

Το παιδί μου κι εγώ: Πώς να κερδίσω το «παιχνίδι» του σχολείου

**Προσαρμογή κειμένου ενημερωτικό φυλλάδιο των εκδόσεων
«Ελληνικά Γράμματα»:
Γιώργος Ραφαηλίδης
υπεύθυνος στο ΓραΣΕΠ Αιγινίου**



Σύγχρονη μορφή οικογενειακής
επικοινωνίας

Αυτά που μπερδεύουν τους γονείς



- **Αγαπώ το παιδί μου και συχνά στεναχωριέμαι όταν αντιμετωπίζει δυσκολίες.** Ωστόσο ξέρω πως η ζωή είναι γεμάτη δυσκολίες, γι' αυτό οφείλω να το βοηθήσω να τις αντιμετωπίζει με τις δικές του δυνάμεις.
- **Φοβάμαι πως θα αδικήσουν το παιδί μου.** Αν βάλω όμως το παιδί μου σε μια γυάλα, θα του έχω αφαιρέσει τον αυθορμητισμό και την χαρά της επαφής με την ζωή. Θα το αδικήσω πρώτος εγώ.
- **Θέλω το παιδί μου να πετύχει.** Αν πιέζω το παιδί μου να πετύχει, το αγχώνω και το δυσκολεύω στις προσπάθειές του. Αντίθετα, μπορώ με ηρεμία να το φανταστώ να πετυχαίνει και να γίνω εγώ ένα θετικό πρότυπο γι' αυτό.



Αυτά που μπερδεύουν τους γονείς - 2

- **Θυμώνω όταν το παιδί μου δεν προσπαθεί όσο θέλω εγώ.**
Αν επιμείνω τότε ο ανταγωνισμός μεταξύ μας θα φουντώσει και το παιδί μου θα περάσει στην άρνηση και στην αντίδραση.
- **Αναστατώνομαι όταν βλέπω άλλα παιδιά να τα καταφέρνουν καλύτερα.**
Αν συνεχίσω να συγκρίνω το παιδί μου με τα άλλα, μηδενίζω την προσωπικότητά του.
- **Όταν το παιδί μου κάνει λάθη, νομίζω πως φταιω εγώ.**
Αν συνεχίσω να ταυτίζω τις πράξεις του παιδιού μου μ' εμένα, τότε στερώ από το παιδί μου την ευκαιρία να γίνει ένα ώριμο και ανεξάρτητο άτομο.

Αυτά που μπερδεύουν τους γονείς - 3



- **Όταν το παιδί μου φοβάται, γίνομαι σκληρός για να το κάνω να δυναμώσει.** *Αν συνεχίσω με αυτήν την συμπεριφορά, το παιδί μου ενδεχόμενα να βιώσει κρίσεις πανικού. Αντίθετα, πιο αποτελεσματικό θα ήταν να το καθησυχάσω μιλώντας του με ηρεμία.*
- **Παρακολουθώ το πρόβλημα της ανεργίας και φοβάμαι πολύ για το μέλλον του παιδιού μου.** *Αν ο φόβος μου πρυτανεύσει της λογικής και του μεταδώσω την ανασφάλειά μου, το παιδί μου θα νοιώσει χαμένο και θα πάψει να προσπαθεί.*

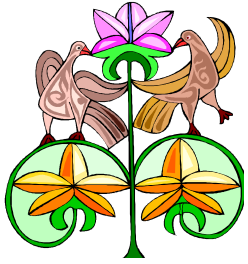
Αυτά που μπερδεύουν τους γονείς - 4



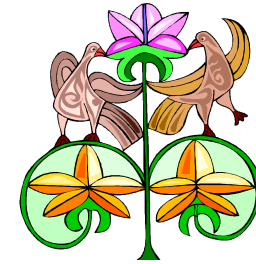
- Έχω όνειρα για το παιδί μου και θέλω να τα πραγματοποιήσει. Αν συνεχίσω έτσι, εκβιάζω το παιδί μου να έχει τα δικά μου όνειρα, δεν θα μπορέσει να αποκτήσει έγκαιρα δικά του όνειρα και τελικά δεν θα ανοίξει τα φτερά του για ένα ωραίο και περήφανο πέταγμα προς την ενηλικίωση.

**Το παιδί μου μεγαλώνει και αυτό είναι
δύσκολο και για τους δυο μας.**

- ***Είναι φυσικό.....***



Απλές συμβουλές που φέρνουν αποτελέσματα



- Όταν κρατάμε τον λόγο μας και τηρούμε τις υποσχέσεις μας, τα παιδιά μαθαίνουν ότι μπορούν να βασίζονται σε μας και αυτό τους προσφέρει το αίσθημα της ασφάλειας.
- Σεβόμαστε την προσπάθεια του παιδιού μας όταν δεν καβγαδίζουμε μπροστά του, δεν ακούμε μουσική στη διαπασών ακόμα και το δελτίο ειδήσεων, δεν γεμίζουμε με καπνό το σπίτι από τα τσιγάρα μας.
- Επιδιώκουμε να είμαστε σταθεροί στις ώρες που βρισκόμαστε στο σπίτι, ακόμα και αν δεν κάνουμε κάτι μαζί τους. Τα παιδιά πρέπει να ξέρουν πότε μπορούν να μας βλέπουν, έχουν ανάγκη να μας νοιώθουν κοντά τους.

