

ΥΓΕΙΑ

ΤΟ ΠΑΙΔΙ και ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ

**Αυτό που χρειάζεται ένα παιδί είναι:
Αγάπη, στοργή, τρυφερότητα,
το καλό παράδειγμα και το παιχνίδι.
Παιδί σημαίνει παίζω!!.**

Εισαγωγή

Το παιχνίδι είναι αντικείμενο με το οποίο παίζουν τα παιδιά, δημιουργώντας έναν φανταστικό κόσμο στον οποίο ζουν την δική τους πραγματικότητα όπως αυτά θέλουν να την βλέπουν και όχι αυτή που τους προσφέρουν οι μεγάλοι. Τα παιχνίδια συντελούν στην πνευματική, ηθική, αισθητική και φυσική διαπαιδαγώγηση. Βοηθούν επίσης το παιδί να γνωρίσει το περιβάλλον και το συντηρίζουν στη σκόπιμη συνειδητή δραστηριότητα. Επίσης αναπτύσσουν τη σκέψη, τη μνήμη, το λόγο και τα συναισθήματα.

Ο τύπος, ο χαρακτήρας, το περιεχόμενο και το σχέδιο ενός παιχνιδιού πρέπει να περιέχουν ψυχαγωγία διαπαιδαγώγηση και εκπαίδευση, ανάλογα με την ηλικία, την ανάπτυξη και τα ενδιαφέροντα του παιδιού.

Το παιδί δεν είναι απλά ένας μικρός ενήλικας. Διαφέρει από αυτόν βιολογικά, γνωστικά και ψυχολογικά.

Θεωρίες

Υπάρχουν πολλές θεωρίες για το τι είναι παιχνίδι, μερικές από αυτές είναι:

A. Η θεωρία της πλεονάζουσας ενέργειας. Η θεωρία του Sciller (Γερμανός ποιητής, φιλόσοφος, ιστορικός και δραματουργός) αναπτύχθηκε επιστημονικά από τον Herbert Spenser (Βρετανός φιλόσοφος και ψυχολόγος του 19ου αιώνα, είναι γνωστός για την επινόηση της φράσης «η επιβίωση του ισχυρότερου») και μας λέει ότι, το παιχνίδι είναι η έκφραση μιας πληροφορικής ενέργειας η οποία συσσωρεύεται (σαν φυσιολογικό προϊόν ενός υγιούς νευρικού συστήματος) στο παιδί και πρέπει να ελευθερωθεί.

B. Η θεωρία της ανακεφαλαίωσης. Ο ψυχολόγος G. Stanley Hall παρατήρησε ότι η παιχνιδιάρικη συμπεριφορά αλλάζει με την ηλικία και σπληνίζονται στο βιογενετικό νόμο του Haeckel, υποστήριξε ότι το παιχνίδι των παιδιών αντανάκλα την πορεία της εξέλιξης από την προϊστορική εποχή ως σήμερα. "Η ιστορία του ανθρώπινου γένους ανακεφαλαιώνεται στην ανάπτυξη του κάθε παιδιού," (Carvey, 1990, σελ. 11). Η θεωρία της "Ανακεφαλαίωσης" αναπτύχθηκε στις αρχές του αιώνα.

Γ. Η θεωρία της κάθαρσης. Η Ψυχαναλυτική θεωρία ή θεωρία της Κάθαρσης, έχει τις ρίζες της στην θεωρία της κάθαρσης του Αριστοτέλη. Κύριος εκπρόσωπος αυτής της θεωρίας είναι ο Ελβετός ψυχολόγος J. Freud, ο οποίος θεωρεί ότι το παιχνίδι δεν είναι απλώς ένα αναπτυξιακό επίτευγμα ή ένα μέσο για να περάσει το παιδί την ώρα του αλλά είναι σημαντικό "γιατί απηχεί τις προσπάθειες του παιδιού να συμφιλιωθεί με τα συγκινησιακά του βιώματα". (Hoxter, 1996, σελ. 95) Αποτελεί μια γέφυρα ανάμεσα στην εσωτερική και εξωτερική πραγματικότητα του παιδιού. Το παιχνίδι παρέχει στο παιδί τη δυνατότητα να αντιμετωπίζει αγχώδεις καταστάσεις με συμβολικό τρόπο (Hoxter, 1996). Η ικανοποίηση των επιθυμιών, που απαγορεύει και απωθεί η συνειδηση. Με αυτόν τον τρόπο γίνεται μια κάθαρση η οποία ανακουφίζει το παιδί από το ψυχικό άγχος.

