

Ιστοριούλες για γονείς



**Συμβουλευτική Επιτροπή
για την Πρόληψη και Καταπολέμηση
της Βίας στην Οικογένεια**

Ένα Βιβλιαράκι για Γονείς

Αυτό το βιβλιαράκι περιέχει μια σειρά από ιστοριούλες για κάποιες δυσκολίες και αδυναμίες που συχνά αντιμετωπίζουν οι γονείς με τα παιδιά τους. Ίσως εσείς δεν είστε μέσα σε αυτή την ομάδα γονιών, όμως σίγουρα θα βρείτε κάτι μέσα σε αυτές τις ιστοριούλες - παραδείγματα που να σας αντιπροσωπεύουν. Ο ρόλος του γονιού δεν είναι ποτέ εύκολος. Εκατομύρια γονείς σε όλο τον κόσμο προσπαθούν καθημερινά να ανταποκριθούν σε αυτό το δύσκολο ρόλο, όπως οι ίδιοι μπορούν καλύτερα.

Οι σχέσεις γονιού - παιδιού δεν συζητούνται πάντα άνετα. Ένα βιβλιαράκι σαν αυτό σίγουρα δεν είναι δυνατόν να δώσει όλες τις απαντήσεις. Μπορεί όμως να οδηγήσει σε κάποιους προβληματισμούς, να βοηθήσει τον κάθε γονιό να γνωρίζει καλύτερα τις πράξεις του, αλλά και τις πιθανές επιπτώσεις που αυτές μπορεί να έχουν στο παιδί του. Να βοηθήσει και να ενθαρρύνει τον κάθε γονιό, ότι δεν είναι μόνος στις δυσκολίες που αντιμετωπίζει.

Ελπίζουμε να βρείτε χρήσιμο το βιβλιαράκι αυτό.

**Συμβουλευτική Επιτροπή για την Πρόληψη και
Καταπολέμηση της Βίας στην Οικογένεια**

**Θα Τραβούσε ο Πατέρας του Κώστα
τα Μαλλιά Ενός Ενήλικα Φίλου του
που Έκανε Κάποιο Λάθος;**

Ένας Πατέρας που Δεν Θέλει να Αντιγράψει την Συμπεριφορά του Δικού του Πατέρα

Ο πατέρας του Κώστα ήταν αρχιτέκτονας και δεν τον άφηνε να πηγαίνει στους χώρους οικοδομής γιατί ήταν επικίνδυνα. Ο Κώστας όμως, σαν περίεργο πιτσιρίκι που ήταν πήγε. Ο πατέρας του δούλευε κάπου εκεί κοντά και φυσικά τον είδε. Ο Κώστας θυμάται εκείνη την ημέρα σαν να ήταν χτες! Ο πατέρας του, με το που τον είδε, δεν είπε λέξη! Απλά, τον άρπαξε από τα μαλλιά κι άρχισε να τον στριφογυρίζει με μανία. Ήθελε με αυτό τον τρόπο να τονίσει στο γιο του πόσο επικίνδυνο ήταν αυτό που έκανε, ώστε να μην το ξανακάνει στο μέλλον.

Κάθε αναφορά για μαλλιά ήταν αρκετή για να θυμίζει στον Κώστα τις απέραντες φορές που ο πατέρας του τον είχε τραβήξει από τα μαλλιά, το κοκκίνισμα του προσώπου του και την καρδιά του που κάθε φορά έχανε τον κτύπο της. Μετά από αυτό, ο πατέρας του τον έστελλε για τιμωρία στο δωμάτιο του. Ο Κώστας θυμάται να κάθεται εκεί με τις ώρες, να κοιτάζει το ταβάνι και να υπόσχεται στον εαυτό του ξανά και ξανά, πως δε θα αρπάξει ποτέ από τα μαλλιά τα δικά του παιδιά, όταν ο ίδιος κάποτε γίνει πατέρας!

Το "κάποτε" ήρθε, μόνο που τώρα, στην ενηλικίωση του ο Κώστας σκέφτεται ότι δεν ήταν και τόσο φοβερή η τιμωρία του πατέρα του, σε τελική ανάλυση. Τώρα, μπορεί να καταλάβει την αγωνία και το θυμό του πατέρα του, που τον ανάγκαζε να συμπεριφέρεται βίαια, όταν η περίπτωση το απαιτούσε. "Δεν έκανε δα και μεγάλο κακό", σκέφτεται ο Κώστας.

Κάποιος βέβαια θα μπορούσε να ρωτήσει τον Κώστα τι καλό του έκανε; Γιατί, κάθε φορά που ο πατέρας του τον πονούσε επειδή είχε κάνει κάτι λάθος, ο Κώστας μπορεί να σταματούσε ό,τι κι αν ήταν αυτό το "λάθος" που έκανε, αλλά μόνο για εκείνη την συγκεκριμένη φορά. Μακροπρόθεσμα, ο πατέρας του Κώστα, δεν παρείχε καμία βοήθεια ή καθοδήγηση στο παιδί του, αφού ο Κώστας συνέχιζε να κάνει "λάθη" και ο πατέρας του συνέχιζε να τον "διορθώνει", με το να τον αρπάζει από τα μαλλιά ξανά και ξανά και ξανά!...

