

8 Μαρτίου 2023

## «Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες να σε φοβάμαι...»

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Κοινωνιολογικά \(κοινωνική πρόνοια & οικογενειακά θέματα\)](#)  
[/ Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Έχετε σκεφτεί ποτέ τι ακριβώς συμβαίνει στην ψυχή και το μυαλό ενός παιδιού όταν του φωνάζουμε; Κάποιες φορές είναι αναπόφευκτο θα μου πείτε, και ούσα μάνα και η ίδια, θα συμφωνήσω μαζί σας. Ή μάλλον, θα συμφωνούσα μαζί σας μέχρι πριν λίγο που διάβασα τι σκέψεις ενός παιδιού, ενώ του φώναζαν:



«Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες να σε φοβάμαι...

Ενώ εσύ μου φώναζες, τραυμάτιζες την αυτοπεποίθησή μου...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες ότι δεν είχα αξιοπρέπεια επειδή ήμουν μικρός...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες να μην τολμάω, να μη δοκιμάζω, να μην προσπαθώ να ανακαλύπτω, να μην παίρνω πρωτοβουλίες, για να μη θυμώνεις...

Ενώ εσύ μου φώναζες, με έκανες να νιώθω ασήμαντος και αδύναμος...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου έδειχνες ότι δεν μπορούσα να σε εμπιστευόμαι...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες ότι δεν μπορούσα να σου μιλήσω αν είχα κάποιο πρόβλημα ή κάποιος μου έκανε κακό, γιατί φοβόμουν πώς θα αντιδρούσες...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες ότι όταν αγαπάμε κάποιον, έχουμε δικαίωμα να του φερόμαστε άσχημα...

Ενώ εσύ μου φώναζες, η φωνή σου δεν με άφηνε να σκεφτώ τα λόγια σου...

Ενώ εσύ μου φώναζες, ιδρώνοντας, η καρδιά μου χτυπούσε δυνατά, το στομάχι και τα αυτιά μου πονούσαν...

Ενώ εσύ μου φώναζες,, θύμωνα που δεν νοιαζόσουν για αυτά που ήθελα να σου πω

Ενώ εσύ μου φώναζες, αναρωτιόμουν που πήγε ο μπαμπάς μου...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες να φωνάζω κι εγώ...

Ενώ εσύ μου φώναζες, ήμουν μόνος μου...

Ενώ εσύ μου φώναζες, σκεφτόμουν ότι δεν μ' αγαπάς πια...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες ότι επιτρέπεται να φέρομαι άσχημα σε κάποιον πιο αδύναμο από μένα...

Ενώ εσύ μου φώναζες, μου μάθαινες πώς να φερθώ στα παιδιά μου όταν μεγαλώσω...

Ενώ εσύ μου φώναζες, δεν φανταζόσουν τον αγώνα που πρέπει να δώσω τώρα που μεγάλωσα, για να μη γίνω σαν εσένα...

Πριν βάλετε τις φωνές, κάντε κάτι που σας αποφορτίζει

Όσο δύσκολο κι αν φαίνεται κάποιες φορές να διατηρήσουμε την ψυχραιμία μας, υπάρχει τρόπος. Μια βόλτα, λίγα λεπτά στο μπαλκόνι ή να μετρήσουμε από μέσα μας μέχρι το εκατό είναι κάποιοι πρόχειροι τρόποι για να μπορέσουμε να διατηρήσουμε την ψυχραιμία μας για να μην ξεσπάσουμε στο μικρό μας.

Αν βάλετε τις φωνές, ζητήστε συγνώμη

Ακόμα όμως κι αν αυτό συμβεί, όμως, ας προσπαθήσουμε να επανορθώσουμε. Μία συγνώμη, μια μεγάλη αγκαλιά και ίσως μία ειλικρινής εξήγηση στο παιδί μας: «Συγνώμη, δεν έφταιγες εσύ, ήμουν νευριασμένη με τη δουλειά. Πώς ένιωσες; Μπορώ να επανορθώσω;».

Τα παιδιά νιώθουν, σκέφτονται και αισθάνονται ακριβώς όπως και εμείς οι ενήλικοι και αξίζουν την καλύτερη συμπεριφορά μας. Και μην ξεχνάτε, πως τα παιδιά μας είναι οι καθρέφτες μας...

**Πηγή:** [mama365.gr](http://mama365.gr)