

## ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Με τον όρο προβλήματα συμπεριφοράς αναφερόμαστε σε παιδιά τα οποία είναι αρνητικά, αντιδραστικά, ανυπάκουα, προκλητικά και δείχνουν απάθεια. Τις περισσότερες φορές συνυπάρχουν και προβλήματα επιθετικότητας.

Η επιθετικότητα εμφανίζεται έντονα στα δυο πρώτα χρόνια του παιδιού και έπειτα μειώνεται σταδιακά όπου αυξάνεται ξανά περίπου στα εννέα χρόνια. Τα αγόρια έχουν το προβάδισμα στην επιθετικότητα και αυτό οφείλεται προφανώς στις αντρικές ορμόνες και στον τρόπο που μεγαλώνουμε τα αγόρια. Συχνά θέλουμε τους γιους μας εκρηκτικούς, ζωντανούς και δυναμικούς και τα κορίτσια περισσότερο ήρεμα, ήσυχα και υπάκουα. Εδώ θα ήθελα να κάνω μια μικρή αναφορά στην εφηβεία που από μόνη της είναι ένα τεράστιο κεφάλαιο στην ψυχολογία γιατί συνήθως βλέπουμε μια έξαρση στη συμπεριφορά των εφήβων. Είναι η περίοδος της ζωής που χρονικά εντοπίζεται μεταξύ παιδικής ηλικίας και ενηλικίωσης (Προεφηβεία 10-13 και εφηβεία 14-21). Τα όρια αυτά είναι κατά προσέγγιση και δεν είναι απόλυτα. Είναι ανάγκη να αναφερθούμε στο πως νιώθει ένας έφηβος για να καταλάβουμε γιατί αντιδράει με αυτό το τρόπο. Όσον αφορά τις βιολογικές αλλαγές έχουμε την αύξηση σταδιακά των ορμονών (τεστοστερόνη στα αγόρια και οιστρογόνα στα κορίτσια), οι οποίες επηρεάζουν τους εφήβους. Αλλάζει η εξωτερική τους εμφάνιση. Αλλάζει η φωνή τους, ξεκινάει η ήβη, τα αγόρια βγάζουν τρίχες και γένια ενώ στα κορίτσια αυξάνεται το στήθος και η έμμηνος ρήση. Οι έφηβοι λοιπόν αναστατώνονται, φοβούνται και τρομάζουν για όλες τις αλλαγές που συμβαίνουν πάνω τους. Ενεργοποιείται και αναπτύσσεται η σεξουαλική λειτουργία, η παγίωση των επαγγελματικών και κοινωνικών ενδιαφερόντων, η επιθυμία αυτονομίας και ελευθερίας. Κατακλύζονται από συναισθήματα έντονα και ευμετάβλητα. Δεν έχουν σταθερή ταυτότητα γιατί η ταυτότητα τους αλλάζει καθημερινά. Δοκιμάζουν διάφορους ρόλους μέχρι να δουν ποιος τους ταιριάζει πραγματικά. Παθαίνουν κρίση ταυτότητας (ποιος είμαι;) Αναζητούν φίλους με ίδια ενδιαφέροντα. Οι παρέες τους χαρακτηρίζονται από έντονους συναισθηματικούς δεσμούς. Θέλουν να έχουν κοινή ταυτότητα, ίδιο κούρεμα, ίδιο ντύσιμο, ίδιο λεξιλόγιο. Έχουν τάση ανεξαρτησίας και απορρίπτουν τα παραδοσιακά πρότυπα καθώς αυτά είναι αντιπροσωπευτικά των γονιών τους. Έτσι στρέφονται προς κάποια ιδάλματα, τραγουδιστές, χορευτές, αθλητές, ηθοποιούς. Θέλουν να τους μοιάσουν, μιμούνται το ντύσιμο τους. Όλη η ανάπτυξη και η συμπεριφορά τους έχει χαρακτήρα επαναστατικό. Τέλος παρουσιάζεται αλλαγή στη σχολική επίδοση γιατί έχουν ανάγκη να λύσουν προβλήματα προσαρμογής και να αντιμετωπίσουν την νέα δύσκολη κατάσταση.

Οι μορφές επιθετικής συμπεριφοράς είναι η λεκτική επιθετικότητα όπου εδώ περιλαμβάνονται οι αισχρολογίες, οι χλευασμοί, τα πειράγματα, οι προσβολές και οι ύβρεις και η Φυσική επιθετικότητα όπως αγκωνιές, τρικλοποδιές, δαγκώματα, χτυπήματα, το σπάσιμο αντικειμένων, το φτύσιμο, οι γροθιές.

**ΜΕΡΙΚΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΟΛΛΕΣ ΑΙΤΙΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΠΑΡΑΚΑΤΩ:**

**Συμπεριφορά γονέα απέναντι στο παιδί**

Οι υπερβολικά αυστηροί γονείς που τιμωρούν συχνά το παιδί, δεν αφήνουν περιθώρια συναισθηματικής έκφρασης και αντίδρασης. Είναι υπερβολικοί στις στερήσεις τους με αποτέλεσμα το παιδί να απογοητεύεται και να αναστατώνεται ψυχικά. Εκεί λοιπόν εκδηλώνει την οργή του και την αγανάκτηση του με αυτή την επιθετική συμπεριφορά.

