



Για μιὰ Οἰκογένεια μὲ Ὅραμα

Τὸ κῦρος τῶν γονέων ὡς προϋπόθεση
γιὰ νὰ σωθεῖ ἡ ψυχικὴ ὑγεία τῶν παιδιῶν*

Ἡ σχέση γονέα-παιδιοῦ εἶναι ἰδιαίτερη
καὶ δὲν μπορεῖ νὰ συγχέεται μὲ τὴν φιλία,
τὴν ἀθλητικὴ προπόνηση
ἢ κάποιας μορφῆς σχολικὴ ἐκπαίδευση.
Οἱ γονεῖς ἀσκοῦν καθοδήγηση στὰ παιδιά τους
βασισμένη στὶς Ἀξίες καὶ στὴν Ἠθικὴ

Δὲν εἶναι μόνο οἱ ἔφηβοι ποὺ ἔχουν μπερδέματα μὲ
τὴν ταυτότητά τους σήμερα. **Κ**αὶ οἱ γονεῖς δυσκο-
λεύονται.

Ἐδῶ καὶ καιρὸ διαπιστώνεται μιὰ ἀνησυχητικὴ ἀλ-
λαγὴ στὸν τρόπο ἀνατροφῆς τῶν παιδιῶν, μὲ τὶς μα-
μᾶδες καὶ τοὺς μπαμπᾶδες νὰ ἔχουν χάσει τὴν αὐτο-
πεποίθησή τους καὶ νὰ ἐγκαταλείπουν τὴν φυσικὴ
ἐξουσία ποὺ ἔχουν ὡς ἡγέτες τῶν οἰκογενειῶν τους,
ὡς ὑπεύθυνοι γιὰ τὴν ἐφαρ-
μογὴ τῶν ἀξιῶν ποὺ ὑπο-
στηρίζουν.

● **Π**ιστεύουμε, ὅτι ἡ
παρατηρούμενη συρρί-
κνωση τῆς γονεϊκῆς ἐξου-
σίας εἶναι βαθιὰ συνυφα-



σμένη μὲ τὴν κρίση ψυχικῆς ὑγείας ποὺ ἐκδηλώνουν τόσο τὰ παιδιὰ ὅσο καὶ οἱ ἐνήλικες.

Ένας γονέας μὲ ἰσχυρὴ αἰσθησι τοῦ καθήκοντος παρέχει στὰ παιδιὰ τοῦ ὅ,τι χρειάζονται –δομημένα πλαίσια, καθοδήγησι καὶ ὅρια– ἐνῶ ἐξακολουθεῖ νὰ προσφέρει ἀγάπη, κατανόησι καὶ ἐνδιαφέρον.

● **Τὰ παιδιὰ χρειάζονται οἱ γονεῖς τοὺς νὰ εἶναι γονεῖς.**

Ὡστόσο, ἡ αὐξανόμενη τάσι γονεϊκῆς ἀμφισβήτησις ἔχει κάνει τοὺς γονεῖς εὐάλωτους στὶς κοινωνικὲς πιέσεις ποὺ ὑπονομεύουν τὸν ρόλο τοὺς.

Κάποτε οἱ γονεῖς ἦταν σεβαστοὶ ὡς πυλῶνες τῶν οἰκογενειῶν τοὺς καὶ εἶχαν ἐκτίμησι στὴν κοινωνία, ἀλλὰ στὶς μέρες μας αὐτὸς ὁ σεβασμὸς ἔχει ἀντικατασταθεῖ ἀπὸ τὴν καχυποψία, τὴν δυσπιστία, τὴν ἀμφισβήτησι ἀκόμη καὶ τὴν περιφρόνησι.

Ὅπως τὸ ἔθεσε περίφημα μία ἐρευνήτρια (Dr. Dana Suskind): «Οἱ γονεῖς δὲν συνεισφέρουν μόνο στὴν κοινωνία. Τὴν διαμορφώνουν».

Ὡστόσο, ἡ κοινωνία δὲν ἔχει διάθεσι νὰ παράσχει στοὺς γονεῖς τὴν ὑποστήριξι καὶ τὸν σεβασμὸ ποὺ δικαιοῦνται καὶ χρειάζονται.

