28/06/2023

Παιδική ανία – Αίτια και παθολογία

/ Γνώμες

Αποτελεί κοινή διαπίστωση δασκάλων και καθηγητών πως η κοινωνική, συναισθηματική και μαθησιακή λειτουργικότητα των παιδιών ακολουθεί πτωτική τάση.

- Γράφει ο Ηλίας Λιαμής, Σύμβουλος Ενότητας Πολιτισμού

Τα σημερινά παιδιά έρχονται στο σχολείο συναισθηματικά ανώριμα για μάθηση και οι αιτίες για το γεγονός αυτό είναι συγκεκριμένες και μετρήσιμες:

Γνωρίζουμε πως ο εγκέφαλός μας είναι εύπλαστος. Μέσα από το περιβάλλον μπορούμε να κάνουμε τον εγκέφαλο δυνατότερο ή πιο αδύναμο, ενεργοποιώντας τις φυσικές του δεξιότητες και επεμβαίνοντας αποτελεσματικά στη μείωση των φυσικών του αδυναμιών. Δυστυχώς, όλα δείχνουν πως επεμβαίνουμε στον εγκέφαλο των παιδιών με αρνητικό παρά με θετικό τρόπο.

Η τεχνολογία ως babysitting

Επικρατεί η διαδεδομένη άποψη πως μία ηλεκτρονική συσκευή μπορεί να κρατήσει «φρόνιμα» τα παιδιά, μειώνοντας τις ...παραδοσιακές τους αταξίες, ιδιαίτερα σε έναν δημόσιο χώρο και προσφέροντας στους γονείς χρόνο ησυχίας και προσωπική ζωής. Δυστυχώς, το κόστος αυτής της επιλογής είναι υψηλό και πολύ πιο άμεσο από όσο νομίζουμε. Παίζουμε με το νευρικό σύστημα των παιδιών μας, με την προσοχή τους και με την ικανότητα τους να λαμβάνουν ικανοποίηση καθυστερημένα. Συγκρινόμενη με την εικονική πραγματικότητα, η καθημερινή ζωή είναι βαρετή. Όταν τα παιδιά έρχονται στην τάξη, εκτίθενται σε ανθρώπινες φωνές και οπτικά ερεθίσματα που έρχονται σε αντίθεση με τον βομβαρδισμό από εκρήξεις γραφικών και ειδικά εφέ τα οποία είναι συνηθισμένα να βλέπουν στις οθόνες τους.

Τα υψηλά επίπεδα διεγέρσης που προκαλούν τα βιντεοπαιχνίδια καθιστούν τον εγκέφαλο των παιδιών μας ευάλωτο και ελάχιστα ανθεκτικό στους ρυθμούς της παραδοσιακής μάθησης μέσα σε μία τάξη. Με άλλα λόγια, τα παιδιά δεν μπορούν να προσαρμοστούν στην επεξεργασία χαμηλότερων επιπέδων διέγερσης. Σε αυτό πρέπει να προσθέσει κανείς και την συναισθηματική αποσύνδεση των παιδιών μας από το περιβάλλον. Είναι βέβαιον πως, ιδιαίτερα κατά τα πρώτα χρόνια της ανάπτυξης, η κυρία τροφή για τον εγκέφαλο των παιδιών είναι η συναισθηματική διαθεσιμότητα των γονέων. Η πνευματική και ψυχολογική αυτή τροφή φαίνεται πλέον να βρίσκεται σε απελπιστική υστέρηση.

Η καταστροφική επίδραση της άμεσης ικανοποίησης.

Μία εξίσου αρνητική επίδραση από την προσκόλληση στην τεχνολογία έχει να κάνει με τον εθισμό του παιδικού εγκεφάλου στην άμεση ικανοποίηση. Η ηλεκτρονική συσκευή που με το πάτημα ενός κουμπιού υπακούει αμέσως, εθίζει την παιδική ψυχοσύνθεση στην άμεση ικανοποίηση χωρίς ίχνος υπομονής. Χωρίς να το θέλουν, οι γονείς συμβάλλουν σε αυτή την δυσλειτουργία. Με το πρώτο «πεινάω», το αυτοκίνητο θα σταματήσει σχεδόν στη μέση του δρόμου, για να αγοραστεί ένα οποιοδήποτε σνακ. Με το πρώτο «διψάω», θα αναζητηθεί με πανικό η πρώτη καντίνα για νερό ή αναψυκτικό. Με το πρώτο «βαριέμαι», θα δοθεί στο παιδί ένα κινητό, προκειμένου να βυθιστεί σε ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι. Όλα αυτά γίνονται στο όνομα της ευτυχίας του, στην πραγματικότητα όμως αποτελούν υποθήκες δυστυχίας σε μία πραγματικότητα η οποία έχει άλλους ρυθμούς, οι οποίοι απαιτούν μάθηση, υπακοή και προσαρμογή. Η ικανότητα της απόλαυσης με κάποια καθυστέρηση αποτελεί ουσιαστικά εξάσκηση του παιδιού να λειτουργεί σε συνθήκες στρες. Έλλειψη αυτής της ικανότητας αποτελεί καταδίκη του παιδιού να

