



ΚΟΙΤΑ ΜΕ ΝΑ ΠΑΙΖΩ

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ

2^ο Μέρος:

Περαιτέρω
πληροφορίες

© Tavistock and Portman NHS
Foundation Trust Produced: April 2019,
Gateway number: PUB19_57

Για να παραθέσετε αυτό το εγχειρίδιο:

Wakelyn, J. (2019) *Watch Me Play manual, parts 1 and 2. Version 1.*
www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep

Περιεχόμενα

<i>Κοίτα με να παίζω!</i>	1
Σε ποιους απευθύνεται η προσέγγιση <i>Κοίτα με να παίζω!</i>	3
Πώς μπορεί να βοηθήσει το <i>Κοίτα με να παίζω!</i> ;	4
Βασικά σημεία από την έρευνα στην ανάπτυξη των παιδιών	6
Παρουσιάζοντας το <i>Κοίτα με να παίζω!</i> σε γονείς και φροντιστές	7
Αντενδείξεις: που να μην χρησιμοποιήσετε το <i>Κοίτα με να παίζω!</i>	7
Ποιος να υποστηρίξει γονείς και ανάδοχους φροντιστές στο <i>Κοίτα με να παίζω!</i> ..	9
Συχνές Ερωτήσεις.....	10
Βασικές Αρχές του <i>Κοίτα με να παίζω!</i>	12
Συχνές Ερωτήσεις.....	20
<i>Κοίτα με να παίζω!</i> : Κλινικά Παραδείγματα	24
Η έρευνα στην ανάπτυξη κατά την παιδική ηλικία και το <i>Κοίτα με να παίζω!</i>	30
Εκπαίδευση στο <i>Κοίτα με να παίζω!</i>	40
Παραδείγματα Workshop	41
Χρήσιμες ιστοσελίδες.....	42
Περαιτέρω ανάγνωση	43
Βιβλιογραφία.....	44
Αναγνωρίσεις.....	49

Κοίτα με να παίζω!

Το *Κοίτα με να παίζω!* είναι μια θεραπευτική προσέγγιση που προωθεί το **κατευθυνόμενο από το παιδί** παιχνίδι, την πλήρη προσοχή από τους φροντιστές και τη συζήτηση με τα παιδιά για το παιχνίδι τους. Οι φροντιστές ενθαρρύνονται να παρέχουν στα παιδιά παιχνίδια κατάλληλα για την ηλικία τους και την αδιάσπαστη προσοχή τους σε ένα ήσυχο περιβάλλον για τακτά και σύντομα χρονικά διαστήματα, δύο ή περισσότερες φορές την εβδομάδα. Οι φροντιστές ενθαρρύνονται επίσης να μιλήσουν με το παιδί για το παιχνίδι τους και να αναστοχαστούν αργότερα, με έναν άλλον ενήλικα ή επαγγελματία, σχετικά με τις παρατηρήσεις τους γύρω από το παιχνίδι του παιδιού καθώς και το πώς οι ίδιοι ένιωθαν όταν βρίσκονταν με το παιδί την ώρα που έπαιζε.

Το παιχνίδι είναι αναγνωρισμένο παγκοσμίως ως ένα από τα πρώτα βήματα που κάνουν τα παιδιά για να γνωρίσουν τον εαυτό τους και τον κόσμο γύρω τους. Λαμβάνοντας την πλήρη προσοχή του φροντιστή τους με παιχνίδια και υλικά που προωθούν τη φαντασία και τη δημιουργικότητα δίνεται η ευκαιρία στα παιδιά να εκφραστούν. Το να δίνεται η ευκαιρία στο παιδί να ηγηθεί στο παιχνίδι του, δεδομένου ότι αυτό που επιλέγει να κάνει είναι ασφαλές, σημαίνει ότι οι ενήλικες μπορούν να μάθουν από το παιχνίδι του παιδιού. Καθώς οι φροντιστές παρατηρούν το παιχνίδι του παιδιού και το πώς αισθάνονται οι ίδιοι όταν είναι με το παιδί ενώ παίζει, μπορεί να τους βοηθήσει 1) στο να έρθουν πιο κοντά με το παιδί καθώς αλληλεπιδρούν μαζί του, 2) αλλά και στο να αναστοχαστούν οι ίδιοι σχετικά με το τι επικοινωνεί το παιδί και πώς είναι καλύτερο να συνεχίσουν να το υποστηρίζουν.

Το *Κοίτα με να παίζω!* περιλαμβάνει δύο είδη συνομιλίας. Η συνομιλία με το παιδί για το τι κάνει στο παιχνίδι του, επιτρέπει στα συναισθήματα και τις ιδέες του να λεκτικοποιηθούν. Η συζήτηση με έναν άλλον ενήλικα σχετικά με το παιχνίδι του παιδιού επιτρέπει στους φροντιστές να αναστοχαστούν πάνω σε ανακαλύψεις, απολαύσεις και αλλαγές και να μοιραστούν πιθανές ανησυχίες. Επιπλέον, η καθοδήγηση από ειδικό για την σωστή εφαρμογή του *Κοίτα με να παίζω!*, θα βοηθήσει στην εύρεση κατάλληλων λέξεων για συναισθήματα που μπορεί να μην έχουν εκφραστεί ή κατονομαστεί ποτέ, με έναν ρυθμό τον οποίο θα μπορεί να διαχειριστεί τόσο το παιδί, όσο και ο φροντιστής. Οι ιστορίες, οι φανταστικές ιδέες και η επανάληψη που ενυπάρχουν στο παιχνίδι μπορούν να επιτρέψουν τη σταδιακή αφομοίωση νέων σκέψεων και συναισθημάτων. Για τα παιδιά και τους φροντιστές που μπορεί να

αντιμετωπίζουν δύσκολα διαχειρίσιμες εμπειρίες, η προσέγγιση του *Κοίτα με να παίζω!* μπορεί ν' αναδείξει την ανάγκη περαιτέρω εξειδικευμένης αξιολόγησης ή θεραπευτικής παρέμβασης για το παιδί.

Η προσοχή και το παιχνίδι είναι αλληλένδετα: η ενεργή παρατήρηση και το ενδιαφέρον συμβάλλει στη διευκόλυνση του παιχνιδιού του παιδιού. Καθώς το παιχνίδι του παιδιού είναι πιο επικεντρωμένο και ουσιαστικό, γίνεται ευκολότερο για τους ενήλικες να θυμούνται και να περιεργάζονται τους τρόπους επικοινωνίας του παιδιού. Ειδικότερα, η ενεργή παρατήρηση των τρόπων επικοινωνίας του παιδιού στο παιχνίδι εμπλουτίζει τον αναστοχασμό, ο οποίος επιτρέπει στους επαγγελματίες να παρέχουν την εμπειρία και να διατηρούν την προσοχή τους/ συγκέντρωσή τους στο παιδί.

Το να «κρατείται το παιδί στο νου» είναι μια θεμελιώδης πτυχή του γονεϊκού ρόλου που μπορεί να επηρεαστεί αρνητικά από πρώιμα άγχη. Τα παιδιά που έχουν βιώσει πρώιμα τραύματα και έχουν αποδιοργανωμένες εμπειρίες μπορεί να στερήθηκαν ευκαιρίες ώστε να εξερευνήσουν τον κόσμο τους μέσω του παιχνιδιού. Το *Κοίτα με να παίζω!* προσφέρει στα παιδιά την ευκαιρία να ανακτήσουν την προσωπική έδρα ελέγχου και να εξερευνήσουν τον κόσμο και τις σχέσεις τους με την εμπιστοσύνη ότι οι τρόποι επικοινωνίας τους μπορούν να γίνουν αντιληπτοί, κατανοητοί αλλά και να νοηματοδοτηθούν από τους ενήλικες που τους φροντίζουν.

Ανατροφοδότηση από Κοινωνικούς Λειτουργούς

«Το πρόγραμμα συνεισφέρει πάρα πολύ στην ανάπτυξη του παιδιού που μεγαλώνει με ανάδοχο φροντιστή, αλλά και στις περιπτώσεις που θα χρειαζόταν να μετακομίσει σε νέο ανάδοχο περιβάλλον».

«Αυτό που μου αρέσει είναι ο ποιοτικός χρόνος, κάνοντας ένα βήμα πίσω. Το παιχνίδι μπορεί επίσης να είναι κάτι θεραπευτικό, καθώς η φαντασία ενδυναμώνει την ικανότητα του παιδιού να πει, *μπορώ να ζήσω τη ζωή μου, στον δικό μου κόσμο*».

«Αυτό θα μπορούσε να βοηθήσει τους φροντιστές να προσαρμοστούν στα παιδιά και να κατανοήσουν από πού προέρχονται».

Σε ποιους απευθύνεται η προσέγγιση *Κοίτα με να παίζω!*;

Η προσέγγιση *Κοίτα με να παίζω!* αναπτύχθηκε για τη στήριξη βρεφών και μικρών παιδιών σε προσωρινά ανάδοχα περιβάλλοντα. Οι ανάδοχοι φροντιστές έχουν αναφέρει βελτιώσεις στις δεξιότητες παιχνιδιού, τη διάθεση και τη συμπεριφορά των θετών παιδιών τους, και έχουν επίσης περιγράψει ότι αισθάνονται πιο σίγουροι για την κατανόηση και την ανταπόκριση στα συναισθήματα, καθώς και τη συμπεριφορά του παιδιού που έχουν αναλάβει τη φροντίδα του.

Η προσέγγιση έχει επίσης χρησιμοποιηθεί ευρύτερα, ως παρέμβαση πρώτης γραμμής για παιδιά που είχαν στρεσογόνες εμπειρίες, που έχουν φροντιστεί από διαφορετικούς φροντιστές ή έχουν ανάγκες που είναι δύσκολο να γίνουν κατανοητές:

- Μια έφηβη μητέρα σχολίασε το πόσο ο δεκαοχτώ μηνών γιος της έμοιαζε να απολαμβάνει τις καθημερινές συνεδρίες του *Κοίτα με να παίζω!*. Αισθάνθηκε ότι οι ήχοι και οι φωνούλες του ανταποκρίνονταν περισσότερο στην ομιλία της σχετικά με το παιχνίδι του.
- Μια μητέρα, της οποίας το παιδί επέστρεψε για να ζήσει μαζί της μετά από μια περίοδο ανάδοχης φροντίδας, ανέφερε ότι το παιδί ήταν πιο ήρεμο και ότι ένιωθε πιο χαλαρή μαζί του αφού άρχισαν να εφαρμόζουν το *Κοίτα με να παίζω!* στο σπίτι.
- Θετοί γονείς αισθάνθηκαν πιο σίγουροι για τον συντονισμό της επικοινωνίας τους με ένα παιδί που συνήθιζε να παρακολουθεί συνεδρίες *Κοίτα με να παίζω!* με τους ανάδοχους φροντιστές πριν από τη μετάβαση στο νέο του σπίτι. Η συζήτηση με το παιδί τους για το παιχνίδι του, τους βοήθησε να ακολουθήσουν τα σήματα της επικοινωνίας τους κατά τις πρώτες εβδομάδες της νέας τους ζωής μαζί.
- Ένας πατέρας, του οποίου η τετράχρονη κόρη παρουσίαζε σημάδια μετατραυματικού στρες, διαπίστωσε ότι έπαιζε πιο ελεύθερα και μιλούσε περισσότερο μετά από πέντε συνεδρίες του *Κοίτα με να παίζω!* στο σπίτι.

Ανατροφοδότηση από γονείς

«Δεν υπάρχουν πολλές οδηγίες, όμως υπάρχουν πολλά να αποκομίσεις»

«Νιώθεις ότι μπορείς να το κάνεις.»

«Αυτό είναι ένα πεδίο στο οποίο το παιδί έχει τον έλεγχο, στο δικό του παιχνίδι.»

Πως μπορεί να βοηθήσει το Κοίτα με να παίζω!;

Πολλά παιδιά ανταποκρίνονται γρήγορα όταν λαμβάνουν την πλήρη προσοχή του ενήλικα που τα φροντίζει. Η φαντασία και η ευρηματικότητά τους μπορούν να βοηθήσουν περαιτέρω στην κινητοποίηση του φροντιστή και των επαγγελματιών που υποστηρίζουν το παιδί. Όταν τα παιδιά γίνονται πιο σίγουρα, μπορούν να επικοινωνούν πιο άμεσα και μπορούν να είναι πιο ικανά να εστιάζουν την προσοχή τους και να συγκεντρώνονται περισσότερο. Καθώς εδραιώνεται το παιχνίδι του παιδιού, οι φροντιστές μπορούν να γίνουν πιο σίγουροι ότι κατανοούν και ανταποκρίνονται στα σήματα του παιδιού τους.

Το *Κοίτα με να παίζω!* μπορεί να βοηθήσει παρέχοντας ενδείξεις για το εάν είναι απαραίτητη μια περαιτέρω αξιολόγηση ή εντατική παρέμβαση. Εάν παρατηρηθούν μόνο ήπιες βελτιώσεις στις δεξιότητες του παιδιού στο παιχνίδι ή η ρουτίνα του *Κοίτα με να παίζω!* καθίσταται δύσκολο να διατηρηθεί, οι πληροφορίες από τις εμπειρίες του παιδιού, του φροντιστή και των επαγγελματιών θα οδηγήσουν στην ανάγκη για ενημέρωση μιας πιο εξειδικευμένης αξιολόγησης του παιδιού. Μπορούν επίσης να συμβάλλουν στην αναγνώριση και στην υποστήριξη των αναγκών των φροντιστών.

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ

Ένας ανάδοχος φροντιστής, ο οποίος ανησυχούσε για την ανάπτυξη ενός μικρού κοριτσιού, που είχε παραμεληθεί σοβαρά, παρατήρησε ότι το κορίτσι ξεκίνησε να παίζει περισσότερο με τα παιχνίδια της μετά την έναρξη του *Κοίτα με να παίζω!*. Με τον καιρό, το κορίτσι ήταν λιγότερο αγχωμένο και πιο εξωστρεφές. Ο ανάδοχος φροντιστής καταλάβαινε πιο εύκολα τα σήματά της μερικές βδομάδες μετά, αφού ο ίδιος εξοικειώθηκε με όσα συνέβαιναν στο παιχνίδι της.

Η πλήρη προσοχή στο παιχνίδι του παιδιού βοηθά τους ανάδοχους φροντιστές και άλλους επαγγελματίες να αποκτήσουν μια σαφέστερη ιδέα για τα ενδιαφέροντα, τις δεξιότητες του παιδιού, καθώς και για πιθανές ανησυχίες που μπορεί να το προβληματίζουν. Όταν οι επαγγελματίες είναι σε θέση να μοιράζονται τις παρατηρήσεις τους, οι ανησυχίες για το παιδί μπορούν να μειωθούν, ενώ η ποιότητα και η σταθερότητα των ανάδοχων περιβαλλόντων μπορεί να βελτιωθεί. Η

ανατροφοδότηση των κοινωνικών λειτουργιών έχει επισημάνει τη σημασία του μοιράσματος παρατηρήσεων για μια καλύτερη κατανόηση του παιδιού και των αναγκών του, ιδίως όταν είναι απαραίτητο να ληφθούν δύσκολες αποφάσεις για το σχεδιασμό της φροντίδας του παιδιού - για παράδειγμα όσον αφορά τις μετακινήσεις του σε ανάδοχο περιβάλλον ή τις μετακινήσεις αδελφών.

Η παρακολούθηση του παιχνιδιού ενός παιδιού μπορεί να βοηθήσει στη συγκρότηση μιας ομάδας γύρω από το παιδί και τον φροντιστή. Η συγκέντρωση διαφορετικών πτυχών της ζωής ενός παιδιού επιτρέπει στους επαγγελματίες να παρέχουν περισσότερη εμπειρία για το παιδί. Όταν οι ενήλικες είναι σε θέση να εισπράξουν αυτό που δείχνει το παιδί στο παιχνίδι του, το παιδί μένει λιγότερο μόνο του και η δυσφορία/ απελπισία/ άγχος του αλλά και ο αντίκτυπος του πρώιμου τραύματος μετριάζεται. Η επικύρωση θετικών αλλαγών με την πάροδο του χρόνου αλλά και η αναγνώριση των δυσκολιών/ ανησυχιών του παιδιού βοηθά στην εγκαθίδρυση σχέσεων εργασίας μεταξύ των επαγγελματιών. Ένα συναισθηματικά δεκτικό δίκτυο μπορεί να βοηθήσει έναν γονέα που αντιμετωπίζει δυσκολίες, έναν θετό γονέα ή έναν ανάδοχο γονέα να παραμένει συναισθηματικά διαθέσιμος προς το παιδί του.

