

Τ.Ε.Ι. ΗΠΕΙΡΟΥ ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ :

ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΤΗ ΜΕΤΑΒΡΕΦΙΚΗ ΚΑΙ ΝΗΣΙΑΚΗ ΗΛΙΚΙΑ



ΟΙ ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΕΣ : ΡΕΠΑΝΗ ΧΡΥΣΟΥΛΑ Α.Μ.15625

ΡΟΥΣΚΑ ΑΡΤΕΜΙΣ Α.Μ. 15559

ΤΣΑΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ Α.Μ. 15406

ΦΥΣΕΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ Α.Μ. 15540

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ : ΤΖΟΥΡΜΑΝΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ

ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2016

Περίληψη

Η ανάπτυξη ενός παιδιού διέρχεται από διάφορα στάδια κατά τη διάρκεια των ετών. Η ανάπτυξη σηματοδοτεί και σηματοδοτείται από τις αλλαγές στο νευρολογικό σύστημα και αφορά σε διάφορους τομείς όπως το σωματικό ή ψυχοκινητικό, τον γνωστικό και τον συναισθηματικό. Η ανάπτυξη των παιδιών ποικίλει από ηλικία σε ηλικία και το ενδιαφέρον κρύβεται στις μεταβολές που συντελούνται σε κάθε ηλικιακή περίοδο. Μεγαλώνοντας τα βήματα της ανάπτυξης αρχίζουν να επιβραδύνουν καθώς επίσης μεταβάλλεται και η ποιότητα της ανάπτυξης. Πέρα από τα σχετικά με την ανάπτυξη του παιδιού σημαντική είναι και η μέριμνα που πρέπει να λαμβάνουν οι γονείς και το οικείο γενικότερα περιβάλλον ώστε να διασφαλισθεί η αποτροπή ατυχημάτων για τα παιδιά που δεν είναι ακόμη σε θέση να αποφεύγουν κάθε κίνδυνο. Η σωστή πληροφόρηση και επιμέλεια είναι το κλειδί της ομαλής ανάπτυξης ενός παιδιού.

Λέξεις-κλειδιά: Νηπιακή ηλικία, προσχολική ηλικία, μεταβρεφική ηλικία, σωματική ανάπτυξη, νοητική ανάπτυξη, ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη.

Abstract

A child's development goes through many stages during the years. Development signifies and is signified by changes in the neurological system and pertains to different areas such as the physical or psychomotor, the gnostic and emotional areas. The children's development varies from age to age and the interest is hidden in the changes which take place in each age period. Growing up, the steps of development start to slow down as the quality of development changes. Beside the subjects that pertain to the child's development, the care that the parents, and the family environment in general, should take, is just as important for the prevention of accidents in children which are not yet in the position to avoid danger. The right information and diligence is the key to the smooth development of a child.

Keywords: Toddler age, preschool age, post natal age, physical development, mental development, psycho-emotional development.

Αγωγή και ανάπτυξη στη
μεταβρεφική και νηπιακή ηλικία

[Πληκτρολογήστε τον υπότιτλο του
εγγράφου]

1/1/2016

Desktop

Περιεχόμενα

Περίληψη	i
Abstract	ii
Εισαγωγή	1
1 ^ο Κεφάλαιο	2
Η ανάπτυξη του παιδιού από 12 έως και 24 Μηνών	2
1.1 Σωματική Ανάπτυξη.....	2
1.1.1 Εξωτερική ανάπτυξη και ανάγκες	2
1.1.2 Αδρή κινητικότητα και περπάτημα	4
1.1.3 Λεπτή κινητικότητα	5
1.1.4 Ύπνος.....	6
1.1.5 Διατροφή	6
1.2 Νοητική ανάπτυξη και ανάγκες	7
1.2.1 Μάθηση και παιχνίδι	8
1.2.2 Γλωσσική ανάπτυξη και ανάπτυξη ομιλίας.....	9
1.3 Κοινωνική ανάπτυξη	10
1.3.1 Μίμηση	10
1.3.2 Επιθετικό παιδί	10
1.3.3 Ντροπαλό παιδί	11
1.3.4 Πειθαρχία.....	11
1.3.5 Εκρήξεις θυμού.....	12
1.3.6 Απαιτήσεις παιδιού και θέσπιση κανόνων	12
1.3.7 Τιμωρία.....	13
1.4 Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη	13
1.4.1 Προσκόλληση παιδιού.....	13
1.4.2 Έκφραση συναισθημάτων	14
1.4.3 Ταυτότητα παιδιού.....	14

1.4.4	Προσωπικότητα	15
1.4.5	Ανάπτυξη θάρρους – απομάκρυνση ντροπής.....	15
2 ^ο Κεφάλαιο		17
Η ανάπτυξη του παιδιού από 2 έως και 3 ετών		17
2.1	Σωματική ανάπτυξη και ανάγκες	17
2.1.1	Αδρή κινητικότητα	19
2.1.2	Λεπτή κινητικότητα.....	20
2.1.3	Ύπνος.....	21
2.1.4	Διατροφή	22
2.2	Νοητική ανάπτυξη και ανάγκες	23
2.2.1	Γνωστική ανάπτυξη	23
2.2.2	Παιχνίδι και μάθηση.....	24
2.2.3	Γλωσσική ανάπτυξη	25
2.3	Κοινωνική ανάπτυξη και ανάγκες.....	27
2.3.1	Ομαδικό παιχνίδι	27
2.3.2	Κοινωνική μίμηση	28
2.3.3	Πειθαρχία.....	29
2.3.4	Οικογενειακές σχέσεις.....	31
2.3.4.1	Νέος μέλος στην οικογένεια	31
2.3.4.2	Το μεγαλύτερο παιδί	32
2.4	Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη και ανάγκες	33
2.4.1	Σωματικό ενδιαφέρον για τη διαφορά φύλου.....	33
2.4.2	Ενθάρρυνση	34
3 ^ο Κεφάλαιο		36
Η Ανάπτυξη του Παιδιού από 3 έως και 4 ετών		36
3.1	Σωματική Ανάπτυξη και ανάγκες	36
3.1.1	Εξωτερική εμφάνιση.....	36

3.1.2	Αδρή και λεπτή κινητικότητα.....	37
3.1.3	Τάισμα και Διατροφή	38
3.1.4	Τουαλέτα	38
3.1.5	Νυκτερινή ενούρηση	39
3.1.6	Ύπνος.....	39
3.2	Νοητική ανάπτυξη.....	40
3.2.1	Γλωσσική ανάπτυξη.....	40
3.2.2	Γνωστική ανάπτυξη	42
3.2.3	Παιχνίδι και μάθηση	43
3.3	Κοινωνική ανάπτυξη.....	44
3.3.1	Εγωκεντρισμός.....	44
3.3.2	Πειθαρχία.....	45
3.3.3	Οικογενειακές σχέσεις.....	45
3.3.4	Επαφή με τους συνομηλίκους.....	46
3.3.5	Επαφή με τα αδέλφια.....	47
3.4	Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη	48
3.4.1	Διαφορές των δύο φύλων και κατανόηση τους	48
3.4.2	Φόβοι και φοβίες.....	49
4 ^ο	Κεφάλαιο	51
	Η ανάπτυξη του παιδιού από 4 έως και 5 ετών	51
4.1	Σωματική Ανάπτυξη και ανάγκες	51
4.1.1	Αδρή κινητικότητα.....	51
4.1.2	Λεπτή κινητικότητα	51
4.1.3	Διατροφή.....	52
4.1.4	Ύπνος.....	53
4.2	Νοητική ανάπτυξη και ανάγκες	55
4.2.1	Γλωσσική ανάπτυξη.....	55

4.2.2 Γνωστική ανάπτυξη	55
4.2.3 Παιχνίδι και μάθηση	56
4.2.4 Αντίληψη του εαυτού.....	58
4.3 Κοινωνική ανάπτυξη.....	59
4.3.1 Ο ρόλος του παιδαγωγού	59
4.3.2 Ρόλος της φιλίας	61
4.3.3 Ο ρόλος της γιαγιά και του παππού	61
4.3.4 Εγωκεντρισμός.....	62
4.4 Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη	63
4.4.1 Απώλεια αγαπημένου προσώπου.....	63
4.4.2 Κατάθλιψη	64
4.4.3 Άγχος.....	66
4.4.4 Ανάπτυξη της ηθικότητας.....	67
4.4.5 Επιθετικότητα	68
5 ^ο Κεφάλαιο	70
Η ασφάλεια του παιδιού και η αποφυγή ατυχημάτων	70
5.1 Εντός σπιτιού	70
5.1.1 Το παιδικό δωμάτιο	70
5.1.2 Διώροφα κρεβάτια	70
5.1.3 Η κουζίνα.....	71
5.1.4 Το μπάνιο	72
5.1.5 Γκαράζ και υπόγειο.....	73
5.1.6 Υπόλοιπο σπίτι.....	73
5.1.7 Παιχνίδια.....	74
5.1.8 Κιβώτια και μπαούλα παιχνιδιών	76
5.2 Εκτός σπιτιού.....	76
5.2.1 Καθίσματα αυτοκινήτου	77

5.2.2 Μάρσιποι.....	77
5.2.3 Αυλή του σπιτιού	78
5.2.4 Ασφάλεια στο νερό	79
Συμπεράσματα	81
Βιβλιογραφία	83
Ξενόγλωσση.....	83
Ελληνόγλωσση.....	84
Ηλεκτρονικές πηγές	86

Εισαγωγή

Η ανάπτυξη του νηπίου περιλαμβάνει πολλά στοιχεία όπως τη γνωστική ανάπτυξη, την κινητική, την ανάπτυξη του λόγου, την ηθική ανάπτυξη και άλλα για τα οποία θα γίνει προσπάθεια να αναπτυχθούν σε όλο το παρακάτω κείμενο εντός των ηλικιακών ορίων που έχουν τεθεί ως ορόσημα. Η ανάπτυξη σε κάθε ένα από τα παραπάνω στοιχεία πρέπει επίσης να σημειωθεί ότι δεν είναι η ίδια για τον καθένα αλλά διαφοροποιείται από νήπιο σε νήπιο. Επομένως, παρατηρείται συνήθως μια ταχύτερη ανάπτυξη π.χ. του λόγου έναντι της κινητικότητας σε ένα παιδί ενώ το αντίστροφο σε ένα άλλο. Όλα αυτά θα αναφερθούν διεξοδικά παρακάτω.

Ειδικότερα, στο πρώτο κεφάλαιο της παρούσας εργασίας θα γίνει λόγος για τις διάφορες πτυχές ανάπτυξης των νηπίων μέχρι δύο ετών. Η ανάπτυξη εδώ επικεντρώνεται ιδίως γύρω από τις κιναισθητικές δεξιότητες του νηπίου αλλά και τις πρώτες συναισθηματικές εξάρσεις του.

Στο δεύτερο κεφάλαιο το ενδιαφέρον επικεντρώνεται στις σωματικές και ψυχοσυναισθηματικές μεταβολές του νηπίου από την αρχή του δεύτερου έως το τρίτο έτος, που όπως θα γίνει φανερό παρακάτω, είναι αισθητές.

Στο τρίτο κεφάλαιο η έμφαση δίδεται ιδίως στην νοητική και γλωσσική ανάπτυξη των παιδιών ηλικίας τριών έως τεσσάρων ετών ενώ μεγάλη έκταση του κεφαλαίου καλύπτουν και οι κοινωνικές συναναστροφές του νηπίου.

Παραπέρα, στο τέταρτο κεφάλαιο εξετάζεται πολυπλεύρως η ανάπτυξη ενός παιδιού μεταξύ τεσσάρων και πέντε ετών με έμφαση στη συναισθηματική εκδήλωση του και τα χαρακτηριστικά αυτής.

Εν κατακλείδι, το πέμπτο κεφάλαιο, ανεξάρτητα από τις παραπάνω ηλικιακές διακρίσεις, έχει ως βασικό περιεχόμενο τους κινδύνους με τους οποίους μπορεί να βρεθεί αντιμέτωπο ένα παιδί, εντός και εκτός σπιτιού, αλλά και τα μέτρα ασφαλείας που οφείλουν να λαμβάνουν οι γονείς προς αποτροπή αυτών.

1^ο Κεφάλαιο

Η ανάπτυξη του παιδιού από 12 έως και 24 Μηνών

1.1 Σωματική Ανάπτυξη

1.1.1 Εξωτερική ανάπτυξη και ανάγκες

Σε ένα νεογνό από τα πρώτα σημάδια ανάπτυξης που παρατηρούνται πάνω του είναι η σωματική του ανάπτυξη. Με το πέρασμα των ημερών, μηνών, χρόνων το ανθρώπινο σώμα μεγαλώνει. Πιο συγκεκριμένα, η σωματική ανάπτυξη ενός βρέφους γενικότερα περιλαμβάνει τα εξής στοιχεία: το ύψος, το βάρος, την απόκτηση δοντιών (οδοντοφυγία) και την ανάπτυξη της περιμέτρου του κεφαλιού. Αυτά τα τέσσερα στοιχεία συνιστούν τους δείκτες σωματικής ανάπτυξης του βρέφους που θα σχολιασθούν για κάθε ηλικιακό στάδιο χωριστά.

Στο στάδιο του δεύτερου έτους της ζωής, ήτοι από τους 12 έως τους 24 μήνες ζωής του βρέφους, παρουσιάζονται ορισμένες ενδιαφέρουσες μεταβολές. Είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι το νεογνό παρουσιάζει τεράστια σωματική ανάπτυξη κατά τον πρώτο χρόνο της ζωής του ενώ αντίθετα από τον πρώτο έως τον δεύτερο χρόνο η ανάπτυξη του σώματος (π.χ. ύψος και βάρος) είναι αρκετά μικρότερη. Αν π.χ. ένα παιδί φτάνει στα 70 εκατοστά ύψος μόλις κλείσει τον πρώτο χρόνο ζωής του (ενώ έχει γεννηθεί 50 εκατοστά), μόλις κλείσει τον δεύτερο χρόνο κατά προσέγγιση θα έχει αποκτήσει περίπου 10 εκατοστά περισσότερα (περίπου 80 εκατοστά) που συγκριτικά προς την ανάπτυξη του πρώτου έτους είναι πεσμένα (Craig, et al., 2007).

Επίσης, όσον αφορά το βάρος του βρέφους αυτό είναι κατά μέσο όρο για ένα παιδί που γεννιέται μετά 9μηνη κύηση γύρω στα τρία με τριάμισι κιλά. Από εκεί και πέρα το βρέφος προσλαμβάνει περίπου 20 γραμμάρια την ημέρα, κλείνοντας το πρώτο έτος της ηλικίας του θα ζυγίζει κοντά στα 9 κιλά ενώ με το πέρας του δεύτερο μόλις 12. Και σε σχέση με το βάρος γίνεται φανερή μια πτώση της ταχύτητας αύξησης του όπως και με το ύψος. Το βάρος του βρέφους τόσο κατά την ηλικία του έτους όσο και σε επόμενη ηλικία εξαρτάται από διάφορους παράγοντες με σημαντικότερους τη διατροφή του, την κληρονομικότητα αλλά και την επίδραση του περιβάλλοντός του (Craig, et al., 2007).

Παραπέρα σχετικά με το υπόλοιπο σώμα πρέπει να σημειωθεί ότι η πορεία ανάπτυξης είναι προκαθορισμένη και ακολουθεί το γνωστό στερεότυπο «πάνω προς τα κάτω και από μέσα προς τα έξω». Αυτό πρακτικά σημαίνει ότι όσο μεγαλώνει το παιδί παρατηρείται ότι το κεφάλι αυξάνεται πολύ γρηγορότερα σχετικά με το υπόλοιπο σώμα του οποίου η ανάπτυξη απλώνεται σε βάθος πολλών χρόνων όπως επίσης και ότι από τα μέρη του σώματος πρώτα θα αναπτυχθεί ο κορμός και ύστερα τα άκρα. Η συγκεκριμένη, λοιπόν, πορεία ανάπτυξης του βρέφους είναι ήδη προγραμματισμένη από τη γέννησή του και τον ακολουθεί καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του (Craig, et al., 2007).

Όσον αφορά την εμφάνιση των δοντιών υπάρχουν αρκετές διακυμάνσεις που αφορούν στο κάθε βρέφος χωριστά. Κάποια βρέφη βγάζουν πολύ γρήγορα τα πρώτα τους δοντάκια, άλλα καθυστερούν περισσότερο. Επίσης σε κάποια παιδιά η απόκτηση ενός δοντιού συνοδεύεται από ορισμένες ενδείξεις όπως π.χ. πυρετό και ενόχληση στο σημείο όπου θα φυτρώσει ενώ σε άλλα δεν είναι τόσο εμφανής. Παρόλα αυτά υπάρχουν κάποιοι σταθμοί ενδεικτικά ως προς το πότε περίπου θα εμφανισθεί κάθε τύπος δοντιού.

Μέχρι τον πρώτο χρόνο συνήθως το βρέφος έχει αποκτήσει τα μπροστινά του δόντια (άνω και κάτω τομείς, μέσοι και πλάγιοι, οκτώ δόντια). Από εκεί και μετά, περίπου μέχρι τον 16^ο μήνα θα έχουν εμφανισθεί και οι προγόμφιοι (συνήθως πρώτα οι άνω και ύστερα οι κάτω). Από εκεί και πέρα το παιδί ηρεμεί για λίγο και με το που κοντεύει στο δεύτερο έτος της ζωής του είναι πολύ πιθανό να εμφανιστούν και οι κυνόδοντες του (συνήθως οι κάτω εμφανίζονται γρηγορότερα από τους άνω). Το πόσο καλά θα είναι τα δόντια που θα εμφανιστούν, από άποψη σμάλτου κλπ. εξαρτάται κατά ένα σημαντικό μέρος από τις τροφές που προτιμούσε η μητέρα του παιδιού όσο διαρκούσε η εγκυμοσύνη.

Κλείνοντας το κεφάλαιο της σωματικής ανάπτυξης του βρέφους αναφερόμαστε στο ζήτημα της ανάπτυξης της περιμέτρου του κεφαλιού. Συνήθως στο νεογέννητο η περίμετρος του κεφαλιού είναι 35 εκατοστά και μόλις αυτό γίνει ενός έτους φτάσει περί τα 45 - 47 εκατοστά. Από εκεί και πέρα η περίμετρος αναπτύσσεται για περίπου 10 εκατοστά. Η περίμετρος του κεφαλιού συνιστά το σημείο ελέγχου της φυσιολογικής ανάπτυξης του εγκεφάλου οπότε η τακτική και ανελλιπή μέτρησή της φαίνεται επιτακτική.

1.1.2 Αδρή κινητικότητα και περπάτημα

Η ανάπτυξη της κίνησης αποτελεί ένα από τα σπουδαιότερα στοιχεία ανάπτυξης ενός παιδιού και διαχωρίζεται σε αδρή και σε λεπτή. Η διάκριση αυτή πραγματοποιείται για λόγους συστηματικούς ήτοι για λόγους καλύτερης αξιολόγησης των κινητικών δεξιοτήτων μας. Η αδρή κινητικότητα έχει να κάνει γενικότερα με την κίνηση του σώματος όπως την προσπάθεια του παιδιού να περπατήσει, να σταθεί όρθιο, να τρέξει, να μετακινήσει πράγματα.

Ήδη από το δεύτερο μήνα της ζωής του το βρέφος στην προσπάθεια να στηριχθεί, να ανασηκωθεί κλπ. παρουσιάζει βήματα κινητικότητας και συγκεκριμένα αδρής όπως το να στέκεται και να κάνει κάποια βήματα. Από την ηλικία των 12 μηνών και έπειτα οι προσπάθειες αδρής κινητικότητας γίνονται ακόμη πιο έντονες. Συνήθως μετά τον πρώτο χρόνο το παιδί ήδη μπορεί και περπατάει με σχετική ισορροπία, μπορεί και μετακινεί κάποια πράγματα και μπορεί πλέον να συμμετέχει στο παιχνίδι και κινητικά με τα κάτω άκρα του δηλαδή τρέχοντας. Οι συνήθειες κινήσεις αδρής κινητικότητας ενός μωρού στο ηλικιακό πλαίσιο 12-24 μηνών είναι το άνοιγμα συρταριών και πορτών, το σκαρφάλωμα σε διάφορα στέρεα ογκώδη αντικείμενα, η ενασχόληση με δουλειές του σπιτιού, το χοροπηδητό, η προσπάθεια να ντυθεί μόνο του (Craig, et al., 2007).

Είναι πολύ σημαντικό για το παιδί στην ηλικία αυτή να αναπτύξει την κινητική του δραστηριότητα, ιδίως το περπάτημα αλλά και να κατακτήσει τον έλεγχο των άκρων του, ώστε να μπορέσει να εξερευνήσει ενεργητικότερα το περιβάλλον του. Επίσης, πρέπει να σημειωθεί ότι ήδη από τη γέννησή του το μωρό εμφανίζει ορισμένα αντανακλαστικά που χρησιμοποιεί ως αντίδραση σε ορισμένα εξωτερικά ερεθίσματα. Τα αντανακλαστικά μαρτυρούν βασικές αλήθειες για την νευρολογική κατάσταση του καθενός (Φωκά, 2011).

Το βάδισμα σε ένα νήπιο 18 μηνών που έχει ήδη κάνει κάποια βήματα γίνεται πιο έντονο και μεγαλύτερο ενώ παράλληλα έχει βελτιωθεί η ισορροπία τους οπότε και ο βηματισμός τους είναι πιο προσεγμένος (πιο κλειστά τα πόδια). Επίσης, πρόκειται για μια περίοδο που τα νήπια τείνουν να περπατούν σε σχήματα αλλά και να αναπτύσσουν κάποια γρήγορη ταχύτητα. Παράλληλα, αρχίζουν και τα μικρά

πηδηματάκια επί τόπου στο πλαίσιο του παιχνιδιού και κάποια βήματα ανάβασης σκαλιών.

1.1.3 Λεπτή κινητικότητα

Ενώ η αδρή κινητικότητα περιγράφει τη συντονισμένη κίνηση των μελών του σώματος ενός νηπίου η λεπτή κινητικότητα είναι περισσότερο εξειδικευμένη καθώς αφορά στη συντονισμένη κίνηση των μυών σε χέρια και δάκτυλα. Επομένως, η λεπτή κινητικότητα περιγράφει τη χρήση υλικών από τα δάκτυλα όπως του μολυβιού και του στυλό, μικρών άλλων αντικειμένων όπως π.χ. ψαλιδιών κ.α. Το νήπιο θα χρησιμοποιήσει επίσης τα δάκτυλα για να δείξει κάτι ή κάποιον, για να πάρει ή να αφήσει μικροαντικείμενα, για να τοποθετήσει πράγματα σε μια σειρά μέσα σε κλειστό χώρο (π.χ. ένα κουτί) ή το ένα πάνω στο άλλο (π.χ. παιχνίδι με τουβλάκια).

Είναι επόμενο ότι τον πρώτο καιρό το παιδί δυσκολεύεται να χρησιμοποιήσει ένα μολύβι όπως πρέπει. Στην αρχή δε θα μπορεί να το πιάσει και μετά που θα το πιάσει θα δυσκολεύεται να στοχεύσει στο χαρτί και να γράφει συνεχόμενα. Περίπου από την ηλικία των 18μηνών θα μπορεί να φέρει το μολύβι σε καλύτερη επαφή με το χαρτί φτιάχνοντας μουντζούρες στην αρχή ως επί το πλείστον. Από αυτήν την ηλικία το παιδί αρχίζει να χρησιμοποιεί περισσότερο τα χέρια του σε μια προσπάθεια να ανακαλύψει τον κόσμο γύρω του αντί να φέρει κάθε αντικείμενο σε επαφή με το στόμα του. Επίσης, προσπαθεί να βάλει και να βγάλει μόνο του τα παπούτσια του ή κάποιο καπέλο (Καμπάς, 2004).

Γύρω στο δεύτερο χρόνο της ζωής (22 με 24μηνών) το νήπιο προσπαθεί να μάθει να τρώει μόνο του και αποκτά καλύτερο έλεγχο των δακτύλων του με αποτέλεσμα να λερώνεται όλο και λιγότερο. Μπορεί επίσης στις ηλικίες αυτές να συναντήσουμε νήπια που προσπαθούν να παίξουν με το νερό και την άμμο αλλά και άλλα στοιχεία όπως την πλαστελίνη με την οποία μαθαίνει να δημιουργεί αντικείμενα τα οποία έχει καταγράψει από το οικείο του περιβάλλον. Ακόμη, το παιδί πατάει χωρίς ακόμη να διακρίνει τις κινήσεις του τα κουμπιά ενός υπολογιστή ή ενός τηλεφώνου (Καμπάς, 2004).

Ενδεικτικά θα μπορούσε να προταθεί ένα πρόγραμμα ανάπτυξης της λεπτής κινητικότητας τους νηπίου για τις ηλικίες 12-24μηνών. Αυτό θα περιελάμβανε την

ενασχόληση με αντικείμενο αρκετά μικρά, άλλα εύπλαστα άλλοτε όχι, με τα οποία μπορεί ένα νήπιο να εξασκηθεί στη χρήση των δακτύλων όπως για παράδειγμα την πλαστελίνη, κύβους, χάντρες, τα κουμπιά του τηλεφώνου κ.α. (Καμπάς, 2004).

1.1.4 Ύπνος

Ένας από τους βασικότερους παράγοντες ανάπτυξης του ανθρώπου είναι ο ύπνος. Βέβαια η σημασία του ύπνου δεν περιορίζεται στα περί ανάπτυξης αλλά συνδέεται με διάφορα, ζωτικής σημασίας, προβλήματα που μπορεί να βρεθεί ο καθένας αντιμέτωπος όπως π.χ. με το άγχος, την αδυναμία συγκέντρωσης κλπ. Είναι γνωστό ότι όσο μικρότερο ένα παιδί τόσο περισσότερο ύπνο του χρειάζεται. Επομένως, αν το νεογέννητο κοιμάται 20 ώρες τη μέρα σταδιακά υπολογίζουμε την πτώση της εν λόγω ανάγκης σε ύπνο.

Όταν το παιδί γίνεται ενός έτους πλέον χρειάζεται περίπου 14 ώρες ύπνο ανά 24ωρο. Από τις ώρες αυτές η αναλογία ημέρας και νύχτας βρίσκεται στο 1/6 δηλαδή από τις 14 ώρες τις 2,5 θα κοιμηθεί την ημέρα το μωρό και τις 12 περίπου το βράδυ.

1.1.5 Διατροφή

Είναι γεγονός ότι όσο πιο μικρό είναι ένα παιδί τόσο πιο συχνά τρώει και τόσο μεγαλύτερες ποσότητες. Ωστε ένα νεογνό τρώει ανά τρεις ώρες περίπου επομένως κάνει πολλά γεύματα. Ως επί το πλείστον για το βρέφος η πιο σημαντική τροφή είναι το μητρικό γάλα γιατί το βοηθάει να αποκτήσει περισσότερα αντισώματα απέναντι σε πιθανές ασθένειες και μέσα από την επαφή με τη μητέρα του συνδέεται μαζί της περισσότερο συναισθηματικά. Το βρέφος ήδη από τον 5ο μήνα μπαίνει στη φάση του απογαλακτισμού που σημαίνει ότι πέραν από το γάλα αρχίζει και μπορεί να παίρνει κάποια στερεή μορφή τροφής (Μαυρομιχάλης, 2004).

Περίπου όταν γίνεται ενός έτους μπαίνει στο ρυθμό των τριών γευμάτων και των δύο ενδιάμεσων (πρόγευμα και απογευματινό). Γενικά πρέπει να σημειωθεί ότι κάθε παιδί μόνο του καταλαβαίνει ποιες τροφές του αρέσουν αλλά και πόση ποσότητα μπορεί να δεχθεί από αυτήν. Επομένως, δε θα πρέπει να υπάρχει ανησυχία

σχετικά με τις ενδεικτικές ποσότητες φαγητού που θα πρέπει κάθε παιδί να λαμβάνει (Φωκά, 2011).

Πέρα από την ποσότητα του φαγητού που θα φάει το παιδί σημασία από εξελικτικής απόψεως παρουσιάζει και ο τρόπος με τον οποίο τρώει. Αυτό σχετίζεται άμεσα με την ανάπτυξη της λεπτής κινητικότητάς του δηλαδή το χειρισμό των χεριών του. Ωστε, το νήπιο ξεκινά καθισμένο σε ένα παιδικό κάθισμα και ταΐζεται ένα πολτοποιημένο φαγητό και παράλληλα πίνει το νερό, το γάλα ή το χυμό του με ένα μπουκάλι. Μετά το 18^ο μήνα που μελετούμε τώρα, το νήπιο χρησιμοποιεί πλέον το καλαμάκι για τα ροφήματά του και το κουτάλι μου μαθαίνει να χρησιμοποιεί μόνο του (Μαυρομιχάλης, 2004).

Το φαινόμενο της άρνησης διατροφής από το νήπιο, με όποιο μέσο κι αν αυτό εκφράζεται (λεκτικά με το «δε θέλω» ή με την απομάκρυνση από την τροφή ή το μη άνοιγμα του στόματος), είναι κάτι που συμβαίνει πολύ συχνά αλλά συνήθως δεν είναι ανησυχητικό διότι πολύ απλά μπορεί να σημαίνει ότι η ποσότητα φαγητού που κατανάλωσε το παιδί προηγουμένως ήταν επαρκής ή ότι το νήπιο βρίσκεται σε αδιαθεσία για κάποιον λόγο (ασθένεια, ανεπαρκής ύπνος, νέο δόντι).

1.2 Νοητική ανάπτυξη και ανάγκες

Ο εγκέφαλος του νηπίου αναπτύσσεται σημαντικά κοντά στην ηλικία των δύο ετών, τόσο εξωτερικά, ως προς τη μορφή του δηλαδή, όσο και νοητικά. Ειδικότερα, Ο φλοιός του εγκεφάλου φτάνει σε εκείνο το σημείο ώστε να θυμίζει εγκεφαλικό φλοιό ενός ενήλικα καθώς οι νευρώνες σχηματίζουν πολλές διακλαδώσεις και επικαλύπτονται με μυελίνη όπως και οι άξονες. Επιπλέον, το βάρος του εγκεφάλου υπολογίζεται γύρω στα $\frac{3}{4}$ του συνολικού και τελικού βάρους του.

Επίσης, όλα όσα αναφέρθηκαν και παραπάνω σχετικά με την ανάπτυξη της λεπτής κινητικότητας του νηπίου της πρώτης περιόδου (18-24μηνών), εξηγούνται λόγω της ανάπτυξης της παρεγκεφαλίτιδας κατά την περίοδο αυτή. Παράλληλα, αναπτύσσεται και το τμήμα του συνειρμού, αυτό που ευθύνεται για την ερμηνεία των μηνυμάτων που εισπράττει το άτομο διά των αισθήσεών του και τα οποία εισέρχονται στο λεγόμενο αισθητηριακό φλοιό.

Νοητικά αυτές οι μεταβολές συμβάλλουν στην ανάπτυξη του νηπίου στον τομέα της γλωσσικής ανάπτυξης, τομέας για τον οποίο θα γίνει λόγος λίγο παρακάτω. Στην ηλικία των δύο ετών το νήπιο φέρει το μεγαλύτερο αριθμό συνδέσεων νευρώνων και από κει και πέρα αυτές σταδιακά μειώνονται. Η νηπιακή περίοδος γενικότερα (μέχρι δηλαδή και την ηλικία των 3 ετών) περιλαμβάνει την ανάπτυξη του εγκεφάλου σε βαθμό που να ανταποκρίνεται σε πολύπλοκες ικανότητες που συναντώνται στο νήπιο.

1.2.1 Μάθηση και παιχνίδι

Ο 18^{ος} μήνας συνιστά ένα κομβικό σημείο που ορίζεται ως το βασικό σημείο μεταμόρφωσης του νηπίου γνωστικά. Η γνώση καθορίζεται από πολλούς παράγοντες. Αφενός επηρεάζει σημαντικά το κληρονομικό στοιχείο αφετέρου δε θα πρέπει να λησμονούνται η αντιληπτική ικανότητα κάθε νηπίου αλλά και οι εμπειρίες γενικότερα. Και επειδή για ένα νήπιο δύο ετών ο λόγος περί εμπειριών φαντάζει σχεδόν αδύνατος δίδεται περισσότερη έμφαση στον παράγοντα της αντίληψης.

Η αντίληψη συνιστά μία διαδικασία του νου η οποία σχεδιαγραμματικά περιλαμβάνει ορισμένα στάδια που θα μπορούσαν να συνοψισθούν σε τρία: σε ένα πρώτο στάδιο τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος εισέρχονται διά των αισθήσεων στον ανθρώπινο εγκέφαλο, αυτός κατά το δεύτερο στάδιο τα αποτυπώνει ανάλογα με τα αισθητήρια όργανα που διαθέτει γεγονός που διαφέρει από άνθρωπο σε άνθρωπο και σε ένα τρίτο στάδιο όλες οι συλλεχθείσες πληροφορίες διέρχονται από επεξεργασία και ερμηνεία με αποτέλεσμα να δημιουργείται η υποκειμενική εικόνα σχετικά με το ερέθισμα, εικόνα η οποία καλείται αντίληψη (Cassells & Green, 1999).

Ιδίως σχετικά με την οπτική αντίληψη του νηπίου αξίζει να αναφερθεί ότι δεν έχει κυρίως να κάνει με την βελτίωσή της με το πέρασμα των ετών αλλά με το γεγονός ότι μεταβάλλεται ο τρόπος με τον οποίο γίνονται αντιληπτές οι εικόνες του περιβάλλοντος πέρα από τα εξωτερικά χαρακτηριστικά του αντικειμένου, να μπορεί δηλαδή να δοθεί μεγαλύτερη προσοχή στις λεπτομέρειες. Επίσης, πέρα από την οπτική αντίληψη είναι σημαντική και η δυνατότητα, που αποκτούν τα παιδιά μετά την ηλικία των δύο ετών, να χρησιμοποιούν συνδυαστικά περισσότερες αισθήσεις κατά την αντιληπτική διαδικασία.