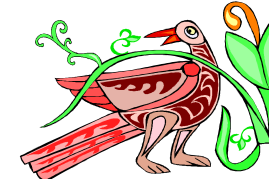


Απλές συμβουλές που φέρνουν αποτελέσματα

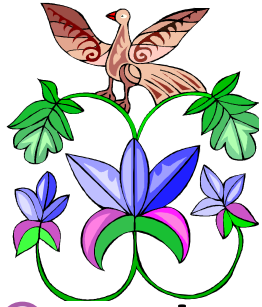


- **Ενθαρρύνουμε το παιδί μας χρησιμοποιώντας προτρεπτικά μηνύματα:** «είσαι σπουδαίο παιδί», «συνέχισε, πας καλά», «έχεις κάνει μεγάλη πρόοδο».
- **Δώστε απλόχερα το μήνυμα της αγάπης.** Η αγάπη του γονιού είναι η μόνη αγάπη που προσφέρεται άνευ όρων και ορίων. Θυμήσου τα παιδιά δικαιούνται το: σ' αγαπώ όπως είσαι.
- **Βρείτε τον χρόνο χαλαρώστε μαζί με το παιδί σας.** Να πείτε κάποιο αστείο, να δείτε μαζί μια ταινία, να παίξετε τάβλι, να πάτε για ψώνια, κλπ. Η ζωή του κάθε ανθρώπου ανεξαρτήτως ηλικίας έχει και την χαρούμενη και την ανάλαφρη πλευρά της.

Και τέλος



- **Αποφύγετε!** Να μιλάτε για τις επιδόσεις του παιδιού σας ή για τις δικές σας αγωνίες σε φίλους και συγγενείς μπροστά στο παιδί σας.
- **Σταματήστε!** Να λέτε στο παιδί σας: «Δεν είσαι καλό παιδί γιατί δεν διαβάζεις» «Δεν σ' αγαπώ γιατί δεν είσαι καλός μαθητής». Όλοι οι άνθρωποι αξίζουν, ανεξάρτητα από το αν υπήρξαν καλοί ή κακοί μαθητές.
- **Σταματήστε!** Την κριτική και την προσπάθεια επιβολής, αφήστε έξω από την οικογένεια τον ρόλο του δικαστή, της εξουσίας....



Αποφύγετε

⊙ **Να φωνάζετε στα παιδιά.**

⊙ **Να απειλείτε.**

Για παράδειγμα:...αν εσύ δεν...τότε θα σου δείξω εγώ!

⊙ **Να συγκρίνετε τα παιδιά μεταξύ τους.**

Για παράδειγμα: ...είδες ο Γιώργος;....

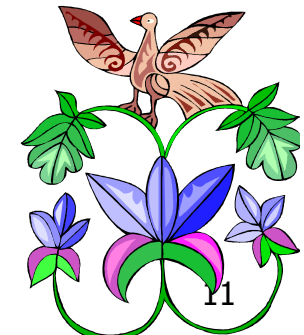
Γιατί αυτός και όχι εσύ;...

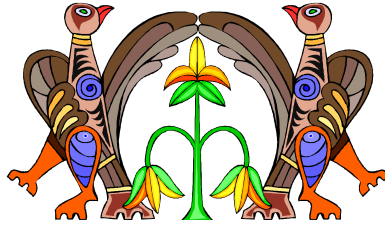
⊙ **Να τάζετε λαγούς με πετραχήλια.**

Για παράδειγμα:...αν περάσεις την τάξη θα...

⊙ **Να τρομάζετε τα παιδιά.**

Για παράδειγμα:...αν δεν περάσεις κήκες!...





Αποφύγετε - 2



- ◉ **Να δημιουργείτε ενοχές στα παιδιά.**
Για παράδειγμα :... αν δει τους βαθμούς σου, ο καημένος ο πατέρας σου θα αρρωστήσει... αυτός που γίνεται κομμάτια για όλους μας...
- ◉ **Να τα παρακαλάτε.**
- ◉ **Να τα κατασκοπεύετε.**
- ◉ **Να κάνετε για τα παιδιά πράγματα που μπορούν να κάνουν μόνο τους.**

Και πάνω απ' όλα...

αποφύγετε να τα απορρίπτετε ... δεν αξίζεις μία! Είσαι ένας άχρηστος/η...