



## Σημείο εστίασης 8-1

## Ορόσημα προσχολικής ηλικίας

### Σωματικά

- Χαμηλότερος ρυθμός αύξησης βάρους και ύψους
- Περιορισμένη όρεξη, επιλογή κάποιων τροφών έναντι άλλων.
- Προτίμηση χρήσης του ενός από τα δύο χέρια
- Απώλεια των νεογιλών δοντιών
- Κατάκτηση των κυριότερων αδρών κινητικών δεξιοτήτων (π.χ. τρέξιμο, αναρρίχηση)
- Ανάδυση λεπτών κινητικών δεξιοτήτων (π.χ. δημιουργία καλλιτεχνημάτων, κόψιμο με ψαλίδι)
- Υψηλά επίπεδα ενέργειας

### Ψυχοκοινωνικά

- Διεύρυνση της επίγνωσης του εαυτού τους, των άλλων ανθρώπων και των αντικειμένων
- Απόκτηση ανεξαρτησίας, αυτοελέγχου και αυτοαποτελεσματικότητας
- Υψηλά επίπεδα περιέργειας
- Έναρξη βίωσης εμπειριών κοινωνικοποίησης (π.χ. κατάλληλες κοινωνικές συμπεριφορές και συμπεριφορές που συνδέονται με τους ρόλους των φύλων)
- Μάθηση μέσω της πράξης και μέσω δοκιμής και σφάλματος.
- Το παιχνίδι είναι πιο κοινωνικό και δημιουργικό, καθώς και διαδραστικό

### Γνωστικά

- Δημιουργία μιας βάσης δεδομένων για τον κόσμο
- Εκμάθηση ταξινόμησης και ομαδοποίησης των πραγμάτων
- Επέκταση του λεξιλογίου και της χρήσης της γλώσσας
- Βελτίωση της μνήμης και της ανάκλησης
- Παιδαριώδης τρόπος σκέψης, όπως εγωκεντρισμός, ανιμισμός, επικέντρωση στον εαυτό και συγκεκριμένη σκέψη.



**ΣΧΗΜΑ 8-2.** Η ισορροπία μεταξύ διαπραγματεύσιμων και μη διαπραγματεύσιμων κανόνων επιτρέπει τη σωστή λειτουργία της οικογένειας.

**ΠΙΝΑΚΑΣ 8-1. Η δομή και η φροντίδα είναι οι δύο ακρογωνιαίοι λίθοι της καλής γονικότητας**

**Συμπεριφορές που παρέχουν δομή και φροντίδα:**

- Κατάλληλη επιβεβαίωση των αναπτυξιακών επιτευγμάτων
- Παροχή ενός ασφαλούς και στοργικού περιβάλλοντος
- Ενθάρρυνση της κατάλληλης και ασφαλούς εξερεύνησης του περιβάλλοντος
- Επικοινωνία με σεβασμό και ισότιμη συμπεριφορά απέναντι στα δύο φύλα
- Ενθάρρυνση της έκφρασης των συναισθημάτων
- Παροχή αναπτυξιακά κατάλληλων πληροφοριών
- Παροχή κατάλληλης ανατροφοδότησης σχετικά με συμπεριφορές
- Επεξήγηση των συνεπειών μιας συμπεριφοράς
- Επικοινωνία με σαφήνεια – χωρίς υπονοούμενα ενοχής!
- Συνέπεια και σεβασμός προς τον άλλον
- Προσεκτική ακρόαση
- Δημιουργία χώρου στη ζωή του φροντιστή για το παιδί

### Γενικά

- Αύξηση της ανεξαρτησίας
- Ευαισθησία στην κριτική
- Προτίμηση απομόνωσης
- Έντονη κριτική στάση απέναντι στους ενήλικες
- Μεγαλύτερη συναναστροφή με συνομηλίκους

### Σωματικά/κινητικά

- Προτίμηση ομαδικών δραστηριοτήτων και παιχνιδιών
- Διαφορές μεταξύ των φύλων στις σωματικές δεξιότητες
- Καλός συντονισμός χεριών-ματιών
- Υψηλά επίπεδα ενέργειας
- Εμφάνιση μόνιμων δοντιών
- Αλλαγή σωματικής διάπλασης