Ἀντίθετα καλλιεργεῖ κλίμα ἀμφισβήτησις καὶ προωθεῖ ἀλλότρια ἄτομα ὡς «ὑπεύθυνα» γιὰ τὴν παροχὴ ἀγωγῆς στὰ παιδιὰ σὲ τομεῖς ποὺ παραδοσιακὰ ἀνήκουν στοὺς γονεῖς, ὅπως ἡ καθοδήγησι σὲ ἰδιωτικὰ θέματα, οἱ στόχοι ζωῆς, θέματα ἠθικῆς, διατροφῆς, οἱ πνευματικὲς ἀξίες.

● **Αὐτὸ ὁδήγησε στὸ νὰ καλλιεργηθεῖ μιὰ νοοτροπία**



πὸν ὑποτιμᾷ τὴν χαρὰ καὶ τὴν σημασία τῆς ἀνατροφῆς τῶν παιδιῶν.

Στὰ σχολεῖα, οἱ γονεῖς εἶναι συχνὰ οἱ τελευταῖοι ποὺ μαθαίνουν πότε τὰ παιδιά τους ἀντιμετωπίζουν προβλήματα ταυτότητας –εἴτε αὐτὰ σχετίζονται μὲ τὸ φύλο, τὴν σεξουαλικότητα ἢ τὴν ψυχικὴ τους ὑγεία.



Οἱ περισσότεροι γονεῖς ἀνησυχοῦν γιατί τὰ παιδιά τους παρασύρονται διαδικτυακὰ ἀπὸ τὰ μέσα κοινωνικῆς δικτύωσης ποὺ ἐπιτρέπουν στὰ παιδιά νὰ λειτουργοῦν σὲ ψηφιακοὺς χώρους, χωρὶς οἱ γονεῖς νὰ μποροῦν νὰ τὰ παρακολουθοῦν καὶ νὰ καθοδηγοῦν τὶς ἐμπειρίες τους.

● **Υποθάλλοντας τὴν γονεϊκὴ ἀπομόνωση,** ἡ κοινωνία προσβάλλει τὴν αὐθεντία τῶν γονέων, καὶ κάνει δύσκολο γιὰ αὐτοὺς νὰ ὑπηρετήσουν τὴν ζωὴ τῶν παιδιῶν τους ὡς τὰ πρωταρχικὰ πρόσωπα κύρους.

Ἀποτέλεσμα εἶναι πὼς πολλοὶ γονεῖς βρίσκονται σὲ σύγχυση καὶ δὲν κατανοοῦν πλέον ποιὸς πρέπει νὰ εἶναι ὁ ρόλος τους ἢ πὼς πρέπει νὰ συμπεριφέρονται.

Οἱ γονεῖς ποὺ δὲν ἔχουν ἐξουσία, κάθε φορὰ ποὺ ἔρχονται ἀντιμέτωποι μὲ τὴν δυσφορία ἢ τὸ θυμὸ τῶν παιδιῶν τους αἰσθάνονται ἀνίσχυροι, εὐάλωτοι, χαμένοι.

Τελικά, ἡ ἀπομάκρυνσή τους ἀπὸ τὴν θέση τοῦ ἡγέτη πρὸς μιὰ πιὸ συγκαταβατικὴ καὶ ἰσοτίμη διαπαιδαγώγηση, εἶναι ἐπιζήμια γιὰ τὰ παιδιά.

■ **Ἡ** σχέση γονέα-παιδιοῦ εἶναι ἰδιαίτερη καὶ δὲν



μπορεί να συγχέεται με την φιλία, την αθλητική προπόνηση ή κάποιας μορφής σχολική εκπαίδευση.

Οι γονεῖς ἀσκοῦν καθοδήγηση στὰ παιδιά τους βασισμένη στὶς

Ἀξίες καὶ στὴν Ἡθική.

Στὶς σημερινές ὅμως ἀπαξιωτικὲς συνθήκες, πολλοὶ γονεῖς ἔχουν ἀρχίσει νὰ φοβοῦνται μήπως οἱ ὑποδείξεις τους κάνουν τὰ παιδιά τους νὰ νιώθουν ἄσχημα ἢ νὰ θυμώσουν, συγχέοντας τὴν κατανόηση καὶ τὴν εὐαισθησία ποὺ ὀφείλουν νὰ δείχνουν ὡς γονεῖς, μετὴν παθητικότητα καὶ τὴν συμμόρφωση μετὶς ἐπιθυμίες τῶν παιδιῶν.