Δ. Η θεωρία της εξάσκησης ή της αυτοδιαμόρφωσης. Σύμφωνα με τον Groos, «Γερμανός φιλόσοφος K. Groos στην αρχή μελέτησε το παιχνίδι των ζώων (1898) κι αργότερα το παιχνίδι των ανθρώπων (1901)», η φύση έδωσε μια μεγάλη περίοδο ανωριμότητας για να δώσει την ευκαιρία στο παιδί να παίζει. Η ανάγκη για παιχνίδι ξεπηδά στο νέο από την εμφάνιση ενστίκτων, πριν ακόμα να του είναι χρήσιμα για βασικές ανάγκες της ζωής του. Αυτή άλλωστε είναι και η βασική διαφορά ανάπτυξης ανάμεσα στον άνθρωπο και στα ανώτερα ζώα. Πολλοί θεωρούν ότι το παιχνίδι είναι ένστικτο όπως επίσης παρατηρείται και στα ανώτερα ζώα. Σχετικά με αυτήν τη θεωρία είναι και η άποψη που έχουν αναπτύξει άλλοι, πως οι ενστικτώδεις ορμές θα πρέπει να βρουν κάποια διέξοδο, γιατί διαφορετικά όταν μένουν ανέκφραστες θα

προξενήσουν ζημιά στο άτομο. Τα διάφορα παιχνίδια προετοιμάζουν κατάλληλα το παιδί για να αντιμετωπίσει τις ανάγκες της ζωής.

E. Η θεωρία της ανάπαυλας. Όταν το παιδί νιώσει κουρασμένο, καταφεύγει στο παιχνίδι για να βρει ηρεμία, γαλήνη, ευχαρίστηση και ξεκούραση.

Z. Η θεωρία της επιτυχίας, του P. Janet. Το παιδί παίζει (κυρίως στο ομαδικό παιχνίδι), για να κερδίσει και να χαρεί.

«Το παιχνίδι είναι η πραγματοποίηση της μάθησης μέσα από την πράξη» (Feeney, Christensen, & Morganvil, 1996) «Το παιχνίδι είναι αυτή η συναρπαστική δραστηριότητα στην οποία συμμετέχουν υγιή παιδιά με ενθουσιασμό και ανεμελιά» (Scales et al., 1991). Για τα διάφορα παιδικά παιχνίδια των αρχαίων Ελλήνων η σπουδαιότερη πηγή ειδήσεων ήταν το «ονομαστικών» του Πολυδεύκη. «Οι Διόσκουροι (> Διός+ Κούροι), ο Κάστωρ και ο Πολυδεύκης, ήταν παιδιά (δίδυμα) του Δία και της Λήδας και αδέρφια της ωραίας Ελένης. Ήταν θεοί του φωτός και προσωποποιούσαν για τους Έλληνες την εντιμότητα, τη γενναιοψυχία, την τόλμη, την ευγένεια και την αρετή. Ήταν προστάτες των καραβιών και των ναυτικών».

Πολυδεύκης επίσης, είναι το ιδιαίτερο όνομα του φωτεινότερου αστέρα στον αστερισμό Δίδυμοι, του β Διδύμων (*beta Geminorum*, β Gem), πηγή: <http://el.wikipedia.org/wiki/>

Πολλά παιδικά παιχνίδια είχαν αγωνιστικό χαρακτήρα, άλλα ήταν ατομικά και άλλα ομαδικά, μερικά από αυτά μπορεί να είχαν σαν βάση το «άθλημα» (κάθε πράγμα που παίζουν και διασκεδάζουν τα παιδιά).

Τα κυριότερα παιδικά παιχνίδια από αρχαιοτάτων χρόνων ήταν:

Αμαξίς (αμάξι ή καρότσα)
Ο τροχός ή κρίκος (το στεφάνι)

Η πλαταγή – πλαταγώνιον- κρεμάλα- κρόταλα (τα κουδουνάκια) το χρησιμοποιούσαν οι μητέρες για τα νήπια.

