενημέρωσής σας είναι το κινητό ή το τάμπλετ σας, τότε μάλλον βρήκατε την αιτία του «κολλήματος» του παιδιού.

«Πώς μιλάς έτσι, παιδί μου, στην κυρία;»

Τα παιδιά είναι αυθόρμητα και εκρηκτικά και δεν υπάρχει τίποτα που να μπορεί να χαλιναγωγήσει τις αλήθειες που βγαίνουν από το στόμα τους. Όταν όμως ο αυθορμητισμός γίνεται συχνά αγένεια και οι χαριτωμένες επισημάνσεις γίνονται προσβλητικά σχόλια, τότε πρέπει να αναζητηθούν οι αιτίες της... ενοχλητικής συμπεριφοράς.

Μήπως σε κάθε μπουτιλιάρισμα στην Κηφισίας εκτοξεύετε απειλές, βρισιές ή υποτιμητικά σχόλια για τους άλλους οδηγούς; Μήπως τα αρνητικά σχόλια για το βάρος, το χρώμα, την οικονομική κατάσταση ή την μόρφωση άλλων ανθρώπων δίνουν και παίρνουν στο οικογενειακό τραπέζι; Τα παιδιά δεν ακούν κηρύγματα περί καλής συμπεριφοράς, αφομοιώνουν τους καλούς και τους κακούς μας τρόπους αντίστοιχα, γι' αυτό ας είμαστε πιο προσεκτικοί την επόμενη φορά που θα αποφασίσουμε να εξαπολύσουμε το δηλητήριο μας -κάποια μικρά, ευαίσθητα αυτιά ακούν και καταγράφουν.

«Πρόσεχε τον εαυτό σου!»

Δεν υπάρχει γονιός που να μην αγωνιά μέρα-νύχτα για την υγεία και την ασφάλεια του παιδιού του. Δεν υπάρχει μαμά και μπαμπάς που δεν έχει χιλιάδες φορές συμβουλευσει το παιδί του να μην καπνίζει, να προσέχει τι τρώει, να φοράει ζώνη, να μην πίνει πριν οδηγήσει, να πηγαίνει τακτικά στον γιατρό. Για ακόμη μια φορά, όμως: είμαστε οι πράξεις μας, όχι οι εξαγγελίες μας.

Καπνίζοντας, μεγαλώνουμε καπνιστές. Αδιαφορώντας για την υγεία μας, αναθρέφουμε ενήλικες που λένε «Δεν βαριέσαι, θα πάρω καμιά αντιβίωση και θα

περάσει». **Η λίστα με τους τρόπους που καταστρέφουμε τον εαυτό και το σώμα μας είναι ατελείωτη -ας μην γίνουν οι δικές μας αδυναμίες παράδειγμα για τα παιδιά μας.**

Ο κύκλος της βίας

Ίσως είναι πέρα για πέρα αυτονόητο, ωστόσο δεν θα μπορούσε να λείπει απ' αυτή τη λίστα: η βία φέρνει βία. Δύσκολα μπορεί κανείς να σκεφτεί κάτι πιο καταστροφικό για την ψυχή ενός παιδιού από το να γίνεται μάρτυρας (πόσο μάλλον θύμα!) βίας.

Και, φυσικά, βία δεν είναι μόνο οι κλωτσιές ή τα χαστούκια. **Βία είναι η υποτίμηση, οι φωνές, οι προσβολές και οι απειλές.** Ένα ζευγάρι που έχει χάσει όσα το έκαναν αγαπημένο και που κατέληξε να ζει υπό την παχιά σκιά των τσακωμών και της αμοιβαίας υποτίμησης, είναι το πιο ακατάλληλο πρότυπο σχέσης για ένα παιδί. Αξίζει λοιπόν να σημειώσουμε ότι, ενώ οι υγιείς διαφωνίες μπορεί να είναι χρήσιμες και δημιουργικές, οι φωνές, οι κακίες και οι υστερίες με το άλλο μας μισό ή άλλα μέλη της οικογένειας μπορούν μόνο να τραυματίσουν.

Η σωστή διαχείριση των (άσχημων) συναισθημάτων

Κάθε γονιός έχει αντιμετωπίσει το μείζον πρόβλημα της γκρίνιας που βαθμιαία μετατρέπεται σε κλάμα, θυμό και τελικά σε νευρικό ξέσπασμα που περιλαμβάνει ουρλιαχτά, δαγκωνιές, σύρσιμο στα πατώματα (και ενίοτε τα πεζοδρόμια) και ούτω καθεξής. Κάποια από τα ξεσπάσματα των παιδιών δικαιολογούνται απόλυτα από την ηλικία τους -είναι τα λεγόμενα baby tantrums που... μαστίζουν κάθε οικογένεια που σέβεται τον εαυτό της- ενώ σε ορισμένες περιπτώσεις ο θυμός και η γκρίνια των παιδιών μοιάζουν στοιχεία αδικαιολόγητα. Μήπως όμως είναι απόλυτα δικαιολογημένα;

Πόσο συχνά υψώνετε τη φωνή σας και ξεσπάτε τα νεύρα σας στους ανθρώπους που αγαπάτε, ανίκανοι να διαχειριστείτε όλα τα άσχημα συναισθήματα που μοιάζουν να σας πνίγουν; **Μήπως η δική μας αδυναμία να μείνουμε ψύχραιμοι και να λύσουμε με ηρεμία και συνεννόηση όσα μας ενοχλούν και μας θυμώνουν δίνουν το κακό παράδειγμα στα παιδιά μας;**

Φιλοζωία, οικολογία και άλλες αρετές...

Μιλάμε για τις απλές, καθημερινές πράξεις πολιτισμού που μας κάνουν λίγο

καλύτερους απέναντι στην ανθρωπότητα και τον πλανήτη που μας φιλοξενεί. Καμιά φορά, οι γονείς έχουμε την τάση να ξεχνιόμαστε και να δίνουμε όλο μας το βάρος στο πώς θα μεγαλώσουμε παιδιά έξυπνα, ταλαντούχα, μορφωμένα και καλλιεργημένα αντί να παλεύουμε να μεγαλώσουμε ενήλικες που σέβονται, αγαπούν και φροντίζουν το περιβάλλον, τους συνανθρώπους τους και τα ζώα.

Κάθε αποτσίγαρο που (δήθεν διακριτικά) πετάμε στον δρόμο, κάθε σκουπίδι που αφήνουμε στην παραλία, κάθε βλέμμα αηδίας σε ένα ταλαιπωρημένο αδέσποτο εγγράφονται στις εύπλαστες συνειδήσεις των παιδιών μας.

Όχι τύψεις, μόνο λύσεις

Ας προσπαθήσουμε να γίνουμε αυτοί που θαυμάζουμε κι ας είμαστε οι ίδιοι πρότυπα για τα παιδιά μας. Κανείς δεν μπορεί να είναι τέλειος και -φυσικά- ουδείς αναμάρτητος. **Μικροσκοπικά, λαμπερά ματάκια μας παρατηρούν, αυτάκια έχουν στήσει καρτέρι για να ακούσουν ό,τι έχουμε να πούμε και παιδικοί εγκέφαλοι που ρουφούν σαν σφουγγάρια κάθε ερέθισμα έχουν στραμμένες τις κεραίες τους σε εμάς.** Λάθη θα γίνουν, είναι αναπόφευκτο. Μας εμποδίζει όμως αυτό να βάλουμε τα δυνατά μας;

Πηγή:mama365.gr