29 Ιανουαρίου 2017

Γιατί δεν πρέπει να ακυρώνει ο ένας γονιός τον άλλον μπροστά στο παιδί

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός





από

Έλενα Μπούλια

«Μαμά να μη φύγουμε ακόμα!», ακούω ένα παιδάκι από την διπλανή κούνια. «Αγάπη μου πέρασαν τα 5 λεπτά που είπαμε, τώρα φεύγουμε!», απαντά η μαμά. «Έλα μαμά! Σε παρακαλώ! Λίγο ακόμα!» -«Όχι Γιώργο, φεύγουμε!», αρχίζει να θυμώνει η μαμά. «Σε παρακαλώ! Μόνο λίγο!» -εκνευρισμένη η μαμά γυρνά προς τον άντρα της. Τα μάτια της πετούν σπίθες. «Εσύ θα πεις κάτι;» του λέει. «Έλα, Γιώργο, φεύγουμε», συμπράττει αμέσως ο μπαμπάς. «Μα δεν θέλω να φύγω ακόμα!», επιμένει δικαιωματικά ο μικρός. Ο μπαμπάς έχει ήδη σηκωθεί και

ετοιμάζεται να του φορέσει το μπουφάν. «Εντάξει, άλλα 2 λεπτά», λέει η μαμά και ο μπαμπάς παγώνει. Με κοιτάζει που τους παρακολουθώ τόση ώρα και βλέπω το πρόσωπό του να αλλάζει 52 χρώματα: Σοκ, προδοσία, θυμός, απογοήτευση, ντροπή. Μπροστά στα μάτια του παιδιού, η μαμά μόλις έκανε ένα «φου» στον μπαμπά και τον έσβησε.

Αμέτρητες φορές θα διαφωνήσουν οι γονείς όχι μόνο για την συνολική διαπαιδαγώγηση του παιδιού, αλλά και για τα μικρά καθημερινά, όπως το αν χρειάζεται το παιδί να φορέσει μπουφάν ή αν πρέπει να φάει άλλο ένα γλυκό. Και πολλές από αυτές τις φορές η διαφωνία θα λάβει χώρα μπροστά στα παιδιά. Πολλοί ειδικοί θα πουν ότι «δεν πειράζει να σας βλέπουν τα παιδιά σας να διαφωνείτε, ακόμα και να τσακώνεστε, αρκεί να σας βλέπουν και να 'τα βρίσκετε' στη συνέχεια», γιατί η διαφωνία είναι φυσιολογικό κομμάτι των ανθρώπινων σχέσεων. Τι γίνεται, όμως, όταν αυτή η κατάσταση συμβαίνει με ένα επαναλαμβανόμενο μοτίβο; Όταν, δηλαδή, ο ένας γονιός ακυρώνει διαρκώς τον άλλον μπροστά στο παιδί, μειώνοντας την ισχύ του λόγου του και του ρόλου του;

Στο μυαλό του παιδιού

Σύμφωνα με την ψυχολόγο-οικογενειακή σύμβουλο Kathy Eugster, όταν η κατάσταση αυτή γίνεται χρόνια, όταν δηλαδή μια φυσιολογική διαφωνία συνεχίζεται και αρχίζει να περιλαμβάνει φωνές, κριτική του ενός προς τον άλλον, αλληλοκατηγορίες, έλλειψη στήριξης του ενός προς τον άλλον, κοροϊδία, σαρκασμό και αδιαφορία του ενός ως προς τη γνώμη του άλλου, οι επιπτώσεις που αυτό μπορεί να έχει στο παιδί είναι σοβαρές:

Το παιδί πικραίνεται και γίνεται ανασφαλές

Ακόμα κι αν εκείνη τη στιγμή δεν το δείχνει, γιατί η διαφωνία μπορεί να γίνεται προς όφελός του, ένα παιδί που βρίσκεται διαρκώς ενώπιον μιας τέτοιας κατάστασης βάλλεται ψυχολογικά και μπορεί σταδιακά να εμφανίσει συμπτώματα άγχους, μελαγχολίας, προβλήματα στον ύπνο, χαμηλή αυτοπεποίθηση ή προβλήματα στο σχολείο.

