



ΤΑ ΠΙΟ ΣΥΝΗΘΙΣΜΕΝΑ ΛΑΘΗ ΤΩΝ ΓΟΝΙΩΝ

Όλα τα στάδια της παιδικής ηλικίας έχουν τις ευχάριστες αλλά και τις λιγότερο ευχάριστες πλευρές τους. Ίσως είναι ανακούφιση να ξέρει κανείς πως όλα περνούν και χάνονται

τόσο γρήγορα όσο εμφανίζονται. Η γνώση κάποιων βασικών χαρακτηριστικών της ανάπτυξης ενός παιδιού και των αναγκών κάθε περιόδου θα σας γλιτώσει από σημαντικά λάθη.

0-12 ΜΗΝΩΝ

Επαφή, υπομονή και παρηγοριά

Το παιδί σας δεν μπορεί να είναι ανεξάρτητο σε αυτό το στάδιο. Δεν μπορεί να μάθει να μην κλαίει, ούτε πως «όχι» σημαίνει «όχι». Το πιο σημαντικό που πρέπει να μάθει σε αυτή την ηλικία είναι πως ο κόσμος είναι ένα ασφαλές μέρος και πως εσείς είστε πάντα εκεί γι' αυτό. Αυτό δε σημαίνει πως πρέπει να αντιδράτε με την πρώτη τσιρίδα όταν ξυπνάει ή με το πρώτο σημάδι δυσφορίας. Το μωρό μπορεί και το κάνει, να σας δείχνει πότε κάτι δεν πάει

καλά. Ωστόσο, δεν πρέπει να το αφήσετε να κλαίει ούτε να τα βγάλει πέρα μόνο του. Είναι δική σας δουλειά να το μάθετε πώς να ηρεμεί, πώς να επικοινωνεί μαζί σας και πώς να διατηρεί αυτή την επικοινωνία. Τα πιο σημαντικά εργαλεία που διαθέτετε είναι η σωματική επαφή, το τάισμα, το μπάνιο και η αλλαγή πάνας, το νανούρισμα και οι ρουτίνες της ώρας του ύπνου. Η σωματική εγγύτητα είναι πολύ σημαντική για την ανάπτυξη των μωρών.



1-3 ΧΡΟΝΩΝ

Η αντίδραση είναι μέρος της ανάπτυξης

Όταν λέτε «όχι» και παρ' όλα αυτά το παιδί σας συνεχίζει να κάνει αυτό που θέλει, σκεφτείτε πως πρόκειται για κάτι που συμβαίνει σε όλους. Όταν βιάζεστε το πρωί και το παιδί σας χτυπιέται και δε θέλει να πάει στον παιδικό σταθμό, θυμηθείτε πως όλοι οι γονείς μικρών παιδιών βιώνουν αυτή την εμπειρία. Δεν είναι το δικό σας παιδί που είναι αντιδραστικό και πεισματάρικο, δύσκολο ή κακομαθημένο. Βρίσκεται απλώς σε αυτή τη φάση. Πάρτε βαθιά ανάσα, σκεφτείτε πόσο σημαντικό είναι εντέλει να μπορεί κάποιος να έχει τη δική του βούληση, και πως, παρ' όλα αυτά, το παιδί σας χρειάζεται βοήθεια και καθοδήγηση για να προχωρήσει.

Οι στατιστικές δείχνουν πως τα παιδιά κάτω των τεσσάρων ετών τα χτυπούν οι γονείς πιο συχνά από τα παιδιά άλλων ηλικιών. Είναι μικρά και πεισματάρικα και οι γονείς εύκολα νιώθουν πως τους απηφούν και τους αμφισβητούν. Όσο καλύτερα αντιστέκεστε στην παρόρμηση να κατακραστείτε την εξουσία που έχετε στο παιδί, να χρησιμοποιήσετε βία και εξαναγκασμό, τόσο γρηγορότερα το παιδί σας θα ξεφύγει από την εγωιστική και ακοινωνήτη αυτή συμπεριφορά. Δείχνοντάς του πως είστε εκεί και αντιμετωπίζετε μαζί κάθε πρόβλημα ενδυναμώνετε το αίσθημα ασφάλειας που νιώθει και το βοηθάτε να καταλαγιάσει το πείσμα του.



3-5 ΧΡΟΝΩΝ

Αρκετό φαΐ και ύπνο!

Μην αποδοκιμάζεις ποτέ ένα πεινασμένο πεντάχρονο, είναι κάτι που έχω πει στον εαυτό μου πολλές φορές. Σε αυτή την ηλικία το πρόγραμμα είναι εξαιρετικά σημαντικό. Πολλά παιδιά χρειάζονται ακόμη βοήθεια για να ηρεμήσουν και να κοιμηθούν και δεν μπορούν να λειτουργήσουν όταν τους λείπει ύπνος. Φροντίστε να τα βάζετε για ύπνο νωρίς, γύρω στις επτά το βράδυ, καθώς και να υπάρχει συγκεκριμένο ωράριο για τα γεύματά τους.

Γίνονται τόσο ενδιαφέροντα πράγματα εκεί έξω, στον κόσμο, που συχνά συμβαίνει να καθυστερήσουν τα γεύματα ή να βιαστούν όλοι να σηκωθούν από το τραπέζι. Ο καθημερινός ρυθμός και ο χρόνος για κουβέντα είναι τα σημαντικότερα εργαλεία που διαθέτετε ως γονείς. Μιλήστε με τα παιδιά, ανακαλύψτε όλα τα συναρπαστικά που συμβαίνουν μέσα στο κεφάλι τους, τώρα που η γλώσσα της επικοινωνίας έχει εδραιωθεί, ενώ η φαντασία και η δίψα για περιπέτεια καλπάζουν.



