

Οι σύγχρονοι είλωτες



Η λογοπεδικός Χαρά Καραμήτσου γράφει για τα σημερινά παιδιά που καλούνται όχι μόνο να φορτώνονται με δραστηριότητες, αλλά και να αριστεύουν σε όλες

Η ώρα είναι 5.30 χαράματα. Το ξυπνητήρι χτυπά και μια αγουροξυπνημένη μητέρα ξυπνά τον γιο της. Ανοίγει την τηλεόραση, καθώς του ετοιμάζει ένα ποτήρι γάλα, ενώ το παιδί βάζει τα βιβλία και τα τετράδιά του στο σακίδιο. Παράλληλα, σε ένα δεύτερο βάζει το μαγιό, την πετσέτα και το σκουφάκι του. Βλέπετε, στις 6 το πρωί πρέπει να είναι στο κολυμβητήριο για την πρωινή του προπόνηση και αμέσως μετά να πάει στο σχολείο. Η τηλεόραση παίζει ένα τηλεοπτικό σποτ ενός energy drink... Τυχαίο; Ό,τι νομίζετε...

Μετά το σχολείο, βέβαια, το πρόγραμμα έχει διάβασμα για την επομένη, απογευματινή προπόνηση πάλι στο κολυμβητήριο και επιπλέον κάθε Δευτέρα και

Τετάρτη καράτε και γερμανικά, Τρίτη σκάκι και κιθάρα, Πέμπτη μόνο κιθάρα, Παρασκευή τίποτα.

Οι επιπτώσεις σε ένα υπερφορτωμένο από δραστηριότητες και όνειρα των γονέων του παιδι

Στο σύγχρονο ανταγωνιστικό περιβάλλον -παρ' όλη την κρίση- τα σημερινά παιδιά καλούνται όχι μόνο να φορτώνονται με δραστηριότητες, αλλά και να αριστεύουν σε όλες. Η υπερβολική εξάντλησή τους, όμως, δεν είναι η μοναδική συνέπεια του επιβαρυσμένου προγράμματός τους.

Καθώς η πίεση για καλές επιδόσεις σε όλα αυξάνουν μήνα με τον μήνα και χρόνο με τον χρόνο, τα παιδιά αρχίζουν να νιώθουν κυριολεκτικά εξαντλημένα. Μέχρι πόσο όμως; Και ποιες μπορεί να είναι οι επιπτώσεις σε ένα υπερφορτωμένο από δραστηριότητες και όνειρα των γονέων του παιδι;

Μερικά από τα κατωτέρω συμπτώματα θα πρέπει να μας κάνουν να σκεφτούμε:

- Αδιαφορία. Λογικό επακόλουθο... Το σκάκι, για παράδειγμα, που επέλεξε με ενθουσιασμό να κάνει το παιδί της ιστορίας μας παύει να το ενθουσιάζει πια τόσο. Η απόδοσή του πέφτει. Κάθε Τρίτη απόγευμα δεν πηγαίνει στο μάθημα με τη ζωντάνια της αρχής. Να προσθέσουμε σε αυτό και το δικό μας σχετικό άγχος, ιδίως αν το παιδί του γείτονα συνεχίζει ακάθεκτο να κάνει το ένα ματ μετά το άλλο!

- Ατονία. Δείχνει σημάδια υπνηλίας όλο και πιο συχνά, ενώ πριν έσφυζε από ζωτικότητα; Μήπως παραπονιέται για αδυναμία, πονοκεφάλους ή στομαχόπονους; Μήπως όλα αυτά οφείλονται στο ότι μερικά γεύματά του είναι βιαστικά λόγω έλλειψης χρόνου ή και λόγω της έντασης που έχει να τα προλάβει όλα και μάλιστα καλά; Μην ξεχνάτε ότι τα μικρά παιδιά αδυνατούν να εκφράσουν τα συναισθήματά τους λεκτικά και άρα παρουσιάζουν σωματικά συμπτώματα.

- Δουλειές του... ποδαριού. Κάποια χρονική στιγμή αρχίζουν να έρχονται αρνητικά μηνύματα από το σχολείο. Οι χαμηλές σχολικές επιδόσεις ενδέχεται να είναι το αποτέλεσμα πολλών εξωσχολικών δραστηριοτήτων που μειώνουν τον διαθέσιμο χρόνο για διάβασμα. Αν μάλιστα αυτό συνδυαστεί με πίεση της επίδοσής του και στις εξωσχολικές δραστηριότητες, πρέπει να θορυβηθούμε. Μην εκπλαγούμε, δε, αν διαπιστώσουμε ότι το παιδί, μετά από τόση πίεση που νιώθει, αποφασίσει από μόνο του να μετριάσει τις προσπάθειές του, μήπως και οι γονείς του μετριάσουν το βεβαρυσμένο του πρόγραμμα.