Αι νύμφαι ή κόραι (οι κούκλες)

Αι πλαγόνες ή νευδοσπαστα (η σβούρα) και Αστράγαλοι (κότσια ή βασιλιάδες)

Ακούνητα, αμίλητα, αγέλαστα και τα αγαλματάκια.

Η Αιώρα (κουίνια)

Κλέφτες και αστυνόμοι

Το «κρυφό», το κυνηγητό, και το κουτσό-κουτσό, κ.α.

Το υλικό του παιχνιδιού

Στην αρχή τα παιχνίδια ήταν ευρήματα των ίδιων των παιδιών, δημιουργήθηκαν μέσα από τη φαντασία τους και τυποποιήθηκαν μετά την πάροδο των χρόνων- αιώνων.

Υλικό των παιχνιδιών στις μέρες μας αποτελεί το χαρτί, το πλαστικό, το ύφασμα, κ.α. Πριν χρησιμοποιηθεί το υλικό, στέλνεται για έλεγχο τοξικότητας. Επίσης πριν κατασκευαστεί ένα παιχνίδι ελέγχεται από τους κατασκευαστές. Ανάλογα με την ηλικία των παιδιών που προορίζεται γίνεται ο αντίστοιχος έλεγχος, π.χ. για παιδιά μικρής ηλικίας, ελέγχουν όλα τα κομμάτια του παιχνιδιού με ένα σωλήνα που έχει διάμετρο, τη διάμετρο του λάρυγγα ενός παιδιού. Για να είναι κατάλληλο το παιχνίδι, παραγωγή και κατανόηση, πρέπει κανένα από τα κομμάτια να μην περνά το σωλήνα.

Η κατασκευαστική εταιρία εκτός από το κόστος λαμβάνει πάντα υπόψη της και τον παράγοντα «παιδί».

Η κατασκευαστική εταιρεία είναι υποχρεωμένη να αναγράφει εξωτερικά σε κάθε παιχνίδι για ποια ηλικία είναι κατάλληλο, επίσης πρέπει να γράφει εάν είναι ατομικό ή ομαδικό και τι επιτυχαίνουμε με αυτό το παιχνίδι, π.χ. Το παιχνίδι κουίζ, από 8-98 ετών, ομαδικό παιχνίδι, παιχνίδι ευστροφίας, για ταξίδια, εκδρομές και πάρτι.

Τα μωρά έχουν ανάγκη από παιχνίδια γερά, ακίνδυνα και με ζωηρά χρώματα. Πρέπει να μπορούν να καθαρίζονται εύκολα.

Για παιδιά από **1-7 ετών** έχουμε μεγάλα γερά παιχνίδια

δια με διάφορα σχήματα και χρώματα. Απλά πάζλ, πλαστελίνη, πηλός (μείγμα αργίλου, χαλάζια, καολίνη, ασβεστόλιθο). Επίσης χαρτόνια, κέντημα και ξύλινες χάντρες για να περαστούν σε κλωστή.

Τα παιχνίδια κατασκευών διασκεδάζουν τα παιδιά ως την εφηβεία. Το κατασκευαστικό παιχνίδι συμβάλλει στην εξέλιξη της νοημοσύνης, της έννοιας του χώρου, της μνήμης των στατιστικών και μηχανικών νόμων.

Από 7 ετών ως την εφηβεία χρησιμοποιούν το ίδιο υλικό απλά το μεταχειρίζονται διαφορετικά.

Το υλικό πρέπει να έχει χαρακτήρα υποκίνησης του παιδιού, να το οδηγεί σε γνωστικές λειτουργίες και επιδόσεις χωρίς εξωτερική παρακίνηση.

ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ το ΠΑΙΔΙ και το ΠΑΙΧΝΙΔΙ

Ο σωστός γονιός ποτέ δεν εμποδίζει το παιδί του να παίζει, αλλά αντίθετα το παρακινεί να παίζει όσο πιο πολύ μπορεί μαζί με τα παιχνίδια του. Γι αυτό θα πρέπει να φροντίζει και να προστατεύει το παιδί από τραυματισμούς, δηλητηριάσεις και από μικροατυχήματα που μπορούν να συμβούν στο κάθε παιδί.

