

ΠΩΣ ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΧΑΣΕΙ ΤΟΝ ΠΑΤΕΡΑ ΤΟΥΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΓΙΟΡΤΗΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ

Ο ρόλος του πατέρα είναι σημαντικός στην ανάπτυξη του παιδιού. Η σχέση με τον πατέρα καθορίζει την ταυτότητά μας, διαμορφώνει πτυχές της προσωπικότητάς μας, δίνει ένα στίγμα για τον χαρακτήρα και τις δεξιότητές μας. Είναι ένα αποτύπωμα που φέρνουμε στη ζωή και το φυλάμε πάντα στην καρδιά μας, είτε έχουμε την δυνατότητα να τον βλέπουμε και να τον έχουμε στη ζωή μας, είτε όχι. Είναι μια σχέση που διαμορφώνει την βιογραφία της ζωής μας.

Πολλά παιδιά βιώνουν την απώλεια του πατέρα λόγω θανάτου. Και γι' αυτά τα παιδιά η ημέρα της γιορτής του πατέρα είναι σημαντική.

Πως μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά που έχουν χάσει τον πατέρα τους σε πολύ μικρή ηλικία;

Για τα παιδιά που έχουν χάσει τον πατέρα τους σε πολύ μικρή ηλικία είναι σημαντικό να τον γνωρίσουν μέσα από την αφήγηση, να ακούσουν την ιστορία του και να έχουν την δυνατότητα να κάνουν ερωτήσεις όποτε θέλουν, έτσι ώστε να τον συμπεριλάβουν στην ιστορία ζωής τους.

Τα μεγαλύτερα παιδιά που βιώνουν την απώλεια του πατέρα έχουν ζωντανές αναμνήσεις, εικόνες και λόγια που έχουν ειπωθεί από τον πατέρα τους και έχουν αγγίξει την καρδιά τους. Είναι σημαντικό να υπάρχει ανοικτή επικοινωνία μέσα στην οικογένεια και να δίνεται στο παιδί η δυνατότητα να εκφράζεται.

Με ποιο τρόπο βιώνουν τα παιδιά που έχουν χάσει τον πατέρα τους την γιορτή του πατέρα;

Η ημέρα της γιορτής του πατέρα μπορεί να εγείρει συναισθήματα θλίψης, αμηχανίας και νοσταλγίας για τα παιδιά που βιώνουν την απώλεια του πατέρα τους. Ταυτόχρονα είναι μια ευκαιρία να τιμηθεί η σχέση που έχει το παιδί με τον πατέρα.

1995 - 2022
27 χρόνια Μέριμνα



Ποια στάση είναι βοηθητική από τους ενήλικες προς τα παιδιά που ο πατέρας τους δεν είναι στη ζωή, την ημέρα της γιορτής του πατέρα;

Οι ενήλικες συχνά προσπαθούν να προσπεράσουν την ημέρα αυτή, καθώς δεν θέλουν να θυμίζουν στα παιδιά τους γεγονότα που τους έχουν προκαλέσει πόνο. Στην πραγματικότητα όμως τα παιδιά έχουν ανάγκη να θυμούνται. Όταν κάποιος αγαπημένος μας πεθαίνει, δε φεύγει έτσι απλά από τη ζωή μας, αντίθετα εξακολουθεί να έχει μια έντονη παρουσία και ένα ξεχωριστό νόημα για εμάς. Γιορτές, επέτειοι, αλλά και ημερομηνίες κλειδιά για την απώλεια είναι συχνά μέρες στις οποίες πυροδοτούνται όλα τα συναισθήματα και οι σκέψεις των παιδιών.

Οι ενήλικες μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά **να εκφραστούν** την ημέρα αυτή, να ρωτήσουν, να θυμηθούν και να τους δώσουν την δυνατότητα να επικοινωνήσουν, στο βαθμό που εκείνα επιθυμούν, σκέψεις και συναισθήματα για τον πατέρα τους.

Θυμηθείτε ότι η μέρα αυτή εγείρει συναισθήματα θρήνου και **αναγνωρίστε** τα. **Να είστε συμπονετικοί** προς τον εαυτό σας και τα παιδιά σας. Δώστε χώρο σε όλα τα συναισθήματα που προκύπτουν, χαρούμενα και δυσάρεστα. Ζήστε όλες τις στιγμές μαζί με τα παιδιά σας.

Η ημέρα της γιορτής του πατέρα, μπορεί να γίνει αφορμή για να τιμήσει το παιδί την μοναδική σχέση και τον δεσμό που διατηρεί με τον πατέρα του, ακόμη και μετά τον θάνατό του.

Η ιδιαίτερη αυτή μέρα δίνει την ευκαιρία στα παιδιά που δε ζει πλέον ο πατέρας τους, **να γιορτάσουν** μαζί με όλα τα άλλα παιδιά, να νιώσουν περηφάνια για το πατέρα τους, και χωρίς ντροπές να εκφράσουν την αγάπη τους και την ευγνωμοσύνη τους για όλα τα ψυχικά και συναισθηματικά εφόδια που τους χάρισε.

Φαίδων Χατζής & Ελευθερία Ράλλη
Ψυχολόγοι
Συμβουλευτικό Κέντρο Στήριξης στο Πένθος στην Αθήνα
Μέριμνα