

Η πολλή αγάπη...βλάπτει!

Δρ. Λίζα Βάρβογλη, Ph.D. Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Το πορτρέτο του υπερπροστατευτικού γονιού είναι λίγο πολύ γνωστό σε όλους: πρόκειται για το εκείνο το γονιό που τρέχει πίσω από το παιδί του και του βάζει χίλιες δυο απαγορεύσεις και κανόνες για να το προστατέψει, να το προφυλάξει, να σιγουρευτεί ότι δε θα πάθει κάτι κακό.

Ο γονιός αυτός ζει σε μια συνεχή υπερένταση και είναι μονίμως στρεσαρισμένος, μια που οι πιθανοί κίνδυνοι (τόσο οι υπαρκτοί, όσο και εκείνοι που βρίσκονται στη φαντασία του) δεν τελειώνουν ποτέ.

Γιατί ένας γονιός γίνεται υπερπροστατευτικός; Γιατί όμως ένας γονιός αποφασίζει να υιοθετήσει τέτοια ακραία συμπεριφορά; Οι λόγοι είναι ποικίλοι. Πολλές φορές ο ίδιος ο γονιός κινείται από ένα αίσθημα δικής του ανασφάλειας κι έλλειψης αυτοπεποίθησης σχετικά με το πόσο καλός είναι στο γονεϊκό ρόλο.

Προκειμένου να αισθάνεται ότι τα κάνει όλα σωστά, καταφεύγει στην υπερβολή. Άλλες φορές ο ίδιος ο γονιός αισθάνεται ότι στη δική του παιδική ηλικία δεν είχε αρκετή φροντίδα από τους γονείς του και προσπαθεί να δώσει στο παιδί του αυτό που έλειψε από τον ίδιο, χάνοντας όμως το μέτρο και πάλι καταφεύγοντας στην υπερβολή. Αλλά και ο γονιός τον οποίο υπερπροστάτευαν οι γονείς του όταν ήταν παιδί έχει μάθει σε αυτό το στυλ ανατροφής και φροντίδας και δε γνωρίζει άλλον τρόπο για να ασκήσει τα γονεϊκά του καθήκοντα. Και στις δύο αυτές περιπτώσεις ο γονιός κινείται από τα προσωπικά του βιώματα σε συνδυασμό με έλλειψη σωστής πληροφόρησης για την ανατροφή και φροντίδα του παιδιού.

Επιπτώσεις στο παιδί.

Κι ενώ η έγνοια και η φροντίδα μπορεί καταρχήν ν' ακούγονται ως θετικά στοιχεία, στην υπερβολική τους μορφή μπορεί ν' αποβούν αρνητικά για την ψυχική και σωματική εξέλιξη του παιδιού. Όταν ο γονιός δεν αφήνει το παιδί του να παίξει στην παιδική χαρά από φόβο μήπως πέσει και χτυπήσει, του στερεί πολύ περισσότερα πράγματα απ' ό,τι θα του στερούσε ένα χτύπημα, μια μελανιά ή, στη χειρότερη περίπτωση, ένα σπασμένο χέρι ή πόδι: ο γονιός στερεί από το παιδί του την ευκαιρία να αναπτύξει φυσικές δεξιότητες (τρέξιμο, σκαρφάλωμα, πώς να κάνει κούνια) αλλά και πώς ν' αναπτύξει κοινωνικές δεξιότητες και να συναναστρέφεται με τους συνομήλικους, μια που στις μικρές ηλικίες συνδέονται και συχνά αναπτύσσονται παράλληλα. Έτσι, το παιδάκι που κάθεται παράμερα στην παιδική χαρά και βλέπει τα άλλα παιδιά να παίζουν χωρίς αυτό να συμμετέχει, μοιραία είναι αποκλεισμένο από αυτόν τον κοινωνικό κύκλο αφού του λείπει η ικανότητα και το ενδιαφέρον που συνδέει τα υπόλοιπα παιδιά. Αργότερα στη ζωή του, λόγω έλλειψης ικανοτήτων, αυτό το παιδί είναι πολύ πιθανό ν' αποφεύγει τις αθλητικές δραστηριότητες. Η μαμά που παρακολουθεί την κόρη της σε κάποιο άθλημα και βλέπει ότι έχει δυσκολία ή φοβάται ότι είναι επικίνδυνο κι επεμβαίνει στα καθήκοντα του γυμναστή για να του υποδείξει τη δουλειά του, όχι μόνο δε σέβεται τον επαγγελματία και την κατάρτισή του, αλλά κάνει κακό και στην κόρη της: της μαθαίνει ότι στα δύσκολα θα μπορεί πάντα να ξεγλιστρήσει και να ξεφύγει, αρκεί ο γονιός να έρθει να τη "σώσει" από τη δύσκολη κατάσταση. Πέρα όμως από την υπερπροστασία στον τομέα της φυσικής και σωματικής κατάστασης, οι γονείς μπορεί να είναι ιδιαίτερα προστατευτικοί και σχετικά με τον συναισθηματικό κόσμο του παιδιού. Ο γονιός που αλλάζει γυμναστήριο, σχολή χορού ή φροντιστήριο στο παιδί του επειδή δεν άριστευσε ή δεν πήρε βραβείο, το κάνει για να μην πληγώσει τα αισθήματα του παιδιού του. Κι ενώ εκείνη την ώρα υπάρχει η πιθανότητα όντως να μην πληγώσει τα αισθήματά του (ούτε αυτό όμως είναι σίγουρο, γιατί τα παιδιά γνωρίζουν πολύ καλά τι συμβαίνει σε τέτοιες περιπτώσεις και νιώθουν άσχημα), στη συνέχεια είναι σίγουρο ότι θα υπάρξουν ευκαιρίες για να πληγωθεί το παιδί και ο γονιός δεν θα μπορεί να κάνει τίποτα.

