

## Μουτσάνας Ελευθέριος Παιδίατρος



### ΣΥΝΗΘΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Τα παιδιά δεν μπορούν πάντοτε να δώσουν στους άλλους να καταλάβουν πώς ακριβώς αισθάνονται, γιατί δεν είναι σε θέση να εκφράσουν με σαφήνεια τα προβλήματα, τα συναισθήματα, τις αγωνίες, τους φόβους και τις ανασφάλειές τους, αλλά τα εκφράζουν όλα αυτά με τη συμπεριφορά που εκδηλώνουν. Δεν πρέπει ποτέ να ξεχνάμε ότι, το παιδί με τα «συμπτώματα» που παρουσιάζει, μας λέει ότι κάτι δεν πάει καλά.

Όταν οι γονείς ανακαλύψουν, ότι τα παιδιά τους είναι ανέντιμα και κλέβουν, λένε ψέματα ή κάνουν απάτες κ.ά. αρχίζουν να ανησυχούν, θέλουν να ξέρουν πόσο αποκλίνουσα είναι μια τέτοια συμπεριφορά και αναρωτιούνται μήπως αυτό είναι το πρώτο βήμα προς τον κατήφορο της εγκληματικότητας. Η πρώτη τους αντίδραση είναι η εκδήλωση αισθήματος ντροπής, θυμού και κάποια στιγμή, τελείως εσφαλμένα, μπορεί να εκραγούν. Ωστόσο αυτές οι συμπεριφορές, αν και είναι απαράδεκτες, αποτελούν φυσιολογικό μέρος της αναπτυξιακής διαδικασίας, τις εμφανίζουν τα περισσότερα παιδιά -άλλα σε μικρότερο και άλλα σε μεγαλύτερο βαθμό- ανεξάρτητα από την κοινωνικοοικονομική κατάσταση της οικογένειάς τους, τη νοημοσύνη τους ή ακόμα και από την ηθικοθρησκευτική αγωγή που έχουν δεχθεί. Εδώ έρχεται η πειθαρχία να παίξει το ρόλο της. Τα προβλήματα αυτής της κατηγορίας σχετίζονται κυρίως με την πειθαρχία.

Κατά καιρούς όλα τα παιδιά παραβαίνουν τις επιθυμίες των γονιών τους. Αποτελεί μέρος της ανάπτυξής τους να παραβιάζουν τους κανόνες που επιβάλλουν οι ενήλικες, καθώς και τις προσδοκίες τους, γιατί είναι ένας τρόπος να ανακαλύψουν και να γνωρίσουν τον εαυτό τους, να βιώσουν την ατομικότητά τους και να κερδίσουν μια αίσθηση αυτονομίας. Καθώς προσπαθούν να αποκτήσουν περισσότερη ανεξαρτησία, εμπλέκονται σε δευτερεύουσες διαφωνίες με τους γονείς και έτσι ανακαλύπτουν τα όρια των κανόνων και του δικού τους αυτοελέγχου. Θα πρέπει, όμως, να μη ξεχνάμε ότι πολλά παιδιά μπορεί να αντιδρούν δικαιολογημένα και να επαναστατούν, γιατί οι κανόνες που προσπαθούν να επιβάλλουν οι γονείς δεν είναι πάντα δίκαιοι και λογικοί. Η ανυπακοή μπορεί να εκδηλώνεται από τα πρώτα χρόνια της ζωής και να παρουσιάζεται μόνο στο σπίτι ή να εκδηλώνεται και εναντίον όλων των μορφών εξουσίας (δασκάλων, παππούδων, γιαγιάδων, κλπ.). Εάν η ανυπακοή υπάρχει για μεγάλο χρονικό διάστημα και η έλλειψη σεβασμού τόσο στο σχολείο

όσο και στο σπίτι επιμένει παρά τις προσπάθειες και συνοδεύεται από επιθετικότητα και καταστροφή αντικειμένων το παιδί θα πρέπει να παραπεμφθεί στον ειδικό (ψυχολόγο ή παιδοψυχίατρο).

