

Μουτσάνας Ελευθέριος Παιδίατρος



ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΝΑΜΙΓΝΥΟΝΤΑΙ ΣΤΗ ΖΩΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥΣ

Απαντήστε στο παρακάτω τεστ: *Ξέρετε τα ονόματα όλων των δασκάλων του παιδιού σας; Ξέρετε ποιοι είναι οι καλύτεροί του φίλοι; Ξέρετε τι μαθήματα κάνει στο σχολείο; Ξέρετε αν διαβάζει και ποιο βιβλίο διαβάζει; Ξέρετε ποιοι είναι οι αγαπημένοι του αθλητές, ηθοποιοί, οι αγαπημένες ταινίες, και η αγαπημένη του μουσική; Ξέρετε πώς περνάει τον ελεύθερο χρόνο μετά το σχολείο, τα βράδια και τα Σαββατοκύριακα; Ξέρετε πώς ξοδεύει τα λεφτά του; Ξέρετε αν το παιδί σας είναι χαρούμενο ή λυπημένο, δημοφιλές ή μοναχικό, αγχώδες ή ήρεμο;*

Όποιος και όποια δε μπορεί να απαντήσει σ' αυτές τις ερωτήσεις σημαίνει ότι δεν αναμιγνύεται στη ζωή του παιδιού όσο πρέπει και θα πρέπει να κάνει κάτι αμέσως, για να διορθώσει την κατάσταση.

Εκατοντάδες έρευνες τεκμηριώνουν την ισχυρή σύνδεση ανάμεσα στην ελλιπή παρακολούθηση και την προβληματική συμπεριφορά του παιδιού. Βασική προϋπόθεση για την ανάμιξη στη ζωή του παιδιού είναι η αφιέρωση χρόνου, γιατί για να ανοιχτεί το παιδί και να μας μιλήσει για όσα συμβαίνουν στη ζωή του, πρέπει να περνάμε πολύ χρόνο μαζί του. Δεν χρειάζεται βέβαια να γνωρίζουμε και την παραμικρή λεπτομέρεια της προσωπικής του ζωής, αλλά πρέπει να ξέρουμε πού πάει, τι κάνει και με ποιον περνά τον χρόνο του. Ξέρουμε σήμερα ότι δεν μαθαίνουμε αυτά που πρέπει να γνωρίζουμε κάνοντας απλώς ερωτήσεις στα παιδιά και ότι η «ανάκριση» σε καμιά περίπτωση δεν βοηθάει πολύ.

Σίγουρα έχετε ακούσει τον όρο «ποιοτικός χρόνος». Η έκφραση αυτή χρησιμοποιείται ως ένας τρόπος εφησυχασμού των γονιών, ότι τάχα δεν παίζει ρόλο η ποσότητα του χρόνου που περνάμε με το παιδί τους, αλλά το τι κάνουν όταν είναι μαζί του. Έτσι πολλοί γονείς νομίζουν (εσφαλμένα, εννοείται) ότι ορισμένες δραστηριότητες είναι ποιοτικός χρόνος ενώ κάποιες άλλες όχι. Π.χ. πολλοί θεωρούν ότι αφιερώνουν ποιοτικό χρόνο στο παιδί τους, όταν παίζουν μαζί του εκπαιδευτικά παιχνίδια ή όταν του διδάσκουν κάτι καινούργιο. Ο ποιοτικός χρόνος, όμως, δεν έχει καμιά απολύτως σχέση με το τι ακριβώς κάνουμε με το παιδί, όταν είμαστε μαζί του, αλλά με το πώς το κάνουμε. Ποιοτικός χρόνος είναι ο χρόνος κατά τον οποίο ασχολούμαστε πραγματικά με το παιδί μας!

Μεγάλο μέρος της ζωής του παιδιού, ιδίως πριν την εφηβεία, αφορά το σχολείο. Τα αποτελέσματα πολλών μελετών δείχνουν ότι οι μαθητές που τα πάνε καλύτερα στο σχολείο είναι παιδιά των οποίων οι γονείς αναμιγνύονται ενεργά στη σχολική ζωή. Πολλοί γονείς πιστεύουν ότι η ανάμιξή τους στην εκπαίδευση του παιδιού τους σημαίνει να το βοηθούν στη λύση των ασκήσεων στο σπίτι ή στις άλλες σχολικές εργασίες, όποτε χρειάζεται βοήθεια. Η βοήθεια αυτή στο διάβασμα δεν κάνει βέβαια κακό, αλλά δεν αρκεί κιόλας. Αυτό που περισσότερο απαιτείται είναι η εμφάνιση των γονιών στις σχολικές εκδηλώσεις και η προσωπική τους επαφή με τους δασκάλους του. Δεν πρέπει ωστόσο να ξεχνάμε ότι η ανάμιξη στο διάβασμα και στις σχολικές εργασίες του πρέπει σταδιακά να μειώνεται καθώς το παιδί μεγαλώνει.

