

Η σημασία της οικογένειας στην ανάπτυξη γενικά του παιδιού έχει τονισθεί από πολλές επιστήμες. Το βρέφος είναι πλήρως εξαρτημένο για την επιβίωση του από τους γονείς και κυρίως από τη μητέρα του. Μεγαλώνοντας αποκτά δεξιότητες και ικανότητες, οι οποίες σταδιακά το οδηγούν στην αυτονομία και την αυτενέργεια. Οι ραγδαίες αλλαγές στον κινητικό, νοητικό και γλωσσικό τομέα μετατρέπουν το εξαρτημένο βρέφος σε ένα δραστήριο νήπιο και ένα δυναμικό παιδί, ικανό να εξερευνά το περιβάλλον του, να παίρνει πρωτοβουλίες και να κοινωνικοποιείται. Οι γονείς αρχίζουν να παίζουν όλο και μικρότερο ρόλο στην καθημερινή σωματική φροντίδα του παιδιού, εξακολουθούν όμως να αποτελούν τα πιο σημαντικά πρόσωπα που συμβάλλουν στην ψυχοσυναισθηματική του ανάπτυξη.

Η οικογένεια αποτελεί σύστημα αναφοράς για το κάθε άτομο. Μέσα σε αυτή αποκτά μια ταυτότητα και υπάρχουν πρόσωπα σημαντικά για εκείνο με τα οποία αναπτύσσει τους πρώτους στενούς συναισθηματικούς δεσμούς. Η οικογένεια όμως μπορεί να γίνει και πηγή άγχους και διλημάτων όταν οι σχέσεις είναι αντιφατικές και μπερδεμένες. Είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι τα παιδιά είναι αυτά που συνήθως εμφανίζουν συμπτώματα για να εκφράσουν τη δυσλειτουργία της οικογένειας, ενώ στην εφηβεία, που είναι η περίοδος της αυτονομησης και του αποχωρισμού, εμφανίζονται οι περισσότερες διαταραχές.

## Οι συναισθηματικές ανάγκες του παιδιού

Ένα από τα σημαντικότερα πράγματα που έχει ανάγκη το παιδί μέσα στην οικογένεια είναι η αίσθηση της ασφάλειας. Είναι απαραίτητο να υπάρχει ένα σταθερό, ήρεμο περιβάλλον, το οποίο θα εξασφαλίζει και θα καλύπτει τις ανάγκες του παιδιού και θα προσφέρει ισορροπία και αρμονία. Το παιδί πρέπει να μεγαλώνει σε ένα περιβάλλον γεμάτο στοργή και χωρίς αγωνία και άγχος. Οι γονείς οφείλουν να αποτελούν πρόσωπα εμπιστοσύνης για εκείνο, στους οποίους μπορεί να απευθυνθεί ανά πάσα στιγμή για βοήθεια αλλά και οι οποίοι θα επιτρέπουν με τη στάση και τη συμπεριφορά τους την απομάκρυνση του παιδιού από αυτούς και θα ενθαρρύνουν την ανεξαρτητοποίηση του.

Η υπερπροστασία, η οποία εκδηλώνεται με υπερβολικό έλεγχο και απαγορεύσεις ευνουχίζει το παιδί. Δε του επιτρέπει να μαθαίνει να αντιμετωπίζει τις δυσκολίες μόνο του και να ξεπερνά τα εμπόδια. Το υπερπροστατευμένο παιδί γίνεται εξαρτημένο από τους γονείς του και δυσκολεύεται να αναπτύξει υγιείς σχέσεις με συνομηλίκους. Αντιλαμβάνεται τον κόσμο ως απειλητικό και συχνά αναπτύσσει φοβίες. Κατά την ενηλικίωση δυσκολεύεται να απομακρυνθεί από το πατρικό

σπίτι, παρατείνοντας έτσι συναισθηματικά την εφηβεία προκειμένου να παραμείνει κοντά στους γονείς του.

Εξίσου σημαντικό είναι το παιδί μέσα στην οικογένεια να βιώνει το σεβασμό και την αποδοχή. Η αγάπη των γονέων πρέπει να δίνεται άνευ όρων και να είναι ανεξάντλητη. Δεν πρέπει να επιθυμούν να έχουν ένα «τέλειο» παιδί, ένα παιδί υπόδειγμα που ακολουθεί πιστά τις επιθυμίες και τις επιταγές των ενηλίκων, αλλά ένα παιδί που θα πειραματιστεί, θα κάνει λάθη, θα αντιδράσει, θα θυμώσει, θα αντικρούσει τις απόψεις των γονέων. Ένα παιδί που μέσα από αυτό τον τρόπο θα διαμορφώσει σιγά σιγά την προσωπικότητά του και θα μπει στην ενηλικίωση ικανό να παίρνει αποφάσεις για τον εαυτό του και να συμμετέχει στην κοινωνική και επαγγελματική ζωή.

