



Δεν ξεκολλά από τη

φούστα σας, επιζητά συνεχώς την προσοχή σας, επιμένει να παίξετε μαζί, θέλει να σας ακολουθεί όπου κι αν πάτε. Είναι ένας μικρός «κολλητσίδας» - με όλα τα υπέρ και τα κατά.

Κάθε φορά που απομακρύνεστε από κοντά του, αρχίζει να κλαίει απελπισμένα. Μόλις, όμως, το πάρετε στην αγκαλιά σας, αμέσως ησυχάζει και σας χαρίζει ένα πλατύ χαμόγελο. Γιατί αντιδρά έτσι; Όλα τα παιδιά, τον πρώτο τουλάχιστον χρόνο της ζωής τους τρέφουν στη μαμά μια ιδιαίτερη αδυναμία, που βασίζεται περισσότερο στην ανάγκη, παρά στην επιθυμία. Πώς εκδηλώνεται η συγκεκριμένη αδυναμία; Με το να απλώνει το μωρό σας τα χεράκια του κάθε φορά που σας αντικρίζει, να επιζητά την αγκαλιά σας και να μη θέλει να φύγει από δίπλα σας.

Το άγχος του αποχωρισμού

Κάθε παιδί γύρω στον 7ο μήνα της ζωής του διαμορφώνει έναν ισχυρό συναισθηματικό δεσμό με τη μητέρα του. Το μωρό σας τώρα αρχίζει να ανακαλύπτει το συναίσθημα του φόβου. Και φοβάται ότι θα μείνει μόνο του, ότι μπορεί η μαμά του να φύγει και να το αφήσει – ακόμα κι αν, από τη μέρα που γεννήθηκε, περνάτε σχεδόν όλο το χρόνο μαζί του και δεν χάνετε ευκαιρία να του δείξετε τη στοργή και την αγάπη σας. Εκείνο, όμως, δεν είναι σε θέση να εκτιμήσει τις αποδείξεις της αγάπης σας. Έτσι, λοιπόν, μόλις απομακρυνθείτε λίγο από κοντά του, απελπίζεται και βάζει αμέσως τα κλάματα, ακόμα κι όταν δεν υπάρχει κανένας λόγος.

Γιατί δεν ξεκολλάει από τη φούστα μου;

Για να καταλάβετε και να εξηγήσετε αυτή την αντίδραση του παιδιού, πρέπει να προσπαθήσετε να δείτε τα πράγματα από την πλευρά του. Αφότου γεννήθηκε, το μωρό σας έχει συνηθίσει να έχει όλη σας την προσοχή και τη φροντίδα. Εξαρτιόταν στην κυριολεξία από εσάς, αφού μόνο του δεν μπορούσε να ικανοποιήσει καμία του ανάγκη. Για το λόγο αυτό, δεν ξεχώρισε τον εαυτό του από τη μαμά του. Για εκείνο, είστε -για μεγάλο χρονικό διάστημα- η φυσική προέκταση του εαυτού του. Μόνο τώρα, που έχει κάπως μεγαλώσει, καταλαβαίνει ότι είστε δύο ξεχωριστά πρόσωπα. Αυτό, όμως, είναι δύσκολο να το δεχτεί, και έτσι υποφέρει με την απουσία σας. Βέβαια, το μωρό σας δεν κλαίει μόνο επειδή του λείπει η φυσική σας παρουσία. Η «μαμά» δεν αντιπροσωπεύει για το παιδί μόνο κάποια χάρδια, γλυκά λογάκια και χαμόγελα, είναι επίσης για εκείνο μια μοναδική γέφυρα με την πραγματικότητα. Χωρίς την παρουσία της, νιώθει ακόμη μεγαλύτερη σύγχυση μέσα σε έναν κόσμο που του φαίνεται πολύ «επιθετικός» με τα τόσα καινούργια ερεθίσματα και αισθήσεις. Έτσι, για άλλη μία φορά, κλαίει. Το άγχος αυτό έχει ανοδική πορεία, με κορύφωση στο διάστημα μεταξύ 13ου και 18ου μήνα, και στη συνέχεια αρχίζει να ελαττώνεται σταδιακά. Η ηλικία αυτή αποτελεί και την κρίσιμη στιγμή στη ζωή κάθε παιδιού, αφού αρχίζει πλέον να ανεξαρτητοποιείται. Αρχίζει να περπατά, να μιλά, να καταλαβαίνει την έννοια της ύπαρξής του, του εαυτού του. Από το 3ο έτος, τα περισσότερα παιδιά ξεπερνούν το «άγχος» τους και μπορούν να μείνουν σε ένα χώρο με άλλα φιλικά ή συγγενικά πρόσωπα χωρίς απαραίτητα την παρουσία της μητέρας τους. Η «απεξάρτηση», λοιπόν, από τη μητέρα πρέπει να γίνεται σταδιακά, ώστε να κοπεί ο «ψυχολογικός ομφάλιος λώρος» και το παιδί να εξελιχθεί σε αυτόνομη και ολοκληρωμένη προσωπικότητα.

