

Συνάξεις Γονέων
Για Μία Οικογένεια Μὲ Ὅραμα
Περίοδος Α΄: 2016-2017

Οἱ εἰδικοὶ μᾶς συμβουλεύουν
γιὰ τὴν δημιουργικὴ σχέσι μεταξὺ
Πατέρα, Μητέρας, Παιδιῶν



A7

Πῶς
θὰ μεγαλώσετε
εὐγενικὰ παιδιά

Ἐκκλησία Γνησίων Ὁρθοδόξων Χριστιανῶν Ἑλλάδος
Ἱερὰ Μητρόπολις Ὠρωποῦ καὶ Φυλῆς
2016-2017

Πώς θα μεγαλώσετε εὐγενικά παιδιά*

Ωs γονεῖς, μπορούμε να διασφαλίσουμε, ὅτι τὰ παιδιά μας θὰ μάθουν νὰ διαβάζουν καὶ νὰ γράφουν, ἀλλὰ ἀπὸ τὴν ἄλλη ὑποθέτουμε, ὅτι θὰ ἀναπτυχθοῦν φυσικὰ κάποιες δεξιότητες, ὅπως ἡ εὐγένεια καὶ ἡ καλοσύνη.

Δὲν πιστεύετε ὅμως, ὅτι θὰ πρέπει νὰ διδάξετε στὸ παιδί νὰ ἔχει σωστὴ συμπεριφορά, ὅπως ἀκριβῶς κάνετε μὲ τὴν ἀνάγνωση καὶ τὴν γραφή;



Βέβαια, ἡ σωστὴ διαχείριση τῶν συναισθημάτων δὲν ἔρχεται φυσικὰ σὲ ὅλα τὰ παιδιά.

Μερικὰ παιδιά δὲν γνωρίζουν, ὅτι διαταράσσουν τοὺς γύρω τους. **Κ**άποια παιδιά δὲν βάζουν τὸν ἑαυτό τους στὴν θέση τῶν ἄλλων γιὰ νὰ δοῦν πῶς νιώθουν. **Ἐ**πίσης, σὲ μερικὰ παιδιά τοὺς εἶναι δύσκολο νὰ καταλάβουν τὰ ὄρια καὶ νὰ υἱοθετήσουν μία εὐγενικὴ συμπεριφορά. **Ἐ**τσι, πῶς μπορείτε νὰ βοηθήσετε ἢ καὶ νὰ διδάξετε στὰ παιδιά Σας νὰ εἶναι κοινωνικὰ καὶ εὐγενικὰ καὶ νὰ μὴν υἱοθετοῦν ἐπιθετικὴ συμπεριφορά;

Υπάρχουν μερικὰ ἀπλᾶ βήματα πὸν μπορείτε νὰ ἀκολουθήσετε!

* * *

1. **Νὰ εἴσθε παράδειγμα εὐγενικῆς συμπεριφορᾶς.**



• Γελάτε συχνὰ εἰς βάρος κάποιων ξένων-ἀγνώστων; **Μιλᾶτε** ἄσχημα γιὰ τοὺς συγγενεῖς ἢ τοὺς φίλους σας, ὅταν αὐτοὶ δὲν εἶναι παρόντες; **Συμπεριφέρεστε** στὸν / στὴν σύζυγο, στὰ κατοικίδια ζῶα Σας ἢ ἀκόμα καὶ στὰ παιδιά μὲ ὑποτιμητικὸ τρόπο κάποιες φορές;

• **Δυστυχῶς**, στὴν περίπτωση αὐτὴ **τὸ μῆλο πέφτει κάτω ἀπὸ τὴν μηλιά.** Ἄν πεῖτε στὸ παιδί σας νὰ εἶναι εὐγενικό, ἀλλὰ εἴσθε ἀρνητικὸ παράδειγμα μὲ ἀγενεῖς συμπεριφορὲς στοὺς γύρω σας, τότε τὰ λόγια σας δὲν θὰ ἔχουν τὸ παραμικρὸ ἀντίκτυπο στὴν συμπεριφορὰ του. **Τὰ παιδιά** κάνουν ὅ,τι βλέπουν καὶ ἀντιγράφουν συμπεριφορὲς καὶ συνήθως δὲν κάνουν ὅ,τι τοὺς λένε. Ἐτσι λοιπὸν πρέπει νὰ γίνεσθε ἕνα ἰδανικὸ πρότυπο γιὰ τὸ παιδί σας.

