Πώς τα χαρούμενα παιδιά γίνονται …δυστυχισμένοι ενήλικες;



Σύμφωνα με πρόσφατες έρευνες, παρατηρείται μια σημαντική αύξηση στον αριθμό των νέων ανθρώπων, που υποφέρουν από κατάθλιψη. Και το πιο ενδιαφέρον είναι ότι οι περισσότεροι από αυτούς είχαν πολύ όμορφα παιδικά χρόνια, χωρίς απογοητεύσεις και δυσκολίες, αλλά με γονείς, που τους ένιωθαν φίλους και ήταν πάντα δίπλα τους. Τι φταίει, λοιπόν, και σήμερα δεν είναι ευτυχισμένοι;

Όσο κι αν σας φαίνεται περίεργο, οι ψυχολόγοι θεωρούν ότι η αιτία ίσως είναι κρυμμένη ακριβώς σε αυτά τα «τέλεια» παιδικά χρόνια και πιο συγκεκριμένα σε λάθη που ακούσια έκαναν οι γονείς τους:

* **Είναι υπερπροστατευτικοί.** Κανείς γονιός δεν θέλει το παιδί του να πάθει κακό ή να έχει αποτυχίες στη ζωή του. Όμως, τα παιδιά πρέπει και να αποτυγχάνουν και να κάνουν λάθη και φυσικά να διδάσκονται μέσα από αυτά. Αν προσπαθείτε συνεχώς να το προστατεύετε από το παραμικρό, που μπορεί να το στεναχωρήσει, τότε, όταν γίνει ενήλικας, δεν θα μπορεί να διαχειριστεί τις δυσκολίες και τα προβλήματα, που η ζωή θα φέρει στο δρόμο του.
* **Μεγαλώνουν το παιδί σύμφωνα με τα δικά τους "θέλω"**. Όλοι οι γονείς έχουν όνειρα για το παιδί τους, όνειρα που αρχίζουν ήδη από την στιγμή, που το τεστ εγκυμοσύνης βγει θετικό. Όμως, δεν κάνουμε παιδιά, για να πραγματοποιήσουμε τα όνειρα ή τα απωθημένα μας, αλλά για να τα δούμε να μεγαλώνουν και να πραγματοποιούν τα δικά τους όνειρα. Αφήστε το παιδί σας να ανακαλύψει και να κυνηγήσει τα "θέλω" του και μην ζείτε μέσα από τη δική του ζωή.
* **Προσπαθούν να είναι φίλοι με το παιδί τους.** Όσο απαραίτητη είναι η καλή σχέση και η επικοινωνία γονέα-παιδιού, άλλο τόσο θα πρέπει οι ρόλοι να είναι ξεκάθαροι και διακριτοί. Κάθε παιδί, μεγαλώνοντας, θα κάνει πολλούς φίλους στη ζωή του. Γονείς, όμως, έχει μόνο εσάς και σας χρειάζεται δίπλα του με πλήρη συναίσθηση του ρόλου σας.
* **Θεωρούν ότι το παιδί τους είναι τέλειο.** Στα μάτια σας σίγουρα είναι τέλειο και σίγουρα δεν συγκρίνεται με κανένα άλλο. Σκεφθείτε, όμως, μήπως δεν είναι δυνατόν πάντα να φταίνε τα άλλα παιδιά; Μήπως δεν γίνεται όλοι οι δάσκαλοι να έχουν άδικο; Καμιά φορά η αλήθεια πονά και κανείς δεν θέλει να ακούει αρνητικά για το παιδί του. Αν, όμως, δεχθείτε την αλήθεια, τότε έχετε κάνει το πρώτο βήμα, για να διορθώσετε τα πράγματα και να βοήθησετε το παιδί σας να καταλάβει, καθώς μεγαλώνει, ότι κανείς δεν γίνεται να είναι τέλειος, αλλά απλώς ένας άνθρωπος με αδυναμίες, που προσπαθεί να τις βελτιώσει.