

ΧΡΕΙΑΖΟΜΑΙ ΕΝΘΑΡΡΥΝΣΗ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Πριν αποκτήσουμε παιδιά, πιστεύαμε πως η απόκτησή τους ήταν κάτι που θα ωφελούσε μόνον εκείνα. Πως εμείς μόνο την ταλαιπωρία θα αναλαμβάναμε κι όλες τις δύσκολες και πρακτικές δουλειές. Πως εκείνα θα ζούσαν τη ζωή τους όπως ήθελαν και εμείς θα κλεινόμασταν στο σπίτι, θα μέναμε ξάγρυπνοι τα βράδια, θα τρέχαμε στους γιατρούς συνέχεια κ.λ.π. Όλοι οι φίλοι μας έλεγαν ότι είναι πολύ δύσκολο να μεγαλώνεις παιδιά, κάτι που διαπιστώσαμε κι εμείς, αλλά από άλλη οπτική γωνία.

Ναι, στην αρχή πιστεύαμε πως η γέννηση ενός παιδιού ωφελεί μόνον εκείνο. Όμως τελικά αποδείχθη ότι δεν είναι μόνον έτσι. Ότι δηλαδή δεν κερδίζουν μόνον τα παιδιά από τη γέννησή τους. Ανακαλύψαμε πως τα περισσότερα κέρδη τα έχουμε εμείς ως γονείς και ως άνθρωποι, όχι όμως όπως θα νόμιζε κανείς, επειδή βελτιώσαμε την εικόνα μας στην κοινωνία, μια που αποκτήσαμε παιδιά. Τα δικά μας κέρδη έχουν σχέση με τον ίδιο μας τον εαυτό. Κερδίσαμε επειδή αλλάξαμε, επειδή τα παιδιά, μας έκαναν να δούμε τις σχέσεις, τους ανθρώπους και γενικά τον κόσμο, από μια άλλη μεριά πολύ πιο σπουδαία και πλούσια από εκείνη που μέχρι σήμερα τον βλέπαμε. Κερδίσαμε επειδή ανακαλύψαμε και ήρθαμε σε επαφή με κρυμμένες πλευρές του εαυτού μας, κάτι που πριν μας ήταν αδιανόητο. Κερδίσαμε μέσα από την προσπάθειά μας να γίνουμε υπεύθυνοι γονείς, μέσα από το ενδιαφέρον μας να δημιουργήσουμε εκείνες τις συνθήκες μέσα στις οποίες τα παιδιά μας θα αναπτύξουν τις δυνατότητές τους και θα γίνουν δημιουργικά, χρήσιμα και ευτυχισμένα.

Όπως καταλαβαίνετε, εμείς δεν είχαμε καμία διάθεση να αλλάξουμε. Αναπαυμένοι στην αυταρέσκεια της υποτιθέμενης αυτογνωσίας και ταμπουρωμένοι πίσω από την ψεύτικη και εύθραυστη ανωτερότητά μας, νομίζαμε πως καλά πηγαίναμε και πως δεν χρειαζόταν να κάνουμε κάτι διαφορετικό, καλύτερο. Και ήρθαν τα παιδιά για να μας δείξουν πόσο χρειαζόταν να βελτιωθούμε ως άνθρωποι, να μάθουμε καινούργια πράγματα, να αντικαταστήσουμε τα μεγάλα λάθη που κάναμε με μικρότερα.

Με την ύπαρξη των παιδιών, αμέσως άλλαξε το στίγμα μας στη ζωή και την κοινωνία. Πριν είμαστε ένα ζευγάρι νέων ανθρώπων που έκανε ό,τι ήθελε, γιατί οι επιπτώσεις επηρέαζαν μόνον εμάς. Τώρα, ό,τι κάνουμε επηρεάζει και κάποιους άλλους ανθρώπους και είναι τουλάχιστον ανεύθυνο να μην ενδιαφερόμαστε γι αυτό. Αυτή η ανάγκη, μας οδήγησε στο να μάθουμε να είμαστε γονείς. Ναι, όπως το διαβάζετε. Κανείς δεν μας είχε μάθει πώς να μεγαλώσουμε παιδιά. Κανείς δεν μας δίδαξε τις υποχρεώσεις και τα δικαιώματα, τα δικά μας και των παιδιών. Κανείς δεν μας είχε ενημερώσει για το πώς αναπτύσσεται η ψυχή και το μυαλό των παιδιών. Αυτά τα γενικά που γράφουν τα διάφορα βιβλία που κυκλοφορούν, μας ήταν γνωστά. Όμως όλα αυτά, αν και χρήσιμα, είναι η επιφάνεια. Το θέμα για εμάς ήταν να φτάσουμε πιο βαθιά, εκεί που μπαίνουν τα θεμέλια για μια μελλοντική ευτυχισμένη ζωή.