Υπήρχε περίπτωση ο πατέρας του Κώστα να τραβούσε τα μαλλιά ενός ενήλικα, όπως έκανε και με το γιο του; Σίγουρα όχι, γιατί θα ήταν εξευτελιστικό τόσο για τον ίδιο όσο και για το άλλο άτομο. Με το να τραβά όμως τα μαλλιά του Κώστα, δείχνει στο παιδί του ότι δεν το υπολογίζει ως άνθρωπο. Ότι τον βλέπει σαν ένα αντικείμενο που μπορεί να του συμπεριφέρεται όπως εκείνος θέλει. Αντί ο πατέρας του Κώστα να καθίσει και να συζητήσει το πρόβλημα με το παιδί του, με εκτίμηση και σεβασμό, με την πράξη του αυτή γυρίζει την πλάτη του στο γιο του, αγνοώντας τις ανάγκες που μπορεί να έχει ένα παιδί.

Ο Κώστας τώρα που μεγάλωσε μπορεί να σκέφτεται ό,τι θέλει. Το ερώτημα όμως

είναι, κατά πόσον αυτή η συμπεριφορά του πατέρα του τον έχει επηρεάσει συναισθηματικά. Αλήθεια, τι μήνυμα δίνουν οι γονείς με το να τραβούν τα μαλλιά των παιδιών τους; Ότι δεν επιτρέπεται να πηγαίνουν κοντά στις οικοδομές; Όχι φυσικά! Αυτό που τους διδάσκει είναι ότι είναι σωστό να πονείς κάποιον που έχει κάνει λάθος.

Τις προάλλες ο Κώστας είδε το δικό του γιο, τον Άγγελο, να οδηγεί το ποδήλατο του χωρίς κράνος και να έχει διπλοκαβάλα ένα συμμαθητή του. Ο Κώστας θύμωσε γιατί επανελημμένα είχε πει στον Άγγελο να μην οδηγεί χωρίς κράνος και διπλοκαβάλλα. Έτσι, με το που τον αντίκρυσε, του δίνει ένα γερό χαστούκι από πίσω, θέλοντας να του τονίσει με αυτό τον τρόπο πόσο επικίνδυνο ήταν αυτό που έκανε. Το βράδυ βέβαια ο Κώστας έστειλε τον Άγγελο για τιμωρία στο δωμάτιο του. Ο καθένας μπορεί να συμπεράνει με ευκολία πως ο μικρός καθόταν στο δωμάτιο του με τις ώρες, κοιτάζοντας το ταβάνι και υποσχόμενος στον εαυτό του ξανά και ξανά πως δε θα χαστουκίσει ποτέ τα δικά του παιδιά όταν ο ίδιος κάποτε γίνει πατέρας.

Κάποιος μπορεί να ελπίζει πως μια μέρα ο Άγγελος θα ξεπεράσει το συναίσθημα της ταπείνωσης που του προκαλεί ο πατέρας του με το να τον χαστουκίζει. Κάποιος μπορεί επίσης να ελπίζει ότι ο Άγγελος δε θα μιμηθεί το πρότυπο συμπεριφοράς του πατέρα του.

Ο πατέρας του Άγγελου δεν είναι κακό άτομο. Το λάθος που κάνει είναι ότι για να πειθαρχήσει στο παιδί του χρησιμοποιεί την ίδια βίαιη συμπεριφορά που χρησιμοποιούσε ο πατέρας του πολλά χρόνια πριν. Θα πρέπει να συνειδητοποιήσει ότι μπορεί να είναι ένας καλός πατέρας χωρίς να μιμείται το πρότυπο του δικού του πατέρα.

Το να υιοθετήσουμε μια συμπεριφορά, διαφορετική από αυτή με την οποία έχουμε ανατραφεί για χρόνια είναι κάτι πολύ δύσκολο, αλλά όχι και ακατόρθωτο. Είναι σημαντικό ένα κακό πρότυπο συμπεριφοράς να σταματά για να μην περάσει ως κληρονομιά στα παιδιά μας. Γιατί μια τέτοια παρακαταθήκη μόνο πόνο και δυστυχία μπορεί να προσφέρει.

Αυτή η ιστορία είναι αφιερωμένη σε όλους εκείνους τους γονείς που βίωσαν την ίδια τραυματική εμπειρία όταν ήταν παιδιά με την ευχή να σπάσουν την αλυσίδα του πόνου...

**Η Γεωργία Συνηθίζει να Κάθεται Σιωπηλή,
Φορώντας Ψηλοτάκουνα και Αρνείται
να Πιεί το Γάλα της**

Μια Μητέρα που δεν Ήξερε Ακριβώς τον Τρόπο...

Η Γεωργία είναι μια 13χρονη νεαρή, η οποία απεχθάνεται τα γαλακτοκομικά, τις κοτσίδες στα μαλλιά, ενώ λατρεύει τα ψηλόσολα αθλητικά παπούτσια και τα μαύρα φανελάκια.

