

5 σημάδια ότι είστε «γονείς-θύματα»!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Σήμερα, ο ρόλος του γονιού έχει αναβαθμιστεί σε ένα είδους επάγγελμα. Ο σημερινός γονιός καθημερινά κρίνεται για το αν κάνει το σωστό, πως το κάνει, γιατί το κάνει. Είναι σα να δίνει διαρκώς εξετάσεις σε κάποιον «ανώτερο» ψυχολόγο, παιδοψυχίατρο, κοινωνιολόγο ή εκπαιδευτικό.

Αποτέλεσμα το φαινόμενο του γονιού-θύμα. Κι όμως τα πράγματα στη ζωή είναι απλά και όπως λένε και οι ψυχολόγοι πρέπει να πιστεύουμε στις απλοποιήσεις: Όση περισσότερη δύναμη δίνεις σε ένα παιδί τόσο πιο πολύπλοκη γίνεται η ζωή σου!

Και αν ανήκετε στην κατηγορία εκείνη που ρωτάτε το παιδί σας «τι επιθυμεί για πρωινό», «πού θέλει να διασκεδάσει το Σάββατο» και αν «συμφωνεί για το αν η μαμά και ο μπαμπάς βγουν απόψε», τότε μάλλον έχετε κάνει πολύ περίπλοκη και τη δική σας ζωή!

Σίγουρα βέβαια τα παιδιά αλλάζουν πολλά πράγματα στη ζωή μας, αλλά ως γονείς οφείλουμε να τα αλλάζουμε εθελοντικά. Κοιμόμαστε νωρίς, γιατί έτσι θέλουμε, τρώμε πιο υγιεινά επειδή εμείς το επιθυμούμε και χαιρόμαστε την παρέα των παιδιών μας επειδή αυτό μας ευχαριστεί. Στην πραγματικότητα, όμως η δουλειά μας είναι να θέτουμε τους κανόνες που τα παιδιά θα ακολουθήσουν. Το να γίνεις ένας γονιός θύμα σε κάνει υπόδουλο στο ρόλο σου. Και το παράδοξο είναι ότι υπόδουλο δε σε κάνουν τα παιδιά, αλλά εσύ που τους επέτρεψες να σε υποδουλώσουν.

5 σημάδια ότι είσαι γονιός – θύμα

1. Επιτρέπεις στο παιδί σου να σου δίνει διαταγές: Για παράδειγμα σε ρωτάει αυταρχικά: «Που είναι το πρωινό μου;»
2. Συνεχώς δικαιολογείς το παιδί σου: «Αχ θα σας ζήταγε συγγνώμη για τη συμπεριφορά του, αλλά ήταν κουρασμένο»
3. Φοβάσαι ότι το παιδί σου δε θα σε αγαπάει πια αν του αρνηθείς κάτι
4. Έχεις επιτρέψει στο παιδί σου να σου πει «σκάσε»
5. Αναρωτιέσαι συνέχεια αν η συμπεριφορά σου «αρέσει» στο παιδί σου

Αν κάνετε όλα τα παραπάνω μάλλον ήρθε η ώρα να πάρετε την κατάσταση στα χέρια σας

Το πρώτο που πρέπει να κάνετε είναι να πάρετε (και πάλι) τον έλεγχο.

Να, ποτέ δεν είναι αργά γι' αυτό! Για να το επιτύχετε όμως θα πρέπει να νιώσετε ότι μπορείτε. Και έπειτα αυτό που πρέπει να κάνετε, είναι να ακολουθήσετε τους εξής τέσσερις απλούς κανόνες:

Μάθετε στο παιδί σας να είναι ειλικρινές
Μάθετε στο παιδί σας την αξία του σεβασμού
Μάθετε στο παιδί σας να είναι γενναιόδωρο
Μάθετε στο παιδί σας την αξία της ευγένειας

Αν επικεντρωθείτε σε αυτούς τους τέσσερις κανόνες να είστε σίγουροι ότι θα αποθυμασποιηθείτε κι εσείς πιο εύκολα, αλλά και το παιδί σας θα μεταμορφωθεί

σε ένα «φυσιολογικό» άνθρωπο!

Περισσότερα [εδώ](#)

Από τον Richard Greenberg, συγγραφέα του βιβλίου Raising Children That Other People Like to

Από: *Ελένη Χαδιαράκου*

Πηγή: imommy.gr