Κινήσεις που θα το βοηθήσουν

Μια καλή μέθοδος είναι να παρατηρήσετε το κλάμα του: Πόση ώρα κλαίει και τι ένταση έχει. Σε ορισμένες περιπτώσεις, τα μωρά δεν κλαίνε γιατί είναι πραγματικά δυστυχισμένα, αλλά γιατί θέλουν να τραβήξουν την προσοχή. Αν το παιδί σας είναι ήδη ενός έτους, συνδέει ευκολότερα την αποχώρησή σας με πολύ συγκεκριμένες καταστάσεις. Για παράδειγμα, μπορεί να αρχίσει να κλαίει αν σας δει να κατευθύνεστε προς την πόρτα, γιατί θα νομίζει ότι πάτε για ψώνια. Σε αυτή την περίπτωση, μιλήστε του. Πείτε του: «Η μαμά δεν φοράει παπούτσια. Όταν βγαίνει έξω η μαμά φοράει πάντα παπούτσια, όπως κι εσύ. Μη φοβάσαι, λοιπόν, θα μείνω εδώ μαζί σου». Σημασία έχει να του μιλάτε, να το καθησυχάζετε, χωρίς να υποτιμάτε οτιδήποτε για εκείνο μπορεί να αποτελεί πρόβλημα.

Θέλετε να φύγετε, μα το μικρό σας κλαίει γοερά. Σίγουρα, δεν μπορείτε να το αφήσετε έτσι. Το πρόβλημα πρέπει να αντιμετωπιστεί εκ των προτέρων. Το κλειδί της επιχείρησης «αποχώρηση δίχως κλάματα» είναι να στρέψετε το ενδιαφέρον του παιδιού, από τη στιγμή του αποχωρισμού στη στιγμή που θα είστε και πάλι μαζί, γεμίζοντάς το με υποσχέσεις και προσδοκίες. Φροντίστε να μην το «κοροϊδεύετε». Μην του λέτε ότι... έρχεστε αμέσως, και ξαφνικά εξαφανίζεστε αφήνοντας σε κάποιον άλλον τη φροντίδα του. Έτσι, το παιδί θα νιώσει ανασφάλεια και δεν θα ξέρει τι και πότε να πιστέψει!

Το γεγονός ότι πρέπει να γυρίσετε σύντομα στα εργασιακά σας καθήκοντα σας αναγκάζει να προβείτε στη λύση του παιδικού σταθμού. Συνήθως τα πολύ μικρά παιδιά δεν είναι έτοιμα για τόσο μεγάλες αλλαγές σε πρόσωπα και χώρο. Χρειάζονται ένα οικείο και ήρεμο περιβάλλον, καθώς επίσης και ένα κατάλληλο και κατ' αποκλειστικότητα πρόσωπο (συγγενικό ή μια μπίμπι σίτερ) που θα ασχολείται μαζί του και θα το βοηθήσει να πατήσει στα πόδια του πρακτικά και συναισθηματικά. Αν πρόκειται να μεταφερθεί σε άλλο χώρο, θα πρέπει να πάρει μαζί του όσο το δυνατόν περισσότερα προσωπικά αντικείμενα, καθώς και κάποιο αγαπημένο του παιχνίδι, μαξιλάρι ή κουβέρτα, με τα οποία είναι πολύ συναισθηματικά συνδεδεμένο.

Μην είστε συγκρατημένοι στις εκδηλώσεις αγάπης και τρυφερότητας, για να το βοηθήσετε να απαγκιστρωθεί από πάνω σας. Μια ψυχρή συμπεριφορά μπορεί να προκαλέσει τα αντίθετα αποτελέσματα και να κάνει το παιδί να σας αναζητά περισσότερο.

Αποφύγετε να είστε υπερπροστατευτική μαζί του, γιατί κάτι τέτοιο ενισχύει την εξάρτηση και ευνουχίζει συναισθηματικά το παιδί γεμίζοντάς το φόβους,

ανασφάλεια και ανικανότητα να αντιμετωπίσει την πραγματικότητα μόνο του.

Επιβραβεύστε τις προσπάθειές του, όποτε κάνει κάτι μόνο του.

Τα σημάδια του «κολιτσίδα»

Αν το παιδί σας εμφανίζει τρία ή περισσότερα από τα ακόλουθα συμπτώματα σε ηλικία μεγαλύτερη των 2 ετών, τότε βιώνει υπερβολικό άγχος αποχωρισμού, οπότε καλό θα ήταν να πάρετε μια γνώμη ειδικού.

Αυξημένη αγωνία όταν συμβαίνει ή επίκειται αποχωρισμός από το σπίτι ή από σημαντικά πρόσωπα του περιβάλλοντός του.

Υπερβολική αγωνία που αφορά την πιθανότητα να συμβούν ατυχήματα ή απώλειες σημαντικών προσώπων του περιβάλλοντός του.

Υπερβολικό άγχος ότι ένα αποκρουστικό γεγονός θα οδηγήσει σε αποχωρισμό από ένα σημαντικό πρόσωπο του περιβάλλοντός του.

Απροθυμία ή άρνηση να πάει στο σχολείο ή αλλού, εξαιτίας του φόβου αποχωρισμού.

Επίμονος και υπερβολικός φόβος να μείνει μόνο ή χωρίς σημαντικά πρόσωπα του περιβάλλοντος στο σπίτι ή χωρίς άλλα οικεία πρόσωπα.

Επίμονη απροθυμία ή άρνηση να πάει για ύπνο χωρίς την παρουσία κάποιου σημαντικού για εκείνο ενηλίκου, ή να κοιμηθεί σε άλλο σπίτι.

Επαναλαμβανόμενοι εφιάλτες με θέμα τον αποχωρισμό.

Επαναλαμβανόμενα παράπονα σωματικών ενοχλημάτων (πονοκέφαλος, ναυτία, εμετοί), όταν συμβαίνει ή επίκειται αποχωρισμός από σημαντικά πρόσωπα.

Με τη συνεργασία της **Αγγελικής Παρίου** (ψυχολόγος – ειδική παιδαγωγός – ομαδική αναλύτρια).

Από: *Νινέττα Φαφούτη*

Πηγή: imommy.gr