Οι γονείς της την υπεραγαπούν και κάνουν τα πάντα για να ικανοποιούν την 13χρονη πεισματάρικη κόρη τους. Η μητέρα της έπαψε να συναντιέται με τις φίλες της για καφεδάκι, γιατί 3 φορές την βδομάδα πρέπει να πάρει την Γεωργία στο γήπεδο για προπόνηση. Ο πατέρας της αναγκάζεται τα Σαββατοκυριάκα να την βγάξει στην πολυθρόνα γιατί ανά πάσα στιγμή μπορεί να του τηλεφωνήσει η κόρη του για να πάει να την φέρει από κάποιο πάρτι ή σινεμά που έχει πάει.

Όσο κι αν προσπαθούν οι γονείς της Γεωργίας να την ευχαριστήσουν τόσο αυτή γίνεται απόμακρη και αντιδραστική. Το μεσημεριανό τις Κυριακές έχει καταντήσει αφόρητο, αφού κανείς δεν βγάζει λέξη, παρά μόνο όταν πρόκειται κάποιος να ζητήσει το αλάτι ή να κάνει το κλασσικό σχόλιο στη μητέρα ότι το φαγητό ήταν πολύ καλό.

Ένα βράδυ η δασκάλα της Γεωργίας τηλεφώνησε στο σπίτι για να ρωτήσει αν η Γεωργία είναι καλά, αφού για δύο μέρες δεν πήγε στο σχολείο. Όταν η μητέρα της επιχείρησε να ζητήσει το λόγο από την κόρη της εκείνη της απάντησε με θυμό "Δεν είναι από τη δουλειά σου!" και έτρεξε να κλειστεί στο δωμάτιο της. Αργότερα, όταν η μητέρα πήγε να της πει να κατέβει για το δείπνο, εκείνη της φώναξε ότι την μισεί. Φυσικά δεν κατέβηκε να φάει!

Η μητέρα της Γεωργίας αναρωτιέται που έχει κάνει λάθος κι δέχεται μια τέτοια συμπεριφορά από την κόρη της. Έχει τα πάντα, τι της λείπει και αντιδρά έτσι! Ποτέ δεν την κτύπησαν οι γονείς της, ούτε και τώρα θα το κάνουν. Η τακτική της μητέρας της, όταν η κόρη της παραφέρεται είναι να την κλειδώνει για μερικές ώρες στο δωμάτιο της. Στην συγκεκριμένη περίπτωση, επειδή η Γεωργία τους είπε ψέματα για το σχολείο, η μητέρα της σκέφτηκε να γίνει πιο αυστηρή. Της απαγόρευσε κάθε έξοδο για ένα μήνα και αν ήθελε να πάει στο σπίτι κάποιος φίλης της έπρεπε να βρει δικό της μεταφορικό μέσο. Οι γονείς της Γεωργίας προσπαθούν να της διδάξουν ένα μάθημα με όλες αυτές τις "περικοπές" και για το λόγο αυτό στο δείπνο περιφρονούσαν επίτηδες την ύπαρξη της κόρης τους στο τραπέζι.

Σίγουρα, η περιφρόνηση και οι περιορισμοί που επεβλήθηκαν στην Γεωργία είναι σαφέστατα καλύτεροι από το ξύλο, ωστόσο δεν παύουν να διαιωνίζουν το πρόβλημα. Η επικοινωνία μεταξύ της Γεωργίας και των γονιών της έχει χαθεί και χρειάζεται πολύ περισσότερα από δυο ψυχρούς γονείς που με την σιωπή τους προσπαθούν να δείξουν στην κόρη τους το θυμό τους. Όταν οι γονείς της Γεωργίας

αγνοούν την ύπαρξη της κόρης τους στο δείπνο, δεν περιφρονούν μόνο την άσχημη συμπεριφορά της, αλλά και την ίδια ως άτομο. Με την απόμακρη και ψυχρή στάση τους, οι γονείς της Γεωργίας αντί να της διδάξουν κάτι καλό, την κάνουν να νιώθει περισσότερο ένοχη και ολομόναχη. Με αυτή τους την συμπεριφορά της δείχνουν πως μόνο με την περιφρόνηση και τους περιορισμούς οι άνθρωποι λύνουν τις διαφορές τους. Η ψυχολογική κακοποίηση μπορεί να μην φαίνεται, αλλά αφήνει κι αυτή πίσω της ανεξίτηλα σημάδια στην ψυχή ενός παιδιού.

Η Γεωργία είναι ένα 13χρονο πλάσμα που όσο σκληρά και αδιάφορα κι αν συμπεριφέρεται, εκείνο που χρειάζεται κατά βάθος είναι μια ουσιαστική σχέση και επικοινωνία με τους γονείς της. Έχει την ανάγκη να τους καταλάβει και να την καταλάβουν. Οι γονείς της μπορούσαν να δείξουν τον πραγματικό τους θυμό όταν η Γεωργία τους είπε ψέματα για το σχολείο και μετά όταν τα πράγματα ηρεμούσαν, να καθήσουν όλοι μαζί να συζητήσουν το θέμα. Το να εκφράζει κανείς το θυμό του δεν είναι κακό, φτάνει να έχει τον έλεγχο του τι λέει και τι κάνει. Θα ήταν καλύτερα αν οι γονείς της Γεωργίας εξέφραζαν το θυμό τους την δεδομένη στιγμή στην κόρη τους και μετά να προσπαθούσαν να τα βρουν μεταξύ τους, παρά να διαιωνίζουν μίαν αρνητική κατάσταση μέσα από την σιωπή και την περιφρόνηση. Με το να αγνοούμε ένα πρόβλημα, αυτό δυστυχώς δεν εξαφανίζεται ούτε λύνεται από μόνο του!