Σχόλια από ανάδοχους φροντιστές

«Την παρακολουθώ, την αφήνω να εξερευνήσει».

«Ανασηκώνοντας το κουτί των παιχνιδιών, επιτρέπεις στο παιδί να δει όλα τα παιχνίδια και να επιλέξει».

«Είναι καλύτερα σε ένα ήσυχο μέρος, με την τηλεόραση κλειστή – εκτιμάς περισσότερο το χρόνο, και οι δύο είστε πιο συγκεντρωμένοι και εμπλέκεστε περισσότερο».

Βασικά σημεία από την έρευνα στην ανάπτυξη των παιδιών

Το κατευθυνόμενο από το παιδί παιχνίδι είναι θεμελιώδες για την ανάπτυξη και το ευ ζην και προωθεί τη μάθηση και τη μνήμη.

Ένα βρέφος ή ένα παιδί του οποίου τα συναισθήματα γίνονται κατανοητά και ονοματοδοτούνται από το φροντιστή του, μπορεί να γνωρίσει τον εαυτό του και τα συναισθήματά του και είναι πιο ικανό να εμπιστευτεί τους ενήλικες.

Η «από κοινού προσοχή» (joint attention) είναι ένα από τα πρώτα βήματα της εκμάθησης της γλώσσας.

Όταν οι ενήλικες παρατηρούν και σκέφτονται τι νόημα έχει η συμπεριφορά των παιδιών, αυτό θα συμβάλλει στην καλύτερη επικοινωνία μαζί τους, καθώς και στην ανάπτυξη ενός ασφαλούς δεσμού.

Το επαναλαμβανόμενο παιχνίδι με τους φροντιστές επιτρέπει στα παιδιά να μάθουν τις δεξιότητες της εναλλαγής σειράς και του μοιράσματος.

Οι ενήλικες που διευκολύνουν το αυτό-κατευθυνόμενο παιχνίδι, ενθαρρύνουν την ανεξάρτητη εξερεύνηση, μάθηση και αυτορρύθμιση του παιδιού τους.

Η απόλαυση που μπορούν να μοιράζονται οι φροντιστές και τα παιδιά κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού συμβάλλει στη μείωση των επιπτώσεων του στρες.

Η πρώιμη παρέμβαση στα πρώτα χρόνια της ανάπτυξης ενός παιδιού συμβάλλει στην πρόληψη διαταραχών ψυχικής υγείας.

Παρουσιάζοντας το *Κοίτα με να παίζω!* σε γονείς και φροντιστές

Το *Κοίτα με να παίζω!* ταιριάζει εκ φύσεως σε πολλούς φροντιστές ως μέθοδος, ενώ άλλοι μπορεί να χρειαστούν περισσότερο χρόνο για να το συνηθίσουν. Μερικοί γονείς ίσως χρειαστεί να μελετήσουν αυτό το εγχειρίδιο πριν δοκιμάσουν την προσέγγιση, ενώ άλλοι θα προτιμήσουν να την δοκιμάσουν από μόνοι τους. Το φυλλάδιο *Γιατί είναι σημαντικό το παιχνίδι* στο Μέρος 1ο του εγχειριδίου μπορεί να παρουσιαστεί σε γονείς ή φροντιστές, σε εκπαιδεύσεις, σε θεραπευτικές συναντήσεις και ψυχολογικές εκτιμήσεις.

Ένας καλός τρόπος για να ενθαρρυνθούν οι γονείς/ φροντιστές να δοκιμάσουν την προσέγγιση είναι να τους εξηγηθεί επαρκώς το πώς μπορεί να βοηθηθούν από την εφαρμογή της. Οι ειδικοί χρειάζεται αρχικά να ζητήσουν την άδειά τους ώστε να το δοκιμάσουν από κοινού για λίγα λεπτά και στη συνέχεια να μιλήσουν μαζί τους για το τι εκείνοι παρατήρησαν στο παιχνίδι του παιδιού τους και πως ήταν η εμπειρία να το παρακολουθούν να παίζει. Στη συνέχεια, προτείνεται να το δοκιμάσουν μόνοι τους οι φροντιστές/γονείς στο σπίτι και κατόπιν να βρουν χρόνο ώστε να συζητήσουν με τους ειδικούς τις παρατηρήσεις και τις σκέψεις τους. Μερικοί φροντιστές μπορεί να βρουν το *Κοίτα με να παίζω!* -Ημερολόγιο στο Μέρος 1ο του Εγχειριδίου χρήσιμο για την καταγραφή των εντυπώσεών τους.

Αντενδείξεις: Πότε να μην χρησιμοποιήσετε το *Κοίτα με να παίζω!*

Το *Κοίτα με να παίζω!* είναι μια παρέμβαση για βρέφη και μικρά παιδιά στο πλαίσιο σχέσεων που είναι ασφαλείς και βοηθούν στην ανατροφή τους. Αυτή η προσέγγιση μπορεί να είναι χρήσιμη ως μέρος των γενικών συμβουλών προς γονείς για οικογένειες που λαμβάνουν υποστήριξη από υπηρεσίες ψυχικής υγείας, αλλά δεν παρέχει ένα πλαίσιο για την αξιολόγηση της ικανότητας γονικής μέριμνας και δεν έχει αναπτυχθεί για χρήση σε αξιολογήσεις για νομικές διαδικασίες φροντίδας. Σε κάθε περίπτωση όπου υπάρχουν ανησυχίες προστασίας, παίρνει προτεραιότητα η ασφάλεια και η ευημερία του παιδιού.

Απαιτείται κλινική εμπειρία για τη χρήση του *Κοίτα με να παίζω!* με γονείς ή

φροντιστές που μπορεί να υποφέρουν από κάποια ψυχική νόσο. Για μερικούς γονείς που εμφανίζουν ήπια συμπτώματα κατάθλιψης, το να ενδιαφέρονται για το παιχνίδι του παιδιού τους και να μοιράζονται στιγμές απόλαυσης μαζί του, είναι πιθανό να τους προσφέρει ανακούφιση και να βοηθήσει στη διάθεσή τους. Σε περιπτώσεις, όμως που έχει διαγνωστεί κλινική κατάθλιψη ή/και σχετίζεται με άλλες ψυχικές διαταραχές, το έργο της ενεργής παρατήρησης του παιχνιδιού του παιδιού μπορεί να είναι δύσκολο έως ότου ενταχθεί σε θεραπεία ο γονέας.

Για τους φροντιστές που δυσκολεύονται να επιτρέψουν στο παιδί τους να παίξει ελεύθερα, οι κοινές συνεδρίες παιχνιδιού στις οποίες ο γονέας και το παιδί θα παίζουν μαζί μπορεί να είναι χρήσιμες. Όταν έχει δημιουργηθεί η εμπιστοσύνη, μπορεί να είναι δυνατόν να εξερευνηθεί σταδιακά η δυνατότητα περιγραφής του παιχνιδιού του παιδιού και σχολιασμού των κατευθυνόμενων από το παιδί συμπεριφορών στο παιχνίδι. Οι κοινές συνεδρίες παιχνιδιού μπορούν να εναλλάσσονται με συνεδρίες φροντιστή στις οποίες μπορούν να διερευνηθούν οι εξελίξεις ή οι αλλαγές στο παιχνίδι του παιδιού.

Ποιος μπορεί να υποστηρίξει τους γονείς και τους ανάδοχους φροντιστές για την εφαρμογή του Κοίτα με να παίζω!;

Οι παιδίατροι και οι νοσοκόμοι παιδιών, οι κοινωνικοί λειτουργοί, οι επόπτες κοινωνικοί λειτουργοί, οι βρεφονηπιοκόμοι, οι ειδικοί ψυχικής υγείας βρεφών και οι ψυχοθεραπευτές παιδιών είναι σε θέση να ενθαρρύνουν τους γονείς και τους φροντιστές να εφαρμόσουν το *Κοίτα με να παίζω!* με τα βρέφη και τα μικρά τους παιδιά. Επαγγελματίες που επισκέπτονται το οικογενειακό περιβάλλον ή παρακολουθούν οικογένειες σε μια κλινική ενδέχεται να μπορούν να χρησιμοποιήσουν την προσέγγιση του *Κοίτα με να παίζω!* κατά τη διάρκεια των επισκέψεών τους. Οι ανάδοχοι γονείς μπορούν να υποστηριχθούν υπό την εποπτεία των κοινωνικών λειτουργών και των ειδικών ψυχικής υγείας. Οι θεραπευτές ψυχικής υγείας για βρέφη μπορεί να βρουν την προσέγγιση *Κοίτα με να παίζω!* χρήσιμη ως παρέμβαση πρώτης γραμμής ή για την ενημέρωση μιας περαιτέρω εξειδικευμένης αξιολόγησης.

Οι επαγγελματίες μπορούν να αποκομίσουν πολλά από την ευκαιρία να εφαρμόζουν το *Κοίτα με να παίζω!* μαζί με τους φροντιστές και τα βρέφη ή μικρά παιδιά. Αυτή η προσέγγιση παρέχει γνώση σχετικά με την εμπειρία των μικρών παιδιών που έχουν υποστεί πρώιμο τραύμα ή δύσκολες εμπειρίες και τις προκλήσεις που μπορεί ν' αντιμετωπίζουν οι φροντιστές τους.

Σχόλιο από κλινικό θεραπευτή ψυχικής υγείας για βρέφη

«Όλα τα στοιχεία δείχνουν ότι όσο νωρίτερα παρεμβαίνεις τόσο το καλύτερο – αντί να περιμένεις τα παιδιά να αντιδράσουν όταν είναι επτά, οκτώ, εννέα – ή δεκαεπτά!».

Συχνές Ερωτήσεις

Πώς λειτουργεί το Κοίτα με να παίζω!;

Η ενεργή παρατήρηση και το ενδιαφέρον του γονέα/φροντιστή βοηθά τα παιδιά να επικεντρωθούν στο παιχνίδι τους, να αποκτήσουν εμπιστοσύνη προς τον φροντιστή τους και να αρχίσουν να εκφράζονται. Τα παιδιά γίνονται πιο ικανά να εξερευνήσουν και να απολαύσουν τον κόσμο γύρω τους. «*Το να αισθάνεσαι ότι είσαι στο νου κάποιου*», είναι μέρος της ασφαλούς ανάπτυξης και είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τα βρέφη και τα μικρά παιδιά που είχαν πρώιμα τραυματικά βιώματα στη ζωή τους.

Τα παιδιά που δεν ήταν στο νου κάποιου κατά τα πρώιμα βρεφικά τους χρόνια μπορούν να προκαλέσουν συναισθήματα σε άλλους που είναι δύσκολο να αναγνωριστούν ή να επεξεργαστούν. Το να γίνονται αυτές οι συνδέσεις και να υπάρχει ο «από κοινού» προβληματισμός με έναν ανάδοχο γονέα, ένα μέλος της οικογένειας, έναν κοινωνικό λειτουργό ή έναν ειδικό βοηθά στη ρύθμιση του αντίκτυπου αυτών των συναισθημάτων. Ο κοινός αναστοχασμός των παρατηρήσεων από την εφαρμογή του *Κοίτα με να παίζω!* βοηθά στο να παραμένουμε επικεντρωμένοι στο παιδί κατά τη διάρκεια των συναντήσεων.

Τι είδους εκπαίδευση θα χρειαζόμουν για να χρησιμοποιήσω το Κοίτα με να παίζω! στη δουλειά μου;

Η εκπαίδευση στην αναπτυξιακή ψυχολογία των παιδιών και την παρατήρηση βρέφους είναι μια χρήσιμη βάση για το *Κοίτα με να παίζω!*. Η εκπαίδευση στην παρατήρηση παρέχεται από την κλινική Tavistock στο Λονδίνο, σε ολόκληρο το Ηνωμένο Βασίλειο και σε κέντρα στην Ευρώπη, καθώς και από πολλούς άλλους οργανισμούς. Η εποπτεία και η υποστήριξη από τους ειδικούς είναι απαραίτητη για την σωστή εφαρμογή του *Κοίτα με να παίζω!*.

Ως νέος επαγγελματίας που κάνω το Κοίτα με να παίζω!, πώς πρέπει να χρησιμοποιήσω αυτό το εγχειρίδιο;

Διαβάστε και τα δύο μέρη του εγχειριδίου και αναλογιστείτε τι θα μπορούσε να προσφέρει αυτή η προσέγγιση στο ρόλο σας. Μοιραστείτε το εγχειρίδιο με τους γονείς.

Κρατήστε αναλυτικές σημειώσεις, ώστε να μπορείτε να μάθετε από τις ακολουθίες του παιχνιδιού και τις αλληλεπιδράσεις στις συνεδρίες. Ακολουθήστε την κλινική σας εμπειρία, διαβάστε ξανά τις σχετικές ενότητες του εγχειριδίου μετά από μερικές συνεδρίες και συζητήστε στην εποπτεία. Για να συμβουλευτείτε έναν ψυχοθεραπευτή παιδιών ή έναν κλινικό ψυχικής υγείας βρέφους που έχει εκπαιδευτεί στην παρατήρηση των βρεφών, χρησιμοποιήστε το Association of Child Psychotherapists Register of Therapists.

Υποστήριξη από επαγγελματίες για το *Κοίτα με να παίζω!*

Βασικές αρχές του *Κοίτα με να παίζω!*

Προετοιμασία

- Ζητήστε από τον φροντιστή να απενεργοποιήσει τις τηλεοράσεις και τα τηλέφωνα.
- Βάλτε στην άκρη ηλεκτρονικές συσκευές και ηλεκτρονικά παιχνίδια.
- Επιλέξτε μια συλλογή παιχνιδιών κατάλληλη για το αναπτυξιακό στάδιο του παιδιού.
- Καθίστε στο πάτωμα ή σε μια χαμηλή καρέκλα.
- Συμφωνείτε με τον φροντιστή πόση ώρα θα εφαρμόσετε το *Κοίτα με να παίζω!*.

Πράξη

- Αφήστε το παιδί να παίξει ελεύθερα, αρκεί αυτό που κάνει να είναι ασφαλές.
- Ενθαρρύνετε τον φροντιστή να αφιερώσει την πλήρη προσοχή του στο παιχνίδι του παιδιού.
- Ενθαρρύνετε τον φροντιστή να περιγράψει το παιχνίδι του παιδιού σε απλή γλώσσα.
- Δώστε ανατροφοδότηση με απλά λόγια στο παιδί και τον φροντιστή σχετικά με το παιχνίδι του παιδιού.
- Παρατηρήστε εάν είναι δύσκολο για τον φροντιστή να αφήσει το παιδί να ηγηθεί στο παιχνίδι του.
- Ενημερώστε το παιδί λίγα λεπτά πριν από την ολοκλήρωση του *Κοίτα με να παίζω!*.
- Αναστοχαστείτε μαζί με τον φροντιστή σχόλια-παρατηρήσεις πάνω στο παιχνίδι του παιδιού.
- Ρωτήστε τον φροντιστή πώς ένιωθε όταν παρακολουθούσε το παιδί να παίζει.

Μετά το *Κοίτα με να παίζω!*

- Αφιερώστε λίγο χρόνο για να μιλήσετε με τον φροντιστή σχετικά με οτιδήποτε δεν θεωρείται κατάλληλο να συζητηθεί ενώ το παιδί είναι μαζί σας.
- Ενθαρρύνετε τον φροντιστή να αφιερώσει έναν σταθερό χρόνο για το *Κοίτα με να παίζω!*.

- Δώστε ανατροφοδότηση σε συναντήσεις μεταξύ επαγγελματιών και σε συζητήσεις που αφορούν την οργάνωση της επιμέλειας των παιδιών.
- Αναλογιστείτε οτιδήποτε νιώθετε ότι είναι δύσκολο ή δυσάρεστο στο παιχνίδι του παιδιού.
- Αναγνωρίστε τις δυσκολίες και τις προσπάθειες του παιδιού, καθώς και τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητές του.

Εντάσσοντας το ελεύθερο παιχνίδι στην καθημερινότητα

Η καθιέρωση μιας ρουτίνας παιχνιδιού σημαίνει να αφιερώνονται τακτά χρονικά διαστήματα σε έναν ήσυχο χώρο για το *κατευθυνόμενο-από-το-παιδί* παιχνίδι με την τηλεόραση απενεργοποιημένη και τα τηλέφωνα και τις οθόνες σβηστά. Η τηλεόραση στο βάθος και οι οθόνες είναι διασπαστικά, ιδιαίτερα για εκείνα τα παιδιά των οποίων οι πρώιμες εμπειρίες τα οδήγησαν να βρίσκονται σε συνεχή εγρήγορση και τα οποία συνεχώς ανιχνεύουν το περιβάλλον τους για τον εντοπισμό κινδύνου.