Βλέπαμε γύρω μας παιδιά καλοταϊσμένα, καλοντυμένα, στα καλύτερα σχολεία, αλλά δεν βλέπαμε ευτυχισμένα παιδιά, όπως και δεν βλέπαμε ευτυχισμένους γονείς. Αυτό μας έβαλε σε υποψίες. Τους ρωτάγαμε με ποιό τρόπο μεγαλώνουν τα παιδιά τους και οι απαντήσεις ήταν ποικίλες. Άλλοι μας έλεγαν ότι άφηναν το ένστικτό τους να τους πει τι

θα κάνουν, άλλοι ότι επαναλάμβαναν το μοντέλο των δικών τους γονιών, ενώ άλλοι μας πρότειναν να αφήσουμε τα πράγματα να εξελιχθούν από μόνα τους. Όμως κανένας δεν μας έλεγε ότι είχε έναν συγκεκριμένο τρόπο αντιμετώπισης, κάποιες αρχές ή μια τακτική που να είχε συνέπεια. Εκεί που χρησιμοποιούσαν την τιμωρία, εκεί αφήναν το παιδί να κάνει ό,τι θέλει. Άλλες φορές το έδερναν, άλλες φορές το χάιδευαν όταν έκανε κάτι κακό. Πότε του έβαζαν τις φωνές και το φόβιζαν, πότε προσπαθούσαν να το κάνουν να μην φοβάται. Ρωτούσαμε αν οι μέθοδοι που χρησιμοποιούσαν ήταν αποτελεσματικές και από τις απαντήσεις τους καταλαβαίναμε πως μάλλον δεν ήταν. Όταν παρακολουθούσαμε και εμείς τα ίδια τα παιδιά αν είχαν βελτιώσει τη συμπεριφορά τους, διαπιστώναμε πως συνέβαινε ακριβώς το αντίθετο.

Γνωρίσαμε παιδιά που για να κοιμηθούν τα έκαναν βόλτα με το αυτοκίνητο στη γειτονιά. Παιδιά που τρώγανε μόνο συγκεκριμένα φαγητά κάθε ημέρα, μακαρόνια για παράδειγμα. Παιδιά που δεν εννοούσαν να σταματήσουν να τα κάνουν επάνω τους. Παιδιά υστερικά και νευρικά, που ήθελαν να είναι πάντα πρώτα και όταν δεν ήταν, εγκατέλειπαν πλήρως εκείνο που έκαναν. Εμείς οι ίδιοι είδαμε το δικό μας παιδί, που για να φάει έπρεπε να του δίνουμε ολόκληρη παράσταση με παιχνίδια και που για να κοιμηθεί έπρεπε να του κρατάμε το χέρι μέχρι να αποκοιμηθεί, που μόλις έκλαιγε το παίρναμε αγκαλιά και γι αυτό βεβαίως έκλαιγε συνέχεια.

Πραγματικά είχαμε βρεθεί σε πολύ δύσκολη θέση. Διαπιστώναμε κάθε ημέρα πως ακόμη και η εμπειρία των άλλων δεν μπορούσε να μας βοηθήσει. Βλέπαμε πως κάναμε λάθη, πως προσπαθούσαμε να εφαρμόσουμε κάποια από αυτά που μαθαίναμε και ακούγαμε από άλλους, αλλά χωρίς αποτέλεσμα. Η κατάσταση του παιδιού μας χειροτέρευε, με την έννοια πως ήθελε όλο και περισσότερα παιχνίδια για να φάει, όλο και περισσότερη ώρα νανούρισμα, όλο και περισσότερη αγκαλιά. Η ανησυχία μας είχε φθάσει στο απροχώρητο γιατί βλέπαμε πως οι δυσκολίες στο μέλλον θα ήταν ακόμη μεγαλύτερες.