• **Δειξτε** στὸ παιδί σας σεβασμὸ ἀκόμη καὶ ὅταν τὸ μαλώνετε ἢ τοῦ διδάσκετε τὴν πειθαρχία. **Μιλῆστε** μὲ τὸν / τὴν σύζυγό σας μὲ εὐγενικὸ τρόπο. **Τὰ παιδιά** σας εἶναι σίγουρο, ὅτι θὰ μάθουν ἀπὸ τὸ παράδειγμά σας καὶ θὰ θελήσουν νὰ τὸ ἀκολουθήσουν.

* * *

2. **Ἐπισημάνετε τὰ συναισθήματα τῶν ἀνθρώπων γύρω Σας.**

• Ἐὰν τὸ παιδί σας δυσκολεύεται νὰ ἀντιληφθῇ κοινωνικὲς συμπεριφορὲς ἀπὸ τοὺς γύρω του, **παιξτε** μαζί του ἕνα παιχνίδι, τὸ ὁποῖο ἀποκαλοῦμε: «**Μάντεψε**

τὸ συναίσθημα». Καθίστε σὲ ἕνα πάγκο ἢ σὲ ἕνα ἐμπορικὸ κέντρο καὶ παρακολουθήστε τοὺς ἀνθρώπους γύρω Σας.

- **Β**ρεῖτε κάποιον πὺ δείχνει φανερὰ τὰ συναισθηματά του, ὅπως ἐνθουσιασμό, θλίψη ἢ θυμό. **Ρ**ωτήστε τὸ παιδί σας: «**Τ**ί νομίζεις ὅτι αἰσθάνεται;». **Ζ**ητήστε του νὰ συνθέσει μία ἱστορία γιὰ τὸ τί μπορεῖ νὰ συμβαίνει.

- **Α**ὐτὸ βοηθᾷ τὰ παιδιὰ νὰ ἀντιληφθοῦν συναισθηματά δίχως λεκτικές ἐνδείξεις ὡς πρὸς τὸ πῶς αἰσθάνονται οἱ ἄλλοι καὶ τοὺς βοηθᾷ νὰ θέσουν ἕνα νόημα πίσω ἀπὸ τὸ κάθε συναίσθημα.

* * *

3. Ἐπαναπροσδιορίστε πῶς θὰ πειράζετε τὰ παιδιὰ σας. Τὸ κάνετε μὲ ὑποτιμητικὸ τρόπο, χλευάζοντας ἢ ταπεινώνοντας αὐτά;

- **Σ**ὲ μερικές οἰκογένειες ἀρέσει νὰ πειράζουν ὁ ἕνας τὸν ἄλλο, ἀλλὰ μερικὰ παιδιὰ δὲν μποροῦν νὰ ἀνεχθοῦν τὸ ἔντονο πείραγμα καὶ ἐνοχλοῦνται. **Μ**ερικοὶ γονεῖς δὲν ἀντιλαμβάνονται, ὅτι τὰ πειράζουν μὲ σκληρὸ τρόπο, ἀλλὰ ἐὰν τὸ παιδί Σας ἀντιδρᾷ μὲ κλάμα καὶ ἀπομακρύνεται, τότε προφανῶς αἰσθάνεται, ὅτι τὸ ὑποτιμᾷτε.

- **Θ**ὰ θέλατε τὸ παιδί σας νὰ κάνει πλάκα καὶ νὰ ἐμπαίζει τοὺς συμμαθητές του; **Μ**ερικοὶ γονεῖς πιστεύουν, ὅτι ἀπλᾶ κάνουν τὰ παιδιὰ τους πιὸ σκληρὰ ἢ εἶναι παιχνιδιάριδες πειράζοντάς τα, ἀλλὰ



συχνά τὰ παιδιά θὰ κά-
νουν τὸ ἴδιο καὶ στοὺς
συνομηλίκους τους. **Τὰ**
παιδιά μαθαίνουν πῶς
νὰ εἶναι παιχνιδιάρικα
μέσα στὰ ὄρια, τὰ ὁποῖα
ἡ ἴδια ἢ οἰκογένεια ὀρίζει.