Επίσης, το παιδί οφείλει να κινείται μέσα σε όρια και κανόνες που θα έχουν ορίσει οι γονείς. Μέσα από τα όρια μαθαίνει τι επιτρέπεται, τι απαγορεύεται, τι είναι καλό και τι κακό. Μαθαίνει κοινωνικά αποδεκτούς τρόπους συμπεριφοράς και έχει ένα πλαίσιο μέσα στο οποίο μπορεί να κινηθεί. Ένα παιδί χωρίς όρια βιώνει σύγχυση και ανασφάλεια και δεν αντέχει τη ματαίωση. Οι γονείς πρέπει πρώτα απ' όλα να τηρούν και οι ίδιοι τα όρια που έχουν ορίσει για το παιδί και να είναι συνεπείς ως προς τη συμπεριφορά τους. Απώτερος σκοπός βέβαια είναι το παιδί μεγαλώνοντας να εσωτερικεύσει κάποιες αρχές και κάποιους κοινωνικούς κανόνες, να αποκτήσει την ικανότητα της ευθύνης του εαυτού του και της αυτοπειθαρχίας.

## Οι σχέσεις μέσα στην οικογένεια

Οι σχέσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας παίζουν ουσιαστικό ρόλο στην ανάπτυξη του παιδιού. Μέσα στην οικογένεια υπάρχουν υποσυστήματα (συζύγων, αδερφών, γονέων – παιδιού), μέσα από τα οποία το παιδί αποκτά πρότυπα για τις σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων, τα οποία θα αναπαραγάγει αργότερα στις δικές του σχέσεις με τους συνομηλίκους ή με το άλλο φύλο. Η καλή επικοινωνία μεταξύ των μελών, επομένως, είναι απαραίτητη. Οικογένειες με δυσλειτουργικούς τρόπους επικοινωνίας, συγκρούσεις και εντάσεις, συνήθως οδηγούν σε ψυχοπαθολογικές μορφές συμπεριφοράς στα παιδιά. Επίσης όταν δεν υπάρχει συμφωνία μεταξύ των γονέων ως προς τον τρόπο διαπαιδαγώγησης του παιδιού, το παιδί εκλαμβάνει διπλά μηνύματα και μαθαίνει να χειρίζεται τους γονείς του και τους γύρω του προκειμένου να πετύχει αυτό που θέλει.

Ο χρόνος που θα αφιερώνουν οι γονείς στα παιδιά θα πρέπει να είναι ποσοτικός αλλά κυρίως ποιοτικός. Η ουσιαστική και ανοιχτή επικοινωνία φέρνει τα μέλη της οικογένειας πιο κοντά και

δίνει τη δυνατότητα για άμεση στήριξη σε περιόδους κρίσεων. Ακόμα και στην εφηβεία, όπου υπάρχει η τάση της απομάκρυνσης από την οικογένεια και της προσκόλλησης προς την ομάδα των συνομηλίκων, έχει παρατηρηθεί ότι οι έφηβοι που έχουν μια σταθερή και υποστηρικτική σχέση με τους γονείς τους, θα καταφύγουν σε αυτούς όταν πρέπει να πάρουν αποφάσεις για σοβαρά ζητήματα.

Οι ρεαλιστικές προσδοκίες των γονέων και η επιβράβευση είναι ένα πολύ σημαντικό θέμα στην ανάπτυξη των παιδιών. Η θετική στάση των γονέων απέναντι στις ικανότητες των παιδιών και στην αποτυχία, ενισχύει την αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθηση και δίνει το έναυσμα για νέα επιτεύγματα. Επίσης, το παιδί με αυτό τον τρόπο κατανοεί ότι υπάρχουν εμπόδια και μαθαίνει να θέτει ρεαλιστικούς στόχους ανάλογους με τις ικανότητες και τα ενδιαφέροντα του.

Συμπερασματικά θα λέγαμε ότι ο ρόλος του γονέα δεν είναι εύκολος. Απαιτεί συναίσθημα, γνώση, υπομονή, κατανόηση. Το σημαντικό όμως είναι ο γονιός να διαμορφώσει ένα κλίμα στην οικογένεια, μέσα στο οποίο το παιδί θα μάθει να παίρνει και να δίνει αγάπη και σεβασμό, να συνεργάζεται, να επικοινωνεί, να διαφωνεί, να χαίρεται, να λυπάται, να ξεπερνά εμπόδια, να διαμορφώνει υγιείς σχέσεις, να αναγνωρίζει και να εκφράζει τα συναισθήματα του. Μέσα σε ένα τέτοιο κλίμα το παιδί θα διαμορφώσει την προσωπικότητά του και θα μπει στην ενήλικη ζωή έχοντας ισχυρές βάσεις που θα το οδηγήσουν στην αυτενέργεια και την αυτοπραγμάτωση.

**Κούρια Ιωάννα, Ψυχολόγος – Οικογενειακή Θεραπεύτρια.**