πανικοβάλλεται σε κάθε ένταση που κρατά περισσότερο από κάποια δευτερόλεπτα ή έστω λεπτά και να το οδηγεί τελικά στην απόσυρση, η οποία εκδηλώνεται με την γνωστή βαριεστιμάρα.

Είναι βέβαιον πως η επιτυχία συνδέεται με την διαχείριση του στρες. Στερώντας τα παιδιά μας από την δυνατότητα αυτή, τα αφήνουμε απροστάτευτα και εκτεθειμένα σε ένα πλήθος αρνητικών συναισθημάτων, όταν η ικανοποίηση της ανάγκης σε οποιοδήποτε χώρο, στο σπίτι, στο σχολείο και αργότερα στην εργασία ή στην ουρά μιας Τράπεζας ή μιας δημόσιας υπηρεσίας δεν είναι άμεση.

Τα συμπτώματα της βαριεσρημάρας ή του θυμού τα οποία έχουν κοινή ρίζα, αντί να συνετίσουν, πανικοβάλουν τους γονείς οι οποίοι φροντίζουν να εντοπίσουν τις πηγές της νευρικότητας του παιδιού τους και να εξαλείψουν τις αιτίες. Πολύ νωρίς οι γονείς μαθαίνουν τι δεν αρέσει στο παιδί να φάει, τι δεν του αρέσει να κάνει, τι το δυσάρεσείη, ποιες συγγενικές σχέσεις είναι ανεπιθύμητες, ποιες οικογενειακές δραστηριότητες του είναι αδιάφορες. Ουσιαστικά, αντί να ανατρέφουν τα παιδιά οι γονείς, ανατρέφονται από αυτά. Το καταστροφικό τους μήνυμα είναι εκκωφαντικό:

Αντί τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν πως η επιτυχία στη ζωή απαιτεί κόστος στην προσωπική ικανοποίηση, μαθαίνουν πως η ευτυχία προέρχεται από τη δυνατότητα να προσαρμόζουν το περιβάλλον τους στις απαιτήσεις τους. Και αυτό πιθανόν να λειτουργεί σε ένα σπίτι με πρόθυμους γονείς. Η αληθινή ζωή όμως θα περιμείνει

αμείλικτη. Όταν βρεθούν ενώπιον της, ο εγκέφαλος τους δεν είναι πλέον εύπλαστος αλλά παγιωμένος και προσαρμοσμένος σε συνθήκες ψεύδους, οι οποίες θα προκαλούν διαρκώς οδυνηρές εκπλήξεις.

Ο γονεϊκός πανικός μπροστά στην παιδική βαριεστιμάρα

Εξίσου με τον θυμό των παιδιών, τους γονείς πανικοβάλλει η απάθεια της ανίας τους. Στο μυαλό τους έχει καταγραφεί ως στέρηση χαράς την οποία σπεύδουν με κάθε τρόπο να επαναφέρουν. Εύκολος τρόπος είναι η αγορά ενός ακόμη gadget το ποιον προσφέρει, για ελάχιστο χρόνο, μία έκρηξη ευχαρίστησης, η οποία δίνει τη θέση της σε μία πλήρη απαξίωση μέσα σε ταχύτατο χρονικό διάστημα. Στην πραγματικότητα, η παιδική βαριεστιμάρα αποτελεί μία πρόσκληση και πρόκληση προς τους γονείς να διδάξουν την αλήθεια της ζωής μέσα από προσωπική σχέση. Για παράδειγμα, δεν είναι ζητούμενο να μάθει το παιδί ποδήλατο αλλά να το διδαχτεί από τον πατέρα. Δεν είναι ζητούμενο να στρώσει το κρεβάτι του αλλά να αισθανθεί τη χαρά της συμμετοχής σε μία συλλογική προσπάθεια, μέσω της βοήθειας προς τη μητέρα. Έχει παρατηρηθεί πως, μέχρι την ηλικία των 12 – 13 χρόνων, ο ανθρώπινος εγκέφαλος διατηρεί ακόμη υψηλή την ικανότητα του για βελτίωση από εσφαλμένες λειτουργίες και προσαρμογή σε νέα δεδομένα. Το γεγονός αυτό κρύβει πολύ ελπίδα για γονείς και παιδαγωγούς, κρύβει όμως και μεγάλη ευθύνη.