Οι γονείς της Γεωργίας έχουν θυμώσει με το ψέμα της κόρης τους. Θα μπορούσε δικαιολογημένα όμως να πει κανείς ότι δεν υπήρξαν ούτε κι εκείνοι ειλικρινείς απέναντι της. Το να αποφεύγουν να εκφράσουν στην Γεωργία τι πραγματικά νιώθουν και το να θέλουν να την προσεγγίσουν και να μην το κάνουν, είτε από εγωισμό είτε γιατί δεν ξέρουν τον τρόπο, αυτό τους κάνει κατά κάποιον τρόπο και εκείνους συνένοχους.

Σίγουρα το να είσαι γονιός της 13χρονης ατίθασης Γεωργίας, αλλά και της "κάθε" Γεωργίας σε αυτή την ηλικία, δεν είναι εύκολη υπόθεση. Η Γεωργία δεν έχει ανάγκη τα ακριβά παπούτσια και μπλουζάκια που της αγοράζει η μητέρα της κάθε τόσο για να την ευχαριστήσει. Αυτό που στην πραγματικότητα της λείπει είναι μια ουσιαστική επικοινωνία με τη μητέρα της. Πρέπει και οι δυο να παραδεχτούν τόσο τα λάθη τους, όσο και τα συναισθήματα τους έτσι ώστε να προχωρήσουν. Η συγγνώμη μπορεί να κάνει θαύματα, ειδικά όταν λέγεται από τα βάθη της ψυχής μας. Είναι ανθρώπινο οι γονείς να κάνουν λάθη, διότι δεν υπάρχει τέλειος γονιός. Το να παραδέχονται οι γονείς τα λάθη τους απέναντι στα παιδιά τους δεν είναι μια πράξη αδυναμίας αλλά, αντίθετα, δείχνει μια πιο προσιτή και κατανοητική στάση απέναντι τους. Τα παιδιά δεν χρειάζονται τέλειους γονείς, αλλά αληθινούς γονείς που να τους νιώθουν δίπλα τους και να μαθαίνουν από τα λάθη τους...!

**Αυτού του Είδους οι Πληγές
Επουλώνονται Πολύ πιο Αργά,
αν Όχι και Ποτέ**

Ένας Πατέρας που Δεν Πιστεύει στην Δική του Αξία

Στον τοίχο του σαλονιού κρέμεται μια φωτογραφία που για κάποιον λόγο κάνει τον κύριο Μιχάλη Γεωργίου να την χαζεύει που και που. Είναι μια φωτογραφία με εκείνον και την κόρη του Λίζα σε ένα παιδικό πάρκο. Η Λίζα που τότε ήταν 6 χρονών, έχοντας τα μαλλιά της πίσω, ποζάρει στον φωτογράφο με ένα αθώο χαμόγελο. Ο κύριος Μιχάλης με ένα τζην σακάκι και μια γενειάδα που θύμιζε '60s, αγκαλιάζει με το ένα χέρι τη Λίζα και κοιτάει στο φακό με μια έκφραση ευτυχίας.

Ο κύριος Μιχάλης κοιτάζει τη φωτογραφία και βλέπει έναν εαυτό πολύ μακρινό από τον σημερινό. Νοσταλγεί την περιφάνεια και ευτυχία που ένιωθε ως πατέρας τα χρόνια εκείνα. Έτσι ήταν το πως έμοιαζε και ένιωθε 10 χρόνια πριν. Η απόδειξη είναι αποτυπωμένη στον τοίχο του σαλονιού.

Είναι Σάββατο. Η Λίζα πήγε σε πάρτυ και για ακόμη μια φορά ως συνήθως έχει αργήσει να επιστρέψει. Η ώρα πήγε 3.30 ξημερώματα Κυριακής. Ο κύριος Μιχάλης περιμένει ξύπνιος στην πολυθρόνα, με την αγωνία μήπως έχει συμβεί κάτι κακό στην κόρη του. Η Λίζα τελικά επέστρεψε σπίτι 4.15 το πρωί. Στην αρχή μόλις μπήκε μέσα, ο πατέρας της ήθελε να την αγκαλιάσει, να την φιλήσει, να της πει πόσο την αγαπά κι ότι χαίρεται που είναι καλά. Όμως δεν το έκανε, τραβήχτηκε πίσω παίρνοντας ένα αυστηρό ύφος, έτοιμος για καβγά. Βλέπετε, η Λίζα άργησε πολύ και δεν επέστρεψε στις 2.00 πμ όπως είχε υποσχεθεί. Φυσικά η Λίζα δεν είχε ιδέα για την αγκαλιά και τα φιλάκια. Το μόνο που έβλεπε ήταν το συνοφριωμένο πρόσωπο του πατέρα της, έτοιμο να εκραγεί.

