Ψυχολόγος **Ψυχοθεραπεύτρια**
ΕΛΕΝΗ ΓΙΟΥΜΙΔΟΥ
6978 560 737 elenigioumidou@yahoo.com

ΤΟΞΙΚΟΙ ΓΟΝΕΙΣ..!!!

Είναι ευρέως αποδεκτό πως κανένας γονέας δεν είναι τέλειος και όπως όλοι μας έτσι και ο γονείς έχουν τις ανεπάρκειές τους. Οι ειδικοί είναι κατηγορηματικοί: «Δεν υπάρχει καμία συνταγή, κανένας κανόνας που να ορίζει πώς να είναι κανείς γονιός. Από τη στιγμή που γεννιέται ένα παιδί, ξεκινά και η «εκπαίδευση» του ζευγαριού, σε αυτόν τον μοναδικό ρόλο. Μια εκπαίδευση για την οποία δεν είναι δυνατόν να έχει προετοιμαστεί κάποιος από πριν. Πρόκειται για έναν δύσκολο δρόμο, που μαθαίνει κανείς να τον βαδίζει μέσα από τη διερεύνηση, τον πειραματισμό και την παρατήρηση, τη δοκιμή και το λάθος.»

Τι γίνεται όμως στις περιπτώσεις εκείνες κατά τις όποιες οι γονείς είναι τοξικοί και αντίθετα από το ρόλο τους κακοποιούν τα παιδιά τους ψυχικά και συναισθηματικά;

Είναι παράδοξο όμως οι πιο τοξικοί γονείς είναι εκείνοι που ξέρουν να το κρύβουν πολύ καλά και εμφανίζονται ως οι πιο φυσιολογικοί όλων. Τα παιδιά αυτών των γονέων είναι εγκλωβισμένα σε μία σχέση στην οποία δηλητηριάζονται διαρκώς χωρίς τα ίδια να το αναγνωρίζουν αλλά ούτε και κανένας άλλος. Μέχρι που να είναι πολύ αργά..!

Οι ίδιοι έχουν την ικανότητα να πείθουν ακόμα και τον ίδιο τους τον εαυτό ότι έχουν τις καλύτερες προθέσεις και παρέχουν στα παιδιά τους ένα υγιές και υποστηρικτικό περιβάλλον. Η τοξικότητα τους γίνεται ακόμα πιο ύπουλη επειδή είναι καλά προστατευμένη πίσω από ένα προσωπείο. Τιμωρούν με συναισθηματικά οδυνηρό τρόπο και ασκούν έντονη συναισθηματική βία. Οι τοξικοί γονείς δεν θέλουν να

νουθετήσουν. Αντλούν χαρά από την προσωρινή δυστυχία του παιδιού τους και αυτό είναι ό,τι χειρότερο για τον υπό διαμόρφωση συναισθηματικό του κόσμο.

Σε αυτές τις περιπτώσεις οι διαταραχή τους προβάλλεται πάνω στο παιδί. Όλη αυτή η κατάσταση προκαλεί σύγχυση στην ψυχοσύνθεση του, το οποίο νιώθει ότι αδικείται χωρίς όμως να μπορεί να το αποδείξει και να το προσδιορίσει. Ανήμπορο να αντιδράσει μένει σε αυτή την κατάσταση και δέχεται όλες τις συνέπειες που μπορεί να επιφέρει μια τέτοια συμπεριφορά.

Ένα τέτοιο παιδί μεγαλώνοντας έχει μια πληγωμένη αυτοεκτίμηση και έντονη ανασφάλεια που μπορεί να οδηγήσει ακόμα κι σε αυτοκαταστροφική συμπεριφορά. Με τον έναν ή τον άλλον τρόπο αισθάνεται ανάξιο, ανεπαρκή και ότι του λείπει η αγάπη και η αποδοχή που τόσο πολύ έχει ανάγκη,, με αποτέλεσμα να μη μπορεί να ζήσει τη ζωή που επιθυμεί .Αυτά τα αισθήματα, σε μεγάλο βαθμό, οφείλονται στην κακή μεταχείριση την οποίαν υπέστη από τους γονείς του, ορισμένες φορές συνειδητά, ορισμένες όχι.

Πολλοί είναι αυτοί που αναρωτιούνται αν τελικά τέτοια βιώματα μπορούν να κρατηθούν στο παρελθόν και να αφήσουν αλώβητο το παιδί που τα έχει βιώσει.

Όλα τα παραπάνω μπορούν να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά εφόσον και αν το παιδί μεγαλώνοντας αναγνωρίσει και αποδεχτεί την τοξικότητα των γονέων και αποφασίσει να αναλάβει δράση προκειμένου να τα καταπολεμήσει. Τότε είναι η στιγμή που ξεκινά μία σοβαρή ενδοσκόπηση, που με ψυχολογική υποστήριξη, μπορεί να καταρρίψει πολλά από τα συμπλέγματα του παρελθόντος.