Οι ανάδοχοι φροντιστές και οι θετοί γονείς έχουν παρατηρήσει τη σημασία της δημιουργίας μιας σταθερής ρουτίνας κοινού παιχνιδιού που να είναι διαχειρίσιμη και ρεαλιστική, έτσι ώστε τα παιδιά να έχουν τακτικές ευκαιρίες να βιώσουν την πλήρη προσοχή στο παιχνίδι τους. Μια σύντομη αλλά σταθερή διάρκεια κοινού παιχνιδιού μερικές φορές την εβδομάδα είναι πιο ευεργετική από μια ρουτίνα μεγαλύτερης διάρκειας παιχνιδιού που όμως δεν είναι συνεπής.

Είναι επίσης σημαντικό να διερευνηθεί με τον φροντιστή το πώς να διαχειριστεί την ολοκλήρωση του *Κοίτα με να παίζω!* με το παιδί. Συνήθως είναι χρήσιμο να δοθεί μια αρχική ειδοποίηση στο παιδί λίγα λεπτά πριν από το τέλος της διάρκειας του παιχνιδιού και να βρεθεί ένας τρόπος να ολοκληρωθεί το *Κοίτα με να παίζω!* έτσι ώστε να αναμένει το παιδί την επόμενη φορά. Ενθαρρύνετε τους φροντιστές να ονοματίσουν τα συναισθήματα του παιδιού - όπως απογοήτευση, ανυπομονησία ή την επιθυμία για περισσότερο. Η τήρηση του συμφωνημένου προγράμματος και η περιγραφή των συναισθημάτων του, βοηθούν το παιδί να αναγνωρίσει τι συμβαίνει.

Εφαρμογή του κατευθυνόμενου – από το παιδί – παιχνιδιού

Η εφαρμογή της προσέγγισης με τον φροντιστή και το παιδί, διατηρώντας το ενδιαφέρον τόσο για το παιχνίδι του παιδιού, όσο και για τις παρατηρήσεις του φροντιστή, είναι ο καλύτερος τρόπος για να διευκολυνθεί ο φροντιστής στο να είναι συν-παρατηρητής του παιχνιδιού που κατευθύνεται από το παιδί. Το να υπάρχει η συντροφιά ενός άλλου ενήλικα που ασχολείται με τη φροντίδα του παιδιού, μπορεί να διευκολύνει τους φροντιστές στην εδραίωση μίας ρουτίνας για το *Κοίτα με να παίζω!*.

Ο στόχος είναι να επιτευχθεί μια συνεργατική και φιλική σχέση μεταξύ όλων των ατόμων που υποστηρίζουν το παιδί με επίκεντρο τις ανάγκες/ εμπειρίες του παιδιού.

Η θέση του φροντιστή κάτω στο πάτωμα με το παιδί ή κοντά στο πάτωμα σε μια χαμηλή καρέκλα, βοηθά τα παιδιά να αισθάνονται ότι βρίσκεστε κοντά τους. Για ορισμένα παιδιά, αυτό είναι ένα σημείο-κλειδί για τη μείωση του άγχους τους. Αφήστε το παιδί να δει ότι σας ενδιαφέρει το παιχνίδι του μιλώντας μαζί του για το τι κάνει και βοηθήστε τον φροντιστή να δει ότι ο ρόλος του είναι πολύ σημαντικός, ενθαρρύνοντας και επαινώντας τον για τη διευκόλυνση του παιχνιδιού που κατευθύνεται από το παιδί του.

Για μερικούς γονείς, η ενίσχυση του παιχνιδιού που καθοδηγείται από το ίδιο το παιδί είναι η δεύτερη φύση τους, ενώ για άλλους μπορεί να είναι μια πολύ νέα και διαφορετική εμπειρία. Για μερικούς, η πρόκληση μπορεί να είναι το να περιμένουν το παιδί να δουν τι επιλέγει να κάνει, ενώ για άλλους το να το βλέπουν να χρησιμοποιεί παιχνίδια με τρόπους που είναι διαφορετικοί από αυτό που αναμένουν. Να είστε σαφείς με τους γονείς και τους φροντιστές, ότι στόχος κατά τη διάρκεια του *Κοίτα με να παίζω!* είναι το να κατευθύνει το παιδί το παιχνίδι του, καθώς ο ενήλικας απλά σχολιάζει και περιγράφει. Ο ενήλικας συμμετέχει στο παιχνίδι μόνο και εάν εφόσον τον προσκαλέσει το παιδί να το κάνει. Εάν το παιδί θέλει να εντάξει τον ενήλικα, ο ενήλικας χρειάζεται ακόμη και τότε να ακολουθεί το παιχνίδι που κατευθύνεται από το ίδιο και να μην εισάγει δικές του ιδέες ή διδαχές.

Ορισμένοι φροντιστές μπορεί να αισθάνονται ότι αναλαμβάνουν περισσότερο έναν ρόλο δασκάλου ακόμη και με τα μικρά παιδιά, κάτι το οποίο μπορεί να τους δυσκολεύει να αφήνουν το παιδί να ηγείται του παιχνιδιού του και να εξερευνά ελευθέρως. Οι συναντήσεις με έναν ειδικό αποτελούν χρήσιμες ευκαιρίες για να δοθεί καθοδήγηση μέσα από το πεδίο της έρευνας για την ανάπτυξη του παιδιού σχετικά με την αξία του φανταστικού παιχνιδιού. Είναι το παιχνίδι και η επανάληψή του που επιτρέπει, να δημιουργηθούν οι βάσεις για τη μεταγενέστερη μάθηση. Φυσικά, το να δίνονται εξηγήσεις, κατευθύνσεις και οδηγίες στο παιδί είναι συνηθισμένες πτυχές της καθημερινής αλληλεπίδρασης που συμβαίνουν συνεχώς. Οι παραπάνω ιδέες σχετικά με την ελευθερία του παιδιού να ορίζει το ρυθμό του παιχνιδιού του, καθώς ο ενήλικας περιγράφει αυτό που το παιδί επιλέγει να κάνει, προτείνονται μόνο κατά τη διάρκεια εφαρμογής του *Κοίτα με να παίζω!*

Ο σεβασμός για το παιδί και τον φροντιστή και η αποδοχή του σταδίου στο οποίο βρίσκονται, αποτελούν επίσης σημαντικά στοιχεία για τον θεραπευτή κατά την

διάρκεια του *Κοίτα με να παίζω!*. Ο θεραπευτής παρατηρεί σιωπηλά τι είναι ικανός να κάνει ο γονέας/ φροντιστής, καθώς και τι φαίνεται ότι μπορεί να είναι πιο δύσκολο για εκείνον. Αναγνωρίζοντας ότι δεν υπάρχουν γρήγορες λύσεις και ότι το κάθε παιδί είναι μοναδικό μπορεί να είναι ιδιαίτερα καθησυχαστικό για τους ανάδοχους φροντιστές, ιδιαίτερα στις περιπτώσεις που υπάρχει άγχος σχετικά με το εάν η πολυπλοκότητα των αναγκών ενός παιδιού και οι απαιτήσεις της φροντίδας του μπορούν να γίνουν κατανοητές από άλλους επαγγελματίες.

Ανατροφοδοτήστε με ευαισθησία το παιδί και τον φροντιστή, αναγνωρίζοντας ότι αυτός ο τρόπος συνύπαρξης με το παιδί μπορεί να μοιάζει διαφορετικός, αλλά αξίζει πραγματικά να συνεχιστεί. Ενημερώστε τους γονείς σχετικά με την έρευνα για τη μέθοδο του *Κοίτα με να παίζω!*. Περιμένετε να δείτε αν αρχίζουν να παρατηρούνται αλλαγές στο παιχνίδι του παιδιού ή στις αλληλεπιδράσεις με το παιδί.

Μιλώντας με το παιδί, αναστοχάζοντας με τον φροντιστή

Ενθαρρύνετε τους γονείς και τους φροντιστές να γίνουν συν-παρατηρητές σας για το παιχνίδι του παιδιού τους. Αφήστε τους να γνωρίζουν ότι παρακολουθώντας το παιδί τους να παίζει και μιλώντας μαζί του για το παιχνίδι του, του παρέχουν εξαιρετικά σημαντική αίσθηση ασφάλειας που θα το βοηθήσει να αναπτύξει αυτοπεποίθηση και πρόωμη μάθηση. Αναγνωρίστε ότι αυτός ο τρόπος συνομιλίας με το παιδί τους μπορεί να μοιάζει λίγο διαφορετικός. Πιθανόν να αισθάνονται νευρικήτητα για την έναρξη του προγράμματος. Θα μπορούσε να βοηθήσει να αναλογιστούμε με τους φροντιστές το πώς οι γονείς συχνά, μιλούν ελεύθερα με τα βρέφη τους - παρέχοντας ένα σχόλιο για το τι συμβαίνει γύρω τους και τακτοποιώντας τον κόσμο σε λόγια. Το *Κοίτα με να παίζω!*, είναι κάπως έτσι. Πολλοί φροντιστές έχουν αναφέρει ότι έχουν βρει έναν τρόπο ώστε αυτό να τους βγαίνει φυσικά, από τη στιγμή που το συνήθισαν.

Η συζήτηση δεν χρειάζεται να είναι ασταμάτητη. Οι σιωπές και οι παύσεις είναι επίσης χρήσιμες, καθώς το παιδί αναρωτιέται τι θα κάνει στη συνέχεια, ή βρίσκει μία στιγμή ως κατάλληλη να σιωπήσει. Αυτό βοηθά τα παιδιά να βρουν χώρο για τις σκέψεις τους και να αναμένουν μέχρι η επόμενη ιδέα τους λάβει μορφή.

Ενθαρρύνετε τον φροντιστή να μοιραστεί τις παρατηρήσεις του και επίσης μοιραστείτε τις δικές σας σκέψεις για αυτό που είδατε στο παιχνίδι του παιδιού.

Αναστοχαστείτε επίσης με τους φροντιστές για το πως βιώνουν τη συνύπαρξη με το παιδί ενώ παίζει. Εάν το παιδί παρουσιάσει ανησυχία ή εάν αναδυθούν πράγματα που δεν είναι κατάλληλα για να συζητηθούν εν παρουσία του παιδιού, προγραμματίστε μια ώρα για να μιλήσετε μόνο με το γονέα ή τον φροντιστή. Αυτή θα μπορούσε να είναι σε μια άλλη συνάντηση ή μια προκαθορισμένη ώρα για να μιλήσετε στο τηλέφωνο.

Αναγνωρίζοντας τις δυσκολίες

Το να δίνουμε την πλήρη προσοχή στα παιδιά είναι για κάποιους φροντιστές εύκολο, όμως για κάποιους μπορεί να δημιουργήσει άγχος. Παρόλο που η ιδέα της *επιβράδυνσης* και του *ενός βήματος πίσω* φαίνεται ελκυστική στην αρχή για πολλούς φροντιστές, περιλαμβάνει επίσης μια αλλαγή στο ρυθμό αλληλεπίδρασης και έναν διαφορετικό τρόπο συνύπαρξης με το παιδί. Το να μην αναλαμβάνουν την κατεύθυνση του παιχνιδιού και το να είναι ανοιχτοί στη φαντασία και τις ιδέες του παιδιού, μπορεί να μοιάζει «καινούριο» για κάποιους φροντιστές και μπορεί να χρειάζονται λίγο περισσότερο χρόνο για να το συνηθίσουν και να το απολαύσουν. Οι υποκείμενες ανησυχίες σχετικά με το τι μπορεί να φέρουν τα παιδιά στο παιχνίδι τους θα μπορούσαν να κάνουν τους φροντιστές να αισθάνονται αμφιβολίες στο να τα αφήνουν να εκφραστούν ελεύθερα στο παιχνίδι τους. Αυτές οι ανησυχίες μπορεί να χρειαστεί να διερευνηθούν με ευαισθησία στις συζητήσεις με τον φροντιστή.

Μπορεί να είναι ανακούφιση για τους γονείς να αισθάνονται ότι δεν χρειάζεται να επινοήσουν οι ίδιοι όλες τις ιδέες. Μερικοί γονείς έχουν σχολιάσει πως γνωρίζουν το παιδί τους με έναν διαφορετικό τρόπο, όταν βλέπουν το ίδιο να κατευθύνει το παιχνίδι. Για άλλους, το να επιτρέψουν στο παιδί τους να παίζει ελεύθερα και να κάνει τις δικές του επιλογές στο παιχνίδι μπορεί να είναι ένας πιο δύσκολος στόχος. Μπορεί να διαπιστώσετε ότι μπορείτε να ξεκινήσετε με αυτό που είναι πιο σημαντικό, με το να καθίσετε στο πάτωμα μαζί και να ενδιαφερθείτε για το παιχνίδι μεταξύ του φροντιστή και του παιδιού. Με την πάροδο του χρόνου, ενδέχεται να υπάρξουν ευκαιρίες για να επισημάνετε την ικανοποίηση που λαμβάνει το παιδί όταν του επιτρέπεται να ηγηθεί στο παιχνίδι του - και οι φροντιστές μπορεί να εκπλαγούν ευχάριστα από τη φαντασία και την επινοητικότητα του παιδιού τους.

Κοινή απόλαυση

Η χαρά και η διασκέδαση, η πραγματοποίηση νέων ανακαλύψεων και η κοινή απόλαυση είναι εξαιρετικά πολύτιμες και σημαντικές στιγμές στη ζωή των παιδιών και των φροντιστών.

Για εκείνα τα παιδιά που μπορεί να έχουν αποσυρθεί, ή που παλεύουν με την αυτορρύθμιση, το να βιώνουν έντονα συναισθήματα μαζί με τον φροντιστή, τους ενισχύει την αυτοπεποίθηση, καθώς και την ικανότητα διαχείρισης των συναισθημάτων. Σε έναν κόσμο όπου τα παιδιά ενθαρρύνονται όλο και περισσότερο να γίνουν παθητικοί καταναλωτές, το παιχνίδι παρέχει ευκαιρίες για εμπλουτισμό εμπειριών που δεν κοστίζουν χρήματα αλλά δημιουργούν τα θεμέλια για την ανάπτυξη πρόσφορων σχέσεων και μελλοντικής ευημερίας.

Παρατηρώντας

Τα παιδιά που έχουν εκτεθεί σε παραμέληση μπορεί να είχαν ελάχιστες εμπειρίες «από κοινού» χαράς και απόλαυσης. Η στέρηση και η απόρριψη μπορούν να οδηγήσουν σε βαθιά αισθήματα ντροπής με αποτέλεσμα τα παιδιά να βιώνουν την εικόνα τους, χωρίς αξία και με έλλειψη ταυτότητας. Είναι πιο δύσκολο να παρατηρήσουμε και να ανταποκριθούμε στα βρέφη όταν τα σήματά τους είναι φευγαλέα, σιωπηλά ή διαφορετικά από αυτά που περιμένουμε ή ελπίζουμε να δούμε. Οι ευκαιρίες στο *Κοίτα με να παίζω!* για επαναλαμβανόμενη παρατήρηση, η ανταλλαγή παρατηρήσεων και η απάντηση στο παιχνίδι του παιδιού με λόγια, μπορεί να βοηθήσουν στην ανάδειξη ασυνήθιστων ή απροσδόκητων απαντήσεων από βρέφη και μικρά παιδιά, έτσι ώστε οι φροντιστές να μπορούν να βρискουν τρόπους ανταπόκρισης και το παιδί να αισθάνεται λιγότερο μόνο του.

Η παρατήρηση των «στιγμιαίων» συμπεριφορών, κατά τις οποίες υπάρχει μια ιδιαίτερα έντονη συναισθηματική απόκριση, μπορεί να σας βοηθήσει να εντοπίσετε συγκεκριμένες πτυχές του παιδιού που είναι ιδιαίτερα χρήσιμες ώστε να σκέφτεστε περισσότερο και να παρατηρείτε πιο προσεκτικά. Ένας προκαθορισμένος χρόνος για να προβληματιστείτε αργότερα με τον φροντιστή, είτε πρόσωπο με πρόσωπο, είτε στο

τηλέφωνο, παρέχει ευκαιρίες για να συζητήσετε αυτές τις συμπεριφορές. Αυτός ο προβληματισμός του φροντιστή/ γονέα σχετικά με το παιχνίδι του παιδιού, καθώς και την εμπειρία του να είναι με το παιδί ενώ παίζει, μπορεί να τον βοηθήσει ώστε να είναι συναισθηματικά διαθέσιμος για το παιδί, ακόμα και όταν αναδύονται δύσκολα συναισθήματα.