6-8 ΧΡΟΝΩΝ

Η εφηβεία της παιδικής ηλικίας

Η σχολική ηλικία ξεκινάει με πάταγο – το εξάχρονο υφίσταται μια απίστευτη μεταμόρφωση, γεγονός που το γεμίζει με ανεξάντλητη ενεργητικότητα και έντονα συναισθήματα. Το κάνει επίσης αλλοπρόσαλλο και αφηρημένο. Μπορεί να αρχίσει να ντύνεται, στη μέση της διαδικασίας να του τραβήξει την προσοχή κάτι και να αρχίσει να κυκλοφορεί φορώντας το ένα μπατζάκι και σέρνοντας το άλλο. Θα μπορούσε κανείς να πει πως πρόκειται για μια πρόγευση της εφηβείας. Αυτό που χρειάζεται το παιδί σε αυτή την περίοδο της ζωής του είναι να καταλάβει πόσο δύσκολη είναι και να το βοηθήσει να τα βγάζει πέρα κάθε μέρα. Αν

είστε πολύ αυστηροί, το παιδί θα νιώσει πως είναι ανίκανο και θα παραιτηθεί από την προσπάθεια. Σε αυτήν ακριβώς τη χρονική περίοδο αναπτύσσει τον δικό του τρόπο σκέψης – θα γίνει αισιόδοξος ή απαισιόδοξος άνθρωπος; Η αισιόδοξία αναπτύσσεται όταν νιώθει πως μπορεί να δοκιμάζει, να αποτυγχάνει και να δοκιμάζει ξανά, όταν αντιμετωπίζεται με κατανόηση και ενθάρρυνση και όταν μπορεί να γελάει μαζί με τους άλλους. Δεν υπάρχει άλλη περίοδος στη ζωή μας που να είναι τόσο σημαντικό να μοιράζεσαι το γέλιο με άλλους όσο αυτή!



9-12 ΧΡΟΝΩΝ

Ανεξαρτησία!

**(Όμως ο χρόνος ηρεμίας στο σπίτι με την ομάδα
είναι εξίσου σημαντικός)**

Σταδιακά το παιδί σας μαθαίνει τι θα πει ανεξαρτησία. Του αρέσει η ιδέα να κάνει πράγματα μόνο του: να γυρίζει σπίτι μόνο, να φτιάχνει μόνο το φαγητό του – ονειρεύεται μάλιστα να ζήσει μόνο του. Παρακινήστε το σιγά σιγά να δοκιμάσει όλα αυτά τα καινούρια πράγματα: να παίρνει το λεωφορείο μόνο του ή να πηγαίνει για κάποια ψώνια –να τα καταφέρνει μόνο του όλο και περισσότερο–, του κάνει καλό. Συγχρόνως πρέπει να διατηρείτε ενωμένη την ομάδα της οικογένειας. Το παιδί έχει ακόμη ανάγκη να γυρίζει σπίτι και να γεμίζει τις μπαταρίες του

συμμετέχοντας σε οικογενειακές δραστηριότητες. Δημιουργήστε ένα σπιτικό όπου θα περνάει καλά, θα τρώει και θα κάνει όλα αυτά που το κάνουν να νιώθει πως ανήκει κάπου. Περισσότερο από ποτέ χρειάζεται να νιώθει πως είναι κομμάτι μιας ομάδας και πως γίνεται αποδεκτό για αυτό που είναι. Η αυστηρή κριτική σε αυτή την ηλικία το διαλύει, γιατί του δείχνει καθαρά πως δεν ανήκει κάπου. Κι αυτό είναι που χρειάζεται περισσότερο από οτιδήποτε άλλο τώρα: το να νιώθει πως ανήκει κάπου.



13-17 ΧΡΟΝΩΝ

Κρατηθείτε γερά, ό,τι κι αν γίνει

Η ώρα του αποχωρισμού έρχεται με τον έναν ή τον άλλον τρόπο σε όλες τις οικογένειες. Στην εφηβεία γίνεται ένας πλήρης επαναπρογραμματισμός του μυαλού, πράγμα που απαιτεί πολλά από το παιδί. Γίνεται αφηρημένο, ακατάστατο και φοβάται πως δε θα καταφέρει να ανταποκριθεί σε αυτά που περιμένουν από αυτό. Εκφράζει όλα τα έντονα συναισθήματα που νιώθει με θυμό και κατηγορίες εναντίον σας ή με άγχος, εξάντληση και στομαχόπονο. Ανεξάρτητα από το αν εκδηλώνεται ή όχι, χρειάζεται έναν ενήλικα κοντά του. Κάποιον που προσπαθεί να δει τα πράγματα από την πλευρά του εφήβου και που τον ανέχεται ακόμα κι όταν έχει τις κακές του.

Το μεγαλύτερο λάθος που μπορεί να κάνει ένας γονιός σε αυτό το στάδιο είναι να διακόψει την επικοινωνία και να παραιτηθεί από την προσπάθεια να καταλάβει τον έφηβο. Ένα φλιτζάνι ζεστή σοκολάτα τότε τότε, μια βόλτα με τον σκύλο ή μια κουβέντα στο αυτοκίνητο πηγαίνοντας κάπου, όλα αυτά τα μικρά πράγματα θα του δείξουν πως νοιάζεστε και πως είστε εκεί για εκείνον. Και θα εξασφαλίσουν πως ο τωρινός έφηβος θα γίνει ένας ευτυχισμένος εικοσάρης, που θα θέλει και θα επιδιώκει πάντα την επικοινωνία μαζί σας, όταν θα είστε πιο μεγάλοι και πιο αδύναμοι.