Οι υπερβολικά παραχωρητικοί ή αδιάφοροι γονείς οι οποίοι δεν θέτουν όρια και τέλος οι γονείς που παραμελούν, απορρίπτουν και υποβάλλουν σε σκληρούς ανταγωνισμούς τα παιδιά τους (δεν θα γίνεις ποτέ σαν τον αδελφό σου, η Μαρία η φίλη σου είναι άριστη) διότι προκαλούν εσωτερική ανασφάλεια και δυστυχία.

**Δυσκολίες της ζωής**

Το άγχος προς το σχολείο, τα φροντιστήρια, τις ξένες γλώσσες, τη μουσική, τα αθλήματα, (είτε από προσωπική εσωτερική παρόρμηση είτε από πίεση των γονιών). Οι υπερβολικές προσδοκίες και η απογοήτευση πως δεν τα καταφέρνουν μπορεί να τα οδηγήσουν σε σκληρότητα και εχθρότητα απέναντι στις πηγές του άγχους. Αυτό δεν σημαίνει φυσικά πως οι εξωσχολικές δραστηριότητες είναι λάθος, απεναντίας είναι πολύ καλές και για μάθηση και για κοινωνικοποίηση όμως όλα χρειάζονται με μέτρο και όχι υπερβολές.

**Η τηλεόραση και η προβολή επιθετικών ηρώων και προτύπων μέσα από αυτή.**

Τα παιδιά αντιγράφουν και μιμούνται τους επιβλητικούς ήρωες (μάτμαν, πάουερ ρέηντζερ). Η τηλεοπτική βία επηρεάζει αρνητικά τα παιδιά γι αυτό πρέπει να επιβλέπεται τι μηνύματα περνάνε στα παιδιά σας η τηλεόραση, τα DVD, τα παιχνίδια και τα περιοδικά που διαβάζουν.

**Η σωματική βία από τους γονείς**

Μαθαίνει στα παιδιά να λύνουν τις διαφορές τους μέσα από τη βία. Τα παιδιά πιστεύουν πως για να το κάνει ο πατέρας και η μητέρα του είναι σωστό εφόσον είναι τα πρότυπα του. Έτσι αντιλαμβάνονται πως η βία είναι δύναμη, υπεροχή, εξουσία και μόνο με το ξύλο υπάρχει αποτέλεσμα.

## **ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΧΕΙΡΙΣΤΟΥΜΕ ΤΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ**

Αποφεύγουμε τη σωματική βία. Προσπαθούμε με συζήτηση όταν ηρεμήσουν να τους εξηγήσουμε τις συνέπειες που έχει γι αυτά (π.χ να χάσουν φίλους) αλλά και για τους άλλους. Τα παιδιά για να τραβήξουν την προσοχή στριγκλίζουν, σπάνε πράγματα, στριφογυρίζουν, γρονθοκοπούν άλλους ή τους εαυτούς τους. Τους απομακρύνουμε από την εστία έντασης για να ηρεμήσουν και συζητάμε τους λόγους και τις συνέπειες της έκρηξης τους. Βάζουμε τα παιδιά να ασχοληθούν με κάποια ωφέλιμη δραστηριότητα όπως ζωγραφική, μουσική, παιχνίδι. Αυτή η δραστηριότητα θα τα ηρεμήσει και θα τα χαλαρώσει με αποτέλεσμα να ξεθυμάνει η οργή τους. Ένας άλλος τρόπος είναι να αγνοήσουμε την επιθετική συμπεριφορά των παιδιών (σε μερικές ήπιες περιπτώσεις) και να μην δώσουμε καθόλου σημασία. Αν ειδικά η συμπεριφορά τους είναι χειριστική θα καταλάβουν αν δεν τους δώσετε σημασία πως δεν περνάει αυτή η τακτική. Η μικρή στέρηση προνομίων θεωρείται μια από τις καλύτερες τακτικές. Σε αυτό πρέπει να συμφωνούν και οι δυο γονείς, να γίνεται όποτε χρειάζεται και άμεσα ώστε να συνδέσουν την στέρηση ενός προνομίου (για παράδειγμα δεν θα πάμε βόλτα) με την λάθος συμπεριφορά που είχαν. Δεν απειλούμε, ούτε αναβάλλουμε γιατί έτσι παρατείνουμε τον φόβο τους, κάτι που δεν θέλουμε. Πρέπει να λύνουμε ειρηνικά τις διαφορές μας και να είμαστε στοργικοί και διαλλακτικοί, να τονίζουμε ότι η βία πληγώνει τους άλλους ανθρώπους και για να ζουν ειρηνικά μαζί τους πρέπει να μάθουν να ασκούν αυτοέλεγχο στο θυμό τους. Τα παιδιά είναι καθρέπτης της δικής μας προσωπικότητας άρα πρέπει εμείς οι ίδιοι να χαλιναγωγούμε τον θυμό μας. Τέλος μην ξεχνάτε ποτέ να επιβραβεύετε τις σωστές συμπεριφορές ώστε να έχουν κίνητρο να τις ξανακάνουν.

Είναι αναγκαίο να αναζητήσετε την συμβουλή ειδικού αν αντιληφθείτε ότι το παιδί σας βασανίζει ζώα, βάζει φωτιές, κλέβει, ψεύδεται συχνά και γενικά χρησιμοποιεί πολύ επιθετικότητα στην καθημερινότητα. Ο ειδικός θα προσπαθήσει να βρει τα αίτια (για κάθε παιδί είναι διαφορετικά) και θα ακολουθήσει ειδική και καθαρά προσωπική θεραπεία.