Ανατροφοδότηση σε επαγγελματικά δίκτυα

Η υποστήριξη των ψυχολογικών αναγκών των βρεφών/ μικρών παιδιών που έχουν βιώσει δύσκολες εμπειρίες επιτρέπει στους επαγγελματίες να αναλάβουν ενεργό ρόλο στις διεπιστημονικές συναντήσεις. Το ενδιαφέρον να συναντηθούμε για να μιλήσουμε για το τι βλέπουν οι άνθρωποι όταν παίζει ένα παιδί μπορεί να είναι το πρώτο στάδιο στη δημιουργία ενός περιβάλλοντος για ελεύθερο παιχνίδι. Η συγκρότηση μιας ομάδας ειδικών γύρω από το παιδί και τον φροντιστή που να επικεντρώνεται στον τρόπο που επικοινωνεί το παιδί καθώς και στις εμπειρίες του, θα συμβάλλει σε περαιτέρω προβληματισμό για την παροχή κατάλληλης φροντίδας του παιδιού, αλλά και για την υποστήριξη των ίδιων των φροντιστών.

Οι φροντιστές είναι πιο πιθανό να παραμείνουν συναισθηματικά διαθέσιμοι και να συνεχίζουν να παρέχουν τη σωστή ανατροφή στα παιδιά τους, όταν και οι ίδιοι φροντίζονται κατάλληλα από τους ειδικούς.

Συχνές Ερωτήσεις

Πόσο συχνά και για πόσο πρέπει να εφαρμόζουμε το Κοίτα με να παίζω!;

Το *Κοίτα με να παίζω!* είναι μια ευέλικτη προσέγγιση. Οι φροντιστές ενθαρρύνονται στο να δημιουργήσουν μια σταθερή ρουτίνα, εφαρμόζοντας το *Κοίτα με να παίζω!* δύο ή περισσότερες φορές την εβδομάδα με το παιδί τους. Μερικοί φροντιστές προσαρμόζονται γρήγορα σε μια ρουτίνα στην οποία συμπεριλαμβάνουν το *Κοίτα με να παίζω!* κάθε μέρα, ενώ για άλλους μία ή δύο φορές την εβδομάδα μπορεί να είναι το μέγιστο που μπορούν να εφαρμόσουν.

Η συχνότητα των συνεδριών με έναν επαγγελματία και ο αριθμός των προσφερόμενων συνεδριών, μπορεί να προσαρμοστεί, ώστε να ταιριάζει στις συνθήκες των παιδιών και των φροντιστών. Οι συνεδρίες με έναν επαγγελματία μπορούν να είναι εβδομαδιαίες, δεκαπενθήμερες ή κάθε τρεις εβδομάδες. Με μεγαλύτερο διάστημα μεταξύ των συνεδριών, είναι πιο δύσκολο να διατηρηθεί η αίσθηση της συνέχειας.

Μερικοί γονείς και φροντιστές έχουν περιγράψει θετικές αλλαγές μετά από δύο ή τρεις συνεδρίες, ενώ για άλλους, μπορεί να χρειαστούν έξι ή οκτώ συνεδρίες πριν εμφανιστούν οι αλλαγές. Εάν δεν αποδειχθεί δυνατό να δημιουργηθεί μια ρουτίνα παιχνιδιού, που να είναι ικανοποιητική για το παιδί και τον φροντιστή ή εάν υπάρχουν δυσκολίες που δεν αλλάζουν μετά από έξι ή οκτώ συνεδρίες, μπορεί να χρειαστεί μια πιο εντατική παρέμβαση ή περαιτέρω αξιολόγηση.

Οι γονείς με τους οποίους συνεργάζομαι θέλουν να μάθουν στρατηγικές για να βοηθήσουν το παιδί τους, αλλά μερικές φορές δυσκολεύονται να δοκιμάσουν κάτι νέο. Πώς μπορώ να τους βοηθήσω;

Ο καθένας είναι διαφορετικός και υπάρχουν διαφορετικοί τρόποι ενθάρρυνσης γονέων και φροντιστών που ανησυχούν για το παιδί τους. Για μερικούς, η γνώση της αξίας του ελεύθερου, διερευνητικού παιχνιδιού για την ανάπτυξη των παιδιών είναι καθησυχαστική. Για αυτούς τους γονείς, οι πληροφορίες από την έρευνα για την ανάπτυξη των παιδιών μπορεί να είναι ιδιαίτερα σημαντικές. Για άλλους φροντιστές, το να βλέπουν μια διαφορά στο παιχνίδι του παιδιού τους ή να νιώθουν διαφορά στην εμπειρία τους να είναι με το παιδί τους μπορεί να είναι ακόμη πιο σημαντικό.

Όταν ενθαρρύνετε τους φροντιστές να δοκιμάσουν κάτι νέο στον τρόπο αλληλεπίδρασης με το παιδί τους κατά τη διάρκεια του *Κοίτα με να παίζω!* είναι σημαντικό να επικεντρωθεί η προσοχή τους στο παιδί, στα παιχνίδια/ υλικά που

παρέχουν, στις λέξεις που χρησιμοποιούν για να μιλήσουν με το παιδί για το παιχνίδι του και στον έπαινο των προσπαθειών του, ώστε να επιτρέψουν στο παιδί να παίξει ελεύθερα.

Η οικογένεια με την οποία συνεργάζομαι μου λέει ότι παρακολουθούν τα παιδιά τους να παίζουν όλη την ώρα. Τι διαφέρει από αυτήν την προσέγγιση - μπορώ να τους ενθαρρύνω να το δοκιμάσουν;

Η προσέγγιση *Κοίτα με να παίζω!* είναι τόσο απλή που ορισμένοι φροντιστές μπορεί να μην την νιώθουν τόσο σημαντική. Ωστόσο, δεν είναι ακριβώς το ίδιο με το να βρίσκονται απλώς εκεί όταν το παιδί παίζει ή με το να παίζουν με το παιδί τους. Επαινεύστε την οικογένεια που ενδιαφέρεται για το παιχνίδι των παιδιών της και εξηγήστε το διαφορετικό που κάνουμε στο *Κοίτα με να παίζω!*: επιτρέπουμε στο παιδί να καθορίσει το ρυθμό και να αναλάβει ηγετικό ρόλο, μιλάμε με το παιδί για το παιχνίδι του και μιλάμε με έναν άλλον ενήλικα για το παιχνίδι του παιδιού.

Το πιο ενθαρρυντικό πράγμα για τους γονείς/ φροντιστές είναι όταν αρχίζουν να βλέπουν αλλαγές: *ένα υπερκινητικό παιδί που επιβραδύνεται στο παιχνίδι του, ένα πολύ αποσυρόμενο παιδί που γίνεται πιο ζωντανό και αποκτά ετοιμότητα, ένα σιωπηλό παιδί που χρησιμοποιεί περισσότερες λέξεις/φωνούλες, ένα παιδί που ασχολείται μόνο με την τηλεόραση και τις οθόνες που καταφέρνει ν' απορροφάται σε παιχνίδι αναπαράστασης μικρού κόσμου.* Αυτές οι αλλαγές είναι πιο πιθανό να γίνουν αντιληπτές με την πάροδο χρόνου. Το καθήκον του επαγγελματία είναι να βοηθήσει τους φροντιστές να παρατηρήσουν τις αλλαγές, να τους ενθαρρύνει να συνεχίσουν να ενδιαφέρονται για το παιχνίδι του παιδιού τους και να τους υποστηρίξει να ενσωματώσουν το *Κοίτα με να παίζω!* σε καθημερινές ή εβδομαδιαίες ρουτίνες.

Εκτός από την ενεργή παρακολούθηση του παιδιού να παίζει, οι φροντιστές μιλούν επίσης στο παιδί για το τι επιλέγει να κάνει. Επιτρέπουν στο παιδί να κατευθύνει, χωρίς να κάνουν προτάσεις ή να συμμετέχουν στο παιχνίδι του εκτός και εάν το ίδιο τους προσκαλέσει και παρατηρούν πως είναι να είναι με το παιδί τους ενώ παίζουν. Αυτά είναι όλα εκείνα που μπορούν να συμβούν μέχρι και για 20 λεπτά.

Ο ανάδοχος φροντιστής δυσκολεύεται όταν το παιδί που φροντίζει, το οποίο έχει ιστορικό σοβαρής παραμέλησης, καταστρέφει τις κούκλες και άλλα παιχνίδια που έχει – και στο playroom δημιουργείται ένα πλήρες χάος μόλις αρχίζει να παίζει! Τι συμβουλή πρέπει να δώσω;

Για ορισμένα παιδιά, η ευκαιρία για ελεύθερο παιχνίδι παρέχει διέξοδο για να εκφραστούν συναισθήματα που κρατούν μέσα τους για πολύ καιρό, τα οποία μπορεί να περιλαμβάνουν επιθετικότητα ή έντονη σύγχυση. Αυτά τα συναισθήματα μπορεί να είναι δύσκολο να γίνουν κατανοητά και πολλοί φροντιστές πιστεύουν ότι πρέπει να διδάσκουν στα παιδιά να συμπεριφέρονται διαφορετικά. Υπάρχουν καλοί λόγοι για να δείξουμε στα παιδιά πώς να φροντίζουν τα παιχνίδια τους, αλλά κατά τη διάρκεια του *Κοίτα με να παίζω!*, οι φροντιστές ενθαρρύνονται να αποδεχτούν το παιχνίδι του παιδιού, να περιγράψουν τι κάνει το παιδί και να συζητήσουν για αυτό που βλέπουν, με έναν άλλο ενήλικα - μέλος της οικογένειας, άλλο φροντιστή, σύμβουλο ή κοινωνικό λειτουργό. Αυτό μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά να αναπτύξουν εμπιστοσύνη και να επικοινωνούν με τους φροντιστές τους.

Εάν το παιχνίδι ενός παιδιού ταραξεί ή αναστατώνει αυτόν που το παρακολουθεί, και δεν αλλάζει, μπορεί να χρειαστεί πιο εξειδικευμένη βοήθεια. Μπορείτε να προτείνετε να εφαρμοστεί το *Κοίτα με να παίζω!* σε συντομότερο χρονικό διάστημα, ώστε να είναι πιο διαχειρίσιμο για τον ανάδοχο φροντιστή, αλλά ένα πιο χρήσιμο επόμενο βήμα είναι για εσάς ή για έναν άλλο επαγγελματία, να συνοδεύσει τον ανάδοχο φροντιστή στο *Κοίτα με να παίζω!*. Μαζί θα μπορείτε να παρατηρήσετε και να εντοπίσετε μικρές αλλαγές στο παιχνίδι του παιδιού με την πάροδο του χρόνου. Μπορείτε επίσης να εξετάσετε εάν θα χρειαστεί να ζητήσετε συμβουλές από μια υπηρεσία ψυχικής υγείας για βρέφη, μια υπηρεσία ψυχικής υγείας παιδιών, έναν ψυχοθεραπευτή παιδιών ή έναν ψυχοθεραπευτή γονέα-βρέφους.

Σχόλιο από ανάδοχο γονέα

«Η μη κατευθυντικότητα μπορεί να οδηγήσει σε μια ιστορία που αφηγείται το παιδί μέσω του παιχνιδιού».

Συνεργάζομαι με έναν κηδεμόνα του οποίου το παιδί δεν ανταποκρίνεται ή δεν παρουσιάζει ενδιαφέρον όταν του δίνει παιχνίδια. Πώς μπορώ να βοηθήσω?

Ενθαρρύνετε τον κηδεμόνα να σκεφτεί τις στιγμές του *Κοίτα με να παίζω!* ως χρόνο που μπορούν να περνούν ήσυχα μαζί. Καθίστε στο πάτωμα μαζί τους εφόσον είναι εφικτό, ώστε να παρατηρήσετε από κοινού τις μικρές χειρονομίες ή εκφράσεις του παιδιού και να σκεφτείτε μαζί πως να τις βάλετε σε λέξεις. Ενημερώστε το παιδί ότι μπορείτε να περιμένετε. Σχολιάστε τις μικρές αλλαγές που βλέπετε και επαινέστε τον φροντιστή που συνεχίζει να είναι διαθέσιμος και δίνει την πλήρη προσοχή στο παιδί του.

Μερικές φορές τα παιχνίδια μικρότερης χρονολογικής ηλικίας μπορεί να προσελκύσουν ένα παιδί που δεν είχε τόσες πολλές προηγούμενες ευκαιρίες να παίξει. Το νερό, η άμμος και η ζύμη επιτρέπουν στα παιδιά να εμπλακούν με τον δικό τους τρόπο και με το δικό τους ρυθμό. Εάν το παιδί έχει έναν κοινωνικό λειτουργό, έναν παιδαγωγό ή έναν άλλον επαγγελματία, σκεφτείτε μαζί του για το τι σας δείχνει το παιδί και ποια περαιτέρω βοήθεια μπορεί να χρειαστεί.

Κοίτα με να παίζω!! Κλινικά παραδείγματα

Τα σύντομα κλινικά παραδείγματα που παρατίθενται εδώ αποσκοπούν να δώσουν παραδείγματα τρόπων χρήσης του *Κοίτα με να παίζω!* με παιδιά διαφόρων ηλικιών. Για λόγους τήρησης του απορρήτου, όλα τα ονόματα και τα στοιχεία ταυτοποίησης έχουν υποστεί αλλαγές.

Μόλλυ: ένα βρέφος υπό ανάδοχη φροντίδα

Συνάντηση, τηλεφωνική παρακολούθηση (follow up) και σύνδεση με το επαγγελματικό δίκτυο κατά την διάρκεια 6 εβδομάδων.

Η Μόλλυ ήταν τριών μηνών όταν η κοινωνική λειτουργός την έφερε στο σπίτι – για πρώτη φορά – της ανάδοχου φροντιστή της, Τζέιν. Η Μόλλυ γεννήθηκε με εθισμό στην ηρωίνη και πέρασε τις πρώτες δύο εβδομάδες της ζωής της σε μονάδα εντατικής φροντίδας νεογνών. Η Τζέιν μου μίλησε για τις ανησυχίες της, για το διαπεραστικό, επίμονο κλάμα και τις απότομες αλλαγές διάθεσης της Μόλλυ. Η κοινωνική λειτουργός, που είχε αναλάβει την εποπτεία της Τζέιν, κι εγώ, σκεφτήκαμε μαζί της σχετικά με το περιβάλλον στο οποίο ενδέχεται να είχε βρεθεί η Μόλλυ πριν βρεθεί υπό την φροντίδα μας. Σκεφτήκαμε επίσης και την αβεβαιότητα στην οποία βρισκόταν η Τζέιν αναφορικά με τη διάρκεια της παραμονής της Μόλλυ. Μπορέσαμε να καθησυχάσουμε την Τζέιν πως το να αφήνει την Μόλλυ να αισθάνεται οικεία μαζί της θα την βοηθούσε στην ανάπτυξή της, ακόμη και αν έμενε για μικρό χρονικό διάστημα μαζί της.

Πρότεινα την απενεργοποίηση της τηλεόρασης για ορισμένες ώρες της ημέρας καθώς και την απομάκρυνση ηλεκτρονικών παιχνιδιών, ώστε να διευκολυνθεί η Μόλλυ στην ρύθμιση της υψηλής ψυχικής της έντασης. Το πιο ήρεμο αυτό περιβάλλον θα μπορούσε παράλληλα να βοηθήσει την Τζέιν να συντονιστεί με το παιδί που είχε υπό την φροντίδα της. Πρότεινα στην Τζέιν να δίνει την πλήρη προσοχή της παίζοντας με την Μόλλυ για είκοσι λεπτά κάθε μέρα. Η Τζέιν ακολούθησε αυτό το πρόγραμμα και μου είπε, στην μετέπειτα τηλεφωνική μας επικοινωνία πως το μικρό πρόσωπο της Μόλλυ έλαμπε όταν κοιτούσε αργά μέσα στα μάτια της, σήκωνε τα φρύδια της και την καλούσε ήσυχα με το όνομά της. Όταν η Τζέιν έβγαζε την γλώσσα της ή σήκωνε το χέρι της, έβλεπε πως η Μόλλυ την κοιτούσε με δέος καθώς αντικατόπτριζε τις κινήσεις της.

