

## ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ ΥΠΕΡΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

**Γράφει η Σοφία Αντύπα - Ψυχολόγος**

Αποφάσισα να γράψω για τις συνέπειες της υπερπροστασίας, όταν την προηγούμενη εβδομάδα ήμουν στο πάρκο όπου δυο μητέρες μεγάλων παιδιών, περίπου 6-7 χρονών, κάνανε τα παιδιά τους κούνια στις μωρουδιακές κούνιες, και δεν τα αφήνανε να σκαρφαλώσουνε τα σχοινιά για να κάνουνε τσουλήθρα.

Το πρώτο συναίσθημα ήτανε αγανάκτηση για τα παιδιά αυτά που δεν ήτανε ελεύθερα να παίξουνε και να τρέξουνε όπως αυτά θα θέλανε. Σκέφτηκα μετά, πόσο σύνηθες είναι αυτό στη χώρα μας, πόσο συχνά ακούμε γονείς να φωνάζουνε, “μην τρέχεις θα χτυπήσεις”, “μη σκαρφαλώσεις θα πέσεις”, “πρόσεχε είναι επικίνδυνο”...

Και πόσο πιο σπάνια ακούς ένα γονιό να παρακινεί το παιδί του να τολμήσει να κάνει καινούργια πράγματα, να του πει “μην φοβάσαι, προσπάθησε θα τα καταφέρεις”!

Άραγε, σκέφτομαι, ξέρουνε οι υπερπροστατευτικοί γονείς τις συνέπειες της συμπεριφοράς τους στο παιδί? Θέλω να πιστεύω πως όχι. Θέλω να πιστέψω πως αν ξέρανε πως το παιδί τους θα μεγαλώσει με φοβίες, με χαμηλή αυτοπεποίθηση και πως θα γίνει ένας άβουλος ενήλικας, θα αλλάζανε την γονική τους συμπεριφορά.

Οι υπερπροστατευτικοί γονείς γενικά θέλουνε και επιθυμούν αν γίνεται, το παιδί τους να μη βιώσει στενοχώρια, δυστυχία, πόνο, απόρριψη, αρνητικές εμπειρίες, γενικά αρνητικά συναισθήματα, αποτυχία και απογοήτευση. Οι ίδιοι θεωρούν πως με αυτόν το τρόπο προστατεύουν το παιδί τους.

Δεν αντιλαμβάνονται πως ακριβώς την ίδια στιγμή, του στερούν τις βασικές δεξιότητες που χρειάζεται να μάθει, και τόσο έχει ανάγκη, ώστε να δημιουργήσει μια υγιή προσωπικότητα και να μπορεί να αντιμετωπίζει τα προβλήματα στη ζωή του. Λέγοντας στο παιδί συνέχεια όχι, ή απαγορεύοντας καινούργια πράγματα, ή δραστηριότητες της ηλικίας του, όπως, π.χ. να μάθει ποδήλατο με 2 ρόδες, ασυνείδητα περνάνε μήνυμα πως “ο κόσμος δεν είναι ασφαλής και θα πρέπει πάντα να φοβάσαι”, και “δεν σε εμπιστεύομαι, διότι δεν είσαι ικανός να τα καταφέρεις”.

Το παιδί λοιπόν μεγαλώνει με τέτοιο τρόπο που θα φοβάται πάντα να παίρνει ρίσκα και αποφάσεις, και θα νιώθει ανίκανο να αντεπεξέλθει μόνο του στη ζωή. Δεν θα μπορέσει ποτέ να μάθει και να αναγνωρίσει τις πραγματικές του δυνατότητες.

Άλλα χαρακτηριστικά στη συμπεριφορά των υπερπροστατευτικών γονιών, είναι, να παίρνουνε αποφάσεις, που θα έπρεπε να παίρνουνε τα ίδια τα παιδιά, ανάλογα με την ηλικία τους, π.χ. να τους διαλέγουν τα ρούχα τους. Να λύνουν τα προβλήματα των παιδιών τους ή να παρεμβαίνουν συνεχώς στη ζωή τους.

Να μιλάνε και να τσακώνονται συνεχώς με τους δασκάλους, ή τους προπονητές κτλ...ώστε τα παιδιά τους να έχουνε ειδική μεταχείριση. Να επιτίθενται αμέσως σε όποιον τολμήσει να κριτικάρει το παιδί τους. Άλλα πολύ συνηθισμένα χαρακτηριστικά τους, να απαιτούνε από το παιδί να φέρεται όμορφα και σωστά, "σαν κυρία", στην παρουσία ενηλίκων.

Να αντιδρούν υπερβολικά κάθε φορά που το παιδί πέσει, και ας μην χτυπήσει, να τρέχουνε να το παρηγορήσουνε. Να έχουνε πολύ αυστηρούς κανόνες όσο αναφορά την καθαριότητα, π.χ. να μην επιτρέπουνε στο παιδί να παίξει και να λερωθεί. Να έχουνε επίσης, πολύ αυστηρούς κανόνες στον τρόπο που μεγαλώνει, και αυστηρές τιμωρίες.

Το αποτέλεσμα λοιπόν είναι πως τα παιδιά αυτά μεγαλώνοντας δεν αντέχουνε τις στρεσογόνες καταστάσεις, και δεν ξέρουνε πως να τις χειριστούνε ή πως να ανταπεξέλθουνε σε αυτές. Δεν αντέχουνε επίσης καινούργιες καταστάσεις ή αλλαγές στη ζωή τους. Μπορεί επίσης να μεγαλώσουνε και να αντιδράνε πολύ άσχημα σε οποιαδήποτε μορφή εντολής από οποιονδήποτε. Να μην συμμορφώνονται ούτε στο σχολείο ούτε στη δουλειά τους. Να μην αντέχουνε καμία είδους πίεσης. Αυτό δημιουργεί πολύ σοβαρά προβλήματα, στο παιδί που θα γίνει έφηβος και μετά θα ενηλικιωθεί, όπως μεγάλο θυμό και κατάθλιψη, υπερβολική εξάρτηση, διαταραχές πρόσληψης τροφής, χαμηλή αυτοπεποίθηση, διαταραχή πανικού, και συναισθηματική απόσυρση.

Έχοντας στο νου όλα τα παραπάνω, οι υπερπροστατευτικοί γονείς χρειάζεται να γίνουνε πολύ πιο ελαστικοί στον τρόπο τους και στις αντιδράσεις τους, ώστε το παιδί τους να μεγαλώσει όσο πιο φυσιολογικά γίνεται, σε έναν ενήλικα που δεν φοβάται να πάρει αποφάσεις για τη ζωή του, και θα είναι ικανός να ανταπεξέλθει στις αντίξοες συνθήκες της καθημερινότητας του.

Ο γονικός ρόλος, είναι πολύ δύσκολος από μόνος του, χωρίς κανείς να προσθέτει επιπλέον άγχος για κάθε ανάγκη που έχει ένα παιδί. Άγχος που τελικά μεταδίδεται στο παιδί και γίνεται μέρος της προσωπικότητας του. Γίνεται ένα φοβικό παιδί.

Να είστε προσεκτικοί, να παρατηρείτε το παιδί με ηρεμία, και να έχετε λογικές απαιτήσεις.