

Πρόλογος στην ελληνική έκδοση

Με μεγάλη χαρά και ενδιαφέρον ανέλαβα την επιμέλεια του βιβλίου των Geldard και Geldard, *Η συμβουλευτική ψυχολογία στα παιδιά: Θεωρία – εφαρμογές*. Πρόκειται για ένα χρήσιμο βιβλίο, το οποίο απευθύνεται σε όσους ασχολούνται με τη συμβουλευτική ψυχολογία. Το συγκεκριμένο έργο συνεχίζει την ενδιαφέρουσα σειρά της συμβουλευτικής ψυχολογίας.

Είναι γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια η ελληνική βιβλιογραφία έχει εμπλουτιστεί με αρκετά εγχειρίδια συμβουλευτικής ψυχολογίας, τα οποία καλύπτουν τη θεωρία και την άσκησή της. Ωστόσο οι συμβουλευτικές προσεγγίσεις που περιγράφονται σε αυτά έχουν κυρίως εφαρμογή σε ενήλικες.

Τα τελευταία 25 με 30 χρόνια ειδικοί και μη συνειδητοποιούν όλο και περισσότερο ότι τα παιδιά δεν μπορούν να προσεγγιστούν και να βοηθηθούν συμβουλευτικά, κυρίως από την άποψη της μεθοδολογίας, με τον ίδιο ακριβώς τρόπο που προσεγγίζονται και οι ενήλικοι. Ιδιαίτερα στην εποχή μας, όπου στα γνωστά αναπτυξιακά προβλήματα των παιδιών έχουν προστεθεί –ή εμφανίζονται εντονότερα– και άλλα προβλήματα, όπως η κρίση της οικογένειας, η εγκατάλειψη, η βία, η φτώχεια και η σεξουαλική κακοποίηση, ο ρόλος της συμβουλευτικής κρίνεται επιτακτικός.

Πολλοί είναι οι επιστήμονες και οι ειδικοί, από διάφορους επαγγελματικούς χώρους, οι οποίοι εμπλέκονται αναπόφευκτα στη συμβουλευτική υποστήριξη των παιδιών. Η υποστήριξη αυτού του είδους απαιτεί καλή θεωρητική γνώση και απαραίτητως την κατάλληλη εξάσκηση και εποπτεία. Αυτά επιχειρεί να προσφέρει το παρόν βιβλίο: μια ολοκληρωμένη θεωρητική προσέγγιση και συγχρόνως έναν πρακτικό οδηγό για όσους επιθυμούν να ασχοληθούν θεραπευτικά με τα παιδιά.

Οι συμβουλευτικές εφαρμογές στα μικρά παιδιά αποσκοπούν να τα κάνουν πιο χαρούμενα και ευτυχισμένα. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με τη βοήθεια που θα τους δοθεί έτσι ώστε να νιώσουν καλύτερα, να αποδεχθούν τον εαυτό τους με τις αδυναμίες και τις δυνατότητές τους, να αλλάξουν συμπεριφορές που έχουν αρνητικές επιπτώσεις για τα ίδια και για τους άλλους γύρω τους, να διαχειριστούν δύσκολες και επώδυνες καταστάσεις, και γενικά να ενισχυθούν στις προσπάθειές τους για βελτίωση και αξιοποίηση των δυνατοτήτων τους, προκειμένου να προσαρμοστούν καλύτερα στο περιβάλλον αλλά και να διακριθούν για τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους γνωρίσματα.