Όταν τα παιδιά αισθάνονται πως απειλούνται, μπορεί να απαντήσουν με επιθετικότητα. Το να χτυπήσουν, να δαγκώσουν ή να τσιμπήσουν έναν ανταγωνιστή τους μπορεί να μοιάζει ως η μόνη διαθέσιμη επιλογή. Τα παιδιά που μεγαλώνουν σε ένα περιβάλλον όπου υπάρχει βία αισθάνονται λιγότερο ασφαλή και περισσότερο απειλούμενα και μαθαίνουν να προστατεύουν τον εαυτό τους, όπως οι ενήλικες, από τους οποίους διδάσκονται, με φωνές και βία. Βοηθάμε το παιδί αν το μάθουμε να αναγνωρίζει τότε εκνευρίζεται, να σταματά και να σκέφτεται προτού ενεργήσει, να μετρά μέχρι το δέκα παίρνοντας βαθιές ανάσες ή να απομακρύνεται από τις φασαρίες. Θα πρέπει να του διδάξουμε πως να είναι δυναμικό χωρίς να είναι επιθετικό. Πρέπει, όμως, να τονιστεί ότι η επιθετικότητα δεν είναι πάντοτε μια ακατάλληλη ή παθολογική αντίδραση. Σε ορισμένες περιπτώσεις, όταν υπερασπιζόμαστε βασικά μας δικαιώματα, μπορεί να είναι θετικότερη ενέργεια. Αν οι γονείς προσπαθούν να καταπνίξουν και την παραμικρή εκδήλωση επιθετικότητας η στάση τους αυτή μπορεί να οδηγήσει το παιδί σε υπερβολική υποτακτικότητα που θα φθάνει στο σημείο να διακατέχεται από έντονο φόβο μήπως και εκδηλώσει το θυμό του. Υπάρχουν, όμως, παιδιά που παρουσιάζουν χρόνια εχθρότητα, τα οποία είναι ανυπόληπτα και ξέρουν πως ο μόνος τρόπος, που υπάρχει για να εκτονώσουν την πικρία τους, είναι η καταστροφική συμπεριφορά, όπως οι βανδαλισμοί, οι κλοπές, οι εμπρησμοί και κάθε άλλου είδους οργίλες πράξεις. Αυτά τα παιδιά παρουσιάζουν τη διαταραχή της διαγωγής και θα πρέπει να τα παραπέμψουμε στον ειδικό

Όπως συμβαίνει σε όλους μας, έτσι και το παιδί βιώνει το συναίσθημα του θυμού και μπορεί να παρουσιάσει επιθετικότητα. Το παιδί της νηπιακής και προσχολικής ηλικίας δεν έχει τον αυτοέλεγχο που χρειάζεται για να εκδηλώσει το θυμό του ειρηνικά. Οι αντιδράσεις του μπορεί να εκδηλώνονται ανεξέλεγκτα με χτυπήματα και δαγκώματα. Αν η συμπεριφορά τείνει να γίνει καθημερινή ρουτίνα για διάστημα μεγαλύτερο των τριών έως έξι μηνών, τότε το πρόβλημα θα πρέπει να θεωρηθεί σοβαρό. Περιστασιακές εκρήξεις οργής είναι απολύτως φυσιολογικές σε παιδιά ηλικίας ενάμισι έως τεσσάρων χρονών και η συμπεριφορά αυτή υποχωρεί μέχρι την ηλικία του σχολείου. Το πρόβλημα είναι μεγάλο όταν τα παιδιά εκφράζουν το θυμό με ουρλιαχτά, πετώντας παιχνίδια ή χτυπώντας άλλα παιδιά, πληγώνουν τους άλλους ή και τον εαυτό τους, πέφτουν στο πάτωμα ουρλιάζοντας όταν δεν γίνεται το δικό τους και βρίζουν ή καταστρέφουν αντικείμενα. Για την αντιμετώπιση των εκρήξεων οργής θα πρέπει οι γονείς να μην επιβραβεύουν αυτή τη συμπεριφορά δείχνοντας αδιαφορία και να εφαρμόζουν την τακτική του ταιμ-άουτ (απομάκρυνση του παιδιού από το σημείο που διαδραματίζονται τα γεγονότα και απομόνωσή του για λίγα λεπτά σε χώρο χωρίς παιχνίδια -όχι στο δωμάτιό του). Άλλη μια καλή τεχνική είναι η κατάργηση του ακροατηρίου.

