

Γιατί προσποούνται τα παιδιά;

Δρ. Λίζα Βάρβογλη, Ph.D. Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Είναι Δευτέρα πρωί, ώρα για πρωινό ξύπνημα και προετοιμασία για το σχολείο. Όμως, αντί να σηκωθεί και ν' αρχίσει να ετοιμάζεται για το σχολείο, το παιδί σας παραμένει στο κρεβάτι, κουκουλώνεται και διαμαρτύρεται ότι το πονάει το κεφάλι του, η κοιλιά του, ότι έχει ζαλάδα ή τάση προς εμετό ή κάτι παρόμοιο.

Πρόκειται για αληθινά συμπτώματα; Είναι το παιδί σας πραγματικά άρρωστο ή μήπως προσποιείται προκειμένου να μείνει στο κρεβάτι κι έτσι να γλιτώσει το σχολείο;

Αυτού του είδους η τακτική είναι πολύ γνωστή σε όλα τα μήκη και πλάτη της γης και μάλιστα έχει και ένα επίσημο όνομα "σύνδρομο της αποφυγής του σχολείου". Πρόκειται ίσως για την πιο γνωστή αιτία ασαφών και δύσκολα επαληθεύσιμων συμπτωμάτων που εμφανίζονται σε παιδιά σχολικής ηλικίας, και πυροδοτούνται από το στρες, σύμφωνα με τον Δρ. Martin Sklaire, M.D., καθηγητή παιδιατρικής στο Πανεπιστήμιο Yale των ΗΠΑ.

Πώς μπορεί να ξεχωρίσει ο γονιός εάν πρόκειται για πραγματική αρρώστια ή για εκδηλώσεις άγχους και στρες;

Σύμφωνα με τον Δρ. Martin Sklaire, ο γονιός θα πρέπει να πάρει τη θερμοκρασία του παιδιού και να ελέγξει αν το παιδί έκανε εμετό ή έχει διάρροια, καθώς επίσης και το πως αισθανόταν το παιδί το προηγούμενο βράδυ. Και βέβαια, μια συζήτηση με τον παιδίατρο πάντα βοηθάει.

Αλλά, αν η απάντηση στα προηγούμενα ερωτήματα είναι αρνητική και μια παρόμοια αδιαθεσία έχει εμφανιστεί και άλλες φορές στο παρελθόν και μάλιστα τυχαίνει να συμπίπτει με καταστάσεις οι οποίες δεν είναι ιδιαίτερα ευχάριστες για το παιδί (πχ, σχολείο, διαγωνισμα, διάβασμα), τότε αυτό που συμβαίνει στο παιδί είναι μια αντίδραση άγχους σε μια κατάσταση την οποία βιώνει ως αρνητική.

Τι ακριβώς συμβαίνει;

Το θέμα εδώ είναι ιδιαίτερα λεπτό, μια που η προσποίηση του παιδιού δεν είναι εντελώς αβάσιμη και ανυπόστατη. Με άλλα λόγια, το παιδί βιώνει μια κατάσταση ως αρνητική και προσπαθεί να την αποφύγει, προκειμένου να κερδίσει την ψυχική του ηρεμία και να ανακτήσει την ψυχική του ισορροπία, την οποία νιώθει ότι απειλεί η συγκεκριμένη κατάσταση.

Έτσι, επιλέγει τον δρόμο της σωματοποίησης του άγχους του για να μπορέσει να διαφύγει από την υποκειμενικά αρνητική αυτή κατάσταση (η οποία, θα πρέπει να σημειώσουμε εδώ, μπορεί να μη θεωρηθεί αρνητική από τον γονιό ή ακόμα και από ένα άλλο παιδί).

Το παιδί δε λέει απαραίτητως ψέματα, με την έννοια ότι επινοεί κάτι, γνωρίζει ότι δεν είναι αληθινό αλλά παρ' όλα αυτά το λέει για δικό του όφελος. Στην περίπτωση της προσποίησης το παιδί ναι μεν επινοεί το σωματικό πρόβλημα, αλλά πολύ σύντομα μπαίνει στο πετσί του ρόλου του και, κυριολεκτικά, αισθάνεται έτσι όπως δηλώνει ότι αισθάνεται. Μόνο που έχει μεταφέρει το ψυχικό του πρόβλημα, το φόβο και το άγχος του, το έχει μετατοπίσει και το έχει μεταθέσει σε κάτι πιο απτό, το οποίο γνωρίζει από την εμπειρία του ότι αποτελεί σοβαρό λόγο για να γλιτώσει από κάτι επαχθές και μάλιστα να δεχτεί και ιδιαίτερη φροντίδα και αγάπη εξαιτίας αυτού που του συμβαίνει.

Ας μην ξεχνάμε ότι μια τέτοια αντίδραση συχνά πυροδοτείται και από τη γενικότερη κοινωνική στάση, σύμφωνα με την οποία συνήθως οι γονείς και οι συγγενείς προτρέπουν ένα παιδί να μη φοβάται επειδή μεγάλωσε, ενώ στην κυριολεξία πέφτουν επάνω του και δείχνουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον όταν υπάρχει μια σωματική ασθένεια ή ακόμα και μια απλή αδιαθεσία.

Στην παιδική ηλικία, πολλά παιδιά έχουν δυσκολία ν' αποχωριστούν τους γονείς τους και τη σιγουριά και ασφάλεια του σπιτιού τους. Αυτό το άγχος του παιδιού επιτείνεται από κάποιο συγκεκριμένο γεγονός, όπως για παράδειγμα ότι θεωρεί κάποιον δάσκαλο κακό ή αυστηρό ή κάποιον συμμαθητή ιδιαίτερα εχθρικό.

