



***-"Είμαι ένας ανάποδος και γκρινιάρης Μικρός και κανείς δε μ' αγαπάει" -"Μικρέ μου" είπε η Μαμά "όπως και να 'σαι εγώ πάντα θα σ' αγαπώ"***

Debi Gliori, Θα σ'αγαπώ ό,τι κι αν γίνει

Πόσοι από εμάς δεν έχουμε αισθανθεί αμηχανία ή προβληματισμό απέναντι στην σύγκρουση του μικρού μας παιδιού με κάποιο άλλο παιδάκι ; Πόσες φορές έχουμε νιώσει να χάνουμε την ψυχραιμία μας, να μας καταλαμβάνει ένταση και να σπεύδουμε άμεσα να παρέμβουμε; Να απολογούμαστε για την συμπεριφορά του παιδιού μας ή αντίθετα να «εκτοξεύουμε προς» κάποιο παιδί διάφορους χαρακτηρισμούς , συνοδευόμενους από εύκολες αναλύσεις και συμπεράσματα όπως είναι «κακό παιδί, επιθετικό, κακομαθημένο, ευαίσθητο, χώρισαν οι γονείς του, βλέπει βία στο σπίτι του ή στην τηλεόραση κτλ». Η εικόνα του μικρού παιδιού μας να μιλάει έντονα, ακόμα και να χτυπάει, είναι οικεία σε πολλούς.

Της [Λήδας Πασαλή](#) \*☐

Κι αυτή η εικόνα μπορεί να ξυπνήσει μέσα μας διάφορα δύσκολα συναισθήματα, κυρίως όταν μας βρίσκει σε στιγμές ψυχικής και σωματικής κούρασης από τις πολύπλευρες απαιτήσεις της καθημερινότητας. Σε μια στιγμή όπου ήμαστε ευάλωτοι και όχι τόσο συγκεντρωμένοι στον εαυτό μας ώστε να βλέπουμε την σύγκρουση από μια πιο ενήλικη σκοπιά, αυτή η φαινομενικά ενίοτε αδικαιολόγητη «επίθεση» από το παιδί μας προς εμάς ή τρίτους, πραγματικά μας αναστατώνει.

Πόσοι δεν έχουμε νιώσει σαν να μας ακυρώνει την «θέση ισχύος» ένα τόσο δα μικρό πλασματάκι; Να μας κάνει να φαινόμαστε σαν μικρά παιδιά, ανήμπορα να βρουν την λύση και τα όρια να αποτυγχάνουν διαρκώς; Να αναρωτιόμαστε τι κάνουμε λάθος και εν τέλει να καταλήγουμε να αξιολογούμε την κατάσταση μέσα από κοινωνικά πρότυπα τα οποία έχουμε κληρονομήσει από προηγούμενες γενιές (είναι ανυπάκουο, απείθαρχο κτλ) και να κάνουμε συγκρίσεις με άλλα παιδάκια ή τους εαυτούς μας τους ίδιους; Ή να ταυτιζόμαστε με το παιδί μας και εάν είναι ο πιο «αδύναμος» του καβγά του με κάποιο άλλο παιδί, να νιώθουμε ότι θιγόμαστε ακόμα και εμείς οι ίδιοι μαζί με αυτό, να σπεύδουμε να παρέμβουμε να το υπερασπιστούμε έναντι του άλλου παιδιού, να ελέγξουμε την κατάσταση και τελικά να γίνουμε κάτι σαν «μικρός μεγάλος».

Βέβαια όταν η σύγκρουση εκδηλώνεται με σωματικά χτυπήματα ή σπρωξιματα σε περιβάλλον όπου φαίνεται ότι υπάρχει ο κίνδυνος να τραυματιστεί κάποιο από τα παιδιά προφανώς από ένα σημείο και μετά είναι αναγκαία μια ήπια παρέμβαση από τον ενήλικο, δίνοντας χώρο και χρόνο στα παιδιά να σκεφτούν τι έχει γίνει, είτε εκείνη την στιγμή ή, αν η ένταση είναι μεγάλη, λίγο αφότου τα έχουμε χωρίσει από τα ξεσπάσματα: «Βλέπω ότι θα χτυπήσετε οπότε θα πρέπει να κάτσετε λίγο μακριά ο ένας από τον άλλο» . Η διαχείριση της σύγκρουσης μπορεί να γίνει με ερωτήσεις όπως «Μπορείτε να μου πείτε τι έχει συμβεί»; «Έχεις θυμώσει πολύ. Τι λύση θα μπορούσαμε να βρούμε ...;».

### Μικρές αποσυμπιέσεις



Φαίνεται πιο εύκολο όταν καταφέρνουμε να διατηρήσουμε την ψυχική ενότητα και ακεραιότητά μας. Όταν δεν ταυτιζόμαστε τόσο πολύ με την σύγκρουση και τα συναισθήματα που γεννάει, μπορούμε να τη δούμε ως μια προετοιμασία του παιδιού για την ζωή του.

Η σύγκρουση είναι μια ευκαιρία ώστε το παιδί να δοκιμασθεί στο να βιώνει δύσκολα συναισθήματα, ματαιώσεις και εντάσεις. Πάνω σε αυτά, με την δική μας παρουσία σε αυτό του το ταξίδι, χτίζονται τα εφόδια για την διαχείριση καταστάσεων εσωτερικών και εξωτερικών. Μέσα (και) από τις συγκρούσεις το παιδί μαθαίνει να γίνεται ευέλικτο και ικανό να αναζητήσει λύσεις. Μαθαίνει να διαχειρίζεται τις εντάσεις του και την επιθετικότητα, η οποία είναι ένα φυσικό στοιχείο, υπαρκτό στην εξελικτική ανάπτυξη των παιδιών. Η έκφραση και η εκδήλωση της επιθετικότητας, είναι μέρος της πολυσύνθετης ψυχικής πραγματικότητας κάθε παιδιού και μέσω της σύγκρουσης, όπου και αν αυτή απευθύνεται, είναι ευκαιρία να μας αποκαλύπτεται το υλικό του παιδιού με το οποίο μπορεί να «δουλέψει» ο ενήλικος. Μοιάζει έτσι σαν να γίνονται μικρές αποσυμπιέσεις.