"Που ήσουν; Τί ώρα είναι αυτή;"

"Να μην σε νοιάζει! Άσε με ήσυχη" και η Λίζα τρέχει με ορμή στο δωμάτιο της, χτυπώντας δυνατά την πόρτα πίσω της.

Είναι ολοφάνερο ότι η Λίζα κάπου στην πορεία έχει χάσει τον σεβασμό που είχε για τον πατέρα της. Τώρα δείχνει καθαρά πόσο απεχθάνεται όσα ο πατέρας της αντιπροσωπεύει. Τον βρίζει και τον περιφρονεί. Ντρέπεται γι' αυτόν - για τα ρούχα του, για τα αστεία του, για την ανικανότητά του να χρησιμοποιήσει τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, για το παλιό του αυτοκίνητο. Η Λίζα είναι έτοιμη να βγάλει τα νύχια της απέναντι στον πατέρα της, όποτε εκείνος πάει να θυμώσει. Πολλές φορές τον βρίζει, ακόμα και μπροστά σε ξένους.

Όλα αυτά κάνουν τον κύριο Μιχάλη να νιώθει ένας ανίκανος πατέρας, με την αίσθηση της αδυναμίας και της αποτυχίας να φουντώνει όλο και περισσότερο. Μερικές φορές ο κύριος Μιχάλης αρπάζει τη Λίζα και την κτυπά σε μια προσπάθεια να αποκτήσει και πάλι τον έλεγχο.

Αργότερα εκείνη την Κυριακή, πάνω στο θυμό του, μετά από ακόμη μια προκλητική συμπεριφορά της Λίζας, ο κύριος Μιχάλης της δίνει ένα ντρανταχτό χαστούκι

που την στέλλει με δύναμη στον τοίχο, κάνοντας την μύτη της να αιμορραγεί. Η Λίζα πέφτει στο πάτωμα για λίγα δευτερόλεπτα, μόλις όμως συνέρχεται αρχίζει να φωνάζει και να βρίζει τον πατέρα της με μανία απειλώντας ότι θα του κάνει μήνυση για επίθεση. Εκείνος αντεπιδίθεται λέγοντας της ότι αυτός είναι που πρέπει να της κάνει καταγγελία για την απαράδεκτη συμπεριφορά της.

"Είσαι κόρη εσύ ή ο διάολος μεταμορφωμένος!" φωνάζει ο κύριος Μιχάλης σε μια προσπάθεια να βρει το δικιο του.

Το βροντερό χαστούκι άφησε τη Λίζα μ'ένα κατακόκκινο μάγουλο και μια μύτη που αιμορραγούσε. Αλλά δεν είναι μόνο αυτό. Της έχει θρυμματίσει την εφηβική της αυτοεκτίμηση. Κι αυτός ο μώλωπας μπορεί να μην φαίνεται αλλά δύσκολα σβήνει, αν σβήσει ποτέ.

Ένα άτομο με τις εμπειρίες μιας ζωής όπως είναι ο κος Μιχάλης οφείλει να συμπεριφέρεται πολύ καλύτερα και πιο ώριμα από μια 16χρονη έφηβη όπως τη Λίζα, η οποία τώρα προσπαθεί ν'ανοίξει τα φτερά της στη ζωή.

Όπως και να έχει, υπάρχει κάτι σ'εκείνη τη φωτογραφία του σαλονιού που κάνει τον κύριο Μιχάλη να την κοιτά και να συλλογίζεται μερικές φορές. Ίσως η φωτογραφία εκείνη να απεικονίζει μια σχέση με την κόρη του, που είναι αδύνατον να έχει τώρα. Αυτό που φαίνεται να έχει ξεχάσει ο κύριος Μιχάλης είναι ότι υπάρχουν πολλοί τρόποι σχέσης μεταξύ των ανθρώπων. Οι άνθρωποι μεγαλώνουν και αλλάζουν. Τα μέλη μιας οικογένειας οφείλουν να βρουν καινούριους τρόπους επικοινωνίας αν θέλουν να διατηρούν στενούς δεσμούς μεταξύ τους.

Παρόλο που η Λίζα δεν είναι πλέον 6 χρονών, εξακολουθεί να έχει ανάγκη από έναν πατέρα περήφανο, ασφαλή, ο οποίος να μην ανέχεται προσβολές. Χρειάζεται έναν πατέρα που να μπορεί να δέχεται ότι δεν θα είναι αρεστός κάποιες φορές, αλλά και κάποιον που θα έχει μια αγκαλιά έτοιμη για την κόρη του, όταν εκείνη χάνει τον έλεγχο της. Η Λίζα χρειάζεται έναν πατέρα ο οποίος να μην νιώθει άβολα για τα άγουστα ρούχα του ή για την άγνοια του να χρησιμοποιήσει το διαδίκτυο, αλλά κάποιον που νοιάζεται για το τι συμβαίνει στη ζωή της κόρης του και να εξασκεί αυτό το δικαίωμα με αγάπη, υπευθυνότητα και σεβασμό. Ο κύριος Μιχάλης, υπήρξε και αυτός έφηβος και γνωρίζει ότι είναι μια δύσκολη ηλικία όπου τα παιδιά χάνουν για ένα διάστημα τον εαυτό τους. Η αντιδραστικότητα σε τέτοια ηλικία είναι αναμενόμενη γι'αυτό και ο πατέρας της Λίζας οφείλει να δείχνει περισσότερη κατανόηση στην Λίζα.

