

«Ο ρόλος της οικογένειας στην ανάπτυξη του παιδιού»



Είναι γενικά αποδεκτό ότι σε μια κοινωνία πρέπει να υπάρχει ισορροπία μεταξύ αγάπης και εξουσίας, μεταξύ αλληλεγγύης και ανταγωνισμού. Στην «κοινωνία» της οικογένειας, οι ρόλοι αυτοί αναλαμβάνονται από συγκεκριμένα πρόσωπα: τον πατέρα, την μητέρα και τα παιδιά. Βασική λειτουργική αρχή που επιτελεί η οικογένεια προς τα νέα μέλη της είναι η εκμάθηση των ηθών και των εθίμων της κοινωνίας που ζουν, ώστε να προσαρμόζονται πιο εύκολα σ' αυτήν. Όλα τα παραπάνω εξαρτώνται από την προέλευση των γονιών και τις προσδοκίες τους για την ανάπτυξη και το μέλλον των παιδιών τους. Ένα πολύ σημαντικό στοιχείο για την ανάπτυξη των παιδιών, το οποίο οφείλει να το διεκπεραιώσει η οικογένεια, είναι η κοινωνικοποίηση του παιδιού, η ομαλή δηλαδή ένταξη στην κοινωνία και στους κανόνες της.

Αυτή την τόσο σημαντική λειτουργία της οικογένειας δεν θα πρέπει να την αναλαμβάνει μόνο ο ένας από τους δύο γονείς, αλλά και οι δύο οφείλουν να βοηθήσουν στην κοινωνική τοποθέτηση του παιδιού τους, μιας και οι δύο είναι συνυπεύθυνοι για αυτό το σημαντικό έργο.

Όλο και περισσότερες έρευνες πλέον καταδεικνύουν τα πλεονεκτήματα της Πρόληψης και της Έγκαιρης Παρέμβασης στη σωματική και ψυχική μας υγεία καθώς και την καθοριστική σημασία που έχει σε αυτή τη διαδικασία η εμπλοκή της οικογένειας. Η οικογένεια δεν είναι η μόνη κοινωνική ομάδα στη ζωή των παιδιών, αλλά είναι η πιο σημαντική γι' αυτά, είναι αυτή που μπορεί πρωτίστως να τα εκπαιδεύσει να έχουν μια γενικά θετική στάση για τη ζωή, να έχουν κριτική σκέψη, να εκφράζουν τις απόψεις και τα συναισθήματά τους στον κατάλληλο χώρο και χρόνο, να επιβάλλονται στις παρορμήσεις τους, να αναλαμβάνουν ευθύνες, να κάνουν σωστές επιλογές, να σέβονται το περιβάλλον, να συνεργάζονται με άλλους, να

δημιουργούν και να διατηρούν καλές σχέσεις, να έχουν υγιεινό τρόπο ζωής, να είναι και να αισθάνονται ασφαλείς, να έχουν αισθήματα αυτοπεποίθησης αναγνωρίζοντας την αξία τους και να έχουν γενικά μια καλή σχέση με τον εαυτό τους.

Είναι σαφές πλέον ότι η οικογένεια έχει ανάγκη να αποκτά νέες δεξιότητες έτσι ώστε να μπορέσει να ανταπεξέλθει στα νέα δεδομένα και τις προσκλήσεις των καιρών μας. Ο ρόλος του γονιού δεν είναι μόνο μια έμφυτη ικανότητα που εμφανίζεται "μαγικά" στον άνθρωπο, μόλις αποκτήσει παιδί. Είναι μια εξελικτική διαδικασία, που χρειάζεται υπευθυνότητα, έχει απαιτήσεις και προσωπικούς περιορισμούς, είναι μια αξιοζήλευτη δουλειά που "παντρεύει" τη γνώση με το ένστικτο, την ευαισθησία με την αντοχή, την κατανόηση με τη σύγκρουση, τα όρια με την ευελιξία, το χιούμορ με τις απαιτήσεις, τις προσωπικές ανάγκες του γονιού με τις ανάγκες των παιδιών.

