

Το παιχνίδι σε κίνδυνο! Τι είναι το παιχνίδι και ποια είναι η σημασία του;

Αν και όλοι μπορούμε εύκολα να αναγνωρίσουμε το τι είναι παιχνίδι, ο ορισμός του είναι αρκετά δύσκολος μιας και παίρνει τόσες πολλές διαφορετικές μορφές. Το παιχνίδι αποτελεί μια φυσική συμπεριφορά για τα παιδιά, η οποία είναι αυθόρμητη και εσωτερικά υποκινούμενη. Το παιχνίδι είναι "αυτό που κάνουν τα παιδιά και οι νέοι άνθρωποι, όταν ακολουθούν τις δικές τους ιδέες, με το δικό τους τρόπο και για τους δικούς τους λόγους". Το παιχνίδι είναι ένας από τους τρόπους που τα παιδιά μαθαίνουν τον εαυτό τους και τους ανθρώπους γύρω τους και εξερευνούν το περιβάλλον τους. Ειδικοί από τους τομείς της ιατρικής, της ψυχολογίας και της παιδαγωγικής υποστηρίζουν τη μεγάλη σημασία του παιχνιδιού για τη υγεία, την ανάπτυξη και τη μάθηση των παιδιών. Το 1989 τα Ηνωμένα Έθνη αναγνώρισαν το παιχνίδι ως δικαίωμα όλων των παιδιών, υπογραμμίζοντας το θεμελιώδη του ρόλο στην παιδική ηλικία.

Το παιχνίδι είναι κεντρικό για:

- την υγιή ανάπτυξη
- τη σωματική υγεία
- την ψυχική υγεία και ευτυχία
- τη μάθηση και εκπαίδευση
- την αλληλεπίδραση, συνεργασία και κοινωνικοποίηση με συνομηλίκους
- τη συναισθηματική ανθεκτικότητα και αυτοπεποίθηση

Το παιχνίδι δεν βοηθά μόνο σε ατομικό επίπεδο αλλά και σε κοινωνικό. Έρευνες έχουν δείξει πως το παιχνίδι προωθεί την κοινωνική συνοχή, βοηθάει τη δημιουργία άτυπων δικτύων στήριξης για όλα τα μέλη της οικογένειας και αποτελεί παράγοντα πρόληψης της αντικοινωνικής συμπεριφοράς. Το παιχνίδι σε ύφεση Παρά την ευρέως αναγνωρισμένη σημασία του παιχνιδιού, τα τελευταία χρόνια έχει παρατηρηθεί μια σημαντική μείωση του χρόνου που παίζουν τα παιδιά, καθώς και μια ποιοτική αλλαγή του παιχνιδιού τους. Το ελεύθερο, αδόμητο, αυτοκατευθυνόμενο παιχνίδι των παιδιών και ιδιαίτερα το παιχνίδι σε εξωτερικούς χώρους, έχει περιοριστεί δραστικά.

Η μείωση αυτή έχει συσχετιστεί με τους παρακάτω παράγοντες:

α) Έλλειψη χρόνου για παιχνίδι. Ο περιορισμένος ελεύθερος χρόνος των γονέων επηρεάζει το χρόνο παιχνιδιού των παιδιών, μιας και τα παιδιά σπάνια πια παίζουν χωρίς να έχουν την επίβλεψη ενηλίκων. Ο χρόνος των παιδιών όμως περιορίζεται ακόμη περισσότερο από την ενασχόληση τους με την τηλεόραση ή τα ηλεκτρονικά παιχνίδια, αλλά και από τον αυξημένο προγραμματισμό του χρόνου τους με δομημένες, κατευθυνόμενες από ενηλίκους δραστηριότητες.

β) Έλλειψη χώρων παιχνιδιού. Ειδικά όταν μιλάμε για εξωτερικούς χώρους παιχνιδιού, από τη μια η χώροι αυτοί είναι πολύ λίγοι και από την άλλη είναι συχνά κακοσυντηρημένοι ή βρώμικοι. Αρκετές φορές δε, οι χώροι παιχνιδιού έχουν σχεδιαστεί με τρόπους που δεν προάγουν τη δημιουργικότητα, την κοινωνικότητα και τη φαντασία και δεν κρατούν το ενδιαφέρον των παιδιών.

