

Γιατί πρέπει να μάθετε να λέτε «όχι» στο παιδί σας

Ματίνα Αναγνωστοπούλου

Ψυχολόγος - Ειδική παιδαγωγός -

Το παιδί σας απαιτεί συνέχεια μικροπράγματα ή προσπαθεί να παραβεί τους κανόνες σας (να μαζεύει τα παιχνίδια του, να πέφτει νωρίς για ύπνο κλπ.) κι εσείς αισθάνεστε ότι υποχωρείτε πολύ συχνά.

Η αδυναμία σας να πείτε «όχι» στο παιδί σας μπορεί να εκφράζει ενοχές γιατί δεν το βλέπετε πολύ και δε θέλετε να το «τυραννάτε», αμφιβολίες και αντίδραση σε σχέση με τη δική σας πιθανή αυστηρή ανατροφή, εξουθένωση και έλλειψη αντοχών να μπειτε σε ένα παιχνίδι εξουσίας ή ακόμη και βιασύνη γιατί δε μπορείτε πχ. να χρονοτριβείτε δυο ώρες με το πρωινό ντύσιμο και προτιμάτε να το κάνετε οι ίδιοι.

Γιατί είναι ανάγκη να μάθετε να λέτε «όχι» και να βάζετε όρια

Όταν του λέτε «όχι», βοηθάτε το παιδί σας να χτίσει την προσωπικότητά του και να εξελιχθεί σε ένα συγκροτημένο, υπεύθυνο και ανεξάρτητο άτομο. Η ματαίωση και η απαγόρευση αφορούν απαραίτητες εμπειρίες για την ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού σας το οποίο πρέπει να μάθει να παραιτείται από την άμεση ικανοποίηση καθεμιάς επιθυμίας του.

Αντίθετα απ' ό, τι ίσως πιστεύετε, το «όχι» καθησυχάζει τα παιδιά. Τα όρια που θέτετε δίνουν στο παιδί ένα αίσθημα ασφάλειας, και όχι ταπείνωσης όπως ίσως πιστεύετε. Όταν μένετε σταθεροί στο στόχο που βάλατε πριν από την κρίση, χωρίς να υποχωρείτε μπροστά στις εκρήξεις θυμού του, δίνετε στο παιδί σας τα πρώτα σημεία αναφοράς. Από την άλλη, ένα παιδί που βλέπει πως με τα ουρλιαχτά του πετυχαίνει το στόχο του τελικά, θα αισθανθεί άγχος λόγω της απουσίας ορίων σε αυτή του την παντοδυναμία. Το να κατανοούμε τις ανάγκες του παιδιού δε συνεπάγεται υποχωρητικότητα και ασυδοσία.

Βάζοντας όρια αποφεύγετε την παγίδα του «γονιού-φίλου». Όταν κανείς είναι «γονιός-φίλος» είναι σα να αντιμετωπίζει το παιδί του ισότιμα, ως συνομήλικο

φίλο, δηλαδή ως ολοκληρωμένο άτομο. Αυτό σημαίνει ότι παραγνωρίζονται τα ψυχολογικά στάδια της ανάπτυξης του παιδιού. Το παιδί έχει ανάγκη έναν αποφασιστικό γονέα, που παραμένει σταθερά στη θέση του, ένα γονέα ενήλικο πάνω στον οποίο θα μπορέσει όποτε το χρειαστεί να στηριχτεί.

Όταν εκπληρώνετε κάθε επιθυμία του παιδιού σας, το μεγαλώνετε σε έναν απατηλό κόσμο όπου θεωρεί ότι μπορεί να κάνει τα πάντα. Αυτό εμποδίζει το παιδί να βιώσει την πραγματικότητα και το καθιστά ανίκανο να ανεχτεί τις απαγορεύσεις, τις στέρσεις και τις ματαιώσεις. Κατά την εφηβεία, ένα παιδί που έχει στερηθεί τα παραπάνω είναι πιθανό να μπει στον πειρασμό να τα αναζητήσει ακόμη και μέσα από αντικοινωνικές συμπεριφορές.

Όταν θέτετε όρια στο παιδί σας, σταματάτε να δυσκολεύετε τη ζωή σας. Το να υποχωρείτε μονίμως καταντάει σκλαβιά. Στο τέλος, συνειδητά ή ασυνείδητα, καταλήγει κανείς να μισεί τον τύραννό του.