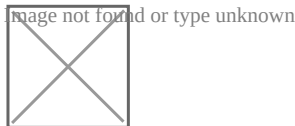


Πώς να πειθαρχείτε το παιδί όταν βρίσκεστε σε δημόσιο χώρο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Πολύ συχνά, το να βρίσκονται οι γονείς με τα παιδιά σε δημόσιο χώρο, τους κάνει να νιώθουν σαν πρωταγωνιστές σε θεατρική παράσταση –ειδικά αν τα παιδιά έχουν αρχίσει να κουράζονται και να εκδηλώνουν, με καθόλου υπομονετικό τρόπο, το καθένα με τη σειρά του την δική του ανάγκη («πεινάω», «θέλω τσίσα», «νυστάζω», «κουράστηκα», «πάμε να φύγουμε»)... Κι όσο κι αν προσπαθούν οι γονείς να τα αγνοούν ή να τα απασχολούν με κάτι άλλο, σιγά-σιγά η γκρίνια κλιμακώνεται, μέχρι που όλο και περισσότερα βλέμματα περαστικών στρέφονται στο «σόου» που πλησιάζει στην κορύφωση. Μέχρι ένα από τα παιδιά να πέσει κάτω και να αρχίσει να χτυπιέται.

Η πίεση της «σωστής πειθαρχίας» μπροστά σε κόσμο

Το να προσπαθεί μια μαμά να πειθαρχήσει το παιδί της, μπροστά σε κόσμο, είναι ιδιαίτερα πιεστικό, καθώς νιώθει ότι όλοι την κοιτάζουν, έτοιμοι να την κρίνουν γιατί πόσο αυστηρή είναι ή δεν είναι. Τις στιγμές εκείνες, όταν το παιδί «κάνει νούμερα» μπροστά στα έκπληκτα βλέμματα του κόσμου, δεν είναι δύσκολο για μια μαμά να σκεφτεί: Πόσο ανίκανη μπορεί να είμαι;



Στην προσπάθειά της, λοιπόν, να πείσει το «κοινό» ότι δεν είναι τόσο ανίκανη, πολλές φορές η μαμά γίνεται παραπάνω αυστηρή από όσο χρειάζεται και σκορπά απειλές που και η ίδια ξέρει ότι δεν μπορεί να τηρήσει: Αυτό ήταν! Η τηλεόραση κλείνει για έναν μήνα! (το κοινό χειροκροτεί – λύνεται, όμως, το πρόβλημα;)

Τη στιγμή που το παιδί γίνεται νευρικό και ατίθασο σε δημόσιο χώρο, αντί να κάνετε αυτό που όλοι περιμένουν από εσάς, δηλαδή να το μαλώσετε με αυστηρό και σκληρό τρόπο, δοκιμάστε κάτι που μπορεί να αποδειχθεί πιο αποτελεσματικό: Κοιτάξτε το στα μάτια. Θα παρατηρήσετε πως το παιδί είναι εμφανώς κουρασμένο και, ενώ καταλαβαίνει πως η συμπεριφορά του δεν είναι αποδεκτή, του είναι τρομερά δύσκολο να ηρεμήσει. Δικός σας σκοπός, όμως, δεν είναι να κατευνάσετε τα πλήθη, αλλά το παιδί σας.

Πλησιάστε το και μιλήστε του χαμηλόφωνα: «Το ξέρω ότι έχεις κουραστεί αγάπη μου. Έλα εδώ να σε πάρω μια αγκαλιά». Το πιθανότερο είναι ότι αρκετοί περαστικοί θα αποδοκιμάσουν την στάση σας. Το παιδί σας, όμως, θα πέσει σίγουρα στην αγκαλιά σας και αυτόματα θα ηρεμήσει.