Όσον αφορά το παιχνίδι αυτό συνιστά μια δραστηριότητα που είναι ευχάριστη για το νήπιο. Όσο πιο μικρό είναι το νήπιο τόσο περισσότερο παίζει μόνο του. Όταν αρχίζει αργότερα να συντάσσεται με ομάδες παιδιών μπορεί να εμφανίσει διαφορετικούς τρόπους συνύπαρξης στο πλαίσιο του παιχνιδιού. Ένα ενδεχόμενο είναι βέβαια το παιδί να μένει παρατηρητής σε ένα ομαδικό παιχνίδι ή να προτιμά να παίζει μόνο του. Ένα άλλο ενδεχόμενο είναι το παιδί να παίζει σε έναν χώρο με άλλα παιδιά χωρίς, ωστόσο, να υπάρχει μεταξύ τους αλληλεπίδραση ενώ είναι σύνηθες και το φαινόμενο να προτιμούν κάποια παιδιά να παίζουν μαζί με άλλα συντροφικά.

1.2.2 Γλωσσική ανάπτυξη και ανάπτυξη ομιλίας

Η γλώσσα συνιστά ένα από τα σπουδαιότερα μέσα επικοινωνίας μεταξύ των ανθρώπων και αποτελεί ένα σύνολο στοιχείων. Ήχοι, σύμβολα και άλλα στοιχεία συνδυάζονται αρμονικά για να δημιουργήσουν αυτό το πολύ σημαντικό εργαλείο που ονομάζεται γλώσσα. Ο προφορικός και ο γραπτός λόγος συνιστούν τους δύο βασικούς τρόπους χρήσης της γλώσσας από τη σκοπιά της λεκτικής επικοινωνίας και οι χειρονομίες και οι μορφασμοί από την πλευρά της μη λεκτικής επικοινωνίας (Lloyd & Γιαννίτσας, 1998).

Η ανάπτυξη της γλώσσας προϋποθέτει κατανόηση και αντίστροφα η σωστή χρήση της γλώσσας συμβάλει στην κατανόηση. Συγκεκριμένα, το νήπιο στη φάση που βρίσκεται πρέπει να μάθει από το οικογενειακό του περιβάλλον τα σύμβολα του γύρω χώρου και να κατανοήσει ποιοι ήχοι, ποιες λέξεις, αντιστοιχούν σε ποια σύμβολα. Η διαδικασία ανάπτυξης της γλώσσας είναι χρονοβόρα και επηρεάζεται σημαντικά πέρα από τα ερεθίσματα του περιβάλλοντος από την ίδια τη γνωστική ετοιμότητα των νηπίων. Μέχρι και το δεύτερο έτος το νήπιο είναι σε θέση να χρησιμοποιεί τις πλέον κοινές και συνήθεις λέξεις (π.χ. μαμά) μεμονωμένα χωρίς ακόμη να μπορεί να τις εντάξει σε προτάσεις που θα βγάσουν ολοκληρωμένο νόημα (Lloyd & Γιαννίτσας, 1998).

Την χαρακτηριστική πρώτη γλωσσική δραστηριότητα, το κλάμα, διαδέχεται μια σειρά από ήχους με ιδιαίτερο χρωματισμό και τονισμό, ενώ μετά και τον 6^ο μήνα θα συναντήσει κανείς και το γνωστό βάβισμα, που συνιστά την παραγωγή ήχων σε συνδυασμούς, συλλαβικά (π.χ. μα). Από το 10^ο μήνα και μετά η μη λεκτική επικοινωνία του παιδιού γίνεται αρκετά έντονη και τη χρησιμοποιεί ως

αντιστάθμισμα στην ανεπαρκή και σχεδόν ανύπαρκτη λεκτική του επικοινωνία. Μετά τον πρώτο χρόνο συναντούμε και τις πρώτες κοινές λέξεις (μαμά, μπαμπά κλπ). Από εκεί και πέρα τα νήπια, σε ηλικία δύο ετών, μπορούν να χρησιμοποιήσουν με σχετική άνεση ορισμένες λέξεις και να μπορέσουν να καταστήσουν τον εαυτό τους κατανοητό στους γύρω τους (Lloyd & Γιαννίτσας, 1998).

1.3 Κοινωνική ανάπτυξη

Το νήπιο κατά το δεύτερο έτος της ηλικίας του αρχίζει να αναπτύσσεται και στον τομέα της κοινωνικής αλληλεπίδρασης. Το νήπιο μεγαλώνοντας και ανακαλύπτοντας τον εαυτό του αρχίζει να μαθαίνει πώς να συμπεριφέρεται στο πλαίσιο μιας κοινωνικής σχέσης. Ήδη από την ηλικία των ενάμιση ετών το νήπιο μπορεί να αντιληφθεί αν κάποιος γύρω του είναι πληγωμένος και να ενεργήσει με τρόπο τέτοιο ώστε να τον ανακουφίσει. Η ταύτιση σ' αυτήν την περίπτωση με την κατάσταση του άλλου δείχνει ότι το παιδί πέρα από συναισθηματική νοημοσύνη διαθέτει κοινωνική υπόσταση που σταδιακά αρχίζει να εκδηλώνει.

1.3.1 Μίμηση

Στο δεύτερο χρόνο της ζωής του το νήπιο έχει εντάξει την τεχνική της μίμησης μεταξύ των τρόπων εκδήλωσης ορισμένης συμπεριφοράς. Μέσα από τη μίμηση έρχεται και η κοινωνικοποίηση. Βέβαια η μίμηση δε γίνεται και δε μπορεί να γίνεται πάντοτε στη βάση των προτύπων συμπεριφοράς τα οποία παρατηρεί το νήπιο αλλά προϋποθέτει επιπλέον στοιχεία όπως αυτό της υπόδειξης του γονέα για το εάν ορισμένη συμπεριφορά του είναι ορθή ή όχι, υπόδειξη η οποία βεβαίως για να μπορεί να παράγει σταθερά πρότυπα θα πρέπει να μην διαψεύδεται από τον ίδιο το γονιό με αντίθετες πράξεις.

1.3.2 Επιθετικό παιδί

Το νήπιο από νωρίς μπορεί να αρχίσει να εκδηλώνει επιθετική συμπεριφορά η οποία μπορεί να φέρει δύο μορφές: να είναι λεκτική ή σωματική. Παραπέρα μπορεί να απευθύνεται στον οποιονδήποτε. Ένα παιδί μπορεί να εκδηλώσει επιθετική

συμπεριφορά όταν αντίστοιχα λαμβάνει τέτοια, άρα προς διεκδίκηση του δίκιου του (διεκδικητική επιθετικότητα) ή όταν θέλει να επιτύχει ορισμένο σκοπό (συντελεστική επιθετικότητα). Όταν δε ο μοναδικός σκοπός της επιθετικής συμπεριφοράς είναι η βλάβη κάποιου τότε γίνεται λόγος για εχθρική επιθετικότητα (Rogge, 2008).

Συνήθως το νήπιο εκδηλώνει σωματικά την επιθετικότητά του αφού λεκτικά δεν είναι ακόμη σε θέση να το κάνει. Με το πέρασμα των ετών παρατηρείται πάντως ότι η λεκτική επιθετικότητα επικρατεί της σωματικής.

1.3.3 Ντροπαλό παιδί

Τα ντροπαλά παιδιά φέρουν αυτό το στοιχείο της ντροπής ως στοιχείο της προσωπικότητάς τους και είναι κάτι που θα πρέπει οι γονείς να μάθουν να διαχειρίζονται. Το νήπιο μπορεί να μάθει να χειρίζεται αυτό του το χαρακτηριστικό μέσα από τη σωστή επαφή με τους γονείς, την επεξήγηση ορισμένων πραγμάτων, την παροχή κινήτρων. Δεν είναι κάτι το ανησυχητικό μέχρι το σημείο που η ντροπή θα σταθεί εμπόδιο στην εξέλιξη του παιδιού, στην κοινωνικοποίησή του.

1.3.4 Πειθαρχία

Η πειθαρχία σχετίζεται με την εκμάθηση στο νήπιο ότι θα πρέπει υπό ορισμένες περιστάσεις να τηρεί συγκεκριμένη συμπεριφορά η οποία τελεί υπό αυστηρούς κανόνες και εξωτερικά όρια. Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται σχετικά με την αντιμετώπιση ορισμένων μόνο συμπεριφορών αλλά και το μέτρο της αυστηρότητας που θα πρέπει να τηρούν. Τα όρια αυτά εξαρτώνται και από το πρότυπο που φέρουν κάθε γονείς σχετικά το κάθε παιδί (Ασπιώτης, 1959).

Η πειθαρχία από την άλλη είναι δυναμική πράγμα που σημαίνει ότι πρέπει να είναι σε θέση οι γονείς να την επιβάλλουν σταθερά γεγονός που δυσχεραίνεται στο να πραγματοποιηθεί λόγω της πολύωρης απουσίας και των δύο γονέων και της μικρής επαφής του με το νήπιο. Παράλληλα, οι γονείς θα πρέπει να σταθμίσουν τις συμπεριφορές που προωθούν στα παιδιά τους ώστε να μην τα καταστήσουν εντελώς παθητικά και άβουλα όντα (Ασπιώτης, 1959).

1.3.5 Εκρήξεις θυμού

Τα μικρά παιδιά δεν είναι σε θέση να συγκρατήσουν τα συναισθήματά τους όπως θα έκανε κάποιος μεγάλος. Από την άλλη ένα νήπιο μπορεί να αντιληφθεί εύκολα ότι το να εκδηλώνεται αρνητικά και μάλιστα εκτός σπιτιού συνιστά συμπεριφορά που αποδοκιμάζεται από τους γύρω του. Στο πλαίσιο αυτό είναι πολύ σημαντικό να μάθει το παιδί να συγκρατεί και να ελέγχει τα αρνητικά του συναισθήματα και ιδίως το θυμό του. Είναι καταδίκη για ένα παιδί, σύμφωνα με τους μελετητές, να μη μπορεί να ελέγξει το θυμό του όντας σε αρκετά μεγάλη ηλικία διότι τότε αυτός θα δυσκολευθεί ως ενήλικας να το κάνει με αποτέλεσμα να μην έχει αυτό ευχάριστα αποτελέσματα σε ό,τι κάνει. Σε κάθε περίπτωση η αντιμετώπιση του θυμού δε συνεπάγεται την ανυπαρξία του αλλά τον κατάλληλο χειρισμό του από τον καθένα σε σημείο που να μπορεί αυτός να τον χρησιμοποιεί εποικοδομητικά και υπέρ του (Rogge, 2008).

1.3.6 Απαιτήσεις παιδιού και θέσπιση κανόνων

Είναι σημαντικό οι γονείς να θέτουν τα όρια από νωρίς και να μην υποχωρούν σε κάθε απαίτηση του νηπίου διότι τότε μόνο θα καταφέρουν να διατηρήσουν τις ισορροπίες ωθώντας το παιδί να κατανοήσει τις συνέπειες ορισμένων συμπεριφορών του και τη σημασία τους για να μπορεί και το ίδιο να είναι ευτυχισμένο.

Η αποτελεσματικότητα των ορίων που θέτουν οι γονείς εξαρτάται κατά κύριο λόγο από το περιβάλλον μέσα στο οποίο μεγαλώνουν τα παιδιά και τη σχέση που έχουν με τους γονείς. Όταν οι σχέσεις είναι καλές τότε το νήπιο ακόμη κι αν αποτραπεί να πράξει κατά συγκεκριμένο τρόπο μέσα από την τιμωρία ή την απαγόρευση θα μπορέσει να το κατανοήσει ότι η αποτροπή σχετίζεται με την ίδια την πράξη ως κακή ή ανάρμοστη και ότι θα πρέπει να αποφεύγεται. Στο σημείο αυτό της απαγόρευσης ή τιμωρίας οι γονείς θα πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί σχετικά καθώς το νήπιο στην ηλικία των δύο ετών για παράδειγμα δε θα μπορέσει ακόμη να κατανοήσει εύκολα γιατί δε θα πρέπει να κάνει κάτι.

1.3.7 Τιμωρία

Η τιμωρία για κάτι το οποίο έκανε λάθος ένα παιδί συνιστά έναν από τους πιο κλασικούς τρόπους αντιμετώπισης μιας ανάρμοστης συμπεριφοράς διότι επικρατεί η αντίληψη ότι με την τιμωρία μπορεί να εξαλειφθεί μια τέτοια συμπεριφορά. Αυτό δεν είναι απόλυτα αληθές. Έχει παρατηρηθεί ότι η τιμωρία μπορεί να επιτείνει μια επιθετική συμπεριφορά για παράδειγμα. Επίσης ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται με τη χρήση των πράξεων τιμωρίας όπως αυτής του χτυπήματος των παιδιών πρακτική που κατά γενική παραδοχή θα πρέπει να αποφεύγεται.

Η τιμωρία συνίσταται συνήθως σε μικρές ποινές που επιβάλλουν οι γονείς στο παιδί για μια κακή συμπεριφορά την οποία δε θέλουν να επαναλάβει. Ως μέσο επαναφοράς των παιδιών στο σωστό δρόμο η τιμωρία και πάλι θα πρέπει να αποτελεί την έσχατη λύση, πράγμα που σημαίνει ότι οι γονείς θα πρέπει αρχικά να αναζητούν άλλους τρόπους επίλυσης των προβλημάτων (Ασπιώτης, 1959).

Το πρόβλημα σχετικά με την τιμωρία ως τακτική δεν είναι το εάν αυτή είναι αποτελεσματική ή όχι αλλά το εάν είναι σωστή για το παιδί. Ενδεχομένως όταν αποτρέπεται μια πολύ σοβαρή και επικίνδυνη πράξη με την τιμωρία τότε αυτή να φαντάζει αναγκαία. Σε κάθε περίπτωση, όμως, η τιμωρία δε θα πρέπει να ξεπερνά συγκεκριμένα όρια διότι τότε μπορεί να επιφέρει τα ακριβώς αντίθετα αποτελέσματα από αυτά που επιθυμούν οι γονείς (Ασπιώτης, 1959).

1.4 Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη

Πέρα από τις σε άλλους τομείς μεταβολές που παρουσιάζει το νήπιο μετά την ηλικία του ενός έτους, αξιοσημείωτες είναι και οι μεταβολές που παρουσιάζει στον ψυχοσυναισθηματικό τομέα. Τα συναισθήματα του νηπίου αλλά και ο τρόπος με τον οποίο αυτό πλέον τα εκφράζει βρίσκονται στο επίκεντρο των συζητήσεων.

1.4.1 Προσκόλληση παιδιού

Ένα μείζον ζήτημα που αναδεικνύεται στο πλαίσιο της συναισθηματικής ανάπτυξης του νηπίου αλλά ήδη έχει εκδηλωθεί από τη βρεφική ηλικία είναι αυτό του φαινομένου της προσκόλλησης. Το νήπιο έχει ως πρότυπο τους γονείς και βρίσκεται

σε μια διαρκή προσπάθεια να γίνει σαν και αυτούς. Το φαινόμενο της προσκόλλησης δηλώνει ένα ισχυρό συναισθηματικό δέσιμο με τον ένα γονέα ή και τους δύο αλλά δεν εξελίσσεται κατά τρόπο απόλυτο, με την έννοια ότι ναι μεν το παιδί παίρνει τις κατευθύνσεις και αξίες του γονέα αλλά μέσα από όλο αυτό μπορεί να πλάσει τη δική του προσωπικότητα.

1.4.2 Έκφραση συναισθημάτων

Γενικότερα αξίζει να σημειωθεί ότι η συμπεριφορά του νηπίου ξεκινά από τις παραστάσεις που λαμβάνει από το περιβάλλον διότι αυτές συνιστούν και την αρχική εικόνα που αυτό διαθέτει. Από εκεί και πέρα το νήπιο αρχίζει να προσπαθεί να αποκτήσει τον έλεγχο σχετικά με τον τρόπο που θα συμπεριφέρεται. Αυτό εκδηλώνεται ήδη στην ηλικία των ενάμιση ετών οπότε το παιδί παρατηρεί ότι σε ορισμένα πράγματα μπορεί να έχει την απόλυτη εξουσία. Η αντίληψη αυτή σχετίζεται και με την αντίδραση του νηπίου έναντι άλλων σχετικά με την κυριότητά του σε κάποια πράγματα αλλά και με την τάση του να θέλει να τα κάνει όλα μόνο του.

Σχετικά με την αυτονομία αυτή του νηπίου έχουν γίνει διάφορες προσπάθειες κατανόησής της. Έτσι κατά την ψυχαναλυτική θεωρία η ταύτιση είναι το κλειδί της αυτονομίας του νηπίου. Αυτό σημαίνει ότι το νήπιο δρα με βάση ορισμένη συμπεριφορά από το οικείο του περιβάλλον, από άτομα από τα οποία δηλαδή εξαρτάται περισσότερο συναισθηματικά. Κατά άλλη θεωρία, αυτή του συμπεριφορισμού, η τάση για αυτονομία του νηπίου οφείλεται στην ενίσχυση που αυτό λαμβάνει από τους γονείς του όταν πραγματοποιεί κάποια πράξη αυτόνομη. Αυτό σταδιακά, με βάση τη θεωρία του συμπεριφορισμού, οδηγεί το νήπιο στο να υιοθετεί συμπεριφορές που φέρουν το στοιχείο της αυτονομίας όλο και πιο έντονα (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου, 2001).

1.4.3 Ταυτότητα παιδιού

Το νήπιο όταν αρχίζει να ανακαλύπτει τον εαυτό του σημαίνει ότι αρχίζει να ανακαλύπτει την ταυτότητά του, τα στοιχεία εκείνα που το προσδιορίζουν ως οντότητα. Μετά το πρώτο 18μηνο της ζωής του το νήπιο βρίσκεται σε μια φάση που αρχίζει να έρχεται σε επαφή με τις ικανότητες και τα θέλω του, ενώ μπορεί να

διακρίνει πτυχές και χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του. Αυτό πρακτικά γίνεται φανερό με την εκδήλωση ορισμένων σταθερών, κάποιων standards από την πλευρά του νηπίου. Η αντίδραση του νηπίου απέναντι σε ορισμένες συμπεριφορές μαρτυρά και τα standard που αυτό φέρει. Αν π.χ. κλάψει ή δείξει ότι ενοχλείται από ορισμένη συμπεριφορά αυτό δείχνει το ότι δεν τον ικανοποιεί αυτή η συμπεριφορά γιατί είναι πέρα από τα standard του (Δημητρίου-Χατζηγεωργίου, 2001).

1.4.4 Προσωπικότητα

Το βήμα προς την αναγνώριση του εαυτού του και την ανάδειξη του εαυτού του νηπίου γίνεται μέσα από την ελεγχόμενη συμπεριφορά που εκδηλώνει. Η προσωπικότητα είναι ένα σύνολο στοιχείων που φέρει κάθε άνθρωπος και εκδηλώνεται με τις πράξεις του. Το νήπιο μέχρι την ηλικία των δύο ετών πέρα από τους ήχους και τους μορφασμούς μπορεί να δηλώσει στοιχεία της προσωπικότητάς του και με τις λίγες λέξεις που φέρει στο λεξιλόγιό του οι οποίες παρόλα αυτά είναι αρκετές για να γίνει κατανοητός.

Στο πλαίσιο της προσωπικότητας ένα σημαντικό βήμα για το νήπιο είναι και η προσπάθειά του να κατανοήσει τα περί διάκρισης των δύο φύλων. Ιδίως για τα αγόρια το ενδιαφέρον είναι αυξημένο λόγω του ότι φέρουν γεννητικά όργανα που προεξέχουν και τείνουν να ανακαλύψουν καλύτερα τον εαυτό τους. Στο πλαίσιο αυτό το παιδί αρχίζει σιγά σιγά να ανακαλύπτει τη σεξουαλικότητά του χωρίς να είναι ακόμη σε θέση, μέχρι την ηλικία των δύο ετών, να ρωτήσει τους γονείς σχετικά. Για το λόγο αυτό ταυτίζεται το νήπιο με όποιον γύρω του φέρει όμοια χαρακτηριστικά όπως π.χ. το αγόρι με τον πατέρα με βάση τη ψυχαναλυτική θεωρία ή με βάση τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης το νήπιο συνεχίζει τις συμπεριφορές για τις οποίες έχει επαινεθεί από τους γονείς του ή αποκτά ερεθίσματα από τη συμπεριφορά του γονέα ή του αδερφού την οποία και μιμείται ως πρότυπη (Δημητρίου-Χατζηγεωργίου, 2001).

1.4.5 Ανάπτυξη θάρρους – απομάκρυνση ντροπής

Συχνό είναι το φαινόμενο τα παιδιά από μικρά να είναι ντροπαλά και να μην παίρνουν πρωτοβουλίες. Ο γονιός πολύ εύκολα μπορεί να διαπιστώσει την έλλειψη

θάρρους σε ένα παιδί μέσα από την καθημερινότητά του. Πρόκειται για ένα ζήτημα που όσο πιο νωρίς επιλυθεί τόσο πιο γρήγορα θα οδηγήσει το παιδί στη χειραφέτηση, στην αυτονομία. Το πρόβλημα ανακύπτει όταν τα παιδιά καταπιέζουν την έμφυτη ανάγκη τους να εξερευνήσουν τον κόσμο γύρω τους για λόγους όπως ο φόβος για το άγνωστο ή η αντιμετώπιση από τον περίγυρο (Salkind, 2004).

Σε τέτοιες περιπτώσεις ένας γονιός θα πρέπει να φροντίσει να ενθαρρύνει το παιδί του να δοκιμάζει νέα πράγματα, να του μάθει πώς να διαχειρίζεται τους φόβους του, να του στέκεται ως πρότυπο, να του διδάξει το ηθικό και το ειλικρινές των πράξεών του (Χαδιαράκου). Με άλλα λόγια ο γονιός πρέπει να κάνει τα πάντα για να τονώσει το αίσθημα αυτοπεποίθησης του παιδιού του (π.χ. επιβράβευση για κάτι καλό ή σωστό που κάνει) ή αντίστροφα να αποφεύγει συμπεριφορές που θα έριχναν την αυτοεκτίμησή του (π.χ. σύγκριση με άλλα παιδιά που τα καταφέρνουν καλύτερα σε κάποια δραστηριότητα). Αυτό που θα πρέπει να κρατήσει κανείς στο μυαλό του είναι η ιδιαίτερη προσοχή που χρειάζονται τα παιδιά ως προς το χειρισμό τους για να μην αποκτήσουν μεταγενέστερα σημαντικά (ψυχολογικά κατά κύριο λόγο) προβλήματα.

2^ο Κεφάλαιο

Η ανάπτυξη του παιδιού από 2 έως και 3 ετών

2.1 Σωματική ανάπτυξη και ανάγκες

Το παιδί από τα 0 έως και τα 2 έτη της ζωής του, ανήκει στην κατηγορία της βρεφικής ακόμη ηλικίας. Σε αυτά τα έτη της ζωής του, οι σημαντικότερες αλλαγές που λαμβάνουν χώρα αφορούν στη σωματική του ανάπτυξη και διάπλαση και στην εμφάνιση νέων κινητικών δεξιοτήτων. Πράγματι, η ταχύτητα ανάπτυξης είναι εντυπωσιακή με το παιδί να κερδίζει βάρος, αν και σε επιβραδυμένο ρυθμό εν συγκρίσει με τα πρώτο έτος ζωής του, έτσι ώστε στο τέλος του 2^{ου} έτους να ζυγίζει τέσσερις φορές το βάρος που είχε ως νεογνό (Feldman, 2009).

Η ανάπτυξη κατά τη βρεφική ηλικία χαρακτηρίζεται από τέσσερις θεμελιώδεις νόμους: την κεφαλοουριαία αρχή, την αρχή κέντρου-περιφέρειας, την αρχή ιεραρχικής ενσωμάτωσης και την αρχή ανεξαρτησίας των συστημάτων. Κατά την κεφαλοουριαία αρχή, το παιδί αναπτύσσεται ξεκινώντας από το άνω τμήμα του σώματος, συμπεριλαμβανομένου και του κεφαλιού του και προς τα πάνω. Εν ολίγοις, η θεωρία αυτή υποστηρίζει ότι οι ικανότητες που πρώτα αναπτύσσει το παιδί, αφορούν στην οπτική και εν συνεχεία στην ικανότητα βάδισης που βασίζεται στο κάτω τμήμα του σώματος (Feldman, 2009).

Στην αρχή κέντρου περιφέρειας, η βασική ιδέα είναι ότι το παιδί αναπτύσσεται ξεκινώντας από τον κορμό του, το κέντρο, δηλαδή, του σώματός του και εν συνεχεία οι ικανότητες επεκτείνονται και στο υπόλοιπο σώμα, ήτοι τα άνω και κάτω άκρα. Τοιοιτοτρόπως, το παιδί αναπτύσσει ικανότητες χρήσης των άνω και κάτω άκρων πρώτα και εν συνεχεία αναπτύσσει την ικανότητα χρήσης των δακτύλων των άνω και κάτω άκρων (Feldman, 2009).

Κατά την αρχή της ιεραρχικής ενσωμάτωσης, το παιδί αναπτύσσει ποικίλες δεξιότητες ανεξάρτητες μεταξύ τους, οι οποίες όμως στο σύνολό τους εντάσσονται σε ένα άλλο σύνολο περισσότερο πολύπλοκων δεξιοτήτων. Με βάση την αρχή αυτή, επομένως, ένα μωρό στην ανάπτυξη μπορεί να μάθει να κρατά και να χειρίζεται ένα

αντικείμενο, εφόσον, όμως, προηγουμένως έχει κατακτήσει τη δεξιότητα επαρκούς χρήσης των δακτύλων (Feldman, 2009).

Τέλος, κατά την αρχή της ανεξαρτησίας των συστημάτων, το παιδί είναι σε θέση να αναπτύξει διάφορα όργανα και δεξιότητες του σώματός του, αλλά με διαφορετικούς για το καθένα ρυθμούς. Κατά τον τρόπο αυτόν, μπορεί να παρατηρηθεί σημαντική ανάπτυξη σε έναν τομέα ή όργανο, όχι όμως απαραίτητα στον ίδιο ρυθμό με άλλους τομείς και δεξιότητες (Feldman, 2009).

Κατά την ηλικία των 3 ετών πραγματοποιείται η μετάβαση από τη βρεφική στη νηπιακή ηλικία. Η αλλαγή αυτή είναι ιδιαίτερος σημαντική, καθώς ουσιαστικά επρόκειτο για την αλλαγή του μωρού σε μικρό παιδί. Επομένως, έχουμε να κάνουμε με μια μετάβαση η οποία συνοδεύεται από πλήθος αλλαγών με πλούσιο ενδιαφέρον, καθώς επίσης και από ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων και ικανοτήτων. Στην ηλικία των τριών ετών, τα ορόσημα αφορούν ως επί το πλείστον στην κινητικότητα του παιδιού, τα γνωστικά και αισθητηριακά και τα γλωσσικά και κοινωνικά ορόσημα (Χιουρέα, 2013).

Όσον αφορά στη σωματική του ανάπτυξη, το παιδί δύναται να ζυγίζει, πλέον, το διπλάσιο του βάρους των δύο ετών και να έχει ύψος επιπλέον 15 με 20 πόντων. Πάραυτα, οικονομικοί παράγοντες που επηρεάζουν βαθύτατα τη συχνότητα και την ποσότητα πρόσληψης τροφής του παιδιού, δύναται να επηρεάσει και τους ρυθμούς ανάπτυξής του (λιπόσαρκο, κοντό παιδί) (Barrett & Frank, 1987; Ogden et al., 2002, όπ, αναφ. στο Feldman, 2009).

Μια σημαντική αλλαγή που παρατηρείται κατά τη μετάβαση από τη βρεφική στην προσχολική ηλικία όσον αφορά στο σώμα του παιδιού, έχει να κάνει κυρίως με το σχήμα και τη δομή του σώματος. Και τα δύο φύλα, αρχίζουν να κάνουν εντονότερες καύσεις, μειώνοντας έτσι την στρογγυλή, φουσκωτή τους κοιλιά (χαρακτηριστικό βρεφικής ηλικίας). Επιπροσθέτως, το σώμα τους γίνεται περισσότερο ευθυτενές, ενώ παράλληλα αρχίζει να γίνεται ορατή μια ισορροπία μεταξύ του μεγέθους της κεφαλής και του υπόλοιπου σώματος, όπως συμβαίνει στο σώμα των ενηλίκων (Feldman, 2009).

Άλλες εξίσου σημαντικές αλλαγές, αφορούν στα άκρα των παιδιών, τα οποία μακραίνουν, ενώ παράλληλα τα οστά των παιδιών γίνονται πιο δυνατά και συνεπώς

ανθεκτικά. Ενδιαφέρον παρουσιάζουν και οι αλλαγές στα αισθητηριακά τους όργανα, όπως στην περίπτωση των αυτιών, όπου η ευσταχιακή σάλπιγγα λαμβάνει διαφορετική θέση, σε οξεία γωνία και η οποία συχνά συνοδεύεται από πόνους στα αυτιά του παιδιού (Feldman, 2009).

Όπως γίνεται αντιληπτό, οι σωματικές αλλαγές που λαμβάνουν χώρα κατά την ηλικία των δύο και τριών ετών, διαφέρουν σημαντικά μεταξύ τους. Επομένως, το παιδί βρεφικής ηλικίας και το παιδί προσχολικής ηλικίας, είναι φυσικό να έχουν διαφορετικές ανάγκες. Τις ανάγκες αυτές, καθώς και το πώς διαφοροποιούνται στις δύο αυτές ηλικίες, θα εξετάσουμε εκτενέστερα στη συνέχεια.

2.1.1 Αδρή κινητικότητα

Οι αλλαγές που αφορούν στην κίνηση είναι ιδιαίτερα σημαντικές κατά τα δύο πρώτα έτη της ζωής του παιδιού, καθώς συμπεριλαμβάνουν σημαντικά ορόσημα όπως το μπουσούλημα και το περπάτημα. Μέχρι και την ηλικία των τριών ετών, το παιδί έχει ήδη αναπτύξει πληθώρα σημαντικών κινητικών δεξιοτήτων, οι οποίες χαρακτηρίζονται και από ιδιαίτερα καλό συντονισμό. Στην ηλικία των τριών ετών, πλέον, το παιδί είναι σε θέση να πηδήξει, να ισορροπήσει στο ένα του πόδι και να τρέξει (Feldman, 2009).

Οι κινητικές ικανότητες του παιδιού κατά την προσχολική ηλικία, αναπτύσσονται με ταχύτατους ρυθμούς, καθώς το παιδί αφιερώνει και πολύ χρόνο σε δραστηριότητες που απαιτούν την κίνηση του σώματος, όπως το παιχνίδι, με αποτέλεσμα να καλλιεργούν ακόμη περισσότερο την κινητικότητά τους (Eaton & Yu, 1989; Poest et al., 1990 όπ. αναφ. στο Feldman, 2009).

Άλλες αδρές κινητικές δεξιότητες που το παιδί αναπτύσσει σε αυτό το στάδιο περιλαμβάνουν το ανέβασμα σκάλας με εναλλαγή των ποδιών και χωρίς τη στήριξη κάποιου τρίτου, να κατορθώσουν άλματα που μπορούν να αγγίξουν τα 60 εκατοστά, να αναπηδήσουν εναλλάσσοντας ρυθμό και διαφοροποιώντας τα άλματά τους. Πάραυτα, στην ηλικία των τριών ετών το παιδί δεν είναι σε θέση ακόμη να περιστρέψει το σώμα του ή να σταματήσει απότομα, γεγονός που συχνά οδηγεί σε ατυχήματα (Feldman, 2009).

Μια επίσης ενδιαφέρουσα αλλαγή στην αδρή κινητικότητα του παιδιού τριών ετών, αφορά στα δύο φύλα. Τα αγόρια, καθώς χαρακτηρίζονται από ελαφρώς ισχυρότερη μυϊκή δύναμη από τα κορίτσια, φαίνεται να μπορούν να πραγματοποιήσουν ορισμένες δραστηριότητες καλύτερα, όπως να πηδήσουν ψηλότερα και να πετάξουν καλύτερα την μπάλα (Eaton & Yu, 1989 όπ. αναφ. στο Feldman, 2009).

2.1.2 Λεπτή κινητικότητα

Όπως έγινε αντιληπτό, η προσχολική ηλικία μπορεί ευκόλως να χαρακτηριστεί ως η ηλικία της κινητικότητας. Το παιδί αναπτύσσει πολλαπλές δεξιότητες με τις οποίες μπορεί πλέον με μεγαλύτερη ευκολία να γνωρίσει τον κόσμο, να διασκεδάσει, να αναπτύξει την κοινωνικότητά του και συνάμα, τις νοητικές του ικανότητες.

Από το τέλος περίπου των δύο ετών, το παιδί αρχίζει να αναπτύσσει τη λεπτή του κινητικότητα σταδιακά. Πλέον, το παιδί μπορεί με προσοχή να κρατήσει στο χέρι του ένα φλιτζάνι και να πει από αυτό χωρίς να ρίξει εκτός του περιεχομένου του. Η λεπτή του κινητικότητα συνεχίζει να καλλιεργείται εξίσου και κατά τα τρία έτη (Feldman, 2009).

Πέραν από την αδρή κινητικότητα που παρατηρείται στην προσχολική ηλικία και δη στην ηλικία των τριών ετών, παρατηρούνται και ενδιαφέρουσες αλλαγές στον τομέα της λεπτής κινητικότητας, που αφορά σε περισσότερο λεπτούς χειρισμούς. Σε αυτές τις κινήσεις περιλαμβάνονται λεπτές κινήσεις του σώματος, η χρήση πιρουιού και κουταλιού, αλλά και μολυβιού και το δέσιμο των κορδονιών του (Feldman, 2009).

Πιο συγκεκριμένα, κατά την ηλικία των τριών ετών, το παιδί μπορεί να ζωγραφίσει κάποια γεωμετρικά σχήματα όπως έναν κύκλο ή ένα τετράγωνο, να συνθέσει ένα απλό πλαζ, να ξεκινήσει να παίζει ένα μουσικό όργανο και να βγάλει μόνο του τα ρούχα του πριν κάνει μπάνιο. Πάραυτα, οι κινήσεις αυτές, δεν γίνονται πάντοτε με ακρίβεια, γεγονός απολύτως φυσιολογικό κατά την ηλικία αυτή, ενώ απαιτούν συνεχή εξάσκηση προκειμένου να τελειοποιηθούν (Feldman, 2009).