* * *

Ναί, οἱ γονεῖς ὀφείλουν πράγματι νὰ βελτιώσουν τὴν στάση τους σὲ σχέση μετ' ὅ,τι ἔκαναν οἱ προηγούμενες γενιές, οἱ ὁποῖες ἴσως δὲν εἶχαν κατανοήσει τὴν σημασία τοῦ νὰ ἀκοῦν καὶ νὰ δίνουν σημασία στὴν ὀπτική τοῦ παιδιοῦ.

Ὡστόσο, συμπόνια δὲν σημαίνει νὰ γίνεσαι συν-ένοχος σὲ κάθε ἐπιθυμία ἐνὸς παιδιοῦ.

Ἡ νευροεπιστήμη ἐπιβεβαιώνει αὐτὸ ποὺ οἱ περισσότεροί γονεῖς πάντα παρατηροῦσαν: τὰ παιδιά ἔχουν ἀνάγκη τὴν ἐπίβλεψη καὶ τὴν καθοδήγηση μέχρι τὴν νεαρὴ ἐνήλικη ζωή.

Ἡ ἐκτελεστικὴ λειτουργία τοῦ ἐγκεφάλου –ὕπευθυνη γιὰ τὴν κρίση, τὸν ἔλεγχο τῶν παρορμήσεων καὶ τὴν λήψη ἀποφάσεων– δὲν ἔχει ἀναπτυχθεῖ πλήρως μέχρι τὰ μέσα τῆς δεκαετίας τῶν εἴκοσι χρόνων τῶν παιδιῶν. **Τ**ὰ παιδιά μέχρι τότε ξέρουν νὰ πατοῦν μόνο γκάζι καὶ ὄχι φρένο.

● **Ο**ι γονεῖς λειτουργοῦν ὡς τὰ φρένα, βοηθώντας τὰ παιδιά νὰ ἀξιολογήσουν τὶς παρορμήσεις τους καὶ νὰ προβλέψουν τὶς συνέπειες τῶν πράξεών τους.



● **Εἶναι** τὰ **τηλεσκόπια** ποὺ βοηθοῦν τὰ παιδιά νὰ δοῦν ἀρκετὰ μακριά, στὸ μέλλον, ὥστε νὰ κατανοήσουν τὸν ἀντίκτυπο τῶν ἐπιλογῶν τους.

● **Εἶναι** τὸ **ἠθικὸ καταφύγιο** ποὺ χρειάζονται τὰ παιδιά, γιὰ νὰ ἀναπτυχθοῦν σὲ ἐνῆλικες μὲ συναισθηματικὴ καὶ ἠθικὴ βάση.

Ὡστόσο, στὴν σημερινὴ κοινωνία, οἱ γονεῖς διστάζουν νὰ διεκδικήσουν τὴν **ἐξουσία** τους, φοβούμενοι τὴν ἀπόρριψη ἢ τὴν ἀποδοκιμασία τῶν παιδιῶν τους.

● **Τὸ** νὰ πεῖς «ὄχι» εἶναι δύσκολο, ἀλλὰ εἶναι οὐσιαστικὸ μέρος τῆς ἀνατροφῆς τῶν παιδιῶν.

Τὰ παιδιά χρειάζονται **ὅρια** καὶ χρειάζονται γονεῖς ποὺ μποροῦν νὰ ἀντέξουν τὴν ταπείνωση καὶ τὴν ἀπογοήτευσή τους, χωρὶς νὰ παραιτοῦνται ἀπὸ τὸν χρήσιμο ἔλεγχο.

* * *

Ἐνῶ πολλὰ λέγονται γιὰ τὸ ἄγχος ποὺ συνοδεύει σήμερα τὴν ἀνατροφή τῶν παιδιῶν, ἡ ἀλήθεια εἶναι, ὅτι τὸ φαινόμενο δὲν εἶναι καινούργιο. **Ἀ**νέκαθεν ἡ ἀνατροφή τῶν παιδιῶν συνοδευόταν ἀπὸ δυσκολίες καὶ προκλήσεις. **Π**άντα ἀπαιτοῦσε θυσίες, ξενύχτι καὶ τὴν λεπτὴ ἐξισορρόπηση τῶν ἀναγκῶν τῶν γονέων μὲ ἐκεῖνες τῶν παιδιῶν.