Ξεχάστε τις αποδοκιμασίες και μείνετε σταθεροί στις αρχές σας

Η παιδοψυχολόγος Debbie Pincus λέει χαρακτηριστικά «το πιο δύσκολο στο να πειθαρχείς ένα παιδί σε δημόσιο χώρο είναι το να μην παρασυρθείς από τις επικρίσεις των άλλων, αλλά να παραμείνεις σταθερός στις αξίες που έχεις ως γονιός». Η ίδια προσφέρει τις δικές της συμβουλές για να επιστρατεύσετε την επόμενη φορά που το παιδί θα κυλιέται κλαίγοντας στον διάδρομο με τα γαριδάκια του σούπερ μάρκετ:



1. Ξεκινήστε με ενσυναίσθηση. Η φράση «καταλαβαίνω πώς νιώθεις» αποτελεί πάντα μια καλή αρχή. Κάτι τέτοιες στιγμές είναι σημαντικό να αξιολογήσετε τι πραγματικά βιώνει το παιδί. Συνήθως, πέρα από θυμό, νιώθει και ντροπή για την συμπεριφορά του –λάβετε και αυτό υπ’όψιν.

2. Έχετε σαφείς προσδοκίες από τα μικρότερα παιδιά. Στα μικρότερα παιδιά προσφέρετε με ηρεμία κάποιες εναλλακτικές, π.χ. «πρέπει να σηκωθείς τώρα από το πάτωμα. Θες να σε σηκώσω εγώ ή θα σηκωθείς μόνη σου;»

3. Επιμένετε στην πρότασή σας. Αν το παιδί δεν σηκώνεται από το πάτωμα, σκύψτε και σηκώστε το εσείς, με ήρεμο πάντα τρόπο.

4. Προσπαθήστε να το «γυρίσετε» στο χιούμορ. Αν έχετε την απαραίτητη ψυχραιμία, προσπαθήστε να διασκεδάσετε την στιγμή ή να γίνετε λίγο πιο παιχνιδιάρηδες, λέγοντας π.χ. «αγάπη μου αν δεν σηκωθείς, ο κόσμος θα νομίζει ότι είσαι χαλάκι και θα περνά από πάνω σου!»

5. Αν δεν μπορείτε να βρείτε το χιούμορ σας εκείνη τη στιγμή, προσπαθήστε τουλάχιστον να είστε ήρεμοι, για να ηρεμήσει και το παιδί. Μην σταθείτε από πάνω του ουρλιάζοντας απειλές πάνω στα νεύρα σας και για να ικανοποιήσετε τον κόσμο γύρω σας. Κρατήστε την όποια «τιμωρία» για όταν επιστρέψετε στο σπίτι.

6. Μην ξεχνάτε ότι πραγματικό έλεγχο μπορείτε να έχετε μόνο στην δική σας αντίδραση. Αν το παιδί σας θέλει να ουρλιάξει, θα ουρλιάξει. Αν ο κόσμος θέλει να κρίνει, θα κρίνει. Αυτό που ενδιαφέρει εσάς την στιγμή εκείνη, είναι το πώς θα χειριστείτε εσείς καλύτερα την κατάσταση, όχι το πώς θα κάνετε το παιδί να μην ουρλιάζει και τον κόσμο να μην κρίνει.

Συμπερασματικά, λέει η Pincus, είναι εκείνες οι στιγμές του δημόσιου

ξεσπάσματος που το παιδί μαθαίνει πως οι πράξεις του έχουν συνέπειες. Όπως εξηγεί, «ο ρόλος μας ως γονείς δεν είναι να ελέγχουμε τα παιδιά μας, αλλά να αναπτύξουμε τέτοιον ισχυρό δεσμό μαζί τους που θα τα βοηθήσει να μεγαλώσουν και να γίνουν ανεξάρτητες προσωπικότητες. Ένα από τα πιο δύσκολα σημεία του να είσαι γονιός είναι να επιτρέπεις στο παιδί σου να ζει με τις επιλογές που κάνει, ακόμα κι αν αυτές σε φέρνουν σε δύσκολη θέση κάποιες φορές...»

από Έλενα Μπούλια

Πηγή: mama365.gr