### Κοινωνικά/νοητικά

- Προτίμηση δραστηριοτήτων με συνομηλίκους του ίδιου φύλου
- Προτίμηση ήπιου ανταγωνισμού
- Περιέργεια για τον περίγυρο
- Δημιουργία στενών φιλικών σχέσεων
- Μεγαλύτερη συμμετοχή σε ομάδες
- Οικοδόμηση της αυτοαντίληψης μέσα από κοινωνικές συγκρίσεις
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων ανάγνωσης και υπολογισμού
- Μετατόπιση από τη διαισθητική στη συγκεκριμένη σκέψη

### Ενδιαφέροντα

- Τους αρέσει να συλλέγουν ή να δημιουργούν συλλογές
- Απολαμβάνουν τα ανόητα αστεία και το χιούμορ
- Τους αρέσουν τα παιχνίδια και οι δραστηριότητες στον υπολογιστή
- Τους αρέσουν οι περιπέτειες, οι ταινίες και οι βιογραφίες
- Τους αρέσουν οι δημιουργικές δραστηριότητες και οι κατασκευές
- Αποκτούν δεξιότητες στις οποίες επιδεικνύουν τα ιδιαίτερα ταλέντα και τις ικανότητές τους
- Αγαπούν τα οργανωμένα και ομαδικά αθλήματα

# Σχολική ηλικία

- Διατροφή
- Υγεία
- Εμβολιασμοί
- Σχολικό περιβάλλον

# Εφηβεία

- Η ανάπτυξη κατά την εφηβεία έχει τα εξής τρία χαρακτηριστικά:
- Γρήγορη σωματική και ψυχολογική αλλαγή. Η εφηβεία είναι μια περίοδος μεταμόρφωσης στη ζωή του ατόμου και περιλαμβάνει δραματικές αλλαγές στις αναλογίες του και στο μέγεθος του σώματος, σεξουαλική ωρίμαση και μεταβολές στην προσωπικότητα.
- Ατομική χειραφέτηση. Στον δυτικό πολιτισμό, τα εφηβικά χρόνια θεωρούνται η κατάλληλη περίοδος για να εδραιώσει κανείς την ανεξαρτησία του και ως ώριμο άτομο να αναλάβει την πλήρη ευθύνη του εαυτού του.
- Πειραματισμός, ιδεαλισμός και αβεβαιότητα. Αυτά τα μεταβαλλόμενα και αναπτυσσόμενα ιδανικά συχνά φέρνουν τους εφήβους σε σύγκρουση με τους ενήλικες, ειδικά τους γονείς τους.

## ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ

Το στυλ γονικότητας πρέπει να προσαρμόζεται για να ανταποκρίνεται στις αναπτυξιακές ανάγκες του εφήβου. Υπάρχουν ορισμένες συμπεριφορές που παρέχουν σωστή δομή και φροντίδα:

- Υποστήριξη της αναδυόμενης ταυτότητας του εφήβου.
- Υποστήριξη στη διαμόρφωση μιας θετικής εικόνας για τον εαυτό του και το σώμα του.
- Μύηση των εφήβων σε ρόλους ενηλίκων και σε πρότυπα κατάλληλης συμπεριφοράς.
- Καθοδήγηση των εφήβων σε εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς στόχους.
- Επίδειξη προτύπων συμπεριφοράς που σέβονται την ισοτιμία των δύο φύλων.
- Επικοινωνία με σεβασμό και με τρόπο κατάλληλο για την ηλικία του εφήβου.
- Επεξήγηση των συνεπειών μιας συμπεριφοράς και θέσπιση κατάλληλων ορίων.
- Παροχή ενός οικιακού περιβάλλοντος που υποστηρίζει την κοινωνική και την ακαδημαϊκή μάθηση.