Παρόλο που αρκετοί στοχαστές από αρχαιότατων χρόνων ασχολήθηκαν εν μέρει με την παιδική ηλικία (όπως αρκετοί αρχαίοι Έλληνες φιλόσοφοι), το επιστημονικό ενδιαφέρον για τη μελέτη της ουσιαστικά εμφανίστηκε τον 17ο αιώνα. Τον ίδιο αιώνα άρχισαν να αλλάζουν και οι στάσεις των ανθρώπων απέναντι στην παιδική ηλικία, με το παιδί να αντιμετωπίζεται πλέον ως ξεχωριστό άτομο, με δική του υπόσταση. Φιλόσοφοι όπως ο Jean Jacques Rousseau και ο John Locke άρχισαν να διευρύνουν τις ιδέες τους γύρω από τη φύση και την εκπαίδευση των παιδιών και τα γραπτά τους επηρέασαν σημαντικά τη μετέπειτα θεωρία και πρακτική στην εκπαίδευση. Τον 18ο αιώνα άρχισε η συστηματικότερη μελέτη των παιδιών μέσα από την παρατήρηση. Τα γραπτά του Δαρβίνου, στα μέσα του 19ου αιώνα, σηματοδότησαν την αρχή της επιστημονικής μελέτης της παιδικής συμπεριφοράς. Οι παρατηρήσεις του στον μεγαλύτερο γιο του, τις οποίες κατέγραφε καθημερινά, αποτελούν μια από τις πρώτες συστηματικές περιγραφές της βρεφικής ανάπτυξης.

Η επιστημονική μελέτη της παιδικής ηλικίας σημείωσε εντυπωσιακή πρόοδο κατά τον 20ό αιώνα. Αναπτύχθηκαν θεωρίες και επινοήθηκαν καλύτερες, πιο λεπτομερείς και ευαίσθητες ερευνητικές μέθοδοι. Ιδιαίτερη έμφαση στην παιδική ηλικία δόθηκε από τη στιγμή που έγινε αντιληπτό ότι μεγάλο μέρος της συμπεριφοράς μας ως ενηλίκων μπορεί να γίνει κατανοητό αν ανατρέξουμε στις ρίζες της εξέλιξής μας. Ξεχωριστή θεωρείται η συμβολή του Sigmund Freud, ο οποίος έδωσε έμφαση στα βιώματα της παιδικής ηλικίας και στην επίδρασή τους στη διαμόρφωση της προσωπικότητας. Εκτός από αυτόν, και πολλές άλλες μεταγενέστερες θεωρίες για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας προσέγγισαν τη μελέτη της παιδικής συμπεριφοράς και έδωσαν τις δικές τους ερμηνείες γι' αυτήν, βάσει των οποίων ανέπτυξαν τους δικούς τους τρόπους θεραπευτικής προσέγγισης των μικρών παιδιών.

Αναφορικά με τις θεραπευτικές προσεγγίσεις που έχουν αναπτυχθεί, θα πρέπει κατ' αρχάς να σημειωθεί ότι τα περισσότερα μικρά παιδιά εμφανίζουν μειζονος ή ήσσονος σοβαρότητας ψυχολογικά προβλήματα τα οποία απορρέουν από φοβίες ή άλλες αγχογόνες καταστάσεις. Στις περισσότερες περιπτώσεις τα προβλήματα είναι δυνατόν να εξαφανιστούν από τη μια στιγμή στην άλλη δίχως καμιά ψυχοθεραπευτική παρέμβαση. Ορισμένες σοβαρότερες συναισθηματικές διαταραχές όμως, που αντανακλούν βαθιά συναισθηματική δυσπροσαρμοστικότητα, ίσως να μην υποχωρούν τόσο εύκολα. Τέτοιου είδους προβλήματα, που συχνά έχουν τις ρίζες τους σε δύσκολες και στενόχωρες οικογενειακές καταστάσεις, χρήζουν ιδιαίτερης αντιμετώπισης από ειδικούς, οι οποίοι θα βοηθήσουν το παιδί να αποκαλύψει τις εσωτερικές του συγκρούσεις έτσι ώστε να μπορέσει να τις διαχειριστεί.