Το παιδί βάζει ταμπέλες, παίρνει θέση, γίνεται χειριστικό

Όταν ο ένας γονιός διαρκώς μειώνει, υποτιμά, έμμεσα κατηγορεί τον άλλον, το παιδί θα αρχίσει σιγά-σιγά να τους βάζει ταμπέλες: Ο ένας γονιός είναι ο υπομονετικός, ο τρυφερός, ο ανιδιοτελής, και ο άλλος ο ευερέθιστος, η εγωκεντρικός, ο κακός, ο αδύναμος ή ο οκνηρός, αυτός που βαριέται. Σιγά-σιγά το παιδί παίρνει θέση –μαθαίνει ότι με το να υποστηρίξει τον «λάθος» γονιό, κινδυνεύει να δυσαρεστήσει τον άλλον και έτσι μπαίνει στη διαδικασία να

μπερδεύεται, να νιώθει αμήχανο, ανασφαλές ή ακόμα και να αναγκάζεται να υποκριθεί ή να γίνει χειριστικό.

Το παιδί χάνει τον σεβασμό του

Για πόσο καιρό θα δείχνει σεβασμό το παιδί προς τον γονιό που έχει χάσει εντελώς τον σεβασμό του άλλου; Είναι αναπόφευκτο, ότι ο γονιός που δέχεται διαρκώς την ακύρωση, στα μάτια του παιδιού είναι αδύναμος, άρα ανίκανος να βάλει όρια και να καθοδηγήσει το παιδί, άρα... ποιος τον υπολογίζει;

Το παιδί επαναλαμβάνει

Καθώς το παιδί μεγαλώνει θα αρχίσει να επαναλαμβάνει το μοντέλο της σχέσης που έμαθε στο σπίτι του και υποσυνείδητα θα αναβιώνει παρόμοιες καταστάσεις αργότερα στη ζωή του –θα δυσκολεύεται πολύ να χτίσει σχέσεις με σεβασμό, στις οποίες θα μάθει να ακούει τον άλλον και να λύνει μαζί του αποτελεσματικά τα προβλήματα. Επιπλέον, θα είναι δύσκολο για το παιδί στο μέλλον να σέβεται και να απολαμβάνει τον χρόνο του με τον γονιό που έχει «πέσει» στα μάτια του.

Πώς να διορθώσετε το πρόβλημα... οριστικά

Αν αναγνωρίζετε ότι η οικογένειά σας αντιμετωπίζει παρόμοια προβλήματα, ο ψυχολόγος-οικογενειακός σύμβουλος Dr. Val Farmer συμβουλεύει τα εξής:

Προστατεύστε το παιδί

Αποφύγετε τις φωνές, την κριτική και τα υποτιμητικά λόγια μπροστά στο παιδί. Φροντίστε, όσο αυτό είναι εφικτό, να λύνετε τις διαφωνίες σας μεταξύ σας, πίσω από κλειστές πόρτες. Μην τσακώνεστε –διαπραγματευτείτε. Και αφού συμφωνήσετε σε μία κοινή «γραμμή», τότε μπορείτε να συμπεριλάβετε και τα παιδιά στην συζήτηση, προκειμένου να κατανοήσουν τους κανόνες και τις επιπτώσεις. Όταν έχετε μια κοινή θέση ως προς την διαπαιδαγώγηση του παιδιού, δεν έχει σημασία ποιος θα την επιβάλει. Σημασία έχει, όμως, όταν ο ένας από τους δύο είναι ασυνεπής ως προς την συμφωνία σας, να το συζητήσετε αργότερα οι δυο σας.