Τότε, μια συζήτηση τυχαία μας έδωσε την ευκαιρία. Μια φίλη είχε παρακολουθήσει μια ομάδα γονέων, όπου διδάχθηκε μια συγκεκριμένη μέθοδο, εκείνη του Ντράικωρς, που βασίζεται στην Ατομική Ψυχολογία του Άντλερ και για την οποία κυκλοφορούν αρκετά βιβλία στα ελληνικά. Μόλις ακούσαμε αυτά τα ονόματα τρέξαμε αμέσως στη βιβλιοθήκη μας, γιατί θυμόμαστε πως είχαμε κάποια βιβλία τους και μάλιστα μερικά από αυτά τα είχαμε διαβάσει. Πραγματικά έτσι ήταν, αλλά θυμόμαστε ελάχιστα πράγματα και βεβαίως χωρίς καμία συνέχεια μεταξύ τους. Μην έχοντας καμία άλλη εναλλακτική λύση, πήγαμε δυο-τρεις φορές στην ομάδα για να δούμε πως είναι και ... κολλήσαμε. Παρακολουθήσαμε ένα χρόνο μαθήματα στον κύκλο γονέων και μετά διαπιστώνοντας πως είναι πολύ χρήσιμα όλα αυτά, συνεχίσαμε με μαθήματα αυτογνωσίας που, σε σύνδεση με τα όσα είχαμε μάθει τον πρώτο χρόνο, μας βοήθησε να αποκτήσουμε μια ολοκληρωμένη μέθοδο επικοινωνίας με τα παιδιά μας και τον εαυτό μας και μια σημαντική προσωπική στάση ζωής.

Το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας περιέχει πολλές από τις εμπειρίες που είχαμε εφαρμόζοντας τις αρχές που μάθαμε. Αναφέρεται όμως και σε περιπτώσεις που ακούσαμε από άλλους γονείς στην ομάδα και από φίλους και γνωστούς μας. Την αφήγηση δεν την κάνουμε όμως εμείς, αλλά το ίδιο το παιδί μας. Εκείνο διηγείται πώς ήταν πριν να μάθουμε τη μέθοδο και πώς, αφού τη μάθαμε. Λέει τις σκέψεις που έκανε, τους στόχους που είχε η συμπεριφορά του και τα συναισθήματα που το κατείχαν

για πρώτη φορά. Η αιτία που δώσαμε το λόγο στο παιδί είναι γιατί έτσι πιστεύουμε ότι θα γίνουν πιο καλά αντιληπτά αυτά που προτείνουμε αλλά και για να ακούσουμε το ίδιο το παιδί, να καταλάβουμε επτέλους τη γλώσσα του.

Όπως είναι φυσικό, δεν είναι δυνατόν να καλυφθούν όλες οι περιπτώσεις που θα αντιμετωπίσετε και δεν χρειάζεται άλλωστε. Καλύτερα είναι μέσα από συγκεκριμένες περιπτώσεις να μάθετε όλη τη μέθοδο. Με τον τρόπο αυτόν, θα έχετε έτοιμη μια συμπεριφορά, εκείνη του παραδείγματος, αλλά και τη βασική ιδέα που θα σας βοηθήσει να παράγετε συμπεριφορές και σε άλλες περιπτώσεις που θα αντιμετωπίσετε μόνον εσείς. Επίσης είναι αναγκαίο να ξεκαθαρίσουμε ότι στο βιβλίο αυτό περιγράφουμε καταστάσεις που εμείς οι ίδιοι προσπαθούμε να αντιμετωπίσουμε επιτυχημένα, χωρίς να το καταφέρνουμε πάντοτε. Δεν είμαστε τέλειοι, ούτε αυτό επιδιώκουμε να γίνουμε. Αυτό που προσπαθούμε να κάνουμε είναι να αντικαταστήσουμε τα μεγάλα λάθη με μικρότερα και έτσι να εξασφαλίσουμε μια βελτίωση, όσο μικρή κι αν είναι αυτή. Δεν εφαρμόζουμε στην εντέλεια όλα όσα διηγούμαστε. Συνεχίζουμε να κάνουμε λάθη και να έχουμε παραλείψεις. Μέσα από τη διήγηση όμως, περιγράφουμε τι είναι χρήσιμο να προσπαθούμε πάντα να κάνουμε και παρακινούμαστε περισσότερο όταν αυτά τα ακούμε από ένα παιδί και όχι από έναν μεγάλο. Πιστεύουμε πως το παιδί, μην έχοντας προλάβει να διαβρωθεί από τις αξίες του πολιτισμού μας, είναι πιο γνήσιο, αληθινό και πιο κοντά στην αληθινή φύση μας, ως άνθρωποι.