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον κατά την προσχολική ηλικία παρουσιάζει η επιλογή που πραγματοποιεί το παιδί ως προς το αν θα γίνει δεξιόχειρας ή αριστερόχειρας. Το

ενδιαφέρον για την επιλογή αυτή του παιδιού είναι τόσο έντονο, ώστε έχουν κατά καιρούς διεξαχθεί ποικίλες έρευνες ή εκφραστεί διάφορες θεωρίες. Πάντοτε, βέβαια, η επιλογή είτε του ενός, είτε του άλλου, συνοδεύεται από αντίστοιχα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα. Αν και η επιλογή αυτή του παιδιού είναι αρχικώς διακριτή από πολύ μικρότερη ηλικία, γίνεται ακόμη εντονότερη κατά την προσχολική ηλικία, όπου το παιδί δουλεύει εντονότερα με τα χέρια του, πιάνει αντικείμενα, χρησιμοποιεί μολύβια και μαρκαδόρους (Feldman, 2009).

2.1.3 Ύπνος

Ο ύπνος, τόσο κατά τη βρεφική, όσο και κατά την προσχολική ηλικία, είναι εξαιρετικά σημαντικός για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού. Πάραυτα, είναι χαρακτηριστικό των μικρών αυτών ηλικιών οι δύο εκ διαμέτρου αντίθετες καταστάσεις του παιδιού: αυτή της πλήρους εγρήγορσης και της πλήρους χαλάρωσης (Cole & Cole, 2011).

Κατά τη βρεφική ηλικία, είναι δυνατό να εντοπιστούν επτά διαφορετικές καταστάσεις που αφορούν στη διεύερση του βρέφους. Η πρώτη κατάσταση που διακρίνεται είναι ο ύπνος NREM που δεν περιλαμβάνει τις ταχείες κινήσεις των οφθαλμών. Στο στάδιο αυτό, το βρέφος περνά σε μια φάση πλήρους ανάπαυσης με ιδιαίτερα χαμηλή κινητικότητα, κλειστά μάτια και αδρανή αναπνοή. Στο στάδιο του ύπνου REM με ταχείες κινήσεις οφθαλμών, το βρέφος παρουσιάζει αυξημένη κινητικότητα, ποικίλες εκφράσεις του προσώπου και ασταθή ρυθμό αναπνοής (Cole & Cole, 2011).

Η επόμενη κατάσταση αφορά στον περιοδικό ύπνο, ο οποίος αποτελεί ένα ενδιάμεσο σημείο μεταξύ των δύο προηγούμενων φάσεων που περιγράφηκαν. Το βρέφος εδώ παρουσιάζει μικρές εκρήξεις ύπνου οι οποίες συνοδεύονται από αργή, ήρεμη αναπνοή με διαλείμματα ταχείας αναπνοής. Μια ακόμη κατάσταση από την οποία περνά το βρέφος είναι η νύστα. Στην κατάσταση της νύστας, το βρέφος βρίσκεται σε μια φάση περισσότερο ενεργή από αυτή του ύπνου NREM και λιγότερο ενεργή από αυτή του REM. Το βρέφος ανοιγοκλείνει τα βλέφαρά του αργά και η αναπνοή του δεν είναι σταθερή (Cole & Cole, 2011).

Η κατάσταση της αδρανούς εγρήγορσης χαρακτηρίζεται από ελαφρά δραστηριότητα. Το πρόσωπο του βρέφους είναι ήρεμο, ενώ τα μάτια του είναι ανοιχτά και η αναπνοή του παρουσιάζει αστάθεια και είναι ταχύτερη από το στάδιο

του NREM. Η ενεργός εγρήγορση από την άλλη, χαρακτηρίζεται από συχνή κινητική δραστηριότητα, φωνοποιήσεις και αστάθεια στην αναπνοή, ενώ το βρέφος μπορεί συνάμα να παρουσιάσει και ερυθρότητα στο δέρμα. Η τελευταία κατάσταση που το βρέφος μπορεί να βιώσει είναι η δυστυχία. Στην κατάσταση αυτή το βρέφος παρουσιάζει έντονη κινητικότητα και ποικιλία στις εκφράσεις του προσώπου, όπως επίσης και ερυθρότητα του δέρματος και κλάμα το οποίο υποδεικνύει εκνευρισμό (Cole & Cole, 2011).

Όσον αφορά στην ποσότητα του ύπνου, τα βρέφη και δη τα νεογέννητα, περνούν τον περισσότερό τους χρόνο σε αυτόν, καθώς τον έχουν και περισσότερη ανάγκη. Επί παραδείγματι, τα νεογέννητα κοιμούνται περίπου 17 ώρες ημερησίως, οι οποίες, όμως σταδιακά μειώνονται, ενώ αρχίζουν να κοιμούνται περισσότερο τις βραδινές ώρες και λιγότερο τις πρωινές (Feldman, 2009).

Κατά την προσχολική ηλικία, οι ώρες που το παιδί ξοδεύει στον ύπνο σταδιακά μειώνονται και φτάνουν πλέον τις 12 με 13 ώρες ημερησίως. Οι ώρες στις οποίες τα παιδιά προσχολικής ηλικίας κοιμούνται ξεκινούν συνηθέστερα στις 8 με 8.30. Πάραυτα, στις ηλικίες αυτές συχνό φαινόμενο είναι οι διαταραχές του ύπνου, οι οποίες μάλιστα ποικίλουν και περιλαμβάνουν αϋπνίες, αναπνευστικές διαταραχές ύπνου, υπερυπνίες, κινητικές διαταραχές του ύπνου, παραϋπνίες, διαταραχές κερκαδιανού ρυθμού και άλλες διαταραχές ύπνου (Γαβαθά, χ.χ.).

Τα προβλήματα του ύπνου, εάν και είναι συχνό φαινόμενο στα παιδιά προσχολικής ηλικίας, συνήθως ξεπερνιούνται με την πάροδο του χρόνου και την εύρεση των κατάλληλων ρυθμών. Σε ορισμένες περιπτώσεις, όμως, εάν δεν αντιμετωπιστούν εγκαίρως μπορεί να οδηγήσουν σε πιο σοβαρά προβλήματα όπως διαβήτης, παχυσαρκία, αλλά και έλλειψη συγκέντρωσης και προσοχής, υπερκινητικότητα, ευερεθιστότητα, εκνευρισμό κ.ά. (Γαβαθά, χ.χ.).

2.1.4 Διατροφή

Η διατροφή μαζί με τον ύπνο αποτελούν τα απαραίτητα συστατικά για τη σωστή ανάπτυξη και την εύρυθμη λειτουργία του παιδικού οργανισμού. Κατά τη βρεφική ηλικία, το παιδί τρώει πολύ πιο συχνά συγκριτικά με το παιδί προσχολικής ηλικίας. Πλέον, οι παιδίατροι συστήνουν στους γονείς να ταΐζουν το μωρό τους

περίπου κάθε δύο με τρεις ώρες, ενώ τους ενθαρρύνουν να μην πιέζουν το βρέφος και να του δίνουν την ελευθερία να επιλέξει μόνο του πόσο και πότε θα τραφεί (Cole & Cole, 2011).

Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι τα βρέφη τείνουν να προτιμούν τις τροφές που προτιμά και η μητέρα τους, κυρίως γιατί τους προσφέρουν φαγητό που και οι ίδιες θα έτρωγαν (Skinner et al., 2002, όπ. αναφ. στο Feldman, 2009). Πάραυτα, συνήθειες τέτοιου τύπου, δηλαδή το βρέφος να τρέφεται όπως οι ενήλικες, μπορούν να οδηγήσουν στη εγκαθίδρυση ανθυγιεινών διατροφικών συνηθειών που στο μέλλον ίσως οδηγήσουν σε παχυσαρκία και λοιπά προβλήματα (Feldman, 2009).

Στη βρεφική ηλικία σημαντικότερο ρόλο διαδραματίζει και ο θηλασμός. Ο θηλασμός προσφέρει πολλαπλά πλεονεκτήματα, πλούσια θρεπτικά συστατικά, αντισώματα και ανοσία απέναντι σε ασθένειες, είναι εύπεπτο και αποστειρωμένο. Επιπλέον, η διαδικασία του θηλασμού φέρνει τη μητέρα και το βρέφος πιο κοντά και ενισχύει την ανάπτυξη συναισθηματικών δεσμών μεταξύ τους (Feldman, 2009).

Η ανάγκη για σωστή και υγιεινή διατροφή δεν σταματά βεβαίως στη βρεφική ηλικία, αλλά συνεχίζει καθ' όλη τη διάρκεια της παιδικής ζωής. Πάραυτα, κατά την προσχολική ηλικία όπου οι ρυθμοί ανάπτυξης μειώνονται, συνάμα μειώνεται και η ποσότητα τροφής που το παιδί καταναλώνει. Αυτή η μείωση, όμως, ανησυχεί τους γονείς οι οποίοι εν συνεχεία πιέζουν το παιδί να καταναλώσει περισσότερη τροφή απ' ο, τι πραγματικά χρειάζεται, με αποτέλεσμα να κερδίζουν περιττό βάρος. Για να αποφευχθεί αυτό, οι γονείς πρέπει να εξασφαλίζουν ότι το παιδί λαμβάνει ποικιλία θρεπτικών τροφών, χαμηλών σε λίπη, να μην τα πιέζουν να φάνε παραπάνω τροφή και να τους επιτρέψουν να διαμορφώσουν τις δικές τους γεύσεις (Ranade, 1993; Shapiro, 1997 όπ. αναφ. στο Feldman, 2009).

2.2 Νοητική ανάπτυξη και ανάγκες

2.2.1 Γνωστική ανάπτυξη

Στο στάδιο της γνωστικής ανάπτυξης παρατηρούνται, ιδιαίτερα σημαντικές αλλαγές, καθώς το παιδί πλέον αρχίζει να καλλιεργεί τη σκέψη του. Το παιδί είναι σε θέση να χρησιμοποιήσει έννοιες οι οποίες, όμως, είναι κατά τρόπο τινά «ατελείς», για

να αντιπροσωπεύσει πρόσωπα και αντικείμενα που εντοπίζει γύρω του. Επιπλέον, μπορεί να κατηγοριοποιήσει διάφορα αντικείμενα σύμφωνα με τη λειτουργία τους, όχι όμως και με τα χαρακτηριστικά τους. Το παιδί προσχολικής ηλικίας σε αυτή τη φάση μπορεί επίσης να προβεί σε αναλογικό συλλογισμό για να οδηγηθεί σε ορισμένα συμπεράσματα, ακολουθώντας τη διαδρομή από το ειδικό προς στο ειδικό. Στο στάδιο αυτό, επίσης, το παιδί αρχίζει να αποκτά καλύτερη αντίληψη του περιβάλλοντός του, αξιοποιώντας τις ποικίλες διεργασίες της σκέψης του για να τον οργανώσει με τρόπο που του γίνεται ευκολότερα κατανοητός (Γενική Γραμματεία Δια Βίου Μάθησης, 2012).

Η γνωστική ανάπτυξη κατά την πρώιμη παιδική ηλικία, φαίνεται να συνδέεται και με ορισμένες λειτουργίες του εγκεφάλου. Σύμφωνα με μια θεωρία, κατά την προσχολική ηλικία ο εγκεφαλος του παιδιού φαίνεται να παρουσιάζει κάποιες εκρήξεις ανάπτυξης, οι οποίες συνδέονται με την ταχύτητα ανάπτυξης των γνωστικών ικανοτήτων. Μάλιστα, έρευνα ανέδειξε ότι οι αναπτυξιακές αυτές εκρήξεις, είναι συνηθέστερες κατά την ηλικία των 1^{1/2} και 2 ετών, όπου αναπτύσσεται ταχύτατα και η γλώσσα (Feldman, 2009).

Οι γνωστικές ικανότητες των βρεφών, για χρόνια είχαν αποτελέσει αντικείμενο μελέτης, προκειμένου να διερευνηθεί κατά πόσον συνδέονται με τη μετέπειτα νοητική ανάπτυξη και ικανότητα του παιδιού. Οι πρώτες έρευνες είχαν αποφανθεί αρνητικά στη μεταξύ τους συσχέτιση, πάραυτα, νεώτερες έρευνες που αξιοποίησαν σταθμευμένα ψυχολογικά τεστ, ανέδειξαν ότι τα γνωστικά χαρακτηριστικά του βρέφους, μπορούν να προβλέψουν τη μετέπειτα νοητική του ικανότητα (Feldman, 2009).

2.2.2 Παιχνίδι και μάθηση

Το παιχνίδι αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της παιδικής ηλικίας. Μέσα από αυτό, γνωρίζει καλύτερα τον κόσμο γύρω του, αλλά και τον ίδιο του τον εαυτό. Κατά τη βρεφική ηλικία, το βρέφος παίζει διάφορα παιχνίδια, τα οποία μπορούν να αξιοποιούν και αντικείμενα ή και όχι. Χρησιμοποιούν καθημερινά αντικείμενα που βλέπουν τους ενήλικες να χρησιμοποιούν και κάνουν τις ίδιες κινήσεις με αυτούς. Επιπροσθέτως, στη βρεφική ηλικία το βρέφος αρχίζει να παίζει συμβολικά παιχνίδια ή προσποίησης, τα οποία θα συνεχίσει και κατά την προσχολική ηλικία. Κατά το

συμβολικό παιχνίδι, το οποίο κατά το 2^ο έτος γίνεται πιο σύνθετο, χρησιμοποιούν αντικείμενα ως κάτι άλλο. Τα παιχνίδια αυτά αρχικώς είναι εγωκεντρικά, δηλαδή η πράξη στρέφεται προς το ίδιο το βρέφος, ενώ μετά τους 30 μήνες, αρχίζουν να περιλαμβάνουν πράξεις που συμβαδίζουν με κάποιον κοινωνικό ρόλο (Cole & Cole, 2011).

Κατά την πρώιμη προσχολική ηλικία, τα είδη του παιχνιδιού στα οποία μετέχει το παιδί είναι διαφορετικά από αυτά της ύστερης προσχολικής ηλικίας. Περίπου στα 2^{1/2} και 3 έτη, το παιδί παίζει ως επί το πλείστον το λειτουργικό παιχνίδι. Αυτό σημαίνει ότι χρησιμοποιεί διάφορα αντικείμενα, κούκλες, αυτοκινητάκια ή ότι κάνει επαναλαμβανόμενες κινήσεις, πηδηματάκια κ.λπ., χωρίς να έχει σκοπό να δημιουργήσει κάτι ή να εξιστορήσει μια ιστορία (Feldman, 2009).

Κατά τα πρώτα έτη της προσχολικής ηλικίας, το παιχνίδι του παιδιού μπορεί να χαρακτηριστεί ως μοναχικό. Αργότερα και με την είσοδο του παιδιού στον παιδικό σταθμό, όπου έρχεται σε επαφή με άλλα παιδάκια, αρχίζει σταδιακά να καλλιεργεί την κοινωνικότητά του μέσα από το ομαδικό παιχνίδι, το οποίο λαμβάνει διαφορετικές μορφές. Πάραυτα, είτε το παιχνίδι είναι μοναχικό, είτε ομαδικό, αποτελεί έναν εξαιρετικό τρόπο μάθησης νέων δεξιοτήτων για το παιδί.

2.2.3 Γλωσσική ανάπτυξη

Κατά τη βρεφική ηλικία, η μεγαλύτερη ανάπτυξη κατά την παραγωγή λέξεων πραγματοποιείται μεταξύ του 16^{ου} και του 24^{ου} μήνα, όπου το λεξιλόγιο του βρέφους από 50 λέξεις κατά μέσο όρο, φτάνει τις 400. Οι πρώτες λέξεις του βρέφους είναι πολύ απλές και αναφέρονται σε αντικείμενα ή πρόσωπα τα οποία βλέπει συχνά, όπως η Μαμά και ο Μπαμπάς. Στα δύο έτη πλέον, τα βρέφη συνθέτουν μικρές προτάσεις δύο λέξεων, οι οποίες ακολουθούν τη λογική σειρά που καθορίζουν οι γραμματικοί κανόνες. Χαρακτηριστικό στις προτάσεις αυτές, είναι το γεγονός ότι το παιδί παραλείπει λέξεις τις οποίες κρίνει ως περιττές, απλοποιώντας έτσι την πρότασή του. Αυτό το είδος λόγου, ονομάζεται τηλεγραφικό, εξαιτίας της απλότητας και συντομίας του. Σημαντικό για την ενίσχυση του βρεφικού λόγου, είναι και ο απευθυνόμενος σε αυτά λόγος από τους γονείς. Το βρέφος, ακούγοντας και βλέποντας τον γονιό του, διασκεδάζει, αλλά ταυτόχρονα διευρύνει τους ορίζοντές του και ενισχύει την ταχύτερη γλωσσική του ανάπτυξη (Feldman, 2009).

Κατά τη νηπιακή και προσχολική ηλικία οι αλλαγές που παρατηρούνται είναι πολλές, καθώς το παιδί αναπτύσσει νέες δεξιότητες και παράλληλα καλλιεργεί τη νοημοσύνη του. Ο Piaget στη θεωρία που ανέπτυξε περί των διαφόρων αναπτυξιακών σταδίων από τα οποία περνά ένα παιδί, κατατάσσει τις ηλικίες από δύο έως και έξι ετών στο στάδιο της προσυλλογιστικής νοημοσύνης. Στο στάδιο της προσυλλογιστικής νοημοσύνης, επομένως, το παιδί είναι σε θέση πλέον να χρησιμοποιήσει τα σύμβολα της γλώσσας για να επικοινωνήσει, ενώ μπορεί να σκεφτεί, αν και με τρόπο κατά τρόπο τινά πρωτόγονο, καθώς δεν έχει ακόμη καλλιεργήσει τη λογική του σκέψη. Στο στάδιο αυτό, σημαντικό ρόλο διαδραματίζουν και οι αισθήσεις του παιδιού, καθώς συνδράμουν σημαντικά και διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο το παιδί αντιλαμβάνεται το περιβάλλον (Μίχας, 2004).

Κατά την προσχολική ηλικία, η γλώσσα των νηπίων αναπτύσσεται ταχύτατα. Το παιδί αρχίζει σταδιακά να καλλιεργεί τις απαραίτητες γλωσσικές ικανότητες που θα του επιτρέψουν να χρησιμοποιήσει τον προφορικό λόγο για να επικοινωνήσει (Τζουριάδου, 1995). Η γλωσσική ανάπτυξη των νηπίων ακολουθεί μια συγκεκριμένη πορεία. Ο ρυθμός και η ταχύτητα με την οποία θα αναπτυχθούν οι γλωσσικές ικανότητες του παιδιού, όμως, δέχονται και την επιρροή πολλών και διαφορετικών παραγόντων.

Από τα δύο έτη και μετά, το παιδί αρχίζει να συνδυάζει λέξεις για να σχηματίσει προτάσεις. Ένα χρόνο αργότερα, το παιδί αρχίζει να κατανοεί και να χρησιμοποιεί γραμματικούς κανόνες για την κλίση ουσιαστικών, ρημάτων και το σχηματισμό του πληθυντικού αριθμού κατά τη σύνταξη προτάσεων (Brown & Fraser, 1963). Μολονότι το παιδί αρχίζει να κατακτά τους γραμματικούς κανόνες, δεν έχει ακόμη επίγνωση ιδιαίτερων περιπτώσεων ρημάτων (π.χ ανώμαλα ρήματα), οπότε και σχηματίζει την κλίση τους με βάση το τι βγάζει νόημα και όχι το τι είναι γραμματικά σωστό.

Το παιδί από τα τρία έτη, εμπλουτίζει το λεξιλόγιό του και συνθέτει προτάσεις που περιλαμβάνουν τρεις με πέντε λέξεις. Επιπροσθέτως, είναι σε θέση να κάνει απλές ερωτήσεις και να χρησιμοποιήσει τον πληθυντικό αριθμό (Χιουρέα, 2013). Το εγωκεντρικό στοιχείο, είναι κι εδώ αρκετά έντονο, καθώς το παιδί κάνει συζητήσεις σαν να μην υπάρχει ο συνομιλητής. Ο προφορικός λόγος σε αυτό το στάδιο

εξυπηρετεί κατά κάποιον τρόπο τους σκοπούς του παιδιού μόνο και δεν υπάρχει αμφίδρομη επικοινωνία. Οι συζητήσεις αλλάζουν από το 4^ο έτος και μετά, οπότε και ο λόγος παύει να είναι εγωκεντρικός (Γενική Γραμματεία Δια Βίου Μάθησης, 2012).

2.3 Κοινωνική ανάπτυξη και ανάγκες

2.3.1 Ομαδικό παιχνίδι

Όπως προαναφέρθηκε, το παιχνίδι είναι ζωτικής σημασίας για το παιδί, ανεξάρτητα από την ηλικία στην οποία βρίσκεται. Επιπροσθέτως, καθώς το παιδί μεγαλώνει και το παιχνίδι από μοναχικό μετατρέπεται σε ομαδικό, είναι σημαντικό για την ανάπτυξη φιλικών σχέσεων με τους συνομηλίκους του. Ακόμη και πριν από τα 2 έτη, το βρέφος ανταλλάσσει παιχνίδια με άλλα βρέφη που γνωρίζει και συμμετέχει σε κοινωνικά παιχνίδια (Feldman, 2009).

Αναπτύσσοντας την κοινωνικότητά του όσο μεγαλώνει, το παιδί της προσχολικής ηλικίας αρχίζει να συμμετέχει σε περισσότερα κοινωνικά παιχνίδια, τα οποία δύναται να διακριθούν σε επιμέρους κατηγορίες. Η πρώτη κατηγορία αφορά στο παράλληλο παιχνίδι. Δύο παιδάκια τα οποία βρίσκονται απέναντι το ένα από το άλλο και το καθένα παίζει με τα δικά του παιχνίδια, αλλά με παρόμοιο τρόπο, συμμετέχουν σε παράλληλο παιχνίδι (Parten, 1932, όπ. αναφ. στο Feldman, 2009). Το παιχνίδι αυτό, αν και δεν είναι αναδραστικό, έχει έντονο το στοιχείο της μίμησης και της μη προφορικής επικοινωνίας.

Η δεύτερη κατηγορία κοινωνικού παιχνιδιού περιλαμβάνει το παιχνίδι παρατήρησης. Εδώ το παιδί, δεν συμμετέχει ενεργά, αλλά γίνεται παρατηρητής στο παιχνίδι άλλων παιδιών. Μπορεί να είναι σιωπηλό ή να τους δίνει ενθαρρυντικά σχόλια και συμβουλές. Περισσότερο αναδραστικό είναι το συντροφικό παιχνίδι. Εδώ, τουλάχιστον δύο παιδάκια τα οποία παίζουν το δικό τους παιχνίδι το καθένα, ανταλλάσσουν υλικά, εργαλεία και συμβουλές (Feldman, 2009). Το παιχνίδι αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό, καθώς το παιδί μαθαίνει πόσο πολύτιμο είναι να μοιράζεσαι.

Η τελευταία κατηγορία αφορά στο συνεργατικό παιχνίδι, το οποίο αποτελεί ουσιαστικά το περισσότερο παραδοσιακό παιχνίδι. Τα παιδάκια παίζουν μαζί σε

ομάδα, πάνω σε κοινές δραστηριότητες, οι οποίες διέπονται από τις δικές τους αρχές και κανόνες, όπως ποιος είναι πρώτος στη σειρά ή ποιος είναι ο ρόλος του στο παιχνίδι (Feldman, 2009). Το ομαδικό παιχνίδι είναι ο καταλληλότερος τρόπος για να καλλιεργήσει ένα παιδί την κοινωνικότητά του, ενώ μέσα από την αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους του αναπτύσσει τη νοημοσύνη του, το λόγο του, αρχίζει να κατανοεί τα συναισθήματα των άλλων και διευρύνει τις γνώσεις του.

2.3.2 Κοινωνική μίμηση

Η μίμηση αν και για χρόνια θεωρούνταν ότι είναι ένα χαρακτηριστικό που δεν παρουσιάζουν τα βρέφη και δη τα νεογέννητα, σύμφωνα με τον Piaget φαίνεται να κάνει την εμφάνισή της ακόμη και στους πρώτους μήνες ζωής του βρέφους. Μέσα από τις παρατηρήσεις του, κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η διαφοροποιημένη μίμηση κάνει την εμφάνισή της την ίδια περίπου χρονική στιγμή με το συμβολικό παιχνίδι. Επομένως, συνδέεται άμεσα με την ταχεία γνωστική ανάπτυξη του παιδιού που λαμβάνει χώρα κατά το τέλος της βρεφικής ηλικίας. Μέσα από τη διαδικασία της μίμησης, επομένως, το παιδί μπαίνει σε μια διαδικασία συμμόρφωσης με τον κοινωνικό περίγυρό του, καθώς αφομοιώνει ποικίλα ερεθίσματα από αυτόν (Feldman, 2009).

Με τη μετάβαση από τη βρεφική στην προσχολική ηλικία, το παιχνίδι της μίμησης διαφοροποιείται αναλόγως. Το παιδί, καθώς καλλιεργεί την αντιληπτικότητά του, αρχίζει και κάνει ενδιαφέρουσες παρατηρήσεις για τον κόσμο γύρω του. Παρατηρεί τη διαφορετικότητα των φύλων, τους ρόλους που έχουν ανατεθεί στο καθένα και τις διαφορετικές επιβραβεύσεις που δέχεται το καθένα με βάση τα αναμενόμενα κοινωνικά πρότυπα. Έτσι, ένα αγόρι μιμείται τον πατέρα του, έναν μεγαλύτερο αδερφό ή κάποιο πρόσωπο που έχει δει στην τηλεόραση και αντιστοίχως πράττει και ένα κορίτσι (Feldman, 2009).

Η κοινωνική μίμηση δεν περιορίζεται μόνο στην εκμάθηση του ρόλου του φύλου και πώς αυτό διαμορφώνει την εικόνα που δείχνουμε προς την κοινωνία, αλλά αποτελεί αυτή καθαυτή μια διαδικασία μάθησης. Κατά τον τρόπο αυτό, η διαδικασία μίμησης-μάθησης, επηρεάζεται από ποικιλία παραγόντων. Αρχικώς, η προς μίμηση συμπεριφορά πρέπει να είναι άμεσα διαθέσιμη εντός του περιβάλλοντος του παιδιού προκειμένου να τη μάθει. Δεύτερον, το παιδί πρέπει να επιδείξει την απαραίτητη

συμπεριφορά πάνω στο προς μίμηση πρότυπο προκειμένου να μπορέσει να αντιγράψει τις κινήσεις του και τις συμπεριφορές του (Feldman, 2009).

Εν συνεχεία, προκειμένου να είναι σε θέση να ανακαλέσει μια δραστηριότητα αργότερα για να τη μιμηθεί, πρέπει να εκτεθεί σε αυτή αρκετές φορές ώστε να τη συγκρατήσει στη μνήμη του και να την επαναλάβει. Η απλότητα ή πολυπλοκότητα μιας συμπεριφοράς, επηρεάζει το κατά πόσον ένα παιδί θα μπει στη διαδικασία να τη μιμηθεί ή όχι. Έτσι, είναι πολύ πιο εύκολο για ένα παιδί να μιμηθεί απλές συμπεριφορές, παρά δύσκολες. Τέλος, σημαντικός είναι και ο ρόλος του κινήτρου στη διαδικασία μίμησης. Ένα παιδί παρατηρώντας τον τρόπο που οι υπόλοιποι αντιδρούν απέναντι σε διαφορετικές συμπεριφορές, θα προσπαθήσει να μιμηθεί αυτές που επιφέρουν θετικά αποτελέσματα, επαίνους και επιβράβευση (Feldman, 2009).

2.3.3 Πειθαρχία

Η πειθαρχία στα μικρά παιδιά και βρέφη είναι ένα αρκετά δύσκολο εγχείρημα για τους γονείς. Αυτό συμβαίνει κατά βάση για δύο λόγους. Από τη μία, είναι η ίδια η φύση του παιδιού, το οποίο λόγω ηλικίας δυσκολεύεται να κατανοήσει, αλλά και να συμμορφωθεί με τους κανόνες που επιβάλλει ο γονέας. Από την άλλη, ο γονέας δυσκολεύεται να εφαρμόσει αυστηρούς κανόνες στο παιδί του για να μην το στενοχωρήσει ή για να μην θεωρηθεί «κακός».

Πάραυτα, οι κανόνες και η πειθαρχία είναι πολύ σημαντικά για το αναπτυσσόμενο παιδί. Από τους 24 μήνες, λοιπόν, όπου το παιδί αρχίζει να περνά ώρα στην τηλεόραση, είναι σημαντικό ο γονέας να έχει επίγνωση των προγραμμάτων που παρακολουθεί το παιδί και της καταλληλότητας αυτών για την ηλικία του. Επιπροσθέτως, πρέπει να ορίζει μια συγκεκριμένη διάρκεια παρακολούθησης τηλεοπτικών προγραμμάτων, την οποία το παιδί δεν θα ξεπερνά (Συμπεριφορά και πειθαρχία για παιδιά 2-3 χρονών, χ.χ).

Κατά τον 25^ο και 26^ο μήνα ζωής του παιδιού, είναι καλό να έρθει σε επαφή με τις έννοιες της τιμωρίας και της επιβράβευσης. Αντιστοίχως, λοιπόν, όταν το παιδί συμπεριφέρεται άσχημα, πρέπει να μάθει ότι υπάρχουν κάποιες συνέπειες, ενώ ότι η καλή συμπεριφορά ανταμείβεται. Ο τρόπος ανταμοιβής και τιμωρίας εξαρτάται από

τον γονέα και το παιδί, αλλά και από την εκάστοτε περίπτωση (Συμπεριφορά και πειθαρχία για παιδιά 2-3 χρονών, χ.χ).

Καθώς το παιδί μεγαλώνει και εισέρχεται πλέον στην προσχολική ηλικία, η πειθαρχία προσαρμόζεται ανάλογα. Το παιδί πλέον έχει ισχυρή γνώμη και δεν κάνει εύκολα πίσω. Πάραυτα, ο γονέας πρέπει να επιμένει εκεί όπου κρίνεται η σωματική ακεραιότητα και ασφάλεια του παιδιού και να υποχωρεί σε ζητήματα τα οποία δεν είναι τόσο κρίσιμα (Συμπεριφορά και πειθαρχία για παιδιά 2-3 χρονών, χ.χ).

Αν και ο γονέας είναι αυτός που εφαρμόζει τους κανόνες, πρέπει να ενημερώνει το παιδί για το λόγο που υπάρχουν. Παρόμοια, αν η τιμωρία και η επιβράβευση δεν συνοδεύονται από περαιτέρω επεξηγήσεις, το παιδί δεν θα μάθει από το λάθος του, ενώ αντίθετα, μπορεί να γίνει περισσότερο αντιδραστικό. Η επικοινωνία, επομένως, είναι το κλειδί για την επιτυχή εφαρμογή κανόνων πειθαρχίας (Fledman, 2009).

Αν και η τιμωρία πρέπει να προσαρμόζεται στα χαρακτηριστικά του παιδιού και την εκάστοτε περίπτωση, το ράπισμα δεν είναι ποτέ η λύση. Αφενός, το ράπισμα μπορεί να πληγώσει το παιδί σοβαρά σωματικά. Αφετέρου, δεν είναι αποτελεσματικός τρόπος αντιμετώπισης των ανεπιθύμητων συμπεριφορών. Τουναντίον, το παιδί θα γίνει ακόμη πιο ευέξαπτο και αντιδραστικό, δημιουργώντας έτσι έναν φαύλο κύκλο (American Academy of Pediatrics, 1998, όπ. αναφ. στο Feldman, 2009).

Αντίθετα, μια πιο αποτελεσματική μέθοδος είναι αυτή της προσωρινής διακοπής. Το παιδί απομακρύνεται από τον χώρο όπου εκδήλωσε την ανεπιθύμητη συμπεριφορά και παραμένει μόνο του για ένα σύντομο χρονικό διάστημα, ώστε να αναλογιστεί τις πράξεις του και να ηρεμήσει. Σε αυτό το διάστημα, το παιδί δεν μπορεί να κάνει δραστηριότητες που του αρέσουν (Feldman, 2009).

Τέλος, είναι σημαντικό το παιδί να έχει ένα συγκεκριμένο πρόγραμμα που θα ακολουθεί καθημερινά. Με τον τρόπο αυτό, μπορούν να αποφευχθούν πολλές άσχημες αντιδράσεις του παιδιού. Έτσι, ο γονέας μπορεί να εμπλουτίσει μερικές καθημερινές δραστηριότητες που προκαλούν συγκρούσεις, όπως είναι το μπάνιο, με ευχάριστες δραστηριότητες που θα δώσουν ικανοποίηση στο παιδί και θα το ηρεμήσουν (Feldman, 2009).

2.3.4 Οικογενειακές σχέσεις

Οι σχέσεις που αναπτύσσονται εντός του οικογενειακού περιβάλλοντος, καθώς και η ποιότητα αυτών, διαδραματίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του παιδιού. Μέσα από την οικογένεια, το παιδί λαμβάνει πληθώρα εφοδίων, τα οποία θα του φανούν χρήσιμα και καθ' όλη τη διάρκεια της μετέπειτα ζωής του. Η οικογένεια, άλλωστε, περνά στο παιδί μηνύματα, του δίνει αρχές και αξίες, του διδάσκει σημαντικά μαθήματα, όπως η αγάπη και ο σεβασμός, ενώ του προσφέρει ασφάλεια, θαλπωρή και προστασία.

Πάραυτα, οι οικογενειακές σχέσεις δέχονται και αυτές κατά καιρούς πλήγματα και αυτό είναι ένα απολύτως φυσιολογικό φαινόμενο. Συγκρούσεις και αναταραχές μπορούν να προκληθούν ανάμεσα στους γονείς, ανάμεσα στα παιδιά και τους γονείς, αλλά και μεταξύ των αδερφών, όπως είναι άλλωστε και το συνηθέστερο φαινόμενο.

