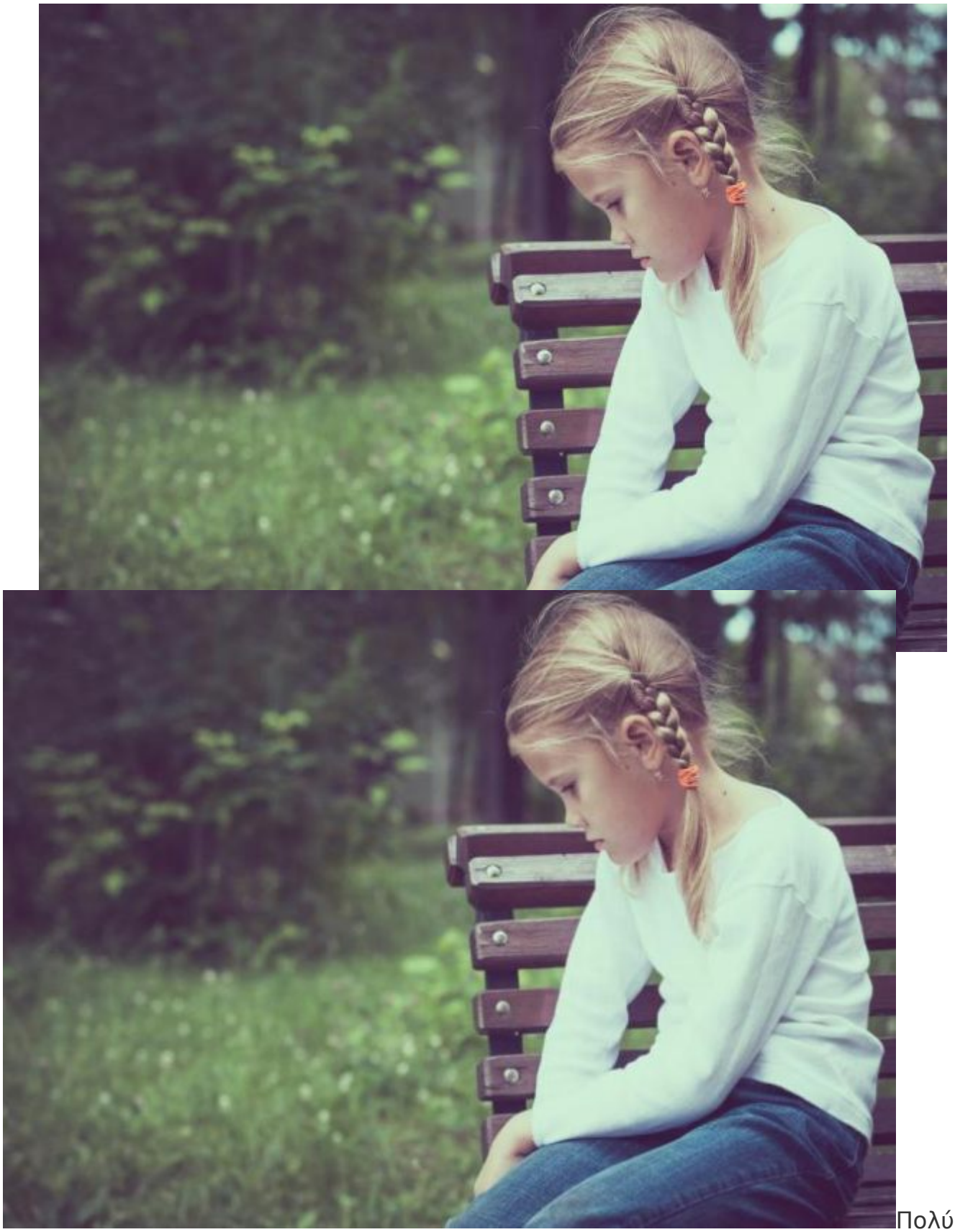
13 Ιανουαρίου 2017

Παιδί και τικ: Πώς αντιμετωπίζεται;

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Πολύ

συχνά τα παιδιά αποκτούν τικ με συνηθέστερη αιτία εμφάνισης το άγχος! Ναι, και τα παιδιά έχουν άγχος το οποίο οι γονείς πρέπει να προσέξουν! Τι γίνεται, λοιπόν όταν ένα παιδί αποκτά τικ; Η ψυχολόγος-παιδοψυχολόγος, συγγραφέας Αλεξάνδρα Καππάτου συμβουλεύει:

“Τικ είναι οι ξαφνικές, απότομες και υποχρεωτικές κινήσεις, ήχοι ή θόρυβοι που κάποιο παιδί κάνει και επαναλαμβάνει χωρίς τη θέλησή του. Το παιδί συχνά έχει ανάγκη να κάνει τις κινήσεις αυτές για να χαλαρώσει. Η έναρξή τους τοποθετείται περίπου στα 6-7 χρόνια (σε κάποιες περιπτώσεις και νωρίτερα) και εγκαθίστανται σταδιακά. Ξεκινούν σαν μια απλή κινητική συμπεριφορά που αποτελεί αντίδραση του παιδιού σε μια αγχογόνο ή πιεστική κατάσταση όπως ερχομός νέου μέλους στην οικογένεια, εντάσεις στην οικογένεια, υπερβολικές απαιτήσεις των γονιών κλπ. Στις περισσότερες περιπτώσεις τα τικ με κατάλληλη φροντίδα υποχωρούν ή και εξαφανίζονται καθώς το παιδί μεγαλώνει. Είναι σημαντικό να αναλογιστείτε τη στάση σας απέναντί του π.χ. τις προσδοκίες σας, το άγχος σας, αν τυχόν υπάρχουν προβλήματα ή εντάσεις στην οικογένεια κλπ. και να προσαρμόσετε τη συμπεριφορά σας. Προσπαθήστε να μην ασχολείστε με το σύμπτωμα, να μην δείχνετε ότι στενοχωριέστε ούτε να του κάνετε παρατηρήσεις. Να περνάτε χρόνο με το παιδί κάνοντας δραστηριότητες που του αρέσουν. Να το ενθαρρύνετε να αποκτήσει φίλους”.

Αλεξάνδρα Α. Καππάτου

Πηγή: tlife.gr