Η συγγραφή αυτού του βιβλίου είχε και μια άλλη χρησιμότητα για μας. Ξαναθυμηθήκαμε εκείνα που έχουμε μάθει, εμπεδώσαμε καλύτερα τις βασικές αρχές και πλησιάσαμε ακόμη περισσότερο τα παιδιά μας, κάτι που δεν πρέπει να σταματήσει ποτέ. Ήταν μια πολύ σπουδαία εμπειρία, την οποία σας ευχόμαστε ολόψυχα. Δεν χρειάζεται να γράψετε και εσείς βιβλίο για να αισθανθείτε όπως εμείς. Εκείνο που χρειάζεται να αποφύγετε, είναι να μην δείτε τα συγκεκριμένα γεγονότα που αναφέρω σαν ειδικές περιπτώσεις που δεν ισχύουν για σας. Ασφαλώς το κάθε παιδί έχει τις δικές του ιδιοτροπίες (που καλλιεργούμε εμείς οι γονείς) και δεν μοιάζει με κανένα άλλο. Εκείνο όμως που θα πρέπει να κρατήσετε, είναι η ουσία του πράγματος, δηλαδή, πως ανεξάρτητα από τα συγκεκριμένα γεγονότα, γεμίζουμε τα παιδιά με εξαρτήσεις, τα κακομαθαίνουμε, δεν τα αφήνουμε να αναλάβουν ευθύνες, τα ευνουχίζουμε και τα εμποδίζουμε να αναπτύξουν τις δυνατότητές τους. Τα γεγονότα είναι μόνον παραδείγματα που κάνουν φανερή την κατάσταση. Εσείς, μελετήστε τον τρόπο αντιμετώπισης της κάθε κατάστασης και εφαρμόστε την στα δικά σας παιδιά, ανεξάρτητα από τις ιδιορρυθμίες τους. Στην αρχή θα είναι δύσκολο, αλλά μόλις αρχίσετε να δρέπετε τους καρπούς των προσπαθειών σας, θα ενθαρρυνθείτε και θα συνεχίσετε με ενθουσιασμό. Το θέμα είναι να μην σταματήσετε να προσπαθείτε.

Μετά μοιραστείτε όμως τις ιδέες αυτές με τους φίλους σας. Δώστε τους παραδείγματα και πείτε τους πού μπορούν να αντλήσουν λύσεις στα προβλήματα που είχαν. Δεν ξέρουν όπως δεν ξέραμε κι εμείς, πριν η καλή μας φίλη μας συστήσει την ομάδα. Καλώς ή κακώς, η καλύτερη δουλειά γίνεται αθόρυβα και χωρίς τυμπανοκρουσίες. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίον δεν είναι ευρέως γνωστές οι ομάδες γονέων. Μην κρατήσετε λοιπόν τα συμπεράσματα για τον εαυτό σας. Μιλώντας με τους φίλους σας, θα τα εμπεδώσετε καλύτερα και αυτό θα έχει σημαντική επίδραση στη

σχέση με τα παιδιά σας και στην υποστήριξή τους να γίνουν υπεύθυνα παιδιά σήμερα και υπεύθυνοι ενήλικες αργότερα.

Και αν δεν σας συγκινούν όλα αυτά, σκεφθείτε πως κι αν ακόμα εσείς μεγαλώνετε υπεύθυνα το παιδί σας, πρέπει και οι άλλοι να κάνουν το ίδιο, γιατί διαφορετικά το περιβάλλον μέσα στο οποίο θα ζήσει, δεν θα είναι και τόσο ευνοϊκό. Μην αδιαφορήσετε για το παιδάκι που βλέπετε να χτυπιέται στο χώμα του πάρκου επειδή οι γονείς του δεν του παίρνουν ένα γλειφιτζούρι. Πλησιάστε τους, γίνετε φίλοι μαζί τους και πείτε τους τι μπορούν να κάνουν γι' αυτό και πού μπορούν να εκπαιδευτούν. Όχι μόνο για το δικό τους καλό, αλλά και για το καλό του παιδιού σας, που μπορεί μετά από μερικά χρόνια να σας φέρει το παιδάκι αυτό στο σπίτι σας, ως φίλο ή φίλη, ως γαμπρό ή νύφη. Αν δεν έχει γίνει υπεύθυνο, αντιλαμβάνεσθε τι προβλήματα θα αντιμετωπίσει το παιδί σας μαζί του.