2.3.4.1 Νέος μέλος στην οικογένεια

Η είσοδος ενός νέου μέλους στην οικογενειακή εστία, συνοδεύεται τόσο από απερίγραπτη χαρά, όσο και από αναταραχές και συγκρούσεις, κυρίως εφόσον στην οικογένεια υπάρχει ένα μεγαλύτερο παιδί, το οποίο νιώθει ότι εκτοπίζεται. Ζήλια, θυμός και μπερδεμένα συναισθήματα, είναι συχνό φαινόμενο στο πρώτο παιδί.

Το πρώτο παιδί μπορεί να παρουσιάσει ποικιλία διαφορετικών αντιδράσεων με την είσοδο ενός νέου μέλους στην οικογένεια. Από τη μια, επικρατεί ενθουσιασμός, χαρά και ανυπομονησία, καθώς πλέον θα έχει έναν νέο φίλο να παίζει, αλλά και η ύπαρξη ενός νέου μωρού, κεντρίζει την περιέργειά του. Από την άλλη, το νέο μέλος μονοπωλεί το ενδιαφέρον και προσοχή των γονέων και το πρώτο παιδί νιώθει παραμελημένο και επομένως μπορεί να εκδηλώσει σημάδια ζήλιας. Οι αντιδράσεις του παιδιού, βέβαια, εξαρτώνται και από την προσωπικότητά του, αλλά επηρεάζονται και από τον εγωκεντρικό χαρακτήρα της νηπιακής ηλικίας (Παναγιωτοπούλου, χ.χ).

Το παιδί, παρατηρώντας τον τρόπο που οι γονείς συμπεριφέρονται στο νεογέννητο, μπορεί να εκδηλώσει ποικίλες συμπεριφορές που πηγάζουν από τη ζήλια.

Επί παραδείγματι, μπορεί να αρχίσει να μπεμπεδίζει ή να ψευδίζει, μιμούμενο το μωρό ή να παρουσιάσει ξαφνική προσκόλληση στους γονείς του και να ξεσπάει σε κλάματα. Επιπλέον, είναι σύνηθες το φαινόμενο της ενούρησης, ακόμη και αν το παιδί πλέον έχει μάθει να χρησιμοποιεί την τουαλέτα (Παναγιωτοπούλου, χ.χ).

Πάραυτα, τις παραπάνω συμπεριφορές μπορούν ευκόλως να τις διαχειριστούν οι γονείς. Αρχικά, είναι σημαντικό να υπάρχουν ανοιχτοί διάλογοι επικοινωνίας με το παιδί. Η επαρκής ενημέρωση για τον ερχομό του νέου μέλους, πάντα με ειλικρίνεια και με απλό τρόπο, είναι το πρώτο βήμα για να δεχθεί το παιδί τη νέα τάξη πραγμάτων (Παναγιωτοπούλου, χ.χ).

Στην προσπάθεια, όμως, να καθησυχάσουν το παιδί οι γονείς, δεν πρέπει να λένε ότι τα πράγματα δεν θα αλλάξουν ή να δίνουν υποσχέσεις που δεν είναι εφικτό να τηρηθούν. Η διαβεβαίωση, όμως, ότι και τα δύο παιδιά τα αγαπάνε εξίσου και ότι είναι και τα δύο ξεχωριστά γι' αυτούς, είναι πολύ σημαντική. Τέλος, οι γονείς δεν πρέπει να επιπλήττουν το παιδί όταν εκδηλώνει σημάδια ζήλειας, αλλά να του αφιερώνουν χρόνο και να προσπαθούν να το άνουν να νιώσει ασφαλές (Παναγιωτοπούλου, χ.χ).

2.3.4.2 Το μεγαλύτερο παιδί

Οι σχέσεις μεταξύ των αδερφών είναι πολύ σημαντικές για την ανάπτυξη του παιδιού. Η ύπαρξη ενός μεγαλύτερου αδερφού ή αδερφής, μάλιστα, διαμορφώνει διαφορετικές μορφές σχέσεων ανάμεσα στα παιδιά. Η σχέση με τα αδέρφια είναι πολύ διαφορετική από τη σχέση με τους γονείς. Ο αδερφός είναι φίλος, σύμμαχος, μέντορας και σύντροφος στο παιχνίδι.

Το μεγαλύτερο παιδί, μάλιστα, διαμορφώνει σε σημαντικό βαθμό ορισμένες πτυχές της προσωπικότητας του μικρότερου αδερφού. Από τη μια πλευρά, μεταβιβάζουν στο μικρό αδερφάκι διάφορα ήθη, έθιμα και αρχές, καθώς επίσης και κανόνες σωστής και κοινωνικά αποδεκτής συμπεριφοράς. Αποτελούν, δηλαδή, ένα πρότυπο προς μίμηση για το μικρότερο παιδί. Από την άλλη, τα μεγαλύτερα παιδιά αποτελούν αντικείμενο θαυμασμού για τα μικρότερα, ένα μέτρο σύγκρισης και ένα πρότυπο το οποίο πρέπει να μιμηθούν και να κατορθώσουν να φτάσουν. Άλλωστε, το μεγάλο παιδί έχει συγκεντρώσει εμπειρία, γνώσεις και δεξιότητες, χαρακτηριστικά τα

οποία το μικρότερο παιδί δεν έχει ακόμη αποκτήσει (Ervin-Tripp, 1989, όπ. αναφ. στο Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, 2001).

Πάραυτα, η ύπαρξη μεγαλύτερου αδερφού μπορεί να προκαλέσει και ορισμένα μικρά προβλήματα στο μικρότερο παιδί. Το μεγάλο παιδί, αναλαμβάνοντας το ρόλο του μέντορα, προσπαθεί να εντυπωσιάσει το μικρότερο παιδί και να δείξει την ανωτερότητά του, γεγονός που πιθανόν να αποθαρρύνει το μικρότερο παιδί να αναδείξει τις δικές του δεξιότητες, καθώς φοβάται ότι δεν θα είναι ποτέ τόσο καλό και ικανό όσο το μεγαλύτερο αδερφάκι του (Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, 2001).

Από την άλλη πλευρά, το ίδιο το μεγαλύτερο παιδί, μπορεί να βιώσει και αυτό ορισμένα προβλήματα. Ακριβώς επειδή αναλαμβάνει το ρόλο του μέντορα, αλλά και του γονέα-προστάτη του μικρού του αδερφού, ίσως νιώσει πιεσμένο και ότι επιβαρύνεται με τη συνεχή φροντίδα του μικρού παιδιού ή ότι δεν μπορεί να περάσει χρόνο με τους συνομηλίκους του (Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, 2001).

Οι γονείς σε αυτό το στάδιο, δεν πρέπει να πιέζουν το μεγαλύτερο παιδί να επωμιστεί τη φροντίδα του μικρότερου, ούτε να το πιέζουν να αναπτύξει συναισθήματα αγάπης γι' αυτό, καθώς αυτή είναι μια διαδικασία που απαιτεί χρόνο. Επιπροσθέτως, πρέπει να αποφεύγουν τη σύγκριση μεταξύ των δύο αδερφών, η οποία μπορεί να δημιουργήσει αισθήματα κατωτερότητας και ζήλειας στο μικρότερο και αισθήματα αλαζονείας στο μεγαλύτερο αδερφάκι (Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, 2001).

2.4 Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη και ανάγκες

2.4.1 Σωματικό ενδιαφέρον για τη διαφορά φύλου

Από τα 2 με 2,5 ακόμη έτη, γίνεται αντιληπτό ότι το παιδί είναι σε θέση να αντιληφθεί τόσο το δικό του φύλο, όσο και των άλλων ανθρώπων γύρω του, ενώ στα 3 έτη πλέον, μπορεί να αντιληφθεί την έννοια του ρόλου του φύλου, κατηγοριοποιώντας διάφορα αντικείμενα που τους δίδονται με βάση το φύλο που τα χρησιμοποιεί.

Το παιδί, μάλιστα, από τη στιγμή που μπορεί να μπει ότι «είμαι κορίτσι» ή ότι «είμαι αγόρι», όταν του δίδονται παιχνίδια στερεοτυπικά κοριτσίστικα και αγορίστικα, αλλά και ουδέτερα, θα επιλέξει το παιχνίδι που στερεοτυπικά είναι

κατάλληλο για το φύλο του (Martin & Halverson, 1987, όπ. αναφ. στο Cole & Cole, 2011).

Η αίσθηση της ταυτότητας του φύλου στην προσχολική ηλικία, φαίνεται να επηρεάζεται από διάφορους παράγοντες και για το λόγο αυτό, έχουν αναπτυχθεί και ποικίλες θεωρίες. Με βάση, λοιπόν, τη βιολογική θεωρία, οι διαφορές ανάμεσα στα φύλα, μπορούν να εντοπιστούν σε βάθος χιλιάδων χρόνων, στους προγόνους μας και επομένως, έχει εκφραστεί η υπόθεση ότι οι διαφορές των φύλων οφείλονται σε διαφορές του εγκεφάλου. Επομένως, εφόσον αυτή η θεωρία ευσταθεί, ο καθένας είναι προγραμματισμένος γενετικά να εκδηλώσει αντίστοιχα χαρακτηριστικά που στερεοτυπικά συνάδουν με το φύλο του (Feldman, 2009).

Η ψυχαναλυτική θεωρία ισχυρίζεται ότι το παιδί, σύμφωνα με το φύλο του προσκολλάται στον γονέα του ιδίου φύλου. Παρατηρώντας, λοιπόν, τον γονέα, το παιδί αρχίζει να μιμείται και να ενστερνίζεται χαρακτηριστικά που αντιστοιχούν στο κάθε φύλο. Παρόμοια, κατά την κοινωνική μάθηση, το παιδί υιοθετεί συμπεριφορές που συνάδουν με το φύλο του, μέσα από τα όσα παρατηρεί σε άλλους ανθρώπους γύρω του. Έτσι, η κάθε συμπεριφορά που αρμόζει στο εκάστοτε φύλο επαινείται, ενώ η μη αρμόζουσα τιμωρείται. Τέλος, κατά τη γνωστική θεωρία, το παιδί καθώς μπαίνει στη φάση της γνωστικής ανάπτυξης, αρχίζει να συνθέτει στο μυαλό του ένα πάζλ για τις κατάλληλες συμπεριφορές του κάθε φύλου. Η αντιληπτική του ικανότητα και η παρατήρηση του περιβάλλοντος, διαμορφώνουν τελικά την ταυτότητα του φύλου του (Feldman, 2009).

2.4.2 Ενθάρρυνση

Η ενθάρρυνση ενός παιδιού από τα πρώτα χρόνια της ζωής του, είναι ζωτικής σημασίας για την υγιή του ανάπτυξη. Μέσα από την ενθάρρυνση και παρότρυνση του γονέα, το παιδί μπορεί να αναπτύξει μια υγιή προσωπικότητα και να αποκτήσει ψυχική ισορροπία.

Η ενθάρρυνση του γονέα, βοηθά το παιδί να αρχίσει να αναπτύσσει την αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμησή του. Πάραυτα, είναι σημαντικό να σημειωθεί, ότι ακόμη και η ενθάρρυνση πρέπει να γίνεται με μέτρο, διαφορετικά μπορεί να επιφέρει τα ακριβώς αντίθετα αποτελέσματα στο παιδί, όπως να γίνει αλαζονικό ή να νιώσει

καταπίεση να ξεπεράσει τον εαυτό του, το οποίο ίσως σταθεί εμπόδιο στην ανάπτυξή του.

Προκειμένου ο γονέας να μπορέσει να ενισχύσει και να ενθαρρύνει την ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης του παιδιού του, οφείλει να κάνει ορισμένα βήματα. Η ενθάρρυνση που προσφέρουν στο παιδί πρέπει να στοχεύει στο να μάθει το παιδί καλύτερα τον εαυτό του και τις ανάγκες του, να εξερευνήσει τα ποικίλα ταλέντα του, να του δίνουν ευκαιρίες να νιώθει ως χρήσιμο μέλος της οικογένειας και της κοινότητας, να αντιμετωπίζει τις δύσκολες καταστάσεις με χιούμορ και να επικοινωνούν μαζί τους, χωρίς όμως να του επιβάλλονται (Χαραλαμπίκη, 2014).

Επιπροσθέτως, οι γονείς πρέπει να μην συγκρίνουν το παιδί με άλλα παιδάκια ή με τα αδερφάκια του, καθώς κάτι τέτοιο μπορεί να οδηγήσει σε συμπλέγματα κατωτερότητας, ζήλια και ανταγωνισμό. Ο σεβασμός προς το παιδί κρίνεται εξίσου σημαντικός, όπως επίσης και η αποφυγή χαρακτηρισμών και το να μην το υποτιμούν, αλλά και να μην έχουν υπερβολικά υψηλές φιλοδοξίες από αυτό. Τέλος, ο γονέας πρέπει να καταβάλει προσπάθεια, έτσι ώστε να αγγίζει τη λεπτή ισορροπία μεταξύ του επαίνου και της κριτικής. Και τα δύο αυτά άκρα, πρέπει να χρησιμοποιούνται με μέτρο, καθώς ο υπερβολικός έπαινος ή κολακεία και η υπερβολική κριτική, θα επιφέρουν αρνητικά αποτελέσματα στην ανάπτυξη του παιδιού (Χαραλαμπίκη, 2014).

3^ο Κεφάλαιο

Η Ανάπτυξη του Παιδιού από 3 έως και 4 ετών

3.1 Σωματική Ανάπτυξη και ανάγκες

Στην ηλικία των τριών και έπειτα είναι πολύ σημαντικό να μελετάται προσεκτικά ο ρυθμός και ο τρόπος ανάπτυξης του νηπίου διότι τότε είναι ευκολότερο να γίνουν αντιληπτές τυχόν ανωμαλίες κατά την ανάπτυξή του. Υπάρχουν ορισμένες φυσιολογικές τιμές για την ανάπτυξη του νηπίου οι οποίες όμως δε θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά τρόπο απόλυτο διότι δε θα πρέπει να λησμονείται το γεγονός ότι η ανάπτυξη του νηπίου εξαρτάται από διάφορους παράγοντες. Τέτοιους παράγοντες συνιστούν η κληρονομικότητα, η διατροφή του νηπίου καθώς και η άσκηση. Στο πλαίσιο της ανάπτυξης ιδιαίτερη προσοχή δίδεται στην αναμενόμενη ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων του νηπίου (Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, 2001).

Πέρα από τις εξωτερικές αλλαγές που συντελούνται σε ένα νήπιο ο εγκέφαλος μεγαλώνει και αυτός αλλά, όπως και προηγουμένως έχει ειπωθεί, ήδη από την ηλικία των δύο ετών έχει φτάσει κοντά στο μέγεθος του εγκεφάλου ενός ενήλικα. Πέραν, όμως, από το μέγεθος του εγκεφάλου η ανάπτυξή του σχετίζεται άμεσα με την δυνατότητα του παιδιού να πραγματοποιεί πιο σύνθετες ενέργειες, να αναπτυχθεί κινητικά, να κάνει καλύτερη χρήση της γλώσσας και να επιλύει προβλήματα.

3.1.1 Εξωτερική εμφάνιση

Σχετικά με την εξωτερική αλλαγή των νηπίων παρατηρείται ότι αποβάλλεται το πάχος που έφεραν ως βρέφη και αρχίζουν με γρήγορους ρυθμούς να αναπτύσσονται τα άκρα τους. Επομένως, η κοιλιά γίνεται περισσότερο επίπεδη ενώ παράλληλα χέρια και πόδια μακραίνουν σημαντικά. Κατά τα λοιπά, όπως έχει ειπωθεί και προηγουμένως, η ανάπτυξη πέρα από τα χαρακτηριστικά αυτά, είναι πολύ μικρότερη συγκριτικά με τις προηγούμενες φορές. Το σύνηθες είναι να παίρνουν κάθε χρόνο τα παιδιά δύο κιλά σε βάρος και 7,5μση εκατοστά σε ύψος στις ηλικίες αυτές (Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, 2001).

Το πάχος του νηπίου στην ηλικία των τριών ετών παραμένει κατά κύριο λόγο στο επάνω μέρος του σώματος πράγμα που το δυσκολεύει στην κίνηση και τους χαλάει την ισορροπία αφού έχουν την τάση να γέρνουν προς τα εμπρός. Αργότερα όταν οι αναλογίες του σώματος θα αλλάξουν και η λεκάνη θα γίνει πιο σταθερή θα μάθει το παιδί να διατηρεί την ισορροπία του. Παράλληλα τα νήπια μεγαλώνουν και σκελετικά οπότε και αποκτούν πιο ισχυρές δομές, οστά, που συγκρατούν καλύτερα το σώμα (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου, 2001).

3.1.2 Αδρή και λεπτή κινητικότητα

Μετά την ηλικία των τριών στο πλαίσιο της αδρής κινητικότητας το παιδί της προσχολικής ηλικίας μπορεί με μεγαλύτερη ευκολία από πριν να εμφανίσει τις αδρές τους δεξιότητες όπως είναι για παράδειγμα το τρέξιμο ή το χοροπηδητό. Τώρα το παιδί πατάει πιο γερά στα πόδια του και μπορεί να ελέγξει καλύτερα το σώμα του, απαλλαγμένο πλέον από το σωματικό πάχος, και να διατηρήσει την ισορροπία.

Παρατηρείται ότι μετά τα τρία έτη το παιδί παρουσιάζει σημάδια αυτοματισμού που δηλώνει ότι χρησιμοποιεί το σώμα του χωρίς να υπολογίζει κάθε του βήμα. Αυτό που παρατηρείται είναι ότι μέχρι τα τέσσερά του χρόνια το παιδί παρουσιάζει δύσκαμπτους ακόμη καρπούς και αστραγάλους (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου, 2001).

Όσον αφορά το ζήτημα της λεπτής κινητικότητας παιδιών ηλικίας τριών με τεσσάρων ετών αυτή παρατηρείται ότι αναπτύσσεται πιο αργά συγκριτικά με την αδρή κινητικότητα που αφορά στην κίνηση του σώματος. Το παιδί ακόμη δεν μπορεί να ελέγξει πλήρως την κίνηση των δακτύλων του γι' αυτό και δυσκολεύεται να κρατήσει πολύ ψιλά αντικείμενα όπως ένα μολύβι ή ένα πινέλο. Κατά τα λοιπά μπορεί σχετικά εύκολα να ντύνεται μόνο του και να κουμπώνει τα ρούχα του (Δημητρίου-Χατζηγεοφύτου, 2001).

Η κινητική ανάπτυξη του παιδιού εξαρτάται από διάφορες μεταβλητές γι' αυτό και παρουσιάζει ποικιλομορφία από παιδί σε παιδί. Τέτοιες μεταβλητές συνιστούν για παράδειγμα ο βαθμός ωριμότητας του παιδιού και από γνωστική και από κινητική άποψη που ενισχύεται από τη διαρκεί εξάσκηση. Εξίσου σημαντικός παράγοντας είναι και αυτός της προσοχής. Το παιδί θα πρέπει να είναι

συγκεντρωμένο σε αυτό που προσπαθούν να του μάθουν και να προσπαθεί να βρίσκεται σε εγρήγορση.

3.1.3 Τάισμα και Διατροφή

Κάτι που θα έπρεπε σε πρώτη φάση να επισημανθεί είναι ότι το νήπιο μεγαλώνοντας, επειδή ακριβώς οι ρυθμοί ανάπτυξής του είναι αρκετά μικρότεροι από τους ρυθμούς ανάπτυξης ενός βρέφους, χρειάζεται αναλογικά και λιγότερο φαγητό. Το παιδί στην ηλικία των τριών και έπειτα αποζητά την πρωτοβουλία για την διατροφή του. Δεν του αρέσει πλέον να το ταΐζουν αλλά θέλει μόνο του να ταΐζει τον εαυτό του αλλά και να δοκιμάζει νέες τροφές (Μαυρομιχάλης, 2004).

Το παιδί στην ηλικία μετά των τριών μαθαίνει και θέλει να μπορεί να χειρίζεται μόνο του τα μαχαιροπήρουνα, να πίνει μόνο του το νερό του και να διαλέγει τι θέλει να φάει. Οι γονείς θα πρέπει να του δίνουν το δικαίωμα της επιλογής ενώ όταν βλέπουν ότι τα παιδί δε θέλει να φάει κάτι συγκεκριμένο δε θα πρέπει να το πιέζουν να το κάνει διότι μπορεί να το οδηγήσουν σε προβλήματα (Μαυρομιχάλης, 2004).

3.1.4 Τουαλέτα

Όσον αφορά τη χρήση της τουαλέτας και την αποκοπή του παιδιού από τη χρήση πανών στην ηλικία των τριών ετών κατά προσέγγιση λαμβάνει χώρα αυτή. Δεν αποκλείεται βέβαια να συναντήσει κανείς μωρά που έχουν κόψει την πάνα από πολύ νωρίς ενώ άλλα που και μετά τα τρία τους χρόνια δεν έχουν ακόμη συμφιλιωθεί με τη χρήση της τουαλέτας.

Όσο μεγαλώνουν τα παιδιά τόσο μεγαλύτερο έλεγχο των σφιγκτήρων τους έχουν. Μέσα από την εκπαίδευση μπορεί το παιδί να μάθει γρήγορα να μην τα κάνει πάνω του αλλά να χρησιμοποιεί την τουαλέτα. Σε αυτό βέβαια είναι αναγκαία και η σχετική ωριμότητα του παιδιού με την έννοια ότι θα πρέπει να μάθει το σώμα του καλά ώστε να κατανοεί πότε θα χρειαστεί να πάει στην τουαλέτα. Το συμπέρασμα είναι ότι σε κάθε περίπτωση η ετοιμότητα του παιδιού να εκπαιδευτεί στη χρήση της τουαλέτας δε μπορεί να καθορισθεί από την ηλικία του αλλά θα πρέπει πράγματι να είναι η κατάλληλη στιγμή ώστε να μην πέσουν όλες οι προσπάθειες στο κενό. Θα

πρέπει πάντως να αποφεύγονται οι πιέσεις προς το παιδί γιατί είναι πολύ βέβαιο ότι θα φέρουν αντίθετα από τα επιθυμητά αποτελέσματα.

3.1.5 Νυκτερινή ενούρηση

Η νυκτερινή ενούρηση συνιστά ένα βασικό πρόβλημα που αντιμετωπίζουν οι γονείς σχετικά με τα παιδιά τους. Πρόκειται για την απελευθέρωση υγρών κατά τη διάρκεια της νύχτας όταν το παιδί κοιμάται. Συγκριτικά προς τη χρήση της τουαλέτας κατά τη διάρκεια της ημέρας παρατηρείται ότι η αντιμετώπιση του προβλήματος της νυκτερινής ενούρησης χρειάζεται περισσότερο χρόνο.

Τα αίτια της νυκτερινής ενούρησης συνήθως δεν είναι συναισθηματικά. Πρόκειται για λόγους που αφορούν κατά κύριο λόγο την ουροδόχο κύστη του παιδιού όπως το ότι αυτή είναι μικρότερη από το φυσιολογικό ή δεν έχει ωριμάσει αρκετά. Πολύ σύνηθες είναι επίσης να κάνει το παιδί πολύ βαθύ ύπνο και για το λόγο αυτό να μην μπορέσει να ξυπνήσει ώστε να πάει τουαλέτα. Υπάρχουν βέβαια ενδείξεις σχετικά με τη σοβαρότητα της κατάστασης η οποία θα πρέπει σε αυτές τις περιπτώσεις να ελεγχθεί όπως είναι η συνεχής ανάγκη για νερό ή το τσουξίμο κατά την ούρηση (Χαραλάμπους κ.α., 2000).

Οι γονείς μεταξύ άλλων και πέρα από το να στραφούν σε έναν γιατρό θα μπορούσαν να λάβουν κάποια προσωρινά μέτρα αντιμετώπισης των συνεπειών της νυκτερινής ενούρησης. Η χρήση, λοιπόν, αδιάβροχων καλυμμάτων πάνω από το σεντόνι του κρεβατιού, η τακτική και προκαθορισμένη αφύπνιση του παιδιού κατά τη διάρκεια της νύχτας, η παροχή κινήτρων για να μην τα κάνει πάνω του (π.χ. επιβράβευση με ένα αυτοκόλλητο κάθε φορά που το παιδί θα το καταφέρει) είναι μερικά από τα μέσα που προτείνονται στους γονείς να χρησιμοποιούν (Κοσμά, 2010).

3.1.6 Ύπνος

Σχετικά με τον ύπνο του νηπίου, όπως και κάθε παιδιού στις ηλικίες αυτές, υπογραμμίζεται ότι είναι υψίστης σημασίας να υπάρχει ένα σταθερό πρόγραμμα στον ύπνο. Αυτό είναι σημαντικό ώστε να γνωρίζει αφενός το νήπιο ότι ένα συγκεκριμένο διάστημα της ημέρας θα κοιμηθεί οπότε θα είναι προετοιμασμένο και δε θα βρεθεί

προ απροόπτου όταν θα του ζητήσουν π.χ. οι γονείς να σταματήσει το παιχνίδι αφετέρου να μπορεί να είναι πιο οργανωμένο το πρόγραμμά του ώστε στο ενδιάμεσο να εντάξει ορισμένες δραστηριότητες (Spork, 2008).

Επίσης συχνό είναι το φαινόμενο στις ηλικίες αυτές του παιδί να ξυπνά τους γονείς κατά τη διάρκεια της νύχτας. Αυτό μπορεί να οφείλεται είτε σε κάποια φοβία του είτε σε εφιάλτες. Σχετικά με τους εφιάλτες των νηπίων πρέπει να σημειωθεί ότι αυτοί συνιστούν ένα πολύ συχνό φαινόμενο μετά την ηλικία των τριών ετών κυρίως. Οι εφιάλτες συνήθως προέρχονται από συμπεριφορές της καθημερινότητας που προξενούν φόβο και ενοχλούν τα νήπια. Η καλύτερη αντιμετώπιση από την πλευρά των γονέων σε τέτοιες καταστάσεις είναι να βοηθήσουν το παιδί να ξεπεράσει το άγχος και το φόβο προσφέροντάς του στοργή και ηρεμία, να δώσουν το παρόν ώστε το παιδί να μην αισθάνεται μόνο και αβοήθητο (Spork, 2008).

3.2 Νοητική ανάπτυξη

Από τις πιο σημαντικές λειτουργίες του ανθρώπινου νου είναι η νόηση. Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουν οι γονείς σε τι επίπεδο νοητικής ανάπτυξης βρίσκεται το παιδί τους γιατί από αυτό εξαρτώνται ορισμένα γεγονότα. Για παράδειγμα η υψηλή νόηση επιτρέπει στο γονιό να μπει στη διαδικασία να εξηγεί κάθε συμπεριφορά και τις συνέπειές της στο νήπιο, τον τρόπο με τον οποίο θα πρέπει αυτό να φέρεται, πώς να το κατευθύνει να αναπτύξει τις δεξιότητές του. Η άρρηκτα με την νοητική ανάπτυξη συνέπεια είναι η γλωσσική ανάπτυξη που παρουσιάζεται αμέσως.

3.2.1 Γλωσσική ανάπτυξη

Ειδικά σχετικά με τη γλωσσική ανάπτυξη ενός παιδιού μετά την ηλικία των τριών παρατηρείται ότι αυτή παρουσιάζει την πλέον αξιοσημείωτη πορεία. Φέροντας τις βασικές γνώσεις σχετικά με τη χρήση της γλώσσας και την έκφραση των συναισθημάτων ένα παιδί τριών ετών αρχίζει να εμπλουτίζει τη γλώσσα και ξεπερνάει την αδυναμία να διατυπώσει προτάσεις σχετικά με το τι ακριβώς θέλει να πει ευθέως και όχι με κάποια από τα γνωστά μέσα που διαθέτει.

Στο πλαίσιο αυτό το παιδί διευρύνει σημαντικά το λεξιλόγιό του και έρχεται στην πρώτη ή εν πάση περιπτώσει ουσιαστική επαφή του με το γραπτό λόγο καθώς πλέον διαθέτει τα εφόδια για να τον κατακτήσει σταδιακά. Το εντυπωσιακό με τα παιδιά γύρω στα τρισήμισι έτη είναι ότι μιλούν πάρα πολύ, περισσότερο από όσο θα χρειαζόταν για να μεταφέρουν ένα μήνυμα και πολλές φορές αυτό μπορεί να συμβαίνει και ενώ είναι μόνο του. Το παιδί με την ανάπτυξη του λεξιλογίου του και την επιστράτευση της φαντασίας του μπορεί για πολλή ώρα να μονολογεί και να ψυχαγωγείται (Ντούμα κ.α., 2013).

Σύμφωνα με έρευνες ο μέσος όρος των λέξεων που ένα τρίχρονο παιδί φέρει στο λεξιλόγιό του είναι χίλιες. Στο πλαίσιο αυτό να μη λησμονείται το γεγονός ότι το παιδί μπορεί να γνωρίζει πολλές περισσότερες λέξεις από αυτές που χρησιμοποιεί. Είναι συχνό το φαινόμενο τα παιδιά να γνωρίζουν τη σημασία ορισμένης λέξης αλλά να μην μπορούν να την εντάξουν στις καθημερινές τους προτάσεις. Επίσης, σημασία δεν έχει τόσο ο αριθμός των λέξεων που γνωρίζει ένα παιδί στα πρώτα προσχολικά του χρόνια αλλά και η ακρίβεια με την οποία τις χρησιμοποιεί (Ντούμα κ.α., 2013).

Στην ηλικία των τριών-τεσσάρων το παιδί δεν είναι ακόμη έτοιμο να αφομοιώσει κανόνες συντακτικού για να μπορέσει να δημιουργήσει σωστές προτάσεις παρά μόνο να ενώσει περισσότερες μικρές και πάλι χωρίς να είναι γραμματικά σωστές. Είναι δύσκολο για ένα παιδί στην ηλικία αυτή να χρησιμοποιήσει σωστά τους χρόνους και τον πληθυντικό αριθμό. Από την πλευρά των γονέων αυτοί καλό θα είναι να μουν στη διαδικασία να εξηγήσουν στο παιδί πώς να χρησιμοποιεί σωστά κάτι που έχει κάνει λάθος χωρίς αυτό να σημαίνει ότι η προσπάθεια αυτή θα είναι επιτυχής (τις περισσότερες φορές δεν είναι γιατί το παιδί έχει ήδη συνηθίσει τη λάθος χρήση). Παράλληλα η διόρθωση δε θα πρέπει να ξεπερνά κάποια όρια διότι τότε θα οδηγήσει στη γένεση άσχημων συναισθημάτων για το παιδί και θα του ρίξει την εικόνα που έχει χτίσει για τον εαυτό του (Ντούμα κ.α., 2013).

Το ενδιαφέρον είναι ότι ένα παιδί τεσσάρων ετών θα μπορεί να ελίσσεται κατά τη χρήση του λόγου ανάλογα με τις περιστάσεις γεγονός που δηλώνει ότι κατανοεί κάποιες διαφορές και μπορεί να προσαρμοστεί σε αυτές. Επίσης στην ηλικία αυτή το ενδιαφέρον και οι ερωτήσεις ενός παιδιού περιστρέφονται γύρω από

το βασικό ερώτημα γιατί γεγονός που φανερώνει και τη συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού.

3.2.2 Γνωστική ανάπτυξη

Σχετικά με την κατάκτηση της γνώσης από τα παιδιά έχουν πραγματοποιηθεί πολλές θεωρητικές προσεγγίσεις που αξίζει στο σημείο αυτό να σημειωθούν. Ξεκινώντας από τον Piaget ο ψυχολόγος έκανε λόγο για στάδια ανάπτυξης ανάλογα με την ηλικία του παιδιού (Furth, 1969).

Το πρώτο στάδιο ονομάστηκε στάδιο της αισθησιοκινητικής νοημοσύνης και αφορά σε μωρά μέχρι δύο ετών. Το δεύτερο στάδιο είναι που μας ενδιαφέρει γιατί αφορά τα παιδιά μετά την ηλικία των τριών ετών που μελετώνται στο παρόν κεφάλαιο. Ονομάζεται στάδιο της προσυλλογιστικής νοημοσύνης που φανερώνει τη θετική σκέψη των παιδιών για όσα κάνουν και την κατανόηση. Τα επόμενα δύο στάδια αφορούν πλέον παιδιά δημοτικού και γυμνασίου και περιλαμβάνουν ουσιαστικότερα σημεία γνωστικής ανάπτυξης όπως είναι αναμενόμενο (στάδιο των συγκεκριμένων σκέψεων και αφαιρετικής σκέψης αντίστοιχα το τρίτο και τέταρτο στάδιο).

Μένοντας στο δεύτερο στάδιο θα πρέπει να σημειωθεί ότι από τη στιγμή που το παιδί συνήθως πηγαίνει στο Νηπιαγωγείο εναπόκειται μεγάλο μέρος ευθύνης σε αυτό σχετικά με την γνωστική ανάπτυξη του νηπίου. Το Νηπιαγωγείο ως δεύτερος σταθμός στη ζωή του ατόμου θα πρέπει να του παρέχει τα αναγκαία εφόδια για να μπορέσει να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις της κοινωνίας, να γνωρίσει τον εαυτό του, να τον αποδεχθεί, να τον βελτιώσει, να μάθει να χειρίζεται το λόγο, το σώμα του, να συνεργάζεται και άλλα πολλά (Χατζησαββίδης, 2002).

Η γνώση έρχεται για τον καθένα ανάλογα με τις εμπειρίες του, την αλληλεπίδρασή του με το περιβάλλον, την καθοδήγησή του από τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς.

3.2.3 Παιχνίδι και μάθηση

Το παιδί της προσχολικής ηλικίας μαθαίνει πολλά μέσα από το παιχνίδι γι' αυτό και του είναι απαραίτητο. Μέσα από το παιχνίδι το παιδί μπαίνει σε ρόλους, εκτίθεται μέσα από τον χαρακτήρα που επιλέγει να υποδυθεί, επιστρατεύει τη φαντασία του είτε παίζει μόνο του είτε μαζί με άλλους, μαθαίνει να αντιδράει στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος, εξασκεί τις κινητικές και γλωσσικές του δεξιότητες, ενισχύεται και νοητικά και παράλληλα με όλα αυτά αντλεί ευχαρίστηση.

