

ΟΤΑΝ ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΑΠΟΘΑΡΡΥΝΕΙ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ

Πολλές φορές προσπαθώντας να μην πιέσουμε περαιτέρω ένα **παιδί με έντονο άγχος και δισταγμό μέσα στην τάξη**, υιοθετούμε συμπεριφορές που το προστατεύουν μεν από την έκθεσή του σε αγχώδεις συνθήκες, ενισχύουν δε τις συμπεριφορές αποφυγής, οι οποίες κατευνάζουν το άγχος του παιδιού παροδικά, μοιραία όμως ενισχύουν την απόσυρσή του.

Ως απόρροια, οι συμπεριφορές αποφυγής παγιώνονται, ενισχύοντας παράλληλα την αίσθηση του παιδιού ότι δεν θα καταφέρει να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις για την πιο ενεργή συμμετοχή του στη μαθησιακή διαδικασία.

Κατά συνέπεια το παιδί νιώθει ότι θα εκτεθεί μπροστά στους άλλους, αφήνοντας το **άγχος** του να γίνει εμφανές.

Επιπλέον δεν δοκιμάζει τις δυνατότητές του, με αποτέλεσμα να μειώνεται το **άγχος** του μόνο μέσω της αποφυγής της ενεργούς συμμετοχής του μέσα στην τάξη. Συνθήκη η οποία κατευνάζει παροδικά την έντονη ανησυχία, παίρνοντας με αυτό τον τρόπο ενισχυτικό χαρακτήρα. Ως απόρροια, η συμπεριφορά αυτή παγιώνεται.

Ο/Η εκπαιδευτικός, έχει τη δυνατότητα να ενθαρρύνει το παιδί να μιλήσει μέσα στην τάξη, να του δίνει ευκαιρίες να εξεταστεί προφορικά και να το ενισχύει για τη συμμετοχή του στο μάθημα.

Είναι σημαντικό να αρχίσει να εκτίθεται στις καταστάσεις που του προκαλούν **άγχος**, με σκοπό να αντιληφθεί ότι μπορεί να τα καταφέρει.

Με αυτόν τον τρόπο στοχεύουμε στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησής του, ώστε να αντικατασταθεί η ματαίωση και η αίσθηση αναποτελεσματικότητας, με την επιτυχία και την αίσθηση αυτο-αποτελεσματικότητας.

Επίσης, ο/η εκπαιδευτικός, μέσω της σωστής διαχείρισης τυχόν αποθαρρυντικών συμπεριφορών από την πλευρά των συμμαθητών του, μπορεί να αδράξει την ευκαιρία και να διδάξει στα παιδιά πώς να σέβονται την προσπάθεια του καθενός μέσα στην τάξη, απενοχοποιώντας παράλληλα την έννοια του λάθους.

Συνοψίζοντας, ο/η εκπαιδευτικός είναι ωφέλιμο να δημιουργεί ευκαιρίες για την ενεργή συμμετοχή του παιδιού στη μαθησιακή διαδικασία, να το ενθαρρύνει και να το προτρέπει να μιλάει στην τάξη.

Επίσης είναι σημαντικό να προσπαθεί να προλαμβάνει τις συμπεριφορές αποφυγής, ενισχύοντας συνάμα τις συμπεριφορές προσέγγισης και την αίσθηση επιτυχίας και αυτο-αποτελεσματικότητας.

Μπουγιούρη Ελπίδα
Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας (Pg.Dip.)
Ειδική Αγωγή (Adv.Pg. Dip.)
Ψυχολογία (B.A)

www.eidikospaidagogos.gr