Έχουμε συνηθίσει να περιμένουμε από τις κυβερνήσεις, από τα διάφορα κέντρα αποφάσεων, από τους φορείς και τις μαζικές οργανώσεις να μας δώσουν λύσεις στα προβλήματα που αντιμετωπίζουμε. Περιμένουμε από το σχολείο να κάνει τα παιδιά μας υπεύθυνους και χρήσιμους ανθρώπους, αλλά έχουμε δει τόσες και τόσες γενιές να έχουν απογοητευθεί, ώστε είναι καθαρή ανοησία να αποτελέσουμε άλλη μια απογοητευμένη γενιά. Το θέμα της ανάπτυξης του παιδιού μας, είναι ίσως η πλέον προσωπική μας υπόθεση. Κανείς δεν θα ενδιαφερθεί για το πώς μεγαλώνει και κανείς δεν θα μας δώσει τα μέσα που χρειαζόμαστε. Πρέπει εμείς οι ίδιοι να κινηθούμε και να μάθουμε πώς εξασκείται το "επάγγελμα". Για όλα τα επαγγέλματα χρειάζεται να εκπαιδευτεί κάποιος, να δώσει εξετάσεις και να πάρει δίπλωμα και άδεια εξάσκησης επαγγέλματος. Μόνο για να γίνει γονιός δεν χρειάζεται τίποτα και το αποτέλεσμα το βλέπουμε καθημερινά μπροστά μας.

Γιατί, τι νομίζετε πως είναι τα παιδιά που πέφτουν στα ναρκωτικά, οι ληστές, οι δολοφόνοι, οι βιαστές, οι πόρνες, οι τραβεστί και οι ομοφυλόφιλοι; Τι είναι όλοι εκείνοι οι φοβισμένοι άνθρωποι, άνδρες και γυναίκες που φοβούνται τους άλλους ανθρώπους, που σκύβουν το κεφάλι μπροστά σε κάθε είδους εξουσία, που αδιαφορούν για το τι συμβαίνει δίπλα τους και που δεν τους νοιάζει αν κάποια τους κίνηση είναι καταστρεπτική για το περιβάλλον, την κοινωνία, τους άλλους ανθρώπους; Τι είναι όλοι εκείνοι που φτιάχνουν σχέσεις, παντρεύονται, κάνουν παιδιά και ακόμη δεν ξέρουν τι πρέπει να κάνουν για να λύσουν προβλήματα όπως αυτό της εργασίας, της φιλίας με τους άλλους ανθρώπους, του έρωτα με το σύντροφό τους και τη σχέση με τα παιδιά τους;

Είναι άνθρωποι που στην παιδική τους ηλικία παρατήρησαν τον κόσμο και έβγαλαν λανθασμένα συμπεράσματα. Όταν ήταν παιδιά, η συμπεριφορά των μεγάλων και κυρίως των γονέων τους, δεν ήταν εκείνη που θα τους μάθαινε πώς να αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες της ζωής και πώς να κατακτούν την ευτυχία. Είναι ενήλικες που δεν τους έδειξε κανείς πώς να μπορούν να διορθώσουν τις λανθασμένες πεποιθήσεις και προκαταλήψεις που έχουν, τι να κάνουν για να βγουν από το λούκι που βρίσκονται, στο οποίο ψάχνουν, ψάχνουν, ψάχνουν να βρουν κάτι, αλλά δεν το βρίσκουν. Είναι όλοι άνθρωποι που ίσως βλέπουν ότι κάτι δεν πάει καλά, αλλά δεν ξέρουν τι να βάλουν στη θέση αυτού που πιστεύουν, που σκέπτονται και που κάνουν σήμερα.

Γι' αυτό λοιπόν, κάθε προσπάθεια για να βοηθήσουμε τον διπλανό μας για να γίνει καλύτερος, επιστρέφει σ' εμάς ή στα παιδιά μας. Μην τους αφήνετε στο σκοτάδι, αλλά διακριτικά και χωρίς να επιμείνετε -γιατί μπορεί

να επιτύχετε τα αντίθετα αποτελέσματα- δείξτε τους έναν άλλο δρόμο.
Αυτή είναι και η δική μας προσπάθεια με τούτο εδώ το βιβλίο.

Παναγιώτης Γ. Ρεγκούκος
Μίνα Γ. Ανάγνου