γ) Δυσλειτουργικές αντιλήψεις για το παιχνίδι. Υπάρχει αρκετό άγχος μεταξύ των γονέων για την ανάπτυξη των γνώσεων και σχολικών ικανοτήτων στα παιδιά, από πολύ μικρή ηλικία. Το ελεύθερο, αδόμητο παιχνίδι κάποιες φορές θεωρείται χαμένος χρόνος, ενώ στην πραγματικότητα παίζει καθοριστικό ρόλο στη μάθηση των παιδιών, στην ανάπτυξη των ικανοτήτων τους, στη δυνατότητα τους για αυτορρύθμιση και στην ψυχική τους ανθεκτικότητα, που σχετίζονται άμεσα με τη μετέπειτα σχολική τους πορεία. Η αντίληψη των ενηλίκων για το ρίσκο στο παιχνίδι των παιδιών, φαίνεται επίσης να επηρεάζει τον τρόπο που τα παιδιά παίζουν. Η σύγχρονη τάση να υπερπροστατεύουμε τα παιδιά μας, (να μην πέσουν, να μη χτυπήσουν, να μην κρυώσουν, ακόμη και να μην αποτύχουν σε κάτι που δοκιμάζουν) φαίνεται να έχει αρνητικά αποτελέσματα. Η προσπάθεια των ενηλίκων να εξαφανίσουν σχεδόν το ρίσκο, επηρεάζει σημαντικά την έκθεση των παιδιών σε ερεθίσματα και κατάλληλες προκλήσεις και έχει επίπτωση στην αυτοπεποίθησή τους, αλλά και στη διαχείριση των ρίσκων σε μεγαλύτερη ηλικία. Επιπτώσεις της μείωσης του παιχνιδιού

Ο περιορισμός του παιχνιδιού έχει αρνητικές επιπτώσεις στην ανάπτυξη, την υγεία και την κοινωνικότητα των παιδιών. Ειδικοί συνδέουν προβλήματα που είναι σε αύξηση στην παιδική ηλικία, όπως η παχυσαρκία, οι δυσκολίες προσοχής, η κατάθλιψη και το άγχος με τη μείωση διαφόρων τύπων παιχνιδιού. Ανάλογα με τις μειωμένες ευκαιρίες παιχνιδιού που βιώνουν, τα παιδιά μπορούν να επηρεαστούν με τους παρακάτω τρόπους: ο φτωχότερες κινητικές δεξιότητες ο χαμηλότερα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας ο φτωχότερη ικανότητα να διαχειριστούν στρεσογόνες ή τραυματικές καταστάσεις ο φτωχότερη ικανότητα να αξιολογούν και να διαχειρίζονται το ρίσκο ο φτωχότερες κοινωνικές δεξιότητες, που μπορεί να οδηγήσουν σε δυσκολίες στη διαχείριση κοινωνικών καταστάσεων, όπως η επίλυση συγκρούσεων και θέματα διαφορετικότητας. Ας εμπιστευτούμε τα παιδιά μας να παίζουν

Το παιχνίδι ανάμεσα στους γονείς και τα παιδιά προσφέρει ευχαρίστηση και χαρά και στους δύο και συμβάλλει στη δημιουργία και τη διατήρηση μιας συναισθηματικής και υποστηρικτικής σχέσης, που είναι πολύ σημαντική για την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Είναι σημαντικό οι γονείς να παρέχουμε ευκαιρίες στα παιδιά μας, ώστε να αναπτύξουν το παιχνίδι τους. Οι ευκαιρίες αυτές μπορεί να αφορούν από το παιχνίδι στη φύση π.χ. το παιχνίδι με το χώμα ή το σκαρφάλωμα στα δέντρα, έως παιχνίδια προσποίησης χρησιμοποιώντας καθημερινά αντικείμενα στο σπίτι π.χ. να παίξουμε κομμωτήριο ή να φτιάξουμε μια κρυψώνα κάτω από το τραπέζι της τραπεζαρίας. Η ανάπτυξη του παιχνιδιού των παιδιών έχει να κάνει με τη φαντασία και τη δημιουργικότητα και όχι με την αγορά ακριβών και πολυδιαφημισμένων παιχνιδιών. Ο προστατευόμενος χρόνος για παιχνίδι καθώς και η αναζήτηση χώρου εντός και εκτός σπιτιού ώστε το παιδί να μπορεί να παίξει ελεύθερα, είναι πολύ βοηθητικά. Ακόμη ίσως πιο βοηθητική όμως είναι η θετική διάθεση του γονιού απέναντι στο παιχνίδι. Ας μοιραστούμε τη μαγεία του παιχνιδιού με τα παιδιά μας, με τη γνώση πως κάνουμε το καλύτερο για εκείνα. Ας εμπιστευτούμε τα παιδιά να παίζουν!