Απλές πράξεις με μεγάλες προοπτικές

Είναι σημαντικό να προσφέρουν οι γονείς στα παιδιά τους συστηματικές οικογενειακές εμπειρίες. Είναι συστηματικό να τα εκπλήξουν με την απρογραμμάτιστη παρουσία τους. Είναι σημαντικό να δουν τα παιδιά τους γονείς τους να αφήνουν μία απασχόληση για να ασχοληθούν μαζί τους, να φάνε μαζί τους, να αθληθούν μαζί τους.

Τα παιδιά πρέπει να μάθουν να περιμένουν. Ακόμη και μία ολιγόλεπτη καθυστέρηση στο αίτημά τους, τούς προσφέρει πολύτιμο μάθημα για τους όρους της αληθινής ζωής. Μέσα στους όρους αυτούς ανήκει και το κόστος της ευκολίας το οποίον συχνά οι γονείς δεν συνειδητοποιούν. Με άλλα λόγια, η εύκολη παροχή τεχνολογίας προκειμένου το παιδί να ηρεμήσει και να μην ενοχλεί θα πληρωθεί ακριβά από μικρούς και μεγάλους μέσα στην οικογένεια σε καταστάσεις έντασης, διαρκούς γκρίνιας και αδυναμίας για χαλάρωση.

Ακόμη και η χρήση της τεχνολογίας μπορεί να αποβεί θετική, φτάνει να τοποθετηθεί μέσα σε έναν οικογενειακό προγραμματισμό που τηρείται με ακρίβεια και συνέπεια. Δεν είναι η κάθε στιγμή πρόσφορη για ηλεκτρονικό παιχνίδι. Δεν

είναι υποχρεωτικό η κάθε στιγμή της μέρας να κατακλειστεί από την ένταση και την υψηλή διέγερση της οθόνης.

Τον ανθρώπινο εγκέφαλο εκπαιδεύουν και δυναμώνουν οι κοινές δραστηριότητες. Αυτές διδάσκουν τη συνύπαρξη και την ανάγκη περιορισμού των αχαλίνωτων απαιτήσεων, καθώς και την δεξιότητα διεκδικήσης και συμβιβασμών. Οι κοινές δραστηριότητες διδάσκουν πως οι διαρκείς απαιτήσεις εις βάρος όλων των υπολοίπων δεν είναι λειτουργική και, αντίθετα, πως η ευγένεια αποτελεί τον καλύτερο τρόπο να κερδίσεις χωρίς να αρπάξεις, χωρίς να προσβάλεις, χωρίς να καταθλιβείς από την άρνηση του άλλου, χωρίς να καταρρεύσεις από την ήττα σε ένα ομαδικό παιχνίδι.

Όπως και να το κάνουμε η παιδαγωγία και η γονεϊκότητα αποτελούν επαγγέλματα πλήρους και αποκλειστικής απασχόλησης. Αυτό δεν σημαίνει ότι ο γονέας δεν θα ασχοληθεί με τίποτε άλλο. Σημαίνει όμως ότι κάθε του πράξη πρέπει να γνωρίζει πως καταγράφεται από το παιδί του και πως, και η πιο ασήμαντη καθημερινή του ενέργεια αποτελεί πρότυπο στις μελλοντικές του επιλογές. Μπορεί ο σωστός τρόπος άσκησης της γονεϊκότητας να φαίνεται επώδυνος. Δεν συγκρίνεται όμως με την οδύνη των συνεπειών που επιφέρει η άσκηση μιας γονεϊκότητας στηριγμένη στις εύκολες λύσεις και στην αδιαφορία.

Πηγή: pemptousia.gr