

Καλοκαιρινές διακοπές και παιδιά

Είναι γεγονός πως φτάνοντας στο κλείσιμο της σχολικής χρονιάς όσοι εργάζονται στον τομέα της εκπαίδευσης (δάσκαλοι, θεραπευτές) διερωτώνται από τους γονείς σχετικά με δραστηριότητες που μπορούν ν'ακολουθήσουν τα παιδιά κατά την διάρκεια αποχής τους από το σχολείο ή την θεραπεία. Είναι σαφές πως δεν υπάρχει μία μόνο σωστή απάντηση καθώς κάθε οικογένεια και κάθε παιδί είναι διαφορετικό μ'αποτέλεσμα να ταιριάζει κάτι άλλο σε κάθε περίπτωση. Το σίγουρο όμως είναι πως όλοι στις διακοπές (μικροί και μεγάλοι) αναζητούμε ξεκούραση και διασκέδαση.

Είναι σημαντικό να εστιάσουμε στην ανάγκη του κάθε παιδιού και τη μοναδική προσωπικότητά του ώστε να το βοηθήσουμε να ζήσει μία χρονική περίοδο όπως ταιριάζει στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του. Τι σημαίνει όμως αυτό πρακτικά;

Ένα δραστήριο και κινητικό παιδί για παράδειγμα θα αναζητήσει αθλητικές δραστηριότητες και γενικά θα θέλει να εκτονώσει το περίσσειμα της ενέργειάς του. Αντίθετα, παιδιά λιγότερο δραστήρια επιθυμούν περισσότερο χρόνο ηρεμίας και αποφόρτισης από ένα χειμερινό γεμάτο πρόγραμμα επομένως ίσως χρειάζονται λίγη απομόνωση και συντροφιά ενός βιβλίου. Όπως και να έχει όμως, με τον έναν ή τον άλλον τρόπο τα περισσότερα παιδιά αναζητούν το παιχνίδι στις διακοπές τους. Είναι σημαντικό επομένως τα παιδιά να βρίσκονται με συνομιλήκους τους και ν' αλληλεπιδρούν μέσω του ελεύθερου παιχνιδιού. Ο Ντόναλντ Γουίνικοντ, παιδοψυχίατρος-ψυχαναλυτής, έχει εξάλλου μιλήσει για την σημαντικότητα του παιχνιδιού μεταξύ των παιδιών και όχι τόσο για εκείνη μεταξύ ενηλίκων-παιδιών η οποία σαφώς είναι σημαντική αλλά προάγει άλλες δεξιότητες.

Επιπλέον τα τελευταία χρόνια έχει αναδειχθεί και αναδυθεί από την επιστημονική-θεραπευτική κοινότητα η σημαντικότητα της πλήξης στα παιδιά καθώς όπως αναφέρει η Dr. Teresa Belton είναι κρίσιμη για την ανάπτυξη «εσωτερικού κινήτρου» στα παιδιά το οποίο οδηγεί στην πραγματική δημιουργικότητα. Η παιδοψυχολόγος Lyn Fry προτείνει στους γονείς να φτιάξουν παρέα με τα παιδιά τους στην αρχή του καλοκαιριού μια λίστα όλων των δραστηριοτήτων που πιθανώς να τα διασκέδαζε κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου των διακοπών. Οι δραστηριότητες μπορούν να είναι απλές ή πιο περίτεχνες ανάλογα το παιδί και την οικογένεια. Με τον τρόπο αυτό αν το παιδί παραπονεθεί πως βαριέται κατά τη διάρκεια των διακοπών θα του πείτε ν'ανατρέξει στην λίστα του.

Είναι σημαντικό στις διακοπές να αφήσουμε τα παιδιά να βγουν λίγο εκτός των συνηθισμένων ρυθμών τους, να λερωθούν παραπάνω, να τρέξουν, να σκαρφαλώσουν, ν'αλληλεπιδράσουν με άλλα παιδιά και ν'απομακρυνθούν από τις οθόνες. Η τήρηση του σταθερού και οριοθετημένου προγράμματος είναι σημαντική ωστόσο το καλοκαίρι μπορούμε να παρεκκλίνουμε λίγο καθώς οι διακοπές εννοούν αυτό που λέει η ίδια η λέξη: «διακόπτω ό,τι κάνω». Η επαναφορά και η προετοιμασία του προγράμματος μπορεί και είναι σημαντικό να πραγματοποιηθεί μία εβδομάδα ή δεκαπέντε ημέρες πριν την έναρξη του σχολείου ανάλογα το κάθε παιδί και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του. Επομένως, απολαύστε το καλοκαίρι, ξεκουραστείτε και ακούστε τις ανάγκες των παιδιών σας βγαίνοντας για λίγο από την επιβαρυσμένη και αυστηρή χειμωνιάτικη ρουτίνα.