Η προτίμηση των παιχνιδιών με τα οποία θέλουν να ασχοληθούν τα παιδιά αλλάζει ανάλογα με την ηλικία του παιδιού. Μεγαλώνοντας το παιδί στρέφει το ενδιαφέρον του σε άλλα είδη παιχνιδιού συνήθως πιο κινητικά, πιο δραστήρια και πολλές φορές θα αποζητήσει και τη συντροφικότητα και άλλων παιδιών (Garvey, 1990). Συνήθη είναι επίσης μετά την ηλικία των τριών ετών η χρήση της πάλης ως παιχνίδι. Πρέπει πάντως να τονισθεί ότι αυτή δεν θα πρέπει να συνδέεται πάντοτε με την επιθετική συμπεριφορά ενός παιδιού γιατί πολύ απλά δεν πηγάζει από αυτήν αλλά από την ανάγκη ενδεχομένως του παιδιού να εκτονωθεί και να εκδηλώσει τα συναισθήματά του. Φυσικά σε κάθε περίπτωση θα πρέπει να αποθαρρύνεται η χρήση της πάλης όταν αυτή πάψει να συνιστά παιχνίδι και λάβει σοβαρές διαστάσεις (Βιζυηνός & Σιδεράς, 2009).

Άλλη μορφή παιχνιδιού που είναι ιδιαίτερα διαδεδομένη μετά την ηλικία των τριών ετών είναι το γλωσσικό παιχνίδι. Στα παιδιά αρέσει πολύ να παράγουν ήχους αλλά και να ρωτούν σχετικά με αντικείμενα του περιβάλλοντός τους στο πλαίσιο του παιχνιδιού. Βρίσκονται στη φάση που προσπαθούν τα παιδιά μέσα από τη χρήση της γλώσσας να κατανοήσουν τις εμπειρίες τους. Μαζί με το γλωσσικό παιχνίδι χρησιμοποιείται συχνά και το θεατρικό που, όπως έχει ήδη ειπωθεί, ωφελεί σημαντικά το παιδί που υποδύεται έναν ρόλο.

Μεγάλη επίσης σημασία έχει και το ομαδικό παιχνίδι που παρέχει στο παιδί πολλά εφόδια όπως που καλλιεργεί μέσα του ένα κλίμα συντροφικότητας, συνεργασίας αλλά και του παρέχει μεγάλη ευχαρίστηση. Ένα ακόμη θετικό στοιχείο σχετικά με τα ομαδικά παιχνίδια είναι ότι το παιδί μπαίνει στη διαδικασία να θεσπίσει ορισμένους κανόνες, ορισμένα όρια ή να ακολουθήσει τους ήδη υπάρχοντες. Επίσης μέσα από τέτοια παιχνίδια τα παιδιά έρχονται σε επαφή με δύο σημαντικά

συναίσθημα, αυτό της ήττας και της νίκης και μαθαίνουν πώς να τα διαχειρίζονται (Βιζυηνός & Σιδεράς, 2009).

Όπως αναφέρθηκε και πριν μέσα από το παιχνίδι προωθείται η γνωστική ανάπτυξη του παιδιού. Αυτό μαθαίνει να χειρίζεται καλύτερα στοιχεία του φυσικού περιβάλλοντος, να τα αναγνωρίζει όπως π.χ. να μαθαίνει για τη λειτουργία και χρησιμότητα του νερού. Με τη σειρά της η γνώση ενισχύει την κατανόηση των παιδιών.

3.3 Κοινωνική ανάπτυξη

Η ηλικία των τριών ετών σηματοδοτεί τη στροφή του παιδιού σε μορφές κοινωνικής συμπεριφοράς. Το ενδιαφέρον του παιδιού επικεντρώνεται στην αλληλεπίδραση με συνομηλίκους του κυρίως αλλά και με πρόσωπα της οικογένειάς του και επιδιώκεται η ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων. Τα παιδιά ξεκινούν να κοινωνικοποιούνται μέσα από το σπίτι, μέσα από την επαφή τους με άτομα του περιβάλλοντος και αμέσως μετά με άλλα παιδιά εκτός σπιτιού, με χαρακτηριστικό το παράδειγμα της γειτονιάς. Τότε ξεκινά μια νέα εμπειρία για το παιδί, η επαφή του με άλλα άγνωστα πρόσωπα και ο τρόπος συνύπαρξης με αυτά μέσα από το παιχνίδι και τη συντροφικότητα.

3.3.1 Εγωκεντρισμός

Ο εγωκεντρισμός έχει να κάνει με τον τρόπο που βλέπει το παιδί τον κόσμο γύρω του. Είναι λογικό κατά την ηλικία των τριών-τεσσάρων το παιδί λόγω της περιορισμένης νόησής του να μη μπορεί να αντιληφθεί ότι υπάρχουν διαφορετικές οπτικές γύρω από ένα ζήτημα και εστιάζει στη δική του οπτική. Για το λόγο αυτό αντιμετωπίζει το παιδί τον κόσμο προσκολλώμενο στη δική του οπτική γωνία.

Ο εγωκεντρικός χαρακτήρα των παιδιών δεν εκδηλώνεται μόνο με την αδυναμία ή δυσχέρεια κατανόησης της οπτικής των άλλων αλλά και μέσα από τη χρήση του λόγου που περιστρέφεται γύρω από τον εαυτό του. Γύρω στην ηλικία των τεσσάρων ετών αρχίζει σιγά σιγά το παιδί να σκέφτεται και τις απόψεις των άλλων και προσπαθούν να τις καταλάβουν.

3.3.2 Πειθαρχία

Το να καταφέρουν οι γονείς να πειθαρχήσουν τα παιδιά τους συνιστά από μόνο του ένα πραγματικό επίτευγμα. Είναι σημαντικό να γνωρίζουν τα παιδιά υπό ποιες περιστάσεις και πώς θα συμπεριφέρονται ιδίως για την ηλικία των τριών ετών και έπειτα που μελετούμε διότι συνιστά κρίσιμη ηλικία, ένα μεταβατικό στάδιο για την απελευθέρωση του παιδιού από τον οικογενειακό κύκλο και την ένταξή του στον πραγματικό-κοινωνικό κόσμο. Αν θέλει ο γονιός για το παιδί του να μπορέσει αυτό να ανταποκριθεί στις κοινωνικές συνθήκες θα πρέπει να φροντίσει αυτό να είναι πειθαρχημένο.

Ένας συνήθης τρόπος για να μπορέσουν οι γονείς να ελέγξουν και να συγκρατήσουν το παιδί τους από το να κάνει ή να μην κάνει κάτι είναι να του τάζουν συνεχώς ανταλλάγματα. Η κλασική μέθοδος του αν θα φας όλο σου το φαγητό θα σου αγοράσω το τάδε πράγμα δεν φαίνεται να είναι πάντα η πρόσφορη λύση. Αυτό συμβαίνει διότι περνάει στο παιδί λάθος μήνυμα, το ότι όλα γίνονται έναντι και με σκοπό επιβράβευσης αντί του ότι το φαγητό επιτελεί μία από τις βασικότερες βιοποριστικές λειτουργίες (Wyckoff et al., 2004).

Από την άλλη ούτε το τιμωρητικό σύστημα φαίνεται να μπορεί να παράγει την πειθαρχία με τρόπο υγιή γιατί οδηγεί το παιδί σε μια συμπεριφορά την οποία αυτό θα αρχίσει να αποτυπώνει ως φυσιολογική. Πρέπει οι γονείς να αναζητήσουν τρόπους να διατηρήσουν τις ισορροπίες στη συμπεριφορά των παιδιών τους χωρίς να φτάνουν σε ακραίες μεθόδους και με τον πιο ασφαλή για την ανάπτυξη του παιδιού τρόπους (Wyckoff et al., 2004).

3.3.3 Οικογενειακές σχέσεις

Η οικογένεια αποτελεί σαφώς τον πρώτο σταθμό στην πορεία του μικρού παιδιού να κατανοήσει τον εαυτό και τις δυνάμεις του αλλά και να ενταχθεί στο κοινωνικό σύνολο. Το παιδί προσλαμβάνει από την οικογένειά του τα πρώτα ερεθίσματα, τα πρώτα μαθήματα για το πώς θα μπορέσει να φερθεί στο πλαίσιο των κοινωνικών σχέσεων που θα αναπτύξει και εκτός σπιτιού. Σ' αυτό συμβάλλουν τόσο

η διαρκής όσο και η στενή, συναισθηματικά, αλληλεπίδραση του νέου με τα άτομα της οικογένειάς του.

Η οικογένεια συνιστά την πρωταρχική κοινωνική δομή που έφερε διαφορετικές μορφές (π.χ. πατριαρχική κοινωνία) και από την οποία ξεκινά η διάπλαση του νέου μέλους. Μέσα στην οικογένεια το παιδί αποκτά τις πρώτες του εμπειρίες, τα πρώτα του μαθήματα που θα του χρειαστούν αργότερα στη ζωή του. Στο πλαίσιο της οικογένειας λαμβάνουν χώρα σημαντικά γεγονότα όπως αυτό της ανατροφής του νηπίου, της διαπαιδαγώγησής του, της ανάπτυξης κοινωνικής συμπεριφοράς κ.α.

Παλαιότερα όταν εργαζόταν ο πατέρας σε μια οικογένεια η μητέρα που έμενε σπίτι με τα παιδιά φρόντιζε για όλα τα παραπάνω. Σήμερα οι ρυθμοί και η ποιότητα της ανάπτυξης των οικογενειακών σχέσεων έχει αλλάξει λόγω ακριβώς του γεγονότος ότι η ισορροπία στην οικογενειακή ιεραρχία έχει διαταραχθεί μετά και τη χειραφέτηση των γυναικών. Πλέον το σύνηθες οικογενειακό φαινόμενο είναι να εργάζονται και οι δύο γονείς οπότε εκ των πραγμάτων να μην είναι σε θέση να αφιερώσουν αρκετό χρόνο για την ανατροφή των παιδιών τους. Έτσι επιλέγουν να «μοιράσουν» την ευθύνη αυτή με τους παππούδες και τις γιαγιάδες που αναλαμβάνουν σημαντικό μέρος της ανατροφής των νηπίων.

Γονείς και παιδιά αλληλεπιδρούν εντός και εκτός του σπιτιού, μοιράζονται στοιχεία από το χαρακτήρα τους, συμπεριφορές και καταστάσεις. Η σχέση της επιβολής και του μονομερούς ρόλου στην πραγματικότητα δεν υφίσταται. Οι γονείς μέσα από τη σχέση τους με τα παιδιά αποκτούν και αυτοί εμπειρίες, επηρεάζονται από κάποιες καταστάσεις, πρόκειται, λοιπόν, για μια σχέση αμοιβαία. Οι γονείς στο πλαίσιο αυτό διαδραματίζουν πολλούς ρόλους. Όχι μόνο μαθαίνουν πράγματα στα παιδιά τους, αλλά τους στηρίζουν όταν το έχουν ανάγκη και τους καθοδηγούν. Και φυσικά δε λησμονούμε το γεγονός ότι οι γονείς είναι πρότυπα για τα παιδιά τους.

3.3.4 Επαφή με τους συνομηλίκους

Όταν ένα παιδί ηλικίας τριών ετών κοινωνικοποιείται στο πλαίσιο της αλληλεπίδρασης με άτομα εκτός σπιτιού είναι προφανές ότι δε μπορεί ακόμη να διακρίνει ποιος θα ήταν καλύτερος για φίλος του οπότε η επιλογή αυτών, στην

ηλικιακή φάση στην οποία βρίσκεται, γίνεται με βάση άλλα κριτήρια π.χ. το κριτήριο της συντροφικότητας στο παιχνίδι. Είναι πιο εύκολο για ένα παιδί να συνεχίσει να βρίσκεται σε ένα περιβάλλον με πρόσωπα οικεία διότι εκεί νοιώθει περισσότερη ζεστασιά και ασφάλεια.

Στη φάση αυτή αρχίζει το παιδί να σχηματίζει την πρώτη εικόνα σχετικά με τις κοινωνικές σχέσεις και πώς αυτές διαμορφώνονται. Μέσα από την επαφή με τους συνομήλικούς του το παιδί μαθαίνει παραπέρα να μοιράζεται συναισθήματα οπότε αυξάνει και η συναισθηματική νοημοσύνη του παιδιού. Ειδικά για την ηλικία των τριών με τέσσερα ετών τα παιδιά πρέπει να σημειωθεί ότι πλέον κάνουν επιλογές σχετικά με τους φίλους τους και υπάρχει πραγματική αλληλεπίδραση με αυτούς σε αντίθεση με τις μικρότερες ηλικίες όπου το νήπιο συνήθως δεν ανέπτυξε κάποιον δεσμό με τους υπόλοιπους απλώς συνυπήρχαν όλοι στον ίδιο χώρο.

Τα παιδιά δένονται μεταξύ τους πολύ περισσότερο από τους ενήλικες και αυτό γίνεται φανερό μέσα από τις αντιδράσεις τους όταν βρίσκονται. Η επικοινωνία είναι καλή και συνοδεύεται από ανταλλαγή συναισθημάτων. Οι όποιες διαφωνίες σχετικά με τον τρόπο αλληλεπίδρασης (π.χ. ποιο παιχνίδι θα παίξουν τα παιδιά) είναι πάντα βραχυπρόθεσμες οπότε η κατάσταση επανέρχεται αφεαυτής στο προηγούμενο φιλικό κλίμα.

3.3.5 Επαφή με τα αδέρφια

Στο πλαίσιο της κοινωνικοποίησης και συναισθηματικής ανάπτυξης ενός παιδιού σημαντική είναι η επίδραση της επαφής του με τα άτομα της οικογένειάς του και δη με τα συνομήλικα αδέρφια του. Οι σχέσεις που αναπτύσσονται ανάμεσα στους γονείς με τα παιδιά και μεταξύ των παιδιών διαφέρουν σημαντικά. Θα έλεγε κανείς ότι το παιδί μαθαίνει πολλά μέσα από την αλληλεπίδρασή του με τα αδέρφια του σχετικά με τις ανθρώπινες σχέσεις λόγω ακριβώς των πολλών και διαφορετικών σταδίων από τα οποία μπορεί να διέλθει η σχέση αυτή.

Ειδικότερα μεταξύ αδελφών από μικρή ηλικία μπορεί να αναπτυχθούν πολύ ισχυροί δεσμοί αγάπης αλλά αντίθετα και μίσους. Η ανταγωνιστικότητα σχετικά με την αγάπη των γονέων, τις επιδόσεις σε ορισμένους τομείς κ.α. μπορεί να δημιουργήσει χάσμα ανάμεσα στις σχέσεις μεταξύ αδερφών. Η σχέση των παιδιών

μπορεί να επηρεάζεται και από την ανάγκη τους να βρουν τη δική τους ταυτότητα με αποτέλεσμα να προσπαθούν να υιοθετήσουν διαφορετικές συμπεριφορές από αυτές των αδερφών τους. Αυτό δεν είναι απαραίτητο, όμως, ειδικά όταν υπάρχουν μεγαλύτερα παιδιά στην οικογένεια τα οποία λειτουργούν ως πρότυπα για τα μικρότερα. Επομένως, η σχέση με τα αδέρφια μας είναι καθοριστική για την κοινωνική μας ανάπτυξη.

3.4 Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη

Είναι σημαντικό να μπορέσουμε να κατανοήσουμε πέρα από τις σωματικές αλλαγές είναι θεμελιώδεις και οι συναισθηματικές αλλαγές του παιδιού της προσχολικής ηλικίας. Σκοπός είναι η κατανόηση του συναισθηματικού κόσμου του παιδιού και η επεξεργασία των στοιχείων που θα συγκεντρωθούν ώστε να συμβάλλουμε στη συναισθηματική και ψυχική του υγεία.

3.4.1 Διαφορές των δύο φύλων και κατανόηση τους

Το φύλο του παιδιού αποκτάται γενετικά. Θεωρείται ότι τα παιδιά από αρκετά μικρά αρχίζουν να κατανοούν τις διαφορές στο σώμα μεταξύ ενός αγοριού και ενός κοριτσιού, διαφορές που είναι εμφανείς αλλά εκδηλώνουν και συμπεριφορά ανάλογη με αυτήν που προσδοκείται για ένα αγόρι να εκδηλώσει (π.χ. να προτιμήσει να παίξει με αυτοκινητάκια παρά με κούκλες) και αντίστοιχα για ένα κορίτσι να εκδηλώσει (π.χ. να ενδιαφέρεται για την προσωπική της φροντίδα, μαλλιά, νύχια κλπ).

Το παιδί είναι σε θέση να αντιληφθεί ότι κάποιες ενέργειές του αποτελούν χαρακτηριστική συμπεριφορά του φύλου του ιδίως στις περιπτώσεις όπου το παιδί μιμείται το πρότυπο του γονέα με το οποίο παρατηρεί ότι έχει περισσότερες ομοιότητες ή όταν επιβραβεύεται από τους γονείς για ορισμένη συμπεριφορά του που συνιστά στερεότυπο για ένα φύλο. Επομένως, στην ηλικία των τριών μπορεί το παιδί να κάνει διακρίσεις με βάση την ταυτότητα του φίλου, να ξεχωρίζει δηλαδή και τους ανθρώπους του περιβάλλοντός του και όσους συναντά για πρώτη φορά σε αγόρια και κορίτσια.

3.4.2 Φόβοι και φοβίες

Ο φόβος συνιστά μία κατάσταση από την οποία το άτομο αντλεί αρνητικά συναισθήματα όπως άγχος, ανασφάλεια και μπορεί να οφείλεται είτε σε γεγονότα τετελεσμένα που του γέννησαν τα συναισθήματα αυτά είτε σε καταστάσεις αναμενόμενες που επιφυλάσσουν κάποιον κίνδυνο. Η φοβία δεν περιορίζεται μόνο στην ψυχολογική διέγερση του ατόμου αλλά συνεπάγεται και νευρολογικές αλλαγές. Από την άποψη αυτή ο φόβος μπορεί να εντοπιστεί εύκολα λόγω ορισμένων γνωρισμάτων όπως αυτών της ταχυπαλμίας ή της διαστολής της ίριδας του ματιού.

Στα νήπια ο φόβος για να μπορέσει να εκδηλωθεί θα πρέπει πρώτα να είναι αυτό σε θέση να αντιληφθεί τη διαφορά στο περιβάλλον του και φυσικά να διακρίνει αν η απειλή απευθύνεται στο ίδιο ή όχι. Σε κάθε περίπτωση ο «ασκός» των φόβων μπορεί πολύ εύκολα να ανοίξει στην ηλικία αυτή για την οποία γίνεται λόγος ακριβώς λόγω της έντονης φαντασίας των νηπίων.

Οι παιδικό φόβοι είναι λογικό να αυξάνουν και να παρουσιάζουν ποικιλία ιδίως κατά την προσχολική περίοδο διότι το παιδί αναπτύσσεται κινητικά σημαντικά οπότε μπορεί να έρθει σε επαφή με στοιχεία του περιβάλλοντος που μέχρι τότε δε μπορούσε να αντιληφθεί. Διαφοροποιείται πάντως σημαντικά ο τρόπος με τον οποίο τα παιδιά αντιμετωπίζουν τους παιδικούς τους φόβους. Άλλα είναι πιο τολμηρά και αποφασισμένα να καταρρίψουν την πηγή του φόβου τους ενώ άλλα στέκονται φοβισμένα και αδύναμα να αντισταθούν σε αυτόν (Eberlein, 1980).

Όσον αφορά το ζήτημα του παιδικού φόβου το ερώτημα που ακόμη παραμένει αναπάντητο και σχετικά με το οποίο οι απόψεις δίστανται είναι εάν αυτοί οφείλονται σε λόγους έμφυτους ή επίκτητους. Πιθανότατα είναι και τα δύο. Η κληρονομικότητα προδιαγράφει τις αντιδράσεις του νηπίου απέναντι σε έναν επικείμενο φόβο ενώ μια άσχημη εμπειρία γεννάει έναν φόβο. Αυτό που θα πρέπει ιδιαίτερα να προσέχουν οι γονείς σε αυτές τις περιπτώσεις είναι να μη μεταδίδουν οι ίδιοι με τη συμπεριφορά τους φόβο στα παιδιά καθώς αυτό είναι πολύ πιθανό στη φάση της μίμησης και των προτύπων στην οποία αναφερόμαστε (Eberlein, 1980).

Σχετικά με τους φόβους που μπορεί να παρουσιάσει ένα παιδί ηλικίας τριών με τεσσάρων ετών πρέπει να σημειωθεί ότι αφορούν κυρίως το σκοτάδι, τους κλέφτες, τα ζώα. Κατά τα λοιπά τις περισσότερες φορές φόβοι που αφορούν ξένα πρόσωπα ή την απομάκρυνσή του από τους οικείους έχουν στην ηλικία των τριών

πιθανότατα εξαλειφθεί δεδομένου ότι τα νήπια μπορούν πλέον να κατανοήσουν ορισμένα πράγματα (Eberlein, 1980).

Οι γονείς μπορούν μέσω της πρόληψης, της κατάλληλης ενημέρωσης και προετοιμασίας, της επιβράβευσης για έναν φόβο που ξεπεράστηκε μπορούν να συμβάλλουν αρκετά στην αντιμετώπιση των παιδικών φόβων.

4^ο Κεφάλαιο

Η ανάπτυξη του παιδιού από 4 έως και 5 ετών

4.1 Σωματική Ανάπτυξη και ανάγκες

4.1.1 Αδρή κινητικότητα

Το παιδί το οποίο είναι μεγαλύτερο πλέον των τεσσάρων ετών, διανύει ορισμένα πολύ σημαντικά ορόσημα όσον αφορά στην ανάπτυξη της αδρής του κινητικότητας. Η σωματική ανάπτυξη του παιδιού, συνοδεύεται και από μια νέα παλέτα κινήσεων που μπορεί πλέον να πραγματοποιήσει.

Αναλυτικότερα, το παιδί μπορεί πλέον να κάνει κουτσό με το ένα του πόδι για περίπου πέντε δευτερόλεπτα, αλλά και να σταθεί στο ένα του πόδι για δέκα δευτερόλεπτα, γεγονός που υποδεικνύει την ανάπτυξη της ισορροπίας και αντοχής του. Επιπροσθέτως, μπορεί να πετάξει μια μπάλα πάνω από το κεφάλι του, αλλά και να την κλωσήσει, γεγονός που υποδεικνύει την ανάπτυξη των μυών και των οστών (Τσιλιώρη-Πέπε, 2012).

Άλλα σημαντικά ορόσημα της ανάπτυξης της αδρής κινητικότητας περιλαμβάνουν την ισορροπία του πάνω σε κάποιο κουνιστό παιχνίδι, ότι μπορεί να κάνει τραμπάλα και κούνια, μπορεί να κινηθεί μπρός-πίσω, να ανεβοκατέβει τη σκάλα χωρίς βοήθεια από κάποιον μεγαλύτερο και να πιάσει μια μπάλα που αναπηδά. Οι δεξιότητες αυτές καλλιεργούνται και αναπτύσσονται περαιτέρω, καθώς το παιδί γίνεται πιο δραστήριο και περνά περισσότερο χρόνο παίζοντας και αξιοποιώντας τις σωματικές του ικανότητες (Τσιλιώρη-Πέπε, 2012).

4.1.2 Λεπτή κινητικότητα

Συνάμα με την αδρή κινητικότητα του παιδιού, έκρηξη ανάπτυξης παρατηρείται και στο πεδίο της λεπτής του κινητικότητας. Κατά τον τρόπο αυτόν, κάνουν την εμφάνισή τους και σημαντικά αναπτυξιακά ορόσημα στην λεπτή κινητικότητα του παιδιού.

Ειδικότερα, η ανάπτυξη παρατηρείται σε μεγάλο βαθμό στην κίνηση των άκρων του παιδιού, και δη των χεριών του. Το παιδί είναι πλέον σε θέση να κρατήσει σωστά και σταθερά στο χέρι του ένα μολύβι και να χρησιμοποιήσει ένα ψαλίδι για να δημιουργήσει χειροτεχνίες. Επιπροσθέτως, μπορεί να χρησιμοποιήσει το κουτάλι για να φάει μόνο του και γενικότερα παρουσιάζει καλό χειρισμό των μαχαιροπίρουνων, αν και δυσκολεύεται ακόμη στη χρήση του μαχαιριού (Τσιλιώρη-Πέπε, 2012).

Καθώς το παιδί πλέον κατακτά τη χρήση των χεριών του για τη διεκπεραίωση περισσότερο λεπτών κινήσεων, μπορεί να ζωγραφίσει διαφορετικά σχήματα, όπως έναν σταυρό, έναν κύκλο και ένα τετράγωνο. Πλέον, όταν ζωγραφίζει έναν άνθρωπο, του δίνει τουλάχιστον δύο έως και τέσσερα διαφορετικά μέλη του σώματός του. Αξιοσημείωτο κρίνεται, επίσης, και το γεγονός ότι το παιδί είναι σε θέση να αντιγράψει περίπου τέσσερα βασικά κεφαλαία γράμματα της αλφαβήτου. Τέλος, το παιδί μπορεί πλέον να χρησιμοποιήσει και ποντίκι υπολογιστή, γεγονός το οποίο του ανοίγει νέους ορίζοντες ως προς την εκμάθηση της χρήσης των ηλεκτρονικών υπολογιστών και διαφόρων προγραμμάτων (Τσιλιώρη-Πέπε, 2012).

4.1.3 Διατροφή

Καθώς το παιδί αναπτύσσεται με γρήγορους ρυθμούς, είναι ιδιαιτέρως σημαντικό να εξασφαλισθεί ότι η τροφή που προσλαμβάνει είναι η κατάλληλη για την υγεία του ανάπτυξη και ότι του προσφέρει όλα τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά που χρειάζεται.

Σύμφωνα με στοιχεία της Αμερικάνικης Παιδιατρικής Ακαδημίας, ένα παιδί που βρίσκεται στις ηλικίες των τεσσάρων έως και έξι ετών, χρειάζεται καθημερινή πρόσληψη περίπου 1,800 θερμίδων. Οι θερμίδες αυτές είναι πολλές, αν αναλογιστεί κανείς ότι ο μέσος ενήλικας χρειάζεται περίπου 2,000 θερμίδες ημερησίως (Παπαβενετίου, χ.χ).

Το παιδί προκειμένου να καλύψει τις καθημερινές του θερμιδικές ανάγκες, πρέπει να καταναλώνει τρόφιμα τα οποία προέρχονται και από τις πέντε βασικές διατροφικές ομάδες, ήτοι: υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, φρούτα, λαχανικά και γαλακτοκομικά (Παπαβενετίου, χ.χ). Σημασία, βέβαια, δεν έχει μόνο η διατροφική

ομάδα, αλλά και η μερίδα που το παιδί θα καταναλώνει ημερησίως από την εκάστοτε ομάδα.

Κατά τον τρόπο αυτό και σύμφωνα με τις οδηγίες του Αμερικάνικου Συλλόγου Διατροφής, προκύπτει ότι το παιδί το οποίο διανύει την προσχολική ηλικία, πρέπει να προσλαμβάνει ημερησίως ποικιλία, αλλά και ισορροπία τροφών. Αναλυτικότερα, πρέπει καθημερινά να λαμβάνει 4 έως και 5 μερίδες υδατανθράκων, όπως ψωμί, ρύζι και δημητριακά, 2 μερίδες λαχανικών και 2 μερίδες φρούτων, κατά προτίμηση εποχιακών, 3 έως και 4 μερίδες ποικιλίας γαλακτοκομικών προϊόντων και 2 με 3 μερίδες πρωτεΐνης, προερχόμενης είτε από πουλερικά, ψάρια, κόκκινο κρέας ή όσπρια (Δημητρούλης, 2009).

Πάραυτα, η πρόσληψη λίπους πρέπει να είναι περιορισμένη, ιδιαίτερα όταν επρόκειτο για ζωικό λίπος. Επομένως, πρέπει να αφαιρείται το περιττό λίπος και το δέρμα από τα μαγειρευτά κρέατα και πουλερικά, να προτιμούνται γαλακτοκομικά προϊόντα χαμηλά σε λιπαρά και να προτιμάται το ελαιόλαδο ή άλλα φυτικά λίπη στη θέση του βουτύρου. Επιπροσθέτως, είναι σημαντική και η πρόσληψη φυτικών ινών για την καλή λειτουργία του πεπτικού συστήματος του παιδιού. Προτιμούνται, οπότε, τα φρούτα, τα λαχανικά και τα δημητριακά, καθώς επίσης και τα όσπρια και τα προϊόντα σίκαλης ή ολικής αλέσεως (Δημητρούλης, 2009).

4.1.4 Ύπνος

Ο ύπνος στα παιδιά είναι απαραίτητος σε όλες τις ηλικίες. Η σωστή σωματική, αλλά και νοητική ανάπτυξη του παιδιού, βασίζεται σε μεγάλο μέρος στο σωστό ύπνο. Ένα ήρεμος και συνεχής, χωρίς διακοπές, ύπνος, ξεκουράζει, ηρεμεί και χαλαρώνει το παιδί, ενώ του προσφέρει την απαραίτητη ενέργεια για να ανταπεξέλθει στις καθημερινές του δραστηριότητες.

Η ανάγκη του ύπνου διαφοροποιείται σύμφωνα με το αναπτυξιακό στάδιο που διανύει το παιδί, καθώς επίσης και από τις εκάστοτε εξατομικευμένες ανάγκες του. Οι μικρότερες ηλικίες και δη τα βρέφη, χρειάζονται περισσότερες ώρες ύπνου συγκριτικά με τα παιδιά προσχολικής ηλικίας.

Το Αμερικάνικο Ίδρυμα για τον Ύπνο, εξέδωσε προσφάτως μια νέα έρευνα μέσα από την οποία αναδεικνύονται οι πλέον απαραίτητες ώρες ύπνου για βρέφη,

παιδιά, εφήβους και ενήλικες. Σύμφωνα, λοιπόν, με τα νέα στοιχεία που ανέκυψαν, τα παιδιά προσχολικής ηλικίας μεταξύ 3 έως και 5 ετών, χρειάζονται ημερησίως 10 με 13 ώρες ύπνου, Τα στοιχεία αυτά έρχονται σε αντίθεση με προγενέστερες έρευνες που ισχυρίζονταν ότι τα παιδιά προσχολικής ηλικίας χρειάζονται τουλάχιστον 11 με 13 ώρες ύπνου την ημέρα (Ιδανικές ώρες ύπνου ανά ηλικία, 2015).

Στην προσχολική ηλικία, όπου τα επίπεδα ενέργειας των παιδιών είναι ιδιαίτερος υψηλά και αυξάνονται ακόμη περισσότερο μέσα από τη συμμετοχή τους σε ποικίλες δραστηριότητες που ξυπνούν τον οργανισμό, συχνά ανακλύπτουν προβλήματα ύπνου. Συνηθέστερο είναι το παιδί να μη θέλει να πάει για ύπνο την προγραμματισμένη ώρα ή να ισχυρίζεται ότι δεν είναι κουρασμένο. Άλλα προβλήματα ύπνου περιλαμβάνουν τους εφιάλτες, την υπονοβασία και υπνολαλία.

Στην περίπτωση που το παιδί δεν θέλει να κοιμηθεί την προκαθορισμένη ώρα, ο γονέας πρέπει να διαμορφώσει το πρόγραμμα του παιδιού ανάλογα, έτσι ώστε να μην είναι ενεργό ή να βλέπει τηλεόραση λίγο πριν από τον ύπνο. Ένα πρόγραμμα το οποίο θα συνοδεύει τον ύπνο, όπως μάνιο και παραμύθι, μπορούν να βοηθήσουν το παιδί να μπει στο κλίμα της χαλάρωσης και ηρεμίας.

Στις περιπτώσεις που το παιδί βλέπει εφιάλτες συχνά, η παρουσία του γονέα θα το ηρεμήσει, όπως επίσης και μια αγαπημένη του κούκλα ή κάποιο άλλο παιχνίδι στο πλάι του και ένα φωτάκι νυκτός. Πάραυτα, αν οι εφιάλτες είναι ιδιαίτερος άσχημοι και επιμένουν, προτείνεται οι γονείς να απευθυνθούν εγκαίρως σε κάποιον ειδικό για τη διερεύνηση ύπαρξης κάποιου άλλου, βαθύτερου προβλήματος (Λαούρη, χ.χ).

Στις περιπτώσεις υπνολαλίας ή υπονοβασίας, το παιδί την επόμενη μέρα δεν θυμάται το συμβάν. Ο γονέας, οφείλει να διατηρήσει την ψυχραιμία του και να μη δώσει έκταση στις καταστάσεις αυτές, καθώς το παιδί δεν αντιλαμβάνεται ότι τις κάνει. Η ηρεμία και η παραμονή του γονέα στο πλευρό του παιδιού, ιδιαίτερα στην περίπτωση της υπονοβασίας, είναι απαραίτητα (Λαούρη, χ.χ).

4.2 Νοητική ανάπτυξη και ανάγκες

4.2.1 Γλωσσική ανάπτυξη

Από την ηλικία των 4 ετών, παρατηρείται μια έκρηξη στον τομέα της γλωσσικής ανάπτυξης του παιδιού, καθώς αρχίζει να εμπλουτίζει τη γλώσσα του με ιδιαίτερα γρήγορους ρυθμούς. Για το λόγο αυτό, από τα 4 έως και τα 5 έτη της ζωής του νηπίου, συναντώνται πολλά σημαντικά αναπτυξιακά ορόσημα στον γλωσσικό τομέα.