- Μα, τι του λείπει; Σχεδόν κάθε μέρα υπάρχει κάτι να κάνει, είτε υποχρεωτικό (όπως το σχολείο και το διάβασμα), είτε κάτι που τις περισσότερες φορές τού έχει επιβληθεί από τρίτους (κυρίως εμάς, τους γονείς). Τι του λείπει, λοιπόν; Μήπως ο ελεύθερος χρόνος να χαζέψει, να αστείευτεί, να χαλαρώσει με τους φίλους του;

- Διάθεση «ασανσέρ». Κάθε παιδί έχει περιορισμένες δυνατότητες να λειτουργεί κάτω από πίεση. Ταυτόχρονα έχει απόλυτη ανάγκη να μειώσει κάποιες φορές τις... στροφές της μηχανής του. Ετσι, αν πιεστεί να αναλάβει περισσότερα από όσα μπορεί να διαχειριστεί, επηρεάζεται συναισθηματικά. Αν αυτή η μη διαχειρίσιμη πίεση συνεχιστεί επί μακρόν, τότε το χαρούμενο παιδί θα μετατραπεί σε δυσκίνητο και ευερέθιστο. Θα αντιδράσει με επιθετικότητα και θυμό.

Κανείς δεν διαφωνεί ότι ως γονείς θέλουμε το καλό του. Οπως λένε και οι σοφοί, όμως, ο κόσμος είναι γεμάτος καλές προθέσεις □ η πράξη όμως έχει σημασία. Το να υπερφορτώσουμε τα παιδιά μας με δραστηριότητες και απαιτήσεις αριστείας σε όλα μπορεί να τα οδηγήσει σε κατάσταση τρομερής εξάντλησης, πίεσης και άγχους. Σε μια κατάσταση που τελικά τα παιδιά μας στην πραγματικότητα δεν θα είναι ικανά για τίποτα.□

Πώς μπορούμε να διορθώσουμε την κατάσταση;

- Καλές είναι οι εξωσχολικές δραστηριότητες, αλλά πρέπει να γίνονται οργανωμένα, με μέτρο και ισορροπία. Οι γονείς πρέπει να φροντίζουμε να υπάρχει και χρόνος για όσες δραστηριότητες θέλει να κάνει το ίδιο το παιδί. Δραστηριότητες που το διασκεδάζουν και δεν το πνίγουν.

- Δεν είναι ανάγκη το παιδί να κάνει αυτά που ενθουσιάζουν μόνο εμάς και να προβάλλουμε □ τις δικές μας ανεκπλήρωτες επιθυμίες. Το μόνο που καταφέρνουμε είναι να δημιουργούμε παιδιά με χαμηλή αυτοεκτίμηση, καθώς συνηθίζουν από μικρή ηλικία να μη συμμετέχουν σε θέματα που τα αφορούν άμεσα.

- Οι δραστηριότητες είναι προφανώς σημαντικές. Ωστόσο δεν είναι όλα τα παιδιά ίδια. Κάποια είναι απολύτως οργανωτικά και μπορούν να διαχειριστούν πληθώρα πραγμάτων, την ίδια στιγμή που άλλα είναι πιο ήρεμα προτιμώντας τη ζωή τους να είναι σε πιο χαλαρούς ρυθμούς. Με άλλα λόγια, δεν θα πρέπει να οργανώσουμε το πρόγραμμα των παιδιών μας με βάση τα πρότυπα άλλων παιδιών που υπάρχουν ή φανταζόμαστε ότι υπάρχουν και θέλουμε και το παιδί μας να τους μοιάσει. Αντίθετα, θα πρέπει να το οργανώσουμε με βάση τα χαρακτηριστικά του δικού μας παιδιού.

**- Μην ξεχνάμε ότι κάθε παιδί είναι ένας ακατέργαστος θησαυρός. Με κατάλληλους χειρισμούς θα λάμψει.**

**Της Χαράς Καραμήτσου  
(λογοπεδικός, M.R.C.S.L.T.)  
charakaramitsou@ath.forthnet.gr**