

9 Μαρτίου 2023

## Τα «αθώα» λόγια των γονιών που πληγώνουν το παιδί

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Κοινωνιολογικά (κοινωνική πρόνοια & οικογενειακά θέματα)  
/ Υγεία και ιατρικά θέματα



Η καθημερινότητα των μαμάδων είναι δύσκολη. Οι υποχρεώσεις, η κούραση και το άγχος μάς φέρνουν πολλές φορές στα όριά μας.



Μάλιστα, σε στιγμές θυμού ή κούρασης, ξεστομίζουμε κουβέντες που όχι μόνο πληγώνουν εκείνη τη στιγμή το παιδί αλλά αν τις επαναλαμβάνουμε, μπορεί να του δημιουργήσουν λανθασμένες πεποιθήσεις που θα το ακολουθούν μια ζωή.

**«Να προσέχεις γιατί έξω από το σπίτι συμβαίνουν μόνο άσχημα πράγματα!»**

Μπορεί να μην χρησιμοποιούμε τη φράση έτσι ακριβώς, πάντως πολλοί από εμάς, στην προσπάθειά μας να προειδοποιήσουμε τα παιδιά για τους κινδύνους που ελλοχεύουν, τα τρομοκρατούμε. Από το «θα σου ρίξουν ναρκωτικά στο πότο» μέχρι το «πρόσεχε, θα σε κλέψουν», τους δημιουργούμε φοβίες που θα έχουν για μια ζωή.

Το αποτέλεσμα είναι να βγουν στον κόσμο ανησυχώντας πως θα τους συμβεί το χειρότερο. Θα δυσκολευτούν να εμπιστευτούν άλλους ανθρώπους και θα διστάσουν να πάρουν δημιουργικά ρίσκα.

**«Θα το κάνω εγώ για σένα γιατί εσύ δεν ξέρεις»**

Δεν είναι λίγες οι φορές που αποτρέπουμε ένα παιδί από το να δέσει τα κορδόνια του, να μας βοηθήσει στο μαγείρεμα ή να ποτίσει τα λουλούδια λέγοντάς του πως είναι μικρό και δεν ξέρει ακόμα πώς να το κάνει.

Φυσικά, η πρόθεσή μας δεν είναι να το πληγώσουμε αλλά άθελά μας το κάνουμε! Χωρίς να το καταλάβουμε, του περνάμε το μήνυμα πως δεν είναι ικανό να δοκιμάσει νέες δραστηριότητες, πως δεν του έχουμε εμπιστοσύνη και πως το

θεωρούμε άχρηστο.

Τελικά, συμβάλλουμε στη χαμηλή του αυτοπεποίθηση και μεγαλώνουμε έναν ενήλικα που πάντα θα νιώθει ελλιπής.

### **«Άντε τελείωνε... Πάλι θα αργήσουμε εξαιτίας σου»**

Αυτή η φράση ξεφεύγει πιο συχνά από τα χείλη μας τα πρωινά, όταν πρέπει να ετοιμάσουμε το παιδί για το σχολείο και να προλάβουμε να είμαστε στην ώρα μας για την δουλειά. Τις περισσότερες φορές (αν όχι όλες!) αυτός ο πανικός μας δημιουργεί επιπλέον νεύρα, με αποτέλεσμα να ξεσπάμε στο παιδί και να του φορτώνουμε την ευθύνη της αργοπορίας.

Σταδιακά, το παιδί μαθαίνει να νιώθει υπεύθυνο για «όλα τα κακά του κόσμου» και, ακόμα κι όταν θα μεγαλώσει, θα προσπαθεί να διορθώσει τα λάθη των υπολοίπων φορτωμένος συνεχώς με τύψεις.

### **«Αν το κάνεις αυτό θα πεθάνω και θα το έχεις για πάντα βάρος»**

Μπορεί να μην είμαστε όλες οι μαμάδες σαν κάποιες... αγορομάνες του ελληνικού κινηματογράφου που απειλούσαν συνέχεια τους γιους τους με την καρδιά τους, αλλά υποσυνείδητα εκβιάζουμε κι εμείς καταστάσεις. Αν για παράδειγμα μας το πει το παιδί μας ότι προτιμάει να περάσει χρόνο με τους φίλους του αντί με εμάς, μπορεί να στεναχωρηθούμε ή να του κρατάμε μούτρα.

Αυτό το παιδί το αντιλαμβάνεται και αντί να ανοίξει το φτερά του για να πετάξει μακριά, νιώθει συνεχώς υπεύθυνο και προσκολλημένο στους γονείς του.

### **Τονίζουμε κάποιο ελάττωμα στην εμφάνιση χαριτολογώντας**

Το να προσέχουμε τον εαυτό μας και την εμφάνισή μας είναι μια αξία που πρέπει να περάσουμε στα παιδιά. Αυτό όμως διαφέρει κατά πολύ από το να κάνουμε συγκρίσεις με συνομηλίκους τους, τονίζοντας αυτά που εμείς θεωρούμε αρνητικά στοιχεία στην εμφάνισή τους, ακόμα και χαριτολογώντας (για παράδειγμα να αποκαλούμε «κουνελάκι» ένα παιδί με πεταχτά δόντια ή «κεφάλια» ένα παιδί με μεγάλο κεφάλι).

Η σωστή διατροφή, το φυσιολογικό βάρος κ.ο.κ. είναι πολύ σημαντικά για τη σωστή και υγιή ανάπτυξη και εκεί πρέπει να εστιάζουμε. Από κει και πέρα, τα χαρακτηριστικά του κάθε παιδιού είναι η ιδιαίτερη σφραγίδα τους και η δική τους ομορφιά.

### **«Γιατί δεν συμπεριφέρεσαι όπως η Μαρία»**

Μπορεί να είναι εύκολο να συγκρίνουμε το παιδί με το πιο «βολικό» και ήσυχο αδελφάκι του, ή να θέλουμε να του υποδείξουμε ένα σωστό πρότυπο, όμως, έτσι

δεν πετυχαίνουμε το επιθυμητό αποτέλεσμα. Αντίθετα, του δείχνουμε ότι ακυρώνουμε τις δικές του προσπάθειες και ότι υποτιμούμε τις ικανότητές του.

Πρέπει να βοηθήσουμε το παιδί να βρει την δική του ταυτότητα και όχι να του επιβάλλουμε να ανταποκρίνεται στις δικές μας προσδοκίες.

**Πηγή:** [mama365.gr](http://mama365.gr)