Κατά τα 4 έτη, λοιπόν, τα σημαντικότερα γλωσσικά ορόσημα που παρατηρούνται είναι ο εμπλουτισμός του λεξιλογίου του παιδιού, καθώς επίσης και η σωστή χρήση της γραμματικής, όπως για παράδειγμα η χρήση των οριστικών αντωνυμιών. Ταυτόχρονα, το παιδί κατά το 4^ο έτος της ηλικίας του, αρχίζει να αναπτύσσει τον προφορικό του λόγο και να τον χρησιμοποιεί σε μεγαλύτερο βαθμό και με μεγαλύτερη συχνότητα. Είναι συχνό φαινόμενο σε αυτή την ηλικία, επομένως, το παιδί να μιλάει συχνά μόνο του ή να σκαρφίζεται δικές του πρωτότυπες λεξούλες. Του αρέσει, επίσης, να μιλάει για τις δραστηριότητες στις οποίες μετέχει, να απευθύνει ερωτήσεις σε άλλους, αλλά και να ζητάει συχνά επεξηγήσεις, ζητώντας από τους άλλους να απαντήσουν στο γιατί ή το πώς συμβαίνει ένα φαινόμενο (Χιουρέα, 2013).

Κατά το 5^ο έτος της ηλικίας του παιδιού, τα αναπτυξιακά γλωσσικά ορόσημα που παρατηρούνται, είναι λιγότερα από αυτά του 4^{ου} έτος, όμως εξίσου σημαντικά. Πλέον το παιδί είναι σε θέση να δημιουργήσει προτάσεις, χρησιμοποιώντας πάνω από πέντε λέξεις, εμπλουτίζοντας κατά τον τρόπο αυτό τον λόγο του. Παράλληλα, το παιδί είναι πλέον σε θέση να χρησιμοποιήσει τον μέλλοντα για να μιλήσει για γεγονότα και καταστάσεις οι οποίες επρόκειτο να συμβούν, αλλά και να ανακαλέσει στη μνήμη του ένα μέρος κάποιας ιστορίας που έλαβε χώρα στο παρελθόν. Τέλος, το παιδί είναι σε θέση να αφηγηθεί μια ιστορία, αλλά και να πει σε κάποιον που τον ρωτάει το όνομά του, καθώς επίσης και τη διεύθυνση κατοικίας του (Χιουρέα, 2013).

4.2.2 Γνωστική ανάπτυξη

Κατά τη νηπιακή ηλικία το παιδί περνά από το στάδιο της προσυλλογιστικής σκέψης. Το στάδιο αυτό, μπορεί να χωριστεί σε δύο μέρη με βάση την ηλικία του

παιδιού. Κατά τον τρόπο αυτό, μπορούμε να διακρίνουμε την προεγνωσιολογική σκέψη η οποία ξεκινά από το 3^ο έτος και τελειώνει στο 4^ο και τη διαισθητική σκέψη η οποία ξεκινά από το 5^ο έτος και τελειώνει στο 6^ο. Επομένως, στην παρούσα φάση που εξετάζεται, το παιδί βρίσκεται στο τέλος της προεγνωσιολογικής σκέψης και εισέρχεται στο στάδιο της διαισθητικής σκέψης (Νάνη, χ.χ).

Κατά την περίοδο της προεγνωσιολογικής σκέψης, το παιδί χρησιμοποιεί κυρίως σύμβολα μέσα από τα οποία του γίνεται κατανοητός ο κόσμος γύρω του. Η αναπαράσταση, επομένως, της πραγματικότητας γίνεται μέσα από ποικιλία συμβόλων και το συμβολικό παιχνίδι για το οποίο έχει ήδη γίνει λόγος, καθώς επίσης και μέσα από την αναπαράσταση, τη μίμηση, αλλά και τη γλώσσα, η οποία όπως προαναφέρθηκε εξυπηρετεί κυρίως τους στόχους του νηπίου (Κρασανάκης, 1987).

Στο στάδιο της διαισθητικής σκέψης, η πραγματικότητα αρχίζει να παίρνει μια περισσότερο ολοκληρωμένη μορφή και να οργανώνεται στο μυαλό του μικρού παιδιού. Κατά τον τρόπο αυτό, η αντίληψη του παιδιού αρχίζει να αναπτύσσεται και είναι πλέον σε θέση να αρχίσει να συνθέτει αντιληπτικά στοιχεία για να σχηματίσει τον συλλογισμό του, ο οποίος μόλις αρχίζει να παίρνει μια πρώτη μορφή (Πανοπούλου-Μαράτου, 1998).

Με έντονο ακόμη το χαρακτηριστικό του εγωκεντρισμού κατά τη νηπιακή ηλικία, ο ίδιος ο εαυτός του παιδιού συνεχίζει να αποτελεί τον βασικό πρωταγωνιστή της πραγματικότητάς του. Έτσι, ο τρόπος με τον οποίο αντιλαμβάνεται τον κόσμο γύρω του, επηρεάζεται στον μέγιστο βαθμό από τις δικές του πεποιθήσεις και αντιλήψεις, καθώς η άποψη και η οπτική των υπολοίπων δεν έχουν ακόμη θέση στον κόσμο του.

4.2.3 Παιχνίδι και μάθηση

Το παιχνίδι διαδραματίζει σημαντικό ρόλο καθ' όλη τη διάρκεια της προσχολικής ηλικίας του παιδιού, καθώς συμβάλλει στη σωστή ανάπτυξη ποικίλων νέων δεξιοτήτων και διαφόρων πτυχών της ζωής του παιδιού. Το παιχνίδι, επομένως, δεν αποτελεί μόνο έναν τρόπο για να διασκεδάσει, να αξιοποιήσει το χρόνο και να γυμνάσει το σώμα του το παιδί, αλλά αποτελεί ένα σπουδαίο μέσο ενίσχυσης της πολύπλευρης ανάπτυξής του.

Το παιδί προσχολικής ηλικίας συμμετέχει σε μια πληθώρα διαφορετικών παιχνιδιών, μέσα από τα οποία καλλιεργεί νέες δεξιότητες. Ένα από τα πρώτα είδη παιχνιδιού που συναντάται στην προσχολική ηλικία, σχετίζεται με την αισθητηριακή ευχαρίστηση του παιδιού. Αυτό σημαίνει ότι το παιδί μπορεί να παίζει με διαφορετικά αντικείμενα και να τα επεξεργάζεται με τις αισθήσεις του, προσπαθώντας να τα αποκωδικοποιήσει. Έτσι, βλέπουμε παιδιά να τοποθετούν αντικείμενα στο στόμα τους, να μυρίζουν, να αγγίζουν και να πιέζουν με τα χέρια τους, τόσο για ευχαρίστηση της αφής, όσο και της ακοής. Μέσα από αυτό το παιχνίδι, το παιδί γνωρίζει το περιβάλλον γύρω του, καθώς και τις ιδιότητες διαφορετικών υλικών και αντικειμένων (Craig et al., 2007).

Ένα άλλο είδος παιχνιδιού, είναι το παιχνίδι που εμπεριέχει κίνηση. Εδώ το παιδί αρχίζει να μαθαίνει το σώμα του και τις ικανότητές του, καθώς και τα όριά του, τρέχοντας, πηδώντας και γενικότερα με το να βρίσκεται σε συνεχή κίνηση. Μέσα από αυτή τη δραστηριότητα, καλλιεργείται η ισορροπία του παιδιού, η γνώση του σώματος και ο συντονισμός του. Παράλληλα, είναι μια εξαιρετική μέθοδος κοινωνικοποίησης, μέσα από το δραστήριο παιχνίδι, με άλλα παιδάκια (Craig et al., 2007).

Όπως γίνεται αντιληπτό, η προσχολική ηλικία σχετίζεται άμεσα με την ανακάλυψη του σώματος του παιδιού και των ικανοτήτων του. Είναι, επομένως, συχνό φαινόμενο το άγριο παιχνίδι με τη μορφή πάλης, σε λογικά πάντα πλαίσια. Μέσα από αυτό το είδος παιχνιδιού, το παιδί κοινωνικοποιείται, αλλά και μαθαίνει την έννοια της δράσης και αντίδρασης. Παράλληλα, το παιδί εκτονώνει τη φυσική επιθετικότητα που είναι χαρακτηριστικό της προσχολικής ηλικίας, αλλά και την πλεονάζουσα ενέργειά του (Craig et al., 2007).

Με την ταχεία ανάπτυξη της γλώσσας, είναι φυσικό το παιδί να αρχίζει να τη χρησιμοποιεί ως ένα νέο και διασκεδαστικό παιχνίδι χωρίς όρια. Το παιδί ανακαλύπτει τη δύναμη της γλώσσας και τη φωνή του, αλλάζοντας τον τόνο και την έντασή της, επαναλαμβάνοντας συλλαβές με ρυθμό, παίζοντας με λεξούλες δημιουργώντας στιχάκια με ομοιοκαταληξία και μαθαίνοντας τραγούδια και ποιηματάκια. Στο παιχνίδι τους μπορούν να συμμετάσχουν και άλλα παιδάκια, αυξάνοντας έτσι την κοινωνικότητά τους (Craig et al., 2007).

Σύνηθες σε αυτή την ηλικία είναι και το παιχνίδι μίμησης ή αλλιώς, θεατρικό. Τα παιδιά αναλαμβάνουν να παίξουν έναν ρόλο, όπως τον μπαμπά και τη μαμά στα πλαίσια μιας οικογενειακής εστίας, μιμούμενα τα κοινωνικά πρότυπα ή να μιμηθούν κάποια συμπεριφορά ή κάτι το οποίο έχουν δει στο αγαπημένο τους τηλεοπτικό πρόγραμμα. Μέσα από αυτό το είδος παιχνιδιού, το παιδί καλλιεργεί τη φαντασία του, μαθαίνει για τα κοινωνικά πρότυπα και πρότυπα συμπεριφοράς, ενώ παράλληλα αναπτύσσει σχέσεις με παιδιά της ηλικίας του (Craig et al., 2007).

Τέλος, το παιδί μπορεί να συμμετάσχει σε ομαδικά, αλλά και ανταγωνιστικά παιχνίδια. Καθώς η αντίληψή τους αναπτύσσεται, τα παιδιά αρχίζουν να εμπλουτίζουν τα παιχνίδια τους με τους δικούς τους κανόνες και αρχές, όπως τη σειρά με την οποία παίζει κάποιος, τις οδηγίες και τους στόχους του παιχνιδιού. Έτσι, μια ομάδα παιδιών μπορεί να παίζει μαζί βασιζόμενη πάνω σε ένα κοινό σύνολο κανόνων. Μέσα από αυτό το παιχνίδι, επιτυγχάνεται περαιτέρω γνωστική ανάπτυξη, κατανόηση της δράσης και αντίδρασης, της ήττας και της νίκης, αλλά και των επιπτώσεων που έχουν οι πράξεις (Flavell et al., 1993; Kamii & De Vries, 1980, όπ. αναφ. στο Craig et al., 2007).

4.2.4 Αντίληψη του εαυτού

Η έννοια της αυτοαντίληψης αποτελεί μια αρκετά σύνθετη έννοια. Πάραυτα, σε μια προσπάθεια απλοποίησης και κατανόησής της, θα μπορούσε να οριστεί ως ένα σύστημα αξιών που το άτομο ορίζει για τον εαυτό του, όπως η εμπιστοσύνη στον εαυτό του, αυτοσεβασμός, αποδοχή και αυτοεκτίμηση. Η αυτοαντίληψη, μπορεί επίσης να οριστεί ως ένα σύνολο που περιλαμβάνει γνωστικά και συναισθηματικά στοιχεία, καθώς επίσης και ποικίλες συμπεριφορές (Σμυρνή, χ.χ).

Κατά την προσχολική ηλικία, η έννοια της αντίληψης του εαυτού στο παιδί, σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με εξωτερικά χαρακτηριστικά. Αυτό σημαίνει ότι η έννοια του εαυτού του πηγάζει από την εξωτερική του εμφάνιση και τα μοναδικά της χαρακτηριστικά, τα υλικά αγαθά που διαθέτει και το όνομά του. Ζητώντας, επομένως, από ένα παιδί προσχολικής ηλικίας να περιγράψει τον εαυτό του, θα βασιστεί πάνω σε αυτά τα στοιχεία, δίνοντας έναν περιγραφικό και μεν χαρακτηρισμό, ο οποίος, όμως, μπορεί να εμπεριέχει τόσο αρνητικά, όσο και θετικά στοιχεία. Χαρακτηριστικό είναι ότι στην ηλικία αυτή, τα ποικίλα χαρακτηριστικά στο μυαλό του παιδιού

χωρίζονται στα δύο απόλυτα άκρα, όπως το καλό και το αντίθετό του, το κακό (Παπαντωνίου, 2010).

Πάραυτα, συνηθέστερα τα παιδιά προσχολικής ηλικίας δίνουν θετικούς χαρακτηρισμούς για τον εαυτό τους, τονίζοντας με αυτόν τον τρόπο τα επιτεύγματά τους, τις δεξιότητες και ικανότητές τους, καθώς και την ιδιαιτερότητά τους που τα κάνει να ξεχωρίζει. Πέραν από εξωτερικά στοιχεία, το παιδί μπορεί να αναφερθεί σε δραστηριότητες στις οποίες συμμετέχει, όπως επίσης και σε κάποια συναισθήματα ή ψυχολογικά χαρακτηριστικά παροδικής φύσεως (Παπαντωνίου, 2010).

Καθώς, όμως, ο εγωκεντρισμός στην ηλικία αυτή διαδραματίζει σημαντικό ρόλο, το παιδί δεν έχει κάποιο μέτρο σύγκρισης για τα επιτεύγματά του. Επομένως, και εφόσον δεν είναι δυνατή η σύγκριση με άλλους συνομηλίκους του, το παιδί θεωρεί ότι η κάθε του επίτευξη σε μια ορισμένη δραστηριότητα, είναι προϊόν των ικανοτήτων του και όχι της φύσεως της δραστηριότητας, του βαθμού δυσκολίας της, των απαιτήσεών της και της προσπάθειας που καταβλήθηκε (Nicholls, 1976 όπ. αναφ. στο Παπαντωνίου, 2010).

Η ανάπτυξη της αντίληψης του εαυτού του νηπίου, σύμφωνα με τον Erikson εμπίπτει στο στάδιο της πρωτοβουλίας και ενοχής. Στο στάδιο αυτό, το παιδί στην προσπάθειά του να γίνει ανεξάρτητο, δέχεται την επιδοκιμασία ή αποδοκιμασία της οικογένειάς του και του περίγυρού του. Εάν η προσπάθειά του δεχθεί την ενθάρρυνση και παρότρυνση του οικείου περιβάλλοντος, το παιδί θα προσχωρήσει στην ανάληψη πρωτοβουλιών και με τον τρόπο αυτό, η αυτοαντίληψή του θα διαμορφωθεί θετικά. Από την άλλη, η αρνητική στάση απέναντι στην ανεξαρτητοποίησή του θα του δημιουργήσει αρνητικά συναισθήματα και ενοχή και θα διαμορφώσει την αυτοαντίληψή του αρνητικά (Παπαντωνίου, 2010).

4.3 Κοινωνική ανάπτυξη

4.3.1 Ο ρόλος του παιδαγωγού

Ο ρόλος ενός παιδαγωγού, είναι πολύτιμος κατά την ανάπτυξη της κοινωνικότητας του παιδιού. Η συμβολή του, μπορεί να διακριθεί σε πέντε επιμέρους πτυχές, σύμφωνα με την προσφορά του στην ανάπτυξη του παιδιού. Αρχικά, ο

παιδαγωγός διαδραματίζει καθοδηγητικό και συντονιστικό ρόλο. Ενισχύει και προωθεί την καλλιέργεια των διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ των παιδιών εντός του προσχολικού περιβάλλοντος, αλλά και του ίδιου με τα παιδιά. Για να καταστεί αυτό εφικτό, ο παιδαγωγός ακολουθεί μια οργανωμένη τακτική, η οποία περιλαμβάνει δραστηριότητες που προωθούν τις διαπροσωπικές σχέσεις (Λαλούμη-Βιδάλη, 1996).

Ο ρόλος του παιδαγωγού είναι και παρεμβατικός. Μέσα από την οργάνωση δραστηριοτήτων, ο παιδαγωγός προωθεί την ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων, αξιοποιώντας το περιβάλλον προσχολικής αγωγής. Το παιδί έρχεται σε επαφή με νέα άτομα, εντός ενός νέου πλαισίου. Ο παιδαγωγός αξιοποιεί αυτά τα δύο στοιχεία για να κεντρίσει το ενδιαφέρον του παιδιού και να το βοηθήσει να αναπτύξει την κοινωνική του φύση. (Λαλούμη-Βιδάλη 1996).

Ο ρόλος του παιδαγωγού μπορεί να είναι δημοκρατικός και ανθρωπιστικός. Το δημοκρατικό στοιχείο σημαίνει ότι ο παιδαγωγός αντιμετωπίζει τους μαθητές του ισότιμα χωρίς να κάνει διακρίσεις βάσει φύλου, θρησκείας, εθνικότητας και κοινωνικο-οικονομικού ή μορφωτικού υπόβαθρου των ιδίων ή της οικογένειάς τους. Κατά τον τρόπο αυτό, παροτρύνει τα παιδιά να εκφραστούν ελεύθερα και να μιλήσουν για αυτά που νιώθουν, χωρίς να τα κριτικάρει ή να τα κάνει να νιώσουν άσχημα. Έτσι, οι σχέσεις μαθητή και παιδαγωγού, καθώς και των παιδιών μεταξύ τους ενισχύονται, ενώ η ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης του νηπίου, βοηθά την κοινωνικοποίησή του (Λαλούμη-Βιδάλη 1996).

Βάσει του ανθρωπιστικού ρόλου, ο παιδαγωγός σκέφτεται τα παιδιά ως ανθρώπους και στη συνέχεια ως μαθητές. Έτσι, δείχνει σεβασμό για το παιδί και την εκτίμησή του για τη μοναδικότητα του κάθε παιδιού. Οργανώνει, επομένως, δραστηριότητες οι οποίες λαμβάνουν υπόψη τη μοναδικότητα του κάθε παιδιού και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του. Έτσι, το παιδί νιώθει ότι ανήκει σε μια δεμένη ομάδα, όπου αντιμετωπίζεται ως ξεχωριστή προσωπικότητα (Λαλούμη-Βιδάλη 1996).

Τέλος, ο ρόλος του παιδαγωγού είναι και συνεργατικός. Ο παιδαγωγός θέτει ως βασικό στόχο την ανάπτυξη σχέσεων συνεργασίας μεταξύ των παιδιών, αλλά και μεταξύ του ίδιου και των μαθητών του.. Καλλιεργώντας τον ανθρωπιστικό του ρόλο, δίνει προσοχή στην ανάπτυξη υγιών σχέσεων μεταξύ των παιδιών, αλλά και στο να μάθει στα παιδιά την αρμόζουσα κοινωνική συμπεριφορά. Ο συνεργατικός ρόλος αναδεικνύεται όταν ο παιδαγωγός επικοινωνεί με τα παιδιά, αντιλαμβάνεται τις

ανάγκες τους και τους δίνει χώρο για να εκφραστούν ελεύθερα (Λαλούμη-Βιδάλη 1996).

4.3.2 Ρόλος της φιλίας

Η φιλία που αναπτύσσεται μεταξύ των παιδιών προσχολικής ηλικίας, είναι ιδιαίτερα σημαντική για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού και την ενίσχυση της κοινωνικότητάς του. Το παιδί μαθαίνει τρόπους με τους οποίους μπορεί να πλησιάσει έναν συνομήλικό του και πώς μπορεί να χτίσει φιλίες μαζί του. Μέσα από τη διαδικασία κοινωνικοποίησης, το παιδί κατανοεί τη σπουδαιότητα των κοινωνικά αποδεκτών συμπεριφορών και τα αποτελέσματα που αυτές ή οι αντίθετές τους επιφέρουν. Το παιδί παράλληλα, καλλιεργεί την αυτοπεποίθησή του και διευρύνει τον κοινωνικό του κύκλο. Η αίσθηση της αποδοχής από τα υπόλοιπα παιδιά και η αύξηση της δημοφιλίας του, ενισχύουν συνάμα και την αυτοεκτίμησή του. (Βαρδέλλη 2011).

Η δημιουργία σχέσεων μεταξύ των παιδιών, φέρνει στην επιφάνεια και νέα συναισθήματα. το παιδί. Το παιδί αρχίζει σταδιακά να δείχνει ενδιαφέρον για τους φίλους του και να νιώθει αγάπη γι' αυτούς, θέλοντας παράλληλα να τους προστατεύσει.. Παράλληλα, μοιράζεται με τους φίλους του μυστικά, προσωπικές ιστορίες και εμπειρίες. Τοιουτοτρόπως, καλλιεργείται εμπιστοσύνη μεταξύ των παιδιών, που αποτελεί τη βάση μιας υγιούς σχέσης. Η φιλία, επίσης, είναι ζωτικής σημασίας για την ψυχική υγεία των παιδιών, καθώς τους παρέχει ασφάλεια, σταθερότητα και ισορροπία (Βαρδέλλη 2011).

Η ανάπτυξη φιλικών σχέσεων μεταξύ των νηπίων, προσφέρει πολλαπλά οφέλη στο παιδί. Το παιδί έχει συντροφιά στο παιχνίδι, ένα στήριγμα, ένα άτομο να μιλήσει και να διασκεδάσει. Η φιλική σχέση του παρέχει προστασία, ασφάλεια, θαλπωρή, ενώ κάνει το παιδί να νιώθει αγαπητό και ότι ανήκει σε μια ομάδα.

4.3.3 Ο ρόλος της γιαγιά και του παππού

Η γιαγιά και ο παππούς αποτελούν δύο πολύ σημαντικά πρόσωπα στη ζωή ενός παιδιού. Η αγάπη που οι παππούδες δείχνουν προς το παιδί, διαφέρει από αυτή των γονιών, καθώς θέλουν να το κακομαθαίνουν κάνοντάς του όλα τα χατίρια.

Επιπλέον, οι παππούδες βρίσκονται, ίσως περισσότερο από κάθε άλλη φορά, συχνότερα στη ζωή του μικρού παιδιού, καθώς οι γονείς βασίζονται σε αυτούς για τη φροντίδα και φύλαξή του όταν αυτοί εργάζονται (Πετμεζά, 2014).

Οι παππούδες αποτελούν ένα στήριγμα για το παιδί, ενώ η συντροφιά τους αποτελεί ένα διασκεδαστικό διάλειμμα στην καθημερινότητά του. Κοντά στους παππούδες, το παιδί νιώθει περισσότερο ελεύθερο και μπορεί να τους εκφραστεί με μεγαλύτερη άνεση. Οι παππούδες από την άλλη πλευρά, δείχνουν αμέριστη κατανόηση, ακούνε και συμβουλεύουν το παιδί, παρέχοντάς του στήριξη. Πολλές φορές, μάλιστα, οι παππούδες παίζουν και το ρόλο του διαμεσολαβητή όταν ανακύπτουν μικρές εντάσεις μεταξύ του παιδιού και του γονιού (Πετμεζά, 2014).

Οι παππούδες αποτελούν και έναν ισχυρό σύνδεσμο με το παρελθόν και με την ιστορία της οικογένειας. Εξιστορώντας γεγονότα του παρελθόντος, το παιδί αποκτά επαφή με την οικογενειακή του ιστορία. Παράλληλα, οι παππούδες μεταφέρουν αρχές, αλλά και ήθη και έθιμα στο παιδί, συμβάλλοντας κατά τον τρόπο αυτό στη δημιουργία της προσωπικής, αλλά και της εθνικής του ταυτότητας (Πετμεζά, 2014).

Πάραυτα, οι παππούδες δεν διαδραματίζουν το ρόλο του γονέα, ούτε αποτελούν προέκτασή του. Ο ρόλος τους είναι μοναδικός και έχει τη δική του ταυτότητα και μοναδικά χαρακτηριστικά. Η ανατροφή του παιδιού ανήκει στους γονείς, όμως οι παππούδες βάζουν ένα λιθαράκι στην ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού. Η παρουσία των παππούδων στη ζωή ενός παιδιού, του προσφέρει μεγαλύτερη ασφάλεια και προστασία, το παιδί νιώθει διπλά αγαπητό, ενώ συνάμα αναπτύσσει την κοινωνικότητά του και αποκτά καλύτερη ψυχοσυναισθηματική ισορροπία.

4.3.4 Εγωκεντρισμός

Όπως έχει ήδη γίνει αναφορά, η προσχολική ηλικία μπορεί να χαρακτηριστεί ως η ηλικία του εγωκεντρισμού. Εν ολίγοις, αυτό σημαίνει ότι το κέντρο του κόσμου του μικρού παιδιού, είναι ο ίδιος ο εαυτός του. Αυτό το χαρακτηριστικό, σχετίζεται άμεσα με την ανάπτυξη της σκέψης του παιδιού.

Το παιδί χαρακτηρίζεται από μια εγωκεντρική σκέψη, με την έννοια ότι δεν μπορεί να κατανοήσει και να λάβει υπόψη τις απόψεις των ανθρώπων γύρω του. Επί παραδείγματι, κατά τη συζήτηση το παιδί δεν μπορεί να κατανοήσει ότι έχει απέναντί του έναν συνομιλητή ο οποίος αντιλαμβάνεται τον κόσμο ή μια συγκεκριμένη κατάσταση με διαφορετικό τρόπο. Αυτός ο εγωκεντρισμός είναι διττός. Αφενός, το παιδί δεν μπορεί να κατανοήσει ότι οι άλλοι άνθρωποι έχουν μια μοναδική σκοπιά και οπτική του κόσμου και αφετέρου, αδυνατεί να κατανοήσει ότι οι άλλοι μπορεί να έχουν διαφορετικές απόψεις από το ίδιο (Feldman, 2009).

Χαρακτηριστικά του εγωκεντρισμού αυτής της ηλικίας είναι ότι το παιδί μπορεί να μιλά μόνο του ακόμη και μπροστά σε άλλους, να εκφράζει την άποψή του ακόμη και αν πληγώνει τους άλλους, να μην ελέγχει τις εκφράσεις του προσώπου του και να αγνοεί τους άλλους όταν του μιλάνε. Επομένως, συμπεραίνεται και σε αυτό το στάδιο, ότι η λεκτική ανάπτυξη του παιδιού αποσκοπεί στο να εξυπηρετήσει τις δικές του ανάγκες και όχι για να επικοινωνήσει με τους γύρω του (Feldman, 2009).

4.4 Ψυχοσυναισθηματική ανάπτυξη

4.4.1 Απώλεια αγαπημένου προσώπου

Η απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου αποτελεί μια από τις πιο επίπονες και δυσάρεστες εμπειρίες στη ζωή ενός ανθρώπου, ανεξαρτήτως ηλικίας. Για ένα μικρό παιδί, όμως, είναι ακόμη πιο δύσκολο. Το μικρό παιδί δεν έχει αναπτύξει ακόμη πλήρως την αντίληψή του και δεν έχει σχηματίσει μια ολοκληρωμένη εικόνα για τον κόσμο γύρω του. Επιπροσθέτως, λόγω της έλλειψης εμπειρίας, δεν έχει αναπτύξει μηχανισμούς αυτοάμυνας για να μπορέσει να ανταπεξέλθει.

Το παιδί, αν και δεν μπορεί να κατανοήσει την έννοια του θανάτου και την οριστικότητα του με τον τρόπο που μπορούν οι μεγάλοι, είναι εξοικειωμένο με αυτόν, μέσα από τα παραμύθια, τηλεοπτικές εκπομπές και την καθημερινότητα. Η ξαφνική απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου, θλίβει το παιδί και το θέτει σε μια κατάσταση θρήνου. Κάθε παιδί, όμως, είναι μοναδικό και με μοναδικό τρόπο εκφράζει τη θλίψη του. Τα παιδιά συνήθως εκφράζουν τη θλίψη τους ανά διαστήματα, με διαλείμματα χαράς τα οποία ακολουθούνται εν συνεχεία με λύπη (Παπαδάτου et al., 2008).

Κάθε παιδί χρειάζεται το χρόνο του για να δουλέψει μέσα του την απώλεια και να τη διαχειριστεί. Η θλίψη και ο θρήνος απαιτούν χρόνο και καθώς το Παιδί αναπτύσσεται και περνά μέσα από διαφορετικά στάδια συναισθηματικής και νοητικής ανάπτυξης, τα συναισθήματα αυτά έρχονται ξανά στο προσκήνιο. Έτσι, το παιδί αναβιώνει την απώλεια, αλλά βρίσκει συνάμα τρόπους για να τη ξεπεράσει, καθώς πλέον αναπτύσσει νέους μηχανισμούς αυτοάμυνας (Παπαδάτου et al., 2008).

Η θλίψη και ο θρήνος στο παιδί, εκφράζεται σπάνια μέσα από τα λόγια, καθώς ο λόγος τους δεν είναι αναπτυγμένος. Η εκτόνωση της θλίψης γίνεται συνήθως μέσα από τις ζωγραφιές του παιδιού, τα παιχνίδια που παίζει και πώς τα μεταχειρίζεται, καθώς επίσης και με αλλαγές στον ύπνο, τη συμπεριφορά και τη διατροφή (Παπαδάτου et al., 2008).

Η στήριξη του παιδιού που θρηνεί είναι υψίστης σημασίας. Το παιδί συνήθως μένει στην άκρη, καθώς οι μεγάλοι είναι απορροφημένοι στη θλίψη τους και επειδή το παιδί δεν ζητάει τη στήριξή τους, καθώς δεν εκδηλώνεται. Είναι σημαντικό να υπάρχει επικοινωνία με το παιδί και να ενημερώνεται για το θάνατο με απλά και κατανοητά λόγια, χωρίς υπεκφυγές. Η παρότρυνση για να εκφράσει το παιδί τα βαθύτερα συναισθήματά του είναι εξίσου σημαντική, καθώς μέσα από αυτή τη διαδικασία, έρχεται η εκτόνωση και η σταδιακή επούλωση των πληγών (Παπαδάτου et al., 2008).

Αν και ενστικτωδώς οι ενήλικες νιώθουν την ανάγκη να προστατεύσουν το παιδί από το θάνατο και τη θλίψη, είναι σημαντικό να μην απομονώνεται. Το παιδί πρέπει να θυμάται τον άνθρωπο που έφυγε από τη ζωή, έτσι ώστε να διατηρηθεί στη μνήμη του και στο μέλλον. Βασικό είναι να εξασφαλιστεί ότι θα επικρατήσει ισορροπία και σταθερότητα στη ζωή του παιδιού, παρά το τραγικό γεγονός. Έτσι, το παιδί θα αναπτυχθεί υγιώς, χαρούμενο και ασφαλές (Παπαδάτου et al., 2008).

4.4.2 Κατάθλιψη

Είναι δυνατό, ακόμη και ένα παιδί προσχολικής ηλικίας να παρουσιάσει σημάδια κατάθλιψης. Η κατάθλιψη στα παιδιά εκδηλώνεται με τρόπο που μοιάζει με αυτόν των ενηλίκων. Πάραυτα, τα χαρακτηριστικά της διαφέρουν, καθώς το παιδί εκδηλώνει συμπτώματα που σχετίζονται κυρίως με τη συμπεριφορά του.

Το παιδί με κατάθλιψη κατακλύζεται από ένα κύμα δυσάρεστων συναισθημάτων. Συχνά το παιδί νιώθει λύπη, ενοχές, αίσθηση απελπισίας και κατωτερότητας, ενοχές, παρουσιάζει χαμηλή αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση, ενώ δυσκολεύεται στο να απολαύσει τις χαρούμενες στιγμές της κάθε μέρας (Ιωαννίδου, χ.χ).

Το παιδί μπορεί παράλληλα να παρουσιάζει αδυναμία συγκέντρωσης, αλλά και δυσκολία κατά τη διαδικασία λήψης αποφάσεων. Προβλήματα κάνουν την εμφάνισή τους και στη μνήμη του παιδιού, τα οποία μπορούν να επηρεάσουν την αποδοτικότητά του στο σχολείο. Οι σκέψεις του παιδιού είναι κατά βάση αρνητικού περιεχομένου και αυτό-μειωτικές, ενώ συχνά ασκεί έντονη και αυστηρή κριτική στον εαυτό του (Ιωαννίδου, χ.χ).

Συνηθέστερα στην προσχολική ηλικία είναι τα προβλήματα συμπεριφοράς. Το παιδί μπορεί να είναι υπερβολικά δραστήριο και υπερκινητικό ή στο άλλο άκρο, να νιώθει συνεχώς κατατονικό και υποτονικό. Συχνά το παιδί μπορεί να ξεσπά σε κλάματα, ενώ απομακρύνεται σταδιακά από τον περίγυρό του και τους φίλους του. Το παιδί πλέον φαίνεται να μην απολαμβάνει δραστηριότητες που στο παρελθόν του προσέφεραν χαρά και επομένως νιώθει συνεχώς πλήξη. Ξεσπάσματα θυμού και λεκτικής βίας και εκνευρισμός είναι, επίσης, σημάδια κατάθλιψης. Τέλος, το παιδί μπορεί να εκδηλώσει και σωματικά συμπτώματα, όπως συχνούς πονοκεφάλους και στομαχόπονους, ενώ η όρεξή του μπορεί να παρουσιάσει σημαντική μείωση ή αύξηση, η οποία συνοδεύεται και από απώλεια ή αύξηση βάρους (Ιωαννίδου, χ.χ).

Η στήριξη του γονέα είναι ζωτικής σημασίας εάν το παιδί παρουσιάζει κάποια συμπτώματα κατάθλιψης. Επομένως, ο γονέας πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός και παρατηρητικός, έτσι ώστε να τα εντοπίσει εγκαίρως και να δράσει άμεσα. Η συναισθηματική στήριξη του παιδιού και η ανοιχτή επικοινωνία, είναι σημαντικά, έτσι ώστε το παιδί να μην νιώθει απομονωμένο και αβοήθητο. Πάραυτα, στην περίπτωση της κατάθλιψης, η άμεση παρέμβαση ενός ειδικού παιδοψυχολόγου είναι απαραίτητη, έτσι ώστε να ξεπεραστεί και το παιδί να μπορέσει να αναπτυχθεί υγιώς.

