

Τα κρυφά μηνύματα των παιδιών σας: Αποκρυπτογραφήστε τι προσπαθούν να σας πουν

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

[CEJBAH blindfolded children blond kid portrait isolated on white](#)

CEJBAH blindfolded children blond kid portrait isolated on white

Μερικές φορές μπορεί να αναρωτιέστε γιατί το παιδί σας εκδηλώνει «ανησυχητική» αρνητική συμπεριφορά; Μήπως κάνει κάτι από τα ακόλουθα;
Δεν μπορούν να διαλέξουν τι τα ευχαριστεί;
Είναι συχνά θυμωμένα και απαιτητικά όταν δεν γίνεται αυτό που θέλουν;
Δεν υπακούν τις οδηγίες και όριά σας σε δημόσιους χώρους;
Κάνουν σκηνές ζηλοτυπίας;
Σας λένε πολλές φορές «σε μισώ» και χρησιμοποιούν αρνητικούς χαρακτηρισμούς;
Εάν σαν γονείς ανησυχείτε για τη συμπεριφορά των παιδιών σας, για τις επιλογές, πράξεις και λόγια τους σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο, πρέπει να «αποκρυπτογραφήσετε» τα κρυφά μηνύματα που προσπαθούν να σας πουν πίσω από τις συμπεριφορές τους.

Χρησιμοποιείστε το ένστικτό σας, λίγη έμπνευση, γνώση και ενημέρωση για να φτάσετε στη ρίζα της προβληματικής συμπεριφοράς τους, να την κατανοήσετε, ώστε να τα υποστηρίξετε να την επιλύσουν. Τα παιδιά προσπαθούν να σας «περάσουν μηνύματα» που δεν μπορούν να εκφράσουν διαφορετικά. Ακούστε τα !
Μερικά από τα «κρυφά» μηνύματα μπορεί να είναι:

1) «Δεν ξέρεις ποιός/α είμαι!»

Πρέπει οι γονείς να προσδιορίσουν τον ενεργειακό τύπο/ ταπεραμέντο του παιδιού τους. Μαθαίνοντας τον τύπο του παιδιού τους, κατανοούν καλύτερα τις προτεραιότητες, δυνάμεις και προκλήσεις του και πώς να το υποστηρίξουν.

Ενεργειακοί τύποι παιδιών:

A) Το χαρούμενο/ ενεργητικό παιδί: Φωτεινά και γεμάτα ζωντάνια, αυτά τα παιδιά μπορούν να εκφράσουν προβληματική συμπεριφορά όταν αισθάνονται καταπιεσμένα, απομονωμένα ή ντροπιασμένα.

B) Το ευαίσθητο παιδί: Τρυφερά και ήσυχα, τα παιδιά αυτά μπορούν να εκφράσουν προβληματική συμπεριφορά όταν νιώθουν ότι δεν ακούγονται.

Γ) Το αποφασιστικό παιδί: Αυτά τα παιδιά τείνουν να ενεργούν με δραστήριο και

επίμονο τρόπο, όταν οι άλλοι τα μπλοκάρουν, περιορίζουν και τα κάνουν να ντρέπονται για την ενέργειά τους.

Δ) Το σοβαρό παιδί: Με αναλυτικό και συγκροτημένο χαρακτήρα, αυτά τα παιδιά εκφράζουν προβληματική συμπεριφορά όταν αισθάνονται ότι δεν έχουν το σεβασμό.

Οι γονείς, γνωρίζοντας τον ενεργειακό τύπο του παιδιού τους, θα μπορέσουν να ανακαλύψουν την αληθινή φύση & ανάγκες του. Σημαντική βοήθεια μπορούν να λάβουν από ένα Σύμβουλο-ψυχολόγο ή/και διαβάζοντας σχετικά βιβλία, ώστε να κατανοήσουν τη συμπεριφορά του παιδιού τους.

2) «Δεν ξέρω πώς να σου πω τι συμβαίνει ή τι χρειάζομαι!»

Τα παιδιά δεν έχουν πάντα την ωριμότητα ή το λεξιλόγιο να εξηγήσουν τι τους συμβαίνει. Έτσι, αν νιώθουν αποκλεισμένα στο σχολείο, πιεσμένα ή βιώνουν απόρριψη, μπορούν να εκδηλώσουν μια επιθετική ή/ και καταθλιπτική συμπεριφορά. Θα ήταν προτιμότερο από το να κρίνουμε τη συμπεριφορά των παιδιών να τα παρατηρήσουμε και να τους θέσουμε κατάλληλες ερωτήσεις. Για παράδειγμα, σε ένα παιδί που έχει επιλέξει «προβληματικούς» φίλους, θα μπορούσαν οι γονείς να πουν: «Παρατηρώντας τη συμπεριφορά του φίλου σου αντιλήφθηκα στοιχεία που με ανησυχούν...Πώς νιώθεις γι' αυτό; Τι σκέφτεσαι γι' αυτό;» Κι έτσι αρχίζει η συζήτηση και η επαφή με το παιδί.