Αν ο κύριος Μιχάλης επιθυμεί να αποκαταστήσει την σχέση του με την κόρη του πρέπει να επανακτήσει τον έλεγχο του πατρικού του ρόλου, αλλά και του εαυτού του. Κανείς δεν είπε ότι θα είναι εύκολο. Αλλά σίγουρα η ζωή δεν μπορεί να γίνει πιο δύσκολη από ότι είναι ήδη τώρα και για τους δυο τους!...

**Ένα 5χρονο Παιδί
Δεν Μπορεί Βέβαια να Καταλάβει
το Άγχος του Οικονομικού Προβλήματος**

Μια Μητέρα που Αντιμετωπίζει Έντονο Άγχος

Η Όλγα είναι μια 30χρονη μητέρα που ζει μόνη με την 5χρονη κόρη της Μαρία. Οι οικονομικές υποχρεώσεις της Όλγας αυξήθηκαν, πράγμα που την ανάγκασε να δουλεύει υπερωρίες και να βλέπει λιγότερο την Μαρία. Η Όλγα αν και τα καταφέρνει δύσκολα, έμαθε να κρύβεται καλά πίσω από ένα μεγάλο χαμόγελο! Προσπαθεί με κάθε τρόπο να κρύψει την στεναχώρια της από όλους θέλοντας να δίνει πάντα την εικόνα της τέλει μητέρας η οποία, αν και μόνη, τα βγάζει πέρα μια χαρά.

Η Όλγα, παρόλο που καταφέρνει και κρύβει την άσχημη ψυχολογική της κατάσταση από συγγενείς και φίλους, κάποιες φορές χάνει τον έλεγχο και ξεσπά στη μικρή Μαρία χτυπώντας την. Όταν επιστρέφει στο σπίτι μετά τη δουλειά, αντί να παίξει και να δώσει σημασία στο παιδί της, ή θυμώνει και το χτυπά ή αδιαφορεί γι'αυτό!

Τα παιδιά, όσο μικρά και αν είναι, νιώθουν ότι κάτι δεν πάει καλά με τους μεγάλους, ωστόσο δεν ξέρουν ότι δεν ευθύνονται αυτά. Όταν η Όλγα είναι απότομη και βίαιη με την κόρη της η Μαρία νομίζει ότι έχει κάνει κάτι κακό, γι'αυτό και η μητέρα της συμπεριφέρεται με αυτό τον άσχημο τρόπο.

Κανείς δεν αμφισβητεί το γεγονός ότι η Όλγα αγαπά πάρα πολύ το παιδί της και κάνει τα πάντα για να μην του λείπει τίποτα! Όμως σημασία δεν έχουν οι οικονομικές ανέσεις για ένα παιδί, αλλά η συναισθηματική στήριξη και η επικοινωνία. Τι κι αν δεν πληρώθηκε ένας λογαριασμός; Σχεδόν όλες οι οικογένειες, αντιμετωπίζουν λίγο ή πολύ κάποιο οικονομικό πρόβλημα. Δεν είναι δα και το τέλος του κόσμου! Μια απότομη φωνή όμως και ένα χαστούκι είναι αρκετά για να πληγώσουν την ευαίσθητη ψυχή ενός παιδιού που δέχεται τα ξεσπάσματα του γονιού του χωρίς λόγο. Η Μαρία δεν θέλει παιγνίδια για να είναι ευτυχισμένη. Το μόνο που χρειάζεται είναι την προσοχή και την αγκαλιά της μητέρας της. Η αγάπη όταν δεν εκδηλώνεται είναι δώρο άδωρο.

Η Όλγα θα μπορούσε να μιλήσει σε κάποιον για να βγάλει από μέσα της όλο αυτό το άγχος που κουβαλεί μέσα της, παρά να ξεσπά άθελα της και να χτυπά το παιδί της. Το να είσαι γονιός δεν είναι εύκολη υπόθεση, πόσο μάλλον να είσαι ένας γονιός μόνος, που έχει να επομιστεί όλα τα βάρη μόνος του! Δεν είναι αδυναμία να ζητούμε βοήθεια όταν δεν μπορούμε να χειριστούμε καταστάσεις και συναισθήματα. Αδυναμία είναι να μην τολμούμε να παραδεχτούμε τα λάθη μας και να συνεχίζουμε να τα κάνουμε εις βάρος άλλων.