Τι συμβαίνει με την υπερπροστασία λοιπόν;

Ενώ βραχυπρόθεσμα μπορεί να είναι μια ασπίδα προστασίας για το παιδί, μακροπρόθεσμα του στερεί την ευκαιρία να μάθει να χειρίζεται δύσκολες καταστάσεις και αυτή η ανικανότητα θα το ακολουθεί σε όλη του τη ζωή. Για παράδειγμα, σε μια σχολική τάξη ένα παιδάκι κάλεσε όλους τους συμμαθητές του στο πάρτι γενεθλίων του εκτός από δύο παιδάκια. Πέρα από το ότι ο χειρισμός αυτής της μαμάς ήταν λανθασμένος, ας δούμε τι έκαναν οι μητέρες των παιδιών που δεν πήραν πρόσκληση. Οι ενέργειές τους ήταν διαμετρικά αντίθετες: η μία μαμά τηλεφώνησε στη μητέρα του παιδιού που έκανε το πάρτι και με παρακάλια και φωνές εξασφάλισε με το ζόρι πρόσκληση για το παιδί της (όμως το παιδί της είχε ήδη βιώσει την απόρριψη του να μην προσκληθεί στο πάρτι). Η άλλη μαμά επέλεξε διαφορετικό δρόμο: το συζήτησε με το παιδί της, του εξήγησε ότι η ζωή δεν είναι πάντα δίκαιη, ότι δεν ήταν δικό του το λάθος που δεν προσκλήθηκε, του μίλησε για την αγένεια και τους κανόνες κοινωνικής ευγένειας, το

παρηγόρησε, και το βοήθησε να βρει να κάνει κάτι άλλο όμορφο την ώρα του πάρτι. Ο χειρισμός της δεύτερης μητέρας είναι ο σωστός: διδάσκει στο παιδί της ένα μάθημα ζωής και ταυτόχρονα, μέσα σε ένα πλαίσιο αγάπης και κατανόησης του δείχνει πώς να μάθει να στέκεται στα πόδια του και να χειρίζεται δύσκολες καταστάσεις.

Τι πρέπει να κάνουν οι γονείς;

Και βέβαια οι γονείς θα πρέπει να προστατεύουν και να φροντίζουν τα παιδιά τους. Όμως, αυτό θα πρέπει να γίνεται με μέτρο και με συναίσθηση του τι άλλο στερούν από το παιδί όταν δεν του επιτρέπουν διάφορα πράγματα ή όταν παρεμβαίνουν άκριτα. Όλα τα παιδιά χρειάζονται ευκαιρίες να εξερευνήσουν τον φυσικό και τον συναισθηματικό κόσμο γύρω τους, χωρίς τη συνεχή παρέμβαση των γονιών τους, προκειμένου να αποκτήσουν σιγουριά, αυτοπεποίθηση, υπευθυνότητα, χαρακτηριστικά που θα τους ακολουθούν μια ζωή.