● **Ἄν** τὰ κακεντρεχῆ σχόλια ἢ ὁ χλευασμὸς εἶναι ἀποδεκτὰ στὸ σπίτι, τότε τὰ παιδιά θὰ σκεφθοῦν, ὅτι εἶναι ἀποδεκτὰ παντοῦ.

* * *

4. Τονίστε πὼς ἡ συμπεριφορὰ τους ἐπηρεάζει τοὺς γύρω τους.

● **Ὅταν** ἡ συμπεριφορὰ τοῦ παιδιοῦ ἐπηρεάζει τοὺς γύρω του, φροντίστε νὰ τοῦ ἐπισημάνετε αὐτό, ὥστε νὰ τὸ καταλάβει.

Ἐνα παράδειγμα: «**Τὴν** χτύπησες καὶ τώρα εἶναι τόσο λυπημένη. Κοίτα αὐτὸ τὸ κόκκινο σημάδι πού ἄφησες στὸ πρόσωπό της. **Θὰ** ἤθελες νὰ ἔχεις καὶ ἐσὺ τὸ ἴδιο σημάδι στὸ δικό σου πρόσωπο; **Θὰ** ἤμουν τὸ ἴδιο ἀναστατωμένη. **Σᾶς** ἀγαπῶ καὶ τοὺς δύο καὶ δὲν θέλω κανεὶς νὰ σᾶς βλάψει».

● **Ὅταν** τὸ παιδί σας, **Σᾶς** κοιτάζει μὲ ἀπλανές, ἀδιάφορο βλέμμα, ἔχετε πάψει νὰ εἴσθε κατανοητοί.

* * *

5. Διδάξτε στὰ παιδιά σας τὴν χαρὰ τοῦ νὰ βοηθᾶς τοὺς ἄλλους.

● **Γίνετε** παράδειγμα γιὰ τὰ παιδιά σας μὲ τὸ νὰ βοηθᾶτε τοὺς ξένους, τοὺς φίλους καὶ τὴν οἰκογένει-



νειά σας. Δώστε τους να καταλάβουν, ότι αισθάνεσθε καλά με τὸ νὰ βοηθᾶτε τοὺς ἄλλους - ἀκόμη καὶ ἂν δὲν παίρνετε τίποτα πίσω ὡς ἀντάλλαγμα.

Δώστε τους εὐκαιρίες γιὰ νὰ βοηθήσουν τοὺς ἄλλους ὡς οἰκογένεια.

- Διδάξτε ἐπίσης στὸ παιδί σας, ὅτι ἀκόμα καὶ οἱ μικρὲς πράξεις καλοσύνης ἀνταμείβονται.

- Παράδειγμα: **Κ**ρατῆστε τὴν πόρτα γιὰ ἓνα ἄλλο πρόσωπο. **Α**φήστε κάποιον νὰ περάσει μπροστὰ στὴν κίνηση. **Β**οηθήστε κάποιον μὲ ψώνια τοῦ σουπερ-μάρκετ, ὅταν τὰ χέρια του εἶναι γεμάτα.

- Ἐξηγήστε, ὅτι εἶναι ὠραῖο νὰ βοηθᾶ κανεὶς τοὺς ἄλλους, ἀκόμη κι ἂν αὐτοὶ δὲν λένε εὐχαριστῶ. **Τ**ὸ θέμα εἶναι νὰ δίνει κανεὶς ἀπὸ ἀνιδιοτέλεια καὶ ὄχι γιὰ νὰ πάρει.

* * *

6. Μὴν ἐπιτρέπετε στὰ παιδιά νὰ σᾶς μιλοῦν μὲ ἀπότομο καὶ ἀγενῆ τρόπο.

- Ἄν ἐπιτρέψετε στὸ παιδί νὰ μιλάει μὲ ἀγένεια, θὰ σκεφτεῖ, ὅτι εἶναι ἀποδεκτὸ νὰ μιλάει ἔτσι καὶ μὲ ἄλλους, καθὼς ἢ εὐγένεια καὶ ἢ καλὴ συμπεριφορὰ ξεκινᾶ ἀπὸ τὸ σπίτι.

- Ἀδιαφορήστε, ὅταν –μετὰ τὴν ὑπόδειξή σας γιὰ τὴν ἀγένειά του– ἀντιμιλήσει μὲ ὄχι καλὸ τρόπο ἢ ὅταν κάνει «μουτρα». **Π**εῖτέ του: «δὲν θὰ ἀνεχθῶ νὰ μοῦ μιλᾶς μὲ τὸν τρόπο αὐτό!...», καὶ μὴν συνεχίσετε τὴν κουβέντα μέχρι τὸ παιδί νὰ συμμορφωθεῖ στὸν τρόπο πού σᾶς μιλά.