Υπάρχουν πολλές σχολές ψυχοθεραπείας –καθεμιά με τη δική της θεωρία, έννοιες και τεχνικές– και όλες μπορούν δίκαια να ισχυριστούν ότι είναι αποτελεσματικές. Στο δεύτερο μέρος του βιβλίου γίνεται αναφορά στις κυριότερες. Παρά τις μεταξύ τους διαφορές, οι περισσότεροι ψυχοθεραπευτές των διαφορετικών θεωρητικών προσεγγίσεων υποστηρίζουν ότι, τουλάχιστον όσον αφορά τις βασικές αρχές της ψυχοθεραπείας, δεν υπάρχουν μεγάλες αποκλίσεις ως προς τις εφαρμογές τους σε παιδιά και ενήλικους¹. Ωστόσο η πρακτική εφαρμογή της συμβουλευτικής προσέγγισης των μικρών παιδιών απαιτεί μια άλλη μεθοδολογία, η οποία αναπτύσσεται ξεκάθαρα και με συγκεκριμένα παραδείγματα στο παρόν βιβλίο.

Ως γνωστόν, για να χτιστεί μια καλή σχέση αμοιβαίας εμπιστοσύνης μεταξύ συμβούλου και παιδιού, η οποία θα εγγυηθεί την επιτυχία της όλης συμβουλευτικής προσπάθειας, θα πρέπει να συντρέχουν ορισμένοι ειδικοί παράγοντες, οι οποίοι σχετίζονται με τη συμπεριφορά του συμβούλου, τη μεθοδολογία που θα ακολουθηθεί, το περιβάλλον στο οποίο θα πραγματοποιηθεί η συμβουλευτική προσέγγιση και τις τεχνικές που θα χρησιμοποιηθούν.

Ως προς τη συμπεριφορά τους, οι σύμβουλοι-ψυχοθεραπευτές πρέπει να διαθέτουν ορισμένα χαρακτηριστικά τα οποία συμβάλλουν αποδεδειγμένα στη θετική έκβαση της όποιας βοηθητικής προσπάθειας. Τα χαρακτηριστικά αυτά είναι η ενσυναίσθηση, το ειλικρινές ενδιαφέρον και

1. Reisman, J.M. & Ribordy, S. (1993). *Principles of psychotherapy with children* (2nd edition). Lexington, MA: Lexington Books.

ο σεβασμός για το παιδί και για ό,τι του συμβαίνει, η χωρίς όρους αποδοχή του, καθώς και η αυτογνωσία του συμβούλου. Τα παραπάνω χαρακτηριστικά του συμβούλου είναι εύκολο να φανούν από τη στάση του. Επιπρόσθετα όμως ο σύμβουλος θα πρέπει να διατηρεί μια σταθερά φιλική σχέση με το παιδί καθ' όλη τη διάρκεια της συμβουλευτικής διαδικασίας, η οποία μπορεί να διαρκέσει και αρκετό χρόνο.

Η καλή γνώση του εαυτού του από το σύμβουλο οδηγεί στη γνησιότητα. Αυτή με τη σειρά της συμβάλλει στη δημιουργία ενός ζεστού, μη απειλητικού, φιλικού κλίματος συνεργασίας, όπου το παιδί θα νιώσει ότι δεν απειλείται και έτσι θα μπορέσει να εκφραστεί ελεύθερα και να αφηγηθεί την ιστορία του. Μερικά από τα θεραπευτικά μέσα που περιγράφονται στο τέταρτο μέρος του βιβλίου θα ενισχύσουν αυτή την προσπάθεια.

Όσον αφορά την ακολουθούμενη *μεθοδολογία*, επισημαίνονται κάποιες διαστάσεις οι οποίες θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη στη συμβουλευτική των μικρών παιδιών: (α) η κατάλληλη επιλογή μεταξύ ατομικής ή ομαδικής προσέγγισης· (β) το γνωστικό, κοινωνικό και συναισθηματικό αναπτυξιακό επίπεδο στο οποίο βρίσκεται το παιδί· (γ) οι δεξιότητες τις οποίες πρέπει να διαθέτει ο σύμβουλος για να το προσεγγίσει· και (δ) η συμβουλευτική διαδικασία και τα στάδια από τα οποία θα πρέπει να περάσει.

