9 Οκτωβρίου 2013

Τα μυστικά των καλών γονιών

Όχι, δεν υπάρχει συνταγή. Επειδή, όμως, η προσπάθεια είναι κάτι που όλοι διδάσκουμε στα παιδιά μας, ας δούμε 12 πράγματα που μπορούν να μας βοηθήσουν.

Η συγγραφέας και μαμά Lisa Endlich κατέγραψε σε μια λίστα όλα όσα -σύμφωνα με την εμπειρία της- είναι αυτά που χαρακτηρίζουν τους «καλούς» γονείς. Γιατί, όπως λέει και η ίδια, μπορεί να μην είναι εύκολο να δώσει κανείς τον ορισμό του «καλού» γονιού, είναι όμως δυνατόν να γίνει ένας από αυτούς, προσπαθώντας να μάθει κάτι από όλους όσους θαυμάζει.

Οι καλοί γονείς που γνωρίζω:

1. Συνειδητοποιούν ότι η σχέση τους δεν αφορά μόνο αυτούς τους δύο, αλλά περισσότερο επιδρά ως πρότυπο στα παιδιά τους για όλη την υπόλοιπη ζωή τους. Επομένως, ο θυμός, η αφοσίωση, η εχθρότητα ή η ευγένεια που δείχνουν μεταξύ τους -και οποιαδήποτε συμπεριφορά τους- κληροδοτείται στην επόμενη γενιά.

2. Ξέρουν ότι ο δικός τους «κόσμος» επηρεάζει τα παιδιά τους και τα εμπλέκει σε μεγάλο βαθμό. Επομένως, όποια συναισθηματική κατάσταση κι αν αντιμετωπίζουν, το ίδιο θα συμβαίνει και σε εκείνα, έστω και ασυνείδητα.

3. Ασχολούνται σε βάθος με τα πάθη των παιδιών τους, δείχνοντάς τους τόσο τη φροντίδα τους όσο και το σεβασμό τους, και αναζητούν τρόπους να «δεθούν» μαζί τους. Έτσι εκφράζουν στο παιδί τους ότι θαυμάζουν τα ενδιαφέροντά του και τις επιλογές του.

4. Έχουν μια υγιή σχέση με το χρήμα, το φαγητό και το αλκοόλ. Όλες αυτές οι «συναναστροφές» μαθαίνονται στο σπίτι, αφού αργότερα στη ζωή είναι δύσκολο και επώδυνο να τις κοντρολάρει κανείς. Προσπαθούν, λοιπόν, να «ξεκινήσουν» με τα παιδιά τους από τη σωστή βάση.

5. Διατηρούν όσο το δυνατόν καλύτερες σχέσεις με τα δικά τους αδέρφια, γνωρίζοντας ότι η σχέση μεταξύ των παιδιών τους θα είναι μία από τις πιο σημαντικές και μακροχρόνιες σχέσεις στη ζωή τους.

6. Είναι πρόθυμοι να μοιράζονται με τα παιδιά τους τις αδυναμίεςτους ή ακόμα και την ανεπάρκειά τους σε οτιδήποτε. Προτιμούν να τους λένε την αλήθεια και δεν θα θυσίαζαν ποτέ την αξιοπιστία τους στο βωμό του εγωισμού.

7. Δείχνουν τον ίδιο ενθουσιασμό σε όλα τους τα παιδιά, από το πρώτο τους δοντάκι μέχρι την επιτυχία εισαγωγή τους στο Πανεπιστήμιο. Και δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι πραγματικά αυτό είναι μία από τις μεγαλύτερες γονεϊκές προκλήσεις!

8. Μαθαίνουν στα παιδιά τους να ξεπερνούν τις δυνατότητές τους, ακόμη κι αν αυτό τα θυμώνει κάποιες φορές. Έτσι, ζητώντας τους να δίνουν τον καλύτερό

τους εαυτό, είτε στα μαθήματα είτε στα αθλήματα είτε οπουδήποτε αλλού, καταλαβαίνουν από πολύ νωρίς στη ζωή τους την έννοια της προσπάθειας και της συγκέντρωσης σε ένα στόχο.

9. Σκέφτονται ότι κάθε φορά που το παιδί τους τους λέει κλαίγοντας ότι τους μισεί , ίσως να είναι ένας καλός λόγος να αναθεωρήσουν κάποια συμπεριφορά τους. Και, βέβαια, τέτοιες καταστάσεις δεν αποτελούν ευκαιρία για να «παραχαϊδέψουν» τα παιδιά τους ή να κάνουν πίσω, όσο δύσκολο κι αν είναι.

10. Αντιλαμβάνονται ότι το στρες είναι κάτι μεταδοτικό και ότι τα παιδιά τους συχνά μιμούνται συμπεριφορές των φίλων τους αλλά κυρίως των γονιών τους. Έτσι, δεν χάνουν την ψυχραιμία τους όταν τα παιδιά τους είναι ανήσυχα, ούτε τους πιάνει πανικός. Απλώς κοιτούν τον εαυτό τους βαθύτερα!

11. Προσαρμόζονται στο κάθε τους παιδί προσπαθώντας να μη διαχωρίζουν το ένα από το άλλο. Ξέρουν καλά ότι τα παιδιά τους είναι διαφορετικές προσωπικότητες και ότι δεν γίνεται να θέτουν τους ίδιους κανόνες αβίαστα και με τα μάτια κλειστά.

12. Δεν ξεχνούν ποτέ ποιος είναι ο ενήλικος και ποιος το παιδί, αλλά ούτε και ποιος έχει την ευθύνη, ακόμα κι όταν καταφέρνει το παιδί να υψώσει τα τείχη του και να τους αντιταχθεί έχοντας δίκιο. Υπάρχει λόγος για τον οποίο τα παιδιά μας ζουν υπό την προστασία μας και το να προσπαθούμε να υποκαταστήσουμε την κρίση τους με τη δική μας δεν μας κάνει καλούς γονείς!

Από: Ζαχαρία Πηνελόπη

Πηγή: imommy.gr