Σήμερα, ζούμε όλοι σε μια κοινωνία που αλλάζει με ιλιγγιώδη ταχύτητα. Οι γονείς, στην εποχή μας, δεν μπορούν να αναθρέψουν τα παιδιά τους με τον τρόπο που εκείνοι ανατράφηκαν. Οι σταθερές αξίες, οι καθορισμένοι ρόλοι, που μας δόθηκαν ως σταθερά σημεία αναφοράς, έχουν πλέον αμφισβητηθεί χωρίς να αντικατασταθούν απαραίτητα από κάποια άλλα. Η ασφάλεια που προσέφεραν αυτά τα σταθερά σημεία αντικαθίσταται από την πρόκληση του να προσδιορίσει ο καθένας τις δικές του αξίες και να καθορίσει τον δικό του τρόπο ζωής. Αυτή η αλλαγή βέβαια εμπεριέχει συναισθήματα ανασφάλειας, όμως αποδίδει όταν κάποιος μπορέσει να βρει την προσωπική του πορεία παράλληλα και τη δυνατότητα μεγαλύτερης ατομικής ελευθερίας και εσωτερικής εξέλιξης, κάτι που προσδίδει έντονα συναισθήματα ικανοποίησης, χαράς και ευτυχίας. Είναι πολύ σημαντικό ο γονιός να υποστηριχθεί και να ενθαρρυνθεί, ώστε να μπορέσει να διαχειριστεί αποτελεσματικά τυχόν προβλήματα που προκύπτουν από τη νέα πραγματικότητα τόσο για τον ίδιο όσο και για την οικογένειά του με ψυχραιμία, γνώση και κλίμα συνεργασίας.

Ας δούμε πως μπορεί η οικογένεια να βοηθήσει στην πρόληψη: Η πρόληψη ξεκινάει πρώτα από τους ίδιους τους γονείς. Αφορά το κατά πόσο ο κάθε γονιός φροντίζει τον εαυτό του, τις δικές του ανάγκες και σχέσεις, την προσωπική του εξέλιξη. Ο γονιός είναι πρότυπο και έμπνευση ζωής για το παιδί. Η ικανοποίηση που αντλούν οι γονείς από τη ζωή τους, από τις σχέσεις τους, τη δουλειά τους, δίνει δύναμη να μεγαλώσουν παιδιά αυτόνομα, με αυτοπεποίθηση και εκτίμηση για τον εαυτό τους, με θέληση να διεκδικήσουν τη ζωή.

Δεν είναι καθόλου εύκολο να είναι κάποιος γονιός. Λέγεται ότι είναι τέχνη. Είναι ένας ρόλος που απαιτεί συναίσθημα, γνώση, ενέργεια, χιούμορ, υπομονή, επιμονή, κατανόηση, θετική διάθεση. Ο γονιός έχει να συν-διαμορφώσει ένα κλίμα στην οικογένεια, μέσα στο οποίο το παιδί θα μάθει να αγαπάει, να σέβεται, να συνεργάζεται, να κρίνει, να κερδίζει και

να χάνει, να επιλέγει, να ψάχνει, να κάνει διάλογο, να εκφράζει τα συναισθήματά του όποια και αν είναι αυτά στον κατάλληλο τόπο και χρόνο, να επικοινωνεί ουσιαστικά. Υπάρχουν κάποια συγκεκριμένα χαρακτηριστικά στην οικογένεια τα οποία είναι δυνατόν να θέσουν τις προϋποθέσεις για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού και παράλληλα να λειτουργήσουν προστατευτικά.

Πιο συγκεκριμένα: Η θετική, ζεστή σχέση μεταξύ γονιών και παιδιών προσφέρει προστασία και αίσθηση ασφάλειας ακόμα και όταν υπάρχει κάποιο πρόβλημα μέσα στην οικογένεια. Προσδίδει ένα σημαντικό στοιχείο στην έννοια της προσωπικής ταυτότητας και τονίζει την ύπαρξη του "εμείς". Καλή σχέση δεν σημαίνει σχέση χωρίς συγκρούσεις, οι συγκρούσεις είναι μέρος της ζωής μας και είναι απαραίτητες για την εξέλιξή μας, όταν όμως χαρακτηρίζουν σε ένα μεγάλο βαθμό μια σχέση χρειάζεται να μας προβληματίσουν. Επίσης ο χρόνος που αφιερώνουν οι γονείς στα παιδιά τους χρειάζεται να είναι όχι μόνο ποσοτικός αλλά πάνω απ' όλα ποιοτικός. Η ανοιχτή και άμεση επικοινωνία μέσα στην οικογένεια, μεταξύ συντρόφων αλλά και μεταξύ γονέων και παιδιών, προσφέρει θετικά οφέλη όπως, το μοίρασμα προσωπικών επιτυχιών αλλά και προβληματισμών, δίνει τη δυνατότητα για άμεση και έγκαιρη υποστήριξη μεταξύ των μελών σε δύσκολες καταστάσεις, και γενικά φέρνει τα μέλη της οικογένειας πιο κοντά.