α. Η συμβουλευτική των μικρών παιδιών σε ατομικό επίπεδο μπορεί να βοηθήσει να ξεπεραστούν δυσκολίες που έχουν τις ρίζες τους σε περίπλοκες οικογενειακές σχέσεις, αποκαλύπτοντας τις βασικές συνειδητές και ασυνειδήτες εσωτερικές συγκρούσεις και διευκολύνοντας τον χειρισμό τους. Η ομαδική συμβουλευτική, από την άλλη πλευρά, αποτελεί μια ιδιαίτερα αποτελεσματική προσέγγιση, καθ' όσον το παιδί ενδιαφέρεται για την ανθρώπινη αλληλεπίδραση. Μέσα στην ομάδα το παιδί δοκιμάζει την επιθετικότητα, τον θυμό και την αγάπη, και ανακαλύπτει τα όριά του. Η ομαδική συμβουλευτική είναι ιδιαίτερα αποτελεσματική με μικρότερης ηλικίας παιδιά, τα οποία χαίρονται να συμμετέχουν σε ομάδες, έχουν αρκετά ανεπτυγμένη κοινωνικότητα και επιπλέον μαθαίνουν πώς να αλληλεπιδρούν με άλλα πρόσωπα. Μέσα στην ομάδα το μικρό παιδί έχει την ευκαιρία να αντιληφθεί τις ελπίδες, τους φόβους αλλά και την επιρροή που μπορεί να ασκήσει στους άλλους. Η ομάδα το βοηθά να αντιμετωπίσει καλύτερα τα προβλήματά του. Το παιδί μαθαίνει ότι δεν είναι μόνο του και ότι η ομάδα θα το υποστηρίξει συναισθηματικά, ηθικά, πρακτικά στην επί-

λυση των προβλημάτων του. Σε κάθε περίπτωση έχει την ευκαιρία να αποκτήσει αυτογνωσία και ενσυναίσθηση για τους όμοιούς του.

- β. Η συμβουλευτική προσέγγιση θα πρέπει να λαμβάνει σοβαρά υπόψη το γνωστικό, κοινωνικό και συναισθηματικό αναπτυξιακό επίπεδο στο οποίο βρίσκεται το παιδί. Τα παιδιά στις μικρές ηλικίες αναπτύσσονται με διαφορετικούς ρυθμούς. Υπάρχουν, για παράδειγμα, παιδιά της πρώτης σχολικής ηλικίας των οποίων οι γνωστικές ικανότητες κυμαίνονται από την πλήρη άγνοια της σύνδεσης αιτίου-αιτιατού έως την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων με τη χρήση αφαιρετικής σκέψης². Αρκετές διαφορές παρατηρούνται επίσης στα μικρά παιδιά ως προς την αναγνώριση και την έκφραση των συναισθημάτων. Τέλος, και στον κοινωνικό τομέα, τα παιδιά διαφέρουν ως προς την ευκολία με την οποία δημιουργούν και διατηρούν σχέσεις με συνομηλίκους αλλά και ενηλίκους.
- γ. Μεγάλη είναι και η σπουδαιότητα των βασικών δεξιοτήτων που πρέπει να χειρίζεται με άνεση ο σύμβουλος. Το τρίτο μέρος του βιβλίου είναι αφιερωμένο στις βασικές δεξιότητες που χρησιμοποιούνται στη συμβουλευτική προσέγγιση των μικρών παιδιών και είναι εμπλουτισμένο με πολλά και ζωντανά παραδείγματα. Ειδικότερα, προτείνονται συγκεκριμένοι τρόποι συμβουλευτικής που έχουν στόχο να βοηθήσουν το παιδί να εκφραστεί, να αφήσει ελεύθερα τα συναισθήματά του και να μάθει νέους τρόπους σκέψης, οι οποίοι θα το διευκολύνουν να αναπτύξει θετικά συναισθήματα για τον εαυτό του και τους άλλους και να αλλάξει τη συμπεριφορά του.
- δ. Η συμβουλευτική διαδικασία με μικρά παιδιά περιλαμβάνει διάφορες επιμέρους διεργασίες, οι οποίες περιγράφονται στο έκτο κεφάλαιο του δεύτερου μέρους. Οι διεργασίες αυτές αλληλεπιδρούν για να διαμορφώσουν τελικά μια ενοποιημένη θεραπευτική διαδικασία. Οι συγγραφείς παραθέτουν μια σειρά τέτοιων διεργασιών (σχήμα 5.1), οι οποίες μάλιστα είναι χωρισμένες και σε εξελικτικά θεραπευτικά στάδια, τονίζουν ωστόσο ότι δεν ισχύουν όλες για κάθε παιδί, γιατί το κάθε περιστατικό είναι μοναδικό.