Δημιουργήστε ένα κοινό μέτωπο

Όταν έρχεται η στιγμή να μπουν κάποια όρια ή να τεθεί ένας κανόνας στο παιδί, οφείλετε να είστε στο πλευρό του συντρόφου σας, ακόμα κι αν διαφωνείτε μαζί του εκείνη τη στιγμή. Μην έρθετε σε ρήξη, λοιπόν, εκείνη την ώρα, μπροστά στο παιδί, γιατί στο μυαλό του πρέπει να είστε μία ομάδα.

Ενδώστε

Δεν χρειάζεται να συμφωνείτε στα πάντα με τον σύντροφό σας. Εσείς μπορεί να είστε πιο ελαστική ως προς την διατροφή του παιδιού σας, εκείνος ως προς τα ωράρια του ύπνου. Αν οι αρχές του συζύγου σας είναι πολύ σημαντικές για εκείνον σε κάποια θέματα, αποδεχτείτε τις και προχωρήστε με αυτές. Σεβαστείτε τον άνθρωπο που επιλέξατε για πατέρα του παιδιού σας και τον τρόπο με τον οποίον διαχειρίζεται τον ρόλο του, όσο αυτός εκτυλίσσεται γύρω από το καλό του παιδιού.

Βρείτε καλύτερες μορφές επικοινωνίας

Βρείτε τρόπο να απευθύνεστε στον σύντροφό σας χωρίς να του επιτίθεστε ή να τον προσβάλλετε, προσπαθώντας πάντα να δείχνετε κατανόηση στα συναισθήματα και τις απόψεις του. Γίνετε ένα θετικό πρότυπο επικοινωνίας για το παιδί σας. Για παράδειγμα:

-Παρεκτραπήκατε και μιλήσατε απότομα στον σύντροφό σας; Διορθώστε το άμεσα, λέγοντας «Συγγνώμη, είμαι λίγο κουρασμένη. Αυτό που ήθελα να πω είναι…». Το παιδί θα μάθει έτσι ότι ο καθένας μπορεί να θυμώσει, όμως οφείλουμε να αναλαμβάνουμε την ευθύνη για τα συναισθήματά μας, να απολογούμαστε και να ανακτούμε την καλή επικοινωνία. Θα δείτε ότι σιγά-σιγά θα αρχίσει και το παιδί να λειτουργεί με αυτόν τον τρόπο.

-Διαφωνείτε ως προς μια σημαντική αγορά; Συζητήστε το ήρεμα, θέτοντας επιχειρήματα, χωρίς να υψώνετε τη φωνή σας και να προκαλείτε τον άλλον. Το παιδί θα μάθει ότι οι άνθρωποι που ζουν μαζί, μπορεί να έχουν διαφορετικές απόψεις, όμως ακούνε ο ένας τον άλλον και «δουλεύουν» για να βρουν μια λύση συμφέρουσα προς όλους –και όλα αυτά με σεβασμό και αγάπη. Αν η συζήτηση οδηγηθεί σε σημείο έντονης διαφωνίας, συμφωνήστε να την επαναφέρετε κάποια άλλη στιγμή που ίσως σκεφτείτε μια καλύτερη λύση.

-«Βρείτε τα». Ακόμα κι αν διαφωνήσατε έντονα με τον σύντροφό σας μπροστά στο παιδί, ακόμα κι αν η συζήτησή σας έληξε χωρίς λύση και με «μούτρα», προσπαθήστε αργότερα να κάνετε μια αγκαλιά και δείξτε στο παιδί ότι παραμένετε αγαπημένοι. Όταν μπορείτε να διεξάγετε τις διαφωνίες σας με σεβασμό και καλή διάθεση, αναζητώντας λύσεις και όχι κατηγορίες, κι όσο

παραμένετε αγαπημένοι μεταξύ σας, το παιδί δεν έχει τίποτα να φοβάται!

Πηγή: mama365.gr