Η δημιουργία και διατήρηση υγιών κοινωνικών σχέσεων (συγγενείς, φίλοι, ευρύτερη κοινότητα κλπ.), δημιουργεί στα παιδιά την αίσθηση του "ανήκειν" σε ένα ευρύτερο περιβάλλον. Εκπαιδεύει τα παιδιά στο ότι οι άνθρωποι υπάρχουν και διαμορφώνονται μέσα από τις σχέσεις και όχι αποκομμένοι, επίσης μαθαίνουν να συνυπάρχουν εποικοδομητικά με τους άλλους ανθρώπους, κτίζοντας σταδιακά μια υγιή προσωπικότητα.

Η φροντίδα των γονιών για την ψυχική και σωματική τους υγεία λειτουργεί ως ένας ισχυρός θετικός παράγοντας για την υιοθέτηση μιας ανάλογης θετικής στάσης από την πλευρά των παιδιών. Το να επικοινωνούμε τα συναισθήματά μας (όποια και αν είναι αυτά) στον κατάλληλο τόπο και χρόνο, να έχουμε άμεση και ανοιχτή επικοινωνία με τους συντρόφους και τα παιδιά μας, να προσέχουμε τη διατροφή μας και την σωματική μας άσκηση, να έχουμε προσωπικό χρόνο, να παίρνουμε χαρά από τις δραστηριότητές μας, να μην κάνουμε "εύκολη" και αλόγιστη χρήση φαρμάκων, να επαναξιολογούμε "πιθανές" εξαρτήσεις μας (τσιγάρο, καφές, ποτό, φαγητό κλπ.) είναι μόνο κάποιοι από τους σημαντικούς προστατευτικούς παράγοντες σε αυτό το τομέα.

Οι ρεαλιστικές προσδοκίες που έχουν οι γονείς από τα παιδιά τους, είναι επίσης κάτι που πρέπει να ληφθεί υπόψη. Η θετική στάση των γονέων απέναντι στις ικανότητες των παιδιών ενισχύουν την αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθησή τους. Παράλληλα, επιτρέπουν

στο παιδί να θέτει υψηλούς-ρεαλιστικούς δηλαδή σύμφωνα με τις ικανότητές του, στόχους για τη ζωή του. Η ανάληψη μικρών ευθυνών και η οριοθέτηση δημιουργεί σταδιακά στα παιδιά την αίσθηση ότι μπορούν να σταθούν στα πόδια τους και ότι είναι χρήσιμα. Οι σταθεροί και συνεπείς κανόνες είναι σημαντικοί και δίνουν πλαίσιο στη ζωή. Για τα παιδιά οι σαφείς κανόνες θέτουν ασφαλή όρια και τα βοηθούν στη συμβίωση με τους άλλους (συνομηλίκους ή ενήλικες). Στην πραγματικότητα τα ίδια τα παιδιά, παρότι συχνά αντιδρούν, χρειάζονται τους κανόνες και τα όρια γιατί τους δίνουν την αίσθηση της ασφάλειας και της ανακούφισης. Απώτερος στόχος βέβαια όλων αυτών είναι τα παιδιά να αποκτήσουν την ικανότητα της ευθύνης του εαυτού τους καθώς και της δικής τους εσωτερικής πειθαρχίας και όχι να έχουν πάντα μια "μαμά" και έναν "μπαμπά" από πάνω τους.