● Για πiό προσβλητικέσ συμπεριφορέσ, προειδοποιεῖστε τὸ παιδί, μὲ χαμηλὸ τόνο στὴν φωνή σας καὶ κοιτώντάσ το στὰ μάτια, λέγοντάσ κάτι, ὅπωσ: «στὴν οἰκογένειά μασ δὲν μιλάμε μὲ τὸν τρόπο αὐτό!...». Στὴν συνέχεια ἀπομακρυνθεῖτε ἀπὸ κοντά του καὶ δώστε του χρόνο νὰ σκεφθεῖ καὶ νὰ καταλάβει τί εἶπατε. Ἄν ἡ ἀγενήσ συμπεριφορά του συνεχισθεῖ, πάρτε τὸ παιδί, πηγαίνετε το χωρίσ νὰ μιλάτε σὲ μία καρέκλα καὶ ἐξηγήστε του γιατί θὰ μείνει ἐκεῖ για λίγη ὥρα.

● Εἶναι σημαντικό, ὅταν τὸ παιδί εἶναι ἀγενέσ, νὰ μὴν γελάτε, γιατί ἔτσι θὰ τοῦ δώσετε θετική προσοχή καὶ ἄθελά σας, θὰ τὸ παροτρύνετε νὰ συνεχίσει νὰ εἶναι ἀγενέσ.

(*) Βλ. <http://www.baby.gr/babyzine/paidi/2861-pos-na-megalosete-evgenika-paidia>. Ἀπὸ Ἀθανασιάδου Βιολέττα. ● Ἐπιμέλ. ἡμετ.



Συνάξεις Γονέων

ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ
ΩΡΩΠΟΥ ΚΑΙ ΦΥΛΗΣ

Ἴερά Μητρόπολις Ὁρωποῦ καὶ Φυλῆσ

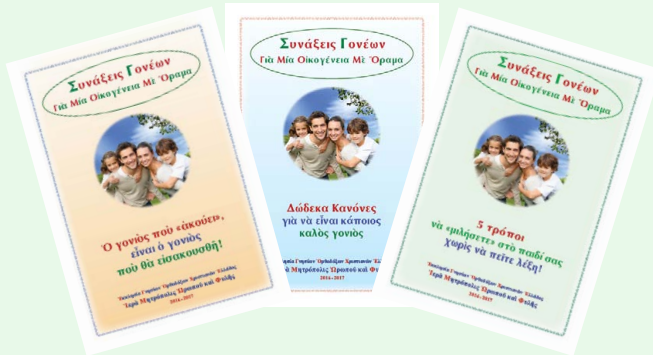
Λεωφ. Φυλῆσ 44 (Δημοτική Ἐνότῆσ Φυλῆσ)

Ἀριθμ. Τηλεφ.: 210 2487388 καὶ 6976 816971

Fax: 210 2487389

E-mail: mitropolis-orfyl@hsir.org

● Οἱ «Συνάξεις Γονέων» σὲ video: www.hsir.org/Publications_el/VideoSeriesC.html



**Στην προσπάθεια και ποιμαντική φροντίδα
να βοηθῆ και συμπαρίσταται στους Γονεῖς
στην Διακονία τῆς ἐν Χριστῷ ἀνατροφῆς τῶν τέκνων αὐτῶν
ἡ Ἱερὰ Μητρόπολις μας διαθέτει τὰ ἑξῆς τευχίδια:**

- **Δ**ώδεκα Κανόνες για να εἶναι κάποιος καλός γονιός.
- **Ο** γονιός πού «ἀκούει», εἶναι ὁ γονιός πού θά εἰσακουσθῆ!
- **Έ**να παιδί δίνει 17 πολύτιμες συμβουλές στους γονεῖς του.
- **Ο**ἱ 20 καλύτερες συμβουλές για γονεῖς πού θά ἀκούσετε ποτέ!
- **5** τρόποι να «μιλήσετε» στο παιδί σας χωρίς να πείτε λέξη!
- **15** τρυφερές συμβουλές για τούς γονεῖς πού καμμιά φορά δυσκολεύονται.

