

## Κάνει να βάζουμε το παιδί τιμωρία ή όχι;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Τιμωρία:

Δεν είναι λίγες οι φορές που εμείς οι μαμάδες βγαίνουν εκτός ελέγχου. Ξέρετε, αναφερόμαστε σε εκείνες τις μέρες που όλες προσπαθούμε αργότερα να ξεχάσουμε, γιατί φωνάξαμε τα παιδιά μας και γίναμε οι «τρελές του δάσους!» μπροστά τους.

*Γράφει η Μαργαρίτα Νικολάου*

Δεν γίνεται όμως! Κάτι πρέπει να κάνουμε και εμείς οι δόλιες οι μάνες που θεωρούμε πως το ξύλο δεν βγήκε από τον παράδεισο και πώς με τις ξυλιές ένα παιδί δεν μαθαίνει καθώς ξέρουμε πώς η χειροδικία δεν είναι ούτε λύση ούτε τιμωρία.

Δυστυχώς, όμως, εμείς οι μαμάδες που φωνάζουμε έχουμε ένα άλλο κακό ελάττωμα... Φωνάζουμε πολύ. Πάρα πολύ! Τόσο πολύ που η γειτόνισσα δίπλα, συμπάσχει μαζί μας και όταν μας ακούει να λέμε τσιρίζοντας «ΣΟΥ ΕΧΩ ΠΕΙ ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ ΦΟΡΕΣ ΝΑ ΜΗΝ...», σκέφτεται, «Αχ, σε καταλαβαίνω!».

Έρευνα: Αυτές τις επιπτώσεις έχουν οι φωνές των γονιών στα παιδιά!

Ό,τι τιμωρίες και αν εφαρμόσουμε δεν πιάνουν! Και ποια μαμά, δεν έχει πει στο

παιδί της ότι «Δεν θα πάμε στο πάρτυ την Κυριακή!», «Ξέχνα τα πατατάκια για σήμερα!», «Δεν θα σε αφήσω να πας στη φίλη σου για παιχνίδια!», και άλλες τέτοιες απειλές που μόνο στόχο έχουν να τους στερήσουν κάτι που θέλουν πάρα πολύ. Και τότε είναι που αρχίζει το μεγαλύτερο «πανηγύρι» στο σπίτι!

«Θα παααμεεεε!!!», «Είσαι κακιά μαμαααα!», «Θα κάνω ό,τι θελωωω!» και άλλες τέτοιες φράσεις που συνοδεύονται από περισσότερες φωνές, περισσότερο κλάμα και χτύπημα στο πάτωμα!

Για αυτό καλό είναι ως μαμάδες να πρέπει να διαχειριζόμαστε τον θυμό μας, και να ελέγχουμε τα νεύρα μας. Τη στιγμή που φωνάζουμε, απειλούμε και γκρινιάζουμε, θα πρέπει να σκεφτόμαστε πώς το μόνο που καταφέρνουμε, είναι να τρομάζουμε τα παιδιά μας!

Τι πρέπει λοιπόν να κάνουμε για να «τιμωρηθεί» ένα παιδί χωρίς απειλές, νεύρα και καυγάδες, διατηρώντας και εμείς την ψυχική μας ηρεμία;

Οι ψυχολόγοι συμβουλεύουν:

α. Μια μαμά θα πρέπει να ηρεμεί πριν μιλήσει με τα παιδιά της, για αυτό πριν θυμώσει και πριν αρχίσει τις φωνές θα πρέπει να μετρήσει μέχρι το δέκα παίρνοντας βαθιές αναπνοές.

β. Αφού μια μαμά ηρεμήσει, τότε πρέπει να μιλήσει με τα παιδιά της και να τους εξηγήσει τι είναι αυτό που την ενόχλησε και την έκανε να θυμώσει.

γ. Αφού τα πνεύματα είναι ήρεμα, τότε μια μαμά θα πρέπει να προειδοποιήσει για τις συνέπειες της επόμενης φοράς. Όταν τα παιδιά γκρινιάζουν, κλαίνε και φωνάζουν δεν είναι σε θέση ούτε να ακούσουν ούτε να καταλάβουν. Οπότε και όποια τιμωρία και «μπει» κατά τη διάρκεια της «φασαρίας», είναι ανώφελη!

δ. Μια μαμά θα πρέπει να τους λέει να πάνε στο δωμάτιό τους για να ηρεμήσουν και όχι για «τιμωρία». Το δωμάτιο είναι ο προσωπικός τους χώρος, ο χώρος που πρέπει να αισθάνονται ασφάλεια, γαλήνη και ηρεμία. Μια μαμά πρέπει να τους διδάξει πως εκεί και μόνο εκεί μπορούν να κάτσουν και να σκεφτούν.

ε. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται η λέξη «Τιμωρία». Αντ' αυτού πρέπει να μάθει να χρησιμοποιεί τη λέξη «Συνέπεια». Την λέξη «τιμωρία» δεν θα τη συναντήσουν πουθενά στην ενήλικη ζωή τους. Τη λέξη όμως «συνέπεια» θα τη βρίσκουν συνέχεια μπροστά τους.

Και να θυμόσαστε πάντα πριν από κάθε επικείμενο καυγά: Μην επιτρέψετε τα μικρά σας «τερατάκια» να σας παρασύρουν στις φωνές και τους καυγάδες. Πρέπει εσείς να τα παρασύρετε στην ηρεμία και να παραδειγματιστούν από εσάς. Αν λοιπόν, εσείς προσπαθείτε να ηρεμήσετε και να διαχειριστείτε την κατάσταση με ηρεμία το ίδιο θα κάνουν και αυτά εξάλλου αν δεν το κάνουν θα έρθουν αντιμέτωπα με τις συνέπειες των πράξεών τους!

**Πηγή:** [mothersblog.gr](http://mothersblog.gr)