

**Συνάξεις Γονέων**  
**Για Μία Οικογένεια Μὲ Ὅραμα**  
**Περίοδος Α΄: 2016-2017**

**Οἱ εἰδικοὶ μᾶς συμβουλεύουν**  
**γιὰ τὴν δημιουργικὴ σχέση μετὰ**  
**Πατέρα, Μητέρας, Παιδιῶν**



**A<sub>1</sub>**

**Δώδεκα Κανόνες**  
**γιὰ νὰ εἶναι κάποιος**  
**καλὸς γονιὸς**

**Ἐκκλησία Γνησίων Ὁρθοδόξων Χριστιανῶν Ἑλλάδος**  
**Ἱερά Μητρόπολις Ὁρωποῦ καὶ Φυλῆς**  
**2016-2017**

## Δώδεκα Κανόνες για να είναι κάποιος καλός γονιός\*

**1. Γονιός** δὲ γεννιέσαι, ἀλλὰ γίνεσαι.

- Γι' αὐτό, εἶναι σημαντικό νὰ ἀποδεχθεῖς τὴν ἀτελῆ σου φύση, ἀλλὰ καὶ νὰ διεκδικήσεις τὸ δικαίωμά σου νὰ μαθαίνεις καὶ νὰ ἐξελίσσεσαι διαρκῶς μέσα ἀπὸ τὰ λάθη σου, τὰ ὁποῖα θὰ ἀναγνωρίζεις μὲ εὐθύνη καὶ κατανόηση.

**2. Ὁ γονιός** διδάσκει κυρίως μὲ τὸ παράδειγμά του, ὄχι μὲ τὰ λόγια του.

- Κάθε γονιός χρειάζεται νὰ ἐφαρμόζει πρῶτα ὁ ἴδιος ὅσα ζητᾶ ἀπὸ τὸ παιδί του, νὰ ἀποτελεῖ ἓνα θετικὸ πρότυπο γι' αὐτό.

**3. Κάθε γονιός** εἶναι ὑπεύθυνος γιὰ τὴν σωματικὴ καὶ ψυχικὴ ὑγεία τῶν παιδιῶν του, γιὰ τὴν φυσικὴ καὶ συναισθηματικὴ τους ἀσφάλεια.

- Ὡστόσο, ἡ εὐθύνη αὐτὴ δὲν πρέπει νὰ μετατρέπεται σὲ ὑπερπροστασία καὶ σὲ ἀσφυκτικὸ ἔλεγχο.

- Κάθε παιδί ἔχει ἀνάγκη ἀπὸ προστασία, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ αὐτονόμηση, σὲ ὅποιο ἀναπτυξιακὸ στάδιο καὶ ἂν βρίσκεται.

**4. Ἡ σχέση γονιοῦ-παιδιοῦ** χρειάζεται νὰ εἶναι μία σχέση ἀποδοχῆς.

- Κάθε σχέση ἀγάπης χρειάζεται νὰ βασίζεται στὴν ἀποδοχὴ χωρὶς ὄρους.

- Μία σχέση ἀποδοχῆς μὲ ὄρους δὲν εἶναι γνήσια σχέση ἀγάπης.

**5. Ὁ γονιός** χρειάζεται νὰ ἐμπιστεύεται τὸ παιδί του.

- Ὅπως ἔκτισε τὴν σχέση μὲ τὸ παιδί του πάνω στὴν βασικὴ ἐμπιστοσύνη ἀπὸ τὸν πρῶτο χρόνο τῆς ζωῆς του, ὅπως μὲ τὴν ἔμπρακτη ἔκφραση τῆς διαθεσιμότητάς του ἔκανε τὸ παιδί νὰ τὸν ἐμπιστεύεται, ἔτσι καὶ μετέπειτα χρειάζεται νὰ εἶναι διαθέσιμος, ἐπιδεικνύοντας ἐμπιστοσύνη.

**6. Ὁ γονιός** χρειάζεται νὰ ἀσκεῖ μέτριο ἔλεγχο καὶ νὰ ἐκδηλώνει ἄπλετη στοργή.

- Χρειάζεται νὰ θέτει κανόνες καὶ νὰ ὀριοθετεῖ, ἀλλὰ καὶ νὰ ἐκφράζει τὴν ἀγάπη του ὅσο καὶ ὅποτε μπορεῖ.

- **Τ**ὰ παιδιὰ δὲν κινδυνεύουν ἀπὸ τὴν πολλὴ ἀγάπη.
- **Κ**ινδυνεύουν ἀπὸ ἔλλειψη ὀρίων καὶ ἀπὸ ὑπερβολικὴ ἐπεικεία.
- **Κ**ινδυνεύουν ἐπίσης, ἀπὸ ἄκαμπτα ὄρια, καὶ ἀπὸ ὑλικά ἀγαθὰ, τὰ ὁποῖα χρησιμοποιοῦνται ὡς ὑποκατάστατα τῆς ἀγάπης.

**7. Ὁ γονιὸς** εἶναι σημαντικὸ νὰ σέβεται τὸ παιδί καὶ νὰ τοῦ παρέχει ἓνα *συνεκτικὸ σύστημα Ἀξιῶν*.

- Ἀξίες, ὅπως ἡ συνεργασία, ὁ ἀλτρουϊσμός, ἡ ὑπομονή, ἡ δικαιοσύνη, ἡ ἐντιμότητα, ἡ ἐλευθερία, ἡ εὐγένεια, εἶναι ὅ,τι πιὸ πολῦτιμο ἔχει νὰ τοῦ χαρίσει.