Ενθάρρυνα την Τζέιν να συζητήσει τις αποκρίσεις της Μόλλυ και το κοινό τους παιχνίδι με την επόπτρια κοινωνική λειτουργό και την παιδιάτρο. Μετά από τρεις

εβδομάδες, η Τζέιν ανέφερε στην κοινωνική λειτουργό πως ένιωθε πιο σίγουρη όσον αφορά την κατανόηση των αναγκών της Μόλλυ. Μάθαινε σταδιακά να γνωρίζει καλύτερα το ανάδοχο παιδί της και απολάμβανε περισσότερο την παρέα του. Άρχισε να αναγνωρίζει τι μπορεί να ήταν αγχογόνο για την Μόλλυ και να είναι σε θέση να προλαμβάνει τις αλλαγές στην διάθεσή της. Η Μόλλυ μπορούσε πια να αποδεχτεί την παρηγοριά, ενώ τα μεγάλα διαστήματα απαρηγόρητων κλαμάτων μειώθηκαν.

Επίλογος

Όταν ένα παιδί βρίσκεται υπό ανάδοχη φροντίδα, οι συνθήκες είναι πάντοτε πολύπλοκες. Μέσα σε αυτήν την κρίσιμη στιγμή, η σημασία του παιχνιδιού για την ανάπτυξη του παιδιού μπορεί εύκολα να παραβλέπεται. Ίσως να είναι δύσκολο για τους ανάδοχους φροντιστές να αισθανθούν πως έχουν την δυνατότητα να δημιουργήσουν έναν ουσιαστικό συναισθηματικό δεσμό, όταν προβλέπεται μια απομάκρυνση από το σπίτι ανάδοχης φροντίδας ή όταν είναι αβέβαιη η διάρκεια παραμονής.

Αυτή ήταν μια σύντομη παρέμβαση η οποία στήριξε την ανάδοχο φροντιστή στην προσπάθειά της να έρθει σε επαφή με την τριών μηνών Μόλλυ, ακόμη κι αν η κατανόηση των αναγκών της πήρε χρόνο και η ανάδοχος φροντιστής δεν γνώριζε πόσο καιρό θα παρέμενε μαζί της. Το παιχνίδι προσέφερε έναν χώρο στο οποίο η ανάδοχος φροντιστής και το παιδί συναντήθηκαν, βρίσκοντας έναν ρυθμό που ταίριαζε και στους δύο.

Επαγγελματικό έργο:

- Στενή παρατήρηση των αλληλεπιδράσεων ανάμεσα στο παιδί και τον ανάδοχο φροντιστή.
- Στήριξη του ανάδοχου φροντιστή ώστε να αισθάνεται συνδεδεμένος με το παιδί υπό την φροντίδα του.
- Επικύρωση της σημασίας της φροντίδας που παρέχει ο ανάδοχος φροντιστής.
- Κοινό μοίρασμα παρατηρήσεων σε μετέπειτα τηλεφωνική επικοινωνία με τον ανάδοχο φροντιστή.
- Παροχή συμβουλευτικής σχετικά με την ανάπτυξη του παιδιού.
- Σύνδεση με το επαγγελματικό δίκτυο.

- Ανατροφοδότηση ως προς τις εκπαιδευτικές ανάγκες των ανάδοχων φροντιστών χωρίς προηγούμενη εμπειρία.

Ενρίκος: ένα παιδί δύο χρονών που δεν μπορούσε να παίξει

Δέκα συναντήσεις, σύνδεση με το επαγγελματικό δίκτυο, στήριξη των θετών γονέων κατά την διάρκεια δεκατεσσάρων μηνών.

Ο Ενρίκος δόθηκε σε ανάδοχη φροντίδα όταν ήταν δύο χρονών, αφού δέχθηκε νοσοκομειακή θεραπεία για σοβαρούς τραυματισμούς που είχε υποστεί στο οικογενειακό σπίτι. Τέσσερις μήνες αργότερα, υπήρχαν ανησυχίες σχετικά με διαταραχές στην διατροφή και τον ύπνο, και με την υπερκινητικότητα που εκδήλωνε τρέχοντας πάνω-κάτω στο ανάδοχο σπίτι του. Το διεπιστημονικό δίκτυο ζητούσε συμβουλές για την στήριξη της ανάδοχου φροντιστή του, Άσσα. Η ίδια περιέγραφε τον Ενρίκο σαν «τυφώνα» μέσα στο ανάδοχο σπίτι.

Επισκέφτηκα το ανάδοχο σπίτι μία φορά κάθε δύο εβδομάδες για τους πρώτους τρεις μήνες. Τις πρώτες έξι εβδομάδες, μπόρεσα να δω τι ακριβώς εννοούσε η Άσσα καθώς ο Ενρίκος έτρεχε γύρω-γύρω, πιάνοντας περιστασιακά ένα παιχνίδι το οποίο έπειτα έριχνε ή πετούσε κάτω. Κάτσαμε στο έδαφος μαζί, επιμένοντας να συζητάμε με ηρεμία για αυτό που έκανε ο Ενρίκος. Η τηλεόραση ήταν απενεργοποιημένη και τα ηλεκτρικά παιχνίδια αντικαταστάθηκαν από έναν μικρότερο αριθμό μαλακών παιχνιδιών, λούτρινων ζώων, αυτοκινήτων και πάζλ. Σταδιακά, ο Ενρίκος άρχισε να ελαττώνει ταχύτητα και να παίζει με δύο αυτοκινήτάκια. Για λίγες εβδομάδες, η Άσσα συνειδητοποίησε πως περιέγραφε κατ' επανάληψη πως ο Ενρίκος χτυπούσε τα αυτοκινήτάκια μεταξύ τους, ύστερα από λίγο καιρό, άρχισε να τα σπρώχνει κάτω από τον καναπέ, ζητώντας της να του τα φέρει. Η Άσσα μου μετέφερε αργότερα πως αυτό το παιχνίδι της φαινόταν εξουθενωτικό και την έφερνε σε αμηχανία. Μοιραζόμουν την εμπειρία της και έβρισκα πως το παιχνίδι του Ενρίκου έμοιαζε ιδιαίτερα ελεγκτικό και επαναλαμβανόμενο. Παρατήρησα επίσης τα βιαστικά, φευγαλέα βλέμματα που έριχνε στην Άσσα και σε μένα: έμοιαζε να μας εξετάζει με την ματιά του. Η Άσσα κι εγώ αναρωτηθήκαμε πως να ήταν το παρελθόν του, με βάση αυτά που γνωρίζαμε ήδη. Φαινόταν πως το παιχνίδι του με τα αυτοκινήτάκια μας βοηθούσε να καταλάβουμε καλύτερα την ανάγκη του να κρατάει τους ενήλικες υπό στενή παρακολούθηση.

Μετά από αυτήν την συζήτηση, η Άσσα μου μίλησε για μια σημαντική αλλαγή στο παιχνίδι του: ο Ενρίκος ξεκίνησε να 'βρίσκει' μόνος του τα αυτοκίνητα. Η Άσσα ήταν ανακουφισμένη! Ένιωθε επίσης ικανοποιημένη που ο Ενρίκος έμοιαζε να

απολαμβάνει περισσότερο το παιχνίδι του. Παρατηρήσαμε και οι δύο πως μπορούσε πια να εξερευνεί και άλλα παιχνίδια. Μερικές φορές μιλούσε στα λούτρινα ζώακια, ή συνόδευε την Άσσα όταν εκείνη τραγουδούσε ένα παιδικό τραγούδι. Οι δυσκολίες στην διατροφή του επιλύθηκαν και άρχισε να κοιμάται όλη την νύχτα. Όταν οι γονείς αιτήθηκαν να υιοθετήσουν τον Ενρίκο, ήταν πρόθυμοι να σκεφτούν τις ανάγκες του και να βρουν με ποιους τρόπους θα μπορούσαν να τον βοηθήσουν. Συνέχισαν τις συνεδρίες του *Κοίτα με να παίζω!* κατά την διάρκεια των εισαγωγών καθώς και στους πρώτους μήνες υιοθεσίας. Παρείχα τηλεφωνική υποστήριξη στους νέους του γονείς και είχα την ευχαρίστηση να μάθω πως ήταν ένα αξιαγάπητο παιδί που τα πήγαινε πολύ καλά μέσα στην θετή του οικογένεια.

Επίλογος

Χρειάστηκε πολύ υπομονή και επιμονή από την Άσσα ώστε να συνεχίσει να κοιτάει το παιχνίδι του Ενρίκου κατά την διάρκεια των πρώτων πολύ δύσκολων μηνών. Η προσοχή της, τα λιτά παιχνίδια και ένα ήρεμο περιβάλλον δημιούργησαν τις συνθήκες μέσα στις οποίες τα άγχη του Ενρίκου και η μεγάλη του ψυχική ένταση μπορούσαν να αρχίσουν να εμπεριέχονται.

Με τον καιρό, το παιχνίδι του άρχισε να γίνεται πιο διερευνητικό. Η συζήτηση πάνω σε όσα είχαμε παρατηρήσει στο παιχνίδι του έμοιαζε να βοηθάει, επιτρέποντας στον Ενρίκο να χαλαρώσει την επαγρύπνησή του και να καταφέρει να παίξει περισσότερο σαν παιδί. Με συγκίνηση έμαθα πως, μέσα στο νέο του σπίτι, μπόρεσε να κρατήσει επαφή με τον ανάδοχο φροντιστή του, απολαμβάνοντας την φροντίδα και την νέα του ζωή με την θετή του οικογένεια.

Επαγγελματικό έργο:

- Παροχή συμβουλευτικής σχετικά με την ανάπτυξη του παιδιού.
- Συμμετοχή στις αλληλεπιδράσεις ανάμεσα στο παιδί και τον ανάδοχο φροντιστή, και ανατροφοδότηση προς τον ανάδοχο φροντιστή.
- Έπαινος του ανάδοχου φροντιστή για την απόδοση της πλήρους προσοχής του.
- Συνεχής αναστοχασμός με τον ανάδοχο φροντιστή όσο αρχίζουν να διαφαίνονται αλλαγές.

- Σύνδεση με το επαγγελματικό δίκτυο, το νηπιαγωγείο και τους υποψήφιους θετούς γονείς.
- Αναστοχασμός με τους θετούς γονείς μέσω τηλεφωνικής επικοινωνίας.

Ρασσάνα: ένα παιδί τριών ετών που πάει να ζήσει με ειδικούς κηδεμόνες

Τρεις συνεδρίες, συναντήσεις και τηλεφωνική στήριξη κατά την διάρκεια τριών μηνών

Η Ρασσάνα ήταν ένα πολύ ντροπαλό και όμορφο παιδί τριών χρονών που είχε βιώσει επαναλαμβανόμενες καταρρεύσεις των προγραμματισμένων αναδοχών και ξαφνικές μετακινήσεις. Μιλούσε ψιθυριστά, υψώνοντας σπάνια το βλέμμα της, και απέφευγε οποιαδήποτε σωματική επαφή ή παρηγοριά από την θεία και τον θείο της που είχαν γίνει οι ειδικοί κηδεμόνες της.

Στην πρώτη συνεδρία *Κοίτα με να παίζω!*, η συνάδελφός μου πρόσεξε πως μόλις η Ρασσάνα ξεκινούσε να παίζει, η θεία της, η Σιμίρα, έκανε ερωτήσεις και αρκετές προτάσεις για το τι θα μπορούσε να κάνει στην συνέχεια. Φαινόταν πως η Σιμίρα ήθελε πάρα πολύ να βρει έναν τρόπο να δίνει κάτι στην Ρασσάνα. Ήθελε τόσο πολύ να είναι ευτυχισμένη και να ξέρει πως την αγαπούν. Όμως το αποτέλεσμα ήταν πως η Ρασσάνα αποτραβιόταν.

Η συνάδελφός μου συμβούλεψε την Σιμίρα να κάνει ένα βήμα πίσω, να κοιτάξει και να ενδιαφερθεί για αυτό που επέλεγε η Ρασσάνα να κάνει. Μαζί κοιτούσαν, καθώς η Ρασσάνα άρχισε για πρώτη φορά να παίζει με λούτρινα ζώακια. Με την ενθάρρυνση της συναδέλφου μου, η Σιμίρα περιέγραψε αυτό που έκανε η Ρασσάνα με τα λούτρινα ζώακια. Όταν η Ρασσάνα δεν ήταν σίγουρη τι να κάνει στην συνέχεια, η Σιμίρα περίμενε. Μετά από την συνεδρία *Κοίτα με να παίζω!*, η Σιμίρα συλλογιζόταν μαζί με την συνάδελφό μου. Είπε πως τότε στο παρελθόν δεν είχε δει την Ρασσάνα να παίζει με αυτόν τον τρόπο. Δεν ήταν σίγουρη αν η Ρασσάνα θα το έκανε και στο σπίτι. Όμως συμφώνησε να προσπαθήσει να εφαρμόζει το *Κοίτα με να παίζω!*, με τη βοήθεια τηλεφωνικής στήριξης, όπου περιέγραψε στη συνάδελφό μου αυτό που είχε δει στο παιχνίδι της Ρασσάνα, και το πώς την έκανε να αισθάνεται το να είναι μαζί της ενώ έπαιζε.

Στις μετέπειτα συνεδρίες στην κλινική, η Σιμίρα και η συνάδελφός μου άρχισαν να βλέπουν μια νέα πλευρά της Ρασσάνα καθώς άρχιζε να παίζει πιο ελεύθερα. Μπορούσε να δείξει τα λούτρινα ζώακια να παλεύουν. Υπήρξαν αλλαγές και στο σπίτι: η Ρασσάνα, που ήταν τόσο ήρεμη, φώναζε τώρα όποτε κέρδιζε στο παιχνίδι Snap. Ζητούσε από την Σιμίρα να την κρατάει πάνω της όταν ήταν στεναχωρημένη. Η Σιμίρα ένιωθε πως η Ρασσάνα είχε ζωντανέψει, και είχε γίνει σαν ένα παιδί της ηλικίας της

και όχι σαν «μίνι-ενήλικας». Άρχισε να απολαμβάνει περισσότερο να φροντίζει την Ρασσάνα, ακόμη και όταν οι συνθήκες έγιναν πιο απαιτητικές και εκείνη έγινε λιγότερο υπάκουη.

Επίλογος:

Νέοι ανάδοχοι φροντιστές ίσως να ψάχνουν τρόπους να συνδεθούν με το παιδί δίχως να το κατακλύζουν, ο ασφαλής χώρος του παιχνιδιού αποτελεί γι' αυτούς έναν τόπο μέσω του οποίου μπορούν να εξερευνώνται με ευαισθησία οι νέες σχέσεις. Η Ρασσάνα απελευθερώθηκε έχοντας τον χώρο να εκφραστεί, με την πεποίθηση πως ήταν αρκετά σημαντική για την Θεία της ώστε να πάρει τον χρόνο να την κοιτάζει να παίζει. Αυτό της επέτρεψε να βρει την φωνή της.

Επαγγελματικό έργο:

- Παροχή συμβουλευτικής για την ανάπτυξη του παιδιού.
- Στήριξη ανάδοχων φροντιστών να αισθανθούν πως αρκεί 'μόνο να κοιτάνε'.
- Έπαινος του ανάδοχου φροντιστή για τον χρόνο που αφιέρωσε στο *Κοίτα με να παίζω!*.
- Συνεχής αναστοχασμός με τον ανάδοχο φροντιστή στα πλαίσια τηλεφωνικής επικοινωνίας.
- Σύνδεση με το επαγγελματικό δίκτυο.
- Αναγνώριση των θετικών αλλαγών με τον ανάδοχο φροντιστή και το δίκτυο.

Η έρευνα στην ανάπτυξη κατά την παιδική ηλικία και το Κοίτα με να παίζω!!

Διαταραχές στην Ψυχική Υγεία Βρεφών και πρόωρη παρέμβαση

***«Η διαφύλαξη της ψυχικής υγείας των βρεφών είναι το κλειδί στην πρόληψη των ψυχικών διαταραχών κατά την διάρκεια όλης της ζωής»
(Fonagy, 1998)***

Η πιο πρόσφατη έρευνα πάνω στον επιπολασμό των ψυχικών διαταραχών στην παιδική ηλικία στην Αγγλία (Sadleretal, 2017) εκτιμά πως ένα στα είκοσι παιδιά ηλικίας δύο με τεσσάρων ετών εμφανίζει μία ψυχική διαταραχή – υπό τον ορισμό συναισθηματικών, συμπεριφορικών, υπερκινητικότητας και λιγότερο κοινών δυσκολιών όπως το φάσμα του αυτισμού ή διαταραχές διατροφής. Στα παιδιά ηλικίας πέντε με δέκα ετών, ένα στα δέκα παιδιά εκτιμάται να έχει μια ψυχική διαταραχή.