Ἡ διαφορὰ σήμερα εἶναι, ὅτι πολλοὶ γονεῖς αἰσθάνονται ἀνίκανοι νὰ διαχειριστοῦν αὐτὲς τὶς ἀνάγκες.



Μερικοί γονείς έχουν προβλήματα οί ίδιοι με την ψυχική τους υγεία –πολλοί είναι ευαίσθητοι, ανήσυχοι ή έχουν υποστεί τραύματα στο παρελθόν που τους άφησαν συναισθηματικά άπροετοίμαστους να ήγηθούν.

Σήμερα βλέπουμε εύθραυστότητα βάθους πολλών γενεών –γονείς που μεγάλωσαν από φροντιστές που και οί ίδιοι πάλεψαν και είχαν δυσκολία με τις ευθύνες της ανατροφής τών παιδιών.

Αυτοί οί γονείς, που τώρα μεγαλώνουν δικά τους παιδιά, είναι συναισθηματικά πιό εύάλωτοι, λιγότερο ανθεκτικοί και πιό εύκολα πνίγονται από τις ευθύνες της γονεϊκότητας.

Όταν οί γονείς χάνουν τὸ δρόμο τους, παραιτούνται από τὸν ήγετικό τους ρόλο, έπιτρέποντας στὰ παιδιά νὰ ἀναλάβουν τὰ ήνία.

Μερικοί γονείς προσπαθοῦν νὰ γίνουν συνομήλικοι τών παιδιών τους –πίνοντας και καπνίζοντας μαζί τους ή υποχωρώντας στις απαιτήσεις για smartphone σὲ νεαρή ήλικία από τὸ φόβο τῆς σύγκρουσης.

● **Α**ὕτῃ ή συμπεριφορά διαιωνίζει ἕναν κύκλο παιδιών που έχουν χάσει τὸ δρόμο τους, έπειδὴ και οί γονείς έχασαν τὸν δικό τους.

* * *

Ἡ θεραπεία τῆς κρίσης ψυχικῆς υγείας μεταξὺ τών παιδιών πρέπει νὰ ξεκινήσει με τὴν ἀποκατάσταση τῆς γονεϊκῆς ἐξουσίας.

Οί γονείς πρέπει νὰ ἀνακτήσουν τὸ κῦρος τους, ὅχι με τὸ νὰ γίνονται αὐταρχικοί, ἀλλὰ παρέχοντας τὴν σταθερή, **στοργική δομή** που απαιτοῦν τὰ παιδιά για ὑγιῇ ἀνάπτυξη και ή κοινωνία πρέπει νὰ σταματή-

σει να ύπονομεύει την
άγωγή τών γονέων.

Ἀντίθετα, πρέπει να
ύποστηρίζουμε τούς
γονεῖς στόν θεμελιώ-
δη ρόλο τους να εἶ-
ναι ἐκεῖνοι οἱ βασικοὶ φροντιστὲς καὶ οἱ ἡθικοὶ ὁδη-
γοὶ τών παιδιών τους.



Αὐτὸ σημαίνει, να σταματήσουν να ἀνατίθενται
οἱ εὐθῦνες τών γονέων σὲ ἐξωτερικοὺς φορεῖς, σχο-
λεῖα, θεραπευτὲς καὶ λογιῶν λογιῶν influencers τών
μέσων κοινωνικῆς δικτύωσης.

Σημαίνει, να ἀναγνωρίζουμε ὅτι, ἐνῶ ἡ ἀνατροφή
τών παιδιῶν εἶναι μία πρόκληση, εἶναι ἐπίσης ἓνας
ἀπὸ τούς πιὸ οὐσιαστικοὺς καὶ ἀπαραίτητους ρό-
λους στὴν κοινωνία.