**8. Κάθε γονιὸς** χρειάζεται νὰ ἐνδιαφέρεται γιὰ τὰ *συναισθήματα* τοῦ παιδιοῦ του, νὰ τὸ ἀφουγκράζεται καὶ νὰ ἐπιδεικνύει προσοχὴ σὲ ὅσα λέει καὶ στὸν τρόπο, μὲ τὸν ὁποῖο τὰ λέει.

- Δὲν ἀπαγορεύει τὰ *συναισθήματα* τοῦ παιδιοῦ, οὔτε τὰ κατακρίνει.
- Αὐτὸ πὸν προσπαθεῖ νὰ ἐλέγξει δὲν εἶναι τὰ ἴδια τὰ *συναισθήματα*, ἀλλὰ ἡ ἀνεπιθύμητη συμπεριφορὰ πὸν πηγάζει ἀπὸ αὐτά.

**9. Καλὸς γονιὸς** εἶναι ὁ **γονιὸς**, ὁ ὁποῖος μπορεῖ νὰ ἀκούει *χωρὶς νὰ παρεμβαίνει*.

- **Ν**ὰ δίνει χρόνο στὴν *προσεκτικὴ ἀκρόαση* τοῦ παιδιοῦ του μὲ διακριτικότητα καὶ ὑπομονή.

**10. Κάθε γονιὸς** χρειάζεται νὰ *ἐμπλέκεται ἐνεργᾶ* στὴν ζωὴ τοῦ παιδιοῦ του.

- **Ν**ὰ ἐνδιαφέρεται νὰ μάθει πῶς περνᾷ τὴν ἡμέρα του, ποιοὶ εἶναι οἱ φίλοι του, τὶ τοῦ ἀρέσει.

- **Ν**ὰ διαθέτει χρόνο γιὰ συζήτηση, ἀλλὰ καὶ χρόνο γιὰ νὰ συμμετέχει, ὡς *φυσικὴ παρουσία*, στὶς δραστηριότητες τοῦ παιδιοῦ, στὶς γιορτὲς τοῦ σχολείου, στὰ καλέσματα τῶν φίλων του κτλ.

**11. Ὁ γονιὸς** χρειάζεται νὰ μὴν ξεχνᾷ, ὅτι δὲν εἶναι μόνο **γονιὸς**.

- Εἶναι σύντροφος, φίλος, παιδί, συνάδελφος.
- Ὁ *γονικὸς ρόλος* ἀπορροφᾷ σημαντικὸ μέρος τοῦ χρόνου καὶ τῆς ἐνέργειας ἑνὸς ἐνηλίκου, δὲν πρέπει ὡστόσο νὰ ἀπορροφᾷ ὅλο του τὸν χρόνο.



• Άς μὴν ξεχνᾶμε, ἐξάλλου, ὅτι τὸ παράδειγμα ἑνὸς τέτοιου **γονιοῦ** μακροπρόθεσμα δὲν ἀποβαίνει πρὸς ὄφελος τοῦ παιδιοῦ, οὔτε ἀποτελεῖ **θετικό πρότυπο** γιὰ τὴν ἰδική του ἐνήλικη ζωή.

**12. Ὁ γονιὸς** ὀφείλει νὰ μὴν ξεχνᾶ, ὅτι δὲν εἶναι τέλειος καὶ ὅτι δὲν **μπορεῖ νὰ γίνῃ τέλειος.**

• Μπορεῖ ὅμως νὰ καταφέρει νὰ κατακτήσῃ τὴν ψυχραιμία καὶ νὰ φροντίζει νὰ εἶναι συνεπὴς μὲ ὅσα λέει καὶ κάνει.

• Τὰ παιδιά πειθονται μὲ τὴν σοφία τῶν μεγάλων, ὄχι μὲ τὴν ἐπίδειξη τῆς δυνάμεώς τους.

• Τέλος, ὁ καλὸς **γονιὸς** δὲν ξεχνᾶ ποτὲ νὰ ἀγαπᾷ τὸν ἑαυτό του.

(\*) Πανελλήνιος Σύνδεσμος Σχολῶν Γονέων (βλ. <http://www.sxolesgonewn.gr/postdetail.aspx?id=48>). Παππά, Β. (2016), Ἐκπαιδευτικὸ Πρόγραμμα Γονικῆς Ταυτότητας (ΕΡΡΠ), Ἐγχειρίδιο γιὰ εἰδικούς, Ἀθήνα. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.



## **Συνάξεις Γονέων**

**ΓΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ  
ΩΡΩΠΟΥ ΚΑΙ ΦΥΛΗΣ**

**Ἴερά Μητρόπολις Ὁρωποῦ καὶ Φυλῆς**

**Λεωφ. Φυλῆς 44 (Δημοτικὴ Ἐνότης Φυλῆς)**

**Ἄριθμ. Τηλεφ.: 210 2487388 καὶ 6976 816971**

**Fax: 210 2487389**

**E-mail: [mitropolis-orfyl@hsir.org](mailto:mitropolis-orfyl@hsir.org)**

• Οἱ «Συνάξεις Γονέων» σὲ video: [www.hsir.org/Publications\\_el/VideoSeriesC.html](http://www.hsir.org/Publications_el/VideoSeriesC.html)