Αλλά και οι μαθησιακές δυσκολίες εμποδίζουν την απρόσκοπτη σχολική πορεία ενός παιδιού και το παρακινούν να αποφύγει το σχολείο και την πηγή των προβλημάτων του.

Στην εφηβεία, πάλι, η αποφυγή του σχολείου μπορεί να γίνει μεγαλύτερο και πιο σύνθετο πρόβλημα. Καταρχήν, η ίδια η ψυχοσύνθεση του εφήβου, οι ψυχολογικές διακυμάνσεις του και η αλλαγή διάθεσης και στάσης τον επηρεάζουν. Εάν μάλιστα υπάρχει και κάποιο πρόβλημα χρήσης ουσιών, συμπεριφορικές δυσκολίες ή προβλήματα με τους συνομήλικους, το πρόβλημα αποφυγής του σχολείου εντείνεται.

Η προσποίηση φυσικών συμπτωμάτων από μέρους του παιδιού προκειμένου ν' αποφύγει κάτι δεν περιορίζεται μόνο στην αποφυγή του σχολείου, απλώς συμβαίνει να είναι η συνηθέστερη κατάσταση στην οποία εντοπίζεται το πρόβλημα.

Υπάρχουν και πολλές άλλες καταστάσεις, όπως η προσποίηση πόνου ή αδιαθεσίας προκειμένου να μη φάει ένα φαγητό που δεν του αρέσει -αυτό ισχύει για τα μικρά παιδιά κυρίως- ή για να διαφύγει το παιδί από κάποια κοινωνική εκδήλωση που του προκαλεί άγχος (είτε αυτή είναι με συνομήλικους, είτε με το συγγενικό του περιβάλλον) ή για να αποφύγει κάποιο ταξίδι ή αλλαγή στη ρουτίνα του.

Έτσι, η προσποίηση συμπτωμάτων αδιαθεσίας ή αρρώστιας αποτελεί εκδήλωση μιας ψυχικής κατάστασης έντονου άγχους του παιδιού, την οποία προσπαθεί να αποφύγει υποκρινόμενο ότι του συμβαίνει κάτι σε σωματικό επίπεδο, ενώ στην πραγματικότητα του συμβαίνει κάτι αλλά σε ψυχικό επίπεδο.

Τι πρέπει να κάνει ο γονιός;

Καταρχήν, ο γονιός δεν θα πρέπει να πέσει στην παγίδα της λύπησης και της αυτολύπησης και να γίνει συνεργός του παιδιού. Βεβαίως και θα πρέπει να ελέγξει την εγκυρότητα των συμπτωμάτων του παιδιού, αλλά όταν διαπιστώσει ότι πρόκειται για ψυχοσωματική εκδήλωση δεν θα πρέπει να συνεχίσει το θέατρο και να επιτρέψει στο παιδί να παραμείνει στο σπίτι και να μην πάει στο σχολείο ή να μην κάνει αυτό το οποίο το παιδί προσπαθεί ν' αποφύγει.

Ωστόσο, αυτό που έχει τεράστια σημασία είναι ο τρόπος με τον οποίο ο γονιός θα προσεγγίσει το παιδί και θα το βοηθήσει να ξεπεράσει το πρόβλημα. Προφανώς, το να το μαλώσει, να το διασύρει λεκτικά επισημαίνοντάς του ότι λέει ψέματα, το να το γελοιοποιήσει ή να προσπαθήσει δια της βίας να το σύρει έξω από το κρεβάτι του δεν λύνουν το πρόβλημα, αλλά, αντίθετα, το μεγεθύνουν.

Το πρώτο βήμα για το γονιό είναι να δείξει κατανόηση, την έγνοια του, αγάπη κι ενδιαφέρον προς το παιδί, αλλά ταυτόχρονα να είναι σταθερός και να δώσει στο παιδί του να καταλάβει ότι πρέπει να πάει και θα πάει στο σχολείο.

Ωστόσο, θα πρέπει να γίνει μια εκ βαθέων συζήτηση για τα θέματα που ανησυχούν το παιδί και μαζί με το γονιό να προσπαθήσουν να βρουν τρόπο επίλυσης των προβλημάτων αυτών.

Βοηθάει πολύ όταν το παιδί έχει και άλλους έμπιστους ενήλικες να συζητήσει μαζί τους τα θέματα που το απασχολούν. Η συνδρομή γιαγιάδων και παππούδων, συγγενών, φίλων, δασκάλων και ειδικών είναι πάντα ευπρόσδεκτη από το παιδί.

Το σημαντικότερο είναι ότι οι ενήλικες θα πρέπει να κατανοήσουν και να συμμεριστούν το άγχος του παιδιού και όχι να προσπαθήσουν να το ακυρώσουν ή να το μειώσουν λέγοντάς του ότι μεγάλωσε και δεν πρέπει ν' ανησυχεί.

Ακόμα και το να θυμηθούν οι ενήλικες αντίστοιχα περιστατικά από τη δική τους παιδική ηλικία και να τα μοιραστούν με το παιδί, μαζί και με τρόπους επίλυσης του προβλήματος, είναι πολύ βοηθητικό.

Αν όμως το άγχος επιμένει ή εκδηλώνεται έντονα ή σε πολλούς τομείς της ζωής, η σωστότερη αντιμετώπιση είναι μέσα από τη δουλειά των γονιών και του παιδιού με ψυχολόγο.