Γνωρίζουμε σήμερα ότι οι ομάδες των συνομηλίκων και τα ΜΜΕ παίζουν σπουδαίο ρόλο στη ζωή των παιδιών και διαμορφώνουν σε σημαντικό βαθμό την προσωπικότητά τους. Το ερώτημα είναι αν οι γονείς μπορούν να παίξουν κάποιο ρόλο στην επίδραση αυτών των εξωγενών παραγόντων. Και η απάντηση είναι θετική! Όταν το παιδί είναι μικρό οι γονείς μπορούν να επιλέγουν τους φίλους του. Καθώς όμως μεγαλώνει, ο μόνος τρόπος να επηρεάσουν τις συναναστροφές του είναι να επηρεάσουν τα ενδιαφέροντα του παιδιού τους και να το βοηθήσουν να συμμετέχει σε θετικές ομάδες συνομηλίκων, που ασχολούνται με τον αθλητισμό, τη μουσική, την τέχνη, κλπ. Σε κάθε περίπτωση, πρέπει να φροντίζουν να γνωρίζουν τους φίλους του παιδιού τους, ακόμα και στην εφηβεία, και να μη ντρέπονται να μιλήσουν με ειλικρίνεια για όσους συμπαθούνε και όσους δεν πολυσυμπαθούνε. Πρέπει, όμως, πάντα να εξηγούνε τους λόγους των εκτιμήσεών τους και να στηρίζουν την άποψή τους σε στοιχεία. Επιβεβαιώθηκε από μελέτες ότι τα παιδιά των γονιών οι οποίοι ενδιαφέρονται και παρακολουθούν τις σχέσεις με τους φίλους τους, τις δραστηριότητές τους και τα θέματα τα οποία τα απασχολούν, είναι λιγότερο επιρρεπή σε επικίνδυνες συμπεριφορές. Χάρη στο ενδιαφέρον του γονιού το παιδί είναι λιγότερο πιθανό να ενταχθεί σε μια αντικοινωνική ομάδα νέων, να έχει μπλεξίματα με την αστυνομία, να αρχίσει να παίρνει ναρκωτικά, να διαπράξει επικίνδυνες πράξεις, να υιοθετήσει ασύδοτες ερωτικές συμπεριφορές και να εγκαταλείψει το σπίτι του.

Όσον αφορά τα ΜΜΕ, οι γονείς πρέπει να θέτουν περιορισμούς στην ποσότητα και στο περιεχόμενο της εκπομπών της τηλεόρασης που το παιδί παρακολουθεί και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών που παίζει. Ο χρόνος οθόνης (τηλεόραση και ηλεκτρονικός υπολογιστής) δεν πρέπει να ξεπερνά τις δύο ώρες τη μέρα. Είναι γνωστό ότι τα παιδιά που παρακολουθούν βίαιες ταινίες ή παίζουν πολλά βίαια ηλεκτρονικά παιχνίδια έχουν περισσότερες πιθανότητες να συμπεριφέρονται επιθετικά και η επιθετικότητα είναι μεγαλύτερη, όσο περισσότερη, χρονικά, είναι η έκθεσή τους στην τηλεοπτική βία. Οι γονείς πρέπει, επιπλέον, να χρησιμοποιούν ειδικά φίλτρα περιεχομένου, ούτως ώστε να μη μπορεί το παιδί, αν έχει δικό του υπολογιστή, να προσπελάσει ιστοσελίδες με σεξουαλικό ή βίαιο περιεχόμενο. Βέβαια, αν απαγορεύσουμε σε ένα παιδί να βλέπει τηλεόραση, δεν το προστατεύουμε απόλυτα από την επίδρασή της, γιατί αυτή η επίδραση δεν αφορά το κάθε παιδί

χωριστά, αλλά την ομάδα των συνομηλίκων. Έτσι, ό,τι αρνητικό ενσωματωθεί στην κουλτούρα της ομάδας των συνομηλίκων θα φθάσει και στο δικό μας παιδί κι αν μη βλέπει τηλεόραση...



Δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα ΝΕΟΣ ΑΓΩΝ στις 11/02/2015