4.4.3 Άγχος

Μπορεί να φαντάζει αδιανόητο ένα μικρό παιδί να νιώθει άγχος και στρες. Στη νεαρή ηλικία που βρίσκεται, το μέλημά του είναι με ποιο παιχνίδι να παίζει ή ποια τηλεοπτική εκπομπή να παρακολουθήσει. Πάραυτα, το άγχος στα παιδιά είναι ένα συχνό φαινόμενο το οποίο πλήττει μεγάλο μέρος του πληθυσμού.

Στην προσχολική ηλικία, το παιδί περνά από μια σειρά σημαντικών αναπτυξιακών σταδίων. Ανάμεσα στα στάδια αυτά, αναπτύσσονται και τα συναισθήματα του παιδιού παράλληλα με το σώμα του και το μυαλό του. Το άγχος στα μικρά παιδιά μοιάζει με αυτό των ενηλίκων και προέρχεται από παρόμοιες καταστάσεις. Πάραυτα, εκδηλώνεται με διαφορετικούς τρόπους, όπως με προβλήματα συμπεριφοράς και αναταράξεις στον συναισθηματικό τομέα (Χαδιαράκου, 2014).

Τα συμπτώματα του άγχους στο παιδί μπορεί να ποικίλουν, αλλά σχετίζονται περισσότερο με συναισθηματικές εκδηλώσεις, παρά με σωματικά συμπτώματα. Η εμφάνιση σωματικών συμπτωμάτων υποδηλώνει την ύπαρξη βαθύτερου προβλήματος το οποίο χρήζει άμεσης αντιμετώπισης από κάποιον ειδικό. Το παιδί με άγχος παρουσιάζει λεκτική και σωματική επιθετικότητα, είναι αντιδραστικό, μπορεί να κλαίει συχνά και χωρίς συγκεκριμένο λόγο, παρουσιάζει ποικίλα προβλήματα ύπνου και μυϊκούς σπασμούς. Μπορεί, επίσης, να παρατηρηθεί αλλαγή στην όρεξή του και επομένως στο βάρος του, ενώ μπορεί να παρουσιάσει υπερκινητικότητα ή στο άλλο άκρο, έντονη κόπωση (Χαδιαράκου, 2014).

Οι γονείς μπορούν να παρέμβουν με ποικίλους τρόπους προκειμένου να βοηθήσουν το παιδί τους να ξεπεράσει το άγχος. Αρχικά, πρέπει να συζητάνε μαζί του και να ακούνε τους προβληματισμούς του. Η προσοχή που παρέχει ο γονέας είναι σημαντική, καθώς η έλλειψή της μπορεί συχνά να κάνει το παιδί ανεπιθύμητο και αόρατο και επομένως να του δημιουργήσει άγχος. Ο γονέας, επίσης, πρέπει να αποτελεί ένα πρότυπο για το παιδί με το να είναι σε θέση ο ίδιος να διαχειριστεί το άγχος του και να μην το μεταφέρει στο παιδί και γενικότερα στην οικογενειακή εστία. Τέλος, είναι σημαντικό ο γονέας να βρίσκεται κοντά στο παιδί, να εκδηλώνει τα συναισθήματά του προς αυτό συχνά και να βρίσκεται κοντά του. Έτσι, το παιδί νιώθει ασφάλεια και ότι έχει ένα πολύτιμο στήριγμα στις δυσκολίες του (Χαδιαράκου, 2014).

4.4.4 Ανάπτυξη της ηθικότητας

Η ηθική και η αίσθηση της ηθικότητας αποτελούν βασικές αξίες που διέπουν τις πολιτισμένες κοινωνίες και εξασφαλίζουν την εύρυθμη λειτουργία τους. Η ηθική και ηθικότητα, αναφέρονται στην αίσθηση της δικαιοσύνης που νιώθει ο άνθρωπος απέναντι στους συνανθρώπους του, σε σχέση με το τι είναι λάθος και το τι είναι σωστό (Feldman, 2009).

Σύμφωνα με τον Piaget, η ηθικότητα αναπτύσσεται μέσα από μια σειρά σταδίων, με παρόμοιο τρόπο με τη γνωστική ανάπτυξη του παιδιού. Κατά τον τρόπο αυτό, το πρώτο στάδιο αποτελεί η ετερόνομη ηθική και διαρκεί από το 4^ο έως και το 7^ο έτος. Εδώ, το παιδί αρχίζει να αντιλαμβάνεται την έννοια της ηθικής και το γεγονός ότι αποτελείται από μια σειρά αμετάβλητων κανόνων. Με βάση αυτό το σκεπτικό, παίζει ένα παιχνίδι με έναν και μόνο τρόπο, καθώς θεωρεί ότι δεν υπάρχει άλλη εναλλακτική και κάποιο άλλο σύνολο κανόνων (Feldman, 2009).

Το επόμενο στάδιο είναι αυτό της αρχικής συνεργασίας και διαρκεί από το 7^ο έως και το 10^ο έτος. Σε αυτό το στάδιο, το παιχνίδι ανάμεσα στα παιδιά λαμβάνει έναν περισσότερο κοινωνικό χαρακτήρα, καθώς συζητάνε μεταξύ τους και καταλήγουν σε ένα γενικά αποδεκτό σύνολο κανόνων για το παιχνίδι τους. Έτσι, όλοι μαζί παίζουν με βάση κάποιους αμετάβλητους κανόνες, οι οποίοι, όμως, είναι κοινοί για όλους και όχι για τον καθένα ξεχωριστά, όπως στο προηγούμενο στάδιο (Feldman, 2009).

Το τελευταίο στάδιο αρχίζει στο 10^ο έτος και ονομάζεται αυτόνομη συνεργασία. Σε αυτό το στάδιο, το παιδί αρχίζει να κατανοεί πλήρως ότι οι κανόνες που διέπουν ένα παιχνίδι δύναται να μεταβληθούν, εφόσον βέβαια, όλοι οι συμμετέχοντες έχουν προηγουμένως συμφωνήσει (Feldman, 2009). Γίνεται, επομένως, αντιληπτό ότι η ανάπτυξη της ηθικότητας συνάδει με τη γενικότερη και πολύπλευρη ανάπτυξη του παιδιού και απαιτεί κάποιον χρόνο.

4.4.5 Επιθετικότητα

Η εκδήλωση επιθετικής συμπεριφοράς από τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, δεν αποτελεί σπάνιο φαινόμενο. Καθώς το παιδί εισέρχεται σε νέους χώρους και γνωρίζει νέα άτομα, τα οποία είναι διαφορετικά από το ίδιο, με διαφορετικές αρχές και βάσεις, είναι φυσικό ότι θα προκληθούν προστριβές.

Στην πρώιμη προσχολική ηλικία, η επιθετικότητα συνήθως εκδηλώνεται έτσι ώστε το παιδί να αποκτήσει κάτι που θέλει από κάποιον άλλο, όπως το παιχνίδι ενός άλλου παιδιού. Πάραυτα, κάποια νήπια εκδηλώνουν συχνή και έντονη επιθετική συμπεριφορά, η οποία μπορεί να βλάψει τους άλλους και η οποία χρήζει παρέμβασης. Εντός φυσιολογικών πλαισίων, όμως, η επιθετική συμπεριφορά αρχίζει να μειώνεται δραστικά προς το τέλος της προσχολικής περιόδου, όπου και το παιδί αναπτύσσει την ηθικότητά του (Feldman, 2009).

Η επιθετικότητα μπορεί να διακριθεί σε δύο επιμέρους είδη: τη συντελεστική επιθετικότητα και τη διαπροσωπική επιθετικότητα. Η συντελεστική επιθετικότητα εκδηλώνεται συνηθέστερα στα αγόρια προσχολικής ηλικίας απ' ο, τι στα κορίτσια και έχει ως αφορμή να εκπληρωθεί κάποια επιθυμία του παιδιού, όπως για παράδειγμα να αποκτήσει το παιχνίδι ενός άλλου παιδιού (Feldman, 2009).

Αντίθετα, τα κορίτσια παρουσιάζουν συχνότερα τη διαπροσωπική επιθετικότητα. Στη διαπροσωπική επιθετικότητα, δεν εμπλέκεται η άσκηση σωματικής βίας, αλλά περισσότερο λεκτικής και ψυχολογικής, με σκοπό την πρόκληση ψυχικής βλάβης. Σύμφωνα με ορισμένες θεωρίες, η επιθετικότητα βρίσκεται έμφυτη στον άνθρωπο και αποτελεί κατά κάποιον τρόπο ένα ένστικτο. Αυτό το ένστικτο σχετίζεται με την επιβίωση, με την ασφάλεια του ατόμου και με την υπερίσχυση των γονιδίων του κατά τη διαδικασία της αναπαραγωγής (Feldman, 2009).

Με βάση τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης, το άτομο εκδηλώνει επιθετική συμπεριφορά την οποία διδάσκεται από τα υπόλοιπα μέλη της κοινωνίας στην οποία ζει. Μάλιστα, η επιθετικότητα του παιδιού μπορεί να είναι και το αποτέλεσμα της μάθησης μέσω άμεσης ενίσχυσης. Στην περίπτωση αυτή, παρατηρείται ένα φαινόμενο δράσης και αντίδρασης όταν το παιδί γίνεται επιθετικό και βλέπει ότι η συμπεριφορά του αυτή του δίνει αυτό που θέλει. Παράλληλα, το παιδί μιμείται

συμπεριφορές επιθετικές ή βίαιες που παρατηρεί, ιδιαίτερα όταν και το ίδιο είναι θυμωμένο ή απογοητευμένο (Feldman, 2009).

5^ο Κεφάλαιο

Η ασφάλεια του παιδιού και η αποφυγή ατυχημάτων

5.1 Εντός σπιτιού

Από τη στιγμή που το παιδί αναπτύσσει την αδρή και λεπτή του κινητικότητα σε βαθμό τέτοιο που να θεωρεί τον εαυτό του ανεξάρτητο ξαφνικά το περιβάλλον του καθίσταται πολύ επικίνδυνο για το ίδιο. Ξεκινώντας από το οικογενειακό, εντός του σπιτιού, περιβάλλον οι κίνδυνοι να χτυπήσει το παιδί είναι αμέτρητοι. Ενδεχομένως βέβαια, και συγκριτικά προς το εκτός σπιτιού περιβάλλον, οι κίνδυνοι να περιορίζονται μέσα στο σπίτι επειδή αυτό είναι λίγο πολύ οικείο στο παιδί αλλά και πάλι αυτό δεν είναι απόλυτο διότι το παιδί ενδεχομένως να μην είναι ακόμη σε θέση να διακρίνει τι είναι γι' αυτό επικίνδυνο.

5.1.1 Το παιδικό δωμάτιο

Σχετικά με τον χώρο όπου το παιδί θα περνάει τις περισσότερες ώρες της ημέρας, δηλαδή το δωμάτιό του, πρέπει να αναφερθούν οι συνήθεις κίνδυνοι που αυτός κρύβει. Οι κίνδυνοι αυτοί κρύβονται στο ίδιο το κρεβάτι και τα παιχνίδια του. Συγκεκριμένα, στο κρεβάτι πρέπει να τοποθετούνται κάγκελα για να αποφευχθεί ο κίνδυνος να πέσει το παιδί. Επίσης, τα παιχνίδια δε θα πρέπει να είναι διασκορπισμένα αλλά να αποθηκεύονται μετά το παιχνίδι και ειδικά τα μικρά εξαρτήματα που είναι πολύ εύκολο να καταπιεί το παιδί (Ψάλτη, χ.χ.).

Σε κάθε περίπτωση θα πρέπει το παιδικό δωμάτιο να είναι με τέτοιο τρόπο διαμορφωμένο ώστε να μπορεί το παιδί να εκδηλωθεί άνετα. Αυτό σημαίνει να υπάρχει αρκετός ελεύθερος χώρος ώστε να παίζει το παιδί αλλά και χώρος και μέσα για τη δημιουργική του απασχόληση.

5.1.2 Διώροφα κρεβάτια

Πέρα από τις κούνιες για τα μικρότερα μωρά, σύνηθες είναι όταν υπάρχουν αρκετά παιδιά στην οικογένεια και ένα μόνο δωμάτιο ή μικροί χώροι να προτιμώνται

τα διώροφα κρεβάτια για να μην καταλαμβάνουν όλο τον χώρο μέσα στο δωμάτιο αφού πρέπει να τοποθετηθούν και άλλα έπιπλα αλλά και γιατί συνήθως φέρουν και αποθηκευτικό χώρο, επομένως είναι πολύ πρακτικά. Ο βασικός κίνδυνος σχετικά με τα διώροφα κρεβάτια αφορά τόσο το επάνω όσο και το κάτω κρεβάτι.

Στο επάνω κρεβάτι υπάρχει μεγάλος κίνδυνος πτώσης του παιδιού ιδίως κατά τη διάρκεια της νύχτας που αυτό κάνει ανήσυχο ύπνο και στριφογυρίζει. Το βέβαιο είναι ότι θα πρέπει να προτιμώνται κρεβάτια με ασφάλειες στα πλαϊνά και καλύτερα από τη μία πλευρά να είναι κολλημένα στον τοίχο. Σχετικά με το κάτω κρεβάτι υπάρχει κίνδυνος να πέσουν τα ξύλα που υποστηρίζουν το στρώμα στο επάνω κρεβάτι αν αυτά έχουν τοποθετηθεί λάθος. Γι' αυτό μεταξύ των αδερφών καλό θα είναι ο πιο αδύνατος να καταλάβει το επάνω μέρος.

5.1.3 Η κουζίνα

Από τους πιο επικίνδυνους χώρους του σπιτιού είναι αυτός της κουζίνας γιατί εκεί βρίσκονται συγκεντρωμένοι πολύ και σοβαροί κίνδυνοι για τα παιδιά. Ξεκινώντας από τα ντουλάπια και συρτάρια της κουζίνας αυτά περιέχουν τα πιο αιχμηρά αντικείμενα (όπως μαχαίρια και άλλα εργαλεία μαγειρικής) που είναι και τα πλέον επικίνδυνα για την ασφάλεια του παιδιού. Το μικρό παιδί δε μπορεί να κατανοήσει τον κίνδυνο των αντικειμένων αυτών γι' αυτό και θα πρέπει τα ντουλάπια να φέρουν ορισμένες ασφάλειες ώστε να αποφευχθούν τα ατυχήματα.

Μεταξύ των επικίνδυνων αντικειμένων εντός της κουζίνας, πέρα από τα αιχμηρά αντικείμενα, πρέπει να αναφερθεί και ο φούρνος της κουζίνας. Ακόμη και από έναν ενήλικα η χρήση του φούρνου είναι επικίνδυνη κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος γιατί έχει να κάνει με υψηλές θερμοκρασίες που μπορούν να προκαλέσουν κάψιμο (έκθεση στο βραστό νερό, σε λάδι που έχει ζεσταθεί και πιτσιλάει). Πόσο δε μάλλον και για το παιδί που δε μπορεί να αντιληφθεί τη ζημιά που μπορεί να πάθει με την έκθεσή του στις υψηλές θερμοκρασίες του φούρνου.

Στις περιπτώσεις αυτές οι γονείς θα πρέπει να φροντίσουν το παιδί να μένει μακριά από το φούρνο, να προσπαθήσουν να του εξηγήσουν τους κινδύνους που αφορούν σε αυτό αλλά και να φροντίζουν να ελέγχουν διπλά τα μάτια του φούρνου μήπως έχουν ξεχάσει κάτι αναμμένο. Επίσης, υπάρχουν και κατάλληλα εργαλεία

τύπου κλειδαριές που μπορούν να αποτρέψουν το άνοιγμα του φούρνου από το παιδάκι. Το σίγουρο είναι ότι οι γονείς πρέπει να προσέχουν πολύ να μην πάθουν τίποτα τα παιδιά τους εντός του σπιτιού (Γλύστρα, 2014).

Τέλος, στην κουζίνα μπορεί να συναντήσει κανείς και πλυντήριο πιάτων. Και σε αυτήν την περίπτωση η περιέργεια των παιδιών μπορεί να τα οδηγήσει σε αυτοτραυματισμούς με τα μαχαίρια του πλυντηρίου γι' αυτό και οι γονείς θα πρέπει να προσέχουν να μην αφήνουν το πλυντήριο ανοικτό και να τοποθετούν τα μαχαιροπήρουνα ανάποδα (Γλύστρα, 2014). Γενικότερα θα πρέπει να μην υπάρχουν εκτεθειμένα αντικείμενα αλλά και υλικά που χρησιμοποιούνται στην κουζίνα όπως είναι τα μπαχαρικά διότι μπορεί δοκιμάζοντας κάποιο από αυτά να προσβληθεί τοξικά το παιδί.

5.1.4 Το μπάνιο

Ένας άλλος επικίνδυνος χώρος εντός του σπιτιού για το παιδί είναι το μπάνιο. Ήδη το περιβάλλον του μπάνιου είναι επικίνδυνο λόγω του πατώματος που συνήθως γλιστράει περισσότερο από τους υπόλοιπους χώρους αλλά είναι και τα καθαριστικά που συνήθως φυλάσσονται σε ένα χαμηλό ντουλαπάκι στο μπάνιο. Η κατάποση ενός τέτοιου υγρού φέρει τον κίνδυνο της δηλητηρίασης. Ειδικά τα μικρότερα παιδιά που έχουν και μια τάση να άπτονται και να γεύονται πράγματα από το περιβάλλον τους βρίσκονται σε μεγαλύτερο κίνδυνο από τα πιο μεγάλα ηλικιακά παιδιά (Ψάλτη, χ.χ.).

Επίσης μέσα στο μπάνιο το παιδί μπορεί να βιώσει την εμπειρία του να καεί από καυτό νερό από βρύσες που μπορούν να φτάσουν αν δεν προσέξουν ιδιαίτερα οι γονείς. Γι' αυτό καλό θα είναι οι γονείς να φροντίσουν και να μην ξεχνούν μετά από κάθε χρήση να ρυθμίζουν τη θερμοκρασία του νερού κοντά στη θερμοκρασία του σώματος ώστε να αποφευχθούν οι τραυματισμοί.

Ακόμη, κατά τη διάρκεια του μπάνιου θα πρέπει να προσέχουν οι γονείς τα σαμπουάν και αφρόλουτρα να βρίσκονται σε σημείο που να μη μπορεί να τα φτάσει το παιδί αλλά και να μη γλιστρήσει το παιδί στην μπανιέρα. Γι' αυτό μια καλή λύση είναι τα αντιολισθητικά πατάκια. Κατά τα λοιπά εντός του μπάνιου το παιδί κινδυνεύει από εκτεθειμένα κοφτερά εργαλεία όπως ξυραφάκια και ψαλίδια (Ψάλτη, χ.χ.).

5.1.5 Γκαράζ και υπόγειο

Για όσα σπίτια διαθέτουν υπόγειο και γκαράζ οι κίνδυνοι να πάθει κάποιο ατύχημα το μικρό παιδί διευρύνονται σημαντικά. Το σύνηθες είναι σε μέρη τέτοια να φυλάσσονται τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται για επισκευές αντικειμένων όπως σφυριά, κατσαβίδια κ.α. τα οποία φέρουν εγγενή κίνδυνο για την ανθρώπινη υπόσταση πόσο δε μάλλον για τα μικρά παιδιά που δεν μπορούν να αντιληφθούν το μέγεθος του κινδύνου και λόγω της περιέργειάς τους.

Επίσης για να φτάσει κανείς στο υπόγειο λογικά θα υπάρχουν εσωτερικές ή εξωτερικές σκάλες που θα οδηγούν εκεί. Τα παιδιά που δεν έχουν και πολύ καλή ισορροπία και το μέγεθός τους δε τους επιτρέπει να κάνουν μεγάλα βήματα πολύ εύκολα μπορεί να πέσουν στις σκάλες και να χτυπήσουν. Πάντα θα πρέπει να φροντίζουν οι γονείς να μην έχουν τα παιδιά μόνα τους πρόσβαση στις σκάλες. Πέρα από όλα τα άλλα χτυπήματα που μπορεί να υποστεί το παιδί είναι μεγάλος ο κίνδυνος να χτυπήσει το κεφάλι του που είναι και το πιο ευαίσθητο ανθρώπινο μέλος.

5.1.6 Υπόλοιπο σπίτι

Αλλά και στο υπόλοιπο σπίτι είναι αρκετά υψηλός ο κίνδυνος να χτυπήσει το παιδί. Ξεκινώντας από τις γωνίες που μπορεί να χτυπήσει πέφτοντας το παιδί αυτές βρίσκονται κυρίως στα τραπέζια. Είτε είναι το τραπέζι της κουζίνας είτε το χαμηλό τραπεζάκι του σαλονιού είτε αυτό της τραπεζαρίας οι κίνδυνοι είναι πολλοί. Καλό θα είναι οι γονείς να τοποθετήσουν στις γωνίες τα κατάλληλα προστατευτικά για να μειώσουν τον κίνδυνο σοβαρού χτυπήματος (*10 κίνδυνοι στο σπίτι και πώς να προφυλάξετε το παιδί, χ.χ.*).

Πέρα από τα τραπέζια ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται και στους καναπέδες όπου τα μικρότερα παιδιά προσπαθούν να σκαρφαλώσουν και πολλές φορές οι γονείς βρίσκονται αντιμέτωποι με το προς τα πίσω πέσιμο από το οποίο κινδυνεύει το κεφάλι. Αλλά και κάτι άλλο που συνηθίζουν τα παιδιά είναι να χοροπηδούν σε μαλακές επιφάνειες πράγμα που επαυξάνει τους κινδύνους.

Ακόμη η μανία των παιδιών να αγγίζουν τα πάντα και να χώνουν τα δάκτυλά τους παντού τους οδηγεί στην ανάγκη, στην πολύ επικίνδυνη ανάγκη, να τρυπώσουν σε πρίζες ή να τραβάνε τα καλώδια. Ο ηλεκτρισμός, όπως είναι γνωστό, είναι από τα

πιο επικίνδυνα στοιχεία για τον άνθρωπο καθώς διέρχεται μέσα από το σώμα του που είναι αγωγός. Υπάρχουν κατάλληλα εξαρτήματα που «κουμπώνουν» στις πρίζες οπότε αυτές είναι πλέον ασφαλείς για το μικρό παιδί που κινδυνεύει από ηλεκτροπληξία (Imommy, χ.χ.).

Προσοχή γενικότερα να μην υπάρχουν εκτεθειμένα φάρμακα σε σημεία που να μπορούν να τα προσεγγίσουν τα παιδιά διότι είναι σχεδόν βέβαιο ότι θα προσπαθήσουν να τα καταπιούν οπότε διατρέχουν τον κίνδυνο πνιγμονής ή στομαχικού προβλήματος. Επίσης, αν το σπίτι διαθέτει τζάκι τότε θα πρέπει το παιδί να μείνει μακριά από τη φωτιά που ανάβει. Υπάρχουν τα κατάλληλα προστατευτικά για το σκοπό αυτό και θα πρέπει οπωσδήποτε να τοποθετηθούν για να αποφευχθεί ο κίνδυνος εγκαύματος (*10 κίνδυνοι στο σπίτι και πώς να προφυλάξετε το παιδί, χ.χ.*).

Τέλος, από τους πιο συχνούς εντός σπιτιού κινδύνους πρέπει να αναφερθούν τα ατυχήματα στις πόρτες και τα παράθυρα. Το παιδί έχει μία τάση να κλείνει πόρτες με κίνδυνο να χτυπήσει τα δάχτυλά του και να σκαρφαλώνει για να φτάσει να δει έξω από το παράθυρο αν αυτό βρίσκεται ψηλά με κίνδυνο να πέσει. Επομένως, θα πρέπει να απομακρύνονται καρέκλες και τραπεζάκια από τα παράθυρα ώστε να μη μπορεί να σκαρφαλώσει ένα παιδί. Επίσης αν το παράθυρο είναι χαμηλό και έχει πρόσβαση το παιδί χωρίς βοήθεια θα πρέπει να υιοθετηθεί ένα σύστημα ασφαλείας για να μη μπορέσει να βγει το παιδί (Imommy, χ.χ.).

5.1.7 Παιχνίδια

Η επιλογή των κατάλληλων παιχνιδιών για το παιδί, αποτελεί μια δύσκολη υπόθεση για τους γονείς. Προτού επιλέξουν ένα παιχνίδι πρέπει να σκεφτούν διάφορους παράγοντες, όπως την τιμή, την καταλληλότητα με βάση την ηλικία του παιδιού, τα υλικά από τα οποία είναι φτιαγμένο, καθώς και κατά πόσον θα αρέσει στο παιδί. Σε αυτούς τους παράγοντες, προστίθεται και η επικινδυνότητα του παιχνιδιού και το κατά πόσον είναι ασφαλές για το παιδί.

Η αγορά παιχνιδιών είναι μια σοβαρή υπόθεση για τον γονιό. Στους δύσκολους οικονομικά καιρούς που διανύει η χώρα μας, σε μια προσπάθεια να εξοικονομήσουν χρήματα, οι γονείς στρέφονται στην αγορά παιχνιδιών από φθηνά, μη επώνυμα καταστήματα. Τα παιχνίδια που προέρχονται από αυτά τα καταστήματα,

ελλοχεύουν κινδύνους, καθώς συχνά δεν πληρούν τις προϋποθέσεις ασφαλείας ή είναι φθηνές απομιμήσεις κατώτερης ποιότητας. Είναι προτιμότερο οι γονείς να αγοράζουν λίγα, αλλά ποιοτικά παιχνίδια, παρά πολλά και αμφισβητήσιμης ποιότητας (Συμβουλές για την ασφάλεια των παιχνιδιών, χ.χ).

Η προσοχή στα υλικά από τα οποία είναι φτιαγμένο το παιχνίδι, καθώς και η ειδική σήμανση CE είναι βασικά βήματα πριν την επιλογή ενός παιχνιδιού. Οι ειδικές σημάνσεις σημαίνουν ότι οι κατασκευαστές των παιχνιδιών συμμορφώνονται με βάση τη νομοθεσία και τους κανόνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την ασφάλεια και καταλληλότητα των παιχνιδιών. Η προσοχή στις ετικέτες είναι εξίσου σημαντικές, καθώς δίνουν πληροφορίες για την ύπαρξη μικρών κομματιών που μπορούν να καταποθούν από το παιδί, καθώς και την καταλληλότητα του παιχνιδιού με βάση την ηλικία των παιδιών (Συμβουλές για την ασφάλεια των παιχνιδιών, χ.χ).

Έπειτα από την αγορά του παιχνιδιού, ο γονέας πρέπει και πάλι να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός. Παιχνίδια τα οποία απαιτούν συναρμολόγηση ή χρήση μπαταριών, πρέπει να συνοδεύονται από αναλυτικές οδηγίες οι οποίες πρέπει να τηρούνται κατά γράμμα και να φυλάσσονται για μελλοντική χρήση. Όταν το παιδί παίζει με τα παιχνίδια του, ειδικά την πρώτη φορά, ο γονέας πρέπει να βρίσκεται κοντά και να παρατηρεί πώς το παιδί τα χρησιμοποιεί, αν παίζει με τον κατάλληλο τρόπο και αν το παιδί μπορεί να τα χειριστεί σωστά σύμφωνα με τις δεξιότητές του (Συμβουλές για την ασφάλεια των παιχνιδιών, χ.χ).

Με την πάροδο του χρόνου επέρχεται φυσική φθορά στα παιχνίδια, ειδικά σε αυτά που είναι φτιαγμένα από πλαστικό. Ο γονέας, επομένως, πρέπει να εξετάζει τα παιχνίδια τακτικά για φθορές, ρωγμές ή σπασμένα μέρη και να προβεί στην άμεση αντικατάστασή τους. Τα φθαρμένα παιχνίδια μπορούν να προκαλέσουν ατυχήματα και το παιδί να τραυματιστεί σοβαρά (Συμβουλές για την ασφάλεια των παιχνιδιών, χ.χ).

Η σωστή φύλαξη των παιχνιδιών είναι εξίσου σημαντική. Αφενός προστατεύει τα παιχνίδια από τη φθορά και τη σκόνη και αφετέρου, αφήνει τον χώρο ελεύθερο για να παίζει και να κινηθεί ελεύθερα το παιδί. Παιχνίδια σκορπισμένα στο πάτωμα μπορούν να αποτελέσουν κίνδυνο για το παιδί αν τα πατήσει ή γλιστρήσει. Μετά τη συναρμολόγηση των παιχνιδιών, οποιαδήποτε συσκευασία, και δη πλαστικές σακούλες, πρέπει να απομακρύνεται από τον χώρο, καθώς υπάρχει κίνδυνος

ασφυξίας ή κατάποσης μικρών κομματιών (Συμβουλές για την ασφάλεια των παιχνιδιών, χ.χ).

5.1.8 Κιβώτια και μπαούλα παιχνιδιών

Τα ευρύχωρα μπαούλα και κιβώτια, αποτελούν έναν εξαιρετικό τρόπο φύλαξης των παιχνιδιών του μικρού παιδιού. Μπορούν εύκολα και διακριτικά να τοποθετηθούν κάτω από το κρεβάτι του παιδιού, σε ράφι ή ντουλάπα και το παιδί μπορεί να έχει εύκολη πρόσβαση σε αυτά ανά πάσα στιγμή. Καθώς τα μικρά παιδιά συνήθως έχουν μια πληθώρα παιχνιδιών, η αποθήκευση σε μπαούλα, βοηθά στο να διατηρηθούν καθαρά αλλά και οργανωμένα.

Πάραυτα, η χρήση μπαούλων και κιβωτίων για τη φύλαξη των παιχνιδιών, ελλοχεύει ορισμένους κινδύνους. Επομένως, οι γονείς οφείλουν να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί έτσι ώστε να αποφευχθούν τυχόν ατυχήματα. Αρχικώς, πρέπει να αποφεύγονται ευμεγέθη μπαούλα στα οποία ένα παιδί θα μπορούσε να χωρέσει. Μια ακόμη σωστή πρακτική είναι η τοποθέτηση του μπαούλου να γίνεται σε ύψος που το παιδί δεν μπορεί να φτάσει ή σε σημείο που δεν έχει εύκολη πρόσβαση (Γιαννακάκης, 2011).

Δυστυχώς, όμως, πολλές φορές ακόμη και αυτά τα προληπτικά μέτρα δεν αρκούν και το παιδί μπορεί να εγκλωβιστεί στο μπαούλο. Επομένως, είναι σημαντικό να επιλέγονται μπαούλα τα οποία διαθέτουν οπές για επαρκή αερισμό, αλλά και να διαθέτουν καπάκι το οποίο δεν κλειδώνει ή το οποίο είναι ελαφρύ, ώστε το παιδί να μπορεί να το σηκώσει με ευκολία (Γιαννακάκης, 2011).

5.2 Εκτός σπιτιού

Τα μικρά παιδιά είναι ιδιαίτερα επιρρεπή σε ατυχήματα και μικροτραυματισμούς. Η ανάπτυξη του σώματός τους δεν έχει τελειώσει ακόμη και επομένως, παρουσιάζουν αδυναμία στους μύες, τα οστά και την ισορροπία τους. Επιπροσθέτως, η νοητική ανάπτυξη του παιδιού και η αντιληπτική του ικανότητα, δεν έχει τελειοποιηθεί ακόμη. Έτσι, δεν έχει αίσθηση του κινδύνου που ελλοχεύει γύρω του. Το εσωτερικό του σπιτιού μπορεί να καταστεί επικίνδυνο αν δεν τηρηθούν ορισμένοι κανόνες. Παρόμοια, το περιβάλλον έξω από το σπίτι, όπου το παιδί

επιθυμεί να περνά πολύ από τον χρόνο του, μπορεί να φανεί εξίσου επικίνδυνο, ίσως και περισσότερο, λόγω της έλλειψης ελέγχου.

5.2.1 Καθίσματα αυτοκινήτου

Η εξασφάλιση της ασφάλειας του παιδιού στο αυτοκίνητο είναι υψίστης σημασίας. Η οδήγηση αυτή καθαυτή ελλοχεύει πολλούς κινδύνους, επομένως, είναι σημαντικό να διασφαλιστεί η σωματική ακεραιότητα του παιδιού. Η επιλογή του κατάλληλου παιδικού καθίσματος είναι μια δύσκολη υπόθεση, καθώς επηρεάζεται από πληθώρα διαφορετικών παραγόντων.

Ο γονέας πριν καταλήξει στην τελική του επιλογή, πρέπει να κάνει μια ενδελεχή έρευνα αγοράς. Κατά την έρευνά του πρέπει να λάβει υπόψη το μοντέλο του αυτοκινήτου του, καθώς και τις οδηγίες του εκάστοτε κατασκευαστή ώστε να καταλήξει στο αν και κατά πόσο τον καλύπτει. Οι διαφημίσεις μπορεί να είναι παραπλανητικές, οπότε δεν πρέπει να λαμβάνονται υπόψη. Η τιμή επίσης του καθίσματος δεν αντανakλά την ποιότητά του και την ασφάλειά του (Περσιάνης, χ.χ).

Η πρώτη μέριμνα του γονέα πρέπει να είναι η καταλληλότητα του καθίσματος για το ίδιο το παιδί ως προς την ηλικία του και το βάρος, καθώς επίσης και ως προς το αυτοκίνητό του. Η σωστή εφαρμογή του είναι βασική προϋπόθεση, ώστε να εξασφαλιστεί η ασφάλεια του παιδιού. Αν και τα παιδικά καθίσματα είναι συνήθως ακριβά, καλό είναι να αποφεύγεται η αγορά μεταχειρισμένου, καθώς μπορεί να έχει υποστεί φθορές, ζημιές ή να έχει εμπλακεί σε κάποιο αυτοκινητιστικό ατύχημα. Τέλος, το κάθισμα πρέπει να τοποθετείται στη μέση των πίσω καθισμάτων και τα παιδιά κάτω των 13 ετών πρέπει υποχρεωτικά να κάθονται σε αυτά. Πάραυτα, δεν πρέπει να παραμένουν δεμένα σε αυτά για πάνω από 90 λεπτά, οπότε προτείνονται ενδιάμεσες στάσεις σε μακρινά ταξίδια (Περσιάνης, χ.χ).