Οι λέξεις «δικό μου» είναι από τις πρώτες που εννοεί και που λέει ένα παιδί. Για να καταλάβει, όμως, τι είναι δικό του και τι είναι ξένο χρειάζεται το λιγότερο 3 με 4 χρόνια και δεν είναι λίγα τα παιδιά που ακόμα και στα 7 τους χρόνια δεν έχουν ξεκαθαρίσει στη σκέψη τους ότι «κάνω

δικό μου κάτι που δεν μου ανήκει» σημαίνει «κλέβω». Η κλοπή είναι από τα πιο συνηθισμένα προβλήματα συμπεριφοράς των παιδιών μέσα στα πλαίσια των αναπτυξιακών διαταραχών. Πρέπει πρώτα από όλα να διερευνήσουμε και να βεβαιωθούμε σε τι βαθμό αντιλαμβάνεται την πράξη του σαν παράβαση των ηθικών κανόνων. Είναι λάθος η τιμωρία του αν δεν έχει πλήρη αντίληψη ότι είναι παραβάτης. Βοηθάμε το παιδί αν παραμερίσουμε το θυμό και την απογοήτευση μας, συνεχίσουμε να θέτουμε όρια και το βοηθήσουμε να μάθει να ξεχωρίζει το καλό από το κακό και δεν το χαρακτηρίσουμε κλέφτη.

Η αλήθεια παραβιάζεται καθημερινά από μικρούς και μεγάλους, συχνότερα από οποιαδήποτε άλλη ηθική αρχή. Το παιδί που κρύβει την αλήθεια συνήθως προσπαθεί να προστατευτεί από πιθανή τιμωρία. Άλλες φορές μπορεί να χρησιμοποιεί τα ψέματα ζητώντας επιβράβευση, διάκριση και αναγνώριση. Πριν από την ηλικία των 6 χρονών τα παιδιά δυσκολεύονται συχνά να διακρίνουν μεταξύ πραγματικότητας και φαντασίας. Γύρω στα έξι, ωστόσο, μπορούν πλέον καθαρά να διακρίνουν την πραγματικότητα από τη φαντασία. Κατά συνέπεια, όταν ένα παιδί αυτής της ηλικίας ή μεγαλύτερο λέει ψέματα, έχει συνείδηση της πράξης του. Το ψέμα δείχνει ότι το παιδί έχει συναίσθηση ότι έχει κάνει κάτι κακό. Οι γονείς θα πρέπει να δώσουν στο παιδί να καταλάβει ότι το ψέμα είναι τόσο απαράδεκτο, όσο και η πράξη την οποία προσπαθεί να αποκρύψει, αλλά να μη το χαρακτηρίσουν ψεύτη. Ένα παιδί που λέει ψέματα συνεχώς θα πρέπει να παραπεμφθεί στον ειδικό.

Η χρήση της άσχημης γλώσσας δεν αποτελεί χαρακτηριστικό κάποιας συγκεκριμένης κατηγορίας παιδιών, αλλά γοητεύει όλα τα παιδιά, τα οποία αν αφεθούν ελεύθερα θα αρχίσουν να επιδίδονται σε αυτό το «σπορ». Η χρήση «κακών» λέξεων είναι, από αναπτυξιακή άποψη, μια σχεδόν φυσιολογική συμπεριφορά για παιδιά της μέσης παιδικής ηλικίας και των αρχών της εφηβείας. Πολλά παιδιά θεωρούν ότι το βρίσιμο τα κάνει να φαίνονται μεγάλα και ότι δεν φοβούνται να είναι και λιγάκι «κακά» παιδιά. Οι βρισιές χρησιμοποιούνται για να εντυπωσιάσουν έναν φίλο και μπορούν να αποτελέσουν μέρος της σχέσης μεταξύ των συνομηλίκων. Τα μικρότερα παιδιά, πολύ συχνά, δεν γνωρίζουν τη σημασία των λέξεων που χρησιμοποιούν, τις λένε, όμως, απλώς γιατί τις έχουν ακούσει από άλλους. Το φαινόμενο αυτό χάνει τη γοητεία του καθώς μεγαλώνουν και μειώνεται καθώς τα παιδιά ωριμάζουν. Μέχρι τότε, ωστόσο, ενθουσιάζονται να σοκάρουν τους γονείς τους με βρισιές που έχουν μάθει έξω από το σπίτι. Υπάρχει, φυσικά, και ένα μικρό ποσοστό παιδιών που παραμένουν «αδιόρθωτα» ως προς το υβρεολόγιο. Προσωπικό παράδειγμα, έπαινος και ανταμοιβές αποτελούν όπλα για την αντιμετώπιση του προβλήματος. Ο ασφαλέστερος τρόπος για να ενθαρρύνει κανείς ένα παιδί να βωμολοχεί είναι να γελάσει την πρώτη φορά που το παιδί κάνει κάτι τέτοιο, ενώ ο καλύτερος τρόπος για να το κάνουν να σταματήσει τις βρισιές και τις βωμολοχίες είναι να μη του δίνουν καμία απολύτως σημασία.



**Δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα ΝΕΟΣ ΑΓΩΝ στις 22/01/2020**