Η επαφή των γονέων με το εκπαιδευτικό περιβάλλον (σχολείο, φροντιστήριο, άλλη δραστηριότητα), η συμμετοχή και το θετικό ενδιαφέρον τους είναι επίσης σημαντικοί παράγοντες. Η καλή και συστηματική επικοινωνία των γονιών με το εκπαιδευτικό περιβάλλον, ενός χώρου που έχει τον πολύ σπουδαίο ρόλο όχι μόνο να μεταφέρει γνώσεις στα παιδιά αλλά και να τα βοηθήσει στο να εκπαιδευτούν σε κοινωνικές και προσωπικές δεξιότητες, δημιουργεί στα παιδιά μια αίσθηση ασφάλειας και μια ομπρέλα κοινωνικής δικτύωσης που τόσο πολύ την έχουν ανάγκη στα πλαίσια της ανάπτυξής τους. Τα παιδιά, οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς είναι ένα αλληλοσχετιζόμενο σύστημα το οποίο είναι σε διαρκή αλληλεπίδραση και το κάθε μέρος επηρεάζει και επηρεάζεται από το άλλο.

Έχοντας αναφερθεί στα δύο προηγούμενα άρθρα στα χαρακτηριστικά που μπορεί η οικογένεια να λάβει υπόψη και να προωθήσει ώστε να τεθούν οι κατάλληλες προϋποθέσεις για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού, καθώς και σε ποιο επίπεδο τα χαρακτηριστικά αυτά λειτουργούν προστατευτικά, θα ήθελα να κλείσω τη συγκεκριμένη θεματική τονίζοντας τον σημαντικό ρόλο που διαδραματίζει η οικογένεια στην ανάπτυξη του παιδιού. Τα χρόνια που το παιδί μεγαλώνει μέσα στην οικογένεια είναι καθοριστικά για την εξέλιξη και διαμόρφωσή του. Η οικογένεια μπορεί και χρειάζεται να συνοδεύσει το παιδί με ασφάλεια στο ταξίδι του προς τον κόσμο των ενηλίκων, να το βοηθήσει να ανοίξει τα φτερά του, στα δικά του όνειρα και στις δικές του προσδοκίες για τη ζωή. Άλλωστε η οικογένεια βοηθάει στη χάραξη μιας πορείας για το ταξίδι της ζωής, κάποτε όμως το ίδιο το παιδί χρειάζεται να αναλάβει την ευθύνη του ταξιδιού αυτού!

Η οικογένεια αποτελεί κάτι πολύ περισσότερο από ένα σύνολο ατόμων που μοιράζονται ένα συγκεκριμένο φυσικό και ψυχολογικό χώρο. Η οικογένεια είναι ένα φυσικό κοινωνικό σύστημα με δικά του χαρακτηριστικά και ιδιότητες, το οποίο έχει αναπτύξει ένα σύνολο κανόνων, έχει αναθέσει ρόλους στα μέλη του, διαθέτει μια οργανωμένη δομή εξουσίας και έχει αναπτύξει πολύπλοκους φανερούς και μη φανερούς τρόπους επικοινωνίας και επίλυσης προβλημάτων που επιτρέπουν διάφορα καθήκοντα να εκτελούνται με

αποτελεσματικό τρόπο. Οι σχέσεις ανάμεσα στα μέλη αυτού του μικρόκοσμου είναι βαθιές και πολυεπίπεδες και βασίζονται σε μεγάλο βαθμό στην κοινή ιστορία, στις κοινές εσωτερικευμένες αντιλήψεις και υποθέσεις για τον κόσμο, καθώς και σε μια κοινή αίσθηση στόχου.

Μέσα σε ένα τέτοιο σύστημα τα άτομα συνδέονται μεταξύ τους με ισχυρές, ανθεκτικές, αμοιβαίες συναισθηματικές προσκολλήσεις που μπορεί να παρουσιάζουν διακύμανση όσον αφορά την έντασή τους μέσα στο χρόνο, αλλά που ωστόσο διατηρούνται καθ' όλη τη ζωή της οικογένειας. Με τον όρο "πρόληψη στην υγεία" εννοούμε την δυναμική αυτή διαδικασία η οποία αποσκοπεί στην αποφυγή ή στην ελάττωση του κινδύνου εμφάνισης ή εξελικτικής επιδείνωσης ασθενειών ή συμπεριφορών που μπορεί να σχετίζονται είτε άμεσα είτε έμμεσα τόσο με τη σωματική όσο και με την ψυχική μας υγεία (καρδιακά νοσήματα, διαβήτης, διατροφικές διαταραχές, χρήση ψυχοτρόπων ουσιών, κατάθλιψη, διαταραχές άγχους, νεοπλασίες, παραβατική συμπεριφορά κλπ.).