Μετά από αυτό το καλύτερο που μπορούν να κάνουν οι γονείς, είναι να είναι ανοιχτοί στα μηνύματα που τους στέλνει το παιδί. Με τις πράξεις και τα λόγια του μπορεί να τους εκφράσει αυτό που χρειάζεται.

3) «Νιώθω ότι έχω κριθεί ή ντροπιαστεί!»

Όταν τα παιδιά νιώθουν ότι κρίνονται, η δυσαρέσκειά τους εκφράζεται σαν αντικοινωνική συμπεριφορά. Στην πραγματικότητα, εκφράζουν την ανάγκη να ακουστούν & να ανακουφίσουν τον πόνο τους .

Επιπλέον, αν έχουν προχωρήσει σε κινήσεις με τις οποίες δε συμφωνείτε, ξεκαθαρίστε τους ότι τα αποδέχεστε & αγαπάτε, ανεξάρτητα από τη συμπεριφορά τους. Μην γίνεστε δηκτικοί & επικριτικοί. Να είστε σίγουροι ότι θα έρθουν πάλι κοντά σας, όταν ηρεμήσουν και νιώσουν αποδοχή και αυτοπεποίθηση.

4) «Νιώθω σαν να μην έχω λόγο!»

Αν το παιδί σας αντιδρά στους κανόνες, μπορεί να αντιστέκεται στο γεγονός ότι δεν έχει «λόγο» στη ζωή του καθώς μεγαλώνει. Όσο μεγαλώνουν τα παιδιά, ιδιαίτερα στην εφηβεία, πρέπει να λαμβάνουν ενεργό ρόλο στη συζήτηση για τη διαμόρφωση των κανόνων της ζωής τους. Χρειάζονται ακόμα όρια και συμβουλές, αλλά όχι παράλογους περιορισμούς που εμποδίζουν την ανάπτυξη της προσωπικότητας. Ο γονιός πρέπει να σέβεται το δικαίωμα επιλογής τους που τα

βοηθάει να ωριμάσουν.

5) « Είμαι ο ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΣΟΥ!»

Οι γονείς πρέπει να έχουν υπόψη ότι «Τα παιδιά τους κάνουν αυτό που και οι ίδιοι κάνουν, όχι μόνο αυτά που λένε» ! Λειτουργούν σαν καθρέφτης της συμπεριφοράς των γονιών. Πριν να περιμένουν κάποια αλλαγή από τα παιδιά, πρέπει να αναρωτηθούν: «Τι παράδειγμα έχω δώσει στο παιδί μου ? Μήπως η συμπεριφορά του αντικαθρεφτίζει τη δική μου;»

Άρα ο γονιός σε αυτή τη φάση πρέπει να ασχοληθεί με τη δική του θεραπευτική διαδικασία, ώστε να βοηθήσει το παιδί του ουσιαστικά και ψυχολογικά. Πρέπει να επιτρέψει στο παιδί να είναι «αυθεντικό», χωρίς παρεμβολές και προσδοκίες.

Κλείνοντας, μπορούμε να αναφέρουμε ότι οι γονείς, για να μπορέσουν να «αποκρυπτογραφήσουν» τα μηνύματα των παιδιών τους, πρέπει να εμπιστευτούν τη διαίσθησή τους & τον εαυτό τους και στη συνέχεια το ίδιο τους το παιδί.

Θυμηθείτε ότι τα παιδιά θέλουν, βαθιά & ουσιαστικά, να είναι χαρούμενα και ισορροπημένα. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί, όταν οι γονείς τους δίνουν την κατάλληλη υποστήριξη και σεβασμό να ζουν σε ευθυγράμμιση με την αληθινή τους φύση. Τότε μόνο ο αληθινός τους εαυτός «ανθίζει». Αυτό δε θέλουν, τελικά, όλοι οι γονείς για τα παιδιά τους;

Τζίνα Θανοπούλου

Ψυχο-εκπαιδευτική Σύμβουλος, Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας

Πηγή: [.huffingtonpost.gr](https://www.huffingtonpost.gr)