

ΠΑΙΔΙ & γονείς

ΕΠΑΙΝΟΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΙΚΗ

Ασχολούμαστε με τόσα πράγματα σε καθημερινή βάση, που δεν καταφέρνουμε να έχουμε όσο χρόνο θα θέλαμε για τα παιδιά μας. Λοιπόν, τι έχει πραγματική σημασία για να είναι τα παιδιά ευτυχισμένα, υγιή και ισορροπημένα;

Το βιβλίο «Τα 10 πιο σημαντικά πράγματα που μπορείτε να κάνετε για το παιδί σας (εκδ. «Πατάκη»), απαντά σε αυτό το καυτό ερώτημα, καθώς και σε άλλα. Ίσως θέλετε να επαινείτε συνεχώς το παιδί σας, όμως αυτό δεν είναι εφικτό γιατί, αναπόφευκτα, υπάρχουν περιπτώσεις που πρέπει να ασκήσετε κάποιο είδος κριτική. Όμως, δεν πρέπει να ασκήσετε με απερισκεψία αυτή την κριτική, π.χ. «ο γραφικός χαρακτήρας σου είναι απαίσιος», «είσαι αδιόρθωτος με το πρωινό ξύπνημα» ή «είσαι πολύ ενοχλητική».

Προσπαθήστε να μη μιλάτε ποτέ αρνητικά στο παιδί σας. Και όταν πρέπει να το κάνετε (γιατί θα χρειαστεί κάποιες φορές) μην ασκείτε κριτική σε προσωπικό επίπεδο. Αναφερθείτε στη δεξιοτέχνη ή τη συμπεριφορά τους.

- «Θα μπορούσες να βελτιώσεις λίγο το γραφικό σου χαρακτήρα, δε νομίζεις».

- «Παραλίγο να αργήσεις στο σχολείο σήμερα».

- «Αυτό το διαπεραστικό ουρλιαχτό είναι πολύ ενοχλητικό».

Εάν βάλετε μια αρνητική ταμπέλα στην προσωπικότητα του παιδιού, θα προσπαθήσει πιθανότατα να σας δικαιώσει. «Αφού είμαι τεμπέλης, γιατί να προσπαθήσω. Δεν υπάρχει λόγος να μπω στον κόπο». Όπως φαίνεται η

κριτική στην προσωπικότητά του, υπονομεύει την αυτοπεποίθησή του και το ωθεί να αισθάνεται άσχημα. Η κριτική σας πρέπει να είναι:

■ **ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΗ**. Το παιδί πρέπει να ξέρει ακριβώς το λόγο για τον οποίο ασκείτε κριτική. Δε λέμε «Είσαι εγωίστρια», αλλά «Είναι εγωιστικό να μη μοιράζεσαι τα παιχνίδια σου. Θα ήθελα να αφήσεις τον μικρό σου αδελφό να παίξει με αυτά για λίγο».

■ **ΕΠΟΙΚΟΔΟΜΗΤΙΚΗ**. Να καταλάβει το παιδί ότι η κριτική σας μπορεί να μετατραπεί σε κάτι θετικό. Δε λέμε «ο γραφικός σου χαρακτήρας είναι χάλια», αλλά «με λίγη εξάσκηση ο γραφικός σου χαρακτήρας θα γίνει καλύτερος».

■ **ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΙΜΗ**. Μην κριτικάρετε κάτι που το παιδί δεν μπορεί να αλλάξει, όπως «είσαι αδιόρθωτος στην ορθογραφία» ή «δε θα γίνεις ποτέ ποδοσφαιριστής».

Τα παιδιά θέλουν πολύ να αναγνωρίζουν οι γονείς τα επιτεύγματά τους. Εάν κερδίζουν την προσοχή σας μόνο με υψηλούς βαθμούς στο σχολείο, θα νιώθουν μεγάλη πίεση για να βρίσκονται πάντα στην κορυφή. Πρέπει, λοιπόν, να είστε βέβαιοι ότι αναγνωρίζετε όλα τα επιτεύγματα που είναι σημαντικά για το παιδί, ανεξάρτητα από το πόσο ψηλά βρίσκονται στη δική σας σειρά.