Ο ενήλικος στέκεται εκεί με λεπτότητα και σταθερότητα, κατονομάζει το συναίσθημα του παιδιού «φαίνεσαι θυμωμένος, λυπημένος κτλ» και δείχνει έτσι ότι «αντέχει» την ένταση του παιδιού. Την αντέχει με αγάπη, δείχνει την αξία της ζεστασιάς στην θέση του καυτού θυμού όπως αναφέρει και ο Kim John Payne στο βιβλίο «Γονείς απλά». Το παιδί μέσα από την ένταση επικοινωνεί. Μεταδίδει σε εμάς τα αισθήματά του, τις αγωνίες του. Όλα αυτά σημαίνουν ανταλλαγή και αναζωπύρωση της ζωής και αναμένει από εμάς να το εκλάβουμε αυτό σαν δώρο. Μας αποκαλύπτεται και εμείς καλούμαστε να το αντέξουμε και να πετάξουμε τις «ταμπέλες» που κουβαλάμε. Όλα είναι κομμάτι της ατομικότητας του κάθε παιδιού, ο τρόπος έκφρασής του ή ακόμα και μη έκφρασης είναι που αλλάζει.

### Η ιδιοσυγκρασία του παιδιού

Η ιδιοσυγκρασία παίζει σημαντικό ρόλο ως προς την ένταση αυτών των δύσκολων κομματιών ενός παιδιού. Και ακριβώς αυτό το ατομικό στοιχείο είναι και το σπουδαίο εργαλείο του παιδιού προκειμένου είτε να μετριαστεί με τον καιρό, είτε να ενισχυθεί ώστε να το χρησιμοποιεί. Οι συγκρούσεις έστω και αν δεν επιλυθούν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο την στιγμή που προκύπτουν, ιδίως για τα μεγαλύτερα παιδιά μπορεί να επιδιορθωθούν και εκ των υστέρων, στην ησυχία και στη σχέση μεταξύ ενήλικου και παιδιού. Μπορεί να είναι μια ευκαιρία για τον ενήλικο να επαναφέρει το θέμα, να ρωτήσει το παιδί πώς ένιωσε. Έτσι, το παιδί βοηθιέται να αναγνωρίσει τα συναισθήματά του, να τα διαχειριστεί χωρίς να αιωρούνται απλά ή να τα καταχωνιάσει έτσι ακατέργαστα και να συζητηθεί τι θα μπορούσε να είχε γίνει διαφορετικά ώστε να είχε αποφευχθεί η σύγκρουση

ή να είχε επιλυθεί.

Με αυτούς τους τρόπους φτιάχνουμε σενάρια ευελιξίας ή «προετοιμασίας» για αντιμετώπιση ή ακόμα και εκ των προτέρων αναγνώρισης παρόμοιων περιστατικών. Έτσι, το παιδί εξοικειώνεται με την ιδέα της σύγκρουσης, δεν το θεωρεί σαν κάτι το τόσο απειλητικό, καταστροφικό και απροσπέλαστο και επίσης, νιώθει σύμμαχο τον ενήλικο στον οποίο μπορεί να καταθέσει τα πιο σκοτεινά του συναισθήματα και εκείνος να τον ακούσει δίχως να τον λογοκρίνει ή να τον νουθετήσει εξ αρχής, χωρίς να έχουν βρει διέξοδο οι εσωτερικές του εντάσεις.

### **Αφήνοντας χώρο και χρόνο**

Με το να δίνουμε τον «χώρο και τον χρόνο» να μπουν στον λόγο ή όταν κάτι δεν μπορεί να ονομαστεί από το παιδί λόγω ηλικίας, να το ονομάσουμε εμείς απλοποιημένα για το ίδιο, τότε απορροφώνται αργά και σταθερά τα πιο έντονα στοιχεία, χάνουν την ισχύ τους και τον καταγιστικό χαρακτήρα ενός «πυρετού ψυχής». Δίνουμε επιπλέον την δυνατότητα στο παιδί να βρίσκει τους τρόπους αυτορρύθμισης και ελέγχου των παρορμήσεων του με το να μην επιτίθεται σωματικά αλλά να ανακαλύπτει τρόπους διευθέτησης αξιοποιώντας την φαντασία του και την δημιουργικότητά του. Μαθαίνει να πιστεύει ότι είναι ικανό να τα καταφέρει το ίδιο και να αναλαμβάνει την ευθύνη όλων αυτών.

#### **▣ Συγκρούσεις που χτίζουν αντοχή και χαρακτήρα**

Οι συγκρούσεις των μικρών παιδιών είναι αναπόφευκτες και δεν μαρτυρούν συνήθως πρόβλημα ή ιδ



Εμείς οι ενήλικοι εκεί πλάι τους αφουγκραζόμαστε και οριοθετούμε, όπου πραγματικά απαιτείται, α

Ακόμα και όταν συμβαίνουν συγκρούσεις, οι οποίες είναι μια πραγματικότητα τόσο για τους ενήλικες

---

***\*Η Λήδα Πασαλή είναι κλινική ψυχολόγος, ψυχοθεραπεύτρια. Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί της στο [ledapas@gmail.com](mailto:ledapas@gmail.com)***