Τα νέα παιδιά που εντάσσονται στο σύστημα υγείας έχουν υψηλό ρίσκο εμφάνισης ψυχικών δυσκολιών και διαταραχών ανάπτυξης, με κυρίαρχες την κατάθλιψη, την υπερκινητικότητα και το μετα-τραυματικό στρες (Reams, 1999). Στα παιδιά κάτω των πέντε ετών που βρίσκονται υπό ανάδοχη φροντίδα, ο επιπολασμός των ψυχικών διαταραχών έχει καταγραφεί σε προηγούμενες μελέτες ανάμεσα στο 45% και 60% (Meltzeretal, 2003; McAuley and Young, 2006; Stahmeretal, 2005; Hillenetal, 2012).

Η εμφάνιση μιας ψυχικής διαταραχής σε μικρή ηλικία αυξάνει το ρίσκο εμφάνισης συνεχόμενων σωματικών και ψυχικών διαταραχών κατά την παιδική ηλικία και την ενήλικη ζωή. Έχει πλέον πλήρως αποδειχθεί πως η πρόωμη παρέμβαση στις ψυχικές διαταραχές κατά την παιδική ηλικία είναι αποτελεσματική και ενέχει πλεονεκτήματα για την κοινωνία στο σύνολό της όπως και για το άτομο και την οικογένεια (Allen, 2011; APPG, 2015; Crockenberg and Leerkes, 2000).

Όταν οι σχέσεις έχουν σημαδευτεί από συγκρούσεις, βία ή παραμέληση, ή όταν έχουν υπάρξει επαναλαμβανόμενες ρήξεις στους ασφαλείς δεσμούς ενός παιδιού, τα πρώτα χρόνια της ζωής του παρέχουν τις μεγαλύτερες ευκαιρίες για αποκατάσταση και ανάρρωση. Η πρόωμη παρέμβαση αναγνωρίζεται ως η πιο αποτελεσματική για την πρόωμη έναρξη ψυχικών διαταραχών από ότι η αναμονή έως ότου τα προβλήματα να έχουν εδραιωθεί. Μια ανασκόπηση των θεραπειών του δεσμού συμπεραίνει πως οι παρεμβάσεις τεσσάρων έως δεκαοχτώ συνεδριών με έμφαση στη μητρική ευαισθησία έχουν τη δυνατότητα να πετύχουν ουσιαστική αλλαγή εάν εφαρμοστούν νωρίς στη ζωή του βρέφους (Wright et al., 2015).

Ένα τυπικά αναπτυσσόμενο βρέφος προσελκύει σαν μαγνήτης την προσοχή

των ενηλίκων, μερικά βρέφη όμως μπορεί να ανταποκριθούν σε συνθήκες έντονου στρες αναπτύσσοντας αμυντικούς μηχανισμούς συσχέτισης, οι οποίοι εκτρέπουν την προσοχή των ενηλίκων αλλού, κάτι που μπορεί να λειτουργήσει αρνητικά στις μελλοντικές τους σχέσεις και στο είδος δεσμού που θα αναπτύξουν (Fraiberg, 1982).

Η κλινική έρευνα και οι μελέτες στην παιδική ανάπτυξη προτείνουν παρεμβάσεις κατά τα δύο πρώτα χρόνια της ζωής του βρέφους, χρονική περίοδο κατά την οποία οι περιοχές του εγκεφάλου που είναι υπεύθυνες για τη συναισθηματική επεξεργασία και τη δημιουργία δεσμού έχουν τη μεγαλύτερη δυνατότητα ανάπτυξης και ανάκαμψης (Schorer, 2010). Για παιδιά που βρίσκονται σε ανάδοχη φροντίδα, υπάρχουν αξιόπιστα στοιχεία πως ο μεγαλύτερος φορέας της θεραπευτικής αλλαγής είναι το ίδιο το πλαίσιο φροντίδας (Lukeetal, 2014).

Ο δεσμός και η προσαρμογή του φροντιστή στο αναπτυσσόμενο βρέφος είναι το μέσο παροχής επανορθωτικών εμπειριών ασφάλειας και σταθερότητας. Το παιχνίδι παρέχει τρόπους με τους οποίους ο ανάδοχος φροντιστής και το βρέφος μπορούν να γνωριστούν μεταξύ τους και να δημιουργήσουν νέες σχέσεις. Για τους νέους θετούς γονείς επίσης, το παιχνίδι μπορεί να βοηθήσει στο να αφιερώσουν χρόνο για να αναγνωρίσουν τα σήματα και τον τρόπο που επικοινωνεί το παιδί.

Συντονισμός και πρώιμη αλληλεπίδραση

«Το παιχνίδι υποστηρίζει το σχηματισμό μιας σχέσης ασφάλειας, σταθερότητας και φροντίδας με το φροντιστή, την οποία τα παιδιά χρειάζονται για να ευδοκιμήσουν» (Yogmanetal, 2018)

Οι πρώτες εμπειρίες των παιδιών με τους φροντιστές τους διαμορφώνουν τη μελλοντική τους ανάπτυξη και τις σχέσεις τους. Το Κέντρο του Χάρβαρντ για το Αναπτυσσόμενο Παιδί (Harvard Center for the Developing Child) χρησιμοποιεί τη μεταφορά του «δούναι και λαβείν» («serve and return») για να περιγράψει εναρμονισμένες αλληλεπιδράσεις μεταξύ του παιδιού και του φροντιστή (2018). Το βρέφος «δίνει», στέλνοντας ένα σήμα καθώς ανοίγει ελαφρώς το στόμα του, κινεί τη γλώσσα του ή ανυψώνει τα φρύδια του. Ο γονέας ή ο φροντιστής, παρακολουθώντας προσεκτικά, «λαμβάνει και επιστρέφει» καθρεφτίζοντας την έκφραση του προσώπου του βρέφους, ίσως ελαφρώς πιο ενισχυμένη, εισάγοντας μια μικρή παραλλαγή ή συνοδεύοντας το σήμα επιστροφής με έναν αντίστοιχο ήχο. Το βρέφος παρακολουθεί το πρόσωπο του ενήλικα καθηλωμένο. Με αρκετές επαναλήψεις του «δούναι και λαβείν» τα πρόσωπά τους φωτίζονται, μέχρι τελικά το βρέφος να στρέψει το βλέμμα του αλλού για ξεκούραση. Κατά τη διάρκεια αυτών των διαδραστικών ακολουθιών,

απελευθερώνονται ορμόνες που ενισχύουν την ευχαρίστηση και παρακινούν το μωρό και τον γονέα να συνεχίσουν την ακολουθία όλο και περισσότερο, ενισχύοντας έτσι τον δεσμό μεταξύ του παιδιού και του φροντιστή.

Στο βιβλίο *Finding Your Way with Your Baby. The emotional life of parents and babies* οι συγγραφείς Dilys Daws και Alex de Rementeria (2015) υποστηρίζουν πως το βρέφος του οποίου τα συναισθήματα γίνονται κατανοητά και αναγνωρίζονται, βοηθιέται στο να γνωρίσει ολόκληρο το φάσμα των ανθρώπινων συναισθημάτων. Η ανταπόκριση στο παιδί ως ένα πρόσωπο που αποζητά το νόημα και που οι επικοινωνίες του έχουν νόημα, του επιτρέπει να αναπτύξει ασφαλή δεσμό.

«Το κλειδί για την ανάπτυξη της ασφάλειας και της ανθεκτικότητας βρίσκεται στην αποδοχή της σκέψης του παιδιού «mind-mindedness» - ο στοχασμός για το τι σκέφτεται το παιδί» (Schofieldetal, 2018).

Οι έρευνες στο πεδίο της νόησης έχουν δείξει ότι «η σκέψη για την απόδοση νοήματος» βοηθά τα παιδιά στην επικοινωνία και την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων. Τα παιδιά των οποίων οι φροντιστές αποδίδουν πιθανά νοήματα στους πρώτους ήχους και στις χειρονομίες τους, είναι πιθανό να γνωρίζουν περισσότερες λέξεις όταν είναι πέντε ετών, από ότι τα παιδιά των οποίων οι επικοινωνίες δεν συνδέονται με νόημα (Meinsetal, 2003; Meins & Fernyhough, 2010). Είναι επίσης πιο πιθανό να αναπτύξουν ασφαλή δεσμό με το φροντιστή τους. Τεχνικές όπως η Νοητικοποίηση (Mentalisation) και η αναστοχαστική πρακτική (reflective practice) τονίζουν επίσης τη σημασία της αναζήτησης νοήματος στη συμπεριφορά, το παιχνίδι και την επικοινωνία των παιδιών (Fonagy & Allison, 2012; Leckmanetal, 2007).

Στάδια του Παιχνιδιού

«Τα βρέφη ασχολούνται ενεργά με την αναζήτηση μοτίβων σε ό,τι συμβαίνει γύρω τους... Τα παιδιά έχουν ανάγκη να κατανοήσουν τι συμβαίνει γύρω τους... Αυτό το κίνητρο τους ωθεί να ενεργήσουν με τρόπους κατάλληλους ώστε να λάβουν τις πληροφορίες που χρειάζονται, τους οδηγεί δηλαδή να εξερευνήσουν και να πειραματιστούν» (Gopnik, Meltzoff & Kuhl, 1999).

Το παιχνίδι παίρνει διαφορετικές μορφές σε κάθε στάδιο της ανάπτυξης, ξεκινώντας από το παιχνίδι καθρεφτισματος («mirroring») και τις πρώτες «συνομιλίες» μεταξύ γονέων και βρεφών, τις πρώτες εβδομάδες της ζωής. Τα νεογνά βρίσκονται σε πλήρη εγρήγορση όταν αλληλοεπιδρούν πρόσωπο με πρόσωπο με έναν γονέα ή

φροντιστή, παρακολουθώντας ο ένας τον άλλον προσεκτικά (Murray & Andrews, 2005; Daws and de Rementeria, 2015).

Σε στιγμές αμοιβαίου ενδιαφέροντος, οι σωματικές λειτουργίες του βρέφους ενεργοποιούνται πλήρως (Music, 2016). Νέες συνδέσεις γίνονται στον εγκέφαλο του βρέφους - και, σε μικρότερο βαθμό, και στον εγκέφαλο του ενήλικα που ανταποκρίνεται – οι οποίες προωθούν την ικανότητα του βρέφους να αναγνωρίζει τα συναισθήματα και να σκέφτεται. Ένα βρέφος του οποίου ο γονέας ή ο φροντιστής ανταποκρίνεται συστηματικά στα σήματά του, βιώνει μια πληθώρα συναισθημάτων ως απάντηση στο εκφραστικό πρόσωπο και τη φωνή του συντρόφου του σε αυτόν τον διαδραστικό «χορό». Οι φροντιστές συχνά μεταβάλλουν τις εκφράσεις του προσώπου τους και τις χειρονομίες τους έτσι ώστε το βρέφος να τους μιμηθεί. Διαφορετικά μπορεί να μιμούνται τους ήχους του βρέφους και να εμπλέκονται σε μια αμφίδρομη «συνομιλία» χρησιμοποιώντας τους ήχους του βρέφους ως προτροπή. Περίπου στην ηλικία των 7 έως 12 μηνών, τα βρέφη μπορούν να αρχίσουν να μαθαίνουν ότι οι ενέργειές τους έχουν επιπτώσεις, όπως για παράδειγμα όταν ρίχνουν ένα παιχνίδι, μαθαίνουν ότι αυτό τελικά θα πέσει στο έδαφος.

Οι συστηματικές, διασκεδαστικές εμπειρίες που έχουν τη μορφή «πήγαινε/ έλα» είναι σημαντικές για τη μετέπειτα ανάπτυξη των δεξιοτήτων αυτορρύθμισης, τήρησης της σειράς και μοιράσματος (Reddy and Mireault, 2015). Επαναλαμβανόμενα παιχνίδια, όπως το «κου-κου-τσα» (peek-a-boo) και το «πάει ο λαγός να πιεί νερό» (this little rigggy) παρέχουν στο αναπτυσσόμενο βρέφος την ικανοποίηση ότι μπορεί να προβλέψει τι πρόκειται να συμβεί στη συνέχεια. Αυτά τα παιχνίδια ενισχύουν επίσης την ικανότητα των βρεφών να αναζητούν και να ανταποκρίνονται στις κοινωνικές σχέσεις. Το «κου-κου-τσα», το κρυφτό και τα πειράγματα παρέχουν ευκαιρίες στα μικρά παιδιά να εξερευνήσουν και να γνωρίσουν τις αντιδράσεις των φροντιστών τους, και να βιώσουν τη χαρά της κοινής απόλαυσης και κατανόησης.

Οι φροντιστές που διαβάζουν τακτικά με το παιδί τους μπορούν να ενθαρρύνουν το συμβολικό παιχνίδι με βάση αυτές τις ιστορίες. Αργότερα στην προσχολική ηλικία, μπορούν να ενισχύσουν τη φαντασία και την ανάπτυξη της γλώσσας, τραγουδώντας μαζί με το παιδί τους παιδικά τραγούδια. (Yogmanetal, 2018).

Παιχνίδι και Ανάπτυξη του Παιδιού

Οι πρώτες συστηματικές μελέτες για την ανάπτυξη των παιδιών από τη δεκαετία του 1940 από τους Piaget, Vygotsky, Bruner, Reddy, Sylva και πολλούς άλλους ερευνητές αναγνώρισαν το θεμελιώδη ρόλο του παιχνιδιού στην ανάπτυξη,

στην ευεξία, στην περιέργεια, στη μνήμη και στη μάθηση του παιδιού. Αυτά τα ευρήματα επιβεβαιώθηκαν σε μια ανασκόπηση του 2018 για την Αμερικανική Ένωση Παιδιατρικής (American Association of Pediatrics) από μια ομάδα γιατρών και ερευνητών με επικεφαλής τον Δρ Michael Yogman:

«Το παιχνίδι είναι ... θεμελιώδες για την υγεία και μας δίνει ευκαιρίες να εξασκηθούμε και να ακονίσουμε τις δεξιότητες που απαιτούνται για να ζήσουμε σε έναν περίπλοκο κόσμο».

Η πρώιμη μάθηση συνδυάζει την ανακάλυψη μέσα από το παιχνίδι με την ανάπτυξη κοινωνικών και συναισθηματικών δεξιοτήτων. Στο παιχνίδι, τα παιδιά επιλύουν επίσης προβλήματα και μαθαίνουν να εστιάζουν την προσοχή τους, δεξιότητες οι οποίες προάγουν την ανάπτυξη των εκτελεστικών λειτουργιών που είναι θεμελιώδεις για την σχολική ετοιμότητα και την ακαδημαϊκή επιτυχία. Οι εκτελεστικές λειτουργίες βοηθούν τα παιδιά να μεταβαίνουν από τη μια δραστηριότητα στην άλλη και να αποδεχθούν ρουτίνες και όρια (Yogmanetal, 2018).

Ο Φρόιντ περιέγραψε την προσοχή ως μια μορφή ψυχικής ενέργειας ή «σκέψης που παρατηρεί» που αναζητά μοτίβα νοήματος και φέρνει το εγώ, το συνειδητό νου, σε επαφή με την πραγματικότητα (1917, 1923). Η από κοινού προσοχή είναι ένα σημαντικό αναπτυξιακό στάδιο όταν τα μικρά παιδιά ενδιαφέρονται πολύ να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και τα πράγματα που έχουν παρατηρήσει. Αυτές οι κοινές εμπειρίες πιστεύεται ότι βοηθούν στα πρώτα στάδια της εκμάθησης της γλώσσας. Μελέτες έχουν δείξει θετική συσχέτιση μεταξύ της κοινής προσοχής στην οποία εμπλέκεται η δυάδα γονέας-παιδί και το εύρος του πρώιμου λεξιλογίου του παιδιού. Ο ερευνητής της ανάπτυξης των παιδιών Jerome Bruner προσδιόρισε την κοινή προσοχή ως μια συντονισμένη προσοχή των γονέων και των παιδιών μεταξύ τους και ως προς ένα τρίτο αντικείμενο ή γεγονός (1976, 1983). Μέσα από τη συζήτηση με τα παιδιά για το παιχνίδι τους, παρέχεται η ευκαιρία για επαναλαμβανόμενες εμπειρίες «από κοινού προσοχής».

