

« Όχι, όχι, όχι! »



Γύρω στον ενάμιση χρόνο αυτό το πλασματάκι που μέχρι πριν από λίγο καιρό μπορούσατε να κάνετε ό,τι θέλετε αρχίζει να έχει «άποψη» και να τη βροντοφωνάζει. Η παιδιάτρος-αναπτυξιολόγος **Κωνσταντίνα Γκόλτσιου** μας εξηγεί γιατί ξαφνικά το «όχι» γίνεται η αγαπημένη λέξη του παιδιού σας.

Διακήρυξη ανεξαρτησίας

Γύρω στον 12ο μήνα παρατηρείται ένα δυναμικό άλμα στις νοητικές και σωματικές ικανότητες του παιδιού. Ανακαλύπτει ότι μπορεί να κάνει πράγματα και θέλει να τα δοκιμάσει. Σ' αυτήν τη φάση οι αρνήσεις του παιδιού δε δηλώνουν περιφρόνηση, αλλά αντιθέτως αποτελούν μια υγιή διακήρυξη της ανεξαρτησίας του. Μέσω της αντίστασης το μικρό παιδί μπορεί να δηλώσει την ταυτότητα του. Γι' αυτό, όσο εκνευριστικό κι αν είναι πολλές φορές, δεν πρέπει να ξεχνάτε ότι με το να αγνοεί τις προτιμήσεις σας και να υποστηρίζει τις δικές του μαθαίνει να σκέφτεται και να παίρνει αποφάσεις, πράγμα που ενισχύει το εγώ και την αυτοπεποίθησή του.

PHOTO: CORBISSMARTMAGNA

ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ ΣΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ περίπου των 4 ετών υπερτιμά πολύ τον εαυτό του και τις γνώσεις του. Αυτό είναι μια φυσιολογική αναπτυξιακή φάση που θα περάσει. Είναι σημαντικό να μην πληγώσουμε την αυτοεκτίμησή του με συνεχείς απότομες διορθώσεις, αλλά να το αφήσουμε να κατανοήσει ότι τελικά δεν ξέρει και τόσα πολλά.

Παίζει με τα όρια

Όταν ένα παιδί λέει «όχι» ελέγχει τις αντιδράσεις των άλλων. Συχνά μάλιστα απολαμβάνει τη σημασία που του δίνουν κάθε φορά που αντιστέκεται σθεναρά σε μια επιθυμία ή εντολή του άλλου. Πολλές φορές λοιπόν το μικρούλι σας μπορεί να πει «όχι» μόνο και μόνο επειδή θέλει να δει πώς θ' αντιδράσετε και τι θα συμβεί όταν αρνηθεί να κάνει αυτό που του ζητάτε. Δεν είναι τόσο η περιφρονητική του διάθεση που το ωθεί στην άρνηση, όσο η ανάγκη ν' αντισταθεί σε κανόνες και περιορισμούς.

Φυσικά, όσο κι αν η συμπεριφορά αυτή θεωρείται φυσιολογική, οι επίμονες αρνήσεις ενός παιδιού μπορεί να επιφέρουν στιγμές δοκιμασίας στην καθημερινή λειτουργία μιας οικογένειας. Παρ' όλα αυτά θα πρέπει να δείξετε υπομονή, αποφεύγοντας να επιβάλλετε εξουσιαστικά στο παιδί, πράγμα που τότε το κάνει να αισθάνεται αδύναμο και πότε ενισχύει το πείσμα του.

Λάβετε υπόψη ότι αυτή η συμπεριφορά δεν κρατά πολύ, καθώς αρχίζει να υποχωρεί στο τέλος του δεύτερου και την αρχή του τρίτου χρόνου, όταν δηλαδή το παιδί αρχίζει να σκέφτεται και ν' αντιδρά πιο

ώριμα και επομένως να συνεργάζεται καλύτερα.

Τι γίνεται όμως στα 4 έτη;

Ο μαθητής γίνεται ο δάσκαλος και δε δέχεται άλλη άποψη παρά μόνο τη δική του. «Δε φορώ μπουφάν γιατί δεν είναι χειμώνας», ενώ ο μήνας είναι Φεβρουάριος...