- Διδασκαλία του σωστού τρόπου λήψης αποφάσεων.
- Συζήτηση για τους κινδύνους της κατανάλωσης αλκοόλ και της χρήσης ουσιών.
- Συζήτηση για τις αξίες, τη λήψη αποφάσεων σχετικά με το σεξ και τις ασφαλείς σεξουαλικές πρακτικές.
- Καθοδήγηση των εφήβων στην ορθή λήψη αποφάσεων για οικονομικά θέματα και επίδειξη της κατάλληλης συμπεριφοράς.
- Ενθάρρυνση των εφήβων να επιδείξουν την ενδεδειγμένη αυτόνομη συμπεριφορά.
- Υποστήριξη των ενδιαφερόντων και των σχέσεων/φιλιών με συνομηλίκους.
- Διδασκαλία συμπεριφορών και αξιών που προάγουν την κοινωνική συνείδηση.
- Διευκόλυνση της συμμετοχής σε ομάδες με φιλοκοινωνική συμπεριφορά σε πολιτικά ή/και θρησκευτικά πλαίσια.

**ΠΛΑΙΣΙΟ 10-3.** Οι συμπεριφορές των γονέων εφήβων.



- Αντιμετώπιση των διατροφικών αναγκών.
- Ζητήματα υγείας και ασφάλειας. Κατάχρηση ουσιών και αλκοόλ.
- Αυτοκτονία.
- Διατροφικές διαταραχές.

- Το οικογενειακό κλίμα, περισσότερο από ό,τι η οικογενειακή δομή, σχετίζεται με την ευημερία των μελών της οικογένειας και έχει μεγαλύτερη σημασία για τη συναισθηματική τους ικανοποίηση
- Τα οφέλη των διαλεκτικών συλ γονικότητας στην επίτευξη θετικών αναπτυξιακών αποτελεσμάτων για τα παιδιά συνεχίζονται όσο οι γονείς κάνουν αλλαγές ανταποκρινόμενοι στη διεργασία εξατομίκευσης των εφήβων τους. Για παράδειγμα, όταν οι γονείς διατηρούν μια στάση διακριτικής εμπλοκής ή επίβλεψης, τα προβλήματα συμπεριφοράς των εφήβων φαίνονται να μειώνονται και η ακαδημαϊκή επάρκεια μπορεί να βελτιωθεί.

- Τόσο τα παιδιά όσο και οι ενήλικες μπορεί να έχουν ανάμεικτα συναισθήματα αφοσίωσης απέναντι στα μέλη της νέας και της παλιάς οικογένειας.
- Τα παιδιά ίσως δεν είναι πρόθυμα να συμμετάσχουν στο νέο μεικτό οικογενειακό σύστημα.
- Η σύγχυση ρόλων μπορεί να προκαλέσει δυσκολίες.

# Γνωστικές αλλαγές

- Γνωστικός εγωκεντρισμός:
  - Υπερβολή και δραματοποίηση
  - Φανταστικό ακροατήριο
  - Ασυμφωνία (φαινομενική υποκρισία)
  - Αίσθηση του αήττητου

# Σχέσεις και σεξουαλικότητα

- Ήβη
- Σεξουαλική αγωγή και αγωγή για τις σχέσεις
- Σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις
- Εξαναγκασμός και βία μεταξύ ερωτικών συντρόφων (“Όχι”, σημαίνει “όχι”)
- Χρήση αντισύλληψης
- Ρόλοι των φύλων και σεξουαλικός προσανατολισμός

# Αναδυόμενοι ενήλικες

- Κατά τη διάρκεια αυτού του προχωρημένου μεταβατικού σταδίου τα άτομα εμφανίζουν πέντε καθοριστικά χαρακτηριστικά: (α) διερευνούν την ταυτότητά τους, (β) βιώνουν συναισθήματα αστάθειας, (γ) εστιάζουν στον εαυτό τους, (δ) αισθάνονται ότι βρίσκονται μεταξύ εφηβείας και ενηλικίωσης, και (ε) εξετάζουν μια σειρά προοπτικών ζωής.
- Παρατεταμένη γονική εξάρτηση και αποτυχία αυτονόμησης