Το *περιβάλλον* στο οποίο θα λάβει χώρα η συμβουλευτική παρέμβαση πρέπει να είναι φιλικό προς το παιδί και να μη διαφέρει πολύ από τα ήδη γνωστά σε αυτό πλαίσια. Η επίδραση του φυσικού περιβάλλο-

2. Hornby, G., Hall, C., & Hall, E. (2003). *Counselling pupils in schools. Skills and strategies for teachers*. London: Routledge-Falmer.

ντος στην ψυχική διάθεση του παιδιού είναι αποδεδειγμένη³. Επειδή λοιπόν οι σύμβουλοι ενδέχεται να προσεγγίζουν τα παιδιά σε διάφορους χώρους, όπως είναι το σχολείο ή και το σπίτι τους, το παρόν βιβλίο προτείνει μεθόδους και υλικά κατάλληλα να χρησιμοποιηθούν σε διάφορα πλαίσια. Ιδανικά, η συμβουλευτική σχέση και το όλο συμβουλευτικό περιβάλλον θα πρέπει να διευκολύνουν την απόκτηση νέων, εποικοδομητικών και προσαρμοστικών συμπεριφορών οι οποίες θα αντικαταστήσουν τις προηγούμενες δυσπροσαρμοστικές και ανεπαρκείς αντιδράσεις.

Μια από τις πιο διαδεδομένες τεχνικές στη συμβουλευτική προσέγγιση των μικρών παιδιών είναι το παιχνίδι. Το παιχνίδι ως θεραπευτικό μέσο χρησιμοποιήθηκε αρχικά από την ψυχαναλυτική ψυχοθεραπεία. Η Anna Freud υπήρξε από τις πρώτες ειδικούς που αναγνώρισαν τη θεραπευτική διάσταση του παιχνιδιού, το οποίο παρατήρησε συστηματικά στην προσπάθειά της να κατανοήσει το παιδί και τις εσωτερικές του συγκρούσεις. Γενικότερα αναγνωρίζεται ότι το παιχνίδι δίνει στο παιδί τη δυνατότητα να εκφράσει ελεύθερα τα συναισθήματά του (π.χ. σε μια κούκλα ή άλλο αντικείμενο). Στο τέταρτο μέρος του βιβλίου περιγράφονται διάφορες δραστηριότητες που εντάσσονται στην παιγνοθεραπεία, τις οποίες μπορεί να χρησιμοποιήσει ο ευαισθητοποιημένος ενήλικος όταν προσπαθεί να κατανοήσει και να βοηθήσει ένα μικρό παιδί.