Παιχνίδι κατευθύνόμενο από το παιδί

«Η εκμάθηση ευδοκιμεί όταν τα παιδιά έχουν κάποια εξουσία (έλεγχο των δικών τους ενεργειών) να παίξουν ρόλο στη δική τους μάθηση»
(Yogmanetal, 2018).

Πολλές προσεγγίσεις για την υποστήριξη παιδιών με αναπτυξιακές,

συναισθηματικές ή συμπεριφορικές δυσκολίες προωθούν το κατευθυνόμενο από το παιδί παιχνίδι, προκειμένου να παρέχουν περισσότερες ευκαιρίες για διάλογο και αμοιβαία απολαυστική αλληλεπίδραση. Η λογοθεραπεία, η προσέγγιση Solihull, τα προγράμματα Webster Stratton Incredible Years και Fostering Changes, η ψυχοθεραπεία γονέων-βρεφών και το «Watch, Wait and Wonder!» όλα εστιάζουν στο παιχνίδι που καθοδηγείται από το παιδί και διευκολύνεται από την εστιασμένη προσοχή του φροντιστή. Η εστίαση προσοχής στο παιχνίδι του παιδιού και η τοποθέτηση του παιχνιδιού σε λέξεις ενισχύουν την αυτοπεποίθηση, την αυτο-αποτελεσματικότητα, τη φαντασία, την αυτοεκτίμηση, τη συγκέντρωση, τη ρύθμιση και το συντονισμό του παιδιού. Υπάρχουν οφέλη επίσης στον συντονισμό και την ευαισθησία του φροντιστή (Panksepp, 2007; Sunderland, 2007; Dozieretal, 2009; Ayling &Stringer, 2013). Η ύπαρξη ενός περιβάλλοντος για κατευθυνόμενο από το παιδί παιχνίδι επιτρέπει στους ενήλικες να μάθουν από το παιδί πότε είναι η κατάλληλη στιγμή να το προσεγγίσουν συναισθηματικά και πότε να περιμένουν, παραμένοντας διαθέσιμοι και ενεργά ενδιαφερόμενοι, έως ότου το παιδί να είναι έτοιμο να συνδεθεί μαζί τους.

Η Αμερικανίδα ερευνήτρια παιδικής ανάπτυξης, Arietta Slade, βλέπει το παιχνίδι που κατευθύνεται από τα παιδιά ως μέσο ενοποίησης και ενσωμάτωσης: τοποθετώντας εμπειρίες και συναισθήματα στο παιχνίδι, «το παιδί δημιουργεί δομή» (1994: 91, 94). Αυτή η κατανόηση του παιδικού παιχνιδιού δεν είναι νέα. Τη δεκαετία του 1940, η Ούγγρος παιδίατρος Emmi Pikler παρατήρησε τη σημασία του αυθόρμητου παιχνιδιού κατευθυνόμενου από το παιδί, για την ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων στα βρέφη. Οι πρακτικές που καθιέρωσε στα σπίτια των παιδιών στηρίχθηκαν στην παροχή της πλήρους και αδιάλειπτης προσοχής του φροντιστή, και στην προώθηση του παιχνιδιού αφήνοντας ελεύθερη τη φαντασία. Αυτές παραμένουν επίκαιρες έως και σήμερα σε Πλαίσια Παιδικής Προστασίας και Κέντρα Ημέρας και Παρέμβασης σε όλη την Ευρώπη (Vamosetal, 2010). Ωστόσο, η έρευνα και η κλινική πρακτική έχουν δείξει ότι η αξία του ελεύθερου παιχνιδιού στην ανάπτυξη των παιδιών μπορεί να χαθεί όταν υπάρχουν σημαντικές ανησυχίες για την ανάπτυξη ή την ψυχική υγεία τους. Γενικότερα, το να κρατάμε στο νου τις εμπειρίες του παιδιού μπορεί να είναι δυσκολότερο όταν υπάρχουν υψηλά επίπεδα κινδύνου.

«Η ικανότητα «να σκεφτόμαστε το παιδί» μπορεί να διαβρωθεί σε δύσκολες καταστάσεις» (Onions 2018, σελ. 252)

Η διασφάλιση ότι ένα παιδί είναι σωματικά καλά και ασφαλές πρέπει να έχει προτεραιότητα όταν υπάρχει ανησυχία που αφορά στην παιδική προστασία. Στην πορεία προς την ανάκαμψη από το τραύμα όμως, η σωματική και η ψυχολογική

διάσταση είναι στενά συνδεδεμένες. Στην Αφρική, μελέτες για παιδιά που αναρρώνουν από υποσιτισμό αναφέρουν μείωση της θνησιμότητας και αυξημένη ταχύτητα ανάρρωσης σε παιδιά που έλαβαν εντατική σίτιση και ψυχοκοινωνική υποστήριξη που περιλάμβανε την προώθηση του παιχνιδιού και την παροχή της προσοχής στο παιδί, σε σύγκριση με τα παιδιά που έλαβαν μόνο εντατική σίτιση (ΠΟΥ, 2004). Η εστίαση στην ψυχολογική ευημερία φαίνεται να είναι θεμελιώδης για τη δημιουργία της συναισθηματικής σύνδεσης μεταξύ των παιδιών και των φροντιστών τους, που με τη σειρά της είναι κρίσιμη για την ανάρρωση και την υγεία των παιδιών.

Η σημασία της εξερεύνησης

«Το σύστημα δεσμού υπάρχει για να φέρει το βρέφος πολύ κοντά στον φροντιστή του, προστατεύοντας έτσι το βρέφος από βλάβη και αρπαγή. Το σύστημα εξερεύνησης υπάρχει για να ωθήσει το βρέφος στον κόσμο να μάθει για το περιβάλλον, βελτιώνοντας έτσι την πιθανότητα του να λειτουργήσει με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα» (Elliot & Reis, 2003: 320)

Οι έρευνες του Bowlby από τη δεκαετία του 1940 και μετά, εντόπισαν δύο εμπλεκόμενα συστήματα, του δεσμού και της εξερεύνησης, και τα δύο αναπόσπαστα κομμάτια για την ανάπτυξη του παιδιού (1969). Όταν ικανοποιείται η ανάγκη για δεσμό, το παιδί στρέφεται στην εξερεύνηση και είναι σε θέση να αλληλεπιδράσει και να εξερευνήσει τον κόσμο γύρω του.

Είναι ενδιαφέρον ότι η εξερεύνηση έχει λάβει πολύ λιγότερη προσοχή στην έρευνα και την εκπαίδευση. Μπορεί να φαίνεται δύσκολο να πιστέψουμε ότι τα παιδιά που έχουν βιώσει τραύμα και αναστάτωση στην ζωή τους είναι δυνατόν να κρατήσουν ικανή απόσταση από αυτούς που έχουν έρθει κοντά ώστε να μπορέσουν να παίξουν και να εξερευνήσουν. Ωστόσο, πρέπει να αντιληφθούμε πως τα παιδιά που δεν μπορούν να παίξουν ελεύθερα και να εξερευνήσουν βρίσκονται εξελικτικά σε μειονεκτική θέση. Ένα παιδί που δεν μπορεί να στραφεί στον κόσμο γύρω του με περιέργεια και χαρά είναι λιγότερο ικανό να βρει ανακούφιση και ικανοποίηση μέσω του παιχνιδιού.

«... Για τα είδος μας οι κίνδυνοι της εξερεύνησης αντισταθμίζονται από τα οφέλη της μάθησης. Οι γρήγορες και βαθιές αλλαγές στην κατανόηση του κόσμου από τα παιδιά φαίνεται να σχετίζονται με τους τρόπους που αυτά εξερευνούν και πειραματίζονται». (Gopniketal, 1999)

Ενώ οι οδηγίες μπορούν να περιορίσουν τη δημιουργικότητα και τη φαντασία ενός παιδιού, οι ενήλικες που διευκολύνουν το παιδικό παιχνίδι και δείχνουν ενδιαφέρον, συμβάλουν στην ανεξάρτητη εξερεύνηση του παιδιού, τη μάθηση και την ανάπτυξη της γλώσσας. Η ανασκόπηση της Αμερικάνικης Παιδιατρικής Ένωσης (2018) (American Association of Pediatrics) αναφέρει ότι όταν δόθηκαν τουβλάκια για κατασκευαστικό παιχνίδι σε παιδιά προσχολικής ηλικίας, για να παίξουν στο σπίτι με ελάχιστη καθοδήγηση από ενήλικες, έδειξαν βελτιωμένες επιδόσεις στις πρώιμες γλωσσικές τους δεξιότητες.

Το διερευνητικό παιχνίδι, η δημιουργία ακαταστασίας ή το να κάνεις πράγματα «λάθος» είναι σημαντικοί τρόποι με τους οποίους τα παιδιά μαθαίνουν για το περιβάλλον τους και αναπτύσσουν τις δεξιότητες συντονισμού και επικοινωνίας που θέτουν τα θεμέλια για την επίσημη μάθηση αργότερα. Ο παιδίατρος και ψυχαναλυτής Donald Winnicott (1971) περιέγραψε το παιχνίδι ως έναν δημιουργικό τρόπο εξερεύνησης του εαυτού και του κόσμου γύρω μας και ένα μέσο να έχουμε μια δημιουργική σχέση με τον κόσμο. Καθώς τα παιδιά εξερευνούν ιστορίες στο φανταστικό τους παιχνίδι, ανακαλύπτουν τα συναισθήματά τους. Η επανάληψη του παιχνιδιού επιτρέπει στα δυνατά συναισθήματα να ρυθμιστούν έτσι ώστε οι φόβοι, τα άγχη και οι ανησυχίες σταδιακά να μειώνονται σε ένταση. Όπως ακριβώς ο ύπνος μας επιτρέπει να δοκιμάσουμε λύσεις σε ένα πρόβλημα στα όνειρά μας και να ξυπνήσουμε με μια πιο ξεκάθαρη ιδέα του τι πρέπει να γίνει, έτσι το παιχνίδι επιτρέπει στα παιδιά να βρουν καλύτερους τρόπους διαχείρισης μιας δύσκολης κατάστασης.

Η ιδιαίτερη αξία του παιδικού παιχνιδιού για παιδιά που έχουν βιώσει δυσκολίες

«Στην παρουσία της παιδικής αντιξοότητας, το παιχνίδι γίνεται ακόμη πιο σημαντικό. Η αμοιβαία χαρά, η κοινή επικοινωνία και ο συντονισμός που μπορούν να βιώσουν οι γονείς και τα παιδιά κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού ρυθμίζουν την ανταπόκριση του σώματος στο άγχος».
(Yogmanetal., 2018)

Το πρώιμο τραύμα και οι αντιδράσεις που προκαλεί στον εγκέφαλο του βρέφους μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά τη μακροπρόθεσμη ανάπτυξη και τις ικανότητες αυτορρύθμισης, τις σχέσεις και την ευεξία (Perry, 1995; Schore, 2010). Τα αμυντικά σχήματα αλληλεπίδρασης μπορούν να οδηγήσουν ακόμη και πολύ μικρά βρέφη να διακόψουν κάθε επαφή. Η λειτουργίες επιβίωσης που προστατεύουν τον εαυτό από τον άμεσο κίνδυνο παρακάμπτουν τα μέρη του εγκεφάλου που

αναγνωρίζουν και ρυθμίζουν το συναίσθημα. Όταν αυτές οι περιοχές του εγκεφάλου αποτυγχάνουν να αναπτυχθούν, τότε αμυντικές αποκρίσεις όπως η υπερ-επαγρύπνηση, η δυσλειτουργία και η αποσύνδεση συνεχίζουν να παρεμβαίνουν στο παιχνίδι, την κοινωνική αλληλεπίδραση και τη μάθηση πολύ μετά το πέρασμα του κινδύνου (McCrory, De Brito & Viding, 2011).

Η Αμερικανική Ένωση Παιδιατρικής (2018) αναφέρει πως παιδιά που αντιμετωπίζουν δυσκολίες αυτό-ρύθμισης, οι οποίες οφείλονται σε σημαντικές αντιξοότητες στο παρελθόν τους, κατάφεραν να σημειώσουν πρόοδο όταν τους δόθηκαν συστηματικές ευκαιρίες να συμμετάσχουν σε ελεύθερο παιχνίδι, υποστηριζόμενο από ενήλικες. Είναι σημαντικό να αντιμετωπιστούν οι αμυντικοί τρόποι συσχέτισης που έχουν υιοθετηθεί για την επιβίωση στη βρεφική ηλικία, όσο το δυνατόν νωρίτερα, προκειμένου να ικανοποιηθούν οι ψυχολογικές ανάγκες για οικειότητα, εμπιστοσύνη και εξερεύνηση. Η αμοιβαία χαρά και ο κοινός συντονισμός που μπορούν να βιώσουν οι γονείς και τα παιδιά κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού βοηθούν στη μείωση των επιπτώσεων του στρες. Η ανταπόκριση του σώματος στο στρες συνδέεται με τη λειτουργία του εγκεφάλου και τα νευρο-φυσιολογικά σήματα. Η προσεκτική φροντίδα και η ανταπόκριση στις επικοινωνίες ενός παιδιού με καθρέφτισμα και λέξεις βοηθά στη μείωση των επιπτώσεων του τραύματος και στη μείωση των τοξικών επιπτώσεων του υπερβολικού στρες.

Οφέλη για τους ενήλικες

Οι προληπτικές γονεϊκές δραστηριότητες μειώνουν το γονεϊκό άγχος και ενισχύουν τη σχέση γονέα-παιδιού. Το παιχνίδι με τα παιδιά ωφελεί όχι μόνο τα παιδιά αλλά και τους φροντιστές, οι οποίοι μπορούν να αναβιώσουν ή να θυμηθούν τη χαρά της παιδικής τους ηλικίας και να αναζωογονηθούν. Η συμμετοχή στο παιχνίδι του παιδιού μπορεί να βοηθήσει τους φροντιστές που ανταποκρίνονται στα παιδιά τους να αναζωπυρώσουν την δική τους ικανότητα για παιχνίδι (Alvarez & Phillips, 1998). Οι φροντιστές μπορούν να εμπλακούν ενεργά με τα παιδιά τους, να παρατηρήσουν και να κατανοήσουν την εξω-λεκτική συμπεριφορά των βρεφών, να συμμετέχουν σε διασκεδαστικές αλληλεπιδράσεις και να μοιραστούν τη χαρά του να παρακολουθούν την άνθηση των ενδιαφερόντων και των δεξιοτήτων των παιδιών τους (Yogmanetal, 2018).

Ο «από κοινού» προβληματισμός μας ως ενήλικες που γνωρίζουμε και νοιαζόμαστε για το παιδί μπορεί να βοηθήσει στην κατανόηση των δύσκολων εμπειριών. Οι φροντιστές αισθάνονται λιγότερο μόνοι τους και περισσότερο ικανοί να βρουν χαρά και επιβεβαίωση ακόμη και στα μικρότερα αναπτυξιακά βήματα του

παιδιού τους, όταν υποστηρίζονται από ανθρώπους που σκέφτονται το παιδί τους, μαζί τους. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην προστασία από τον πιθανό αντίκτυπο του δευτερογενούς τραύματος για όσους βρίσκονται σε στενή επαφή με τη διαταραχή και τον ψυχικό πόνο των μικρών παιδιών (Wakelyn, 2019).