Παράλληλα θα πρέπει να φροντίζει ο γονιός και να βάζει την τάξη κάθε φορά που το παιδί κάνει ζημιές και φασαρίες.

Αν απαγορεύσουμε σε ένα παιδί να παίζει ακολουθούμε την πιο εύκολη και καταπιεστική λύση. Αυτό όμως μπορεί να αποβεί μοιραίο και να έχει δυσάρεστες επιδράσεις στη διαμόρφωση του ψυχισμού του. Παρασύρει τους γονείς, στην καταπάτηση του δικαιώματος του παιδιού για παιχνίδι, ο φόβος που πηγάζει από την αγωνία για το μέλλον του παιδιού και η συνθημισμένη ερώτηση τους είναι: « Πως θα μπορέσει το παιδί μου να μάθει κάτι όταν παίζει ολόκληρη την ημέρα; Θα μπορέσει να περάσει ποτέ τις εξετάσεις του;» Ο ψυχολόγος Neil Miller απαντά πως «αν επιτρέπεται στο παιδί σας να παίζει όσο θέλει, θα προετοιμαστεί εντατικά δυο χρόνια για τις εξετάσεις του και θα μπορέσει να τις περάσει, αλλά σε ένα σχολείο όπου το παιχνίδι δεν υπολογίζεται για σημαντικός παράγοντας της ζωής του παιδιού, θα χρειαστεί φυσικά 5,6 και 7 χρόνια για τις εξετάσεις».

Μερικές φορές συμβαίνει, το παιδί ή ο νέος να μη θέλει να περάσει κάποιες εξετάσεις αλλά να επιθυμεί να γίνει κάτι άλλο όπως χορευτής μπαλέτου ή ραδιοτεχνίτης. Αλλά σύμφωνα πάντα με τον ψυχολόγο Neil Miller πίσω από την άρνηση του παιχνιδιού κρύβεται και μια ασαφής ηθική, σύμφωνα με την οποία είναι κακό να είναι κανένας παιδί. Αυτή η ηθική φαίνεται καθαρά στην παρότρυνση: «έλα τώρα, μην φέρεσαι σαν παιδί!!», την οποία οι μεγαλύτεροι με τόση ευχαρίστηση κάνουν στους νεότερους.

Γονείς που δεν θυμούνται τις λαχτάρες της δικής τους παιδικής ηλικίας, όταν δεν μπορούσαν να παίζουν και να αφήνουν ελεύθερη τη φαντασία τους, δεν γίνονται καλοί γονείς.

Ένα παιδί που έχασε την ικανότητα να παίζει, είναι ψυχικά νεκρό και αποτελεί κίνδυνο για κάθε άλλο παιδί με το οποίο έρχεται σε επαφή. Όταν το παιδί νιώθει τις απαγορευτικές εντολές των μεγάλων να το ακολουθούν σε κάθε του βήμα, μεγιστοποιείται μέσα του η επιθυμία να ανεξαρτητοποιηθεί και να αναπτύξει μια δική του όραση μέσα σε ένα κλίμα ελευθερίας. Την πολύτιμη αυτή ελευθερία του, την εξασφαλίζει κατά κύριο λόγο το ομαδικό παιχνίδι. Μέσα από αυτό δοκιμάζει και ασκεί όλες τις δυνάμεις του, ξεφεύγοντας για λίγο από την καταπιεστική κηδεμονία των μεγάλων. Ο ελεύθερος χρόνος για το παιδί είναι μια ευκαιρία να παίζει, σαν μια ανάσα από την πολύωρη εργασία στο σχολείο. Άλλωστε η εναλλαγή βοηθά καλύτερα την πνευματική του ανάπτυξη, τη συναισθηματική του ωριμότητα και τονώνει την αίσθηση της ελευθερίας του. Το παιδί εκπαιδεύει την φαντασία του, μαθαίνει να κερδίζει και να χάνει, αλλά και να βάζει στόχους και να τους επιτυχαίνει, επίσης μαθαίνει τις χαρές και τις λύπες της ζωής.

**Στεργιανή Παπλιάκα
Νοσηλεύτρια - Εκπαιδευτικός**