Το βιβλίο αυτό παρουσιάζει τη θεωρία και την πρακτική συμβουλευτική προσέγγιση των μικρών παιδιών με απλό και κατανοητό τρόπο. Περιλαμβάνει τις κυριότερες θεωρίες της ψυχολογίας και των εξελικτικών σταδίων των παιδιών, καθώς και τους στόχους της συμβουλευτικής τους προσέγγισης.

Οι συγγραφείς, Kathryn και David Geldard, έχουν μακρόχρονη και αξιοσημείωτη εμπειρία στη συμβουλευτική ενασχόληση με τα παιδιά και τις οικογένειές τους, αλλά και στην εκπαίδευση και κατάρτιση ατόμων που ασχολούνται θεραπευτικά με παιδιά και εφήβους.

Το παρόν βιβλίο αποτελεί ένα χρήσιμο εργαλείο στα χέρια ειδικών που εκπαιδεύουν ψυχολόγους, παιδαγωγούς και άλλες ειδικότητες επαγ-

3. Μαλικιώση-Λοϊζου, Μ. (1993). Ο ρόλος του φυσικού και κοινωνικού σχολικού περιβάλλοντος στη διαμόρφωση της προσωπικότητας του παιδιού. *Νέα Παιδεία*, 67, 41-54. Maslow, A.H. & Mintz, N.L. (1956). Effects of aesthetic surroundings: I. Initial effects of three esthetic conditions upon perceiving "energy" and "well-being" in faces. *Journal of Psychology*, 41, 247-254.

γελματιών οι οποίοι προσπαθούν να διευκολύνουν τη συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών. Στο τελευταίο μάλιστα μέρος υπάρχουν πολλά φύλλα εργασίας, τα οποία επιδιώκουν να συμβάλουν στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης των παιδιών. Οι σύμβουλοι που θέλουν μπορούν να τα φωτοτυπήσουν και να τα χρησιμοποιήσουν για τις δικές τους ανάγκες.

Σημειώνεται ότι οι όροι *σύμβουλος*, *ψυχοθεραπευτής* και *σύμβουλος-ψυχοθεραπευτής* χρησιμοποιούνται εναλλακτικά για να δηλώσουν τον ειδικό που προσεγγίζει συμβουλευτικά το παιδί. Επιλέξαμε συνειδητά το αρσενικό γένος, τόσο γιατί με τους παραπάνω όρους συνήθως προσδιορίζεται ο άνθρωπος όσο και επειδή η εναλλαγή αρσενικού και θηλυκού γένους θα προκαλούσε σύγχυση. Πάντως δεν αποκλείσαμε εντελώς τη χρήση του θηλυκού, ειδικά στα παραδείγματα.

Από την εμπειρία της θητείας μου για πολλά χρόνια σε ένα πανεπιστημιακό τμήμα το οποίο προετοιμάζει τους μελλοντικούς παιδαγωγούς που θα ασχοληθούν με παιδιά προσχολικής ηλικίας, πιστεύω ότι το βιβλίο αυτό θα φανεί εξαιρετικά χρήσιμο στους φοιτητές μας, σε πολλούς ειδικούς επιστήμονες και στους γονείς, και θα προσφέρει καινούργιες προοπτικές στη συμβουλευτική των παιδιών. Έχω τη βεβαιότητα ότι θα συμβάλει στην καλύτερη κατανόηση του τρόπου με τον οποίο πρέπει να προσεγγίζονται τα μικρά παιδιά έτσι ώστε να ενταχθούν ευκολότερα στο σχολικό και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, και να ξεπεράσουν τις εσωτερικές αναστολές τους και τις όποιες άλλες δυσκολίες τους.

Αθήνα, Αύγουστος 2004

ΜΑΡΙΑ ΜΑΛΙΚΙΩΣΗ-ΛΟΪΖΟΥ

Καθηγήτρια Ψυχολογίας Πανεπιστημίου Αθηνών
Τμήμα Εκπαίδευσης και Αγωγής στην Προσχολική Ηλικία