Μπροστά σε αυτή την αλλαγή συμπεριφοράς οι γονείς μπορεί να ταραχτούν, καθώς πιστεύουν είτε ότι

Το «όχι» χρησιμοποιείται συχνά από το παιδί αν δει ότι έτσι προκαλεί το ενδιαφέρον σας. Να θυμάστε ότι το μικρό παιδί έχει ανάγκη οι γονείς του να ασχολούνται μαζί του.



PHOTO: THINKSTOCK / IDEAL IMAGE

δεν τα έχουν εξηγήσει σωστά είτε ότι το παιδί το κάνει επίτηδες για να τους εκνευρίζει.

Η αλήθεια όμως είναι άλλη. Σαφώς και όταν το παιδί λέει «δεν μπαίνω στο αμάξι, θα πάω στο χωριό με τα πόδια», το κάνει συνειδητά. Όμως το νοητικό του επίπεδο -λόγω ηλικίας- δεν του επιτρέπει να κατανοεί, π.χ. την απόσταση. Στο μυαλό του, επειδή κοιμόταν σε όλο το ταξίδι την προηγούμενη φορά, θεωρεί ότι μπορείς να φτάσεις κατευθείαν στο χωριό. Αν αυτό έχει συμβεί, τότε του εξηγούμε την αλήθεια και δεν μπαίνουμε σε παιχνίδια κυριαρχίας μαζί του. Αν το κάνουμε, τότε είναι πιθανό να καταλάβει ότι έτσι δοκιμάζει την αντοχή μας και η αμφισβήτηση να καθιερωθεί ως συμπεριφορά.

Μικροί αμφοβητίες

ΟΤΑΝ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΞΕΚΙΝΑ και οργανώνει καλύτερα το λόγο του, γύρω στους 20 μήνες, αρχίζει ο καταιγισμός των ερωτήσεων για οτιδήποτε βιώνει και βλέπει γύρω του. Εσείς είστε ο δέκτης όλων αυτών των αποριών, αλλά, ενθουσιασμένοι από τη θέληση του παιδιού να μάθει, απαντάτε αλόγιστα σε κάθε του ερώτηση. Αυτή είναι σαφώς η σωστή αντιμετώπιση και πράγματι το παιδί μέχρι την ηλικία των 4 ετών κρέμεται από τα χείλη σας και αποθηκεύει όλες αυτές τις πληροφορίες.

Για να κερδίσετε το πολυπόθητο «ΝΑΙ»

Τη δύσκολη αυτή περίοδο της άρνησης και της αμφισβήτησης θα πρέπει να βρείτε τρόπους για να χειριστείτε το μικρό σας επιστρατεύοντας όλη σας τη διπλωματία. Πιο συγκεκριμένα:

ΑΚΟΥΣΤΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΑΣ. Ορισμένες φορές η μειωμένη ικανότητα ενός παιδιού να εκφραστεί μπορεί να πυροδοτήσει ένα φοβερό «όχι». Προσπαθήστε να μαντέψετε τι πραγματικά θέλει ή, ακόμα καλύτερα, επικοινωνήστε μαζί του κάνοντας όσο περισσότερες επεξηγηματικές ερωτήσεις μπορεί να δεχτεί.

ΔΩΣΤΕ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ. Έτσι ενισχύετε την αυτοπεποίθησή του, γιατί το παιδί αισθάνεται ότι εκείνο παίρνει την τελική απόφαση. Αποφύγετε να του δώσετε περισσότερες από 2 εναλλακτικές, γιατί θα μπερδευτεί, έχοντας κατά νου ότι συνήθως τα μικρά παιδιά επιλέγουν αυτό που θα ακούσουν δεύτερο ή τελευταίο.

ΑΠΟΣΠΑΣΤΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΤΟΥ. Τα μικρά παιδιά ενθουσιάζονται εύκολα με το παραμικρό ερέθισμα. Τραγουδίστε ένα τραγούδι, κουρδίστε ένα παιχνίδι που παίζει μουσική, κάντε του μια γκριμάτσα για να γελάσει, παίξτε μαζί του κυνηγητό, αλλάξτε θέμα και γρήγορα το πείσμα του θα υποχωρήσει.

ΜΗ ΧΑΝΕΤΕ ΤΗΝ ΨΥΧΡΑΙΜΙΑ ΣΑΣ. Οι φωνές, οι απειλές ή τα παρακάλια σπάνια μπορούν να μετατρέψουν



PHOTO: THINKSTOCK / IDEAL IMAGE

ΟΙ ΕΙΔΙΚΟΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΥΝ ότι η άρνηση είναι στην πραγματικότητα ένα υγιές δείγμα ότι το παιδάκι σας νιώθει ασφαλές κι ότι έχει την ψυχολογική υποστήριξη που χρειάζεται για να εξερευνήσει τον κόσμο. Η μικρή αυτή λεξούλα είναι ο τρόπος που βρίσκει το παιδί για να διακηρύξει την ανεξαρτησία του.

ένα «όχι» σε «ναί». Αυτού του είδους η αντίδραση από μέρους σας είναι πιθανόν να συναρπάσει το μικρό και να οδηγήσει σε ακόμα εντονότερη άρνηση στο μέλλον.

ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ ΤΗΝ ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΔΥΝΑΜΗΣ.

Εξαιρέστε εκφράσεις όπως «θα το κάνεις επειδή το λέω εγώ» ή «δεν υπάρχει "όχι"». Όσο περισσότερο βλέπει το παιδί ότι εσείς έχετε το πάνω χέρι κι ότι επιβάλλετε αυταρχικά τα «θέλω» σας, τόσο περισσότερο θ' αντιδρά.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ ΤΙΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ. Μπορεί να νομίζετε ότι είναι μικρό για να καταλάβει, όμως, δίνοντας κάθε φορά μια εξήγηση στο παιδί, εκείνο καταλαβαίνει ότι οι αποφάσεις σας στηρίζονται σε κάποιους λογικούς κανόνες. Πείτε, για παράδειγμα: «Αν δε φορέσεις παπούτσια, δεν μπορούμε να πάμε στην παιδική χαρά» ή «τι θέλεις να φορέσεις, το μπουφάν ή το παλτό σου;», ξεκαθαρίζοντας με αυτό τον τρόπο ότι πρέπει οπωσδήποτε να φορέσει κάτι ζεστό αλλά μπορεί να αποφασίσει μόνο του τι.

ΣΕΒΑΣΤΕΙΤΕ ΚΑΠΟΙΕΣ ΑΡΝΗΣΕΙΣ. Αν δεν είναι παράλογες, μπορείτε να δεχτείτε την άποψη του παιδιού και να του δώσετε κάποια εξουσία, στο βαθμό που το παιδί μπορεί να τη χειριστεί. Γενικά, καλό είναι να αποφεύγετε τη διαμάχη εξουσίας με το παραμικρό. Αρκεί αυτό να μη γίνει κανόνας, γιατί τότε το παιδί θα δοκιμάζει διαρκώς μέχρι πού μπορούν να φτάσουν τα όριά σας.

Φαντασία vs πραγματικότητας

ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ να έχουμε υπόψη μας είναι πως το παιδί ακόμα μπλέκει τη φαντασία με την πραγματικότητα. Οπότε, ό,τι δε γνωρίζει, το φαντάζεται. Οι γονείς οφείλουν να μην υποτιμούν την έλλειψη γνώσης του, αλλά να προσπαθούν να το βοηθήσουν να καταλάβει καλύτερα. Αν λοιπόν η απάντησή του σε ένα θέμα είναι «έτσι είναι, το ξέρω», αντί να του πούμε «δεν έχεις δίκιο», ας του πούμε «ωραία, έλα να το συζητήσουμε και μαζί», ώστε να έχουμε την ευκαιρία να μοιραστούμε πληροφορίες.