

# Χειριστικός γονιός: ένας ασυνείδητος συναισθηματικός εκβιαστικός που βασίζεται σε μια θυσία ζωής

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[www.psychotherapyjourney.wordpress.com](http://www.psychotherapyjourney.wordpress.com)

Φωτο: [psychotherapyjourney.wordpress.com](http://www.psychotherapyjourney.wordpress.com)

1. Τα χαρακτηριστικά του χειριστικού γονιού και της χειριστικής σχέσης  
Χειριστικός μπορεί να θεωρηθεί ένας άνθρωπος, ο οποίος ξέρει πολύ καλά να οδηγεί έτσι τις καταστάσεις, ώστε να επωφεληθεί ο ίδιος.

Όταν το χαρακτηριστικό αυτό αποδίδεται σε ένα γονέα είναι αρκετά οξύμωρο, καθώς ο γονικός ρόλος προϋποθέτει την υπέρβαση του εαυτού και της ατομικότητας. Πώς λοιπόν γίνεται ένας γονιός να είναι χειριστικός; Να χειρίζεται καταστάσεις που αφορούν το παιδί του - ανήλικο ή ενήλικο - προς δικός του όφελος;

Όλα ξεκινούν όταν στη βάση της σχέσης υπάρχει η θυσία. Ένας άνθρωπος, ο οποίος θεωρεί ότι θυσιάζει στοιχεία του εαυτού του ή της ζωής του, κάποια στιγμή θα το ζητήσει πίσω. Στην περίπτωση λοιπόν ενός χειριστικού γονιού, υπάρχει η αίσθηση του «χρέους» ή της «υποχρέωσης» ή της «οφειλής» από το παιδί προς το γονιό, στο όνομα της θυσίας που ταυτίζεται με την αγάπη. Ως αποτέλεσμα, το παιδί οφείλει στο γονιό του να ζήσει μια ζωή όπως ο γονιός τη φαντάζεται για το ίδιο. Οποιαδήποτε απόκλιση από αυτό το σενάριο θα καταγραφεί ως αχαριστία, ως λάθος, ως αδιαφορία.

Αυτό συμβαίνει, όταν οι γονείς βιώνουν απουσία χαράς από το γάμο τους. Έτσι, ασυνείδητα ζητούν από τα παιδιά τους να τους φροντίσουν συναισθηματικά και να έχουν για πάντα κυρίαρχο ρόλο στη ζωή τους: με το να φροντίζουν το εγγόνι όχι ως παππούδες αλλά ως γονείς, να έχουν λόγο στο γάμο τους παιδιού τους, να εμπλέκονται στη δουλειά, τις επιλογές, τις αποφάσεις του. Κι αν το παιδί δυσανασχετήσει, ο γονιός θυμώνει παιδιάστικα, δίνει διπλά μηνύματα «εσύ να είσαι καλά και άσε με εμένα» και φέρεται σαν να νοιώθει προδομένος και εγκαταλελειμμένος.

## 2. Τι κακό μπορεί να κάνει ένας χειριστικός γονιός στο παιδί του;

Για να μπορέσει να υπάρξει μια τέτοιου είδους σχέσης που ζητάει ο γονιός αυτός, σημαίνει ότι το παιδί δεν έχει αυτονομηθεί. Και αυτό είναι το τίμημα που πληρώνει το παιδί ως ενήλικας: δεν μπορεί να σταθεί στα πόδια του και αναρωτιέται συνεχώς για τα λάθος επιλογές που κάνει.

Ένας γονιός που ζητά φροντίδα από το παιδί του και θέλει να έχει ενεργό ρόλο στην ενήλικη πια ζωή του, στην πραγματικότητα του ζητά να μην μπορέσει να αυτονομηθεί, να διαφοροποιηθεί, να ενηλικιωθεί, να ζήσει με ευθύνη ζωής. Κι ενώ το παιδί - ενήλικας θα καταγραφεί ως ανεπαρκής, στην πραγματικότητα η ανεπάρκεια του γονιού είναι που δεν επιτρέπει στο παιδί να ωριμάσει.

Η κατάσταση αυτή δεν γίνεται αμέσως αντιληπτή, καθώς το κύριο χαρακτηριστικό ενός χειριστικού γονιού είναι η συνεχής παροχή και η φροντίδα με τη μορφή εξυπηρέτησης. Και αυτό ακριβώς είναι που δημιουργεί τύψεις στο παιδί - ενήλικα. «πώς γίνεται να δυσανασχετώ και να θυμώνω με τον άνθρωπο που μου προσφέρει τόσα;» Η παγίδα είναι πως αυτή η εξυπηρέτηση βολεύει και το παιδί - ενήλικας στερεί τον εαυτό του από το παράγει άλλες λύσεις και προτιμά την έτοιμη παροχή.

## 3. Πώς να διαχειριστείτε τον χειριστικό γονιό

Αυτό που δεν συνειδητοποιεί ο χειριστικός γονιός είναι πως η ενοχοποίηση που δημιουργεί ασυνείδητα στο παιδί του, ώστε να μείνει για πάντα κοντά του έχει το αντίθετο αποτέλεσμα. Το παιδί - ενήλικας αν και φαινομενικά θα είναι κοντά, αυτό που εύχεται είναι να ξεφορτωθεί αυτό το βάρος που νοιώθει. Και για αυτό ακριβώς μένει εκεί: οι ενοχές τελικά δεν είναι αυτές που έχει δημιουργήσει ο γονιός, αλλά αυτές που έχει δημιουργήσει ο ίδιος στον εαυτό του τη στιγμή που εύχεται να τον ξεφορτωθεί για να μπορέσει τελικά να νοιώσει ελεύθερος.

Για να αρχίσει να αλλάζει αυτή η κατάσταση δύο πράγματα είναι σημαντικά: το ξεβόλεμα, που αντιστοιχεί στο τέλος της εξυπηρέτησης και των έτοιμων παροχών που προσφέρονται από το γονιό και δεύτερον το από καρδιάς «ευχαριστώ», για ότι έχει προσφερθεί μέχρι τώρα.

## 4. Πώς να μην γίνετε χειριστικός γονιός

Όλη αυτή η σχέση παιδιού - γονιού ξεκινά από τη ματαίωση προσδοκιών από το σύζυγο, από την απουσία χαράς στο γάμο, από την έλλειψη καλής κοντινότητας μεταξύ των συζύγων που οδηγεί στην παραπάνω κοντινότητα παιδιού - γονιού.

Είναι πολύ σημαντικό το ζευγάρι να κάνει όρκους ζωής μεταξύ του. Να μην μείνουν στο να είναι μόνο γονείς, αλλά να χαιρέται ο ένας τον άλλον στα εύκολα και τα δύσκολα. Γιατί μόνο έτσι θα καταφέρουν να αυτό-καταργούνται ως γονείς

καθώς το παιδί του θα μεγαλώνει. Μόνο έτσι θα μπορέσουν να δίνουν αυτή τη φροντίδα στο παιδί τους, που θα τα οδηγήσει στην αυτονομία. Όχι αυτή τη φροντίδα, που θα οδηγήσει το παιδί να τους έχουν για πάντα ανάγκη. Το κινεζικό γνωμικό: “καλύτερα να μάθεις κάποιον να ψαρεύει, παρά να του προσφέρεις ψάρια για να χορτάσει την πείνα του”, παρουσιάζει ακριβώς αυτή τη διεργασία

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