

Τα ψέμματα που λέμε στον εαυτό μας ως γονείς

Το μεγάλωμα των παιδιών αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες και σπουδαιότερες προκλήσεις στη ζωή ενός ανθρώπου. Υπάρχουν στιγμές που ο καθένας από εμάς δυσκολεύεται να πει την αλήθεια ακόμη και στον ίδιο του τον εαυτό για το βλαστάρι του. Κι αυτό γιατί τα παιδιά είναι ό,τι πολυτιμότερο έχουμε, ο κόσμος όλος και έτσι το συναίσθημα θολώνει την κρίση!

Τα «παιχνίδια» που παίζει το συναίσθημα

Υπάρχουν δύο εξίσου επικίνδυνες παγίδες που αποτελούν τις όψεις του ιδίου νομίσματος που λέγεται «ανασφάλεια». Η πρώτη είναι η ωραιοποίηση και η δεύτερη η δραματοποίηση της πραγματικότητας. Και τα δύο άκρα ελλοχεύουν σημαντικούς κινδύνους. Όλοι μας ανεξαιρέτως, ανάλογα με το χαρακτήρα και τη φάση ζωής την οποία διανύουμε, τείνουμε να πέφτουμε σε αυτές τις παγίδες, άλλος λιγότερο άλλος περισσότερο. Ας «γνωρίσουμε» τα δύο άκρα με σκοπό να παραμένουμε όσο το δυνατόν στη...μέση!

Η ωραιοποίηση

Πρόκειται για μία κατάσταση όπου οι γονείς δικαιολογούν συνέχεια τα παιδιά τους ή αρνούνται πως αυτά αντιμετωπίζουν κάποιο συναισθηματικό/συμπεριφορικό πρόβλημα. Αυτός ο τύπος γονέα θα δικαιολογήσει τα αδικαιολόγητα με χίλιους δύο τρόπους στον εαυτό του. Πιθανώς να έχει βιώσει και ο ίδιος αντίστοιχες δυσκολίες στην παιδική του ηλικία και να βλέπει στο παιδί τον καθρέφτη του. Ας δούμε δύο παραδείγματα.

1) Το παιδί μου δε λέει ποτέ ψέματα

Οι ενήλικες ψεύδονται καθημερινά για να αποφύγουν τις συνέπειες των πράξεών τους, να τραβήξουν την προσοχή να βγουν από μία δύσκολη κατάσταση ή να μη στεναχωρήσουν τους άλλους. Ακριβώς το ίδιο κάνουν και τα παιδιά. Ιδίως τα μεγαλύτερα σε ηλικία που προσπαθούν ποικιλοτρόπως να μας δοκιμάζουν! Κάντε τις σωστές ερωτήσεις και μη βιάζεστε να βγάλετε συμπεράσματα. Συζητήστε με άλλα άτομα και...ακούστε τους όλους με προσοχή και αντικειμενικότητα.

2) Όλα θα πάνε καλά

Μερικές φορές τα πράγματα δεν πάνε καλά και πρέπει να το παραδεχόμαστε. Η επιθετικότητα, η διαρκής μελαγχολία, η σχολική άρνηση, τα έντονα ψυχοσωματικά συμπτώματα, ο σχολικός εκφοβισμός, οι εξαρτήσεις και πολλά άλλα αγκάθια μπορεί να βρεθούν στο δρόμο μας. Ως γονείς οφείλουμε να μην εθελουφλούμε, να μη βάζουμε τα προβλήματα κάτω από το χαλί. Για άλλη μία φορά θα πρέπει να είμαστε ανοιχτοί στο να ακούσουμε τους ανθρώπους που ζουν καθημερινά το παιδί μας(εκπαιδευτικούς, φίλους, συγγενείς) καθώς σπάνια υπάρχει κακή πρόθεση. Και αν χρειαστεί να μη διστάσουμε να ζητήσουμε βοήθεια.

Η δραματοποίηση

Αυτός ο τύπος γονιού σκέφτεται πάντα το χειρότερο σενάριο, βιώνει φοβερή ανασφάλεια για καθετί, αναπτύσσει ένα φοβικό και απαισιόδοξο μοντέλο σκέψης όσον αφορά το παιδί και ίσως τη δική του επάρκεια. Προσπαθεί να προλάβει φανταστικά σενάρια καταστροφής και να ελέγξει το καθετί. Παραδείγματα:

1) Το παιδί έχει σοβαρό πρόβλημα

Μία διαρκής και αναίτια ανησυχία ότι θα του συμβεί κάτι κακό, ότι δεν είναι αρκετά υπεύθυνο, αρκετά ώριμο, ανεξάρτητο κλπ σε ένα καθόλα λειτουργικό παιδί, αποτελεί ένα δικό μας φανταστικό φόβο. Πολύ συχνά οι γονείς μπορεί να δώσουν πολύ μεγάλη έμφαση σε πράγματα που δεν έχουν απολύτως καμία αρνητική επίπτωση στην καθημερινότητα των παιδιών. Εδώ πρόκειται συνήθως για μία δυσκολία να αποδεχτούμε το παιδί και να συμφιλιωθούμε με την ιδέα πως δεν μπορούμε να ελέγχουμε τα πάντα.

2) Είμαι ένας πολύ κακός γονιός

Οι γονείς είμαστε πάνω από όλα άνθρωποι. Όσο και να προσπαθούμε θα κάνουμε λάθη. Όσο και να αγωνιζόμαστε τα παιδιά μας θα έχουν πάντα παράπονα από εμάς, όπως κι εμείς έχουμε παράπονα από τους δικούς μας γονείς. Ας κάνουμε ό,τι καλύτερο περνάει από το χέρι μας χωρίς υπερπροσπάθεια. Είναι εξαιρετικά σημαντικό να κρατάμε ένα κομμάτι μέσα μας βαθιά προστατευμένο να φροντίζουμε τον εαυτό μας για να βρίσκουμε το κουράγιο να συνεχίζουμε αυτό το τόσο ιδιαίτερο ταξίδι με τα παιδιά. Οφείλουμε να φροντίζουμε τον εαυτό μας να τον προσέχουμε και να τον αγαπάμε για να μη χάνεται η αίσθηση του μέτρου και...η αλήθεια!