Η Όλγα, θα μπορούσε, επίσης, να μιλήσει με τη Μαρία, να της ζητήσει συγγνώμη για την άσχημη συμπεριφορά της και να της εξηγήσει ότι δεν ευθύνεται εκείνη που η μαμά νιώθει άσχημα τελευταία. Οι άνθρωποι δεν γίνεται να είναι πάντα

χαρούμενοι! Τα παιδιά όσο μικρά κι αν είναι και καταλαβαίνουν και συγχωρούν! Η Όλγα μπορεί με μια αγκαλιά κι ένα φιλί να υποσχεθεί στην κόρη της πως από δω και μπρος δεν θα την ξαναχτυπήσει και θα της δίνει όλη την απαραίτητη προσοχή και σημασία, μιας και είναι ό,τι πολυτιμότερο έχει στη ζωή της. Τα παιδιά δεν θέλουν μια τέλεια μητέρα, αλλά μια μητέρα που να την νιώθουν δίπλα τους...

Τι Ρωτούν οι Γονείς; 5 Συνηθισμένες Ερωτήσεις

1. Γιατί είναι λάθος να χτυπούμε τα παιδιά;

Καλύτερο θα ήταν να ρωτούσε κανείς σε τι ωφελεί το να χτυπά κάποιος το παιδί του? Είναι γενικά παραδεχτό ότι είναι ηθικά λανθασμένο να λύνει κάποιος τις διαφορές του χρησιμοποιώντας βία. Δεν πρέπει να ξεχνούμε πως τα παιδιά είναι και αυτά άνθρωποι. Γιατί αυτά από όλους τους ανθρώπους να μην τυγχαίνουν ίσης προστασίας απέναντι σε όλες τις μορφές βίας, ειδικά αν λάβει κανείς υπόψη ότι τα παιδιά σωματικά είναι και τα πιο ευάλωτα? Η σωματική βία δεν είναι μόνο ηθικά απαράδεκτη, αλλά και μη αποτελεσματική. Ένα χαστούκι μπορεί αφενός να σταματήσει ένα παιδί τη δεδομένη στιγμή, αφετέρου όμως δεν θα το αποτρέψει από το να επαναλάβει την ίδια "αταξία" αργότερα, εφόσον η βία δεν κάνει το παιδί να συνειδητοποιήσει το λάθος του. Έρευνες έχουν δείξει ότι παιδιά τα οποία οι γονείς τους τα χαστούκιζαν επανελημένα για να τα τιμωρήσουν, ένοιωθαν τόσο πληγωμένα και αδικημένα, που ξεχνούσαν το λόγο για τον οποίον είχαν τιμωρηθεί.

2. Η καθημερινή σωματική τιμωρία και η σωματική κακοποίηση ενός παιδιού δεν είναι δύο διαφορετικά πράγματα;

Εάν μελετήσει κανείς σοβαρές υποθέσεις σωματικής κακοποίησης παιδιών, θα διαπιστώσει ότι οι πλείστες ξεκινούν από ένα απλό χαστούκι, ενώ στην συνέχεια καταλήγουν σε τραγωδίες. Η παρούσα κοινωνική αποδοχή της σωματικής τιμωρίας δημιουργεί σαφέστατα μια επικίνδυνη σύγχυση. Έρευνες έχουν δείξει ότι οι περισσότεροι γονείς, που χτυπούν τα παιδιά τους έχουν δεχτεί και οι ίδιοι σωματική κακοποίηση στην παιδική τους ηλικία. Ακόμη και το πιο αθώο χτύπημα, όπως είναι ένα χαστούκι στο πρόσωπο ή ένα δυνατό τράβηγμα του αυτιού, μπορούν να οδηγήσουν σε ένα πιο σοβαρό τραυματισμό του παιδιού. Για το λόγο αυτό κάθε μορφή βίας πρέπει να αποφεύγεται, όσο "αθώα" και αν φαίνεται.

3. Δεν είναι σχεδόν όλοι οι γονείς που κάποιες φορές ξεφεύγουν από τον έλεγχο και χτυπούν τα παιδιά τους;

Η απάντηση είναι ναι. Μήπως όμως όλοι οι ενήλικες χάνουν κάποια στιγμή τον έλεγχο τους και χτυπούν κάποιον άλλον ενήλικα (συνάδελφο ή φίλο); Όχι, διότι ακριβώς το να χτυπάς ένα ενήλικα ή ένα ζώο, υπερβαίνει τα αποδεκτά κοινωνικά όρια. Εάν το να χτυπά κανείς τα παιδιά του ήταν το ίδιο κοινωνικά απαράδεκτο,

όπως το να χτυπά κανείς έναν ενήλικα, τότε κανένας γονιός δεν θα προέβαινε στην πράξη αυτή. Επιπλέον, ακόμη και οι γονείς που συνηθίζουν κάτι τέτοιο, θα σταματούσαν. Μια τέτοια στάση είναι αρκετή για να αλλάξει τις κοινωνικές αντιλήψεις και να εξισώσει το σεβασμό που επιδεικνύουμε απέναντι στα παιδιά με το σεβασμό που επιδεικνύουμε απέναντι στους ενήλικες.