Παραδείγματα Workshop

Ένα workshop μισής ημέρας που παρουσιάζει το *Κοίτα με να παίζω!* σε ομάδες, συμπεριλαμβανομένων γονέων, θετών φροντιστών, εποπτών, κοινωνικών λειτουργών και θεραπευτών:

- **Εισαγωγή** στο workshop, στόχοι και ελπίδες (15 λεπτά)
- Ομαδικός αναστοχασμός: η εμπειρία των μεταβάσεων (20 λεπτά)
- **1^ο Μέρος** - Παρουσίαση και συζήτηση: Παρέμβαση στη βρεφική ψυχική υγεία των παιδιών σε ανάδοχες οικογένειες: ανάγκες και ευκαιρίες (40 λεπτά)
- Διάλειμμα
- **2^ο Μέρος** - Παρουσίαση και συζήτηση: Η προσέγγιση του *Κοίτα με να παίζω!* (50 λεπτά)
- **3^ο Μέρος** - Συζήτηση περιστατικών σε μικρές ομάδες (40 λεπτά)
- **Κλείσιμο:**
- Περίληψη
- Ερωτήσεις, αναθεώρηση και αξιολόγηση (20 λεπτά)

Ένα workshop μισής μέρας του *Κοίτα με να παίζω!* για ανάδοχους φροντιστές και κοινωνικούς λειτουργούς

- Εισαγωγή στο workshop στόχοι και ελπίδες (15 λεπτά)
- Ομαδικός αναστοχασμός: εμπειρίες παιχνιδιού στην παιδική ηλικία (30 λεπτά)
- Παρουσιάζοντας το *Κοίτα με να παίζω!*: Παιχνίδια ρόλων και συζήτηση (40 λεπτά)
- Διάλειμμα
- Παρουσίαση και συζήτηση: Γιατί είναι σημαντικό το παιχνίδι (40 λεπτά)
- Συζήτηση περιστατικών σε μικρές ομάδες (30 λεπτά)
- Αξιολόγηση και κλείσιμο (15 minutes)

Χρήσιμες ιστοσελίδες

- ✚ Association of Child Psychotherapists – Find a therapist register:
<https://childpsychotherapy.org.uk/fat>
- ✚ Association for Infant Mental Health (UK): <https://aimh.org.uk/>
- ✚ The Centre for the Developing Child at Harvard University videos on ‘serve and return interaction’: <http://developingchild.harvard.edu/resources/serve-return-interaction-shapes-brain-circuitry/>
- ✚ Coram BAAF (British Association for Adoption and Fostering): <https://corambaaf.org.uk>
- ✚ First Step Leaflets: www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep
- ✚ Plan Toys: www.plantoys.com<https://www.youtube.com/watch?v=tpEoKBeVReQ>
- ✚ The Social Baby: <http://www.socialbaby.com/>
- ✚ The Tavistock and Portman NHS Foundation Trust and Training Centre:
<https://tavistockandportman.nhs.uk/>
- ✚ Understanding Childhood: www.understandingchildhood.net/
- ✚ University of East Anglia Secure Base model downloadable resources for trainings:
<https://www.uea.ac.uk/providingasecurebase/resources/>
- ✚ Zero toThree: <https://www.zerotothree.org/>

Περαιτέρω Μελέτη

- Daws, D., de Rementeria, A. (2015). *Finding Your Way with Your Baby. The emotional life of parents and babies*. London: Routledge.
- Fawcett, M. and Watson, D.L. (2016) *Learning Through Child Observation*. London: Jessica Kingsley.
- Gerhardt, S. (2015) *Why Love Matters. How affection shapes a baby's brain*. Second edition. Hove and New York: Routledge.
- Hingley - Jones, H., Parkinson, C., and Allain, L. (eds) (2017) *Observation in Health and Social Care: Applications for Learning, Research and Practice with Children and Adults*. Jessica Kingsley, London.
- Murray, L. and Andrews, L. (2005) *The Social Baby: Understanding Babies' Communication from Birth*. Richmond, The Children's Project/CP Publishing.
- Prior, V. and Glaser, D. (2006) *Understanding Attachment and Attachment Disorders: Theory, Evidence, and Practice*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Sunderland, M. (2007) *What every parent needs to know. The incredible effects of love, nurture and play on your child's development*. London/New York: Dorling Kindersley.
- Urwin, C. and Sternberg, J. (eds) (2012) *Emotional lives. Infant observation and research*. London: Routledge.
- Wakelyn, J. (2019) *Therapeutic Approaches with Babies and Young Children in Care: Observation and Attention* Karnac /Routledge).
- Youell, B. (2005) Observation in social work practice, in Bower, M., (ed.) *Psychoanalytic theory for social work practice. Thinking under fire*. London and New York: Routledge.

Βιβλιογραφία

- All Party Parliamentary Group (APPG) (2015) *Building Great Britons. Conception to age 2. The First 1001 Days*. <https://plct.files.wordpress.com/2012/11/building-great-britons-report-conception-to-age-2-feb-2015.pdf>.
- Allen, G. (2011) *Early Intervention: The Next Steps. An Independent Report to Her Majesty's Government*. London: Cabinet Office
- Alvarez, A. and Phillips, A. (1998) The importance of play: A child psychotherapist's view. *Child Psychology and Psychiatry Review*, 3, 3, 99-104.
- Ayling, P., and Stringer, B. (2013) Supporting carer – child relationships through play: a model for teaching carers how to use play skills to strengthen attachment relationships. *Adoption & Fostering* 37,2, 130-143.
- Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss. Volume 1, Attachment*. New York: Basic Books.
- Bruner J., S., Jolly A., Sylva K., eds.(1976) *Play: Its Role in Development and Evolution*. New York, NY: Basic Books.
- Bruner, J. (1983) *Child's talk. Learning to use language*. Oxford, Oxford University Press.
- Crockenberg, S., and Leerkes, E. (2000). *Infant social and emotional development in family context*. In C. H. Zeanah (ed.) Handbook of infant mental health, pp 60-90. Second edition. London, Guildford Press.
- Daws, D. and de Rementería, A. (2015). *Finding Your Way with Your Baby. The emotional life of parents and babies*. London: Routledge.
- Dozier, M., Peloso, E., Lindhiem, O., Gordon, M. K., Manni, M., Sepulveda, S., Ackerman, J., Bernier, A. & Levine, S. (2006) Developing evidence-based interventions for foster children: an example of a randomized clinical trial with infants and toddlers. *Journal of Social Issues*, 62,767–785.
- Dozier, M., Oliver, A. et al. (2009) Effects of a foster parent training program on young children's attachment behaviors: preliminary evidence from a randomized clinical trial. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 26, 321–332.
- Elliot, A.J. and Reis, H. T., (2003) Attachment and Exploration in Adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 2, 317–331.

- Everson-Hock, E.S., (et al.), (2012) The effectiveness of training and support for carers and other professionals on the physical and emotional health and well-being of looked-after children and young people: a systematic review. *Child Care Health and Development*. 38,2, 162–174.
- Fonagy, P. (1998) Prevention, the appropriate target of infant psychotherapy. *Infant Mental Health Journal*, 19: 124–15.
- Fonagy, P., & Allison, E. (2012) *What is mentalization? The concept and its foundations in developmental research*. In Midgley, N., and Vrouva, J. ,Minding the Child. Mentalization-based interventions with children, young people and their families. Hove, Routledge.,pp.11- 34.
- Fraiberg, S., (1982) Pathological defenses in infancy, *Psychoanalytic Quarterly*, 51:612-635.
- Freud, S. (1917) *A metapsychological supplement to the theory of dreams*, Standard Edition, 14. London: Hogarth.
- Freud, S. (1923)*Two encyclopaedia articles*, Standard Edition, 18. London: Hogarth.
- Gopnik, A.,Meltzoff, A.,and Kuhl, P.(1999) *How babies think. The science of childhood*. London, Weidenfeld and Nicolson.
- Hillen, T., Gafson, L., Drage, L. and Conlan, L. M. (2012) ‘Assessing the prevalence of mental health disorders and needs among preschool children in care in England’, *Infant Mental Health Journal*, 33 (4): 411- 420.
DOI:10.1002/imhj.21327.
- Leckman, J., Feldman, R., Swain, J., Mayes, L. (2007). *Primary parental preoccupation: revisited*. In Mayes, L., Fonagy, P., Target M. (eds.) Developmental science and psychoanalysis: Integration and innovation, pp. 89-108. London, Karnac.
- Luke,N., Sinclair, I., Woolgar, M., and Sebba, J.,(2014) *What works in preventing and treating poor mental health in looked-after children?* Oxford, Rees Centre/ NSPCC.
- Mcauley, C. and Young, C. (2006) ‘The mental health needs of looked-after children: challenges for CAMHs provision’, *Journal of Social Work Practice*, 20 (1): 91-104.
- McCrory, E., DeBrito, S., and Viding, E.(2011) ‘Heightened neural reactivity to threaten child victims of family violence’, *Current Biology*, 21 (23): R947-948

- Meins, E. and Fernyhough, C. (2010) *Mind-mindedness coding manual, Version 2.0*. Unpublished manuscript. Durham, UK: Durham University.
- Meins, E., Fernyhough, C., Wainwright, R., Clark-Carter, D., Das Gupta, M., Fradley, E. and Tuckey, M. (2003) 'Pathways to understanding mind: construct validity and predictive validity of maternal mind - mindedness', *Child Development*, 74:1194-1211.
- Meltzer, H., Corbin, T., Gatward, R., Goodman, R. and Ford, T. (2003) *The mental health of young people looked after by local authorities in England*. London: The Stationery Office.
- Minnis, H. and Devine C., (2001) The effect of foster carer training on the emotional and behavioural functioning of looked-after children. *Adoption & Fostering*, 25(1),144-54.
- Murray, L. and Andrews, L. (2005) *The Social Baby: Understanding Babies' Communication from Birth*. Richmond, The Children's Project/ CP Publishing.
- Music, G. (2011) *Nurturing Natures. Attachment and children's emotional sociocultural and brain development*. Hove and New York, Taylor and Frances.
- National Scientific Council on the Developing Child (2012) Serve and return interaction. *You Tube citation* accessed 07/07/2015.
<http://www.developingchild.harvard.edu>
- National Institute of Clinical Excellence (NICE)/ Social Care Institute for Excellence (SCIE) (2010) *Guidance on Promoting the quality of life of looked-after children and young people* PH28 <http://guidance.nice.org.uk/PH28>
- Onions, C. (2018) 'Retaining foster carers during challenging times: the benefits of embedding reflective practice into the foster carer role'. *Adoption and Fostering*, 42 (3): 249- 256.
- Panksepp, J. (2007) Can PLAY Diminish ADHD and Facilitate the Construction of the Social Brain? *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 16(2): 57–66.
- Perry, B.D., Pollard, R.A., Blakley, T.L., Baker, W.L. and Vigilante, D. (1995) 'Childhood trauma, the neurobiology of adaptation and 'use dependent' development of the brain: how "states become traits" ' *Infant Mental Health Journal*, 16: 271-91.
- Reams R., (1999) 'Children birth to three entering the state's custody', *Infant Mental Health Journal*, 20 (2): 166-174.

- Reddy, V. and Mireault, G. (2015) 'Teasing and clowning in infancy', *Current Biology*, 25, (1): 20-23. [Dol:10.1016/j.cub.2014.09.021](https://doi.org/10.1016/j.cub.2014.09.021).
- Sadler, K. et al., (2017) *Mental Health of Children and Young People in England. Summary of key findings*. NHS Digital, Health and Social Care Information Centre. <https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistical/mental-health-of-children-and-young-people-in-england/2017/2017>
- Schofield, G. (2018) *Secure Base Model introductory talk*. <https://www.uea.ac.uk/providingasecurebase/resources>. Accessed 23/7/2018.
- Schore, A. (2010) 'Relational trauma and the developing right brain: The neurobiology of broken attachment bonds'. In Baradon, T. (ed.) *Relational trauma in infancy: Psychoanalytic, attachment and neuropsychological contributions to parent-infant psychotherapy*, pp. 19-47. London, Routledge.
- Slade, A. (1994) 'Making Meaning and Making Believe: Their Role in the Clinical Process.' In A. Slade & D. Wolf (Eds) *Children at Play: Clinical and Developmental Approaches to Meaning and Representation*. New York: Oxford University Press.
- Stahmer, A.C., Aubyn, C., Leslie, M.D., Hurlburt, M., Richard, P.B., Webb, M. B., Landsverk and J., Jinjin, Z. (2005) 'Developmental and behavioral needs and service use for young children in child welfare', *Pediatrics*, 116: 891-900.
- Sunderland, M. (2007) *What every parent needs to know. The incredible effects of love, nurture and play on your child's development*. London and New York, Dorling Kindersley.
- Vamos J., Tardos A., Golse B., Konicheckis A. (2010) *Contribution of the Pikler approach to what is known with regard to a baby's resources*. Lecture at the 12th Congress of the World Association of Infant Mental Health.
- Wakelyn, J. (2019) *Therapeutic Approaches with Babies and Young Children in Care: Observation and Attention*. Abingdon, Karnac/Routledge.
- Wakelyn, J. (2019) 'Developing an intervention for infants and young children in care: Watch Me Play!' in *Supporting Vulnerable Babies and Young Children*, edited by Wendy Bunston and Sarah Jones London and Melbourne, Jessica Kingsley.
- Wakelyn, J. (2019) 'Clinical research and practice with babies and young children in care' in *New Discoveries in Child Psychotherapy Research*, edited by Michael

- and Margaret Rustin. Abingdon, Karnac /Routledge.
- Warman, A., Pallett, C. and Scott, S.(2006) Learning from each other: process and outcomes in the Fostering Changes training programme, *Adoption & Fostering*,30,17–28.
- WHO (2004) *The importance of caregiver-child interactions for the survival and healthy development of young children: A Review*. <http://www.who.int/child-adolescent-health>. Accessed 16.03.2018.
- Winnicott, D. W. (1971) *Playing and Reality*. London and New York, Routledge.
- Wright, B., Barry, M., Hughes, E., Tré pel, D., Ali, S., Allgar, V., et al. (2015) Clinical effectiveness and cost-effectiveness of parenting interventions for children with severe attachment problems: a systematic review and meta-analysis. *Health Technology Assessment*, 19 (52).
- Yogman, M., (et al.) for the American Association of Pediatrics Committee on psychosocial aspects of child and family health, (2018) *The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children*. *Pediatrics*. 2018; 142 (3): e20182058)

Αναγνωρίσεις

Δημιουργήθηκε από την *Jenifer Wakelyn, Lead Child Psychotherapist, First Step*, με πολλές ευχαριστίες στα παιδιά, ανάδοχους φροντιστές, γονείς, κοινωνικούς λειτουργούς, επόπτες, φοιτητές, κλινικούς, διευθυντές, συναδέλφους και φίλους που έχουν συμβάλει στην ανάπτυξη του *Κοίτα με να παίζω!*. Ευχαριστούμε επίσης τους συναδέλφους που έχουν διαβάσει προσχέδια του εγχειριδίου και πρόσφεραν χρήσιμες προτάσεις.

Ιδιαίτερες ευχαριστίες στον *Rashawn Fergus* για την άδεια αναπαραγωγής του σχεδίου στο μπροστινό εξώφυλλο του 1^{ου}μέρους, το οποίο έκανε όταν ήταν πέντε ετών και στον *Sam Scruton*, ο οποίος έδωσε το όνομα *Κοίτα με να παίζω!*.

Αναγνωρίζω με ευγνωμοσύνη την οικονομική υποστήριξη από το Ίδρυμα *Tavistock Clinic*.



**Tavistock
Clinic
Foundation**

Understanding the Life of the Mind

Για να παραθέσετε αυτό το εγχειρίδιο:

Wakelyn, J. (2019) *Watch Me Play manual, parts 1 and 2. Version 1.*
www.tavistockandportman.nhs.uk/firststep

Ευχαριστίες

Ευχαριστούμε το Ίδρυμα Tavistock Clinic για την παροχή εκπαίδευσης και εποπτείας στην θεραπευτική προσέγγιση *Watch Me Play!*.

Ειδικότερα ευχαριστούμε θερμά την *Jenifer Wakelyn*, Επικεφαλής του Προγράμματος *Watch Me Play!* για τη συνεργασία με την διεπιστημονική ομάδα του ΔΙ.ΚΕ.Ψ.Υ στην προσαρμογή όλου του υλικού *Watch Me Play!* στην ελληνική γλώσσα *Κοίτα με να Παίζω!*.

Το Εγχειρίδιο *Κοίτα με να Παίζω!* μέρος 2, (2020) αποτελεί την προσαρμογή στην ελληνική γλώσσα του αγγλικού εγχειριδίου- *Watch Me Play! Further Information-* από την διεπιστημονική ομάδα του ΔΙΚΕΨΥ.

Περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα του ΔΙ.ΚΕ.Ψ.Υ http://dikepsy.gr/index.php?view=view_article&option=watch_me_play&lang=el



ΔΙ.ΚΕ.Ψ.Υ
Διεπιστημονική & Ερευνητική
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη Παιδιών & Ενηλίκων

Μέλος της
BACP
British Association for Counselling
and Psychotherapy
Membership No: **00275339**

Μέλος της
EAP
European Association
of Psychotherapy
Membership No: **M-1000041**



Κέντρα
διά βίου
μάθησης
Πιστοποιημένο
από τον Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π