5.2.2 Μάρσιποι

Ο μάρσιπος αποτελεί μια ιδανική λύση για την άνετη μεταφορά του βρέφους από τους γονείς. Προσφέρει πλήρη έλεγχο στους γονείς, καθώς έχουν άμεση πρόσβαση στο παιδί τους για να το παρατηρούν και να το προσέχουν. Επιπροσθέτως, ο μάρσιπος, καθώς φοριέται κοντά στο σώμα του γονέα, παρέχει επιπλέον ασφάλεια στο παιδί και το ηρεμεί.

Η επιλογή του κατάλληλου μάρσιπου, εξαρτάται από τις ανάγκες του γονέα, αλλά και του ίδιου του παιδιού. Ο μάρσιπος πρέπει να είναι άνετος, αλλά παράλληλα να παρέχει στήριξη στο μωρό. Ο κατάλληλος μάρσιπος πρέπει να είναι φαρδύς στη βάση του, έτσι ώστε να μην ασκείται πίεση στα ποδαράκια του μωρού. Το μωρό μέσα στο μάρσιπο πρέπει να παίρνει τη θέση που θα έπαιρνε αν ο γονέας το κρατούσε απλώς στην αγκαλιά του. (Αλεξάνδρου, 2015).

Ο μάρσιπος πρέπει να αντικαθίσταται καθώς το παιδί μεγαλώνει, για να προσαρμόζεται στο αναπτυσσόμενο σώμα του. Στο διάστημα που μεσολαβεί μεταξύ των αντικαταστάσεων, ο μάρσιπος πρέπει να ελέγχεται για τυχόν φθορές, σκισίματα και ελαττώματα. Το μωρό πρέπει να τοποθετείται σε θέση όπου ο γονέας να μπορεί να το βλέπει ανά πάσα στιγμή, χωρίς κάποιο τμήμα του μάρσιπου να το εμποδίζει. Προτείνεται το μωρό να τοποθετείται σε ύψος ώστε ο γονέας να μπορεί να ακουμπήσει το κεφαλάκι του με το στόμα του. Το σημείο αυτό είναι ιδανικό τόσο για την άνεση του παιδιού, όσο και του γονέα, καθώς το βάρος του παιδιού κατανέμεται πιο ομοιόμορφα και αποφεύγονται πόνοι στη μέση και την πλάτη του γονέα (Αλεξάνδρου, 2015).

5.2.3 Αυλή του σπιτιού

Η ύπαρξη μιας αυλής ή βεράντας στο σπίτι, δίνει αμέριστη χαρά στο παιδί, καθώς μπορεί να παίζει και να διασκεδάζει με τις ώρες και να βρίσκεται με τους φίλους του. Επιπροσθέτως, το παιχνίδι στην αυλή, αποτελεί μια ιδανική λύση για τους ζεστούς μήνες του καλοκαιριού. Υπάρχουν μερικά προληπτικά μέτρα που οι γονείς μπορούν να πάρουν, προκειμένου το παιδί να χαρεί την αυλή με ασφάλεια.

Εάν υπάρχει πισίνα στην αυλή του σπιτιού, οι γονείς οφείλουν να την περιφράξουν, προκειμένου το παιδί να μην πέσει μέσα σε αυτή. Εάν στην αυλή υπάρχουν έπιπλα, πρέπει να απομακρυνθούν, ώστε το παιδί να μην σκαρφαλώσει σε αυτά και πέσει ή πηδήξει πάνω από την περίφραξη της πισίνας. Τυχόν εντομοκτόνα ή λιπάσματα που υπάρχουν στην αυλή για τη φροντίδα των φυτών πρέπει να τοποθετηθούν σε ασφαλές σημείο στο οποίο το παιδί δεν θα έχει πρόσβαση, προς αποφυγή κατάποσής τους. Αν στην αυλή υπάρχει μπάμπεκιου ή τζάκι, ο γονέας πρέπει να διατηρεί το παιδί σε ασφαλή απόσταση από αυτό, τόσο κατά τη χρήση του,

όσο και μετά, καθώς είναι ακόμη ζεστό και το παιδί μπορεί να πάθει έγκαυμα (Ασφάλεια έξω από το σπίτι, χ.χ).

Ο γονέας πρέπει να παρακολουθεί το παιδί όταν παίζει στην αυλή και να διασφαλίζει ότι το παιδί φορά κράνος όταν κάνει ποδήλατο ή ότι δεν θα πέσει στο ανώμαλο έδαφος και θα τραυματιστεί. Μεγάλη προσοχή απαιτείται και στις πόρτες της αυλής, οι οποίες πρέπει να παραμένουν κλειστές με ασφαλή κλειδαριά ανά πάσα στιγμή, έτσι ώστε το παιδί να μη βγει έξω στο δρόμο ή να μπορεί κάποιος άγνωστος να εισέλθει στην αυλή (Ασφάλεια έξω από το σπίτι, χ.χ).

5.2.4 Ασφάλεια στο νερό

Το νερό αποτελεί έναν από τους βασικότερους κινδύνους για τα μικρά παιδιά. Ο κίνδυνος δεν ελλοχεύει μόνο στην αχανή θάλασσα, αλλά ακόμη και στην πισίνα. Ένα πρωταρχικό βήμα για να διασφαλιστεί η ασφάλεια του παιδιού, είναι η τοποθέτηση ενός ψηλού φράχτη, που το παιδί δεν θα μπορεί εύκολα να σκαρφαλώσει, στην περίμετρο της πισίνας. Έτσι, το παιδί δεν μπορεί να εισέλθει σε αυτή χωρίς τη συνοδεία του γονέα. Επιπρόσθετα, η πόρτα του φράχτη πρέπει να κλείνει αυτόματα, έτσι ώστε να μην παραμείνει κατά λάθος ανοιχτή προς το παιδί (Χατζηπαναγής, χ.χ).

Όταν το παιδί χρησιμοποιεί την πισίνα, είναι απαραίτητη προϋπόθεση να υπάρχει η επίβλεψη του γονέα, ο οποίος πρέπει να γνωρίζει να κολυμπά. Αν και το σωσίβιο ή τα μπρατσάκια ενισχύουν την ασφάλεια του παιδιού, δεν αποτελούν υποκατάστατο της συνεχούς επίβλεψης. Εάν το παιδί είναι κάτω των 5 ετών, ο γονέας πρέπει να εισέρχεται μαζί του στην πισίνα για περισσότερη ασφάλεια, επίβλεψη, αλλά και καθοδήγηση. Επιπροσθέτως, δεν πρέπει να βρίσκονται κοντά στην πισίνα ηλεκτρικές συσκευές και τα παιδιά δεν επιτρέπεται να τρέχουν ή να κάνουν ποδήλατο κοντά σε αυτή γιατί μπορεί να γλιστρήσουν και να πέσουν μέσα. Για παν ενδεχόμενο, πρέπει να βρίσκεται πάντοτε κοντά στην πισίνα ένας εξοπλισμός διάσωσης ο οποίος θα είναι εύκολα και γρήγορα προσβάσιμος (Χατζηπαναγής, χ.χ).

Η ασφάλεια είναι κρίσιμη στην περίπτωση της θάλασσας, καθώς έχει μεγαλύτερη έκταση και βάθος και άγνωστους κινδύνους. Έτσι, οι γονείς πρέπει να ενημερώνονται επαρκώς για την κάθε θάλασσα που επισκέπτονται και να

πραγματοποιούν το δικό τους έλεγχο, όπως αν υπάρχει ναυαγισμός, αν είναι οργανωμένη, αν υπάρχουν κοντά κουτιά πρώτων βοηθειών, αν διεξάγονται σπορ στην παραλία ή αν υπάρχουν σκάφη (Μάρκου, χ.χ).

Μέσα στον ενθουσιασμό του για την πρώτη του επαφή με τη θάλασσα, το παιδί δεν παρατηρεί τον χώρο γύρω του. Ο γονέας, επομένως, οφείλει να καθοδηγεί το παιδί, να του δίνει οδηγίες και κανόνες που πρέπει να τηρεί για να αποφευχθούν ατυχήματα. Σημαντική είναι και η τήρηση των ορίων που θέτει ο γονέας από το παιδί. Ο γονέας πρέπει να είναι σαφής, αυστηρός και αμετάκλητος ως προς την τοποθέτηση ορίων που αποσκοπούν στην προστασία του παιδιού, όπως το μέχρι ποιο βάθος θα κολυμπήσει (Μάρκου, χ.χ).

Ένα θέμα που προκαλεί άγχος στον γονέα, είναι το θέμα του φαγητού και κατά πόσον η κατανάλωσή του πριν το κολύμπι μπορεί να καταστεί επικίνδυνο για το παιδί. Το παιδί δεν πρέπει να μπει στη θάλασσα προτού ολοκληρωθεί η διαδικασία της πέψης, η οποία χρειάζεται περίπου 4 ώρες. Τα δύσπεπτα τρόφιμα πρέπει να αποφεύγονται τόσο πριν την άφιξη στην παραλία, όσο και κατά τη διάρκεια παραμονής του σε αυτή, όπως επίσης και τα πλήρη γεύματα προς αποφυγή εισρόφησης θαλασσινού νερού (Μάρκου, χ.χ).

Συμπεράσματα

Η διερεύνηση των ποικίλων αναπτυξιακών σταδίων που διανύει το παιδί από την ηλικία των 12 μηνών έως και την ηλικία των 5 ετών, μας οδήγησε στη διεξαγωγή ορισμένων σημαντικών συμπερασμάτων. Από τη βρεφική ηλικία έως και το τέλος της προσχολικής ηλικίας, το παιδί εξελίσσεται από ένα βρέφος με περιορισμένες δυνατότητες, σε ένα νήπιο με αναπτυγμένη προσωπικότητα, συναισθήματα και σκέψη.

Μέσα από κάθε αναπτυξιακό στάδιο που περνά, το παιδί εμπλουτίζεται και καλλιεργείται σε πολλαπλούς τομείς. Οι πρώτες σημαντικές εξελίξεις παρατηρούνται στο σώμα του, το οποίο αλλάζει με γρήγορους ρυθμούς, μέρα με τη μέρα. Το παιδί ψηλώνει, παίρνει βάρος και τα άκρα του μακραίνουν. Πέραν από αυτές τις αλλαγές, όμως, οι μύες του και τα οστά του γίνονται περισσότερο συμπαγή, ανθεκτικά και δυνατά. Οι αλλαγές αυτές συνοδεύονται και με την ανάπτυξη νέων ικανοτήτων. Το παιδί μπορεί να σηκώσει μόνο του το κεφάλι του και σταδιακά κατορθώνει να περπατήσει. Τα άκρα του αποκτούν μεγαλύτερη δύναμη και σταθερότητα και πλέον, μπορεί να χρησιμοποιήσει διαφορετικά αντικείμενα με επιτυχία. Σταδιακά, αρχίζει να τρέχει, να πηδά και να χορεύει, εξερευνώντας την ισορροπία του και τα όριά του.

Σημαντικές αλλαγές παρατηρούνται και στη γλωσσική και γνωστική ανάπτυξη του παιδιού. Με σταθερό ρυθμό και ιλιγγιώδη ταχύτητα, το παιδί αρχίζει να εμπλουτίζει το λεξιλόγιό του με πληθώρα νέων λέξεων και να σχηματίζει προτάσεις, στην αρχή ατελείς και αργότερα ολοκληρωμένες και γραμματικά και συντακτικά σωστές. Το παιδί καλλιεργεί τον προφορικό του λόγο, παίζοντας με τη φωνή του και επικοινωνώντας με τους γύρω του. Στο πεδίο της γνωστικής ανάπτυξης, το παιδί αρχίζει σταδιακά να καλλιεργεί τη σκέψη του και την αντιληπτική του ικανότητα. Ο κόσμος γύρω του αρχίζει σταδιακά να παίρνει μια πιο ολοκληρωμένη μορφή και να βγάζει περισσότερο νόημα. Η σκέψη του επεκτείνεται και σταδιακά αρχίζει να αποκτά περισσότερη συνείδηση και νέες νοητικές ικανότητες.

Οι αναπτυξιακές αυτές αλλαγές, συνοδεύονται από έκρηξη ποικίλων νέων συναισθημάτων που το παιδί πρέπει να μάθει να αναγνωρίζει και να διαχειρίζεται. Καθώς ο κόσμος του εμπλουτίζεται με νέα πρόσωπα και καταστάσεις, το παιδί

αναπτύσσει συναισθήματα για και δεσμούς με τους γύρω του. Παράλληλα, αρχίζει να αναπτύσσει και την κοινωνικότητά του, η οποία καλλιεργείται μαζί με την ανάπτυξη της γλώσσας, των συναισθημάτων και της αντίληψής του. Το παιδί κάνει νέους φίλους και δένεται με νέα πρόσωπα. Πλέον, η «οικογένειά» του επεκτείνεται, έχει ανθρώπους να μιλήσει, να πει τα μυστικά και τους προβληματισμούς του, να παίξει, να διασκεδάσει, να μάθει νέα πράγματα και να εξερευνήσει την προσωπικότητά του.

Τα πρόσωπα που διαδραματίζουν τον καθοριστικότερο ρόλο στη ζωή του παιδιού, είναι φυσικά οι γονείς που το φροντίζουν, του παρέχουν ασφάλεια, προστασία, τροφή, φροντίδα και αγάπη. Παράλληλα, μέσα από την εμπλοκή τους και την ενασχόλησή τους με το παιδί, ενισχύουν την πολύπλευρη ανάπτυξή του. Η ύπαρξη αδερφών, συνδράμει και αυτή στην ανάπτυξη του παιδιού. Στην περίπτωση μικρότερου αδερφού, το παιδί μαθαίνει να νοιάζεται για κάποιον άλλο, δείχνει αγάπη, φροντίδα και στοργή, ενώ καθοδηγεί και προστατεύει τον μικρότερο αδερφό του. Το παιδί με μεγαλύτερα αδέρφια, έχει έναν μέντορα, φίλο και προστάτη, ένα πρότυπο το οποίο θέλει να αγγίξει και το οποίο παρέχει πολύτιμες συμβουλές, αρχές και του μαθαίνει τον κόσμο. Αν και οι εντάσεις είναι φυσικές ανάμεσα στα αδέρφια, μπορούν εύκολα να ξεπεραστούν και να κάνουν τον αδερφικό δεσμό ακόμη πιο δυνατό.

Οι παππούδες αποτελούν και αυτοί σημαντικά πρόσωπα στη ζωή ενός παιδιού. Μεταδίδουν στο παιδί νέες γνώσεις, του παρέχουν αγάπη, φροντίδα, διασκέδαση, ενώ του μαθαίνουν πολύτιμα μαθήματα. Ο παιδαγωγός είναι συνήθως ένας από τους πρώτους ενήλικες, εκτός του οικογενειακού κύκλου, με τους οποίους έρχεται σε επαφή ένα παιδί. Η συνδρομή του είναι πολύτιμη, καθώς καθοδηγεί, επιμορφώνει και ενισχύει το παιδί σε πολλαπλούς τομείς.

Γίνεται αντιληπτό μέσα από τα παραπάνω, ότι η ανάπτυξη του παιδιού δεν είναι μια γραμμική διαδικασία και επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες. Το κάθε παιδί είναι διαφορετικό και τοιουτοτρόπως διαφοροποιείται και η αναπτυξιακή του πορεία. Η υγιής του ανάπτυξη μπορεί να συναντήσει εμπόδια και δυσκολίες στην πορεία, όμως η συνδρομή και καθοδήγηση των γονιών βοηθά στο να ξεπεραστούν. Η γνώση των αναπτυξιακών σταδίων του παιδιού και οι δυσκολίες που τις συνοδεύουν, μπορεί να φανεί χρήσιμη τόσο στους γονείς, έτσι ώστε να προσαρμόσουν τις πρακτικές τους στις ανάγκες του παιδιού, όσο και στους παιδαγωγούς, έτσι ώστε να

είναι σε θέση να ενισχύσουν το παιδί και να το στηρίξουν κατά την αναπτυξιακή του πορεία.

Βιβλιογραφία

Ξενόγλωσση

Berk, L. E., Κουβαράκου, Ν., & Τσορμπατζούδης, Χ. (2015), *Ανάπτυξη του παιδιού*, Αθήνα: Ίων.

Cassells, A., & Green, P. R. (1999), *Αντίληψη (5η εκδ.)*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα

Craig, G. J., Baucum, D., & Βορριά, Π. (2007), *Η ανάπτυξη του ανθρώπου (9η αμερικάνικη έκδοση.)*, Αθήνα: Παπαζήση

Cohen, D. H., Stern, V., & Balaban, N. (2001), *Παρατηρώντας και καταγράφοντας τη συμπεριφορά των παιδιών (3η ανατύπωση.)*, Gutenberg, Αθήνα.

Cole, M. & Cole, S. (2001), *Η Ανάπτυξη των Παιδιών*, Αθήνα: Gutenberg

Cole, M., Cole, S., Βορριά, Π., Παπαληγούρα, Ζ., & Μπαμπλέκου, Ζ. (2011), *Η ανάπτυξη των παιδιών (ενιαίο)*, Τυπωθήτω, Αθήνα.

Eberlein, G. (1980), *Φοβίες και άγχη στα παιδιά*, Αθήνα: NOTOS

Feldman, R. S. 1. (2009), *Εξελικτική ψυχολογία: διά βίου ανάπτυξη (1η εκδ.)*, Gutenberg, Αθήνα.

Furth, H. G. (1969), *Piaget and knowledge: Theoretical foundations.*

Garvey C. (1990), *Play*, Cambridge, MA: Harvard University Press

Justice, L. M., & Pence, K. L. (2008), *Language development from theory to practice, Upper Saddle River, NJ: Pearson/Merrill Prentice Hall*

Lightfoot, C., Cole, M., Cole, S., & Μπαμπλέκου, Ζ. (2014), *Η ανάπτυξη των παιδιών*, Gutenberg, Αθήνα.

Lloyd Peter., & Γιαννίτσας, Ν. Δ. (1998), *Γνωστική και γλωσσική ανάπτυξη*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Lombardo Radice, L. (1980), *Η διανοητική ανάπτυξη του παιδιού (2η εκδ.)*, Αθήνα: Οδυσσέας.

Piaget, J., and Inhelder, B. (1962), *The Psychology of the Child*, New York: Basic Books.

Reymond-Rivier, B. (1999), *Η κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού*, Αθήνα: Καστανιώτη.

Rogge, J. (2008), *Ο θυμός κάνει καλό: γιατί επιτρέπεται στα παιδιά η επιθετικότητα (1η εκδ.)*, Αθήνα: Θυμάρι.

Salkind, N. (2004), *Θεωρίες της Ανθρώπινης Ανάπτυξης*, Αθήνα: Εκδόσεις Πατάκη

Shiel, A. 1., & Τσοβίλη, Θ. (2000), *Διατροφή και ύπνος των παιδιών*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα

Sporck, P. (2008), *Το βιβλίο του ύπνου*, Κλειδάριθμος

Trevarthen (1992), *‘Πως και γιατί επικοινωνούν τα βρέφη’ Πρόοδοι στην Αναπτυξιακή Ψυχολογία των πρώτων χρόνων της ζωής*, Ι. Κουγιουμουτζάκης, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης.

Wyckoff, J., Unell, B. C., & Τσαούσης, Γ. Κ. (2004), *Πειθαρχία χωρίς ξύλο και φωνές: οδηγός επιβίωσης με παιδιά προσχολικής ηλικίας: πρακτικές λύσεις στα προβλήματα συμπεριφοράς που παρουσιάζουν τα παιδιά προσχολικής ηλικίας*, Αθήνα: Maxi guide.

Ελληνόγλωσση

Αϊβάζης, Β. Θ. (1990), *Το φυσιολογικό παιδί: πρότυπα στοιχεία ανάπτυξης*, "ARIS" Φιλώτα Τριανταφύλλου & Υιός, Θεσσαλονίκη.

Ασπιώτης, Α. Α., & Ινστιτούτο Ιατρικής Ψυχολογίας και Ψυχικής Υγιεινής. (1959), *Το παιδί και η πειθαρχία*, Αθήνα: Ινστιτούτον Ιατρικής Ψυχολογίας και Ψυχικής Υγιεινής.

Βιζυηνός, Γ. Μ., & Σιδεράς, Α. (2009), *Το παιδικό παιχνίδι σε σχέση με τη ψυχολογία και την παιδαγωγική*, Θεσσαλονίκη: Αφοί Κυριακίδη.

Γκοράνης, Θ. Γ., & Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Β' Εργαστήριο Φαρμακολογίας. (2009), *Θεραπευτική αντιμετώπιση της νυκτερινής ενούρησης*.

Δημητρίου-Χατζηνεοφύτου, Λ. (2001), *Τα 6 πρώτα χρόνια της ζωής*, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Εξαρχόπουλος, Ν. Ι. 1, *Σωματολογία του παιδιού (3η έκδ.)*, Εν Αθήναις: Αλεξ. Ρούγκας.

Καμπάς, Α. (2004), *Εισαγωγή στην κινητική ανάπτυξη (1η εκδ.)*, Αθήνα: Αθλότυπο.

Κρασανάκης, Γ. (1987), *Ψυχολογία του παιδιού. Βασικές έννοιες – Θέματα γνωστικής αναπτύξεως του βρέφους, του νηπίου, του παιδιού και του εφήβου*, Αυτοέκδοση, Αθήνα.

Λαλούμη-Βιδάλη, Ε. (1996), *Ανθρώπινες σχέσεις και επικοινωνία στην προσχολική εκπαίδευση: από τη θεωρία στην πράξη*, Σύγχρονες Εκδόσεις, Θεσσαλονίκη.

Μάνος, Κ. Γ. (1980), *Ψυχοσωματική ανάπτυξη του παιδιού*, Αθήνα: [χ.ο.]

Μαυρομιχάλης, Ι. Κ. (2004), *Διατροφή βρέφους και παιδιού*, Θεσσαλονίκη: Κ. Δημητρακόπουλος - Κ. Γαϊτελίδης

Μίχας, Π. (2004), *Η διδασκαλία της Φυσικής στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση*, Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα.

Μπενοπούλος, Ι. Ε. (1995), *Η εξέλιξη των παιδιών μας και εμείς: από τη σύλληψη ως το τέλος της βρεφικής ηλικίας*, Εκδόσεις Γρηγόρη, Αθήνα.

Νικόδημος, Σ. Ι. (1978), *Εξελικτική σωματολογία του παιδιού: [από τη σύλληψη μέχρι την εφηβική ηλικία]*, Αθήνα: [χ. ο.].

Ντούμα, Μ., Βορριά, Π., & Λιμναίου, Ν. (2013), *Η γλωσσική ανάπτυξη παιδιών ηλικίας 2 ½ έως 6 ετών*, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Φιλοσοφική Σχολή, Τμήμα Ψυχολογίας.

Πανοπούλου-Μαράτου, Ο. (1998), *Παιδί, Επιστήμη και Ψυχανάλυση, Οι διαδρομές του Jean Piaget*, Καστανιώτης, Αθήνα.

Πολεμικός, Ν. (2000), *Ο ύπνος των παιδιών: φυσιολογία, συνήθειες, διαταραχές*. Ρόδος: Ατραπός.

Τζουριάδου, Μ. (1995), *Παιδιά με Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες, Μια ψυχοπαιδαγωγική προσέγγιση*, Προμηθεύς, Θεσσαλονίκη.

Τζουριάδου, Μ. (1995), *Ο λόγος του παιδιού της προσχολικής ηλικίας*, Θεσσαλονίκη: Προμηθεύς.

Χαραλάμπους, Σ., Βακαλόπουλος, Ι., Τριανταφυλλίδης, Α., Παπαθανασίου, Α., Φατλές, Γ., Μπαλαζής, Ε., Βακαλόπουλος, Κ. (2000), *Νυκτερινή ενούρηση στα παιδιά. Εμπειρία δύο χρόνων στο παιδοουρολογικό ιατρείο*, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Σχολή Επιστημών Υγείας, Τμήμα Ιατρικής.

Χατζησαββίδης, Σ. Α. (2002), *Δραστηριότητες γλωσσικής αγωγής στο νηπιαγωγείο: καλλιέργεια επικοινωνιακών και προγραφικών δεξιοτήτων*, Αθήνα: Gutenberg.

Ηλεκτρονικές πηγές

Αλεξάνδρου, Έ. (2015), *Προσοχή! Πόσο ασφαλής είναι ο μάρσιπος και το ring sling; Ακολουθήστε τους κανόνες*. Διαθέσιμο σε:

<http://www.mommyandthecity.gr/2015/07/08/prosoxi-poso-asfalis-einai-o-marsipos-akolouthiste-tous-kanones/> [Ανακτήθηκε 23 Αυγούστου 2016].

Ασφάλεια έξω από το σπίτι ([χ.χ]). Διαθέσιμο σε:

<http://www.goneisonline.gr/articles/asfaleia-exo-apo-spiti>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Βαρδέλλη, Β. (2011), *Οι σχέσεις φιλίας των μικρών παιδιών με συνομηλίκους τους*. Διαθέσιμο σε: <http://www.rodiki.gr/article/148325/oi-sxeseis-filias-twn-paidiwn-me-synomhlikoys-toys>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Γαβαθά, Μ. ([χ.χ]). Διαθέσιμο σε: <http://www.paidiatros.com/paidi/ygeia/diataraxes-ypnou>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Γενική Γραμματεία Δια Βίου Μάθησης (2012), *Εκπαιδευτικό υλικό των σχολών γονέων*, 9^ο μέρος, Διαθέσιμο σε: http://blogs.sch.gr/kkiourtsis/files/2012/10/9_meros.pdf

Γιαννακάκης, Δ. (2011), *Babyproofing για σπίτια ασφαλή*. Διαθέσιμο σε: <http://www.babyspace.gr/>. [Ανακτήθηκε 19 Αυγούστου 2016].

Δημητρούλης, Ε. (2009), *Διατροφή για παιδιά 2 έως 5 ετών*. Διαθέσιμο σε: <http://www.iatronet.gr/diatrofi/paidiki-diatrofi/article/7746/diatrofi-gia-paidia-2-ews-5-etwn.html>. [Ανακτήθηκε 20 Αυγούστου 2016].

Ιωαννίδου, Λ. ([χ.χ]), *Κατάθλιψη στα παιδιά και εφήβους*. Διαθέσιμο σε: <http://www.paidiatros.com/paidi/psychologia/depression-adolescents>. [Ανακτήθηκε 16 Αυγούστου 2016].

Λαούρη, Ι. ([χ.χ]), *Υπνος - Προβλήματα ύπνου*. Διαθέσιμο σε: <http://www.paidiatros.com/paidi/ygeia/sleep-problems>.

Μάρκου, Κ. ([χ.χ]), *Ασφάλεια του παιδιού στη θάλασσα*. Διαθέσιμο σε: <http://www.paidiatros.com/prolipsi/asfalia/sea-safety>. [Ανακτήθηκε 22 Αυγούστου 2016].

Νάνη, Έ. ([χ.χ]), *Γνωστική και ψυχοκοινωνική ανάπτυξη του παιδιού από 3-6 ετών*. Διαθέσιμο σε: <http://www.babyzone.gr/>. [Ανακτήθηκε 17 Αυγούστου 2016].

Παναγιωτοπούλου, Α. ([χ.χ]), *Περιμένοντας το νέο μέλος της οικογένειας*. Διαθέσιμο σε: <http://www.ypostirixi.net/el/papers/web/?nid=766>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Παπαβενετίου, Έ. ([χ.χ]), *Τροφές για νήπια και παιδιά 1-5 ετών*. Διαθέσιμο σε: <http://lovebaby.gr/%CE%A0%CE%B1%CE%B9%CE%B4%CE%AF/node/197.html>. [Ανακτήθηκε 21 Αυγούστου 2016].

Παπαδάτου, Δ., Μαμαντάκη, Ε., Παπάζογλου, Ε., Ράλλη, Ε. & Νίλσεν, Μ. (2008), *Στηρίζοντας το παιδί που θρηνεί το θάνατο αγαπημένου του προσώπου*, Μέριμνα, Αθήνα. Διαθέσιμο και ηλεκτρονικά στο: <http://www.merimna.org.gr/images/stirizontastopaidipouthrinei.pdf>

Γλύστρα Φ. (22 Δεκεμβρίου 2014). *Οι μεγαλύτεροι κίνδυνοι για το παιδί στο σπίτι*. Διαθέσιμο σε: <http://www.mama365.gr/20895/oi-megalyteroi-kindynoi-gia-to-paidi-sto-spiti.html>. [Ανακτήθηκε 2 Ιουλίου 2016].

Παπαντωνίου, Α. (2010), *Ψυχολογία Κινήτρων*. Διαθέσιμο σε: http://ecourse.uoi.gr/pluginfile.php/85450/mod_resource/content/2/No%2010.pdf. [Ανακτήθηκε 27 Αυγούστου 2016].

Πετμεζά, Β. (2014). *Ο ρόλος του παππού και της γιαγιάς στην ανατροφή των παιδιών*. Διαθέσιμο σε: <http://www.xronos.gr/detail.php?ID=94748>. [Ανακτήθηκε 17 Αυγούστου 2016].

Περσιάνης, Ν. ([χ.χ]), *Παιδικά καθίσματα αυτοκινήτου και ασφάλεια*. Διαθέσιμο σε: <http://www.paidiatros.com/prolipsi/asfalia/child-car-seats-safety>. [Ανακτήθηκε 23 Αυγούστου 2016].

Σμυρνή, Σ. ([χ.χ]), *Εαυτοαντίληψη – Εαυτογνωσία*. Διαθέσιμο σε: <http://2gym-xylok.kor.sch.gr/grasep/aftoantilipsi.htm>. [Ανακτήθηκε 16 Αυγούστου 2016].

Συμβουλές για την ασφάλεια των παιχνιδιών ([χ.χ]), Διαθέσιμο σε: <http://ec.europa.eu/DocsRoom/documents/6791/attachments/1/translations/el/renditions/native>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Συμπεριφορά και πειθαρχία για παιδιά 2-3 χρονών ([χ.χ]). Διαθέσιμο σε: <http://www.paidorama.com/simperifora-kai-peitharxia-gia-paidia-2-3-xronwn.html>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Τσιλιώρη-Πέπε, Ε. (2012), *Βασικά ορόσημα και δεξιότητες παιδιών 1 - 4 ετών (νήπια)*. Διαθέσιμο σε: <http://www.noesi.gr/book/study/vasika-orosima-1-eos-4>. [Ανακτήθηκε 24 Αυγούστου 2016].

Φωκά Μ. (3 Μαρτίου 2011), *Βιοσωματική ανάπτυξη στη βρεφική ηλικία*, [Ανακτήθηκε 1 Ιουλίου 2016].

Χαδιαράκου, Ε. (2014), *Παιδικό στρες: Πόσο επικίνδυνο είναι για τα παιδιά μας*; Διαθέσιμο σε: <http://www.imommy.gr/nipia/psychologia/article/5801/paidiko-stres-poso-epikindyno-einai-gia-ta-paidia-mas/>. [Ανακτήθηκε 26 Αυγούστου 2016].

Χαδιαράκου Ε. (χ.χ.), *7 τρόποι για να μεγαλώσετε ένα θαρραλέο παιδί*, Διαθέσιμο σε: <http://www.imommy.gr/nipia/anaptiksi/article/2537/7-tropoi-gia-na-megalwsete-ena-tharraleo-paidi/> [Ανακτήθηκε 5 Ιουνίου 2016].

Χαραλαμπάκη, Α. (2014), *Η νοητική και η συναισθηματική ανάπτυξη του παιδιού κατά την προσχολική ηλικία. Ο ρόλος του νηπιαγωγού στην κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Πώς οι γονείς θα διδάξουν την αγάπη και την συγγνώμη στο παιδί και θα του καλλιεργήσουν την αυτοεκτίμησή του. Παιδική επιθετικότητα*. Διαθέσιμο σε: http://1lyk-moiron.ira.sch.gr/docs/pr2013-2014/Prosxolikh_hlikia_Nohtikh_kai_synaisthimatikh_anaptuksh_tou_paidiou.pdf [Ανακτήθηκε 27 Αυγούστου 2016].

Χατζηπαναγής, Α. ([χ.χ]), *Πισίνα και παιδί - Κανόνες ασφαλείας*. Διαθέσιμο σε: <http://www.paidiatros.com/prolipsi/asfalia/pisina-paidi> [Ανακτήθηκε 19 Αυγούστου 2016].

Χιουρέα, Ρ. (2013), *Τα χαρακτηριστικά στάδια της ανάπτυξης των παιδιών 0-5 ετών*. Διαθέσιμο σε: <http://www.chiourea.gr/2013/07/0-5.html>. [Ανακτήθηκε 28 Αυγούστου 2016].

Ψάλτη Ν. ([χ.χ.]), *Ατυχήματα στο σπίτι. Μη, πρόσεχε!*, από <http://www.vita.gr/paidi/article/4622/atyxhmata-sto-spiti-mh-prosexe/> [Ανακτήθηκε 3 Αυγούστου 2016].

10 κίνδυνοι στο σπίτι και πώς να προφυλάξετε το παιδί, ([χ.χ.]), Διαθέσιμο σε:

http://www.nutrimed.gr/paidi/goneis/10_kindunoi_sto_spiti_kai_pos_na_profylaxete_to_paidi.html [Ανακτήθηκε 2 Ιουλίου 2016].

Brown, R., & Fraser, C. (1964), The Acquisition of Syntax. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 29(1), 43-79. Available on: <http://www.jstor.org/stable/1165754> doi:1 [Retrieved on 22 July 2016].

Imommy, ([χ.χ.]) *Οι συμβουλές της CHICCO για ένα σπίτι ασφαλές για τα παιδιά*. Διαθέσιμο σε: <http://www.imommy.gr/vrefos/anaptiksi/article/2693/oi-symboyles-ths-chicco-gia-ena-spiti-asfales-gia-ta-paidia/> [Ανακτήθηκε στις 3 Αυγούστου 2016].

Onmed.gr (2015), *Ιδανικές ώρες ύπνου ανά ηλικία – Η νέα οδηγία*. Διαθέσιμο σε: <http://www.onmed.gr/ygeia/story/325613/idanikes-ores-ypnou-ana-ilikia-%E2%80%93-i-nea-odigia-pinakas>. [Ανακτήθηκε 22 Αυγούστου 2016].