

ΨΥΧΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ

Γ' ΜΕΡΟΣ

Ψαθάς Δημήτρης
Παιδαγωγός - MSc
Κοινωνικής Ψυχιατρικής - Παιδοψυχιατρικής

Αυτή τη φορά, σειρά στη συνέχεια των άρθρων έχουν οι **φοβίες** που μπορεί να παρουσιάζουν τα παιδιά.

Σαν φοβία ορίζουμε έναν παράλογο και επίμονο φόβο για κάτι συγκεκριμένο είτε είναι αντικείμενο, ζώο, χώρος, είτε δραστηριότητα ή κατάσταση.

Φοβίες

Έχει παρατηρηθεί ότι σε όλα τα παιδιά συγκεκριμένοι φόβοι κάνουν την εμφάνιση τους σε συγκεκριμένες ηλικίες και αυτοί οι φόβοι υποχωρούν από μόνοι τους καθώς το παιδί μεγαλώνει.

Ενδεικτικά αναφέρονται κάποιοι τυπικοί φόβοι για συγκεκριμένες ηλικίες:

0 - 2 χρονών: φόβος δυνατών ήχων (π.χ. βροντές, αεροπλάνο), ξένων, αποχωρισμού από τους γονείς, μεγάλων αντικειμένων

3 - 6 χρονών: φόβος πλασμάτων της φαντασίας (π.χ. φαντάσματα, τέρατα), φόβος για το σκοτάδι, για τους κεραυνούς, να κοιμάται μόνο του.

7 - 16 χρονών: φόβος τραυματισμού, θανάτου, φυσικών καταστροφών (π.χ. σεισμός, πλημμύρες, καταιγίδες).

Χωρίς προσπάθεια αυτοί οι φόβοι σιγά-σιγά εξαφανίζονται.

Όταν κάποιοι φόβοι όμως που θα έπρεπε να είχαν εξασθενήσει επιμένουν και αρχίζουν να προκαλούν προβλήματα στην καθημερινότητα του παιδιού εμποδίζοντας την ανάπτυξη του ή τις απαραίτητες καθημερινές του ασχολίες, τότε αυτό ονομάζεται φοβία.

Το περιβάλλον του παιδιού (γονείς, παππούδες) θα πρέπει να υποστηρίζει σωστά το παιδί.

Χωρίς υπεπροστασία, που του στερεί την πρωτοβουλία. Η συνεχής φροντίδα και οι υποδείξεις μην πέσει, μην κρυώσει κλπ του δημιουργούν λανθασμένη εντύπωση για τους κινδύνους και το προσκολλά στους γονείς.

Χωρίς αδιαφορία, ώστε να αισθάνεται γεμάτο ανασφάλεια και τον κόσμο γύρω του απειλητικό.

Η φοβία είναι ουσιαστικά ένας παράλογος φόβος που θα μπορούσε να εστιάζεται στα ζώα, στους κλειστούς χώρους, στις φυσικές καταστροφές, κ.α.. Παρακάτω περιγράφεται μια συχνή φοβία στα παιδιά που, αν δεν θεραπευτεί, μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την εξέλιξη τους: η σχολική φοβία.

Σχολική Φοβία

Σχολική φοβία ονομάζεται η κατάσταση στην οποία το παιδί κάνει συστηματικές προσπάθειες να αποφύγει το σχολείο λόγω έντονου άγχους.

Όταν το πρωί έρθει η ώρα να πάει στο σχολείο προφασίζεται αδιαθεσία ή αντιδρά με κλάματα και φωνές. Παραπονιέται για σωματικά συμπτώματα όπως στομαχόπονο, πονοκέφαλο, ζαλάδα, ενούρηση κλπ. Συνήθως αυτά τα συμπτώματα εξαφανίζονται το σαββατοκύριακο και εμφανίζονται πάλι Σάββατο βράδυ με Κυριακή πρωί. Όσο πλησιάζει η ώρα για αναχώρηση μπορεί να αντιδρά με θυμό, άρνηση, επιθετικότητα, υπερκινητικότητα.

Το άγχος μπορεί να οφείλεται σε πολλούς λόγους: μπορεί να είναι αποτέλεσμα ενός φόβου να αποχωριστεί το πρόσωπο με το οποίο έχει δεθεί συναισθηματικά (μητέρα, πατέρας), μπορεί να αντιμετωπίζει μαθησιακές δυσκολίες που καθιστούν την σχολική ζωή πολύ απαιτητική, να αισθάνεται μειονεκτικά για τη σωματική του κατασκευή, να έχουν γίνει αλλαγές στην οικογένεια που να το έχουν αναστατώσει (π.χ. αρρώστια ενός γονέα ή και η γέννηση αδελφού) ή να έχει πέσει θύμα εκμετάλλευσης ή κακοποίησης από ένα άλλο παιδί.

Αν αρνείται το παιδί να πάει στο σχολείο θα χρειαστεί να συζητήσετε μαζί του για να καταλάβετε τους λόγους αυτής της απροθυμίας. Έπειτα μαζί του μπορείτε να βρείτε τρόπους να ξεπεραστεί το πρόβλημα.

Τα αίτια αυτής της συμπεριφοράς θα πρέπει γρήγορα να αντιμετωπιστούν για να μπορέσει το παιδί να επιστρέψει στο σχολείο. Όσο περισσότερο λείπει από το σχολείο τόσο πιο δύσκολο θα του φαίνεται να επιστρέψει, οπότε θα χειροτερεύει το πρόβλημα αλλά θα δημιουργούνται και άλλα (π.χ. θα μένει πίσω στα μαθήματα).

Αν παρά την κατανόηση, τη συζήτηση, την προσπάθεια επίλυσης των προβλημάτων και την ενθάρρυνση η συμπεριφορά αυτή συνεχιστεί, θα χρειαστεί να απευθυνθείτε σε έναν ειδικό.

Σε περίπτωση που αναγνωρίσατε κάποια προβλήματα από όσα έχουν αναφερθεί στη σειρά αυτή των άρθρων, μπορείτε να απευθυνθείτε στις εξής υπηρεσίες:

- Ιατροπαιδαγωγικά Κέντρα
- Κέντρα Ψυχικής Υγείας
- Παιδοψυχιατρικά Τμήματα Γενικών Νοσοκομείων
- Υπηρεσίες Υγείας Ασφαλιστικών Ταμείων

23-5-2012

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Καλαντζή - Αζίζι Α.: «Εφαρμοσμένη κλινική ψυχολογία στο χώρο του σχολείου», εκδ. Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα, 1985

Σακελλαρόπουλου Π.: «Σχέσεις μητέρας και παιδιού τον πρώτο χρόνο ζωής», εκδ. Παπαζήση, Αθήνα, 2001

Παρασκευόπουλου Ι.: «Ψυχολογία των ατομικών διαφορών», εκδ. του ιδίου, Αθήνα, 1992

Τσιάντη Γ.- Μανωλόπουλου Σ.: «Σύγχρονα θέματα παιδοψυχιατρικής», εκδ. Καστανιώτη, Αθήνα, 1989