

Μουτσάνας Ελευθέριος Παιδίατρος



ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΓΑΠΟΥΝ ΚΑΙ ΝΑ ΔΕΙΧΝΟΥΝ ΤΗΝ ΑΓΑΠΗ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ

Ποτέ δεν κακομαθαίνουν τα παιδιά από την πολλή αγάπη. Το κακομαθημένο παιδί δεν είναι ποτέ αποτέλεσμα υπερβολικής αγάπης, αλλά άλλων παραγόντων, όπως είναι: η υπερβολική επιείκεια, η έλλειψη περιορισμών, οι χαμηλές προσδοκίες, κ.ά.

Για πολλά χρόνια επικρατούσε η άποψη ότι, όταν αγαπάμε με συγκρατημένο τρόπο το παιδί, το βοηθάμε να αναπτύξει ισχυρό χαρακτήρα. Ακόμα και σήμερα υπάρχουν γονείς οι οποίοι θεωρούν ότι τα παιδιά πρέπει να σκληραγωγηθούν και ότι η υπερβολική αγάπη τα κάνει ευάλωτα ή άβουλα ή απαιτητικά ή ότι κάνει κακό στον ανδρισμό των αγοριών και πάει λέγοντας. Αυτή η άποψη έχει αποδειχθεί λανθασμένη, γιατί πάρα πολλές μελέτες απέδειξαν ότι τα πιο καλά προσαρμοσμένα παιδιά ήταν τα παιδιά των οποίων οι γονείς τους πρόσφεραν απλόχερα την αγάπη τους. Ακόμα βρέθηκε ότι οι ενήλικοι που μπορούν να εκφράσουν την αγάπη τους προς τους άλλους είναι ακριβώς αυτοί που γνώρισαν απεριόριστη αγάπη από τους γονείς τους.

Με άλλη μελέτη οι ερευνητές ανακάλυψαν ότι τα μωρά που οι γονείς τους τα καθησυχάζουν, όταν κλαίνε τη νύχτα, έχουν την τάση να κλαίνε λιγότερο και όχι για πολύ χρόνο. Αυτό οφείλεται στην ασφάλεια που αισθάνονται, η οποία τα επιτρέπει να κοιμούνται καλύτερα. Αυτή η ανακάλυψη κατέρριψε την παλαιότερη άποψη ότι ο γονιός καθησυχάζοντας το μωρό που κλαίει «ανταμείβει» αυτή τη συμπεριφορά του και προκαλεί έτσι περισσότερο κλάμα.

Τα παιδιά δεν πρέπει μόνο να τα αγαπάμε, αλλά και να τους δείχνουμε την αγάπη μας, με δύο δοκιμασμένους και ακίνδυνους τρόπους: τη σωματική επαφή –με χάρδια, αγκαλιές και φιλιά– και τον έπαινο. Ξέρουμε σήμερα ότι το παιδί ωφελείται περισσότερο, όταν κυλιέται στο πάτωμα παίζοντας με τους γονείς του για πλάκα, παρά από ένα πανάκριβο παιχνίδι κρεμασμένο πάνω από την κούνια του ή από ένα μάθημα με ειδικές κάρτες που θα του διδάξουν με ευχάριστο τρόπο την προπαίδεια σε νηπιακή ηλικία! Όλα αυτά τα εκπαιδευτικά παιχνίδια που αποτελούν ερεθίσματα μάθησης για το παιδί κάνουν τους γονείς να αισθάνονται «καλοί γονείς», αλλά μακροπρόθεσμα δεν έχουν ουσιαστικό ρόλο στην ανάπτυξή του. Τα οφέλη, όμως, της σωματικής επαφής ανάμεσα στον γονιό και το παιδί

δεν είναι μόνο ψυχολογικά. Το άγγιγμα διεγείρει τη σωματική αύξηση, μειώνει το άγχος και βοηθά στην καλύτερη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, με αποτέλεσμα το παιδί να αρρωσταίνει λιγότερο. Ωστόσο, η έκφραση της αγάπης μέσω σωματικής επαφής πρέπει να συμβαδίζει με την ηλικία του παιδιού. Πρέπει να προσέχουμε, όταν δείχνουμε με αυτόν τον τρόπο δημόσια την αγάπη μας στα μεγαλύτερα παιδιά και τους εφήβους, γιατί μπορεί να νοιώσουν αμηχανία και να αντιδράσουν άσχημα, καθώς, όσο μεγαλώνουν, θέλουν να δείχνουν προς τον έξω κόσμο ότι έγιναν ανεξάρτητα άτομα και (οι έφηβοι) ενήλικοι! Επειδή για τα παιδιά τίποτα άλλο δεν μετράει περισσότερο από την αγάπη των γονιών τους, οι γονείς μπορούν να χρησιμοποιήσουν τον έπαινο, που είναι εκδήλωση αγάπης, ως πειθαρχικό εργαλείο, για να περάσουν μηνύματα και να δημιουργήσουν καλές συνήθειες στα παιδιά τους.

Αυτό που βλάπτει τα παιδιά είναι να ζουν σε ένα οικογενειακό περιβάλλον, όπου μόνιμα επικρατούν συγκρούσεις, άγχος, ένταση και απρόβλεπτες καταστάσεις. Όταν το συναισθηματικό κλίμα μέσα στο σπίτι είναι σταθερά τόσο κακό, τα παιδιά μπορεί να παρουσιάσουν άγχος, κατάθλιψη και κακή διαγωγή. Ιδανικοί γονείς βέβαια δεν υπάρχουν. Οι γονείς είναι καλοί, όταν παίζουν το ρόλο τους, χωρίς να φοβούνται να αναγνωρίσουν τις δυσκολίες που συναντούν και τα λάθη που αναπόφευκτα κάνουν. Τα παιδιά δεν επηρεάζονται από μεμονωμένα γεγονότα, ακόμα και όταν είναι έντονα. Γι' αυτό δεν υπάρχει λόγος να αισθάνονται ένοχοι οι γονείς και να φοβούνται ότι θα αφήσουν μόνιμα ψυχικά τραύματα στο παιδί τους, αν έχασαν κάποια στιγμή την ψυχραιμία τους και μάλωσαν μεταξύ τους μπροστά του ή αν μάλωσαν μαζί του.

Ένα πολύ συνηθισμένο φαινόμενο είναι η προσπάθεια απόδειξης της γονικής αγάπης με υλικές παροχές. Πολλοί γονείς άγχονται, λόγου χάριν, για την επίπλωση του χώρου όπου ζουν τα παιδιά τους, ενώ δεν δίνουν καμιά σημασία στο συναισθηματικό κλίμα που υπάρχει στην οικογένεια και είναι σημαντικότερο για την ψυχική τους υγεία. Καλό είναι να έχουμε ένα άνετο και όμορφο σπίτι, αλλά καμιά φανταχτερή ταπετσαρία, κανένα παχύ χαλί και καμιά υπερσύγχρονη ηλεκτρική ή ψηφιακή συσκευή δε μπορούν να υποκαταστήσουν το ζεστό και στοργικό κλίμα μέσα στο οποίο οι άνθρωποι συμπεριφέρονται μεταξύ τους με αγάπη και σεβασμό.



Δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα ΝΕΟΣ ΑΓΩΝ στις 04/02/2015