4. Μετρά ένα χαστούκι όσο "αθώο" και αν είναι;

Ναι, μετρά. Πολλοί γονείς χτυπούν τα παιδιά τους, αλλά πολύ περισσότεροι είναι εκείνοι που ξεφεύγουν από τον έλεγχο. Και αυτό επειδή το ξύλο βοηθάει μόνο το γονιό να ανακουφίζεται από τα αρνητικά συναισθήματα που τον διακατέχουν. Εάν επιτρέψεις στον εαυτό σου να χτυπάει ένα τετράχρονο παιδί επειδή "παίζει" με τη τηλεόραση, τότε ποια επιλογή έχεις την δεύτερη φορά που θα επαναλάβει το ίδιο από το να το χτυπήσεις ακόμα πιο δυνατά? Το ξύλο δεν αποτελεί λύση. Οι σχέσεις μεταξύ γονιών και παιδιών δεν διορθώνονται με το ξύλο αλλά με το διάλογο, το σεβασμό και την επικοινωνία. Το ξύλο απλώς αναγκάζει το παιδί να συμμορφωθεί προσωρινά με τους κανονισμούς που θέτει ο γονιός χωρίς ωστόσο να μαθαίνει σωστούς τρόπους συμπεριφοράς.

5. Τα παιδιά όμως χρειάζονται πειθαρχία. Τι μπορεί να αντικαταστήσει την σωματική τιμωρία;

Κανείς δεν διαφωνεί ότι πρέπει να επιβάλλεται ένα είδος πειθαρχίας και να τίθενται όρια στα παιδιά. Εντούτοις, είναι σημαντικός ο τρόπος με τον οποίο εφαρμόζονται τα πιο πάνω. Οι πιο συχνές αντιδράσεις ενός γονιού σε μια αταξία είναι: αποδοκιμασία, εκνευρισμός, φωνές, θυμός, απαγόρευση τηλεόρασης και παιχνιδιού, κλείσιμο στο δωμάτιο χωρίς φαγητό, περιορισμός στο σπíti κτλ. Όλα τα πιο πάνω πρέπει να αποφεύγονται, διότι δεν οδηγούν σε επιθυμητά αποτελέσματα. Απεναντίας, η επιβράβευση αποφέρει πολύ καλύτερα αποτελέσματα τόσο στα παιδιά, όσο και στους ενήλικες. Υπάρχουν ήδη αρκετοί γονείς που είναι σε θέση να πειθαρχούν τα παιδιά τους, χωρίς όμως να τα χτυπούν. Το να μην χτυπάς ένα παιδί δεν σημαίνει ότι το κακομαθαίνεις.

Δέκα Λόγοι Γιατί Δεν Πρέπει Κτυπάτε το Παιδί σας

1. Χτυπώντας τα παιδιά σας, τα μαθαίνετε να κτυπούν και αυτά τα δικά τους παιδιά όταν μεγαλώσουν.
2. Στις περισσότερες περιπτώσεις όταν ένα παιδί παρουσιάζει αρνητική συμπεριφορά, είναι γιατί υπάρχει κάποιος λόγος (π.χ. πεινά, νυστάζει, είναι κουρασμένο ή αδιάθετο).
3. Η τιμωρία με ξυλοδαρμό δεν αφήνει το παιδί να μάθει ότι μια διαφωνία ή σύγκρουση επιλύεται με διάλογο και επικοινωνία.
4. Η τιμωρία επηρεάζει αρνητικά τη σχέση μεταξύ παιδιού-γονιού αφού είναι δύσκολο, για το παιδί να αντιληφθεί πως γίνεται να το αγαπούν και ταυτόχρονα να το κτυπούν και να το πληγώνουν.
5. Η οργή και η αγανάκτηση που δεν βρήκε τρόπους να εκφραστεί από ένα παιδί, αποθηκεύεται μέσα του και οδηγεί σε ένα θυμωμένο και αντιδραστικό έφηβο.
6. Το χτύπημα για παράδειγμα στο "πωπό" ενός παιδιού, ο οποίος είναι μια ερωτογενής ζώνη, μπορεί να δημιουργήσει στο μυαλό του παιδιού μια συσχέτιση μεταξύ πόνου και σεξουαλικής απόλαυσης και να οδηγήσει σε μια μετέπειτα δύσκολη σεξουαλική ζωή.
7. Όταν η τιμωρία με ξυλοδαρμό δεν πετυχαίνει και ο γονιός δεν έχει άλλες εναλλακτικές μεθόδους, τότε η συχνότητα της τιμωρίας αυτής μπορεί εύκολα να οδηγήσει, σε σοβαρή σωματική κακοποίηση του παιδιού.
8. Η σωματική τιμωρία ενισχύει το επικίνδυνο και άδικο μήνυμα ότι "ο πιο δυνατός επιβάλλεται γιατί μπορεί και το κάνει" και ότι είναι αποδεκτή η λογική να πληγώνουμε κάποιον επειδή τυγχάνει είναι μικρότερος και πιο αδύναμος από εμάς.
9. Τα παιδιά μαθαίνουν μέσα από τους ρόλους των γονιών τους ότι η σωματική τιμωρία αποτελεί αποδεκτό τρόπο έκφρασης αρνητικών συναισθημάτων και επίλυσης αντιπαράθεσεων / συγκρούσεων.
10. Τα γερά θεμέλια μιας υγιούς προσωπικότητας βασίζονται στην αγάπη, το σεβασμό και την σωστή επικοινωνία και όχι στο φόβο και την απειλή για σωματική τιμωρία.