● **Μ**όνο τότε μποροῦμε ἐλπίζουμε να ἀναθρέψουμε
μιὰ γενιὰ πὺν να εἶναι διανοητικὰ δυνατὴ, συναι-
σθηματικὰ σταθερὴ καὶ ἔτοιμη να ἀντιμετωπίσει τὸν
κόσμο μὲ αὐτοπεποίθηση.



(*) **Βλ.** <https://mumdadandkids.gr/oikogeneia/to-kyros-ton-goneon-proypothesi-gia-na-sothei-i-psyxiki-ygeia-ton-paidion>.

● **Τ**ῆς Erica Komisar, LCSW, Ψυχαναλύτριας-Συγγραφέως
τοῦ Being There: Why Prioritizing Motherhood in the First
Three Years Matters καὶ Chicken Little The Sky Isn't Falling:
Raising Resilient Adolescents in the New Age of Anxiety. ● **Ἐ**πι-
μέλ. ἡμετ.

● **Ἐ**κδίδεται μὲ τὴν εὐλογία καὶ ἐπιστασία τοῦ † Μητροπο-
λίτου Ὡρωποῦ καὶ Φυλῆς κ. Κυπριανοῦ, τῆς Ἐκκλησίας τών
Γνησιῶν Ὁρθοδόξων Χριστιανῶν Ἑλλάδος. ● 12.5.2025 ἐκ. ἡμ.

● **Δ**ιανέμεται δωρεάν.

Ἡ ἀμέλεια στὴν ἀνατροφή τῶν παιδιῶν εἶναι ἁμαρτία ἀσυγχώρητη

Καὶ αὐτὸ εἶναι ποὺ ἀνατρέπει ὅλη τὴν οἰκουμένη, ὅτι δηλαδὴ ἀμελοῦμε γιὰ τὰ παιδιά μας.

Καὶ φροντίζουμε βέβαια γιὰ τὰ κτήματά τους, ἀδιαφοροῦμε ὅμως γιὰ τὴν ψυχὴ τους, κάνοντας πράγματα ποὺ εἶναι ἡ χειρότερη ἀνοησία.

Γιατί, τὰ κτήματα ἔστω καὶ ἂν εἶναι πολλὰ καὶ παν-ἀκριβα, ὅταν δὲν εἶναι σπουδαῖος ἐκεῖνος ποὺ μπορεῖ μὲ ἀρετὴ νὰ τὰ διαχειριστεῖ, ὅλα θὰ καταστραφοῦν καὶ θὰ χαθοῦν μαζί του καὶ θὰ φέρουν πολὺ μεγάλη ζημία στὸν κάτοχό τους.

Ἄν ὅμως ἡ ψυχὴ γίνει γενναία καὶ ἐνάρετη, ἔστω καὶ ἂν δὲν ὑπάρχει τίποτα μέσα στὸ σπίτι, τὰ πάντα θὰ μπορέσει νὰ ἀποκτήσει μὲ εὐκολία.

Πρέπει λοιπὸν νὰ ἐξετάζουμε, ὅχι πῶς θὰ τὰ κά-νουμε πλούσια σὲ ἀσῆμι καὶ χρυσάφι καὶ τὰ παρ-όμοια, ἀλλὰ πῶς θὰ γίνουν πιὸ πλούσια ἀπ' ὅλους στὴν εὐλάβεια, στὴν εὐσέβεια καὶ στὴν ἀπόκτηση τῆς ἀρετῆς. **Π**ῶς νὰ μὴ χρειάζονται πολλὰ, πῶς νὰ μὴν κυριεύονται ἀπὸ τὰ βιοτικὰ καὶ τὶς ἐπιθυμίες τῆς νεότητος.

Ἀκόμη, πρέπει συστηματικὰ νὰ ἐλέγχουμε πότε ἔρχονται καὶ πότε βγαίνουν ἀπὸ τὸ σπίτι, ποῦ περ-νοῦν τὸν καιρὸ τους, τίς συντροφιές τους,

• **γ**νωρίζοντας πῶς, ὅταν τὰ ἀμελοῦμε αὐτὰ δὲν θὰ ἔχουμε καμμιὰ συγνώμη ἀπὸ τὸν Θεό.



(Βλ. PG τ. 51, στλ. 327, Ὁμιλία εἰς τὸ Χήρα καταλεγέσθω..., § ζ')